



Pierre Bonnard, *Bordsduk med röda rutor/Måltid med hund*, 1910, olja på duk, 83x85 © privat ägo/Bridgeman Images

Primär ontologisk trygghet

– om psykisk hälsa och naiv tillit

av Johan Eriksson

Psykisk hälsa är konstitutivt förbunden med en naiv form av tillit. Denna väsentliga koppling vilar på att människan i grunden av sitt vara är en ontologiskt otrugg varelse.

”Så mycket vi måste lita på för att kunna leva vår dagliga dag utan att sjunka genom jorden!”

T. Tranströmer

”I verklighet är du ingen.”

G. Ekelöf

Begreppet naivitet är tvetydigt. Å ena sidan signalerar begreppet positivt laddade egenskaper som att vara naturlig, okonstlad, otvungen och uppriktig. Å andra sidan kännetecknas en naiv person av att vara godtrogen, enfaldig, omisstänksam, lättlurad. Att vara naiv är enligt den senare betydelsen att hysa en specifik form av barnslig tillit: att lita på någon eller något utan att ha tillräckliga skäl för att göra det, att vara okritisk, att sakna eller inte ens känna behov av att fråga efter rationella grunder för sin tillit, att bara lita – *blint*.

Intuitivt skulle man kunna tro att i vår moderna och inom många områden vetenskapligt grundade kultur är rationalitet och kritiskt tänkande nödvändiga ingredienser i våra olika begrepp gällande psykisk hälsa. Rationalitet och kritiskt tänkande torde vara logiskt förbundna med vår föreställning om vad det innebär att ”må bra”, att vara mentalt ”frisk” eller ”sund”. Så är visserligen också fallet, men inte alls på något entydigt sätt. Redan en snabb blick på vårt vardagliga och

spontana sätt att karaktärisera psykiskt välmående avslöjar att detta snarare, och tydligare, verkar vara begreppsligt förbundet med tillit – *av det naiva slaget*. Att vara ”lycklig”, ”harmonisk”, ”stabil” eller ”samlad” – dessa tillstånd kan vara och är oftast förbundna med goda livsomständigheter (att jag har ett jobb som jag trivs med och lever med någon jag älskar, till exempel), men de kan inte, rent begreppsligt, vara byggda på rationella och kritiskt bedömda grunder. Tänk efter själv: om någon försöker bygga sin harmoni och stabilitet på kritiska överväganden – om någon alltså inte upplever sig vara harmonisk och stabil med mindre än att rationellt ha granskat sina livsomständigheter och till slut bedömt dom vara tillräckliga att bygga sitt välmående på – så skulle det intuitivt klinga fel att kalla personen i fråga harmonisk och stabil. Själva böjelsen att kritiskt söka efter rationella grunder till välmåendet avslöjar direkt bristen på välmående, eller att det välmående som förespeglas är byggt på lösan sand.

Denna vardagspsykologiska koppling mellan psykiskt välmående och naiv tillit – som även visar sig i våra lite skämtsamma och nedlåtande sätt att karaktärisera någon som ”dum och glad” eller ”lyckligt ovetande” – är också framträdande när det kommer till den vetenskapliga psykologins, psykiatrins och psykoanalysens sätt att tänka kring psykisk hälsa och ohälsa. Att naivt och okritiskt lita

på att min analytiker kommer finnas på sin mottagning efter sommaruppehållet, att naivt lita på att jag kommer känna igen mig själv då jag tittar mig i spegeln, att lita på att jorden inte kommer uppslukas av ett svart hål, att jag inte kommer omsätta mina mordiska impulser och fantasier i handling, att mitt minne inte sviker utan fortsätter förankra mig i tidens kontinuitet, att jag åter kommer vakna upp till verkligheten efter det nattliga besöket i drömmarnas rike, att naivt och okritiskt lita på att sjukhuspersonalen inte vill förgifta mig, att grannarna inte arbetar för säkerhetspolisen och avlyssnar mina tankar via magiska mikrofoner i väggarna – denna form av blind tillit är en grundläggande och väsentlig aspekt i den vetenskapliga psykologins, psykiatrins och psykoanalysens begrepp om psykisk hälsa. Och personer som i olika grader saknar denna tillit befinner sig i enlighet med detta begrepp någonstans i spannet mellan att vara djupt problemfyllda och spritt sprängande galna.

