



av INNA SEVELIUS

SEDAN ANTIKEN HAR
MÄNNISKAN ARBETAT
MED SIG SJÄLV FÖR
ATT BLI BÄTTRE.
DET GÅR EN RÖD
TRÅD FRÅN
ANTIKENS JAG-
BERÄTTELSE
ÖVER DEN KRISTNA

bekännelsen

TILL PSYKO-
ANALYSEN.

Jaget som projekt



Bekännelser
som befriar.

”**K**

ÄNN DIG SJÄLV” var en viktig moralprincip i antik filosofi, känd som *det delfiska mottot*. I själva verket var den alltid förenad med regeln om att man måste ta hand om sig själv, skriver filosofen Michel Foucault i boken *Diskursernas kamp*. Självomsorgen var ett av de viktigaste rättesnören för hur man skulle bete sig och för levnadskonsten.

I den grekisk-romerska filosofin, strax före kristendomens uppkomst, får skrivandet en viktig roll i odlandet av jaget. Att skriva är ett sätt att lära sig leva genom övning, *askesis*, en jagets träning av sig självt. För filosofen Seneca är brevskrivandet lika mycket en personlig övning som det är en dialog med läsaren.

Enligt Seneca behöver vi fortsätta att öva oss livet igenom och vi behöver hjälp av andra människor i själens arbete med sig själv. Liksom i en psykoanalys, ”visar man sig” för sig själv och den andre i breven.

Senecas brev är personliga redogörelser för allt vardagligt han företagit sig under dagen. Seneca vill ”leva inför den andres blick utan att ha något att dölja”, skriver Michel Foucault. Inresset för alla till synes oviktiga detaljer delar Seneca med psykoanalysen, som förde in den fria associationen utan censur.

För Seneca är granskningen av medvetandet ett viktigt inslag i berättelsen om det egna jaget. Vid dagens slut ägnar han lite tid åt att gå igenom dagens händelser och sina handlingar, för att se efter hur väl de stämmer överens med de levnadsregler han vill följa. Målet är att bedöma sina fel och åter inpränta levnadsreglerna.

Askesis inom stoicismen, som den här inriktningen inom filosofin kallas, syftar till självkontroll. Den uppnår man genom att omvandla de levnadsregler som man har tillgodogjort sig till konkreta handlingsregler, skriver Foucault. Seneca har fokus på handlingarna. Epiktetos däremot, talar om att vi ska vakta på våra tankar och omsorgsfullt pröva dem – en teknik som enligt Michel Foucault ”när sin kulmen med Freud”.

IDEN TIDIGA kristendomens klosterliv granskas medvetandet för att klarlägga impulserna till tankarna: bottnar de i lystnad eller begär, det vill säga har de ett ont ursprung? Målet är att oupphörligt skilja mellan de tankar som leder till Gud och de som inte gör

det. Michel Foucault uppfattar granskningen av medvetandet som en ”pre-freudiansk censurapparat”, både hos Epiktetos och i den tidiga kristendomen.

Den tidiga kristendomens självgranskning bygger på idén om dolda begär, att vi ”lever i en illusion om oss själva som döljer en hemlighet”, skriver Foucault. Här finns en parallell till psykoanalysens tanke om de hemligheter som döljer sig i det omedvetna.

Hur ska den kristne då gå till väga för att skilja på goda och onda tankar? Enligt Cassianus, den abbot vars skrifter Michel Foucault tar som exempel på traditionen och som spelat stor roll för klosterlivets utform-

ning, finns det bara ett sätt: att berätta om alla våra tankar för föreståndaren, lyda vår mästare i allt och oupphörligt sätta ord på våra tankar. I psykoanalysen finns en liknande föreställning: när den som går i analys kan säga allt till analytikern, när inget längre är hemligt eller omöjligt att yppa, då är analysen slut.

Den kristna bekännelsen frigör oss från djävulen. Enligt Cassianus är det avgörande ögonblicket att formulera sig i ord; bekännelsen avslöjar sanningen. Formuleringen i ord är avgörande också i psykoanalysen och bekännelsen antas blotta sanningen om en ☺

STOICISMEN

Stoicismen, eller den stoiska skolan, var en filosofisk inriktning. Seneca räknas till den sena stoicismen, som dateras till de två första århundradena e.Kr.



person – sanningen om hans eller hennes förflutna, drömmar, barndom och nuvarande liv.

