

En historie om selvvalgt I S O L A T I O N

Er samvær for alle mennesker lige forløsende og menneskeligt udviklende, eller vil vi som psykologer se flere og flere, som i højere grad søger deres egne veje. Yaloms seneste roman giver anledning til dette spørgsmål.

Det kan være en tilfældighed, eller bliver temaet om selvvalgt isolation i den evindelige tilgængeligheds tidsalder mere og mere hot? Jeg spørger, fordi jeg i den seneste tid overraskende hyppigt er stødt på aktuel litteratur med forskellige bud på spørgsmålet om den selvvalgte isolations grundlæggende vilkår.

Et af disse bud er en roman ”The Schopenhauer Cure” skrevet af verdens førende eksistentielle psykologer *Irvin Yalom*, som også i denne fiktion tager afsæt i sine massive erfaringer som psykoterapeut.

Fagligt opererer Yalom med fire eksistentielle grundvilkår: Meningsløshed, frihed, isolation og døden. I romanen, som anmeldes her, kombinerer han de to sidstnævnte grundvilkår – at skulle se sin snarlige død i øjnene i en isoleret livssituation.

Handlingen

Romanen indledes med, at den succesfulde psykoterapeut Julius Hertzfeld ved en rutineundersøgelse får at vide, at han lider af en uhelbredelig form for hudkræft. Konfronteret med sin egen dødelighed oplever han sig tvunget til at tage sit liv og arbejde op til nøje granskning med spørgsmålet ”Hjælp jeg mon nogen sinde mine klienter til et bedre, rigere liv?” Julius er ikke bange af sig og vælger derfor at opsøge Philip Slate, en tidligere sexafhængig klient, som Julius dengang anså som en af sine behandlingsmæssige fiaskoer.

Ved mødet tyve år senere påstår Philip at være kureret, dog ikke som følge af Julius’ terapi, men på grund af sit eget intensive studie af den pessimisti-

ske filosof Arthur Schopenhauers liv og værk. Ja, faktisk er Philip nået så vidt, at han har etableret sig som en såkaldt ”filosofisk orienteret rådgiver”. Og han mangler nu blot at blive autoriseret af en etableret psykoterapeut for selv at kunne udføre rådgivningsarbejde – ligesom Julius!

Den snu Philip forsøger at presse den sårbare Julius til at give ham denne autorisation som en slags modydelse for, at Julius får den feedback på sit liv som psykoterapeut, som han på grund af sin alvorlige sygdom og snarlige død har hårdt brug for. Julius kvier sig ved at påtage sig denne autorisationsopgave, idet han har kendt Philip som en skånselsløs kvindejæger og som et menneske, der fuldstændig mangler empati og medfølelse for andre mennesker.

Alligevel – som en form for kompromis – vælger Julius at acceptere Philips præmisser, dog under forudsætning af, at Philip igennem et halvt år indvilliger i at deltage i en velfungerende terapi-gruppe, som er en af Julius’ mange faglige stoltheder.

Herefter brager romanens drama løs med magtkampe imellem Julius og Philip i gruppeterapien, med overraskende personlige forviklinger imellem gruppens medlemmer og med massive møder imellem modsætninger. Parallelt hermed er der romanens talrige mindre temaer: At vi alle har en ”rem af huden”; at nogle vesterlændinge søger eksistentielle svar i Østen; at der også findes påtvungen isolation som følge af et andet menneskes valg; at tilgivelse er en gradvis proces; og at psykoterapeuter kan være

et forfængeligt folkefærd (!) – og meget andet godt, som jeg hermed beskriver lettere uigennemskueligt for ikke at afsløre for meget.

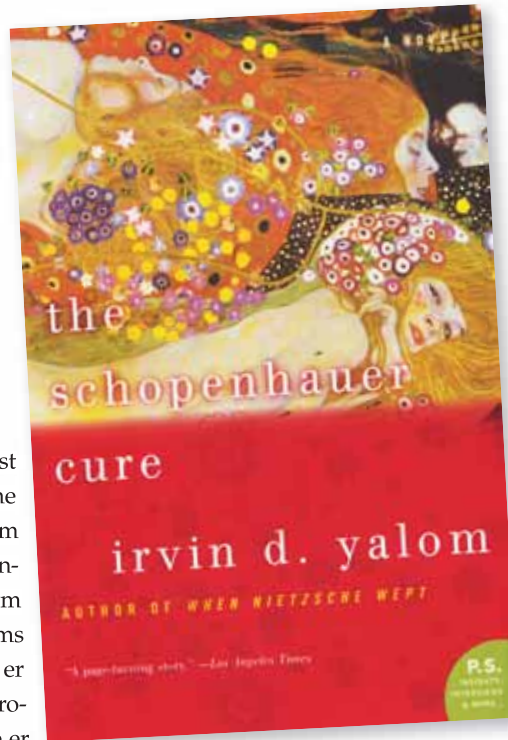
Og endelig er der romanens slutning, som jeg naturligvis heller ikke vil afsløre, men som bogen igennem ligger og ulmer med dette spørgsmål: Vil det mon lykkes Julius at få gjort Philip til et mere socialt og deltagende menneske, eller vil Philip forblive den, han er nu? – nemlig et fuldstændig alene menneske med minimal menneskelig kontakt i sin dagligdag – nul nærhed, nul sex – men med et overudviklet intellekt, der mest af alt er fyldt med dyrkelsen af filosofen Schopenhauers benhårde og kategoriske refleksioner over den menneskelige tilværelse og det småborgerlige livs kummerlige ubetydelighed.

