

Indhold

<i>Indledning</i>	7
<i>Kapitel 1 – Martin Buber</i>	13
Mødet mellem et Jeg og et Du	13
Om at danne sig billeder	14
Ligeværdigheden i den hjælpende samtale	16
<i>Kapitel 2 – Paul Tillich og den sjælesørgeriske samtale</i>	19
Fremmedgørelse	19
Tro	25
Angst	27
Kærlighed, retfærdighed og magt	28
Gud som menneske i Jesus Kristus	34
<i>Kapitel 3 – Stemthed</i>	37
Det dømmende. Skammen og skylden	37
Modløsheden	41
Meningsløsheden	43
Ængsteligheden	43
Bibelsk stof i samtalen	45
<i>Kapitel 4 – Tilknytning</i>	47
Behov for tryghed og selvstændighed	47
Åben og anerkendende sprogbrug	53
<i>Kapitel 5 – Fortættethed og nærvær</i>	57
Ligeløb	57
Intensitet og nærvær	60
Samtale	62

<i>Kapitel 6 – Ondskab og skam</i>	69
Den idealistiske ondskab	71
Ondskab og eksistentielle grundvilkår	78
Den anstændiges skam	80
Den påførte skamfølelse	81
Hjælpen til den traumatiserede og skambelagte	85
<i>Kapitel 7 – Humor</i>	95
Træk ved latteren og gråden	96
Humor og tro	97
Mennesket er en krop og har en krop	99
Humor som situationsnærvær	101
Overvindelsen af det smertelige ved eksistensen	102
Samtale	103
<i>Afslutning</i>	107
<i>Litteratur</i>	109

Indledning

Da min historielærer i begyndelsen af 1960'erne på et af folkeskolens sidste klassetrin fortalte om Sokrates, gjorde det et uudslætteligt indtryk på mig. Siden læste jeg i gymnasiet en række af Platons dialoger, og den sokratiske form for samtale greb mig. Sokrates' tanke om, at enhver af os har nedlagt en viden om det sande i os, en viden, som vi kan længes efter at nå frem til, og som kan forløses igennem samtale, talte til mig, der var vokset op i en tid, hvor de voksnes ord var lov. Min interesse for samtalekunsten er således af en vis alder. Som sognepræst har jeg dyrket den siden begyndelsen af 1980'erne, og gradvist har jeg igennem kurser i at føre samtaler udvidet min viden om samtalekunsten og fået erfaring med, hvad en samtale kan udvirke. Praktisk erfaring har jeg fået ved at indtage begge roller i en samtale, som den hjælpende og som den, der bliver hjulpet.

I denne bog kaldes den person, der opsøges for en hjælpende samtale, for sjælesørger. Sjælesorg kaldes det, når især præster har samtaler med mennesker. Enhver, der har samtaler, hvori de lytter til mennesker med eksistentielle spørgsmål og problemer, vil dog også kunne hente inspiration i denne bog. Selve ordet sjælesorg kunne forstås som, at det alene drejer sig om at tale med mennesker i sorg. Endelsen sorg i ordet sjælesorg kommer imidlertid fra det tyske ord *Sorge*, som betyder omsorg. Ordet sjæl i sjælesorg kræver ligeledes en uddybning. I den jødisk-kristne religion er der oprindeligt ikke noget skarp skel mellem legeme og sjæl. Sjælen er ikke en særlig bestanddel i mennesket, men den er hele mennesket. I Det gamle Testamente står der: "Da formede Gud Herren mennesket af jord og blæste livsånde i hans næsebor, så mennesket blev et levende væsen." (1 Mos 2,7). Det hebræiske ord, der er oversat til væsen er *næfæsh*, hvilket også bety-

der sjæl. At et menneske ikke består af bestanddelene legeme og sjæl udtrykker Hans-Christoph Piper på følgende måde: "Vi *har* ikke sjælen. Vi kan snarere sige: Vi *er* besjælet". (Piper 1998: 22, min oversættelse). Så man kunne indledningsvist sige, at sjælesorg er en omsorg for mennesket og en hjælp til at være besjælet og optaget af livet omkring sig.