DE VÄSTERLÄNDSKA samhällena har enligt Michel Foucault åtminstone sedan medeltiden använt bekännelsen för olika sanningsanspråk. Från kyrkan spred den sig till rättsväsendet och sedan till allt fler områden, som läkarvetenskapen, pedagogiken, familjen och våra kärleksrelationer – och psykoanalysen. En viktig aspekt av bekännelsen är att de sanningar som individen förmår eller tvingas att avslöja om sig själv gör henne begriplig i andras ögon.

Men bekännelsen kännetecknas också av att den utförs i ett maktförhållande. Trots att den ”bekännande” innehar den eftertraktade sanningen, är det prästen, domaren, läkaren, psykoanalytikern som har makten att tolka det som sägs. Först i och med tolkningen blir sanningen fullständig. Bekännelsen blir vetenskap då den kodas i till exempel kliniska termer, som symtom och sjukdomstillstånd, som normalt eller patologiskt.

Hur gick det till när ”psyket” kom att bli ett objekt för vetenskapen? Enligt Michel Foucault finns svaret i förändringarna i Europas straffsystem kring sekelskiftet 1800. I boken *Övervakning och straff* beskriver han hur fängelsestraff huvudsakligen kom att ersätta kroppsliga straff. Därmed förflyttas fokus till själen: man bestraffar inte längre bara den brottsliga handlingen, utan man vill också förändra brottslingen.

Domstolarna börjar ägna sig åt att värdera brottsling-

en: hur kan brottet förstås mot bakgrund av dennas historia och hur kan han eller hon tänkas handla framöver? Domen påverkas av nya professionella grupper – läkare, psykologer, kriminalvårdare – och deras bedömningar. Man fastslår inte längre bara skulden, utan bedömer även om den dömda är normal eller inte.

Michel Foucault definierar själen som det som man försöker påverka med fängelsestraffet. Det har alltså inget med kristna eller ideologiska själsbegrepp att göra.

Utifrån begreppet *själ* skapas sedan *psyke*, *subjektivitet*, *personlighet* och *medvetande*, som kan bli föremål för analys, tekniker och vetenskapliga undersökningar. Enligt Foucault har fängelseinstitutionen haft stor betydelse för humanvetenskapernas framväxt. Den dokumentation som gjordes i fångelser gav upphov till en mängd ny kunskap – moralisk, psykologisk, sociologisk och biologisk.

Den kristna botgöringen syftade enligt Foucault till en brytning med identiteten som syndare, en ”självdstruktion”, att man förnekade sitt jag. I

bekännelsen och den totala lydnaden inför abboten ger den kristne munken likaså upp sin egen vilja. Denna självförsakelse finns genom hela kristendomen, enligt Foucault.

Från 1700-talet och framåt har de så kallade humanvetenskaperna överfört bekännelsen till nya sammanhang. Nu är inte syftet att den ”bekännande” ska förneka sig själv, utan ”skapa ett nytt själv”. Fängelsestraffet syftar till exempel till att förändra brottslingen men utan att han behöver ge upp sig själv.

I psykoanalysen får kravet på bekännelse en ny innebörd, den används nu till att häva *bortträngningen*. Enligt Freud är bortträngning urtypen för försvar mot oacceptabla impulser och föreställningar. Att söka sanningen förbinds i psykoanalysen med att ifrågasätta förbud – i motsats till den kristna bekännelsens totala lydnad. I de fall förbuden orsakat sjukdom kan sanningen vara det som häver den.

I FOUCAULTS EFTERFÖLJD undersöker sociologen Nikolas Rose de så kallade *psy-disciplinerna*: psykologi, psykiatri, psykoanalys och psykoterapi. Sedan 1800-talets mitt har dessa haft en nyckelroll avseende hur vi förstår och relaterar till oss själva och andra.