På livets flygresa tycks alltså den psykiskt välmående personen – såväl enligt vardagspsykologins som enligt den vetenskapliga psykologins begrepp – vara den som naivt litar på teknik, personal och naturlagar, och därmed kan sjunka ned i flygstolen och njuta av drinkar, jordnötter och film. Den flygrädda kommer däremot vara fullt upptagen med att lyssna till motorerna och skärskåda personalens förehavanden. Med psykiatrikern och psykoanalytikern R.D. Laings träffande begrepp kan vi sammanfattande säga att i kraft av sin naiva och okritiska tillit kännetecknas den psykiskt välmående personen av en ”primär ontologisk trygghet” (1960).

Primär ontologisk trygghet

På ett övergripande plan tänker sig Laing att en ontologiskt trygg person är någon som lever i en grundläggande känsla av att vara levande, hel, förkroppsligad och sammanhängande i tiden. Den ontologiskt trygga upplever sig vara en självständig individ som är avgränsad från världen i övrigt och som därmed möter livet på basis av en central och

fast känsla av sin egen och andras verklighet och identitet, på basis av en fast upplevelse av ”tingens bestånd, naturförloppens pålitlighet och substantiella natur och andras fysiska existens” (Ibid., s. 36).

Denna trygghet är dock ingenting som i utvecklad form finns redan vid födseln utan är något som enligt Laing växer fram i det empatiska samspelet mellan förälder och barn – ”födelsen och det biologiska levandet åtföljs av att barnet föds existentiellt såsom verkligt och levande” (Ibid., s. 38) –, ett samspel som i ideala fall alltså kommer att etablera de existentiellt grundläggande erfarenhetsstrukturer, eller den ”självorganisation”, som blir bestämmande för barnets fortsatta utveckling och för dess sätt att handskas med livets erbjudanden och prövningar.

Hos den ontologiskt otrygga är däremot dessa erfarenhetsstrukturer bristfälligt etablerade. Den som saknar en fast kärna av ontologisk trygghet lever ett liv utan känslan av att vara levande, utan en dominerande upplevelse av ett personligt inre sammanhang, utan substans. Detta innebär att världen blir en otäck plats att befinna sig på. Själva det perspektiv varifrån världen erfars är hela tiden satt under press. Basen för världens meningsmässiga organisation är alltid ifrågasatt och därför utgör vardagslivets betingelser i högre eller lägre grad ett ständigt och dödligt hot. I sin interaktion med världen och andra är därför den ontologiskt otrygga mer reaktiv än aktiv, eller med Laing: ”mer upptagen av att rädda sig än av att finna tillfredsställelse” (Ibid., s. 39).

Graden av ontologisk trygghet respektive otrygghet varierar förstås, men allmänt skulle man kunna säga att den ontologiskt otrygga saknar den naiva tilliten till att världen ”håller”, det vill säga saknar den naiva förvissning som all annan visshet vilar på. Den ontologiskt otrygga lever liksom hela tiden med en misstänksamhetens blick riktad mot det som den ontologiskt trygga naivt är förvissad om och som därmed drar sig undan den trygges uppmärksamhet. I detta undandragande – i denna naiva form av tillit som etablerar en vilande bas för erfarenhets- eller upplevelse-

livet – så överlämnas den ontologiskt tryggt till en värld som han eller hon kan känna sig *hemma i*, en värld eller en meningssmässig organisation som okritiskt framträder som någonting som *i sig* har vissa stabila ”mått” utifrån vilka, eller runt vilka, den tryggt kan mejsla fram, identifiera och börja handskas med sina förhoppningar, glädjeämnen, rädsor, strävanden och så vidare.

