

SPIRITUEL ATTACHMENT.

Eksempler på immatriel tilknytning og non-attachment.

Peter Elsass

Tilknytningsforskningen har været domineret af et personorienteret fokus og kun få psykologer og psykiatere har givet opmærksomhed til immateriel og spirituel attachment. Forskellige historiske eksempler på isolation fra andre personer; »solitude« og ensomhed bliver givet som en introduktion til et kulturpsykologisk perspektiv på tilknytning. Den spirituelle attachment illustreres med interview med benediktiner nonner i cølibat og det konkluderes at solitude og cølibat har sin basis i en sikker en personorienteret tilknytning, men i spiritualiteten bliver andre former for interrelationer dannet; såkaldt spirituel attachment. Buddhismen og dens form for ikke-attachment introduceres som et eksempel på et andet syn på selvets psykologi og dets forhold til andre betydende personer.

Attachmentforskningen kan kritiseres for at have et overdrevent fokus på tilknytningen til andre personer og mindre interesse for de kulturelle variationer og for tilknytningen til immaterielle og spirituelle forhold. Grunden blev lagt da Bowlby i 40'erne indtog det personorienterede perspektiv og bl.a. konkluderede at »De intime tilknytninger til andre mennesker var kernen hvorudfra en persons liv udviklede sig, ikke alene mens han var baby, toddler eller skolebarn, men gennem hele puberteten og hans midtaldre, som på hans ældre dage. Ud fra disse intime tilknytninger får personen sin styrke og livsglæde, de gennemstrømmer alt hvad han er optaget af og giver ham styrke og glæde for andre« (Bowlby 1980: 442). Moderne tilknytningsforskning indtager den samme grundholdning; selvom det retfærdigvis skal nævnes, at den har suppleret sig med meget komplekse begreber for tilknytning og med tværkulturel forskning. Men stadig er det relationen til andre personer som har topprioritet, ligesom vi i vores psykoterapier er (over)optaget af relationer og tab af betydningsfulde andre personer.

Men nogle psykologer og psykiatere som f.eks. Kirkpatrick (1999, 1998) og Storr (1988) har provokeret klinisk psykologi ved at understrege betydningen af tilknytningen til det immaterielle og spirituelle. De er stort set alle enige om at tilknytning til anden betydende person danner et vigtigt udgangspunkt for en spirituel udvikling og for evnen til at være alene. Men

det er først og fremmest relationen til andre, der omtales som et modenhedstræk og ikke evnen til at være alene. F.eks. er der meget få diskussioner inden for børne- og ungdomspsykologien af om det i nogle perioder kan være eftertragtellesværdigt for børn at være alene. Undersøgelser af ekstraordinære kreative personer viser, at mange ikke har haft tætte tilknytninger til andre. F.eks. havde Kant, Hume, Kaffka, Wittgenstein etableret sig i en dagligdag som hovedsageligt baserede sig på arbejde og på ganske enkelte overfladiske kontakter (Storr 1988).

Winnicott foreslog at evnen til at være alene udspringer af et fundament af sikker tilknytning; forstået som det lille barns kapacitet til at være sig selv i moderens nærvær uden angst for hendes mulige forsvinden og uden bekymring for hvad det kan forlange og ikke forlange af hende; anskueliggjort ved begreberne om den såkaldte »good enough mother« og om »basic trust«. Winnicott introducerede skelnen mellem tilknytning og afhængighed og analyserede »the capacity to be alone« ud fra begrebet om »det falske selv«, forstået som et selv baseret på at efterkomme andres ønsker, i stedet for personens egne sande følelser. Mennesker med et falsk selv kan ikke være alene, fordi »evnen til at være alene er afhængig af selv-undersøgelse og selvrealisation; evnen til at blive bevidst om ens dybeste behov, følelser og impulser« (Winnicott ref. fra Storr 1988: 21).

Nogle former for ensomhed og tilbagetrækning fra andre betydende personer forudsætter denne »kapacitet til at være alene«. »Retreat« angiver både en tidsperiode og et isoleret sted, hvor man er afsides og optaget af sit eget indre og af meditation og bøn. Et af de første psykiatriske hospitaler i England blev kaldt »The Retreat«, grundlagt af Samuel Tuke i 1792, som instituerede et behandlingsregime bestående af tolerance, venlighed og minimal brug af tvang. Behandlingsideen var at en sikker beskyttelse mod verdens fortrædeligheder ville give sundhed for den psykisk syge. I dag bliver isolation sjældent nævnt som terapeutisk middel. Man taler om netværkets styrkende funktion og ikke om helbredelse i afsondrethed og stilhed.

Den store interesse for tilknytning til andre personer er sandsynligvis afhængig af hvilket aldersperspektiv, man har på udviklingspsykologien. Freud introducerede sine begreber om tilknytning i sin forskning om barnet og reproduktionen. Jung var derimod optaget af, hvad han kaldte »den anden halvdel af livet«; om den voksnes udvikling, som var koncentreret om dannelse af mening og formål. Bruddet med Freud og Jung anskueliggør, hvorledes tilknytningsinteressen brydes, og hvordan spiritualiteten kommer ind i psykologien. Jung skrev: »Blandt alle mine patienter i den anden halvdel af livet – dermed menes over 35 år – har der ikke været en eneste, hvis problem i den sene livsalder ikke har været at finde frem til et religiøst syn på livet Det har selvfølgelig intet at gøre med hvilken kirke man er medlem af « (Jung 1958: 41).

I brevvekslingen mellem Jung og Freud og i Jungs arbejder finder man mange formuleringer, som når ind til spiritualitetens kerneområde; ople-

velsen af sammenhæng i en form for såkaldt »konstruktiv resignation«. En af Jungs klienter skrev: »Ud af det onde, er der kommet meget godt til mig. Ved at forblive stille, uden at undertrykke noget, være opmærksom og ved at acceptere realiteten – ved at opfatte ting som de er og ikke som jeg gerne vil havde dem til at være – ved at gøre alt dette er en usædvanlig viden kommet til mig og også en usædvanlig styrke, som jeg aldrig havde forestillet mig muligt. ... Nu er jeg indstillet på at gå ind i livets leg, være receptiv over for alt der kommer til mig, godt såvel som dårligt, sol og skygge som altid veksler og på den måde acceptere min egen natur med såvel dens gode som dårlige sider. På den måde er alt blevet mere levende for mig« (Jung 1958: 47).

Williams James skriver tilsvarende om denne spirituelle oplevelse af sammenhæng: »Det er forandringen fra anspændthed, selvansvarlighed og bekymring til en hvilende årvågenhed, receptivitet og fred, som er det vidunderlige af alle disse forandringer i den indre balance og i det personlige energi centrum, som jeg har analyseret så ofte; og til min forundring kommer dette skift og denne overskridelse ofte ved ikke at gøre noget, men ved simpel afspænding og ved at lade byrderne falde« (James 1963: 289).

