

JOBBE, NAVE ELLER GRÅTE?

- personlige veivalg i en forvirret tid



JONAS HANSEN MEYER:

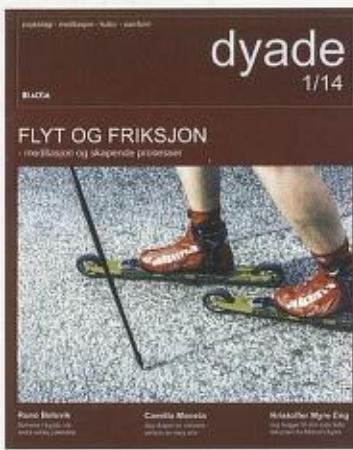
Uten at noen applauderer, og uten at du blir kjendis?

CARINA HEIMDAL WAAG:

Jeg liker ikke når folk ikke kan se forskjell på oss.

ÅSE HELEN TVEITANE:

Jeg kjenner på en fortvilelse. Dette temaet igjen.



OM DYADE

I en samtid da alt synes å gå fortere og fortere, vil *Dyade* bringe inn ettertanke og refleksjon. Vår erfaringsbakgrunn er arbeidet med Acem-meditasjon og gruppepsykologi siden 1966.

Hvert nummer av *Dyade* tar for seg ett enkelttema og har som ambisjon å gå i dybden og by på refleksjoner som ligger litt utenfor det allmenne.

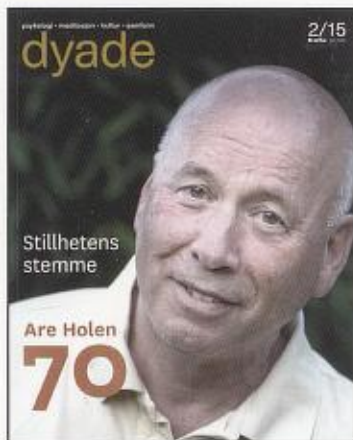
Dyade har ikke mål om å være kontroversielt, men erfaringene fra arbeidet med meditasjon kan bidra til perspektiver som noen ganger viser seg å være utfordrende i samtiden.

Redaksjonen i *Dyade* består av åtte kvinner og menn. Vi er født på førti-femti- seksti- og syttitallet. Vi er humanister, jurister, psykologer og medisinerere av utdanning. Fellesnevner er undervisning i og praksis med Acem-meditasjon og gruppepsykologiske prosesser.

Redaksjonsmedlemmene skriver selv. I tillegg henter vi inn skribenter for hvert temanummer. Det kan både være personer med tilknytning til Acems arbeid med menneskelig vekst, eller fagpersoner innenfor det feltet temanummeret omhandler.

Alt arbeid i *Dyade* gjøres på frivillig basis. Det betales ikke for bidrag, ei heller for formgivning.

En oversikt over alle årgangene av *Dyade* – med et stort utvalg artikler – finnes på vårt nettsted **dyade.no**.



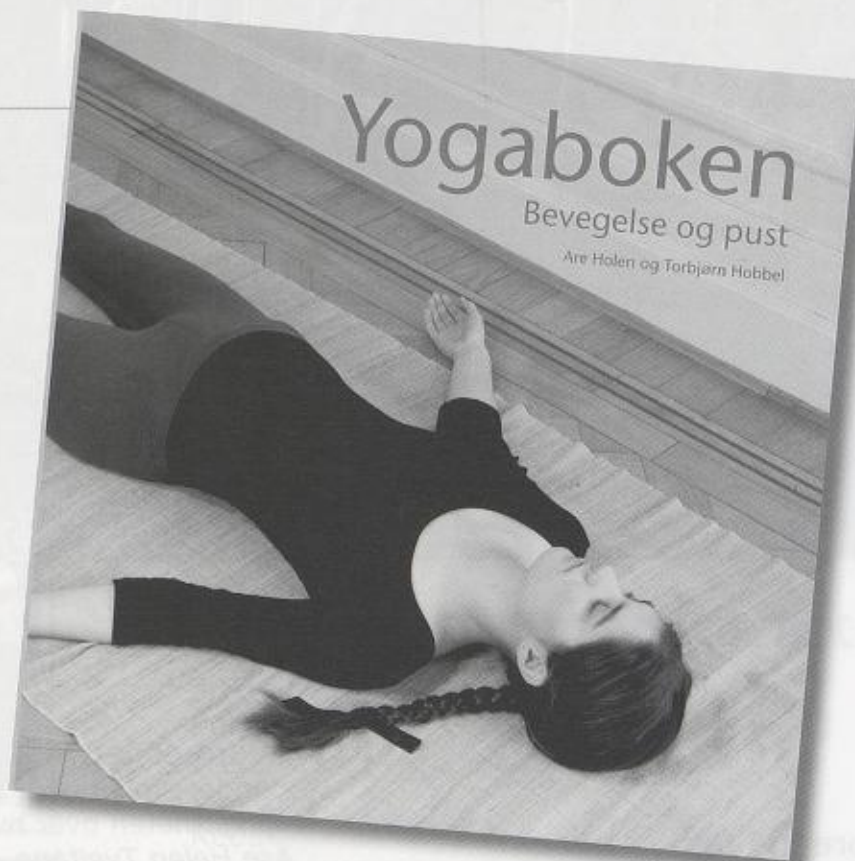


INNHold | JobBE, NAVE ELLER GRÅTE?

- | | | | |
|----|--|----|---|
| 3 | Leder | 29 | Hvem er jeg?
- under smilet øker skamfølelsen, oppgittheten over hvor sliten hun er
<i>Åse Helen Tveitane</i> |
| 5 | Noe å brenne for
- lengselen etter å være enestående, frykten for å være middelmådig
<i>Jonas Hansen Meyer</i> | 39 | Hvorfor jobbe?
- fremmedgjort jobb eller arbeidsløshet og meningstap?
<i>Petter Myre Eng</i> |
| 13 | Tvilling
- sett utenfra kan vi som tvillinger kanskje virke identiske
<i>Carina Heimdal Waag</i> | 49 | Moderne krigsblues
- den franske gruppen FAUVE gir røst til misnøyen
<i>Erik Nesvold</i> |
| 21 | Om å sitte ved bordet
- meld deg på banen og kjør på med gassen i bønn
<i>Elisabeth Heimdal Wærsted</i> | 55 | Deltaker eller drømmer?
- Pessoa's urolige bok
<i>Dag Jenssen</i> |

DYADE 4 2015 ÅRGANG 47

Redaktør for dette nummer|Dag Jenssen Redaksjon|Türid Suzanne Berg-Nielsen Rolf Brandrud Svend Davanger Christopher F-B Grøndahl Eirik Jensen Halvor Eifring Vilde Haakensen Redaksjonsekretær|Hildegunn Bell Grafisk uttegning og foto|Carl Henrik Grøndahl og flere. Forsidefoto: Torbjørn Hobbøl Korrektur|Gunnhild Reistad Administrasjon|Acem sekretariat Redaksjonsråd|Ole Gjems-Onstad Carl Henrik Grøndahl Torbjørn Hobbøl Are Holen Adresser|Postboks 2559 Solli, 0202 Oslo, Huitfeldtsgt. 49, 0202 Oslo Telefon|23 11 87 00 Telefax|23 11 87 09 Bankgiro|6026 05 04048 Epost|dyade@acem.no Hjemmeside|dyade.no Dyadebloggen|blog.dyade.no Trykk/opplag|United Press 800 eks Utkommer|4 ganger i året Abonnement for året 2016|kr. 310.- Løssalg|kr.90,- ISSN|0332-5790 (trykt utgave) 0807-2736 (digital utgave)



Unn deg litt kroppsgodt

Dette er ikke helsestudioenes tøy og strekk og kjør.

Det er ikke gym-yoga med kraft og prestasjon.


Det er en lettfattet og grundig innføring i meditativ, klassisk yoga,

En treningsform som passer alle kropper gjennom hele livet.

I *Yogaboken* finner både nybegynnere, litt trenede og erfarne utøvere forslag til yogaprogram og utfyllende beskrivelse av mer enn 60 øvelser.

Bakgrunnen for boken er Norsk Yoga-skoles undervisningsarbeid

Kan bestilles på yoga.no eller tlf 23 11 87 00

 Norsk Yoga-skole

Dyade forlag

LEDER | JOBBE, NAVE ELLER GRÅTE?

personlige veivalg i en forvirret tid

“Vi befant oss til sjøs, men uten å vite hvilken havn vi skulle stevne mot.” Enhver er “overlatt til seg selv”, sa den portugisiske forfatteren Fernando Pessoa for nærmere 100 år siden. Men har vi ikke hverandre å rådføre oss med og støtte oss til?

I dette *Dyade* har redaksjonen bedt flere yngre skribenter om refleksjoner som knytter an til identitet og livsvalg. De fleste har valgt å skrive om tema som har å gjøre med arbeid og prestasjon. Én valgte et identitets-tema i grenselandet mellom biologi og psykologi.

Med seg selv som eksempel reflekterer Jonas Hansen Meyer over sin generasjons holdning til arbeid. Er arbeidslivet noe man kan utsette, noe man kan forholde seg fritt utforskende til, kombinert med en drøm om stjernestatus eller kjendistilværelse? Kan NAV være en løsning?

Carina Heimdal Waag er tvilling og ser på spørsmålet om identitet i lys av det å ha en søster som er enegget med henne. Trangen til å bli “seg selv” kan være sterk når en som er ganske lik står like ved siden av? Men hvor lik er man egentlig? Og hvordan være ledig i forhold til egen trang til autonomi?



Dag Jensen

Sheryl Sandbergs globale bestselger *Lean In – Women, Work and the Will to Lead* er lest av Elisabeth Heimdal. Hun støtter Sandberg i at kvinner i større grad skal melde seg på i konkurransen om lederstillinger. Samtidig påpeker Heimdal at Sandbergs tilnærming kan gå glipp av selvrefleksjon og psykologisk bearbeidelse.

Hva med de som etter hvert, men ikke helt ennå, skal inn i arbeidslivet? Åse Helen Tveitane ser på ungdoms opplevde perfektjonskrav og depressive tendenser. Er løsningen å gråte hos terapeuten? Hvordan kan forfatteren som lektor i videregående skole møte elevene og hjelpe dem til å kjenne innover?

Prestasjon, karriere, trivsel. Viktig, ja, men er det dette som er arbeidets mening? Var ikke arbeidet til for at vi skulle få unna det nødvendige? Petter Myre Eng ser tendenser til at arbeidet tjener de som utfører det snarere enn det verdifulle resultatet. Bør vi utvikle et mer avspent krav til hva arbeid skal oppfylle av personlige ambisjoner? Er vi på vei mot et arbeids-relativiserende samfunn?

“Fordi det viktigste er ikke hva du er, men hva du selv har valgt å være”, synger den franske rockegruppen Fauve i Erik Nesvolds artikkel om den yngre generasjonen i Frankrike. Nesvold kjenner den gjennom venner fra tiden i fransk videregående.

Dette *Dyade* byr også på en artikkel om nevnte Fernando Pessoa og hans *Uroens bok*. I denne teksten fra 1900-tallets første halvdel dreier det seg også om hvem man er og vil være: deltaker eller tilskuer.

God lesning!



JONAS HANSEN MEYER

Noe å brenne for

Jeg husker hvor overrasket jeg ble da foreldrene mine fortalte meg hva deres håp og ambisjoner hadde vært da de var unge

Vi var på vei oppover Strandseterhø, en topp på ca 1200 meter ved foten av Jotunheimen, egentlig bare en kort spasertur, knapt en liten time opp.

«Da jeg var ferdig på gymnaset, handlet alt om å få seg en utdanning slik at jeg kunne begynne å jobbe,» sa faren min. Moren min nikket – slik hadde hun også hatt det.

De sa det med den største selvfølgelighet, og det forbløffet meg. Hadde ikke de også hatt et ønske om å reise, dra på en backpackertur? Ta en kunstutdanning først? Hva med å bare jobbe på SFO noen år og feste i helgene? Vi snakket om andre ting, men ordene virket i meg en stund etterpå. Selv var jeg på dette tidspunktet nettopp ferdig med en bachelor i musikkvitenskap, jeg hadde jobbet noen år

som telefonselger, studert litt filosofi og vurderte å søke meg inn på tekstforfatterlinjen på Westerdals. Senere samme høsten skulle jeg på en helgetur til Las Vegas for å delta på et kurs i selvutvikling og tidsplanlegging.

Det er åpenbart at generasjonen til foreldrene mine var utsatt for et helt annet livsalvor da de var unge. De måtte faktisk begynne å jobbe, det var et krav. Faren min hadde arvet penger da min farfar døde ung, og han bodde hos moren sin store deler av studietiden. Men å ikke gå rett i gang med jobb etter endte studier ville ikke vært et alternativ. Det handlet ikke om å finne en jobb man kunne «legge sjela si i», det handlet bare om å finne noe som fungerte, og det var vel dette som forbløffet meg: En jobb man ikke brant for, og det uten å klage eller mukke?

Jeg har kjent på kroppen den innsnevringen som øyeblikkelig inntreffer idet man tar et valg: angsten for alt det man velger bort

UENDELIGE MULIGHETER

«For at mulighetene skal kunne forbli uendelige, må man ikke la noen av dem bli forstenet til evig virkelighet.» Da jeg for litt siden leste disse linjene i Zygmunt Baumans *Flytende modernitet*, kjente jeg meg umiddelbart igjen. Og det ga en viss trøst å se at min motstand mot å tre inn i et yrke, min avsmak mot å ta et endelig valg og bli noe konkret og definitivt, var beskrevet av en ledende sosiolog som et vesentlig trekk ved tiden vi lever i.

Jeg har kjent på kroppen den innsnevringen som øyeblikkelig inntreffer i det man tar et valg: angsten for alt det man velger bort. Frykten for ikke lenger å være fullt ut potensial. Å miste den deilige følelsen av å ha alle muligheter åpne – politimann, pornoskuespiller eller postmann. Eventuelt popstjerne hvis alt skulle skjære seg. I Baumans analyse er det nettopp det uforpliktende og det åpne, det flytende, som utgjør det sentrale aspektet ved det moderne, vestlige samfunnet der shoppingen er den arketypiske aktiviteten; individet shopper seg fram til en identitet.

I en slik tilværelse blir det mindre viktig hvilke valg man faktisk tar og desto viktigere å beholde et stort tilfang av muligheter. Bauman mener denne situasjonen skyldes den politiske utviklingen de siste 50 årene som gjennom nyliberalismen har gitt enkeltindividet større frihet, flere valgmuligheter, men dermed også en større byrde. Gjennom modernitetens store frigjøringsprosjekter har mennesket tilsynelatende løsrevet seg fra lenkene og båndene som en gang holdt det nede: religionen, klassesamfunnet og skammen ved seksualiteten.

Spørsmålet er om «friheten» egentlig har virket frigjørende.

DEN UTVALGTE

I min motstand mot å forplikte meg til et ordinært yrke, ligger en livsfølelse som jeg tror jeg deler med svært mange andre unge: lengselen etter å være enestående og den store frykten for å være middelmådig. Behovet for å være unik, annerledes og spesiell sitter som et Kainsmerke i pannen på en hel generasjon hvis motto kan oppsummeres slik: «I don't think that there's anything worse than being ordinary» (fra filmen *American Beauty*, 1999).

I et samfunn der de basale behovene er dekket, blir behovet for selvrealisering mer prekært og det er denne trangen som uttrykkes i fremveksten av realityserier og talentkonkurranser på TV. Vår dominerende kulturelle myte handler nettopp om å være den utvalgte, slik det kommer til uttrykk i blant annet de to store Hollywoodsuksessene *The Matrix*-trilogien og Harry Potter-filmene. Neo, hovedpersonen i *The Matrix*, jobber som programmerer for et stort og kynisk teknologifirma i et sterilt kontorlandskap. Han lever livet sitt i halvsøvn, men alltid med en følelse av at noe er galt. Det viser seg at han har rett. Menneskene blir i virkeligheten utnyttet og lurt av avanserte datamaskiner, og Neo er den utvalgte, den som skal avslutte krigen mellom maskinene og menneskene, han som uvisst av hvilken grunn klarer å omforme og manipulere selve grunnmatrisen i illusjonen som maskinene har laget for at menneskene ikke skal forstå at de blir holdt i fangenskap.



Er jeg den utvalgte?

I filmene og bøkene om Harry Potter vokser hovedpersonen opp i en ordinær familie, men han passer ikke inn. Det kommer for en dag at han bærer i seg trollmanngener, og som et hjelpeløst spebarn var han selve årsaken til at den onde Voldemort mistet kraften sin. Han blir tatt med til skolen Galtvort og livet hans endrer seg totalt. I begge filmene går hovedpersonene rundt med en følelse av at deres vanlige, kjedelige, til tider lidelsesfulle liv ikke er det egentlige livet de skulle levd. Er dette en mulig grunnfølelse for en hel generasjon? Vi sitter på skolebenken eller på den helt vanlige jobben, vi stirrer ut av vinduet og føler at noe er galt. Det må da være noe mer? Er jeg den utvalgte?

ASKELOADDEN

Heltefortellinger har vært viktige til alle tider, i alle samfunn, og i den norske kulturen har vi eventy-

rene om Askeladden som bruker ungdomstiden sin til å rote i asken. Brødrene og foreldrene ler av ham, men så, når en verdig oppgave presenterer seg, drar han med en overraskende letthet ut i verden. I følge poeten Robert Bly finnes det et sentralt metaforisk poeng i eventyrene om Askeladden: Det kan være noe positivt i å gi unge folk frihet og rom til å eksperimentere, til å finne ut av ting. Han referer til historikeren R. Keyser, som hevdet at i den norrøne kulturen fikk unge menn to eller tre år til å "rote rundt i asken" før det senere ble stilt forventninger og krav til dem. Robert Bly hevder at samfunnet i dag ikke har nok aksept for denne drømmende og dvalelignende fasen i et menneskeliv.

Tilsvarende skriver Per Fugelli i en kronikk i *Aftenposten* (september 2014) om hvordan Askelad-

Jeg synes ingenting i arbeidslivet er gøy, og hva skjer om man ikke trives i jobben eller synes jobben er gøy?

den ville fått en rekke ulike diagnoser i dagens samfunn. Fugelli er opptatt av hvordan samfunnet produserer sykdom og hvordan det stadige ikke-hvilende kravet til å prestere skaper tapere. Han skriver: «Jeg tror mange hundre tusen i Norge 2014 burde ligge mer stille, rote i asken og nyte med Askeladden og Jon Fosse: «Den stilla kvardagen treng, for å levast.»» Muligens har Fugelli rett. Men muligens kan man også si at vår tid lider av en form for forstørret Askeladden-syndrom. Det er flere unge i dag som bruker ikke bare 2-3 år på å rote i asken, men så mye som 5 år, 10 år eller 15 år. Noen bruker et helt liv.

EN VANLIG JOBB

I skrivende stund verserer det på Facebook en bloggpost skrevet av rosabloggeren, AnneK. Hun skriver (skrivefeilene er hennes egne):

«Jeg har nå hvert i behandling snart i 2 år for å prøve å få TIL noe JEG interesserer meg for !!!! Jeg synes ingenting i arbeidslivet er gøy, og hva skjer om man ikke trives i jobben eller synes jobben er gøy?»

Videre skriver AnneK at hun nekter å få seg en jobb hun ikke elsker, og at hun har fortjent pengene hun «tjener» på NAV. I et annet blogginnlegg skriver hun at folk som jobber med noe de ikke brenner for er syke i hodet.

Innleggene, som riktignok har blitt grundig latterliggjort i sosiale medier, sier samtidig noe om en tendens. Hennes ønske om å jobbe med noe hun synes er spennende, er egentlig ikke noe annet enn et forsøk på å leve opp til det rådet som blir gitt

til alle unge rundt omkring på landets ungdomsskoler når elevene skal velge studieretning: «Velg noe du synes er givende, finn noe du interesserer deg for.»