För den ontologiskt otryggt sker däremot inte detta undandragande, åtminstone inte på ett naivt och okritiskt sätt. Därmed blir den otryggtes värld i värsta fall måttlös, eller i bästa fall skakig i sina måttstockar. I brist på naiv tillit blir den ontologiskt otryggt existentiellt hemlös, eller blott en gäst i den verklighet som de andra tar för självklar. Det innebär att den otryggt i olika grader måste börja *anstränga sig*, och då inte bara gällande olika emotionella och intellektuella strävanden inom världen (där måste även den tryggt anstränga sig), utan för att överhuvudtaget ha en värld inom vilken strävanden kan projekteras och realiseras. Den psykotiske, till exempel, upprättar en alternativ och rigid värld av vanföreställningar som den försöker leva inom, medan den mer vardagsneurotiske kanske investerar vissa utsnitt av den allmänna världen (jobbet, äktenskapet, analysrummet) med idiosynkratisk mening och därmed skapar sig en psykisk miljö för potentiella tillfredsställelser.

Ångest

Inom en viss urvattnad form av postmodern kulturkritik kan man få intrycket att vår begreppsliga infrastruktur är något som konstruerats i en friktionsfri rymd och som därmed, åtminstone i princip, skulle kunna modifieras och förändras utifrån eget godtycke. Dock behöver man inte tänka länge för att inse att de basala logiska strukturerna i vårt begreppsliga universum snarare vilar på vissa empiriska och existentiella grundfakta som vi inte på ett självklart sätt rör över. Till exempel: den begreppslogiken som är involverad i praktiken att prissätta ost på basis av vikt skulle rasa ihop eller bli tvungen

att radikalt modifieras om ostbitar plötsligt och utan orsak växte eller skrumpnade ihop, eller om gravitationskraften plötsligt började fluktuera från dag till dag (jämför Wittgenstein 1953, §142). Eller den begreppslogiken kring vad vi menar med ett mänskligt liv – alltså själva formen i våra sätt att tala om och förhålla oss till det mänskliga livet – vilar bland annat på det faktum att vi är varelser som vet om att vi ska dö. Skulle vi vetenskapligt lyckas upphäva dödens faktum så skulle det mänskliga livets logik, såsom vi känner den, bryta samman.

Ovan har vi sett att vad som på ett grundläggande plan förenar våra vardagliga, vetenskapliga, psykiatriska och psykoanalytiska begrepp om psykiskt välmående och psykisk hälsa är att dessa begrepp är konstitutivt förbundna med en naiv form av tillit. Att den psykiska hälsan är förbunden med just en *naiv* och blind form av tillit, och inte en tillit som bygger på rationella och kritiska överväganden, vilar i sin tur, tänker jag mig, på det existentiella faktum att människan *i grunden av sitt vara* är en ontologiskt otryggt varelse. I grunden av sitt vara är människan existentiellt hemlös; i grunden av sitt vara känner hon av möjligheten eller risken att bli galen och *därför* måste hon göra sig blind, naiv, för att kunna överlämna sig till en värld i vilken hon kan uppleva sig vara ontologiskt hemmastadd. Vad R.D. Laing kallar för den primära ontologiska tryggheten är med andra ord inte alls primär. Hur ska vi närmare beskriva detta?

Den intellektuella strömning i västlandet som kommit närmast en träffande artikulation av människans prekära plats i varat – och som också är den intellektuella strömning Laing lutar sig mot i sina teorier om ontologisk trygghet respektive otrygghet –, är den moderna existensfilosofin med tänkare som Scheler, Jaspers, Heidegger, Sartre och Beauvoir. I Heideggers huvudverk *Vara och tid* från 1927 närmar han sig detta tema genom att bland annat ställa frågan hur den varelse måste vara konstituerad som kan erfa något sådant som ångest (§40), och i hans försök att utveckla ett svar på denna fråga är



Francisco de Goya, *Hunden*, ca 1819-1823, olja på murputs överförd på duk, 131,5x79,5, Museo del Prado, Madrid

Heidegger djupt inspirerad av Kierkegaard.