Det er som regel denne »konstruktive resignation«, hvor man i ensomhed foretager en adaption ved hjælp af maladaptation, som mange hæfter sig ved, når de omtaler det spirituelle. Maslow omtaler den samme sammenstilling af modsætninger i karakteristikkene af det »selvaktualiserende menneske«. Og i nyere tid har den narrative psykologi påpeget, hvorledes konstruktionen af livshistorier etablerer sammenhænge og integration ved at sammenstille modsætninger. Gennemgående for disse psykologiske beskrivelser af spiritualiteten er formuleringer om den enkeltes oplevelse af meningsføgende sammenhæng; en oplevelse af »inter-relatedness« i ensomhed, men ikke i isolation.

Ensomhed og solitudo

Denne »konstruktive resignation« er ikke et emne, der alene tilhører psykologien. Ensomheden har altid været til stede og er i forskellige historiske perioder blevet omtalt og undertiden hyldet i litteraturen, kunsten og religionen. Den tager forskellige former i forskellige tidsepoker som f.eks. den gode ensomhed, den tragiske ensomhed, den byrdefulde og den beundrede ensomhed. Nogle gange som et gode, hvori man søger ly for den larmende og falske verden, et tilflugtssted hvorfra man kan skue til det højeste. Andre gange tager den form som ulykkelighed, at være forladt og alene.

1700-tallet var ensomheds-sværmeriets store tid og »Oh solitude« blev udtrykt i mange varianter. Oehlschläger fortæller om ensomhed i sin barndoms have, Frederiksberg Have, Blicher skriver om smerte og sorg på heden, og Goethe havde sit havehus, hvor han søgte skjul, når ensomme-

dens problem skulle forstås og løses. Oehlenschlägers digte om ensomhed og eremitilværelse var opløftende og omtalte ensomhedens øjeblik som: »Ensomheds gyselighellige lyst gæster min bakke, når sommeren forsvinder«. Blicher var derimod den mere sorgfulde og ulykkelige, når han strejfede ensom rundt på heden og udtalte at »Den største sorg i verden her, er dog at miste den man har kær«.

Havekunsten indeholdt sådanne ensomhedsområder, hvor naturen folde sig ud. Meningen med at beundre havens elementer var ikke at få en æstetisk oplevelse, men at prise skaberen og hans værk. Kunsten gik sammen således at billedkunst, musik og poesi dannede en enhed, som forholdt sig til denne ensomhed.

Troels Lund beskriver denne havekunst; som regel en gammel barokhave, hvorudfra strålede alléer til den egentlige natur med heder og engpartier og vilde buskadser og gjorde den til en følsom have. »Ensomheden kunne tage flere former, enten den forestilling om ensomhed, der blev til i den havevandrendes sind, når han så ensomhedens tegn: eremithytten, eller den tog form af »naturen«, dvs. at den vandrende gerne så sig omgivet af »vilde« planter, »fritvoksende« træer og rislende bække. Overgangen mellem de to former var ikke stor; den samme bæk kunne udmærket danne en lille kaskade, et lille vandfald bag eremithytten, og denne hytte skulle helst ligge et afsides, et dystert sted i haven, hvor træer og buske naturligt blev lidt forsømt«.

Ensomheden tog forskellige former, som et asyl eller et eksil, et fristed eller en forvisning. Men som regel er den for borgerskabet et uforpligtende koketteri med det enkle landliv, vel at mærke hvis man har byens fornøjelige adspredelser tæt ved; for øvrigt ligesom mange i dag trækker sig afsides og tager »på landet« i deres sommerhuse. Den gode ensomhed har karakter af en fællesskabsorienteret isolation. Konkret giver det sig udtryk i at mange tager ud i de store parker for at besøge eremitten og få hans gode råd. I 1700-tallet var ensomheden mild og uden excesser og askese.

Men i andre tidsperioder formede ensomheden sig anderledes og blev til den religiøse ensomhed. Her forlod eneboeren samfundet for at være alene med Gud, og ensomheden havde snarere karakter af den spanske betydning af ensomhed; »soledad« som betyder udørk, fangenskab og længsel og som ikke har lighed med det engelske »solitude«.

Et eksempel på den spirituelle ensomhed er Ørkenfædrene i 400-tallet som etablerede sig da Romeriget brød sammen og havde stor betydning for at den kristne kirke blev etableret.

Antonius (Gad 1982: 104) giver en dramatisk beskrivelse af disse ørkenfædre. For dem er ørkenen blevet en slagmark, hvor de møder djævelen: »Som morgenrøden er hans øjne. Ud af hans gab farer brændende fakler, bål spruder der frem. Em står ud af hans næsebor som en kedel, der koger. Hans ånde er som glødende kul, luer står ud af hans gab«. Eremitten er her en person, der må tage kampen op. Ensomhedens formål er at tømme sjæ-

len, så Gud kan fylde den, og folk forlod byerne i hundredvis og gav sig til at leve i ørkenerne alene eller i kollektiver eller i ordnede munkesamfund (Gad 1982: 131).

I disse beskrivelser af ensomheden finder man en række grundkonflikter om isolationens adskilthed og den religiøse spiritualitet:

Goethe formulerer en af problemstillingerne: Har mennesket lov til at trække sig tilbage fra Verden, eller bør han være et aktivt, nyttigt medlem af samfundet?

Et andet problem er, at selv om eremitten lever afsides, er han ikke isoleret. Tværtimod blev det et problem, at mange kom for at besøge eremitterne; de levede ensomt, men ikke upåagtet. Det kunne endda blive et problem at opretholde isolationen. En af eremitterne, Arsenius, skriver om ærkebiskoppen, der melder sin ankomst »Hvis du kommer vil jeg åbne min dør for dig, men når jeg har gjort det, må jeg åbne for alle, og så kan jeg ikke blive længere på dette sted« – og så lod ærkebiskoppen ham være (Gad 1982: 136).

Religion og spiritualitet

I ensomheden og i tilbagtrækningen ligger konflikten mellem den spirituelle konstruktive resignation og den religiøse, undertrykkende askese. Jeronimus skriver om den spirituelle konstruktive ensomhed: »O desertum! O solitudo! O heremus! I ødemarken bryder Kristi forårsblomster frem, i ensomheden gror himmelborgens ædle stene, i ørkenen er Gud os frydefuldt nær!« (Gad 1982: 188). Men religionens væsen blander sig i det spirituelle og kan skabe lidelsesfuldt afsavn og askese. En skriver om ørkenfædrene: »Men da han nu følte vellystens brand tændte han lys og stak sin hånd ind i flammen; således slukkede han den ene ild med den anden« (Gad 1982: 138). Men hvori ligger forskellen mellem religion og spiritualitet, mellem den gode og den asketiske ensomhed?

William James har givet den mest omfangsrige grundige psykologiske karakteristik af religionens væsen. Han skriver i »Religiøse erfaringer«: »Hvis man blev bedt om at give en karakteristik af religionens væsen i de bredeste og almindeligste vendinger, kunne man jo sige, at den består i troen på, at der er en usynlig orden til, og at vort højeste gode findes ved harmonisk at tilpasse os den. Denne tro og tilpasning er sjælens religiøse holdning« (James 1963: 46).