I en samtale kan der finde et særligt møde sted, hvori der opstår noget tredje, som ikke vil kunne opstå i hvert enkelt individ alene. Det kan sammenlignes med det, som sker, når musikere sætter forskellige toner sammen. Der opstår noget tredje og nyt, hvilket man med et udtryk fra biologien kunne kalde emergens. Der kan i en samtale være øjeblikke, hvor dette i særlig grad er på færde. Der opstår nye erkendelser, som man ikke ville få uden det møde, som finder sted i en samtale. Det er øjeblikke, der opleves som helende og fornyende, og det er øjeblikke, hvor der er noget sandt og ægte på færde, hvilket man kunne sammenligne med det, som Sokrates i sine samtaler er ude efter. Det sokratiske i samtalen består i at være en slags jordemoder, der ved at lytte og stille spørgsmål prøver at forløse indsigter, som samtalepartnern selv sidder inde med. Det gælder om for en sjælesørger, der vil være sokratisk, at hjælpe den anden til at komme hjem til sig selv og hjælpe vedkommende til at få fat i det, som dybest set angår ham eller hende. Der kan i en samtale sættes en bevægelse og noget forvandlende i gang. Det forvandlede drejer sig ikke om, at noget bliver til noget helt andet for en, men snarere om at opleve en forløsning af noget, der i dyb forstand er ægte. Der åbnes for et frisk og fornyet blik på verden. En ny og mere sand måde at se på verden og sig selv på kan f.eks. komme ved at opdage, hvorledes skam- og skyldfølelser hidtil har forhindret en i at være i en umiddelbar forbindelse med det nutidige, fordi fortidige oplevelser har grebet forstyrrende ind på sindet. Det opleves forløsende at komme fri af skammens indsnævrende greb. I denne bog vil der løbende blive givet eksempler på samtaler, hvori der opstår erkendelser, som rummer noget ægte, fornyende og forløsende.

Når noget afgørende sker i et møde, da er der noget bevægende og skabende til stede. Det er øjeblikke, hvor man kan

føle sig rummet i en andens sind, og hvor man erfarer, at et andet menneske er optaget af en. I en hjælpende samtale drejer det sig ikke om at gøre den hjælpsøgende mere optaget af sig selv. Selvom et menneske får al opmærksomhed i samtalen, gælder det om at hjælpe det til at opgive det selvkredsende, så det i stedet kan vende sig mod verden og andre mennesker. Der sker en frigørelse fra det kredsende og selvkredsende til en større grad af selvforglemmelse og umiddelbarhed i kraft af et møde med et menneske, der vier en sin opmærksomhed og lytter til det, som er svært.

I samtaler med mennesker møder man en række temaer såsom angst, svigt, overgreb, skam og skyld, ondskab og meningsløshed, stress, utilstrækkelighedsfølelse og sorg. Inspirationskilderne til denne bog om at føre samtaler er ud over det sokratiske eksistentiel teologi, filosofi og psykologi. Når man samtaler, må man have sin særlige faglighed med sig, samtidig med at det møde, som finder sted, kan få karakter af et ligeværdigt møde. For at en samtale kan rumme ægthed, er det frugtbart at grunde over, hvorledes ens teoretiske viden i det hele taget spiller med i en samtale, nogle gange som en bagvedliggende grund, andre gange mere eksplicit.