Forcen i det fiktive

Sikkert og vist er det, at Yalom kunne nyde godt af at lære mere om fiktiv skrivekunst. Fx afløser de fiktive kapitler om Julius, Philip og alle de andre i gruppeterapien i et meget forudsigeligt mønster de biografiske kapitler om filosofen Schopenhauers liv og levned, hvormed romanens rytme bliver temmelig monoton. Kunne Yalom ikke i stedet have skrevet to separate fagbøger, én om gruppeterapi og en anden om filosofen Schopenhauer? Eller som en anden berømt eksistentiel-psykologisk psykoterapeut Ernesto Spinelli i dennes bogudgivelse ”*Tales of Un-knowing*” – kunne Yalom ikke have præsenteret de eksistentielle grundvilkår i spændende case stories tilsat intelligente faglige refleksioner?

Bogdata

Irvin Yalom: *The Schopenhauer Cure*. HarperCollings, 2006. Pris uoplyst.



I et interview, som bringes bagest i den amerikanske udgave af "The Schopenhauer Cure", fortæller Yalom om sin personlige glæde ved at indfan-
ge sine faglige erfaringer i fiktiv form i såkaldte "teaching-novels" (Yaloms egen betegnelse), så for forfatteren er der ingen tvivl om relevansen af romanen som form. Og for mig at se er der, trods den noget rigide romanrytme, også noget særligt at vinde ved det fiktive, for i modsætning til faglitteratur, som har det med at "lukke" / afgrænse psykologiske fænomener med distinkte forklaringer, åbner skønlitteraturen på kalejdoskopisk vis for fortolkning og tvetydighed. Forcen i det fiktive er det åbne, det ikke-definerede, det sprælske og vovede.

Terapeutisk fundamentalisme?

Det, bogen skal anerkendes for, er allermest dens indhold, som på original vis kredser om den gruppeterapeutiske proces – og om selvvalgt isolation. Jeg har ikke indsigt nok til at besvare spørgsmålet, om selvvalgt isolation vitterligt er i færd med at blive et mere og mere hot tema. Men jeg har alligevel en klar fornemmelse af, at mere indsigt i tilværelsesformer, der betyder meget mindre "støj" og en kategorisk bevægelse væk fra flommen af alt for meget menneskeligt samvær, bliver en mere og mere preserende sag for mange mennesker i det moderne samfund.

Som psykolog vil jeg derfor opfordre til at føre Yaloms tema videre med mere systematiske overvejelser over terapiens

måde at behandle det sociale liv kontra den selvvalgte isolation på:

Philip fungerer i romanen som en provokatør i forhold til de gensidige forventninger til samvær, som mange mennesker har. På en skala fra 1 til 10 ligger han med scoringen 1 i den mest ekstreme ende af selvvalgt isolation – på grænsen til det sygelige, ville nok de fleste hævde. I sådanne tilfælde har psykoterapi en klar målsætning: Mennesket skal hjælpes og helst med henblik på at komme ud af sin sygelige isolation; at afgrænse sig fra andre opfattes med andre ord som et alvorligt psykisk symptom på lidelse, og psykologen hjælper naturligvis dér, hvor individet er til skade for sig selv eller andre.

Men hvis Philip nu havde scoret to, tre eller fire på selv samme skala, hvilke værdier styrer så – mere eller mindre implicit – det terapeutiske arbejde, og hvad stiles der efter terapeutisk set, når hverken individet selv eller andre skades af den selvvalgte isolation?

Jeg mener, at Yalom med denne romans fortælling og via Schopenhauers meget barske filosofi løfter en flig for de mange samlivs- og leveformer, der findes i det supermoderne samfund, og som i visse tilfælde vil stille reviderede krav

til det psykoterapeutiske arbejde. Men han fører desværre ikke udforskningen af det kontinuum til ende, hvis ene pol er samlivet i den mest tætte betydning, og hvis anden pol er den selvvalgte isolation. Derfor vil jeg tillade mig at stille disse afsluttende spørgsmål:

Er samvær for alle mennesker lige forløsende og menneskeligt udviklende, eller kommer vi psykologer måske til at se flere og flere, som i højere grad søger deres egne veje – muligvis fordi de ikke kan få det ud af menneskeligt samvær, som andre mennesker eventuelt formår? Har vi psykologer i tilstrækkelig grad gransket modpolen til den dybe eksistentielle lidelse ved at være sammen med andre, nemlig det eksistentielt forløsende i selvvalgt isolation?

Jeg berører her for egen regning en (givetvis velment, men eventuelt med en uheldig slagside) fundamentalistisk tilbøjelighed, som kan tænkes også at præge psykoterapi, nemlig en indre overbevisning om, at et socialt liv med nærhed og en vis kvantitet af menneskelige relationer er det højst opnåelige for et menneske. Implicit i enhver form for fundamentalisme, hvor diminutiv den end er, findes der en modvilje imod at anerkende dét, der er anderledes eller falder uden for den fundamentalistiske norm. Det forkrøblede opstår som oftest der, hvor personlige grænser overskrides, men Yalom viser med sin roman, at overskridelse af personlige grænser også kan åbne nye veje. Se selv efter både i romanen "The Schopenhauer Cure" og på dine egne samt på psykologiens vegne!

Irene Christiansen