Indledningsvist kan man beskrive spiritualitet som en simpel og åben stræben efter at forstå og handle ud fra en kontekst af sammenhæng med sig selv og ens omgivelser i bredeste forstand. Det centrale i begrebet om spiritualitet eller åndelighed er omtalen af sammenhæng eller samhørighed. Religion kan indledningsvis karakteriseres ved at være institutionen og ritualer, hvor spiritualitet er indholdet og målet.

Men forsøger man at komme nærmere en begrebsafklaring får man problemer. I en ældre udgave af Oxford English Dictionary fra 1991 er der 10 sideres referencer på begrebet spiritualitet. De indeholder som regel to temaer: 1. at være optaget af livets mest vitale principper og kvaliteter, ofte beskrevet som at give liv og energi til materielle dele af personen. 2. et bredt fokus på immaterielle forhold ved livet, som ikke kan betragtes med de sanser som materielle forhold normalt ellers opfattes med. Mange religiøse oplevelser har samme terminologi som de spirituelle og karakteriseres som »transcendent, sacred, holy or divine«.

Begrebet spiritualitet er multidimensionelt og kan ikke sammenfattes i operationelle definitioner. Religion er derimod et institutionelt og derfor et materielt begreb. Den er ganske vist ofte optaget af spiritualitet, men den er en social enhed og institution med en bestemt tro, praksis og medlemskab og kan som sådan afgrænses og defineres. Religion er således et socialt fænomen, hvorimod spiritualitet er et fænomen som kun kan forstås som noget, der er knyttet til en individuel oplevelse i en specifik kontekst. Groft sagt forholder religion sig til spiritualitet ligesom medicin til sundhed. (American Psychologist 2003: 28).

Religiøsitet kan blive destruktiv, når den ødelægger den samhørighed, hvorpå spiritualitet er baseret. Metaforer, historier og antagelser, som anses for hellige, kan bortlede personens opmærksomhed på den samhørighed som udgøres af det åndelige. På den måde kan spiritualitet og religiøsitet komme i konflikt med hinanden.

Anvendelsen af de to begreber er interessant, fordi den siger meget om tiden og sammenhængen. Specielt spiritualitet og dens kliniske aflægger, shamanen og åndemaneren bliver i-tale-sat på mange måder lige fra afstandstagen over forskellige former for sund skepsis til romantisk uforbeholdenhed. Begreberne er så brede, at de kan indskrives i vidt forskellige sammenhænge som f.eks. i en charlatan model, en patologi model, en sjæleflugt model, en teknologi model og en dekonstruktivistisk model (se f.eks. Krippner 2002).

Psykologi og spiritualitet

Psykologien har haft svært ved at gribe det spirituelle. I det 20'ende århundrede har specielt den amerikanske psykologi været domineret af en positivistisk og naturvidenskabelig tilgang, og her har det spirituelle som noget immaterielt nærmest per definition været udelukket som forskningsemne. Men trækker man sig ud af det snævre adfærdsmæssige udgangspunkt eksisterer der meget forskning. William James, arbejde fra 1902 (1962) er banebrydende og en række forskere har fulgt efter og sammenstillet psykologi med filosofi og teologi (se oversigt hos Barnard 1997, Hauerwas 2001). Internationalt er der en række fora, som psykologer har

publiceret i som f.eks. *Journal of Scientific Study of Religion*. Herhjemme skal nævnes Lehmanns arbejde om »overtro og trolddom« (1893). En dansksproget »religionspsykologi« eksisterer som en oversættelse af Allport's arbejde fra 1966. Det humanistiske forskningsråd har i efteråret 2002 placeret »Religion i det 21. århundrede« som satsningsområde og en række arbejdsgrupper har dannet sig, bl.a. med psykologer som deltagere.

Internationalt har den dominerende forskning bestået af et stort antal empiriske undersøgelser over sammenhængen mellem spiritualitet, religion og sundhed. Begreberne om spiritualitet og religion er blevet defineret operationelt i spørgeskemaer og blevet udsendt til store repræsentative populationer. Resultaterne viser overbevisende sammenhænge mellem mål for sundhed (f.eks. levelængde) og psykiske symptomer (f.eks. angst og depression) og mål for religion og spiritualitet. Konklusionen er at sundheden forøges ved religiøs og spirituel aktivitet. Men denne evidensbaserede forskning er blevet kritiseret bl.a. for at bruge spørgeskemaer og rating scales som giver alt for simple og grove mål for de komplekse dannelser. En anden indvending er, at der bag de positive sammenhænge kan skjule sig en række såkaldte confounding variable. F.eks. deltager religiøse mennesker oftere i støttende, sociale sammenhænge, er mindre ensomme, mere veluddannede og har en mindre stresset arbejdsdag; en række faktorer som måske i virkeligheden er de udslagsgivende for den forøgede sundhed hos religiøse og spirituelle mennesker, sammenlignet med personer, der ikke er religiøse. Men metaundersøgelser har dog formået at påpege, at den spirituelle aktivitet i sig selv er livsforlængende og sygdomsforebyggende (Powers et al. 2003, Seeman et al. 2003).

Denne empirisk kvantitative forskning kan suppleres af den humanistiske sundhedsforskning, som i højere grad forsøger at komme om bag begrebernes udformning og underkaste dem kvalitative analyser i tværfaglige fora. Men det er ikke altid, at et ønske om tværfaglighed, hvor man forbinder og samler i fælles begreber og teorier skaber større klarhed og viden. I en række sammenhænge har sammenstillingen af religion og humanistisk psykologi ført til en reduktionisme, som ikke er inspirerende og igangsættende.

Et eksempel herpå er Freuds opfattelse af religion. Freud indtog den »realistiske position« over for religionen og brugte de begreber og teorier, som han havde udviklet i sin analytiske praksis med sine klienter. F.eks. sammenstillede han tvangshandlinger med religiøs praksis, bl.a. i sine essays om »Moses og monotheismen« og så tilknytningen til det spirituelle som afledt af tilknytningen til faderen.

Et andet eksempel på at sammenstillingen af spiritualitet og psykologi ofte fører til en banalisering og reduktion af modparten er forholdet mellem psykoterapi og sjælesorg. Klinisk psykologi vil i sin reduktionisme betragte sjælesorg som en form for rådgivende og støttende vejledning. Nogle psykologer advarer mod at præster foretager psykoterapi, fordi den støt-

tende form for psykoterapi er en af de vanskeligste interventioner, som man må afholde sig fra, når man ikke har en specialistuddannelse. Sjælesorg er i klinisk psykologisk sammenhænge blevet karakteriseret som en form for »teknisk manipulation«, som kræver en grundig psykoterapeutisk uddannelse med indsigt i at overføringsforhold er udgangspunkt for manipulationen (Rockland 1992). Psykologernes kolonisation af det spirituelle kan således tage form som et krav om, at præster skal holde sig fra sjælesorg medmindre, de har en omfattende efteruddannelse i psykoterapi, sådan som det f.eks. er tilfældet i Sverige.

