

Den meningsfulde lidelse?

Måske er det sandt, at mennesket er det eneste dyr, der kan blive syg af mangel på mening i livet. Og måske er det også sandt, som Nietzsches skulle have sagt, at den, der besidder sit livs "hvorfor", kan bære ethvert "hvordan". Når man kan svare på, hvorfor man lever, kender man meningen, og man kan bedre acceptere vanskeligheder og modgang i livet.

Der er givetvis noget om, at nutidens menneske er blevet eminent dygtig til at opnå dets mål. Vi har ofte styr på, *hvordan* vi skal gøre det ene eller det andet i vores liv, men ikke altid på, *hvorfor* vi skal det. Hvis vi mangler midler – eller "redskaber", som det ofte kaldes – kan vi konsultere psykologer, coaches eller psykoterapeuter, der kan hjælpe os med at besvare vores hvordan-spørgsmål. I en terapeutisk kultur som vores findes talrige eksperter med hensyn til midler og hvordan-spørgsmål, men vi er til gengæld mere mundlamme, når det gælder spørgsmål om mening, mål og livets "hvorfor". Selvfølgelig er religionerne stadig leveringsdygtige i svar på dette spørgsmål, men mange af os er, med Habermas' ord, for religiøst umusikalske til at finde svarene her.

Hvordan begriber man almindeligvis i en sekulær kultur det eksistentielle ubehag, der kan være forbundet med mangel på mening? I dag er det blevet almindeligt at sygeliggøre ubehaget ved at begrebsliggøre

det som symptomer på en psykisk forstyrrelse. Den antidepressive medicin, som godt otte procent af os tager i Danmark, er dog næppe et adækvat middel for den, der mangler mening. Dette middel gør ikke, at personen kan nærme sig sit livs "hvorfor".

En pille mod sorg

Et stort problem ved ukritisk at anvende dagens psykiatriske diagnoser består i, at diagnosesystemet i sig selv ikke kan tage højde for, at selve ubehaget og lidelsen kan have mening. Man ser på et afgrænset symptombillede og ignorerer de kommunikative og meningsbærende aspekter, som psykisk lidelse kan indeholde. Endnu værre bliver det, når psykisk lidelse reduceres til neurokemiske dysfunktioner, for her sættes de oplevede problemer fuldstændig uden for en meningsgivende fortløkningshorisont.

Et mere frugtbart sted at begynde for den lidende kan netop være at spørge, om lidelsen har en mening – om den fortæller noget? Og hvis den gør, så skal den måske lyttes til snarere end elimineres hurtigst muligt med medicin. Man skal selvfølgelig aldrig romantisere menneskers lidelse, men vi ved faktisk godt, hvis vi tænker os om, at vores lidelse kan være meningsfuld.

Jeg kan give et eksempel: Hvis vi forestiller os, at der i nær fremtid er opfundet en pille mod sorg, som i løbet af en uge

fuldstændig kan fjerne smerten ved tabet hos de efterladte, hvor mange af os ville i så fald tage en sådan pille? Mit bud vil være, at meget få ville tage den. Hvorfor mon? Når nu den kan fjerne smerten? Fordi det netop er sorgen, som vitterligt er lidelsesfuld, der opretholder en forbindelse til den døde. Sorgen er meningsfuld som et eksistentielt fænomen, ligesom angsten for døden er det, eller på samme måde som skyldfølelsen kan være det, når man har handlet umoralsk.

Hvis sorg, dødsangst og skyldfølelse alene anskues gennem en diagnostisk optik forsvinder de eksistentielle dimensioner ved vores liv, som disse lidelsesformer peger på for os. Meningen med lidelsen forsvinder, hvilket kan bringe mennesker endnu længere væk fra at tematisere spørgsmål om livets "hvorfor". Det er selvfølgelig ikke al psykisk lidelse, der har en sådan meningsdimension, men min påstand er dels, at meget af vores oplevede ubehag faktisk har det, og dels at vores diagnoser og sygdomsforståelser i dag uretmæssigt homogeniserer meget forskellige lidelsesformer, så vi bliver ude af stand til at forstå forskellen på den meningsfulde og den meningsløse lidelse. ■

Svend Brinkmann, cand.psych.
professor ved Institut for Kommunikation,
Aalborg Universitet



KLUMMEN (LAT. COLUMNA)

Psykolog Nyts klummetekster skrives på skift af seks personer, som har fået frie hænder til at ytre sig om tendenser i det moderne liv og samfund. Skribenterne repræsenterer vidt forskellige fagområder – og opgaven lyder ikke på at skrive om psykologi.