I 2012 verserte en lignende «NAV-debatt» i mediene. I en kronikk i *Dagbladet* beskrev Vegard Skjervheim hvordan hans store forventninger til livet gjorde det umulig for ham å fungere i en såkalt "vanlig" jobb. Hvorfor jobbe med noe vanlig når man ikke absolutt må?

"Rundt omkring sitter det mengder av unge mennesker som har blitt innprentet siden barneårene hvilke muligheter de har, hva de kan bli", skriver han. Løsningen for Skjervheim ble "å nave". Han mottar trygd og føler til en viss grad at det er berettighet. Han avslutter kronikken med: "Hva er da mer naturlig enn å vente på bedre tider, når vi først lever i et velferdssamfunn og muligheten ligger der?"

Musiker Marthe Valle svarte Skjervheim i *Dagbladet*. Valle har gitt ut flere plater, turnert og spilt på festivaler, vunnet en spellemannspris, men som alenemor måtte hun finne en mer stabil inntektskilde. Hun beskriver møtet med realitetene da hun måtte få seg en utdanning, gå på jobb hver dag og gi slipp på noe av «drømmen», som beinhard. «Men jeg er på vei mot noe, jeg er en del av noe, og arbeidet er meningsfylt», skriver hun.

Jeg kan kjenne igjen Valles beskrivelser. Da jeg begynte på PPU, en ettårig pedagogisk utdanning, og siktet meg inn på en lærerjobb, følte det som et

På flukt fra skammen over ikke å lykkes i et samfunn som har gitt dem verdens beste muligheter, kulturelt og økonomisk

hardt sammenstøt med virkeligheten. Jeg ga slipp på de «uendelige mulighetene» til fordel for noe konkret og virkelig. Og det viste seg å være merkelig givende å jobbe som lærer i et klasserom – å møte unge mennesker hver dag, å bli utfordret, å forsøke å formidle noe.

I filmen *Precious* blir verdien av "de vanlige yrkene" trukket frem. En traumatisert, ung jente finner veien tilbake igjen til livet ved hjelp av støtte og oppfølging fra en sosialarbeider, en lærer og en sykepleier. Filmen får frem hvor stor verdi denne type relativt normalt arbeid har. Samtidig ligger det en utilsiktet ironi i filmen: Sosialarbeideren spilles av Mariah Carey, sykepleieren av Lenny Kravitz, to bestselgende popstjerner. Særlig Mariah Carey gnistrer i rollen som en litt grå sosionom. Det er som om filmen på et ubevisst nivå bekrefter det narsissistiske behovet for å være utvalgt og spesiell: Det holder ikke bare å være sykepleier eller lærer, du bør helst også være popstjerne og skuespiller.

Selv blir jeg ikke kvitt den noe rastløse følelsen av at det ikke er nok å bare være lærer, jeg må få til noe mer, noe større. Kanskje er det en av grunnene til at jeg har bestemt meg for å bli forfatter, og aller helst prisvinnende og anerkjent.

DEN FLYTENDE MODERNITETEN

Zygmunt Bauman peker på en særegen ensomhet i den flytende moderniteten: Det å ikke lykkes i et samfunn hvor alle mulighetene for personlig suksess er tilstede, kan være belastende. Du har kun deg selv å skylde på. I filmen *Oslo, 31 august* er

dette tematisert. En ung mann med rusproblemer tar en kort pause fra rehab for å delta på et jobbintervju og hilse på gamle venner. Han søker seg symptomatisk nok ikke inn mot et normalt yrke, vi ser ham i et møte med et anerkjent litterært tidskrift. Hovedpersonen kaster bort muligheten, han avbryter intervjuet selv om arbeidsgiveren virker interessert. I siste scene av filmen ser vi ham spille Shostakovitsj' preludium nr. 12 på foreldrenes flygel, før han tar livet sitt gjennom en overdose på gutterommet i barndomshjemmet.

Kritikeren Tom Egil Hverven trekker i essayet "Alt eller ingenting" linjer mellom hovedpersonen Anders i Oslo, 31 august og Anders Behring Breivik, masseorderen fra terrorangrepene i 2011. Hovedpoenget til Hverven er at begge Anders'ene har valgt å stå utenfor. De går ikke inn i fellesskapet. Og begge er drevet mot å bli noe viktig, noe stort. Hvis ikke kan det være det samme – alt eller ingenting! Anders i filmen ender med å ta livet sitt, Anders terroristen finner mening i et fundamentalistisk verdensbilde hvor han selv spiller en avgjørende rolle som frelser, som helt, ikke ulikt en Harry Potter eller en Neo i *The Matrix*. Hverven skriver: "Et truet selv, et megalomant selv på flukt fra skammen over ikke å lykkes i et samfunn som har gitt dem verdens beste muligheter, kulturelt og økonomisk."

Kanskje er det nettopp denne dynamikken som driver meg mot å ville bli forfatter. Forventningen i samfunnet om at man skal realisere seg selv, at man skal sette seg høye mål, at man alltid kan prøve igjen dersom man mislykkes, blir fort en tvangs-

Å bruke for mye tid på å lete etter brannen i sitt indre kan vise seg å være en effektiv måte å slukke den på

trøye mer enn et uttrykk for frihet. Å skulle være den utvalgte, den spesielle, kan være lammende, for ingenting av det man utretter, er i overensstemmelse med det indre bildet av egen storhet. I et slikt perspektiv kan depresjonen som inntreder idet man innser at man bare er helt vanlig, være en lettelse.

Noe av min motstand mot å bli lærer besto i at jeg da ikke ville få tid til å skrive. Som lærer kunne jeg ikke bli den store forfatteren jeg var ment å være. Men det var først da jeg begynte å jobbe som lærer at jeg fikk sving på skrivingen, at jeg begynte å skrive mer. Ved å ha en struktur i hverdagen, faste holdepunkter, en mer regelmessig døgnrytme, og en fast inntekt med tilhørende økt selvfølelse, ble jeg mer produktiv. Det er fortsatt et stykke igjen til jeg gir ut min første bok, men ved å gi slipp på noe av drømmen, har drømmen samtidig blitt mer virkelig.

TAKKNEMLIGHET?

I min frustrasjon over å ikke leve opp til egne forventninger til livet, finnes det en viss trøst og lindring i å vite at jeg har en syndebukk. Jeg tenker naturligvis på 68-generasjonen! Jeg kan skylde på mine foreldre, advokaten og regnskapsføreren, som har sydd for mange puter under armene mine, som kanskje selv opplevde en form for strenghet i sin oppvekst og som har ønsket å kompensere for dette ved å tilby sine barn en frihet.

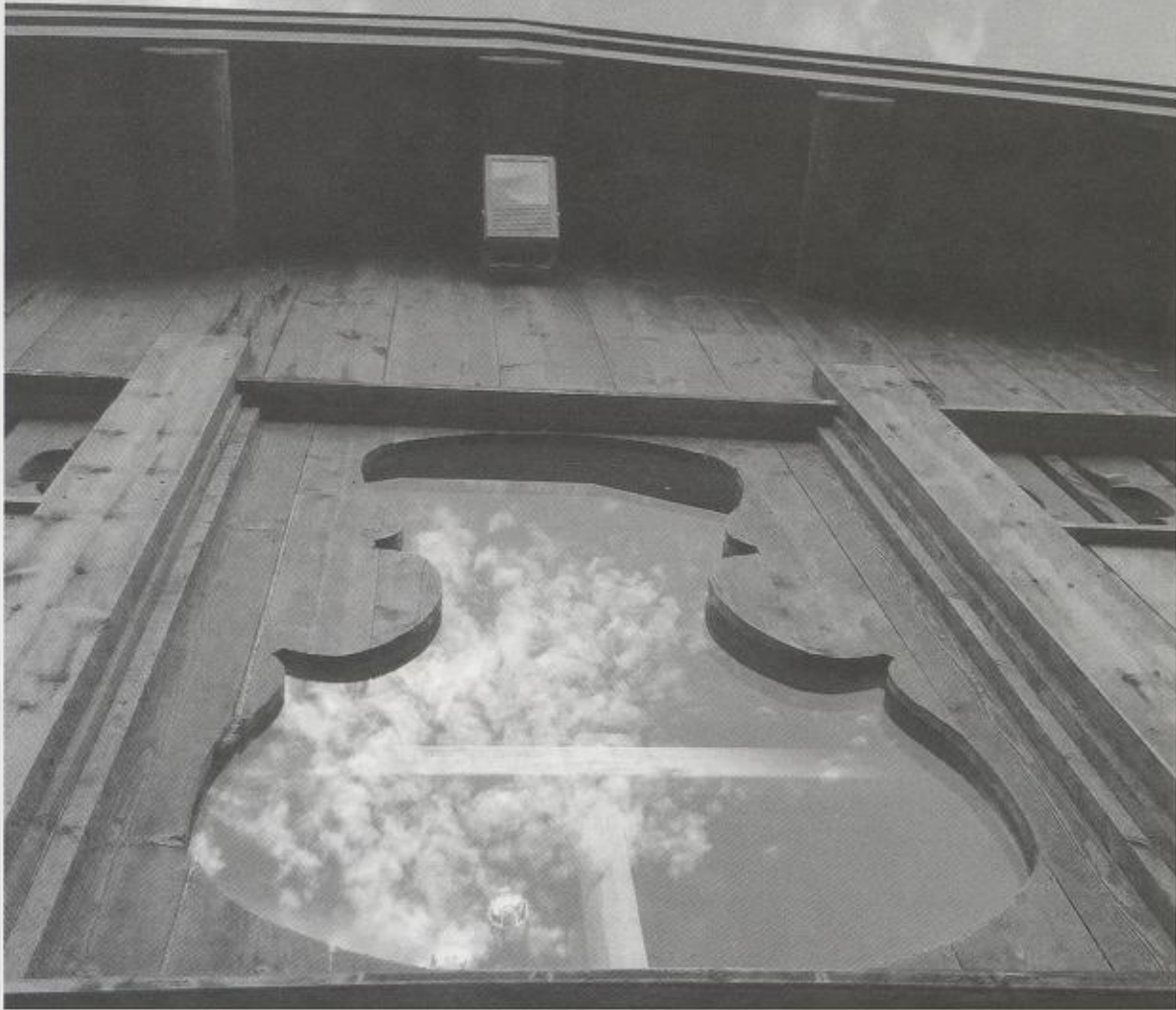
For kanskje ti år siden var jeg på sørlandshytta til en venn av meg. Vi hadde en lang sommerferie foran oss. Ingen av oss skulle jobbe. Vi var i begynnelsen av tjuårene. Moren til vennen min må ha

plukket opp noe i en samtale vi hadde, noe vi sa, eller kanskje var det bare holdningen vår, hvordan vi tok denne ferien som en selvfølge, dette oppholdet på en lekker hytte ved kysten i Lillesand. Hytten var spesialtegnet av en anerkjent arkitekt, den gled perfekt inn med svabergene og kystlandskapet. Ved bryggen lå seilbåter fortøyd, en katamaran, kajaker. "Jeg håper dere forstår hvor heldige dere er", sa hun. Hvor dum går det an å bli, tenkte jeg.

I ettertid har jeg skjønt at det hun sa, sannsynligvis uttrykte en viss bekymring. Kanskje innså hun at alt arbeidet hun hadde lagt ned i å gi sin sønn det beste materielle utgangspunktet, ikke resulterte i en takknemlig og ydmyk sønn. For er det ikke slik at takknemlighet ikke kan læres gjennom å få gaver, å få noe gratis, på nåde? Er det ikke heller slik at man tvert imot lærer takknemlighet gjennom å få muligheten til å oppleve mestring, gjennom å selv få muligheten til å overvinne vanskeligheter, prøve seg frem, gjennom å oppleve at noe står på spill.

DET ORDINÆRE SOM EKSISTENSIELL UTFORDRING

Erlend Loe har i sitt forfatterskap skrevet om generasjonen som ikke "bygde landet" og den særegne livsleden som kan oppstå i et samfunn der de viktigste problemene og utfordringene allerede er løst. Tilsynelatende er dette et relativt nytt fenomen, men Ane Farsethås viser i sin gjennomgang av norsk samtidslitteratur fra 2000-tallet hvordan følelsen av å komme til dekket bord har eksistert som en rød tråd i den norske litteraturen etter an-



Vanskelig å være generasjonen som ikke bygget landet.

dre verdenskrig. Livsfølelsen i Erlend Loes *L* fra 1999 har likhetstrekk med stemningen i Solstads *Gymnaslærer Pedersens beretning om den store politiske vekkelsen...* fra 1982. Vassenden trekker linjene helt tilbake til Agnar Mykle, som i et essay fra 1947 skriver at man burde bygge høye tårn rundt omkring i Norge slik at ungdommen kan hoppe fallskjerm for å i det minste oppleve noe spenning i dette kjedelige landet.

Å fortsette arbeidet der forrige generasjon slapp, å drive samfunnet videre uten at noen applauderer, uten at du blir kjendis, eller uten at man gjør oppsiktsvekkende nye oppdagelser, er en større eksistensiell utfordring enn å være popstjerne eller profet. Å bruke for mye tid på å lete etter brannen i sitt indre kan vise seg å være en effektiv måte å slukke den på. ■

LITTERATUR/KILDER:

- Anne Karin, "Er jeg uverdig pga at jeg naver? Drit lei", http://annek.blogg.no/1415304380_er_jeg_uverdig_pga_je.html
- Zygmunt Bauman, *Flytende modernitet*, Vidarforlaget, 2006.
- Robert Bly, *Iron John - a book about men*, Addison-Wesley, 1990.
- Ane Farsethås, *Herfra til virkeligheten. Lesninger i 00-tallets litteratur*, Cappelen Damm, 2012.
- Per Fugelli, "Fem diagnoser som mangler i den norske folkesjela i dag", http://www.aftenposten.no/meninger/kronikker/Fem-diagnoser-som-mangler-i-den-norske-folkesjelen-i-dag-7689184.html#VAb18_4dfP4.facebook
- Tom Egil Hverven, "Alt eller ingenting" <http://blogg.deichman.no/folkebiblioteket/tom-egil-hverven-alt-eller-ingenning/>
- The Matrix*, regi: Andy Wachowski og Lana Wachowski, 1999.
- Oslo 31. august, regi: Joachim Trier, 2011.
- Harry Potter og de vises stein*, regi: Chris Columbus, 2001 basert på bøkene til J.K. Rowling.
- Precious*, regi: Lee Daniels, 2009.
- Vegard Skjervheim, "En trygdesnylter bekjennelser", <http://www.dagbladet.no/2012/03/31/kultur/debatt/nav/trygdesnylter/20924592/>
- Marthe Valle, Kjære «Trygdesnylter Vegard Skjervheim», http://www.dagbladet.no/2012/05/12/kultur/debatt/trygd/vegard_skjervheim/marthe_valle/21564557/



CARINA HEIMDAL WAAG

Tvilling

Jeg har en tvillingsøster

Den sommeren jeg fylte ti år, var jeg på ferie ved sjøen. Tvillingsøsteren min og jeg – vi er eneggede – gikk tur med en venninne og faren hennes. Vi gikk inn i et forlatt, nedslitt hus. Faren til venninnen vår sa: "Her kunne dere to bodd". Han så på søsteren min og meg og smilte. Søsteren min sa: "Nei, det hadde blitt kjedelig, som å bo bare med seg selv." Det har brent seg fast i hukommelsen min, selv om jeg tror det var ment som en vits. Episoden gjenkaller ennå i dag følelsen av å miste min identitet og smelte bort i et speilbilde av søsteren min. Hun husker ikke engang episoden.

Hvis du hadde kommet hjem en ettermiddag etter skole eller jobb og møtt en klonе av deg selv, hadde du sikkert blitt vettskremt. Det opplever hovedpersonen Sam i filmen *Moon* fra 2009. Sam er utstasjonert på månen for å levere helium-3 til jorda, der det brukes som drivstoff. En dag oppdager han at noe ikke er som det skal – han møter en klonе av seg selv inne på basen der han bor. Klonen er skadet, men er ellers identisk med ham selv.

For dem som ser oss utenfra, kan vi som tvillinger kanskje virke som identiske, som kloner av hver-

“Jamen, ser dere da ikke at vi er to forskjellige individer?!”

andre. For meg har det alltid vært knyttet et visst ubehag til dette. Jeg liker ikke når folk ikke kan se forskjell på oss. Det var mange slike episoder i barndommen: på skolen, på fotballtrening-en, i familieselskap. “Jamen, ser dere da ikke at vi er to forskjellige individer?!” , tenkte jeg, temmelig irritert. Den verste varianten jeg husker var da en på svømmetreningen omtalte oss som “én som heter CarinaogElisabeth”.

Da jeg så boka *Identically Different: Why You Can Change Your Genes* på flyplassen i Bergen, tenkte jeg umiddelbart at jeg måtte lese den. Tittelen fanget opp noe av det jeg selv opplevde: Ja, som tvillinger er vi like, men vi er også forskjellige. Jeg tenkte at boka kanskje kunne gi meg en vitenskapelig bekræftelse på mitt eget behov for individualisering og fungere som en motvekt til den ubehagelige følelsen jeg kan få når folk forveksler meg med min tvillingsøster.

I boka går Tim Spector, professor ved King's College i London, grundig igjennom det meste av forskning gjort på tvillinger fram til i dag, inkludert sin egen.

LIKE GENER, LIKE PERSONER

Fordi eneggede tvillinger har like gener, er de et yndet forskningsobjekt i genetikken. Tvillinger kommer fra den samme eggcellen, har likt arvestoff, har ligget i samme mage og deler foreldre. Ikke så rart da at eneggede tvillinger som er blitt adskilt ved fødselen og har vokst opp i forskjellige omgivelser, likevel blir like.

Den største studien av tvillinger adskilt ved fødselen er *Minnesota Twin Study* fra 1983. Slike studier har dokumentert at eneggede tvillinger får en rekke felles egenskaper, selv om de vokser opp i forskjellig miljø. Et av tvillingparene som deltok i Minnesota-studien, var Jim og Jim. I Ohio sporet 39-årige Jim Lewis opp sin eneggede tvillingbror. De var blitt adoptert bort av den ugifte moren som spedbarn i 1940. Da de møttes igjen, oppdaget de at de hadde samme fornavn og en rekke underlige likheter. De var like høye og veide nøyaktig like mye. De hadde giftet seg med og skilt seg fra en Linda, deretter giftet seg med en Betty, og de hadde begge en hund som het Toy. De hadde sønner kalt henholdvis James Alan og James Allen. De dro på ferie i Bas-Grille i Florida, røykte Salem sigaretter og bet negler.

Slike fortellinger er jo fascinerende og har preget den allmenne forståelse av hvordan gener påvirker oss uavhengig av miljø. Ifølge Spector er imidlertid studier av tvillinger adskilt ved fødselen forskningsmessig et forlengst tilbakelagt stadium.