Den kliniske psykologi er i det sidste årti blevet optaget af det meningsgivende og i særdeleshed af den betydning og meningsfuldhed som et ydre oplagt tab kan give anledning til. Eksistentiel psykoterapi og narrativ terapi er eksempler på sådanne meningsdannende behandlingsmetoder, som interesserer sig for spirituelle dimensioner. De meningscentrerede psykoterapier har ganske vist fået stor betydning, men i forskningslitteraturen er de næsten fraværende, bl.a. fordi deres begrebsdannelser ikke er tilstrækkeligt overbevisende og gennemskuelige. Spirituelle parametre som forøget meningsfuldhed og sammenhæng, »indsigt og veracitet«, er vanskelige at ud-sætte for såvel proces som effektundersøgelser, til forskel for symptomlet-telse, forbedret arbejdsfunktion og mindre somatisk sygelighed, såkaldt »effektivitet og funktionsduelighed«. Den empiribaserede forskning er fortaler for at man skal holde sig til det konkrete foreliggende og ikke bevæge sig ud i det subjektive og åndelige. I de senere år er der opstået en reaktion mod den snævert kognitive og empiribaserede tilgang, som bl.a. har givet sig udtryk i, at spiritualitet er blevet sat som et topprioriteret forskningse-mne i Den amerikanske Psykologforening i år 2003.

Cølibatet

Men hvori ligger det konstruktive i det spirituelle og det psykologisk meningsfyldte ved adskiltheden, ensomheden og cølibatet. Vi hører så meget om de negative sider ved det religiøse cølibat, som understøtter den traditionelle holdning til kønslivet. I al vores frigjorthed provokerer cølibatet os så meget, at vi kun vil høre de dårlige historier om den seksuelle forførelse og udnyttelse i religiøse lukkede samfund.

Der eksisterer derimod beskrivelser af forelskelse under cølibatet, som giver seksualitet en anden status end det forbudte og fortrængte. I det følgende skal der citeres fra Norris »Cloister-walk« (1996), hvor hun citerer interviews med benedictiner-nonner i cølibat. Konklusionen er at forelskelsen er en normal, men smertefuld del af cølibatet.

En af nonnerne udtaler: »Det er en del af den almindelige menneskelige udvikling, som ikke kan fornægtes og, hvis vi fornægter eller fortrænger den i hellighedens navn, ender vi op med at få en falsk religion, og vi kan

komme til at skade os selv og vores religiøse samfund«. En anden fortæller om sin forelskelse til en kollega i klosteret. »Den værste ting ved vores forhold og på det tidspunkt, hvor det var hedest og bedst, var det intense fokus på hinanden. At blive forelsket er at opleve en »ego collapse«. Den anden person opfylder og udfylder noget i din egen personlighed. Forskellen mellem seksuel intimitet og socialt cølibat er mindre et spørgsmål om genital kontakt, men om fokus« (Norris 1996: 253).

En priorinde sagde: »Den værste synd mod cølibatet er at foregive, at man overhovedet ikke har nogle »affections«, varme følelser. »At blive forelsket« er cølibatet i arbejde « (Norris 1996: 254). »Cølibatet er ikke en måde at undertrykke vores følelser på. Det er en måde at nærme os alle vores følelser på, acceptable eller ej, og lægge dem tæt til vores hjerter og bringe dem ind i bevidstheden ved hjælp af bøn« (Norris 1996: 254).

I Norris' interviews er der en kønsforskel. Munkene er mere tilbøjelige til at definere sex efter dampkoger-princippet; altså om energiernes fordeling. De ønsker ikke at have sex, fordi de hellere vil bruge den energi i kirken. De er mere klinisk orienterede og overkompenserer for at være i cølibatet. Kvinderne så derimod i højere grad cølibatet i en kollektiv social sammenhæng; som en måde at styre de følelsesmæssige relationer.

En nonne sagde: »Vi kvinder kan også tage os selv i arbejdet, men det værste vi kan gøre er at fornægte vores sande følelser og blive rigide og bange for at relatere os til andre. Vi må ikke distancere os fra både mænd og kvinder. Jeg bliver altid trist til mode ved at opleve kvinder, som ikke-elskelige, men det skyldes vel, at de har været i cølibat hele livet. At være i cølibat er for mig først og fremmest at blive en elskelig person på en måde som frigører dig til at tjene andre. Fører cølibatet til noget andet har det ingen mening« (Norris 1996: 255).

»Kun hvis vi er åbne over for venskabet gaver og tillader os selv at blive elsket og elsker andre som gengældelse, kun da kan vi vide hvad det betyder at have en gud som elsker os og som vi elsker« (Norris 1996: 255).

Interviewene viser »at blive forelsket« ikke nødvendigvis er en af cølibatets store farer. Det sker for de fleste kvinder. »Jeg er mindre tilbøjelig til at benævne dem som fejltrin og tror, at de er ægte udtryk for vækst; at være i cølibatet er en måde at lære på« (Norris 1996: 255). Men i cølibatet er det ensomheden, som udgør den egentlige udfordring:

»Det er en stor del af den tilpasning man må gøre sig til klosterlivet, at sidde alene og møde sin ensomhed, sin tomhed (emptiness) og ikke lade sig distrahere af den og blive bortledt fra sin opgave. Hvis en kommer til mig og fortæller, at hun har masturberet stiller jeg spørgsmål som: Hvorfor? Hvorfor netop nu? Føler hun sig ensom? Er det noget hun er begyndt på og er det blevet et mønster? Har der været en vanskelig hændelse i hendes liv – en nærtstående vens død eller et familiemedlems? Eller er der nogle oplevelser her i klostret som fremmedgør hende? Er hun faldet for en eller anden og bruger hun det som seksuel udløsning og lettelse. Og det sidste

spørgsmål får mig til at tænke, at hvis hun er blevet forelsket giver det hende en mulighed for at vokse ud over det romantiske billede af at være en nonne. Det kender jeg fra mig selv. Og det spørgsmål som hun skal ende op med at stille sig er: Hvorledes viser Kristus' kærlighed sig gennem den person hun er blevet forelsket i, og hvordan kan hun bedst vise sin kærlighed som svar – for personen, for klostret, for samfundet og for Kristus? Sandsynligheden for at finde et svar ligger ikke gemt i at masturbere«. (Norris 1996: 256).

Gennemgående for disse interviews er at man hele tiden ser, hvorledes adskiltheden og ikke-tilknytningen forudsætter tilknytning. Attachment og non-attachment kan ikke skilles ad medmindre man tager udgangspunkt i et begreb om spiritualitet.

Klosterlivet udgøres ikke af en samling eskapister. At være i en kontemplation med Gud, at bede med og for Verden, er at gøre noget enestående, delvis fordi den handling transcenderer det nyttige. En nonne sagde: »I klostret kan vi ikke have et liv med utroskab. Vores søstre må tage en beslutning. Ønsker de den person, som de er forelsket i eller ønsker de livet her i klostret. Når søstre kommer til mig for at få et råd, hjælper jeg dem med at tage en beslutning og ofte ønsker jeg, at de skal vokse emotionelt og anbefaler parforholdet. Det er bedre at vokse gennem et seksuelt forhold end at forblive en barnlig nonne« (Norris 1996: 259).

Mange religiøse klostresamfund står i fare for at blive til et refugium for umodne folk. Men Norris' interviews afspejler, at seksuel stabilitet er forudsætningen for spirituel vækst, og at det modne cølibat er imod seksuel uvidenhed og tværtimod gør seksuelle emner til et samtaleemne, der kan vare hele livet.