På ett allmänt plan tänker sig Heidegger att känslor – eller vad han snarare talar om som ”stämningar” – är något som förankrar oss i världen. Skulle vi inte vara emotionellt responsiva inför världen – skulle vi inte på ett eller annat sätt alltid vara ”stämda” – så skulle inte världen och våra liv och förehavanden i världen kunna vara något som *angår oss* (jämför Heidegger 1927, §29–30). Det är i relation till våra känslor, bland annat, som världen vinner sin meningsmässigt differentierade karaktär. Utan våra känslor skulle världen inte kunna vara organiserad i termer av att vissa saker (ting, händelser, upplevelser, identifikationer, handlingar, projekt) är eftersträvansvärda medan andra är ovidkommande, vissa är nödvändiga medan andra är otänkbara, vissa är fruktansvärda medan andra är behagliga, vissa är tråkiga medan andra är roliga, vissa sanna medan andra är falska, vissa vackra andra fula, och så vidare. Vårt känsloliv, med andra ord, ”handlar om” någonting och därmed överlämnar det oss till en värld som har karaktären av en meningsmässig och värdemässig organisation som liksom *suger in oss i* – eller låter oss ”förfalla till”, ”gå upp i” – olika identiteter, strävanden, njutningar och intressen.

Men, tänker sig Heidegger vidare, det finns vissa för existensfilosofin privilegierade känslor eller stämningar som, snarare än att förankra oss i, i stället lossar banden till världen – däribland ångesten. Till skillnad från de flesta andra känslor så är ångesten ”objektlös” (det vi lite slarvigt talar om som till exempel ”ångest inför resan” är snarare fruktan eller oro). Ångestens ”inför vad?” är inget varande i världen som på ett eller annat sätt angår oss. Ångesten framvisar i stället världen i modus av ”betydelselöshet” eller ”irrelevans” vilket innebär att ångesten just *inte* överlämnar oss till något specifikt utsnitt av världen. Ting, händelser, upplevelser, identifikationer, handlingar och projekt förlorar sitt självklara sug. I stället, kan man säga, överlämnar oss ångesten till världens generella öppenhet. Eller: existensens rena ”att” lyser fram då existerandets ”vad”, i dess

olika modus, förlorar sin dragningskraft. I ångesten står människan naken inför den existens som hon i enlighet med sitt väsen har att axla. I enlighet med sitt väsen ångslas därför människan ”i grunden av sitt vara” (Ibid., s. 217).

*Primär ontologisk otrygghet
– människans existentiella hemlöshet*

Men, närmare bestämt, vad berättar nu denna erfarenhet om människans sätt att vara? Hur är den varelse konstituerad som kan erfara något sådant som ångest? Ett kort svar på den frågan är alltså att ångesten, genom att stämma oss i grunden av vårt vara och därmed utgöra ett konstant hot mot vår lugna och förtrogna hemmahörighet i världen, berättar för oss att den primära ontologiska tryggheten är allt annat än primär. Den förtrogna hemmahörigheten i en värld med stabila mått runt vilka vi på ett självklart sätt kan mejsla fram, identifiera och handskas med våra förhoppningar, glädjeämnen, rädslor, strävanden och så vidare – denna hemmahörighet är inte en existentiell grund, utan är snarare något som vi fått tillkämpa oss och vars självklarhet vilar på att vi lyckats göra oss blinda eller naiva inför just detta faktum. Den förtrogna hemmahörigheten vilar med andra ord på att vi lyckats göra oss blinda inför det existentiella faktum att vi i grund och botten kommer från Intet! I grunden av vårt vara har vi inte något hem. I egenskap av människor har vi att axla och förvalta vår existentiella och kusliga ”icke-hemma-varo” – vår *unheimlichkeit*.