SAME GENES, NEW WRAPPING

Det forskningen i stor grad dreier seg om nå er heller det motsatte. Hvordan forklare at eneggede tvillinger, med samme genetiske utgangspunkt og oppvekstmiljø, likevel blir så forskjellige? Sectors utgangspunkt er hans egen forskning, som viser at eneggede tvillinger utvikler seg mer ulikt enn det felles arvestoff tilsier. Dette er tydelig blant annet fra sykdomsutvikling. Selv om leddgikt (revmatisme) er sterkt arvelig – 60-70 prosent –, får en-

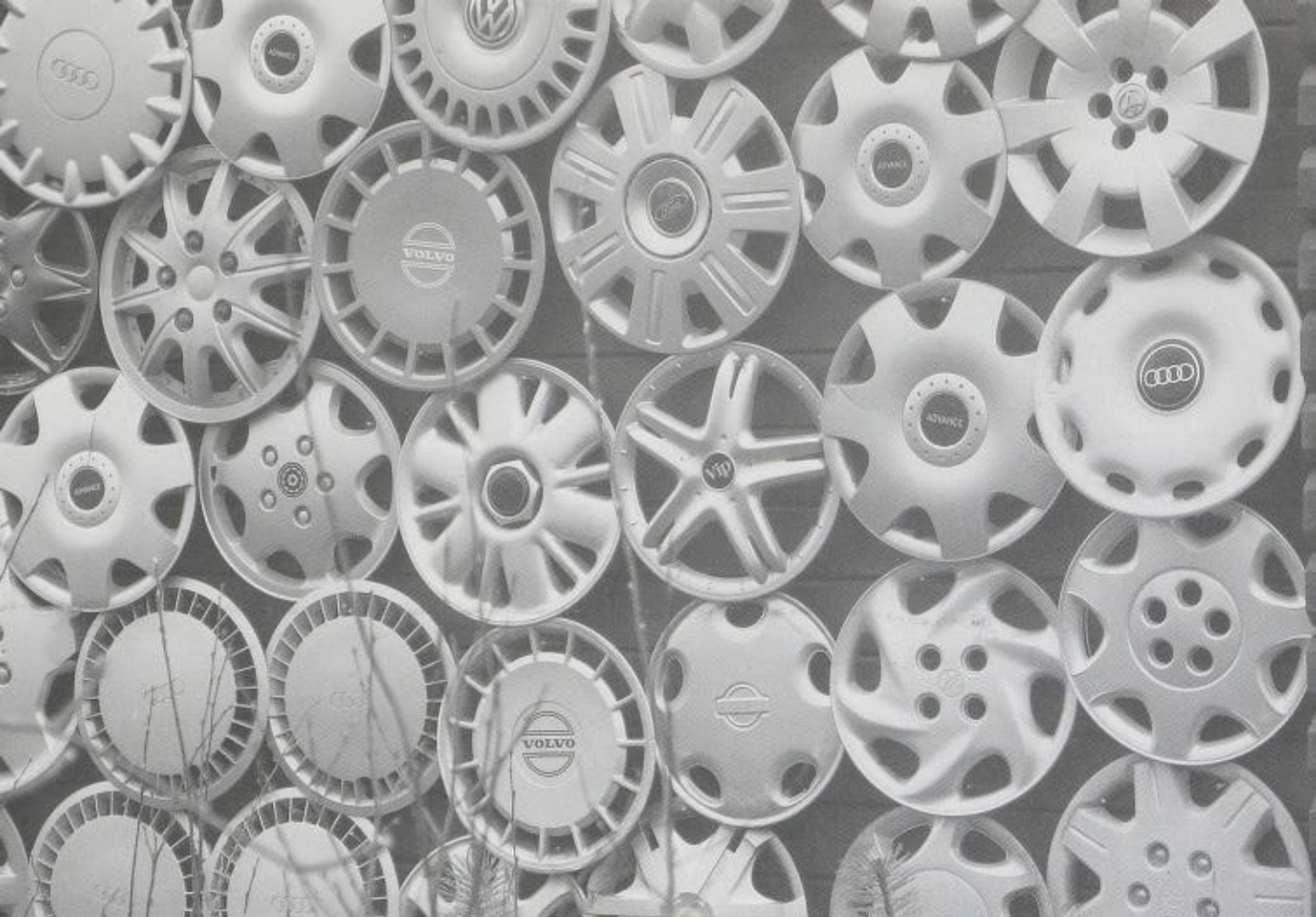


Motvekt til den ubehagelige følelsen jeg kan få, når folk forveksler meg med min tvillingsøster.

eggede tvillinger sjelden sykdommen begge to. I parene Spector studerte, der én tvilling hadde sykdommen, utviklet 85 prosent av tvillingsøstrene aldri sykdommen, selv med samme livsstil. Dette mønsteret er det samme for de fleste sykdommer Spector har studert. Det er svært sjelden at sannsynligheten for at eneggede tvillinger får samme sykdom overstiger 50 prosent, og som oftest er sannsynligheten mye lavere.

Hva kan så forklare at én tvilling får leddgikt og den andre ikke? Svaret finnes i epigenetikken, som stammer fra gresk og betyr "rundt" genene. Epige-

netikk handler om hvordan gener forandres uten at selve arvestoffet (DNA) endres. DNA-strengen vår er omgitt av en kompleks molekylær innpakning som avgjør hvor tilgjengelige de forskjellige genene er. Denne innpakningen regulerer hvilke gener som brukes, og kjemiske prosesser kan skru gener på eller av, litt som en lysbryter. Denne mekanismen kalles genetisk preging (*imprinting* på engelsk). Den genetiske pregingen skjer ved en kjemisk prosess kalt methylation. Små kjemiske grupper flytter rundt DNA-cellene og fester seg på en av dem, omtrent som når en oliven festes på en agurk med en tannpirker. Når en slik kjemisk gruppe fes-



Lykke-genet, homo-genet, tjukkas-genet? Vitenskapen viser snarere at mange gener påvirker én enkelt egenskap. For eksempel er 30 gener med på å bestemme øyenfarge.

ter seg på genet, får den genet til å stoppe å produsere et protein - den "skruer genet av".

Her er det viktig å huske at hvordan vi påvirkes av våre gener, er mer komplisert enn at det er et én-til-én-forhold mellom et enkelt gen og en enkelt egenskap, selv om aviser gjerne skriver om "lykke-genet", "homo-genet", "tjukkas-genet" osv. Vitenskapen viser snarere at mange gener påvirker én enkelt egenskap. For eksempel er 30 gener med på å bestemme øyenfarge.

Det er kritiske øyeblikk i livet der vi er mer utsatt for epigenetisk påvirkning enn andre: som foster i mors mage, som spedbarn og når vi er tenåringer. Påvirkningen i mors mage kan forplante seg i flere

generasjoner, hvis det ikke kommer en annen epigenetisk påvirkning. Spector viser blant annet til studier som tyder på at mødre som var utsatt for alvorlig hungersnød i svangerskapet får barn og barnebarn som i større grad enn andre sliter med overvekt. I spedbarnsfasen påvirker kontakten og tilknytningen til mor og far hvilke gener som aktiveres.

Men også som voksne kan vi påvirkes epigenetisk, i hovedsak gjennom vår livsstil. Valgene vi gjør når det gjelder livsstil, vil indirekte påvirke arvestoffet vårt og hvilke gener som skrues av eller på. Viktige faktorer er: hvor mye vi trener, hva vi spiser, om vi røyker eller ikke, hvor mye vi utsettes for stress og miljøgifter. Flere medisiner er innrettet mot å på-

Jeg var allergisk mot nøtter, jeg hovnet opp i ansiktet. Søsteren min kunne kose seg med nøtter, men hun tålte ikke såpe, som ga henne utslett

virke genene slik at gener som er skrudd av, skrur seg på igjen. For eksempel finnes det medisiner mot leukemi, demens og fedme som ifølge Spector skrur genene på igjen.

ALLERGIER OG BRILLER

Da jeg var liten, var jeg allergisk mot nøtter, noe som førte til at jeg hovnet opp i ansiktet. Søsteren min kunne kose seg med nøtter, men hun tålte ikke såpe, som ga henne utslett. Da vi ble født, hadde hun en stor føflekk på magen. Hvor i huleste kom den fra? Jeg hadde ingen slik føflekk. Jeg trengte briller i fjerde klasse – hun trengte dem ikke før tre år senere. Nærsynthet skal ifølge Spector være 90 prosent arvelig, men genene har ikke blitt aktivert på samme tidspunkt. Var det noen kjemiske grupper i oss som skrudde på noen gener på hos meg, og andre hos henne, til forskjellig tid?

Likevel, jeg kan ikke helt skjønne hvilke ytre faktorer som gjorde at noen av disse kjemiske prosessene ble forskjellige for oss to. Her beveger Spector seg inn i et terreng der det er vanskelig å forstå biologien og kjemien. Her trenges det også mer forskning. Han understreker at samspillet mellom miljø og arv er mye mer komplekst enn det man tidligere har trodd. Gener fungerer ikke alene. De er avhengige av cellene de lever i og miljøet rundt. De påvirkes av hva mor og bestemor spiste som gravide, av hva vi ble utsatt for som spedbarn og som tenåringer, og av vår livsstil som voksne. Søsteren min og jeg hadde kanskje en predisposisjon til å få nøtteallergier, men så ble noen gener aktivert hos meg fordi jeg overspiste nøtter som liten.

OMGIVELSENE TOLKES ULIKT

Spector legger vekt på at tvillinger opplever verden på hver sin måte. Han spekulerer i om vi fra naturens side er programmert til å utvikle oss forskjellig: "It is almost as if we have a built-in individuality processor working all our lives to make us more different to our siblings than nature programmed us." Og dette gjelder ikke bare eneggede tvillinger, som blir mer forskjellige enn man vil forvente ut fra det genetiske utgangspunktet. Også søsken, som tross alt har 50 prosent av det samme arvestoffet, blir ofte veldig forskjellige.

Noe av grunnlaget for denne hypotesen om økende individualitet er en stor amerikansk studie fra 1980-tallet: *NEAD-studien* (Non-shared environment in adolescent development). Studiens hensikt var å se på hvordan foreldrenes innsats påvirker barnas utvikling som tenåringer. Den fulgte 720 par med søsken i stabile hjem med to foreldre. I utvalget var det både vanlige søsken, eneggede og toeggede tvillinger.

Resultatene var oppsiktsvekkende. Studien viste at det samme miljøet, til en viss grad, virket forskjellig på hvert barn. Genene spilte en stor rolle for tenåringenes oppførsel, og foreldrenes innsats påvirket hvert barn på ulik måte. Dette høres jo umiddelbart rart ut. Hvis miljøet er det samme, hvordan kan miljøpåvirkningen være spesifikk for hvert barn? Resultatene indikerer vel at hvert individs tolkning av de samme omgivelsene varierer, slik at man påvirkes på ulik måte av samme miljø.



Langt vekk fra å være et speilbilde av søsteren min

Dette stemmer med min egen erfaring. I samme situasjon i barndommen kunne søsteren min og jeg reagere ganske forskjellig. Også når vi i dag snakker om episoder fra barndommen, husker vi den samme episoden ulikt. Så det er kanskje slik Spector beskriver, at en innebygget "individuality processor" gjør at vi, selv med samme gener, reagerer psykologisk forskjellig på det som skjer rundt oss. Og er det den samme individualiseringsprosessoren som bidrar til at ulike gener aktiveres hos eneggede tvillinger, slik at de kan utvikle seg ulikt?

INDIVIDUALISERINGSBEHOV

I tillegg til det genetiske aspektet har Spector også analysert tvillingers identitet. Han konstaterer at de fleste tvillinger har et sterkt ønske om selvstendighet og særegenhet. Selv tror jeg ønsket mitt om å skille meg fra søsteren min har styrt meg gjennom livet. Når så mye var likt, måtte jeg gjøre en innsats for å skape noen forskjeller. Søsteren min og jeg gikk heldigvis i forskjellig klasse. Vi gjorde det begge bra på skolen. Men jeg valgte meg spansk og latin som språk, hun valgte tysk. Jeg

Behovet for å utvikle oss i en egen retning og skape hver vår identitet har vært avgjørende for hvordan vi har levd livene våre, bevisst og ubevisst

likte bedre økonomi og samfunnsfag, og hun likte bedre realfag. Eller kanskje valgte vi oss dette for at vi skulle bli mer forskjellige. Er det en evolusjonær kraft som gjør at vi dras i forskjellige retninger?

Spectors beskrivelser peker i retning av at dette individualiseringsdrivet er ganske universelt – for tvillinger. I boka forteller han den gripende historien om de iranske tvillingene Ladan og Laleh. Jentene ble født rett før revolusjonen i det sørvestlige Iran. De gjorde alt sammen. Spiste, lekte, gikk på skole, var med venner, sov. Til tross for samme genetiske utgangspunkt og oppvekstmiljøet var det tydelige forskjeller mellom dem. Ladan likte dyr, mens Laleh likte dataspill, som Ladan hatet. De var enige i at Ladan var den pratsomme ekstroverten, mens Laleh var mer introvert. Etterhvert som de ble eldre, likte begge to shopping. De gjorde det bra på skolen. Ladan ville studere juss i Teheran og Laleh journalistikk i Shiraz. Ladan vant krangelen om studievalget og det ble juss i hovedstaden.

Tvillingene hadde i tillegg en helt spesiell relasjon: De var siamesiske tvillinger med hoder som satt sammen. Lengselen etter selvstendighet økte da de ble eldre. De brukte seks år på å overbevise leger om å operere dem for å skille dem fra hverandre. Til slutt klarte de å få en lege fra Singapore til å gjøre det. Operasjonen varte i 52 timer og 28 kirurger deltok. Teamet lyktes med å skille hodene fra hverandre, men hjernene var tettere sammenkoblet enn forventet. Man klarte derfor ikke å stoppe blødningen, og jentene døde. De var 33 år gamle. Med livet

som innsats hadde de likevel fått sitt største ønske oppfylt: å være to forskjellige personer. De ble begravet i hver sin grav, ved siden av hverandre.

ETTERTANKE

Å være siamesisk tvilling er uten tvil et av mine verste mareritt. Laleh og Ladans historie vitner om hvor sterke krefter individualiseringsbehovet kan sette i sving, selv om det å være siamesiske tvilling er en ekstrem situasjon sammenlignet med andre tvillinger. Men også for meg har dette individualiseringsbehovet satt dype spor. Mitt eget – og min søsters – individualiseringsprosjekt er nok en av grunnene til at vi har valgt å bosette oss i forskjellige land og gå veldig ulike karriereveier. Jeg har villet komme langt vekk fra å være et speilbilde av søsteren min, slik jeg følte jeg var da hun spøkte om at å bo med meg var som å være alene med seg selv. Behovet for å utvikle oss i en egen retning og skape hver vår identitet har vært helt avgjørende for hvordan vi har levd livene våre, bevisst og ubevisst.

Likevel kunne vi kanskje kontaktet VG og fortalt om våre ektemenns forbløffende likheter: rødt hår, fleksitarianere og etternavn på W. ■

LITTERATUR

-Tim Spector, *Identically Different: Why You Can Change Your Genes*, Orion, 2012.

ÅPEN

LUKKET



Om å sitte ved bordet selv om det føles feil

For at flere kvinner skal bli ledere, oppfordrer Facebook-topp Sheryl Sandberg oss til å melde oss på banen og kjøre på – med gassen i bånd. Men vil vi ha et arbeidsliv med ledere uten kontakt innover?

Du deltar på et frokostmøte arrangert av Facebook, hvor du jobber som leder. Resten av ledergruppen deltar også, samt en høytstående politiker og hans fire rådgivere. Formålet er å diskutere den aktuelle økonomiske konjunktoren. Politikeren og dere i ledergruppen forsyner dere av den lekke buffeen og setter dere sammen rundt et stort bord. Politikerens fire rådgivere setter seg ved et lite bord i et hjørne av rommet, hvorfra de kun veldig forsiktig deltar i diskusjonen.

En slik episode fikk Sheryl Sandberg, i skrivende stund Chief Operating Officer i Facebook (og tobarnsmor), til å se den indre kampen kvinner kjemper. De fire forsiktige rådgiverne var nemlig alle kvinner, holdt tilbake av ingen andre enn dem selv.

Med utgangspunkt i denne og mange andre episoder fra eget liv, samt forskning, har Sandberg skrevet *Lean In – Women, Work and the Will to Lead*. Boken har solgt over 1,6 millioner eksemplarer siden

Vi skal sette oss ved bordet, lene oss fremover, si det vi synes og slutte å bortforklare egne suksesser

den utkom i USA i 2013. I 2014 kom den på norsk (*Lean In – Kvinner, karriere og kunsten å lede*), med forord av NHO-president Kristin Skogen Lund. I boken gir Sandberg sine svar på hvorfor det er så få kvinnelige ledere og forslag til hvordan dette kan endres.

Den norske leser tenker kanskje at det ikke er like få kvinnelige ledere i Norge som i USA og at boken derfor er mindre aktuell her. Forskjellen er imidlertid overraskende liten: I november 2014 rapporterte *The Economist* at kun 6 % av børsnoterte norske selskaper har en kvinne som administrerende direktør, mens tilsvarende tall i USA er 5 %.

BRYT NED DE INDRE BARRIERENE!

Sandberg har skapt engasjement verden over, tydeligst i form av en bevegelse av *lean in circles*. Ifølge bevegelsens hjemmeside er det i dag over 14 000 av disse gruppene, hvor kvinner møtes for å hjelpe hverandre med å "lene seg fram".

Sandbergs bok handler om en mangel på selvtillit som gjør at kvinner på forskjellige måter holder igjen og på den måten begrenser seg selv. Hun benekter ikke at det finnes ytre barrierer som hindrer kvinner i å bli ledere, men hennes fokus ligger på de indre stengslene, som hun mener er undervurderte.

Som ung ble hun ofte fortalt hvor vanskelig det ville bli å kombinere familie og karriere, men aldri hvordan hun ville komme til å begrense seg selv. Sandberg skriver at vi må komme de indre barrierene til livs for at flere kvinner skal bli ledere,

og hun mener at dette er innenfor vår kontroll: "Vi kan rive stengslene inni oss i dag. Vi kan begynne her og nå."

INNOVER VS. UTOVER

Sandbergs råd om hvordan man tar vare på sine muligheter og deltagelse i grupper er fine, men hennes løsning når det gjelder å forandre seg som menneske mener jeg det kan stilles spørsmålstegn ved. Premisset hennes er at forandring kommer utenfra og inn. Vi skal overtale oss selv til nye handlemåter: sette oss ved bordet, lene oss fremover, si det vi synes og slutte å bortforklare egne suksesser. På den måten får vi ifølge henne bedre selvtillit. Dette kan forstås som at følelser av utilstrekkelighet og litenhet skal skyves vekk.

I et introspektivt, meditativt perspektiv vil det være viktigere å ønske følelsene som er der velkommen og søke å forholde seg til dem slik de er. Man må slippe til, bearbeide og handle mens det vanskelige er der. Erfaring viser at da kan det også skje forandring. Vi får et mer bevisst forhold til det som hemmer oss, et mer nøytralt forhold, som tillater oss å navigere i forhold til det. Dette innebærer at forandringen kommer innenfra, gjennom et nytt forhold til en selv. Og det kan nok også være langt mer tilfredsstillende enn hvis den kommer utenfra.

KVINNE, SETT DEG VED BORDET!

At mange kvinner – inklusive meg selv – gjenkjenner de indre barrierene som Sandberg fremhever, og gjerne vil gjøre noe med dem, tror jeg forklarer engasjementet rundt *Lean In*. Episoden med de kvinnelige rådgiverne som setter seg ved et annet



Når menn får ros, sier de gjerne takk og forklarer suksessen med egne evner

bord minner meg om diskusjoner på jobben der jeg har noe å bidra med, men holder igjen på grunn av indre usikkerhet. Selv når jeg har satt meg grundig inn i en problemstilling og har dannet meg synspunkter på hvordan man griper denne an, kan det være vanskelig å melde synspunktene tydelig ut. En indre usikkerhet hvisker meg i øret: "Er det egentlig en god idé? Vet du nok til å foreslå det?"

Det metaforiske rådet Sandberg gir for å styrke selvtilliten vår er: "Sit at the table" – "sett deg ved bordet". Hun ser for seg at vi kan bruke vår viljestyrke til å tvinge oss selv til å gjøre det som hjel-

per oss fram i forskjellige situasjoner. Spørsmålet er om viljestyrt handling kan bearbeide og fjerne den indre følelsen. Er det nok å sette seg ved bordet neste gang hvis man ikke føler at man hører hjemme der? Og er det overhodet mulig å gjøre det? Eller for meg å fremlegge idéene mine når en indre stemme sterkt fraråder det?