»Som klosterfolk bliver vi nød til at sublimere vores seksuelle energier, men vi bør være bevidst om at vi gør det. Ellers bliver vi tvangsprægede eller afhængige. En ikke-seksuel aktiv kærlighed kan være lige så passioneret og lige så opslugende, som en fysisk genital. Kærligheden har sit centrum, og formålet er at være fokuseret på det. Cølibatet fremmer denne opmærksomhed. Det er et bevidst valg, som man må tage op til vurdering gang på gang. Det er et dagligt valg at leve i cølibat« (Norris 1996 : 261).

»Først og fremmest betyder det ikke at fokusere på hvad man har måttet opgive og hvad man har mistet, det betyder en frigørelse fra et savn og det giver bedre mulighed for at tjene kirken og andre mennesker. Cølibatets disciplin giver et »commitment« til at udvikle sig, intellektuelt og i mit »prayer life«, at engagere mig i regulær bøn, både privat og med samfundet, at engagere sig på en eller anden måde i en meningsfuld forvaltning, at tage omsorg for min krop og at opsøge adskiltheden (solitude) på regelmæssige tidspunkter, og føle glæde ved skønheden. Når jeg kan opleve sand glæde ved en solnedgang, ved et musikstykke eller ved et kunstværk eller ved folk i alle aldre, så ved jeg at cølibatet virker. Cølibatet betyder gæstfrihed« (Norris 1996: 263).

Buddhismens begreber om intersubjektivitet

Der er kun få af sådanne fænomenologiske og nære beskrivelser af den spirituelle attachment, af adskiltheden og cølibatet i vestlige kulturer. I andre kulturer er den immaterielle tilknytning bedre kvalificeret; et eksempel er den tibetanske buddhisme.

Tibetanerne har en særlig holdning til relationer og til tilknytningsforhold. Basale teknikker i deres religiøse praksis fordrer isolation og ikke-tilknytning. Lamaerne bliver fjernet fra deres forældre som ganske små og anbragt på klostre med munke, der tager sig af deres spirituelle uddannelse. En del af den meditative praksis kræver afsondrethed; en isolation fra omgivelserne ofte i flere år sammen med en læremester og andre munke på såkaldt »retreat«, hvor almindelig samtale må begrænse sig til at være »funktionel«, kortvarig om fysiske fornødenheder. I buddhismen bliver tilknytning betragtet som en psykisk funktion, der skal forhindres og tæmmes, fordi den i yderste forstand kan give ubalance og lidelse. Men bag denne holdning ligger en elaboreret forståelse af intersubjektivitet, som ikke gør den enkelte kontekstløs og uforbundet.

Intersubjektivitet som tema er centralt i den tibetanske buddhisme, men ifølge dens verdensanskuelse eksisterer den enkelte person som et individ, men ikke med et selv eller en personlig identitet knyttet til et uafhængigt jeg, som på forskellig måde styrer krop og psyke. Individet forstås snarere som en matrix af gensidigt afhængige hændelser i en tilstand af fælles bevægelse; en energetisk flux.

Men denne gensidige afhængighed i personen fører ikke til dannelsen af et selv, sådan som i den vestlige verden, hvor selvet opstår som et resultat af tidligere årsager og betingelser i forholdet til ens forældre og til andre, som bidrager til ens overlevelse, uddannelse etc. Vores eksistens er intersubjektiv, fordi vi eksisterer i kausale netværk, hvor vi konstant bliver påvirket af andre eller øger påvirkning på dem og på verden omkring os. Det individuelle selv eksisterer ikke uafhængigt af krop og psyke, men i forholdet til myriader af fysiske og mentale processer. Det store spørgsmål er, hvorledes denne oplevelse af et selv opstår, når det ikke er en indbygget og indlejret del i disse psyko-fysiologiske processer.

Buddhismen går den såkaldte middelvej, »Madhyamaka«, som hverken forfalder til en substantialisme, hvor verden udgår fra selvet, eller til en nihilisme, hvor alt er ingenting og blot fysiologisk overlevelse. Selvet kommer ifølge Dalai Lama i stand ved en begrebslig forførelse (Goleman 2000). F.eks. når man oplever nogle kropslige eller psykiske egenskaber, bliver selvet til som et begreb for noget, som det i en anden forstand ikke er. Selv om man oplever sig som kropslig tyk og fed og psykisk som lykkelig og glad, dækker det over en konvention, som man har sammen med andre i sin kultur. Buddhismen understreger at denne begrebsliggørelse er tæt knyttet til et fællesskab bestående af andre med det samme sprog og

tankegang. Uden dem vil verden, som vi opfatter den, ikke bestå. Intersubjektiviteten er således udgangspunktet. Men buddhismen mener ikke, at den individuelle bevidsthed opstår udelukkende ud fra en idé om intersubjektivitet.

Meditationen trækker opmærksomheden bort fra disse konkrete oplevelser af et selv og ind i et mentalt rum. Men der er ikke tale om, at man unddrager sig tilværelsens fortrædeligheder ved at trække sig tilbage til et sådant mentalt rum. En opfattelse af meditation som en »disembodied« proces er desværre ikke ualmindelig blandt vesterlændinge. »Den grundlæggende meditative praksis drejer sig ikke om at fokusere på det »indre« frem for det »ydre« eller omvendt, men om en registrering af hvad der end opstår i bevidstheden som en »touch-and-let-go«-proces, der ofte kombineres med en opmærksomhed på det naturlige åndedræt« (Kabatt-Zinn 1990, Trungpa 1995, ref. fra Mathiasen 2002: 600).

Buddhismen kultiverer og dyrker en empati som en uomgængelig måde at opnå indsigt i sig selv og i omgivelserne. Den buddhistiske praksis har til hensigt at skabe større empati for andre, men uden en begrebsliggørelse af et selv, sådan som vi kender den i Vesten f.eks. i vores terapier med deres mål om selvudvikling og autonomi. Et mål i den tibetanske buddhisme er at gennemskue selvets ontologiske status, og når der i den tibetanske kontekst tales om »jeg-løshed«, er dette ikke et udtryk for, at der på et relativt operationelt niveau ikke er et »jeg«, men derimod om at »jeget« og »selvet« gennemskues som værende netop begrebsmæssige størrelser uden nogen iboende substantiel eksistens som sådan (Mathiasen 2002: 598).

I buddhismen omtales der en »mindfulness« over for følelsesmæssige tilstande med bl.a. tre basale både fysiske og psykiske tilstande; glæde, smerte og indifferens; både i én selv, i andre og i forholdet herimellem. Disse tre tilstande blander sig til et behov for at opleve lykke og glæde og for at undgå smerte og lidelse. I den buddhistiske litteratur udvider disse fundamentale tilstande sig til at omfatte alle sanseoplevelser og til at blive et fælles ønske ikke alene for menneskeheden, men for alt levende. Buddhismen bliver derfor karakteriseret ved snarere at være »biocentrisk« end »antropocentrisk«.