I to selvstændige afsnit gøres nærmere rede for tankerne hos to af de tænkere, som er inspirerende i forhold til hjælpende samtaler, nemlig Martin Buber og Paul Tillich. Det drejer sig dels om Martin Bubers Jeg-Du-filosofi, hvori han beskriver det ægte møde mellem et Jeg og et Du, og dels om Paul Tillichs teologi og tænkning især den del, der drejer sig om troen som det at have et ubetinget anliggende, samt hans beskrivelse af angsten og accepten. Tillich prøver i sin teologi at trænge ind i det eksistentielle indhold i den kristne teologi, og han er optaget af at formulere sig om det teologiske på en måde, så det taler til mennesker, der er fremmede over for den traditionelle kristne terminologi. Hans tænkning er således relevant for den, der vil føre samtaler om eksistensen. I tilknytning til Tillich beskrives, hvorledes man i samtaler med udgangspunkt i hans teologi kan forholde sig til nogle særlige stemtheder, som mennesker kan være i. Det drejer sig om en stemthed, hvor skyld og skam spiller en afgørende rolle for blikket på en selv og andre. Ligesom også modløshedens, me-

ningsløshedens og ængstelighedens stemthed, der ligeledes farver ens syn på verden, vil blive beskrevet.

I et afsnit om tilknytning karakteriseres mennesket som et væsen, der dels er afhængig af og som dels udvikler selvstændighed i et samspil med andre. I dette afsnit beskrives også, hvorledes en særlig åben form for sprogbrug kan være anerkendende. Endvidere vil livsfilosoffen Ludvig Feilberg og litteraturhistorikeren Hans Ulrich Gumbrecht blive inddraget i et afsnit om fortættethed, fokuseret intensitet og nærvær. Her udfoldes i særlig grad et tema, som vil være gennemgående i flere af afsnittene, nemlig at der i en hjælpende samtale kan være en vis ro og langsomhed. Denne ro og langsomhed fremmer muligheden for, at der kan opstå dybde og mening og for, at der – som Ludvig Feilberg udtrykker det – kan komme ”blink af fyldig følelse og tankeklarhed”. (Feilberg 1949: 8). At samtale på en måde, så dybere indsigter dukker frem, er det modsatte af at skynde sig og have et bestemt mål. Det betyder ikke, at man behøver at have lange samtaler, men tempoet er et andet end der, hvor man er optaget af at skulle nå noget. Det opskruede livstempo, som sociologen Hartmut Rosa mener, at vores tid er præget af, kan netop sættes ned i en samtale, hvor man er åben over for, hvad der sker i hvert øjeblik af den.

I samtaler møder man af og til mennesker, som har været udsat for en ekstrem ondskab i form af voldelige overgreb, og man møder mennesker, som har været udsat for en mere almindelig ondskab. Det sidste kan f.eks. være den irritation og nedværdigende behandling, som ubetænksomme voksne kan udsætte børn for. Mennesker, der har været udsat for ondskab, for ligegyldighed og ubetænksomhed, kan have svært ved at skelne mellem, hvad de selv er skyld i, og hvilken skyld andre har. Skammen kan have overtaget et menneske på en måde, så det kan have svært ved at se sig selv i øjnene og vedkende sig og nærme sig den skyld, som ethvert menneske pådrager sig. I forhold til samtaler med skambelagte mennesker, der har været udsat for ondskab, er der viden at hente hos filosofen C. Fred Alford. (Alford 1997 og 2009). Endvidere er der inspiration at finde hos filosofen Arne Johan Vetlesen. (Vetlesen 2005). Indsigter fra disse og andre vil indgå i et afsnit om ondskab og skam.

Løbende vil der være sammendrag af samtaleeksempler. I den forbindelse skal jeg gøre opmærksom på, at jeg har sløret indholdet på en sådan måde, at man ikke vil kunne genkende bestemte personer. Alligevel har jeg fundet det rigtigst at bede om tilladelse til at bringe eksemplerne hos de berørte personer.

Til sidst vil humorens betydning for, at en samtale erfares som forløsende, blive omtalt. Det skal gøres vel vidende, at humor ikke altid er på sin plads, men at den, når den dukker op, er befriende og skaber en fællesskabsfølelse mellem det jeg og det du, som mødes i samtalen.