LEDER, JEG?!

På det første av fire jobbintervju spurte HR-damen om jeg ville være leder. Forsiktig svarte jeg: "Kanskje." Hun fortsatte: "Hvorfor bare 'kanskje'?" Jeg forklarte at jeg ikke hadde noen ledererfaring og



Vi føler oss ikke kvalifiserte nok for de mulighetene som dukker opp

derfor ikke visste helt hva det gikk ut på. Jeg hadde ingen forbehold overfor det å være leder, men det var litt vanskelig å drømme om noe jeg ikke synes jeg visste hva var. På neste intervju stilte direktøren det samme spørsmålet. Jeg svarte noe lignende. Han sa at det var bedre å være ærlig enn å si (som mange unge menn, ifølge ham) at man vil

være leder for å bestemme over mange mennesker – for det var ikke det han mente ledelse gikk ut på.

Sandberg mener at noe av dette er typisk for kvinner: at vi ikke føler oss kvalifiserte nok for de mulighetene som dukker opp. Hun hevder at menn har lettere for å ta på seg nye utfordringer. Hen-

Man kommer ikke til topps hvis man ikke skjønner eller ikke synes man fortjener egen suksess

nes råd til kvinner er å gripe de utfordringene som dukker opp: Hvis det er noe du ikke kan, så skal du nok lære det. Lean In! Ifølge henne burde jeg kanskje ikke ytret tvilen min?

BEDRAGERSYNDROMET

Når det gjelder indre følelser, presenterer Sandberg begrepet "the impostor syndrome" – bedragersyndromet. Dette gir innblikk i følelsen bak de fire rådgivernes passivitet: Man er redd for at det når som helst blir oppdaget hvor inkompetent man egentlig er. Man føler rett og slett at man har jukset seg til den posisjonen man har. Sandberg kaller det "feeling like a fraud". Én side ved denne følelsen er at man stadig undervurderer seg selv.

Bedragersyndromet er vesentlig mer vanlig hos kvinner enn hos menn, ifølge Sandberg, som siterer psykologisk forskning (Pauline Clance & Suzanne Imes fra 1978, Valerie Young fra idag). Når menn mottar ros, sier de gjerne takk og forklarer suksessen med egne evner, mens kvinner i samme situasjon forklarer at de har jobbet hardt, vært heldige og fått hjelp av andre. Kvinner har behov for å bortforklare utmerkelser og suksess. Sandberg mener dette er et problem fordi man ikke kommer til topps hvis man ikke skjønner eller ikke synes man fortjener egen suksess.

DU ER DITT SELVBILDE

Ser vi i en annen retning, til selvpsykologien, skriver Marta Cullberg Weston at selvbilder styrer våre liv. De er indre bilder som forteller oss hvem vi er, eller gjerne vil være. Bildene møter hele tiden den ytre verden og de tilbakemeldingene vi får

der. Selvbilder er forestillinger om hvordan vi kan handle i verden – hva vi kan gjøre og ikke gjøre, hva vi kan si og ikke kan si. Vi har gjerne mange selvbilder, fra lave til høye, som aktiveres i ulike situasjoner. De høye kan ofte ses som kompensatoriske for de lave. For eksempel kan en veldig skråsikker og utadvent student være styrt av lave selvbilder, som han holder på avstand ved å kompensere med et stivt sikkert ytre.

Cullberg Weston påpeker at det er viktig å bli bevisst hvordan selvbildene påvirker vår måte å tenke og føle på, og at vi trenger hjelp til å endre på de selvbildene som spenner ben for oss. Før vi er klar over dem og har et forhold til dem vet vi ikke nødvendigvis at vi har selvbilder – vi bare "er" disse forestillingene. Når vi derimot oppdager at de bare er et perspektiv, et indre synspunkt blant flere, er det lettere å handle annerledes, og det blir kanskje mulig for oss "å sitte ved bordet", selv om det føles feil. Selverkjennelse gir oss litt mer frihet. Frihet kommer ikke som resultat av en indre kommando.

Det er muligens selvbildene sine rådgiverne må jobbe med for å tørre å sitte ved bordet hos Facebook. Ettersom de var rådgivere for en høytstående politiker, og var invitert til møte, er jeg sikker på at deres tidligere prestasjoner gjorde dem høyst kvalifiserte til å bidra i diskusjonen. I prinsippet burde de hatt selvtillit nok til å delta og melde det de tenkte. Rasjonelt sett burde de altså deltatt, men deres lave selvbilder spenner ben for dem: For hvordan kan de delta hvis følelsen av å være en "bedrager" ikke bare er en følelse, men en lamrende indre sannhet?

Kan det være at åpenheten for egen usikkerhet også ga et positivt signal, fordi det viste evne til selvrefleksjon?

Sandberg bruker ikke begrepet "selvbilder", men indirekte skriver hun om dem. Bedragersyndromet er et uttrykk for de lave selvbildene våre og hvordan de slår igjennom: Jeg kan umulig ha fått det til fordi jeg er dyktig. Sett fra et selvbildeperspektiv kan det se ut som kvinner i *lean in circles* skal heie på hverandre for å bryte de barrierene ens egen selvbilder setter for ens ambisjoner og livsutfoldelse.

KVINNE, KJENN DITT INDRE!

Selvbilder er noe av det som ligger til grunn for våre handlingsmønstre, og de lave selvbildene som begrenser oss er vanskelige å slippe. Derfor er det også vanskelig å endre egen atferd, hvis vi ikke er i kontakt med de underliggende følelsene og drivkreftene som ligger i selvbildene våre. En hjelp til dette kan være å praktisere meditasjon, som opererer på et dypere plan enn Sandbergs handlingsorienterte og viljestyrte råd og støttegrupper. Man kan også jobbe med selvbilder på andre måter enn ved å praktisere meditasjon. Cullberg Weston foreslår for eksempel forskjellige kognitive øvelser og terapi.

På retretter med langmeditasjoner gjør mange seg den erfaring at man kjenner på og snakker om lave selvbilder. Disse er seiglivede og kommer tilbake år etter år, men de kan etter hvert bli mindre styrende og begrensende fordi vi tydeligere ser dem for det de er. Meditasjon kan derfor understøtte Sandbergs strategi, fordi man skaffer seg bedre tilgang til de styrende forestillingene bak ens handlinger, slik at man kan modifisere dem. Endringene kommer indirekte som følge av åpningen innover,

mens Sandberg stoler mer på at andre heier på en og at man selv direkte bestemmer seg. Å arbeide med introspeksjon over tid mener jeg kan være en nødvendig supplerende strategi for å kunne handle annerledes. Kontakten innover er en del av forandringen.

SIKKER PÅ Å VÆRE USIKKER

Enda en episode fra et av mine jobbintervju, kan belyse hvordan det å kjenne sitt indre kan være en fordel, selv om det ikke alltid føles slik. Det andre intervjuet (av totalt fire) var egentlig slutt, og jeg følte jeg hadde en mye bedre kjemi med den andre HR-damen enn den første. På vei ned trappen spør hun: "Du er litt usikker, ikke sant?" Jeg kan helt ærlig ikke helt huske hva jeg svarte, men tror jeg sa noe i retning av "Jo..." Jeg var ikke usikker på om jeg ville ha jobben, og er ganske sikker på at det ikke var det hun henviste til. Hun hadde fornemmet min indre usikkerhet. Og kanskje var det like greit å være ærlig om den?

Usikkerheten hadde mer med mine selvbilder enn selvtilliten min å gjøre. CV'en min var god nok. Usikkerhet og ærlighet til tross: Jeg kom videre til neste runde – og fikk til sist jobben. Kan det være at åpenheten for egen usikkerhet også ga et positivt signal, fordi det viste evne til selvrefleksjon? Å kunne vise usikkerhet er også en form for sikkerhet.

PRESTASJON

Hva slags bilde av mennesket er det egentlig Sandberg fremmer? I hvert fall ikke et særlig reflekterende menneske som er interessert i og arbeider

I meditasjonen er det ingenting å være redd for – det er bare å prøve seg frem

med å kjenne seg selv. Hun fremmer snarere en prestasjonskultur som ikke tar utgangspunkt i selv-erkjennelse, men er mer opptatt av hvordan man mest effektivt kommer opp og fram.

TED-talks er filmede foredrag tilgjengelig gratis på nettet. Tipset av en ambisiøs venninne var det via Sandbergs TED-talk *Why we have too few women leaders* at jeg i sin tid oppdaget *Lean In*. Foredraget hennes har i skrivende stund over 5,2 millioner views. En av Sandbergs personlige anekdoter i dette foredraget er typisk for den prestasjonskulturen hun fremmer. Hun forklarer hvordan hennes to-tre årige datter klamret seg til henne og ba henne om ikke å ta flyet til den andre siden av landet for å være borte i flere dager. Men Sandberg var nødt – hun måtte bare holde foredraget.

WHAT WOULD YOU DO IF YOU WEREN'T AFRAID?

Inspirert av sin sjef Facebook-grunnleggeren Marc Zuckerberg spør Sandberg: Hva hadde du gjort hvis du ikke var redd? Redd for å mislykkes, redd for hva andre vil tenke, redd for... I meditasjonen er det ingenting å være redd for – det er bare å prøve seg frem. Å la det som er få være der – enten vi liker det eller ikke. Da kan det etter hvert bli lettere å prøve seg frem på noen områder i livet hvor man tidligere har holdt igjen. Men det kommer ikke av seg selv – de anledningene man har til å handle annerledes må brukes. Og her kommer Sandbergs oppfordring til å lene seg fremover godt med! I meditasjonen kan vi øke vår indre frihet – aksepten for at både det vi gjør (egenaktiviteten) og det som skjer (spontanaktiviteten) er godt nok. Indirekte

øker vi da også aksepten for at vi er gode nok. Vi er ikke fantastiske, men heller ikke udugelige. Og etter hvert tør vi kanskje sette oss ved bordet, selv om en indre stemme mener vi ikke hører hjemme der. ■■

LITTERATUR/KILDER:

- Sheryl Sandberg, *Lean In: Women, Work, and the Will to Lead*, 2013.
- Sheryl Sandberg, *Lean In: Kvinner, karriere og kunsten å lede*, Gyldendal, 2014.
- Marta Cullberg Weston, *At kende sig selv – om identitet, selvfølelse og selvbilleder*, København, 2007.
- http://www.washingtonpost.com/opinions/a-year-after-lean-in-these-are-sheryl-sandbergs-trupest-believers/2014/03/07/407b0e8e-9dac-11e3-a050-dc3322a94fa7_story.html
- <http://www.economist.com/news/business/21632512-worlds-most-female-friendly-workplaces-executive-suites-are-still-male-dominated>



| ÅSE HELEN TVEITANE

Hvem kan fortelle meg hvem jeg er?

Vi er generasjon prestasjon i en verden av depresjon med for lite kommunikasjon, og bare fokus på telefon

Niklas Skjægstad

Vi lever i en prestasjonsorientert tid. Og mye kan tyde på at ungdommers vanskelige forhold til prestasjon har å gjøre med en overdreven orientering utover. Hvordan få ungdommene til å møte seg selv der de er?

Vi er i et klasserom. En lærer og 29 elever på 16 år. Faget er norsk. Jeg ber elevene gå frem til tavla og skrive noen stikkord som beskriver problemer de er opptatt av i hverdagen. Stikkordene skal bli stående på tavla, slik at elevene kan velge seg ett som de skal skrive essay om. Kritt er lagt i renna under tavla, og ungdommene reiser seg fra plassene sine. Fem-seks elever skriver samtidig, og flere av dem noterer mange stikkord. Andre står i kø for å føye

til tema som ikke allerede er notert. Slik holder de på en god stund – og til slutt er tavla full.

Hva står det på tavla? Hva er ungdommene opptatt av? Ordene de har skrevet, er både seriøse og useriøse, engasjerte og mindre glødende. Mange er innsiktsfulle, andre ertende. Noen har skrevet klassekameraters navn som problemer de er opptatt av – til leende protester og småslåssing rundt pultene.

Noe ved den flinke jenta vekker bekymring – rett og slett fordi hun er i ferd med å slite seg ut

Andre har notert tema som gjelder internasjonal politikk. På tavla står det "latskap" og "dataspill". Noen har skrevet "Aldersgrenser", andre "Jævla dyre bussbilletter". På tavla står det "IS", "Krig" og "Ebola". Flere har skrevet "Prestasjonsangst", og "Å skulle være best i alt".

Urettferdige aldersgrenser og internettavhengighet er tema mange ender opp med å skrive om i essayet sitt. Og her er det en del sammenfallende synspunkter i klassa. De fleste er enige om at aldersgrensene for når man må betale voksenbilletter, er urettferdig praktisert, og alle er enige om at internett skaper avhengighet blant de unge. Noen gutter velger å skrive om tema som grafitti, dataspill og latskap. Og som ventet er det bare jenter som velger å skrive tekster om prestasjonsangst, og det å skulle være "best i alt".

JEG VIL BARE GJØRE DET BRA

Selvfølgelig finnes det mange oppriktig interesserte ungdommer med faglig arbeidslyst og overskudd så det holder gjennom hele skoleåret. Og som i tillegg kan være enere på idrettsbanen, som musikere eller på andre arenaer. Dette ser det ut til at jentene som skriver om prestasjonsangst og jeg er enige om: Å være ressurssterk er ikke bekymringsverdig i seg selv. Men samtidig er det av og til noe ved den flinke jenta som vekker bekymring – rett og slett fordi hun er i ferd med å slite seg ut.

Mens elevene skriver på tekstene sine, henter jeg ut en og en av dem til individuelle samtaler. Ei skoleflink, pliktoppfyllende jente setter seg ned – og det tar ikke lang tid før tårene kommer. "Jeg vet

ikke hvorfor, men jeg er bare så utrolig ukonsentrert. Klarer ikke å samle meg om skolearbeidet. Det er liksom så fullt i hodet. Og så er jeg så sliten hele tida. Skulle ønske jeg bare kunne sove, skikkelig lenge. Men det går jo ikke..."

Jeg har sterk medfølelse med jenta. Samtidig kjenner jeg på en fortvilelse. Igjen er vi inne på dette temaet. Det begynner å bli så velkjent. Gjennom elevsamtalene kommer stadig liknende betroelser, oftest fra jenter – med depresjonen truende under en tilsynelatende veltilpasset overflate. Jenta forteller om den kampen det er å samle seg om skolearbeidet. At hun sitter hjemme med skolebøkene oppslått og prøver å tvinge fagstoffet inn i hodet, men at hodet er så fullt av tanker at det bare ikke går. Det er liksom ikke plass til det læreren har sagt at de skal lese. Jenta er sliten og vil helst sove. Men tiden er knapp; etter leksene venter deltidsjobb, trening, fritidsaktiviteter, avtaler med venner. Og selvfølgelig har hun, parallelt med alt det andre, kontakt med venner og andre gjennom sosiale medier. Her oppdaterer de hverandre med bilder og kommentarer om hvor de er, hvem de er sammen med, hva de driver med og hva de snart skal gjøre.

Ofte ligger jenta våken det meste av nettene. Hun bekymrer seg over små og store ting. Trente hun nok? Gjorde hun leksene godt nok? Hva mente venninnen med den sms'en? Vil det gå bra med karakterene på skolen? Vil hun komme seg inn på det studiet hun har tenkt seg? Jenta sovner ofte bare få timer før hun må stå opp igjen. Og morgenen etter er hun blant de første som sitter på plass i klasserommet, forsøksvis smilende og tilsynelatende



Men under smilet øker skamfølelsen, oppgittheten over hvor sliten hun er og hvor lite hun orker – og ikke minst en snikende redsel for å miste kontrollen helt.

konsentrert. Men under smilet øker skamfølelsen, oppgittheten over hvor sliten hun er og hvor lite hun orker – og ikke minst en snikende redsel for å miste kontrollen helt...

UROVEKKENDE TALL

Jeg og den utslitte jenta blir enige om at hun skal snakke med rådgiveren, slik at hun kan formidles videre til skolens psykolog. Tilbake sitter jeg i lett desperasjon – med nok en elev innregistrert hos det psykologiske helseapparatet. Vel og bra er for så vidt det; på vår skole har vi et helsetilbud som fungerer bedre enn noen gang. Men jeg er likevel ikke nærmere å finne ut hvorfor så mange havner hos helsesøster og psykolog. Og er det bare hos oss at det er slik?

Jeg oppsøker nettsidene til NOVAs Ungdata-rapporter, med informasjon fra mer enn 40 000 ungdommer årlig i tidsperioden 2010-2014. Og allerede sammendragstekstene i de siste rapportene bekrefter det jeg har hatt en mistanke om.

Rapportene fra 2013 og 2014 viser en økning i tendensen til depresjoner og negative selvbilder hos unge. Til tross for at de fleste unge mellom 13 og 18 år melder om at de trives både hjemme og på skolen, rapporterer eksempelvis tre av ti jenter at de «bekymrer seg for mye om ting» og at «alt er et slit». Mellom 10. klasse og tredje klasse på videregående (VG3) ligger andelen depressive symptomer blant jenter på 23-25 %. Og selv om tallene er lavere for gutter i samme alder, rapporteres det

Det er sjeldent med en jente som ikke kritisk og notorisk overvåker sin egen kropp, sitt utseende og sine prestasjoner

om en økning i depressive symptomer fra 3 % i 8. trinn til 11 % på VG3. Når det gjelder fysiske helseplager, settes dette til dels i sammenheng med den psykiske helsetilstanden: I sammendraget til 2014-rapporten påpeker NOVA-forsker Anders Bakken at mange sliter med hodepine, magevondt og smerter i nakke, skulder, ledd og muskulatur. Og av de som sliter mest psykisk, er det nær fire av ti som har daglige fysiske plager.

GENERASJON DEPRESJON

Det viser seg at Ungdata-rapporten fra 2013 var det som for alvor skapte overskrifter som "Generasjon prestasjon", "Generasjon perfekt" og "Generasjon depresjon". Rapporten viste nemlig en vesentlig økning i psykiske helseplager hos unge siden 2010.

Mediedebatten i kjølvannet av rapporten knyttet ungdommenes depressive tendenser til prestasjonsangst, og de "flinke pikene" ble særlig fremhevet. I sin kommentar til 2014-rapporten nyanse- rer Bakken imidlertid dette bildet noe; her påpeker han at de velintegreerte og ambisiøse jentene kanskje fikk vel mye medieoppmerksomhet i året som gikk: Den siste rapporten viser nemlig at ungdommene som sliter mest, trives dårligere på skolen, gjør mindre lekser, skulker mer og sikter seg i mindre grad enn andre inn mot høyere utdanning. Det er altså ikke de mest vellykkede som sliter tyngst. Likevel understreker Bakken at omfanget av psykiske helseplager generelt øker gjennom ungdomsårene, og da særlig i løpet av tiden på ungdomsskolen. Hva som kan være årsaken til dette er det flere som har engasjert seg i – med ulike innfallsvinkler, og dermed også forskjellige svar.

ET DYSFUNKSJONELT SAMFUNN?

En av ytringene som fanger min oppmerksomhet spesielt, er en kronikk av psykolog Per Are Løkke. I "Diagnoser skjuler jenters raseri" (*Aftenposten*, 14. september 2014) beskriver psykologen jenter som faller utenfor i et samfunn som krever for mye. Løkke peker på de økte forventningene til jenter om å være flinke, snille og attraktive som en årsak til deres problemer. Forventningspresset skaper frustrasjon og sinne, som mange i det skjulte retter innover i seg selv.

Løkke skriver at det er sjelden han snakker med en jente som ikke kritisk og notorisk overvåker sin egen kropp, sitt utseende og sine prestasjoner. Videre hevder han at selvhatet fremstår som epidemisk, og at presset utenfra fører til at mange blir syke. Den moderne "syke" jentepsyken beskrives hos Løkke som et slags firehodet monster av depresjon, selvskading, angst og anoreksi. I følge psykologen er sykdommen indikator på et raseri jentene bærer, mot et system som ikke kan ta dem imot som de er. Han hevder at jentene mangler synlige, enhetlige og legitime steder å rette raseriet mot der ute i verden – og med dette kan det man kaller psykiske lidelser hos unge jenter snarere kalles naturlige reaksjoner på et samfunn som krever for mye.