I vores vestlige psykologi er vi derimod blevet mere og mere »kognicentriske«, som f.eks. i den nyere neuroscience, hvor vi foreslår, at følelserne er det primære, og at kognitionerne har en sekundær rolle med en organisatorisk og koordinerende funktion; den såkaldte emotionelle intelligens (Goleman 1995). Men i buddhismen er det hverken følelser eller kognitioner som er det primære, de er snarere ledsagefænomener; nogle har endda provokerende påstået, at man i tibetansk buddhisme ikke har et ord for emotioner (Goleman 1997: 184).

For at forstå den specielle form for intersubjektivitet, som den tibetanske buddhisme kultiverer, kan man bruge Martin Bubers sondring mellem den

destruktive tilknytning, som forurener vores følelser, og den brede vidtfavnende, biocentriske empati (Buber 1992). »Jeg-det«-relationen betegner det destruktive forhold, hvor den anden betragtes som et objekt, som skal manipuleres i forholdet til ens egne behov. Synet på den anden og forståelsen af, hvordan vedkommende egentlig er, har kun interesse, hvor det har relevans for opnåelsen af ens egne mål. Ud fra denne nytteværdi bliver den anden betraget som enten ven eller fjende eller som ligegyldig. I »jeg-det«-forholdet er der kun ét subjekt; én selv. Men ved at umenneskeliggøre og dehumanisere den anden, bliver man selv implicit umenneskelig.

»Jeg-du«-forholdet er derimod i sin essens et dialogisk forhold, hvor det ene subjekt engagerer sig oprigtigt i den andens subjektive realitet. Hvor »jeg-det«-forholdet var manipulatorisk er »jeg-du«-forholdet intersubjektivt og empatisk. I den dialogiske forståelse ligger opmærksomheden på det mellemliggende, mellem én selv og den anden, og har dermed muligheden for at transcendere individualiteten i et evigt og allestedsværende du. Buddhismen efterstræber denne biocentriske empati, hvor de affektive tilstande overskrider grænser og demarkationer og lejrer sig i nye dannelser.

Buddhistiske kvaliteter for den spirituelle tilknytning

Buddhismen omtaler fire kvaliteter, som den praktiserende ved hjælp af forskellige metoder bestræber sig på at udvikle: »Loving kindness«, »compassion«, »sympathetic joy«, samt »equanimity« (Chödrön 2001: 136). Buddhismen er varsom med at definere dem som bestemte tilstande, når der er tale om frugten af en praksis, fordi dette er blokerende for den erkendelsesproces, der skal udfolde sig (Mathiasen 2002: 602).

Kort omtalt er »loving kindness« en kvalitet hvor man dybtfølt efterstræber andres velbefindende. Tilstanden adskiller sig fra kærlighed, som ofte i vestlige sammenhænge bliver udskældt for at skride fra et »jeg-du«-forhold til et »jeg-det«. Kærlighed har hos os nogle tætte aflægninger i en seksuel fortabelse, en personlig tilknytning og binding og endda en attraktion til objekter, steder og hændelser. Buddhismen adskiller den type kærlighed fra »loving kindness« og betegner kærligheden »raga«, som kan oversættes med »tilknytning«, »kræven« og »besiddelse«. Ifølge buddhismen er »tilknytning« en attraktion efter noget, som man begrebsliggør ved at filtrere de positive egenskaber fra de negative. I den tætte tilknytning knytter man endda muligheden for ens egen lykke til det objekt, man efterstræber, og gør dermed sig selv magtesløs og den anden magtfuld. I forholdet til en anden person giver den slags kærlighed snarere en »intra-subjektiv« end en »inter-subjektiv« relation, fordi man projicerer sine egne begrebsliggørelser over på den anden. Når realiteten af ens egen idealisering af den anden træder frem, og den anden åbenbarer sig med alle sine gode og dårlige sider, kan tilknytning tage form som had og aversion, og de ne-

gative sider kan tage overhånd. Men for buddhismen kan »loving kindness« ikke ændre sig til aversion, sådan som »attachment« kan.

Det paradoksale ved buddhismen er, at denne altfavnende tilstand begynder med, at man koncentrerer sig om sin »loving kindness« for sin egen person. Buddha udtrykker denne fundamentale præmis som »den som elsker sig selv, vil ikke gøre andre skade« (Udana 47: 218). Den buddhistiske strategi har derfor vakt stor interesse blandt vestlige psykologer, hvor netop det lave, negative selv billede, skyldopfattelserne og det ringe selv-værd har nået epidemiske proportioner. I de fleste buddhistiske meditative teknikker anmoder man først om at blive fri for animositet, vrede over for andre og angst for konkrete hændelser. Dernæst vender man sin opmærksomhed mod andre og ønsker, at de skal opnå det gode.

Den næste tilstand er »compassion«; en form for engageret medfølelse for den anden. Men også her forsøger buddhismen at modsætte sig tilknytningen således, at den ikke bliver til en sorg eller en indignation på den andens vegne. Man føler sig ikke trist på den andens vegne, men ønsker snarere, at den anden skal blive fri for lidelsen og dens årsager, og bevæger sig fra realiteten af den aktuelle lidelse til muligheden for en befrielse fra lidelsen. Den empatiske medfølelse kan virke som katalysator for »compassion«, men er ikke selv »compassion«. »Compassion« bør ikke blive til en substitut for aktiv handlen og hjælp til andre, men vil snarere være en slags mental forberedelse til en altruistisk handling.

»Sympathetic joy« og »equanimity« er begge en form for sindsligevægt, som rækker ud over personen og påvirker andre som en form for basal tillid og harmoni, der breder sig i forholdet mellem andre. De baserer sig også på en empati, hvor man anerkender, at alle levende væsener ligesom én selv har ret til lykke. Den modsatte holdning er ligegyldigheden eller det forhold, hvor man knytter sig til sine nære på bekostning af, at man hader sine fjender.

Denne form for empati, bestående af ingredienser som »loving kindness«, »compassion«, »sympathetic joy« og »equanimity« knytter sig til det andet vigtige aspekt, visdom. Visdom har at gøre med udviklingen af indsigt i fænomeners ontologiske status, herunder indsigt i den relative virkeligheds karakter af »selv« og »omverdensfænomener«. Det er, når visdoms- og medfølelsesaspektet indgår i en uadskillelig forening, at erkendelsesprocessen udfolder sig. Dette udtrykkes ved en mandlig og en kvindelig buddha i seksuel forening, hvilket i høj grad understreger processen som »embodied« (Mathiasen 2002: 601).

Retreat

Den buddhistiske spiritualitet er kompliceret og meget sammensat i sin teori. Dens beskrivelser af den seksuelle forening viser, hvor elaboreret den

er i forhold til den vestlige opfattelse af forelskelse, som f.eks. hos benedictiner-nonnerne.

Nogle buddhistiske yogier udtrykker målet for den spirituelle udvikling i »Kadampas fire juveler«:

- Not to be afraid of meditating alone in a cave
- Not to be afraid of meditating alone in a cave with very little food and getting ill.
- Not to be afraid of meditating alone in a cave and dying there
- Not to be afraid of meditating alone in a cave and dying there with no one even knowing your name (Crook & Low 1997: 135).