I och med att ångesten gör världen betydelselös så kan jag som sagt inte förlora mig i – och förstå mig själv utifrån eller på basis av – de identiteter, projekt och upplevelser som världen erbjuder. Det varande i sin helhet, säger Heidegger i en berömd föreläsning, ”glider undan för oss”. Plötsligt finns det ”inget att hålla sig till”. Blott den rena existensen finns kvar. Ångesten uppenbarar att i relation till den rena existens som människan har att axla så är det världsligt varande ”något helt och hållet annat” (Heidegger 1929).

Därför – för att människan i grunden av sitt vara tillhör det Intet som uppenbarar sig då ångesten negerar allt det som ”är”, det varande – så kan människan *förhålla sig till* det varande, inklusive sig själv. Att människan inte rakt igenom i sitt vara tillhör det varandes helhet – att hon inte bara är ett varande bland alla andra som är inlemmat i den psyko-fysiska ordningen och som det är möjligt att uttömmande beskriva från vetenskapens tredje-persons perspektiv – är med andra ord det som skapar själva ljuset i materiens mörker och som gör det möjligt för människan att till exempel kunna *förändras* över det varande och ställa frågor av karaktären ”varför?”, ställa frågor angående grunderna, skälen eller orsakerna till att saker och ting är som dom är. Den existentiella hemlösheten är alltså själva möjlighetsvillkoret för att kunna bedriva något sådant som vetenskap eller filosofi, för att kunna anta det teoretiska utforskandets existensform (Ibid., s. 380).

Men inte bara det: den hemlöshet som möjliggör det teoretiska utforskandets existensform är tillika det som gör att människan är en varelse som i enlighet med sitt väsen alltid löper risken att bli galen – alltid löper risken att ”losing it”. Ångesten är liksom ett normalt och allmänmänskligt smakprov av den galenskap som alltid lurar runt hörnet. Ångesten konfronterar mig med det existentiella faktum att jag *inte är identisk med mig själv*; att jag inte är identisk med mig själv i egenskap av, låt säga, arg, lycklig, levande, välbeställd, medelklass, försäkringstjänste-

man, förälder, svensk, man, människa och så vidare. Ångesten uppenbarar den spricka i min existens som gör att jag på ett eller annat sätt alltid måste förhålla mig till mig själv: jag är inte bara (arg, lycklig, levande, välbeställd och så vidare), utan *hur* det är att vara (arg, lycklig, levande, välbeställd) är alltid en aktuell fråga för mig – implicit eller explicit.

Att vara är för människan att *göra anspråk* på att vara. I relation till människan är det därför alltid möjligt att meningsfullt kunna ställa ironiska frågor av karaktären ”finns det någon bland alla levande som verkligen lever?”, ”finns det verkligen någon riktig filosof bland alla filosofer?”, ”finns det någon riktig man bland alla män?”, ”finns det någon riktig människa bland alla människor?”. Livets överklighet är alltid en risk för oss. Misstanken finns alltid där: är jag *verkligen* arg, levande, troende, man, kär, engagerad och så vidare? I ångesten lyser det faktum fram att jag på ett djupt plan är främmande inför alla världsliga identifikationer – det varande i sin helhet ”glider undan för oss” som Heidegger säger – men fortfarande kan jag, åtminstone i minimal mening, säga ”jag”. Därför kan *jag* bli galen, *jag* kan förlora allt, inklusive mitt *själv*. Och, slutligen, detta existentiella faktum – som vi på ett eller annat sätt alltid känner av i de djupaste stråken av vårt vara – är alltså grunden, tänker jag mig, eller (av)grunden, till att våra vardagliga, vetenskapliga, psykiatriska och psykoanalytiska begrepp om psykiskt välmående och psykisk hälsa är konstitutivt förbundna med just en *naiv* och *blind* form av tillit.

Litteratur

- HEIDEGGER, M. (1927): *Vara och tid*. Göteborg: Daidalos 2013.
 – (1929): ”Vad är metafysik?” *Filosofin genom tiderna 1900-talet*. Stockholm: Thales 1993.
 LAING, R.D. (1960): *Det kluvena jaget*. Stockholm: Bonniers 1973.
 WITTGENSTEIN, L. (1953): *Filosofiska undersökningar*. Stockholm: Thales 1992.