Nikolas Rose kopplar utvecklingen av de psykologiska disciplinerna i Europa och Nordamerika till förändringarna i den politiska maktutövningen och hur vi ser på personbegreppet. Till skillnad från undersåtarnas lydnad under en absolut kungamakt före franska revolutionen, åläggs medborgarna i det moderna samhället att styra sig själva

”Intresset för alla till synes oviktiga detaljer delar Seneca med psykoanalysen”

Michel Foucault

Filosofen och idéhistorikern Michel Foucault (1926–84) var en av 1900-talets mest inflytelserika samhällsteoretiker, kanske mest känd för sina analyser av makt.

Enligt Foucault ingår makt i alla sociala relationer. Och i alla maktförhållanden skapas kunskap. Makt och kunskap är alltså ouplösligt förbundna med varandra. Därför skriver han ofta ihop de två begreppen till makt-kunskap. Det är relationen mellan makt och kunskap som intresserar honom – och hur makt-kunskapsrelationerna formar oss.

Foucault betonar också att makt är något dynamiskt. Styrkeförhållandena kan alltid förändras.

I sina maktanalyser undersöker Foucault hur kunskap, det vill säga vad vi uppfattar som sanning, uppkommer. Han hävdar att det inte finns någon objektiv sanning utan att varje samhälle och epok i historien har sina speciella makt-kunskapsregimer som producerar olika sanningar.

Humanvetenskaper-na intresserar honom särskilt eftersom de påverkar hur vi skapar oss själva. Makt producerar kunskap, men också individer.

som fria och ansvariga subjekt – till exempel genom att förverkliga sig själva. Men vi är inte bara ”fria att välja”, utan även tvungna att uppfatta oss själva som fria. Enligt Rose tvingas människor i dag att tolka sitt förflutna och sina framtida drömmar som utslag av personliga val – men i verkligheten är valmöjligheterna begränsade. Begränsningarna är dessvärre svåra att urskilja eftersom utbudet utgör horisonten för vad som är möjligt att tänka.

Enligt Nikolas Roses snabba skiss över historien uppfann psykologin på 1800-talet *den normala individen* och under första hälften av 1900-talet *den sociala*. I dag fokuserar man alltså på *det autonoma självet* som strävar efter självförverkligande. För att leva som autonom individ måste du lära dig tekniker och hjälper dig att förstå dig själv och träna dig själv. Friheten uppnås till priset av att bli beroende av experter på själen.

Vi har befriats från religiösa och politiska auktoriteter, men i stället fått nya.

”SJÄLVHJÄLPSEXPLSIONEN” HANDLAR OM att leva med sig själv som projekt, skriver Nikolas Rose. Vardagslivet har blivit ”livshändelser”. Problemen ska tas om hand genom att man identifierar rädslor och brister och konsekvenserna av dem: neuros, stress, sjukdom. Vardagshändelserna blir föremål för introspektion, beaktelse och behandling av experter, men individen förväntas arbeta med sig själv och ta ansvar för sitt liv, inte utveckla ett beroende av terapeuten. Man förser individen med verktyg för att hon av egen kraft ska kunna hantera sina angelägenheter och förpliktelser, definiera sina mål och planera hur hon ska ta hand om sina behov.

Det moderna samhället formar alltså autonoma, ansvarstagande människor som är ”fria” att själva forma sin identitet. Men med Foucault kan vi problematisera denna relativa frihet. Vi kan se att vi är bundna vid ett projekt att skapa vår egen identitet och att detta projekt i sin tur är bundet vid experters makt.

Men makt är något dynamiskt. Där makten finns, finns också motståndet, hävdar Foucault. På vilken nivå kan vi ifrågasätta och motsätta oss kravet att leva med oss själva som projekt? Vi kan inte välja bort denna ”frihet”, inte välja bort att delta i att forma oss själva. Men kanske kan vi göra mer aktiva val om vi är medvetna om denna förutsättning. ☉

Inna Sevelius är frilansjournalist. Hon är läkare, master i idé- och lärdomshistoria och har en grundläggande utbildning i psykodynamisk psykoterapi.

Källor: Michel Foucault, *Diskursernas kamp, Viljan att veta: Sexualitetens historia, del 1, Övervakning och straff: Fängelsets födelse*
Roddy Nilsson, *Foucault - en introduktion*
Nikolas Rose, *Inventing our selves: Psychology, power and personhood*.