Den adskilthed virker skræmmende for en vesterlænding, som svøber sig i tilknytninger og relationer. Uanset hvilken form den spirituelle attachment tager, indeholder den altid en tilknytning til andre personer, men deres betydning er underordnet eller indordnet som en del af den spirituelle udvikling.

De spirituelle spørgsmål kan ikke forfølges i ens eget private rum, men kræver samarbejde med en person, der har trådt vejen før og har erfaringer som er blevet anerkendt. Det kristne klostर्सamfund eller den buddhistiske lærer, lamaen, er derfor essentiel for overføringen af den læring, hvor man gradvist opnår selvstændighed.

Men denne position, hvor man sidder for fødderne af sin lærer, er vanskelig, fordi man på en vis måde skal godtage alle hans belæringer på en underkastende måde. Man kan stille sig spørgsmålet om læringen har karakter af enlightenment eller reconditioning.

Man møder problemet, når man får vesterlændinge til at udtale sig om deres buddhistiske praksis og initiationer: Når de skal fortælle om deres »nye liv«, gentager de som regel blot de nye terminologier og beskriver, hvor enestående deres nye oplevelser er. I-tale-sættelsen har ofte fokus på mesteren og hans genialitet: »Sådan siger Bhagvan« og så smiler de lykkeligt. De er gået fra den ene kultur til den anden uden at få deres belæringer integreret. Resultatet er at de paradoksalt har fået en overdreven personorientering i deres spirituelle attachment.

Den tibetanske spiritualitet repræsenterer en af de mest radikale og ambitiøse sociale og psykologiske udfordringer for vores attachment-teorier, fordi den understreger og forsøger at skabe og bevare en socialitet, hvis basale ideer er non-attachment, non-desire og material afsavn. I stedet forsøger den at socialisere og rekruttere til andre og alternative normer, værdier og standarder for at opfatte og evaluere verden.

Dette modsætningsforhold er beskrevet flere steder i beretningerne om hvordan buddhismen kom til Tibet (Crook & Low 1997: 8). Klostre blev opbygget og der var generel enighed om cølibatet, at afstå fra ægteskab, ikke at drikke alkohol, ikke at have penge og altid at blive på et sted. Men

også tibetanerne havde problemer med at overholde afholdenheden, og der opstod forskellige veje til cølibatet. Milarepas' beretning er netop sådan en beskrivelse af et turbulent liv som afbrydes med lange ophold i isolerede huler, hvor han overlever sult og strenge vintre i kraft af sin yoga. Hans arbejder udgør nogle af de mest afholdte i den tibetanske kultur (se f.eks. Lhalungpa 1997).

Men retreat er ikke en overgivelse til ustruktureret tomhed, men snarere en travl væren. F.eks. er træningsrutinen for Lamayuru Yogierne at udføre et meget stort antal af de såkaldte »prostrationer«, himmelfald. Formålet med denne praksis er at reducere egoismen, opnå ydmyghed og renselse gennem omvendelse og anger. Prostrationerne bliver til en meditativ praksis i sig selv. Man forpligtiger sig til mindst 100.000. De udføres ved at man fra stående position knæler ned og strækker sig ud på jorden, samtidig med at man siger nogle specielle bønner. Når man er færdig udfører man 10.000 ekstra for at tage højde for div. fejl og derefter yderligere 1000 som garanti. I alt 111.125 prostrationer. Proceduren tager to til tre måneder. Det er hårdt arbejde, der udføres mellem 1-7 om natten, fra 8-12 om formiddagen, og fra 1-3 og 4-8 om eftermiddagen. Man sover fra 22 til 01 (Crook & Low 1997: 95).

Det er en omfattende træning som kræver både mental og fysisk fitness, for slet ikke at tale om engagement og motivation. En europæisk buddhist Tenzin Palmo udtalte da hun kom ud af sin mangeårige retreat: »Jeg kedede mig aldrig« (Mackenzie 1999: 141).

Ritualerne er en forudsætning for den spirituelle udvikling. Læremestrene og ritualerne repræsenterer den tilknytning, som skal skabe ikke-tilknytning. Og formuleret i den vestlige attachments rammer baserer den spirituelle tilknytning sig på nødvendigheden af at skabe en sikker kontekst, hvor en sårbar person kan få mulighed for at udforske en rigere model for væren.

Den kulturpsykologiske position til selvet

Den spirituelle attachment, som den f.eks. udtrykker sig i den buddhistiske opfattelse af selvet i kroppen og i bevidstheden, er et eksempel på, hvorledes vores vestlige kultur har afgrænset nogle emner om selvet, som i andre kulturer opløser sig i andre dannelser. I et kulturelt perspektiv kan selvet beskrives under tre forskellige synsvinkler (Berliner et al. 2002). Selvet som fænomen, der er forskelligt fra kultur til kultur, men som alligevel eksisterer i sig selv. Selvet som en konstruktion, der kan udledes af fortællinger, indlejret i historien, som fortæller eller som et mødepunkt mellem forskellige kræfter i fortællingen. Selvet er her en social konstruktion, som ikke kan sammenlignes fra kultur til kultur; det findes kun i analysen af den konkrete fortælling. Endelig kan selvet beskrives ud fra et vedvarende sam-

spil med de konkrete livsbetingelser, som det enkelte menneske har. Selvet er her en større enhed end den enkelte person og omfatter også den måde en person eller en gruppe forholder sig til deres livssammenhænge på.

Denne fremlægning af den buddhistiske spiritualitet støtter den socialkonstruktivistiske position, der kritiserer den vestlige psykologi for at fjerne individet fra historien og kulturen og studere selvet i isolation. F.eks. bliver dele af moderne udviklingspsykologi repræsenteret ved Daniel Sterns arbejder om det interpersonelle barn (Stern 1985) kritiseret for at opfatte selvet, som værende en medfødt, »pre-designet« kvalitet. Stern danner hermed basis for en sproglig tilegnelse, som isolerer, afgrænser og fremmedgør selvet, sådan som det er så karakteristisk for det moderne vestlige selv (Cushman 1991). Han anfægter ikke sin basale antagelse om, at selvet er et »naturligt, uafvigeligt aspekt af den universelle menneskelige erfaring«, i stedet for at se det i relation til de sociale og historiske forhold, hvori det er konstrueret.