Selv om Løkkes kronikk handlet om jenter, hadde den samme generelle budskap som fastlege Harald Sundbys innlegg i *Adresseavisen* 8. april 2014. Sundby fokuserer både på jenter og gutter, og kaller det en "epidemi" blant ungdom å måtte oppsøke fastlegen sin fordi de har det vondt. I sitt avisinnlegg ret-

Ungdom fungerer som kanarifuglene i kullgruvene - de blir sendt ned for å sjekke luftkvaliteten

ter han fokus mot helsevesenets rolle i forbindelse med den deprimerte ungdommen. "Ved å individualisere lidelsen og gjøre den til sykdomsdiagnoser, kan vi gjøre de unge en bjørnetjeneste", skriver Sundby. Som Løkke hevder han at problemfeltet er langt større enn individene som kommer til fastlegekontoret, at det har røtter i politikken og kulturen. Han lanserer også en hypotese om at dagens ungdommer fungerer som kanarifuglene i kullgruvene som blir sendt ned for å sjekke luftkvaliteten: De blir "individer som er de første til å bukke under for 'sosial kvelning'". Med dette mer enn antyder Sundby at det er et dysfunksjonelt samfunn som er årsaken til depresjonstendensene hos ungdommer – og han tar samtidig til orde for at løsningene derfor må finnes i og med fellesskapet.

UTENFOR INDIVIDET

Jeg kjenner igjen den praksisen Løkke og Sundby viser til, som kan bidra til at helsevesenet faktisk kan forsterke et ungt menneskes problemer. Ved å definere identiteten til ungdommen gjennom en diagnose, blir hun samtidig selv bæreren av problematikken hun sliter med. Men siden diagnoser er nøkkelen til behandling og terapi, settes disse svært ofte for å utløse nettopp slike ressurser. Og med dette kan problemstillingen som Løkke presenterer, synes fastlåst: Ungdommen kommer til helsevesenet for å få hjelp, men møter et system som plasserer problemet hos henne selv. Praksisen med diagnostisering som nøkkel til behandling er selvopprettholdende og utelukker dermed nødvendigheten av å undersøke forhold utenfor individet.

Men er spørsmålet om diagnostisering så enkelt som vi nettopp fikk skissert? Under Acems seminar "Ung identitet i brytning" den 23. april 2015, der Per Are Løkke var en av hovedgjestene, ble temaet nyansert og utdypet. Her kom det frem at det i noen grad er blitt status blant unge å ha en diagnose og gå i behandling. Helhetsbildet viser altså at ungdommer også viser motstandsdyktighet, ved å ta systemet offensivt i bruk.

Slik jeg oppfatter det bærer diagnostisering med seg flere og til dels motstridende reaksjoner: For det første er det økonomisk interesse (behandlingsinteresse) i det å gi en diagnose. For det andre kan diagnostisering ha negative konsekvenser for individet, men for det tredje kan det også gi status å ha en diagnose. Med dette blir det mindre klart hva en diagnose egentlig er; noe man lider av, noe man bruker, eller noe man vil vise frem. Med tanke på at formålet er å hjelpe – ikke å lede oppmerksomheten bort fra vesentlige årsaksforhold, og kanskje også bidra til stigmatisering – oppfatter jeg likevel Løkke og Sundbys fokus på konsekvensene av helssystemets praksis som svært viktig.

DET GRENSELØSE FELLESSKAPET SOM IDENTITETSKORREKTIV

Men hva med evnen til å kjenne etter innover, tenker jeg der jeg sitter over elevtekstene mine. Sikker er det i hvert fall at det er mye som trekker oppmerksomheten utover i en ungdoms liv. I elevtekstene står det mye om internett. Og det er ikke så rart. Dagens elever ved ungdoms- og videregående skoler er nemlig av de første i "iPhone-generasjonen": De har – bokstavelig talt – hatt internett



48 % av elevene ved videregående skole meldte fra at de var «fornøyd med utseendet», og 15 % svarte at de var i et «depressivt stemningsleie».

for hånden hele livet. Å legge fra seg mobiltelefonen eller lukke laptop'en når vi skal fokusere på fagtema, oppleves for mange nærmest som naturstridig. Daglig pågår det derfor en kamp mellom lærere og elever, om å legge fra seg elektronisk utstyr når elevene skal følge med på det læreren sier. I håp om å la den voksne fornuften seire, har skolen vår også investert i nye mobiltelefonhyller til alle klasserom dette året. Og tilsynelatende fun-

gerer alt som det skal – hylla er full av telefoner. Hvorfor tar jeg likevel elevene i å sitte med lysende småskjermer i fanget? Jo, fordi de fleste har plassert den gamle telefonen sin i mobilhylla...

LIKE VIKTIG SOM BRØD OG VANN

Flere av elevene refererer til en undersøkelse om ungdom og internett fra 2011, som konkluderer med at nettet nå er like viktig for ungdommene

Er internettbruken selve problemet, eller forsterker det bare en tendens til psykisk overstrekk?

som brød og vann – og at det slik sett kunne fått plass i Maslows behovspyramide. Det materielle suppleres altså av ikke mindre enn en hel parallell tilværelse, som både utvider perspektiver og presenterer nye «behov». Ungdommene selv tenker at det er en tydelig forbindelse mellom internett og krav. En elev skriver dette om påvirkningskreftene som er i sving:

Bloggere er nok av de som har mest innflytelse på unge jenter i dag. Leserne påvirkes daglig gjennom innlegg som fremhever urealistiske, «perfekte» liv. Unge jenter er fast bestemt på å gjøre alt for å bli best. Det å ha status er noe som påvirker. De legger ut så å si alt i den digitale verden for [å] alltid være aktive og oppdaterte. Når de legger ut innlegg og eventuelt bilder kommer responsen hyppig. Den digitale verden er den nye dommeren og kommentarene kan for mange være som et hardt slag midt i fleisen. Alt dette kan føre til at unge stresser seg syke.

(Jente, 16 år)

Min elev tar spesielt opp jenters stress i forbindelse med normsenderne på internett. Men stresset gjelder både jenter og gutter. I *Adresseavisens* ungdomsside "Snakk ut" skriver 15-årige Hege Kristine Dahlen at

[s]om en konsekvens av medias bruk av "perfekte" mennesker øker dette ungdoms fokus på utseende og kjønnsideal. [...] Det å bli konstant påminnet hvordan idealet skal være til enhver tid skaper åpenbart mye indre uro".

Dahlen baserer innlegget sitt på tallene fra hjembyen Trondheim i Ungdata-undersøkelsen, der bare 48 % av elevene ved videregående skole meldte fra at de var "fornøyd med utseendet", og der 15 % svarte at de var i et «depressivt stemningsleie».

Som vi har vært inne på, ser altså ungdommene selv sterke forbindelser mellom internettvaner og psykisk helse. Likevel sitter jeg igjen med spørsmålet om internettbruken er selve problemet, eller om det bare forsterker en tendens til psykisk overstrekk som er mer grunnleggende nedfelt i en del unge i dag. Jeg har en anelse om at dette overstrekket har sammenheng med en form for utovervendt bevissthet, og at utovervendtheten er noe tillært.

REALITY – WORST GAME EVER?

En ting er altså internettvaner og selvbildetematikken disse kan bringe med seg. Men kan stressnivået hos "Generasjon Prestasjon" ha noe med oppdragelsen å gjøre? Og har dette i så fall sammenheng med tidsperioden ungdommene er født inn i? Denne mistanken får bein å stå på under et seminar i Relasjonsbasert klasseledelse ved NTNU.

Foreleseren ved seminaret, Tine Krämer, jobber til daglig som psykolog og familierapeut. Krämer setter søkelyset mot pedagogenes innflytelse på dagens ungdomsgenerasjon. I tillegg til å være "iPhone-generasjonen", representerer elever som begynte på videregående skole i 2014, nemlig en generasjon som har tilbragt store deler av oppveksten i barnehager. Krämer understreker at en oppvekst med førskolelærere og andre pedagoger som ansvarspersoner, innebærer en hverdag med

Jentene beskrives som «flytende kvisthauger» med en kaotisk mengde løse symptomer som de selv ikke klarer å finne årsakene til

voksne som ofte korrigerer barnas spontane atferd. Hun benytter noen velkjente utsagn som eksempler: "Ole – hvis du tar den leken fra Even kommer han til å bli lei seg". Og: "Even – hvis du gjør det der flere ganger nå, blir jeg snart sint!". På den ene siden korrigeres barnet vekk fra sine spontane ønsker og handlinger og inn i mer ønskelig atferd. Samtidig viser pedagogen, gjennom sin profesjonelle distanse, et ikke-privat og dermed ikke autentisk forbilde for barnet.

Vi kjenner også igjen det Krämer beskriver om foreldre, som i beste mening overstyrer barnets impulser: I sin iver etter å få i barnet «riktig mengde» mat, overser mange foreldre at barnet snur seg vekk fra matskjen som et tegn på at det er mett. Slike eksempler finnes det mange av, og her skjer overstyringen uten at den voksne selv er klar over det.

SLUTTER Å KJENNE ETTER INNOVER

Vår foreleser understreker at stadig korreksjon av barnas autentiske atferd i noen tilfeller medfører at barnet slutter å kjenne etter innover. Og kan vi ikke kjenne etter innover, kan vi heller ikke ta det som skjer inne i oss selv som utgangspunkt for handlingsvalg. Her ser jeg forbindelser både til mine egne erfaringer og til det Per Are Løkke beskriver om jenter i "diagnosenes tidsalder": Løkke påpeker at jentene som kommer til ham, svært ofte sliter med å se innover i seg selv. Jentene beskrives som "flytende kvisthauger", med en kaotisk mengde løse symptomer som de selv ikke klarer å finne årsakene til. Og kanskje gjør Løkke og Sundby rett i å fokusere på samfunnsmessige dysfunksjoner i

disse tilfellene – for hvem skal ta vare på de selvstendige valgene, der ytre forventninger gis mandat til å overprøve indre behov?

IDENTITET OG (SELV)OMSORG

Mye av det vi har diskutert, handler om ungdommer som tilpasser seg i for stor grad. Jeg har nevnt forhold som kanskje griper inn i evnen til å kjenne innover, med det pedagogiske paradigmat og internettvanene som vesentlige faktorer her. Noen ungdommer forstrekker seg og blir skadelidende av det. For den personen som baserer hele sin identitet på prestasjoner, kan fort falle utenfor i møte med en grenseløs ytre kravstiller. Men selv om vi her har kikket på noen kulturelle symptomer, finner vi likevel ikke én isolert årsak til at «Generasjon Prestasjon» sliter med høyt stressnivå. Som alltid når vi har med mennesker å gjøre, vil det være en sum av enkeltfaktorer som fører til at visse ungdommer sliter. Og her er hver historie unik.

Jeg lurer likevel på hva jeg som lærer kan gjøre for å få den utbrente ungdommen til å lette på kravene hun har til seg selv. Hvordan kan jeg bidra til å senke prestasjonskravene hennes, slik at hun kan klare å slappe litt mer av – og kanskje også kjenne etter innover i seg selv?

Jeg gir ikke meg selv en enkel oppgave der. Læreren representerer jo skoleverket, som i seg selv er en vesentlig produsent av krav og forventninger, og ikke minst vurderinger. Og den snart voksne ungdommen er i en fase av løsrivelse og selvstendigjøring, som innebærer at hun ofte avviser velmenende råd fra de voksne rundt henne. En viktig

For å kunne ta personlig ansvar må jeg få aksept for den jeg er, og ikke for den jeg synes jeg burde vært

mulighet jeg som lærer har, ligger likevel i erkjennelsen av et grunnleggende psykologisk og sosialt aspekt – som for øvrig vil være i spill uansett hvilken samfunnsform man lever i. Å kunne ta personlig ansvar for det jeg foretar meg i livet, er et viktig grunnlag for å ha det bra. Hvis mine egne verdier ligger til grunn for det jeg mener og gjør, vil jeg også kunne legitimere det jeg mener og gjør for meg selv. Men for å kunne ta personlig ansvar må jeg få aksept for den jeg er, og ikke for den jeg synes jeg burde vært – og kanskje derfor kjemper for å bli.

RELASJON PRESTASJON

Vi er igjen i klasserommet. Jeg står foran 30 unge mennesker, alle negativt innstilt mot agendaen «barokkens litteratur». Gjett om målet om å vekke elevenes personlige ansvar kjennes utfordrende. Dette er ingen spøk. Jeg ser ut over forsamlingen. "Ja, jeg regner med at dere har lengtet hele uka etter denne timen", sier jeg alvorlig. "Dette er høydepunktet i din karriere som norskelev". Noen skeive smil og høylytte sukk brer seg i rommet. Noen sier "Hæ...? Mente hun det?" Andre kjører videre i ironisk stil og sier "Ja, selvfølgelig. Dette er jo øyeblikket vi har ventet på". Og til slutt kommer latteren.

Når elevene får sagt litt om hva de tenker på akkurat nå, blir stemningen i klasserommet straks mer avslappet. For her kommer det selvfølgelig hjertesukk og frustrasjonsmeldinger over at vi skal lese Dorothe Engelbretsdotters tragiske salmer – og i det hele tatt at pensum i norskfaget kan være så fullt av "tema vi aldri får bruk for". Når disse tankene er kastet ut i rommet, og elevene opple-

ver at jeg aksepterer og verdsetter at de kommer med dem, ser ikke alle like mørkt på dagens faglige agenda. Jeg vet at dette ikke vil få alle med på at norskfaget er gøy, og jeg vet at det ikke alene kan få den stressede jenta til å senke på de indre kravene sine. Men jeg vet også at vår relasjon kan påvirke alles motivasjon. Og i dette ligger viktige forutsetninger for læring. ■

LITTERATUR/KILDER

- Dagsavisen (Ungdata-resultater), <http://www.dagsavisen.no/samfunn/unge-jenter-sliter-psykis-k/>
- Laila Flaksvåg-Fleines, «Vår relasjon påvirker min motivasjon: En kvalitativ intervjustudie om relasjonsbygging mellom lærer og elev i den yrkesfaglige opplæringen» (Masteravhandling, UiO): <https://www.duo.uio.no/handle/10852/31301>
- Generasjon prestasjon UB, <http://www.generasjonprestasjon.com/>
- Jesper Juul, «Selvtillid og selvværd», Family Lab: <http://www.family-lab.com/about/jesper-juul-articles/item/selvtillid-og-selvvaerd-3>
- Per Are Løkke, «Diagnoser skjuler jenters raseri», *Aftenposten* 14.9.2014: <http://www.aftenposten.no/meninger/kronikker/Diagnoser-skjuler-jenters-raseri-7703098.html>
- NOVA, Ungdata-rapport, <http://www.ungdata.no/id/27968.0>
- NRK om Ungdata, <http://www.nrk.no/norge/unge-prektige-og-stressa-1.11873587>
- NTNU ung-HUNT (ungdomsdepresjoner og selvmordstanker), <http://bmjopen.bmj.com/content/4/8/e005867.long>
<http://bmjopen.bmj.com/content/4/8/e005867/T1.expansion.html>
- Karoline Reistad, «Nytt lavterskeltilbud hjelper deprimert ungdom» (artikkel, forskning.no): <http://forskning.no/barn-og-ungdom-psykologi/2014/04/nytt-lavterskeltilbud-hjelper-deprimert-ungdom>
- Harald Sundby, «Illevarslende», *Adresseavisen*, 8. april 2014.
- Sykepleien, <http://www.sykepleien.no/nyhet/1719315/unge-jenter-sliter-psykisk>



EMERGENCY
PULL HERE

ICS
ON

7

Hva vil vi egentlig med å jobbe?

For våre forfedre var arbeid et spørsmål om overlevelse. I dag kan vi ha hele yrkeskarrierer som kommunikasjonsrådgivere, negledesignere eller pizzaskjærer-produsenter. Men selv om stadig flere jobber strengt tatt er nokså unødvendige, har storsamfunnet fortsatt et nærmest dogmatisk fokus på arbeidets angivelige viktighet. Dette kan gjøre det vanskeligere for oss å finne reell mening i våre liv, og har også uheldige samfunnsmessige konsekvenser. Hvordan havnet vi her, og hva kan vi gjøre for å bøte på problemet?

På det overflatiske plan er arbeidets utvikling i Vesten de siste 300 år historien om en radikal frigjøring. I det gamle, førindustrielle bondesamfunnet gjorde mangelen på teknologi at de fleste mennesker måtte bidra på jorden for at det skulle bli nok mat til alle. I nær sagt alle vestlige land arbeidet 75 prosent av befolkningen i jordbruket frem til tidlig på 1700-tallet. De 25 prosent som ikke var direkte involvert i matproduksjonen, måtte som hovedre-

gel fylle andre helt nødvendige samfunnsfunksjoner, som lensmann, smed, soldat, baker, handelsmann og liknende.

Midt på 1700-tallet kom så den industrielle og teknologiske revolusjon, som effektiviserte jordbruket drastisk. I dag behøves det bare mellom 2 og 8 personer for å mette 100 munn i vestlige land. I motsetning til det gamle bondesamfunnet, der 75

Det nordeuropeiske menneske hadde i flere tusen år vært vant til å jobbe hardt for å overleve

prosent av befolkningen var bundet til jorden, fikk vi altså et samfunn der over 90 prosent var frigjort fra jorden.

Hva har vi så brukt denne nye friheten til? I teorien hadde jo faktisk mennesket et valg når nye landbruksmaskiner tok over stadig mer av matproduksjonen: Vi kunne benytte anledningen til å jobbe mindre enn før, eller vi kunne finne nye måter å jobbe på. Som alle vet, valgte vi det siste. I stedet for å ta livet mer med ro, skapte vi nye jobber som tok sikte på å forbedre samfunnet på ulike måter. Samfunnet har da også nettopp derfor blitt sterkt forbedret, både materielt og på andre vis. Få vil derfor for alvor hevde at dette var et dårlig valg. Men likevel: Kan det tenkes at utviklingen, til tross for alt den har gitt oss, også har tatt fra oss noe viktig? Og er det egentlig så åpenbart at det måtte gå akkurat slik det gjorde?

HVORFOR FORTSATTE VI Å JOBBE?

Den konvensjonelle forklaringen på at arbeidet overlevde den teknologiske utviklingen, vil nok være at vi mennesker har et instinktivt behov for å øke vår levestandard. I tillegg har vi også et behov for å skape nytt, være i aktivitet, få bekreftelse, hevde oss statusmessig, bidra til fellesskapet og liknende. Det å jobbe kan ivareta alt dette, og arbeid vil derfor alltid være en uatskillelig del av menneskelivet, vil noen hevde.

Denne forklaringen har utvilsomt mye ved seg. Samtidig synes det å være store kulturelle, geografiske og sosiale variasjoner når det gjelder menneskers behov for å jobbe. Mye tyder derfor på at

når arbeidet så til de grader overlevde teknologien i Nord-Europa, var dette ikke bare et resultat av en ren naturnødvendighet. Om andre mulige årsaker kan man bare spekulere: Kanskje gikk den historiske utviklingen så raskt at det nordeuropeiske menneske, som i flere tusen år hadde vært vant til å jobbe hardt for å overleve, ikke maktet den psykologiske og kulturelle omstillingen det innebar å jobbe mindre? Kanskje gjør kjølig klima at mennesket instinktivt føler at det må jobbe hardt for å overleve, selv om det teknologiske nivået objektivt sett gjør at dette ikke er tilfelle? Eller kanskje var den protestantiske etikk avgjørende, slik den tyske sosiologen Max Weber (1864-1920) hevdet? Uansett hva som bidro i utgangspunktet, er det klart at den industrielle og teknologiske revolusjon skapte et kvalitativt nytt samfunn, der vi fortsatte å jobbe like mye som vi hadde gjort før – bare på helt andre måter.