Bl.a. skriver Stern: »Jeg er mest optaget af de sanser ved selvet, som er essentielle for de daglige sociale interaktioner... Jeg vil derfor rette opmærksomheden på de sanser ved selvet, som kan føre til psykisk sygdom og til store sociale vanskeligheder, hvis deres normale sociale funktion ødelægges« (Stern 1985: 7). I dette citat er der en række antagelser, som kulturpsykologien kan anfægte. En lang række antropologer har beskrevet, at selvet ikke er en selvfølgelig størrelse, men kan indgå i mange forskellige sammenhænge; se f.eks. Heelas & Locke (1981), Shweder & Bourne (1984), White & Kirkpatrick (1985). Galskab og den normale sociale funktion er normative begreber, som er bundet til vores historie og kultur. Men ved at undgå at definere disse begreber lukker Stern sin psykologi inde i et ahistorisk og antikulturelt paradigme. Implicit argumenterer han som så mange andre psykologer for at det »tomme, splittede, narcissistiske, forvirrede og isolerede individ er karakteristisk for Vesten med alle dets vanskeligheder med at opretholde intime forhold og indgå i sociale fællesskaber« (Cushman 1991: 411). I denne socialkonstruktivistiske retorik argumenteres der imod at gøre disse vanskeligheder til et psykologisk produkt, som der skal arbejdes med i den terapeutiske relation, fordi det udelukker en forståelse af de faktorer i kulturen, der skaber disse egenskaber. Den tiltagende selvoptagethed og de narcissistiske forstyrrelser kan ikke forstås i forhold til selvet og dets medfødte, præverbale dannelser. Forståelsen omfatter mere end mor-barn forholdet og de intersubjektive relationer centreret om individuation og separation.

Kulturpsykologien træder ind her med en holdning om, at selvpsykologien ikke nødvendigvis kræver nye talemåder, begreber og teorier, men snarere skal basere sig på andre positioner og anden empiri. Typisk vil kulturpsykologien pege på andet end det vestlige individualiserede selv og introducere betydningen af et ikke-vestligt kollektivt selv, sådan som man f.eks. ser det i de asiatiske lande og i buddhistiske samfund. Dette kollek-

tive selv er en sammensat dannelse. I tværkulturelle studier refererer omkring en tredjedel af publicerede artikler til begreber som individualisme og kollektivism (Kagiticibasi 2000: 3). Begreberne har en lang og kompliceret historie, som ikke er begrænset til psykologien, men optræder inden for de allerfleste humanistiske og samfundsvidenskabelige fag.

Nogle aspekter af tibetanernes selvopfattelser ligger så langt fra den vestlige opfattelse, at de er unikke for deres kultur, andre omfatter sandsynligvis et kerneselv, som er universelt udbredt. Men diskussionen om hvad der er universelt udbredt for alle kulturer, og hvad der er specifikt kulturbundet er ikke et spørgsmål om enten eller. Polerne er modsætninger, men ikke adskilte områder – på samme måde som at den spirituelle attachment forudsætter og indeholder personorienteret attachment. Attachment indeholder akser, mellem det indre og det ydre, psyke og kultur, individualitet og kollektivitet, kontinuitet og forandring, enhed og mangfoldighed. Men sammenhængen og prioriteten er afgørende forskellig i forskellige kulturer og kan ikke umiddelbart reduceres til hinanden.

REFERENCER

American Psychologist. 2003 vol 58.

- BERLINER, P., WIKING, M. & BLOB, M. (2002): Selvet i et kulturelt perspektiv. I Bertelsen, P., Hermansen, M., Tønnesvang, J. (red.): *Vinkler på selvet. En antologi om selvbegrebets anvendelse i psykologien*. Klim. København.
- CROOK, J. & LOW, J. (1997): *The yogins of Ladakh. A pilgrimage among the hermits of the buddhist himalayas*. Motilal Barnarsidass Publishers. Delhi.
- BOWLBY, J. (1980): *Loss, sadness and depression; Attachment and loss*. III. London.
- BUBER, M. (1992): *Jeg og du*. Hans Reitzels Forlag. København.
- CHÖDRÖN, P. (2001): *The places that scares you, a guide to fearlessness in difficult times*. Shambhala. Boston.
- CUSHMAN, P. (1991): Ideology obscured: Political uses of the self. *American Psychologist*, 46, 206-19.
- GAD, T. & GAD, B. (1982): *Eneboeren i Søndermarken. En bog om ensomhed*. Reitzels Forlag. København.
- GOLEMAN, D. (red.) (2000): *Healing emotions. Conversations with Dalai Lama on mindfulness, emotions and health*. Shambhla. New Delhi.
- GOLEMAN, D. & THURMAN, R.A.F. (red.) (1991): *MindScience. An East-West dialogue*. Wisdom Publications. Boston.
- HEELAS, P. & LOCKE, A. (red.) (1981): *Indigenous psychologies. The anthropology of the self*. Academic Press. San Diego.
- JAMES, W. (1963): *Religiøse erfaringer*. Jespersen og Pios Forlag. København.
- JUNG, C.G. (1958): Psychotherapist or the clergy. I: *Psychology and religion. Collected works*. XI. London.
- KABATT-ZINN, J. (1990): *Full catastrophe living. Using the wisdom of the body and mind to face stress, pain, and illness*. Dell Publishing. New York.
- KAGITICIBASI, C. (2000): Individualism and collectivism. I: Berry, J., Poortinga, Y.H., Pandey, J. (red.): *Handbook of cross-cultural psychology*, vol. 3. Allyn and Bacon. Boston.

- KIRKPATRICK, L.A. (1999): Attachment and religious representations and behavior. I: Cassidy, J., Shaver, P.R. (red.): *Handbook of attachment. Theory, research and clinical applications*. Guilford. New York.
- KIRKPATRICK, L.A. (1998): God as a substitute attachment figure. A longitudinal study of adult attachment style and religious change in college students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 961-973.
- KRIPPNER, S.C. (2002): Conflicting perspectives on shamans and shamanism. Points and counterpoints. *American Psychologist*, 57, 962-977.
- LEHMANN, A. (1893): *Overtro og trolddom*. Thaning og Appel. København, 1968.
- LHALUNGPA, P. (1997): *The life of Milarepa*. Book Faith India. New Delhi.
- MACKENZIE, V. (1998): *Cave in the snow*. Bloomsbury. London.
- MATHIASSEN, S. (2002): Om den tibetanske »wanderledeshed«. *Psyke & Logos*, 2, 597-607.
- NORRIS, K. (1996): *The cloister walk*. Riverhead books. New York.
- POWEL, L.H., SHABABI, L. & THORESEN, C.E. (2003): Religion and spirituality. Linkages to physical health. *American Psychologist*, 58, 36-52.
- ROCKLAND, L.H. (1992): *Supportive therapy for borderline patients. A psychodynamic approach*. The Guilford Press. New York.
- SEEMAN, T.E., DUBIN, L.F. & SEEMAN, M. (2003): Religion/spirituality and health. A critical review of the evidence for biological pathways. *American Psychologist*, 58, 53-63
- SHWEDER, R.A. (1991): *Thinking through cultures. Expeditions in cultural psychology*. Harvard University Press. Cambridge.
- SHWEDER, R.A. & BOURNE, E.J. (1984): Does the concept of person vary cross-culturally. I Schweder, R.A., LeVine, R.A. (red.): *Culture theory. Essays on mind, self and emotion*. Cambridge University Press. Cambridge.
- STERN, D. (1985): *The interpersonal world of the infant*. Basic Books. New York.
- STORR, A. (1988): *Solitude*. Fontana Paperbacks. London.
- TRUNGPA, C. (1995): *The path is the goal. A basic handbook of buddhist meditation*. Shambhala. Boston.
- WHITE, G., KIRKPATRICK, J. (red.) (1985): *Person, self and experience. Exploring Pacific ethnopsychologies*. University of California Press. Berkeley.