NYE BEGRUNNELSER FOR ARBEID

Den teknologiske effektiviseringen gjorde etter hvert at det ikke lenger var behov for like mange mennesker på gårdene. Samtidig ble industrien, og de nye arbeidsplassene den tilbød, konsentrert i byene. I kjølvannet av den industrielle revolusjon fikk man også en eksplosiv befolkningsvekst. Alt dette gjorde at byene vokste dramatisk på 1800- og 1900-tallet.

Den europeiske velferdsstaten ble for alvor utviklet først etter 2. verdenskrig. I den tidlige urbaniseringsfasen innebar arbeidsledighet derfor reell økonomisk nød for dem som ble rammet. Arbeid fortsatte derfor å være en nærmest livsnødvendig



I det gamle bondesamfunnet var 75 prosent av befolkningen bundet til jorden.

affære også i byene. Senere fikk vi imidlertid velferdsordninger som sørget for at alle borgere fikk en del av samfunnets samlede økonomiske kake, samtidig som den teknologiske utviklingen akselererte videre. Hvorfor har vi da likevel fortsatt å jobbe store deler av vår våkne tid?

Mye tyder etter mitt syn på at urbaniseringen også skapte en ny og mer "sosialpsykologisk" begrunnelse for arbeid. Foruten det økonomiske uføret det fortsatt medførte, var arbeidsledighet trolig langt mer eksistensielt problematisk i byene enn det hadde vært på landsbygda. I det gamle, stabile bondesamfunnet var tilhørigheten til gården og hjemstedet, slekts-identiteten og sosiale relasjoner ikke truet, selv om det skulle komme en måned eller to der det ikke var spesielt mye å foreta seg. I byene var det annerledes. Mangelen på et fast hjemsted, fragmenteringen av en klar slekts-identitet og mindre stabile sosiale relasjoner, gjorde at man i større grad var kastet tilbake på seg selv og sin ensomhet, dersom man ikke klarte å finne fast tilflukt og tilhørighet i et lønnsarbeid.

For meg er det akkurat dette romanen *Sult* av Knut Hamsun handler om: Den forvirrede hovedpersonen som går rundt og sulter i Kristiania er revet opp med røttene fra jorden og slektsbåndene hans forfedre sto plantet så trygt i, og sliter med å finne fottfeste i sin nye, urbane og arbeidsløse tilværelse. Veien til angsten og uforståelige psykologiske krumspring er kort. Dette fenomenet ser vi gjenta seg i utviklingsland i dag, der rask urbanisering er forbundet med en økning i forekomsten av depresjon og psykoser.

Etter hvert som byene vokste, syntes det å oppstå en sammenheng mellom den enkeltes psykologiske uro og mer omfattende sosial og politisk uro. Særlig tydelig ble dette på 1930-tallet, da økonomisk depresjon og massearbeidsløshet økte faren for politiske revolusjoner. Industrialiseringen og urbaniseringen hadde ført til en fremvekst av et klassesamfunn, der ulike samfunnsgrupper etter hvert utviklet en bevissthet om sine interesser og en vilje til å forsvare dem – om nødvendig på voldelig vis. Som følge av dette ble staten på

I dag kan man ikke med god samvittighet si at man "jobber", når man handler og lager mat, passer barn, vasker klær eller rydder huset

1900-tallet gradvis tvunget til å ta et betydelig større ansvar for befolkningen enn det som hadde vært tilfelle tidligere. Utviklingen av en velferdsstat akselererte nettopp som følge av 1930-tallets massearbeidsløshet og politiske kaos. Som en del av denne utviklingen ble det i økende grad ansett som nødvendig å *skape* arbeid til folk. Hensikten med arbeid var altså ikke lenger bare å skaffe nok mat til veie, som i det gamle bondesamfunnet, men å gi folk mening, identitet og atspredelse for å opprettholde den politiske og sosiale orden. Vi ser altså at begrunnelsen for arbeid delvis endrer seg: Fra primært å være et nødvendighetsforhold mellom mennesket og jorden i det gamle bondesamfunnet, blir arbeid i større grad politisk og sosialt begrunnet i den industrialiserte og urbaniserte verden.

KEYNESIANSK FREMMEDGJØRING

Den britiske økonomen John Maynard Keynes (1883-1946) bidro avgjørende til den nye måten å tenke om arbeid på. Keynes fikk bredt internasjonalt gjennomslag for at staten i perioder der arbeidsledigheten var høy, måtte sette i gang prosjekter som holdt folk og nasjonaløkonomi i sving, enten disse prosjektene strengt tatt var nødvendige eller ei. Staten kunne for eksempel sette i gang et jernbaneprosjekt, eller bygge en stor bro, for å skape arbeidsplasser. Implisitt har Keynes' teorier dermed også lagt grunnlaget for forbrukersamfunnet, der man nesten er like opptatt av at det produseres (og konsumeres), som av *hva* som produseres (og konsumeres).

At Keynes' tankemåte fortsatt har stor innflytelse så vi sist under den økonomiske krisen som fulgte

av finanskrisen i 2008-09, der regjeringer over hele den vestlige verden iverksatte såkalt "motkonjunkturpolitikk" for å "holde hjulene i gang".

I de 69 årene som har gått siden Keynes' død, har avstanden mellom produksjon og egentlig nødvendighet økt dramatisk. I 1958 gikk ca. 40 % av et gjennomsnittlig norsk husholdningsbudsjett til matvarer. I 2008 var andelen 11 %. Vi bruker med andre ord 89 % av våre inntekter til andre ting enn det primære. I ett perspektiv er det selvfølgelig bare positivt at vi kan bruke stadig mer av våre penger på andre ting enn mat. Selv har jeg for eksempel nettopp kjøpt en iPad, som jeg har stor glede av.

Likevel taler etter min mening mye for at "keynesiansk fremmedgjøring" er et dekkende begrep for dagens økonomiske system. Til tross for at vårt økonomiske nivå er skyhøyt over det 1950-tallets nordmenn – som tross alt også levde relativt lenge og vel – kunne drømme om, fortsetter vi å være livredde for arbeidsløshet og inntektstap, og bruker ordet «krise» når vekstratene synker med noen få prosentpoeng. Alle såkalt ansvarlige politikere snakker med bekymret mine om viktigheten av å skaffe "arbeid til alle" og å "holde hjulene i gang."

Den keynesianske fremmedgjøringen har dessuten sneket seg inn i språket, tidvis kanskje også i moralen. I dag kan man med god samvittighet si at man "jobber" når man skriver en reportasje om Dorthe Skappels avdøde familiehund, utvinner olje fra forurensende oljesand eller produserer klasebomber, men ikke når man handler og lager mat, passer barn, vasker klær eller rydder huset.



Å gi folk mening, identitet og atspredelse for å opprettholde den politiske og sosiale orden

Kravene til stadig vekst kritiseres riktignok av stadig flere, men i praksis synes det vanskelig å øyne realistiske alternativer til å la hamsterhjulet fortsette å rulle. Det enkle svaret på hvorfor det er slik, er selvfølgelig at økonomisk nedgang og økt arbeidsledighet også i dag kan innebære betydelige belastninger for de enkeltmennesker som rammes. Også i dagens Europa kan folk som mister jobben, miste leiligheten, muligheten til å finansiere sine barns utdanning eller muligheten til å betale for livsnødvendig helsehjelp. Dette er høyst reelle problemer som jeg ikke har noen intensjon om å bortforklare. Men for et fyllestgjørende svar på hvorfor det fortsatt anses som så viktig å holde "hjulene i gang", er det etter min mening også nødvendig å dykke under denne overflaten, og begi oss inn på en mer eksistensiell diskusjon om forholdet mellom arbeid og mening.

ARBEID OG MENING FØR OG NÅ

I den grad man er enig i at utvetydig nødvendighet – som å måtte skaffe mat for å overleve - kan gi arbeidet viktig mening, mangler store deler av det moderne arbeidslivet en slik grunnleggende begrunnelse. Den sterke spesialiseringen som kjenner seg på dagens arbeidsliv har dessuten ført til at nødvendigheten er delt opp i bruddstykker, og vanskeligere å få øye på i hver enkelt jobb. I tillegg kommer et annet moment som jeg tror er viktig. Jeg skal vokte meg for å romantisere ensformigheten som preget arbeidet på marken i tidligere tider, men tror likevel at den kan ha hatt et positivt aspekt ved seg: Den kan ha skapt en allmenn erkjennelse av at meningen med livet ikke lå i arbeidsoppgavene i seg selv, men i noe utenfor arbeidet. Videre kan vi, inspirert av Karl Marx, hevde at avstanden til denne meningen trolig var kortere i



I 1958 brukte en gjennomsnittlig norsk husholdning ca. 10 % av sitt budsjett på bolig. I 2008 var andelen 30 %.

det førindustrielle samfunnet. I bondesamfunnets sosialt integrerte og dypt religiøse univers sørget trolig ens nærmeste, hjemstedet, naturen og Gud for en mer umiddelbar og helhetlig følelse av mening, som senere ble fragmentert gjennom industrialisering og urbanisering. I et slikt tradisjonelt samfunn blir arbeidet først og fremst meningsfullt fordi det er helt nødvendig for videre liv, og blir ikke betraktet som et mål i seg selv.

Dette skiller seg i så fall markant fra den moderne tid. I tradisjonen fra Keynes har jo arbeidet nettopp til dels blitt et mål i seg selv. Senere utviklingstrekk kan også ha forsterket dette. For mange feminister

på 1960- og 1970-tallet var for eksempel deltakelse i arbeidslivet selve Godet som man hittil hadde blitt nektet, og som man nå krevde tilgang til.

Et annet moment er at mange moderne jobber er langt mer varierte, interessante og utfordrende i seg selv enn det som var tilfelle i gamle dager. Å fremstille dette som noe negativt, kan selvfølgelig fremstå som ekstremt bakstreversk. Ikke desto mindre kan nok også dette ha bidratt til at arbeidet i moderne tid oppfattes som et eget endemål.

Tilspisset og forenklet kan man derfor hevde at stadig flere av oss har valget mellom "keynesiansk frem-

Stadig flere av oss har valget mellom fremmedgjorte jobber, langt fra tilværelsens grunnleggende mening, og arbeidsløshet, som fører til meningstap

medgjorte" jobber, som befinner seg stadig lenger fra tilværelsens grunnleggende mening, og arbeidsløshet, som i alle fall fører til meningstap i et samfunn som er langt mer sosialt fragmentert enn tidligere.

For en del blir løsningen å gi opp søken etter helhetlig mening og erstatte denne med «del-mening», som man jo blant annet kan finne på arbeidsplassen (i form av f.eks. hyggelige kolleger) og i de konkrete arbeidsoppgavene (som jo kan være varierte, interessante og utfordrende). Alt dette er gode ting som utvilsomt kan utgjøre viktige bestanddeler i helhetlig livsmening. For meg ser det imidlertid ut som at disse del-meningene litt for ofte opphøyes til en plass de ikke fortjener. For dem som synes at det sosiale primært er noe som tilhører den private sfære, som føler at arbeidet blir meningstomt når det ikke handler om annet enn at "jeg" skal takle nye utfordringer (som kanskje egentlig er unødvendige, i verste fall også umoralske), eller som heller vil være "her og nå" enn å avansere karrieremessig, kan deler av det moderne arbeidsliv fortone seg temmelig frustrerende.

URBANITETEN SOM MEDLØPER

Som nevnt over bruker husholdningene en stadig mindre andel av sine inntekter på mat. Hva bruker vi så penger på i stedet? Det som har økt aller mest, er boutgifter. I 1958 brukte en gjennomsnittlig norsk husholdning ca. 10 % av sitt budsjett på bolig. I 2008 var andelen rundt 30 %.

Urbaniseringen – det at flere og flere ønsker å bo omtrent på samme sted - er en hovedårsak til at boligprisene har steget så mye. For å kunne bo i by,

må man tjene nokså godt. Spissformulert kan man derfor hevde at mens vi tidligere jobbet for å (over) leve, jobber vi i dag for å kunne bo sentralt. Men som vi har sett, har arbeid i stadig større grad blitt noe politisk og sosialt, og i stadig mindre grad et forhold mellom mennesket og jorden. Dette gjelder særlig nettopp i byene – på bygda er man fortsatt noe nærmere ressursene og våre grunnleggende eksistensbetingelser.

Mange moderne bymennesker er derfor nødt til å bruke mye energi på å forsøke å overbevise andre om at det man gjør, er så viktig at man fortjener et stykke av samfunnets kake av lønn og kapital. Samtidig er det et faktum at det egentlig er mindre viktig å arbeide enn det var i tidligere tider. Det er, slik jeg ser det, et misforhold mellom mange urbane menneskers opphaussing av sitt arbeid, og den manglende faktiske nødvendigheten ved en stadig større del av dette arbeidet.

Et felles synspunkt i alle seriøse spirituelle tradisjoner har vært at veien til et så godt, meningsfylt og lidelsesfritt liv som mulig, og gode mellommenneskelige relasjoner, er å slippe investeringen i sitt eget ego så langt man makter. Kan det tenkes at denne innsikten kan forklare en del moderne psykologiske plager? I dagens samfunn, og særlig i byene, er selvopptattheten så godt som bygget inn vår økonomiske struktur. Istedenfor nøkternt å høste av det jorden har å gi, har det blitt økonomisk nødvendig å "skape seg" ved kontinuerlig forsøke å overbevise andre – kanskje også seg selv – om at det man gjør, er minst like nødvendig og viktig som det de andre gjør.

Når man aldri har visst hva stillhet er, blir den desto mer skremmende når man først møter den

DEN SKUMLE LEDIGGANGEN

Gjennom renessanse, opplysningstid, industrialisering og modernisering har et sekularisert samfunn oppstått. For mange mennesker i den vestlige verden er Gud i dag helt død. Kanskje har også det materielt behagelige samfunn, med alle sine underholdnings- og atspredelsesmuligheter, tilslørt det behovet mange av oss egentlig har, for en dyper eksistensiell avklaring.

Sannsynligvis har den moderne impulsflommen i alle fall minsket vår *evne* til å finne en slik dyper forankring, fordi slik forankring er avhengig av jevnlig tilgang på stillhet og ro. Når man aldri har visst hva stillhet er, blir den desto mer skremmende når man først møter den. Moderne, sekulariserte mennesker er trolig mer utsatt for eksistensiell angst når man ikke er oppslukt av arbeid og aktivitet, enn det som var tilfelle i tidligere tider. Den moderne mangelen på en naturlig forankring i en slags evig, tidløs og "stille" dimensjon i tilværelsen – enten man kaller denne Gud eller ei – kan kanskje bidra til å forklare vår litt tvangsmessige omfavnelse av arbeidet?

Det bidrar heller ikke til mening og trygghet for den arbeidsløse når alle andre familiemedlemmer er ute i «offentligheten» på jobb, i barnehage, eller på skole, og når hele samfunnet har et sterkt fokus på viktigheten av lønnsarbeid. I Norge og ellers i Nord-Europa er det dessuten kaldt og mørkt store deler av året; noe som gjør at ikke-planlagt og formålsfri sosialisering ikke like lett kan finne sted på gater og torg. Dermed blir arbeidsplassen en desto viktigere nødhavn for mening.

HVA BØR VI GJØRE?

La det være sagt: Mange jobber er selvfølgelig høyst nødvendige og dypt meningsfulle også i dag, og svært mange mennesker har da også et høyst avslappet forhold til jobben sin. I Skandinavia har vi dessuten trolig en langt bedre balanse mellom arbeid og privatliv enn i de fleste andre industrialiserte land. Det moderne arbeidslivet har også gitt oss en materiell velstand uten sidestykke i historien. Jeg setter stor pris på samfunnet jeg lever i på de aller fleste måter, og har intet ønske om å reversere den historiske utviklingen.

Likevel mener jeg altså at utviklingen har bidratt til et tap av viktige dimensjoner i menneskelivet, og at det er grunn til å se med kritiske øyne på den rollen arbeidet har fått i vår kultur.

Deler av løsningen kan være politisk. Kan sindig utformede borgerlønnsordninger løsne noe av forbindelsen mellom nødvendig inntekt og stadig mer "keynesiansk fremmedgjorte" jobber? Kan det tenkes at åttetimersdagen egentlig er en rest av 1930-tallets behov for politisk og sosial kontroll, og at vårt samfunn nå er modent for innføring av sekstimersdag? Kan flere jobber innrettes uten fast arbeidstid, der arbeidsbeskrivelsen angir hva som forventes av utført arbeid over en tidsperiode, og ikke hvor mye man fysisk skal være på jobb?

Andre deler av svaret kan være mer personlig. Selv opplever jeg at regelmessig meditasjon bringer meg i kontakt med en indre stillhet, som bidrar litt til å motvirke at enkeltmomenter i livet, for eksempel jobben, går på bekostning av livet som helhet.



Det er grunn til å se med kritiske øyne på den rollen arbeidet har fått i vår kultur.

Stillhet kan også søkes på andre vis. I Norge er vi heldige som fortsatt har mye øde natur og rike muligheter for friluftsliv.

Kanskje kan også de religiøse miljøene opprette flere åpne og inkluderende åndelige arenaer, basert på de spirituelle delene av sine tradisjoner? Ved på en ikke-dogmatisk måte å bidra til å gjenopprette moderne menneskers kontakt med det naturlige hellige, kan religiøse samfunn yte sin skjerv til å motvirke at frenetisk jobbing må benyttes til å holde eksistensiell angst unna.

Sist, men ikke minst, kan kanskje bare det å vite hvorfor vi har fått et så sterkt fokus på arbeid i vårt samfunn, bidra til en indre frigjøring for den enkelte. Denne artikkelen har antydnet noen mulige årsaker, men har neppe gitt et fullstendig svar på dette omfattende spørsmålet. Den er først og fremst skrevet ut fra et håp om at vi skal få et større fokus på å være livsdyktige og et mindre fokus på å være arbeidsdyktige. For mestrer vi livet, kom-

mer sannsynligvis arbeidsevnen, arbeidsviljen og arbeidsgleden av seg selv. ■

Takk til Ole Jacob Madsen, Jørgen Eng og Wenche Greve Nergaard for nyttige innspill under arbeidet med denne artikkelen.

LITTERATUR

- Forskning.no, "Mer enn til salt i maten", <http://www.forskning.no/artikler/2008/juni/184531>, 10.06.2013
- David Grigg, *The Industrial Revolution and Land Transformation*, i M.G. Wolman og F.G.A. Fournier (red.): *Land Transformation in Agriculture*, SCOPE 1987.
- Statistisk Sentralbyrå, <http://www.ssb.no/norge/forbruk/>
- Jitendra K. Trivedi, Himanshu Sareen og Mohan Dhyani, "Rapid Urbanisation - Its impact on mental health: A South Asian perspective", *Indian Journal of Psychiatry*, Jul-Sep 2008, 50(3), s. 161-165.

Je suis né dans une famille plutôt aisée
J'ai fait des études correctes
et aujourd'hui je sais que mon parcours est plus ou moins tracé
Disons que je sais où j'arriverai si je continue sur ma lancée
J'aurai probablement une femme et de beaux enfants
Un crédit à payer / un épaveur anglais / et un coupé-cabriolet.

Et pourtant vous voyez
Ça fait maintenant 6 mois presque que je dors à peine
Que je peux rien bouffer pendant deux jours
Sans même m'en apercevoir
Et quand je me regarde dans le miroir / j'y vois un mec bizarre
Pâle, translucide, tellement livide

Jeg ble født i en rimelig velstående familie
Jeg har fullført studier som er ganske bra
Og i dag vet jeg at fremtiden min er mer eller mindre staket ut
La oss si at jeg vet hvor jeg ender opp hvis jeg fortsetter på denne allé
Jeg får antagelig en kone og pene barn
Et huslån å betale, en engelsk setter og en kabriolet

Og likevel, skjønner dere
Har jeg knapt sovet de siste seks måneder
Det hender jeg ikke har spist på to dager
Og det har gått meg hus forbi
Når jeg ser i speilet ser jeg en fremmed fyr
Blek, gjennomsiktig og sykkelig

ERIK NESVOLD

Moderne krigsblues

Om den franske gruppen *Fauve* - misnøyens røst

Blant dem jeg kjenner fra videregående skolegang i Frankrike, har mange flyttet til utlandet: Quebec, USA, Tyskland, Sveits, Belgia, Hellas, London, Telemark og Hønefoss for å nevne noen steder.

Jeg har hørt flere si at det er fordi de ikke tror på det franske samfunnet lenger, og at de ønsker å starte et nytt liv utenfor Frankrike. Noen er naturligvis eventyrlystne, men mitt personlige inntrykk er at flyttingen stort sett har vært fremtvunget av manglende alternativer.

Dette høyst subjektive bildet ble underbygget av en artikkel i ukebladet *The Economist* i julenummeret 2013 med tittelen "Bleak Chic" og omhandlet det som ble karakterisert som den særfranske pessimismen i europeisk sammenheng. I følge troverdige meningsmålinger er franskmenn visstnok mer deprimerte enn ugandere og usbekere og er på bunn i rangeringer av nasjonal fremtidstro, bak blant andre Irak og Hellas. Frankrike har ikke vært

blant de hardest rammete landene etter finanskrisen etter 2008, og kanskje skal man ikke ukritisk sluke hva et britisk magasin skriver om rivalen over kanalen. Likevel resonnerer artikkelen sterkt med mine inntrykk. Da jeg flyttet til Normandie, hadde Frankrike året før, i 1998, vunnet fotball-VM på hjemmebane med et svært multikulturelt lag. På skolen ble vi tildelt rosenrøde oppgavetemaer om hvordan fotballandslaget representerte det "nye

Livet føles meningsløst og kvelende, han omgir seg med mennesker som babler og skryter

Frankrike", med velintegrerte innvandrere og som en europeisk rollemodell i tilpasning til den globaliserte tidsalderen. Siden da har arbeidsledigheten økt, økonomien stagnert, det høyrepopulistiske partiet Front National hatt økende oppslutning, og det franske selvbildet stadig virket mer skjørt. Kanskje endte også illusjonen om den vellykkede modellen med hodestøtet til Zinedine Zidane i VM-finalen i 2006.

Arbeidsledighet på 10-20 % over lang tid rammer spesielt unge og dårlig integrerte innvandrere og skaper en dyp usikkerhet i befolkningen. Det gjør at personer blir ansatt uten lønn, mot at de får arbeidserfaring, og at de må ta jobber de er langt overkvalifisert for. Å leve i Paris uten betaling er et liv fra hånd til munn; jeg har hatt dårlig samvittighet for å være norsk når jeg har besøkt venner som får utbetalt lite eller ingenting i tillegg til sosialpenger, selv om de går til en jobb hver dag. Jeg tror ikke mange i Norge ville funnet seg i å jobbe gratis på et bokbinderi tre dager i uken og sove på sofaer hos venner, hvis de hadde fullført en universitetsutdanning.

NOE ER ALVORLIG GALT

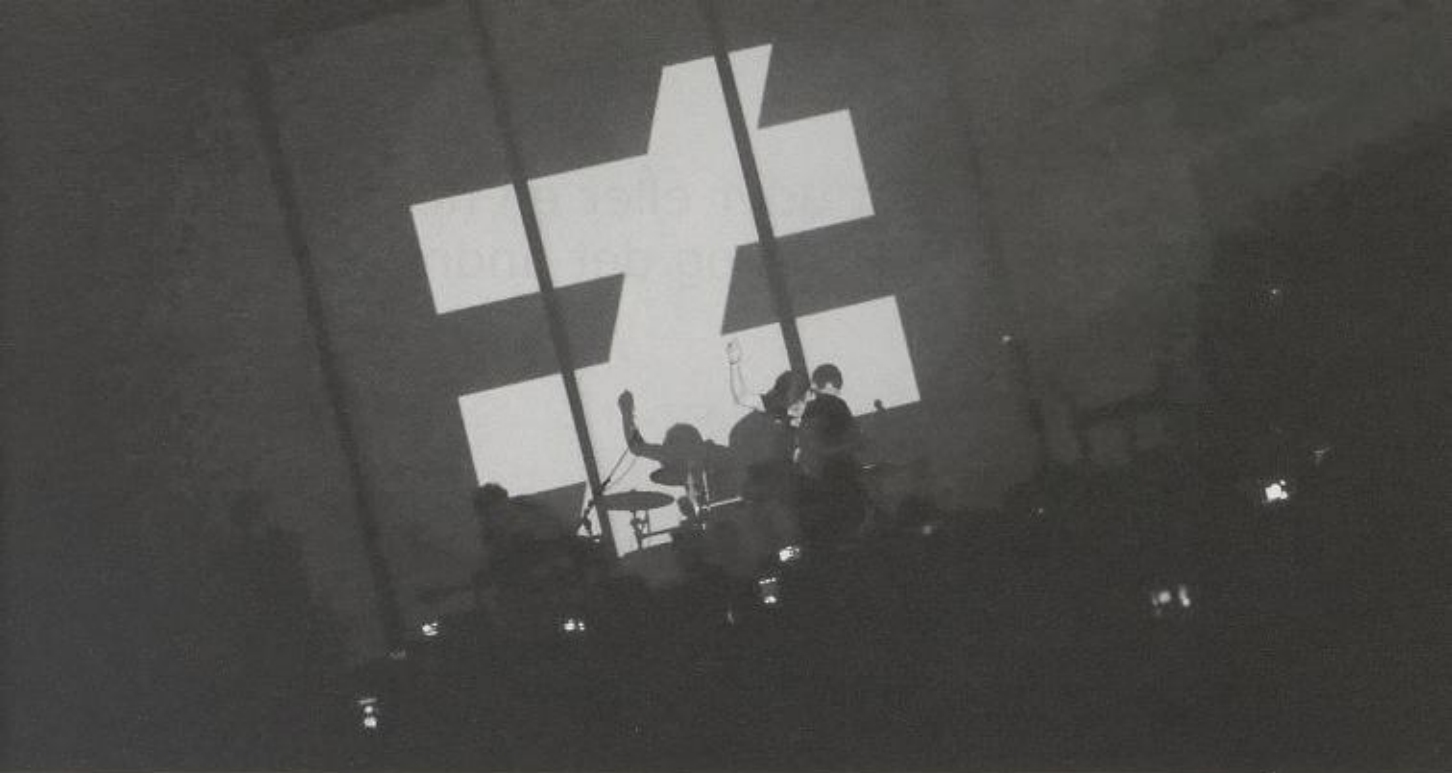
Sainte-Anne av bandet *Fauve* er en beskrivelse av tekstforfatterens jobb og liv i Paris. Tilsynelatende er han vellykket på overflaten og kan se for seg å fortsette å gjøre alle de "riktige" valgene, som vil føre til et huslån og en kabriolet. Likevel er noe alvorlig galt; metroen oppleves kvelende og klaustrofobisk, dagene tilbringes foran datamaskinen for å tilfredsstille sjefen, som fakturerer 300 euro timen og kveldene på "'afterworks' entre collègues"

med overfladiske samtaler: "sans plaisir, sans réelle envie, c'est surtout pour ne plus penser": uten glede, uten lyst, først og fremst for å slutte å tenke. Livet føles meningsløst og kvelende, han omgir seg med mennesker som babler og skryter. En som faktisk har fått en fot innenfor systemet, opplever en hverdag preget av hard konkurranse og lite medmenneskelighet.

DE VIL VÆRE ANONYME

Før den første singelen og det første albumet til den parisiske gruppen ble sluppet for salg i 2013, hadde de allerede forhåndsutsolgt konserter over hele Frankrike. Dette skjedde uten et plateselskap som promoterte dem, uten reklame og uten avisoppslag. De mellom fem og ti medlemmene i gruppen, alle i slutten av 20-årene eller begynnelsen av 30-årene, vil i utgangspunktet være anonyme, fordi de ikke vil dyrke kjendiskulturen. *Fauve* har etterhvert fått tilbud om platekontrakt fra nesten alle de store selskapene, men har så langt valgt å beholde kontrollen selv. Dette lar seg gjøre takket være sosiale medier og muligheten til å dele musikk og videoer kostnadsfritt. Men for å få eksponensiell vekst er det nødvendig at musikken plukkes opp utover i nettverkene. Hva er det som har skapt interessen?

I motsetning til mesteparten av annen listetoppenne musikk er det tekstene og innholdet som driver sangene, og de har blitt lagt ut som velregisserte og visuelt vakre musikkvideoer på hjemmesiden til bandet. Selve musikken er en slags indie-rock, og tekstene fremføres som en slags slam-poesi eller rap. Mange av sangene inneholder mye frustra-



Fauve: "the primal voice of French discontent"

sjøn og aggresjon mot systemet, samfunnet og det moderne livet i et vestlig land ("Jeunesse Talking Blues"), mens andre er mer håpefulle om hva de drømmer om ("Nuits Fauves").

JEUNESSE TALKING BLUES

Blues partout / Blues tout le temps
Soirée chez un pote de pote de pote / se regarder en chiens de faïence / concurrence blues
Phrasé laconique / statuts facebook télégraphique très cools / peur de faire tache
Performance blues / guerre moderne blues

Blues overalt / blues hele tiden

Fest hos en kamerat av en kamerat av en kamerat / stirre stygt på hverandre / konkurranseblues
Lakoniske pauser / telegrafiske, kule, facebookstatuser / frykt for å være uønsket
Performance blues / moderne krigsblues

NUITS FAUVES

Promis juré qu'on la vivra notre putain de belle histoire
Ce sera plus des mensonges Quelque chose de grand
Qui sauve la Vie qui trompe la mort qui déglingue enfin le blizzard
Offre-moi dès ce soir Ta peau brune et tes lèvres mau-

ves Tes seins tes reins tes cheveux noirs Et qu'on se noie dans les nuits fauves

Lover kors på halsen vi skal leve ut den forbanna vakre historien

Ikke flere løgner, men noe stort

Som redder livet, lurer døden og knuser 'le blizzard'

Gi meg fra i kveld din mørke hud og dine lyse lepper, dine bryster, nyrer og svarte hår

Og la oss drukne i hete netter

Blizzard, det første albumet, er en tittel som symboliserer tåken, tristheten, forvirringen, rutinen som mange kan føle i livet. Det er ikke klart hvem det dreier seg om, men en av personene i kretsen som utgjør bandet, var på et tidspunkt dypt deprimert og vurderte seriøst å ta sitt eget liv. Sangen med samme tittel, altså "Blizzard" (på youtube: https://youtu.be/HMpmedi_pH4), handler ikke nødvendigvis om selvmord, men er et forsøk på å riste liv i en person fylt av skam og negative tanker, og som ikke finner noen spenning i livet: "Parce que le plus important n'est pas ce que tu es mais ce que tu as choisi d'être" - "Fordi det viktigste er ikke hva du er men hva du selv har valgt å være".

Du spør om du er et udyr eller en helgen.
Men du er både det ene og det andre.
Og enda mye mer.

Moralen er å ikke bry seg for mye om hva andre mener, å gripe dagen, å skape sterke menneskelige bånd, og fremfor alt ikke være likegyldig til livet.

Om ikke alle temaene til *Fauve* er gjenkjennelige fra et norsk perspektiv, bør i alle fall dette være det. Hva er grunnen til at stadig flere unge føler en meningsløshet med livet og får utmattelsessyndromer?

BLIZZARD

Tu te demandes si tu es une bête féroce ou bien un Saint
Mais tu es l'un et l'autre
Et tellement de choses encore
Tu es infiniment nombreux
Celui qui méprise
Celui qui blesse
Celui qui aime
Celui qui cherche
(..)

Si tu nous entends souviens-toi que t'es pas tout seul
On est tellement nombreux à être un peu bancals un peu bizarres
Et dans nos têtes il y a un blizzard
(..)
Qu'on se répète encore une fois que l'ennui est un crime
Que la vie est un casse du siècle, un putain de piment rouge

Du spør om du er et udyr eller en helgen
Men du er både det ene og det andre
Og enda mye mer
Du har uendelig mange sider
Den som forakter
Den som sårer
Den som elsker
Den som søker

Hvis du hører oss, husk at du ikke er alene.
Vi er så mange som er litt ustabile, litt rare
Og i hodene våre er det en snøstorm

Vi må gjenta til oss selv at kjedsomheten er en forbrytelse
Å leve er å ha vunnet i lotto, det er en jævla rød chilipepper

En av de største forskjellene ved det franske samfunnet i forhold til Skandinavia er kanskje at fransk kultur er grunnleggende elitistisk og hierarkisk. Nesten utelukkende elever fra noen få eliteskoler, som ENA og Ecole Polytechnique, blir politikere og får innflytelsesrike jobber. Mens norsk skole baserer seg på at alle skal med, gjør fransk skole gjerne det motsatte.

Det gjorde inntrykk på meg da lærere på videregående delte ut prøver sortert etter karakterer og med syrlige kommentarer i plenum om innsatsen til de dårligste: "Jean Baptiste, 3/20, du er virkelig en svak student som må begynne å jobbe hardere." *The Economist* trekker også frem et autoritært skolesystem som en av mange faktorer bak den franske misnøyen. 17-åringer på videregående får karakterer som avgjør veien videre i livet utelukkende basert på én avgangseksamen, med filosofioppgaver som 'er det absurd å ønske det umulige?' (2009) og 'avhenger det av en selv å være lykkelig?' (2010). Personlig hadde jeg en opplevelse av at det var stor avstand mellom de høye vitenskaps- og litteraturidealene i klasserommene til det faktiske livet utenfor. På tv er alle serier og filmer stort sett amerikanske og dubbet til fransk, mens svært få lærer å

snakke brukbart engelsk eller å skrive en personlig mening om et tema. For de fleste ville nok dét vært nyttigere enn å lære å repetere lærerens tolkninger av Kant og Descartes.

I "Sainte-Anne" er Paris "nekropolen", fylt av kalde og ensomme mennesker; mens *Fauve* representerer et inkluderende kollektiv, hvor man kan leke med kunstprosjekter og mennesker, både "ils" og "elles"; "les îles" - et ordspill som betyr øyene, som i at hvert menneske er en øy, men uttales likt som *de*.

I følge hjemmesiden til *Fauve* er deres mål å reparere ødelagte menneskelige relasjoner, overvinne sin egen defeatisme, å hate hatet, å kvitte seg med skammen og å finne kjærligheten; intet mindre! ■■

FAUVE collective, sometimes stylized as FAUVE is a French arts collective of music and videography established in 2010 in Paris. The band also uses the not equal to sign ≠. The act depends mostly on story telling through acting, through the spoken word and with interesting musical accompaniment. FAUVE has its own record label called FAUVE CORP.

FAUVE presents itself as an open collective, containing at times more than twenty members (musicians, but also comedians, theatre technicians, visual artists...) On stage, the collective is represented by five musicians (vocals, guitar, bass, drums and keyboards) and a video artist. During their media appearances, they like to keep a certain anonymity and mystery about their origins. The name of the band is inspired from the Les Nuits fauves (English title Savage Nights).

The collective became known through its online postings and found almost immediate success. On 20 May 2013, the band released its debut EP BLIZZARD containing the best of their productions thus far. It made the French Top 20 in its first week of release and two of the tracks appeared in the French Singles Chart. During the Bourges Spring Festival, it won the iNOUÏS award as the discovery act of the festival called Découvertes du Printemps.
Wikipedia



Deltaker eller drømmer? Pessoas urolige bok.

Hva er dette vekselspillet mellom å være del av og det å betrakte? Fernando Pessoa var ekspert på spørsmålet.

I kjellerstuen til min kamerats foreldre hang et bilde hvor to gutter slåss mens en tredje sto og så på. "Du er denne tredje", sa min kamerat til meg. Vi var i tenårene, og jeg må innrømme at det var noe riktig i hans påpekning. Han sa det på en vennlig måte, men jeg kjente likevel en uro.

I forbindelse med en lederstilling i akademia intervjuet jeg for en del år siden en søker med høy faglig kompetanse og godt rykte. Personen viste seg å være hyggelig og imøtekommende. Han hadde mye kunnskap om det relevante fagfeltet. Søkeren hadde også vært effektiv i sin faglige karriere, med en rekke vitenskapelige arbeider og undervisningsoppdrag på CV'en. Men da vi spurte ham om

dagens utfordringer ved enheten han skulle lede, kom det ikke så mye, selv om var han var intern i organisasjonen og kjente enheten godt. Søkeren skisserte bare i liten grad praktiske løsninger og muligheter. Han hadde en tendens til å snakke om det som hadde skjedd, ikke situasjonen her og nå. Heller ikke på spørsmål om personalansvaret som fulgte med lederstillingen, hadde han mye å si.

Har du valgt å stå litt betraktende, kanskje også drømmende på siden, eller er du deltaker og aktør?

Han ble ikke innstilt fordi han tross sine kunnskaper og karriere ikke syntes praktisk anlagt. Han virket i for liten grad handlingsorientert og til stede i dagens situasjon. Han syntes å ha en mer betraktende og analyserende tilnærming til verden. Bra for en lærer og forsker kanskje, men ikke nødvendigvis nok for en leder.

Min gamle uro foran bildet i kjellerstuen til min kamerat har kanskje også denne jobbsøkeren iblant kunnet kjenne. Akkurat denne fornemmelsen møter jeg, kanskje også du, i lesningen av Fernando Pessoa's *Uroens bok*.

SÅ HVA STÅR DET I DENNE BOKEN?

Det står mye der, boken regnes som et mesterverk. Her er det jeg vil vektlegge: Har du valgt å stille deg litt betraktende, kanskje også drømmende, på siden snarere enn å være deltaker og aktør? Var det noe i din personlige historie, noe i din fysiske utrustning eller noe i din natur som gjorde at du, uten å være klar over det, kom til å velge dette? Kanskje har vi alle i noen grad, på noen områder, valgt å stå litt på siden.

Å lese *Uroens bok* er å bli konfrontert med dette valget, denne eksistensielle posisjonen. Hva innebærer den? Hva kan den gi? Hva slags smerte bringer den med seg?

RESERVERT, KORREKT, UNNSELIG

Pessoa var en ekspert på området marginalitet. Mye i hans ganske korte liv fra 1888 til 1935 handlet om å leve på siden av ting. Det er ikke mange spor etter ham på det vi kaller handlingsplanet.

"A psychoanalyst would find plenty to speculate on but otherwise there is not much to excite a biographer", skriver Zbigniew Kotowicz i *Fernando Pessoa: Voices of a Nomadic Soul*.

Hans livs resymé kan indikere at det var verden som tidlig satt merke på ham snarere enn at han gjorde det på verden. Han var født i Lisboa, mistet faren da han var fem, flyttet med moren og hennes nye mann til Sør-Afrika da han var syv, og kom alene tilbake til Lisboa da han var sytten. Han studerte en kortere periode ved universitetet, bodde alene på mange adresser i Lisboa i unge år og tapte en arv på et trykkeri/forlag han startet. Deretter livnærte han seg til sin død som frilans-oversetter av forretningsbrev. Han ble boende hos moren og familien etter at moren kom tilbake fra Sør-Afrika som enke. Visstnok forlot han Lisboa bare to ganger på mindre turer til provinsbyer. Kjærlighetslivet var nokså skrint; han hadde etter det vi vet kjæreste i to korte perioder med ti års mellomrom. Han hadde noen venner blant byens diktere, enkelte av dem døde tidlig. Han var med å utgi tidsskriftet *Orpheu* i 1915, en kortlivet affære som likevel ble viktig fordi tidsskriftet introduserte modernistisk litteratur i Portugal.

I forordet til den norske utgaven av *Uroens bok* betegner Christian Rugstad Pessoa som "en reservert, korrekt og unnselig skikkelse i utkanten av hovedstadens borgerlige så vel som litterære liv". Midt oppi det korrekte var Pessoa også kjederøykende, søvnløs, en drunker som døde av skrumplever og ofte engstelig for mental sykdom hos seg selv. Han var besatt av å skrive og levde hovedsakelig i tek-



Mye i hans ganske korte liv fra 1888 til 1935 handlet om å leve marginalt og ikke være spesielt god når det gjaldt praktisk handling eller planlegging.

stene, egne og andres. Kort sagt, som det står på omslaget til Kotowicz' bok: "(a) remarkable mess of talent".

FORFATTER AV LØSE ARK

Den betraktende tilværelsen som vi har prøvd å skissere innledningsvis, kjennetegnes gjerne ikke av utstrakt planlegging. Snarere søker man tilflukt i selve anskuelsen av ting og kanskje også fantasier om hvordan ting kan være. Så også for Pessoa. Han synes ikke å ha styrt sitt liv i nevneverdig grad, og heller ikke sin litterære karriere.

Likevel fikk han på en måte tre litterære karrierer, om enn ikke i levende live. Da han døde, ble han på førstesiden i minst én portugisisk avis, og den gang kanskje noe flatterende, omtalt som stor dikter. Den utgitte dikter-produksjonen var på det tidspunktet heller begrenset, med bare én bok på hans hovedspråk portugisisk (foruten noe på en-

gelsk samt stoff til aviser og tidsskrift). Etter noen år kom det imidlertid nye litterære verk fra Pessoaas private Amerika-koffert, som viste seg å romme rundt 27 000 etterlatte tekster. Hans ry fikk et avgjørende skyv, og han ble anerkjent som en viktig modernistisk forfatter.

Langt senere, i 1982, kom sensasjonelt *Uroens bok*, også hentet fra de etterlatte tekstene og nedskrevet i perioden 1912-1935. Arkene til *Uroens bok* var fra Pessoaas side ment å bli til en utgivelse, men han fikk verken avsluttet teksten eller ordnet sidene. Siden verket innholdsmessig heller ikke henger sammen som fortelling, men snarere er en rekke betraktninger og funderinger, og siden Pessoa ikke selv fikk ordnet papirene, kan hver utgave i prinsippet settes sammen på ny. *Uroens bok* eksisterer ikke i en endelig utgave. Det som til slutt ble en bok, ga uansett forfatterens karriere, nærmere 50 år etter hans død, enda et støt framover.

Jeg gir deg denne boken fordi den er vakker og verdiløs. Den har ingenting å lære bort, forfekter intet, vekker ingen følelser

UTEN RETNING

“Vi befant oss til sjøs, men uten å vite hvilken havn vi skulle stevne mot”. Denne setningen fra *Uroens bok* oppsummerer hans generasjons erfaring. Pessoaas foreldregenerasjon hadde kritisert religionen og rettet seg inn mot andre felt: sosial likhet, vitenskap, kunst. Hans egen generasjon mistet den kristne forankringen, og enhver ble “overlatt til seg selv og sin eksistensielle fortvilelse”.

Dette er ikke spesielt for Pessoa, det finnes i eksistensialistiske tekster fra samme periode. Jean-Paul Sartre skrev i *Eksistensialisme er humanisme* (1946) at mennesket ikke lenger har noen bestemmelse og at det selv, gjennom sine valg og handlinger, må skape sin mening.

Det synes imidlertid som om Pessoa også protesterer mot det å skape mening. I *Uroens bok* heter det: “Jeg gir deg denne boken fordi den er vakker og verdiløs. Den har ingenting å lære bort, forfekter intet, vekker ingen følelser. Den hverken befrukter eller skader...”, og samtidig: “Jeg har lagt hele min sjel i denne boken”. Pessoa vil framstå som det stikk motsatte av en som vil lære oss noe, det motsatte av en som har et budskap.

DE MANGE STEMMENE

Et særtrekk ved Pessoa er hans mange indre personer som ikke nødvendigvis er innbyrdes harmonisert. Disse bruker han litterært. De viktigste er Alberto Caeiro, Ricardo Reis, Álvaro de Campos og Bernardo Soares. Men de er ikke handlende personer i fortellinger, de er heller tenkere og diktere, og står som forfattere av en del av Pessoaas verker. Hver av disse såkalt heteronyme dikterne har sitt bestemte syn på verden,

som Pessoa ikke nødvendigvis deler. Den egentlige forfatteren stiller seg ved siden av flere fiktive forfattere, som om de sammen var en brokete gjeng av tenkere. Forfatteren Pessoa er ikke en bestemt forfatter, men i stedet en som lar ulike forfatterskap spille seg ut. Det seiles, men det styres ikke.

For å øke mangfoldet ga han også ut tekster på engelsk og fransk. “We are confronted with disjointed voices belonging to different discourses, written in different languages coming under different names» oppsummerer Kotowicz. Han legger til at dette “strange theatre of fictional poets” er Pessoaas originale bidrag til litteraturen.

Pessoa skal selv ha ført mangfoldet i sitt indre tilbake til seksårsalderen, da han skrev brev til seg selv som om brevene var forfattet av andre. Fra ganske tidlig levde han med flere stemmer inne i seg, noe som til tider skal ha plaget ham mye. Han kunne kjenne det som om det fantes andre inne i ham, og som om han var et medium for disse andre.

Etter hvert gjorde han det han oppfattet som sin psykologiske særegenhet om til et litterært prosjekt. Det skal ha skjedd i 1914 da den fiktive poeten Alberto Caeiro plutselig og uventet dukket helstøpt fram i ham med et trettital dikt, utarbeidet, eller snarere skrevet ut, i en intens, sammenhengende prosess. Denne hendelsen ble etterfulgt av seks dikt av Pessoa selv, et slags tilsvaret til Caeiro. I forlengelsen av dette kom nye tekster med en disippel av Caeiro, Ricardo Reis, og deretter Reis’ motstykke, Álvaro de Campos.

Temaet med de mange personene dukker opp i *Uroens bok*. “Hver og en av oss er flere mennesker;

Jeg er av den type mennesker som alltid befinner seg i utkanten av det de tilhører

vi er mange, et mangfold av oss selv". Dels har dette mangfoldet å gjøre med at inntrykk fra omgivelsene får fram ulike sider i oss. Man "vandrer ikke langs de samme stiene når det regner som når solen skinner" og "Sjelen blir en annen for den som betrakter mørket". Dels dreier det seg om at "jeg" var en annen for flere år siden, noe forfatteren oppdager når han leser sine gamle notater.

Men mest av alt springer mangfoldet fram fra ham selv, fra hans indre verksted: "Gjennom å trenge dypere ned i meg selv, er jeg blitt mange ... Jeg har skapt mange personligheter i meg selv. Jeg skaper ustanselig nye personligheter", og det er disse personene som skaper, "ikke jeg".

POSTMODERNIST?

Som følge av de mange likestilte stemmene, som følge av mangfoldet, det tilsynelatende anarkiet, det oppløste selvet og i det hele tatt mangelen på en bestemt orden hos Pessoa, er han blitt forbundet med postmodernisme, som en av forløperne.

Men når vi er opptatt av skillet mellom deltaker og tilskuer, ser vi at Pessoa ordner verden langs et slikt skille. Det fins dermed et mer bestemt mønster av verdier som han tegner opp for oss. Jeg vil også si at noe i ham lengter etter helhet og det å være på en annen måte enn han er, å krysse grensen over til deltakelse.

FORKRØPLET UTGAVE

Den fiktive forfatteren av *Uroens bok* er Bernardo Soares, "en svakt forkrøplet utgave av min egen personlighet" i følge Pessoa. Hvorfor "forkrøplet" om ikke som et signal om verdier? Det blir med

dette også klart at Soares står Pessoaas egen opplevde tilværelse nær; Soares er ikke en veldig fremmed i ham selv.

Soares bor alene på et trist rom i hjertet av Lisboa. Han har en kjedelig kontorjobb nede i gaten og en hang til å skrive om kvelden, ettersom han "ikke hadde noe sted å gå eller noe å gjøre". Hans omgang med andre begrenser seg til kollegene på kontoret. Og som han sier: "Jeg er ... av den type mennesker som alltid befinner seg i utkanten av det de tilhører".

Han oppfatter seg likevel som en av få utvalgte innen litteraturen, så det er ingenting i veien med den litterære selvfølelsen. Ukjent og bortgjemt som han er, kan han drømme om at hans tekster "vil vekke gjenklang i en fjern fremtid", og da vil han ha funnet "mennesker som "forstår" meg, mine egne, en ordentlig familie". Lengselen etter deltakelse skyves ut i framtiden, men den er der. Merkelig nok fikk han også rett.

GLASSKLAR BEVISSTHET

Uroens bok er en refleksjon over et liv med et karig utgangspunkt. Likevel er det verdier å hente ut av det. Verdien kommer fram i et utsagn som dette:

I enkelte stunder av glassklar kontemplasjon, som når jeg tidlig på ettermiddagen slentrer år-våken gjennom gatene, har hvert menneske noe å fortelle meg, hvert hus noe nytt å si, hver reklameplakat noe på hjertet. Min tause vandring er en kontinuerlig samtale, og vi alle, både mennesker, hus, brostener, plakater og himmel, er en eneste stor hop av gode venner.

Fordi jeg er den jeg er, nøyer jeg meg med å tyne en smule glede ut av å forestille meg denne andre

Her kommer betrakteren og drømmeren fram på en positiv måte. Et annet sted omtales livet som en form for lesning: "vi som nyter dagene som bøker". Og et sted som underholdning: "Jeg føler en slags plikt til alltid å drømme, for ettersom jeg hverken er eller ønsker å være noe annet enn en tilskuer til meg selv, må jeg gripe den beste underholdningen jeg kan få".

Den observante bevisstheten er hva Soares lever på, den er gevinsten ved hans levemåte. Det underslås likevel ikke at denne betraktende bevisstheten også er forbundet med smerte og mangel på egentlig liv: "Min sjel var den samme som alltid, under dynen som blant folk, like smertefullt klar over verden her som der". Et sted beskriver han sitt liv som "blottet for menneskelig liv – et liv der alt som skjer, bare skjer i bevisstheten om det!".

BYGGE SEG SELV

Fornøyelse er ikke nok. Når han sier at han leser dagene som bøker, føyer han til: "vi som drømmer om alt for å omskape det til vår indre substans". Soares er ikke bare ute etter å observere, la seg underholde, tenke og fabulere om verden der ute. Han søker å bygge sitt indre gjennom denne aktiviteten. Som nevnt er hans indre et verksted.

Kanskje søker han ikke bare nye skikkelser som dukker fram fra hans egen kropp, men en sammenheng, en helhet? En vid og romslig helhet, en slags total bevissthet som han skaper gjennom nye inntrykk, nye observasjoner, nye fantasier. En slik bygging av en sammenhengende sjel, et stort, velordnet indre rom, kommer til uttrykk blant annet

på denne måten: "Jeg drømmer om å skape en nasjon inne i meg selv, med en statsbærende politikk, partier og revolusjoner". Og dersom han klarer dette, vil han bli en slags Gud for "dette folket som er meg". Han vil romme sine indre splittelser og motsetninger og samtidig være vid og bred, nærmest altomfattende i sin bevissthet.

Noen vil si at utsagn som dette motsies andre steder i boken slik at de oppløses. Det kan være riktig. For meg er det likevel vanskelig å overse en søken her som har å gjøre med tilskuerposisjonen og det indre mangfoldet; Soares er adskilt fra de andre og vil selv ordne sitt mangfold.

DYRET I SKJORTEERMER

Hos Soares er livet selv motsetningen til bevissthet og det indre rommet. Og livet er blindt og ubevisst, som hjertet som slår: "Hadde hjertet kunnet tenke, ville det slutte å banke". Her er det enten eller. I det følgende er det nærliggende å tenke at han lengter etter dette ubevisste, deltakende livet som han er så radikalt adskilt fra.

Det er en solrik dag i Lisboa med utsikt til "latmannsliv og lediggang". Dette kunne vært "en lykkelig dag" om Soares bare hadde vært en annen. Men "fordi jeg er den jeg er, nøyer jeg meg med å tyne en smule glede ut av å forestille meg denne andre". Tilskueren kan simulere det egentlige livet ved å skape en idé om hva det kan være. Hvis Soares hadde vært denne andre som han forestiller seg, ville han ha opplevd dagen "uten å tenke på den", han ville vært "et dyr i skjorteermer", han ville avsluttet arbeidet utpå ettermiddagen, "tatt

Det er et vindu av matt glass mellom ham og livet, og han har aldri hatt talent for det aktive liv

trikken til Benfica sammen med noen venner, og der ville vi ha spist middag i det fri når solen gikk ned". Han ville vært en "sunn og robust kontor-mann som hygger seg etter arbeidsdagens slutt". Men det er et "et vindu av matt glass" mellom ham og livet, han "har aldri hatt talent for det aktive liv". Så han lever blant de andre "som en spion", en som iakttar. *Uroens bok* er "min selvbiografi uten hendelser".

Hva uroer oss mer enn et liv hvor ingenting skjer?

ÉN SIDE OM GANGEN

Klarer vi 450 sider med disse refleksjonene av en person som i den grad synes fanget i seg selv? Vel, forfatterens bevissthet kan ikke bare underholde ham selv, men også glede leseren. Slå opp på en tilfeldig side og ta inn en dråpe om gangen, langsomt, gjerne en beskrivelse fra det varme Lisboa, som på s. 155:

Da heten hadde gitt seg og det første duskregnet tetnet til et hørbart sus, ble luften fylt av en ro som varmen ikke eide. Fuktigheten bragte med seg sin egen fredfulle bris, og så lyst og gledesfylt var dette milde regnet, uten blåst eller mørke, at selv de uten paraply eller regntøy – som var de fleste – smilte og pratet der de småløp nedover den glinsende gaten ... Men plutselig fikk jeg øye på en loslitt gammel mann som rundet gatehjørnet; han var fattig ... og vandret utålmodig gjennom regnet ... Han var ikke en av dem som smilende opplever regnets ubekvemme glede, men en del av regnet selv – et ubevisst menneske, så ubevisst at han fornemmet virkeligheten.

Her setter Pessoa/Soares det på spissen. De som opplever glede ved regnet, er bevisst det som skjer. Da er de allerede på siden av det, som turister på sightseeing. Men den travle mannen har ingen tanke for situasjonen, han er der. Han er deltaker som ikke opplever noe som helst. Og det er han som fornemmer virkeligheten, ikke de som henter opplevelse og glede ut av situasjonen. Jeg tror Pessoa/Soares kan ha rett i dette.

Samtidig ser vi igjen hans lengsel etter å være til stede i det han forstår som virkeligheten. Og var det ikke derfor vår jobbsøker søkte lederstillingen? Var det ikke derfor jeg var med på å intervju ham? Var det ikke derfor jeg så klart husket min kamerats kommentar foran bildet av de to som slåss og den tredje som betraktet kampen?

EN SLUTTREFLEKSJON

Sett fra livets synspunkt valgte Pessoa/Soares feil da han på egen hånd søkte å bygge sin bevissthet gjennom de inntrykk verden ga ham. Bedre ville det vært å begi seg inn i det usikre feltet hvor de andre er. Sett fra litteraturens synspunkt valgte han likevel rett. Han satset alt på sitt ene kort, og lyktes i det lange løp. ■

LITTERATUR/KILDER

-Zbigniew Kotowicz, *Fernando Pessoa: Voices of a Nomadic Soul*, Exeter/London 2008.

-Fernando Pessoa, *Uroens bok*, med forord av Christian Rugstad, Solum 1997.

Sitatene fra *Uroens bok* er hentet fra følgende sider i den norske utgaven: 5-6, 11-15, 24-25, 31-33, 123, 155, 160, 168-169, 177-179, 182-187, 205.

Jobbintervjuet er en konstruksjon basert på erfaringer med slike intervjuer.

JONAS HANSEN MEYER



JONAS HANSEN MEYER

f. 1982. Utdannet adjunkt, jobber ved Majorstuen skole. Moderator i Acem.

CARINA HEIMDAL WAAG



CARINA HEIMDAL WAAG

f. 1985. Utdannet økonom og statsviter ved Sciences Po Paris. Arbeider i Miljødirektoratet. Kurslærer i Acem og yogalærer ved Norsk Yoga-skole.

ELISABETH HEIMDAL WÆRSTED



ELISABETH HEIMDAL WÆRSTED

f. 1985. Utdannet sivilingeniør og ph.d. i Design & Innovasjon ved Danmarks Tekniske Universitet. Arbeider i byggevarekonsernet Saint-Gobain i København. Kurslærer i Acem og yogalærer ved Norsk Yoga-skole.

ÅSE HELEN TVEITANE



ÅSE HELEN TVEITANE

f. 1978. Utdannet lektor, med master i nordisk språk og litteratur fra NTNU og HiT. Arbeider ved Heimdal videregående skole. Moderator i Acem og yogalærer ved Norsk Yoga-skole.

PETTER MYRE ENG



PETTER MYRE ENG

f. 1980, journalist og historiker, mastergrad i økonomisk historie fra London School of Economics. Arbeider i Forsvaret. Moderator i Acem

ERIK NESVOLD



ERIK NESVOLD

f. 1982. Utdannet sivilingeniør i industriell matematikk fra NTNU og for tiden doktorgradsstudent ved Stanford University. Moderator i Acem.

REDAKTØR

DAG JENSSEN



DAG JENSSEN, f. 1959, dr. art., historiker, dekan ved Fakultet for samfunnsfag ved Høgskolen i Oslo og Akershus. Kurslærer i Acem, redaktør i *Dyade*.

Alt av ånd vil opp og fram.
Alt av troll vil trygt sitja.

Arne Garborg

dyade

Bli abonnent. Du sparer kr 50,-

Et Dyade-abonnement er en stimulerende gave

til den som vil noe mer.

Se alle temanumrene på dyade.no. Der kan du også ordne alt.

Foto: Tulliers

Halvorsbøle



Etter overtagelsen i 2003 er Halvorsbøle blitt populært og ettertraktet for kursdeltagere i Acem. Høy standard, rimelige priser, rolige og vakre omgivelser på Jevnaker. Stedet har 73 komfortable rom med sengekapasitet til 110 personer. Velsmakende laktovegetarisk mat.

Lundsholm



Lundsholm ligger vakkert til på et nes i innsjøen Mangen 25 km nordøst for Arvika i Sverige, 200 km fra Oslo. Eiendommen på 144 mål er stille og svært egnet for Acem-meditasjon og rekreasjon. Stedet er nylig oppgradert med et nytt innkvarteringsbygg. Det inneholder også en moderne møtesal. Med 48 rom, hvorav 12 dobbeltrom, har Lundsholm 60 sengeplasser. Lundsholm er omgitt av skog. Her finnes en liten strand. Turmulighetene er rike. Velsmakende laktovegetarisk mat.



B ØKONOMI
ÉCONOMIQUE

NORGE



Returadresse:

ACEM

Postboks 2559 Solli
0202 Oslo



EN FORVIRRET TID? HVEM SKAL JEG VELGE Å VÆRE?

Dyade har bedt yngre skribenter skrive om identitet og valg ut fra hva de personlig ser som viktig akkurat nå.

De fleste valgte å skrive om arbeid, yrke, prestasjon, karriere.

Et område som synes å være kommet i spill: Harde karriere- og prestasjonskrav, selvrealisering, det helt vanlige, uglamorøse yrke, arbeidsledighet? Hva vil vi med arbeidet?

Men Dyade byr også på en refleksjon om tvillingens forhold til personlig autonomi.

