

## Smilets land

Irun Dahl Elverum

Thailand er kjent som smilets land. Men det gamle tabuet mot å uttrykke negative følelser sliter på folk.



Fotograf: Truls Erik Dahl.

Det er sagt at den thailandske befolkning – thaiene – avskyr alle former for vold, både fysisk, verbalt og mentalt, uansett av hvilken grunn. Enhver fornuftig thai unngår situasjoner med potensiell fare for vold og oppfører seg på en måte som forhindrer at vold kan oppstå, eller forsøker å nøytralisere aggresjonen dersom den oppstår. Hva er så den magiske metoden? Jo, ved hjelp av smilet. Smilet har forebyggende effekt, og skulle ulykken være ute, greier en thai å smile seg ut av de fleste situasjoner.

Konfliktvegring er et omfattende begrep på thai og kalles *jai yen*; det kan oversettes med kaldt hjerte. Det innebærer at man ikke lar seg hisse opp, men har kontroll over følelsene. Det motsatte er *jai rohn*, og betyr varmt hjerte, hvor sinne, misnøye eller utålmodighet vises tydelig. Den som møter en vanskelig situasjon med *jai yen* blir beundret; lar du følelsene løpe av med deg, taper du respekt. Kritik er ikke bare mislikt, den er betraktet som destruktiv overfor det sosiale system.

Thailand har 62 millioner innbyggere. Bangkok har seks millioner, men fylles i tillegg daglig med fire millioner som kommer inn til byen for å jobbe eller selge varene sine. Det myldrer bokstavelig talt med mennesker. Bangkoks største varehus BTK gir god mulighet for en klaustrofobisk opplevelse, men trengselen er så godt som fraværende. Thaiene glir høflig og lett forbi hverandre, ingen dytter eller trenger seg fram, og alle ser tilfredse og lykkelig ut. Aldri har vi følt oss tryggere i en storby, aldri har vi møtt så mye vennlighet og hjelpsomhet og aldri har vi sett så mange smilende mennesker.

Kuhn Piyachat Ruengvisesh Finney er psykolog og leder for «The Centre for Creative Growth and Professional Training» i Bangkok. Hun har vokst opp i Thailand, men er utdannet ved Lesley College, Cambridge, USA. Ekspressiv terapi og psykodrama er hennes arbeidsmetoder, i kombinasjon med bioenergetisk trening. Hun trener både psykologer og sosialarbeidere for videre arbeid i statlige sammenhenger innenfor psykisk helse. Kursopplegget foregår som gruppeterapi der det forventes at deltakerne skal bruke eget emosjonelt materiale. Det oppfordres til at en deltaker frivillig, protagonisten, melder seg med sin sak. Enkelt forklart starter sesjonen med bioenergetisk trening, dvs. oppvarmingsaktivitet med strukturerte teknikker som skal løse stramme muskler forårsaket av emosjonelt stress. På andre trinn dramatiseres den aktuelle saken, her ved en såkalt «doubling»-teknikk hvor en annen person fra gruppen inntar samme kroppspositur og hjelper til med å spille/dramatisere de følelsene som ofte er vanskelig for den personen det virkelig gjelder. Ved tredje og avsluttende trinn deler hele gruppen sine opplevelser i forhold til den aktuelle saken.

Dette er uttrykksformer som på en måte kolliderer med buddhistisk kultur, der det ideelle er å la sinne og ubehag ligge, sier Piyachat. Etter mange år «over there» ser hun de thailandske manerer og omgangsformer mer utenfra, og stiller seg noe tvilende til sannhetsgehalten i begrepet *smilets land*. Fra et vestlig synspunkt vil de sosiale normer en thai praktiserer virke svært overflatiske, mens i denne kulturen aksepteres den overflatiske harmoni som den reelle harmoni. Dette er i overensstemmelse med åndetroen som samsvarer med buddhismen; utagering og sinne fornærmer husånden og bringer ulykke. De utallige buddhamasker og buddhafigurer uttrykker da også stor «stoisk ro», enkelte kan også forstille den leende Buddha.

Piyachat mener det gamle tabuet mot å uttrykke negative følelser sliter på folk. Åpenhet er mot kulturen og gir skyldfølelse. I sitt arbeid forsøker hun å promotere nye holdninger gjennom selvutvikling. Men hos thaier flest blir tanken på å skulle oppsøke psykolog for indre problemer sett på som ren galskap. Alle personlig relaterte problemer eller vansker i familien skal holdes hemmelig, i motsatt fall bringer en skam over familien. Hvis noen oppsøker psykolog, psykiater eller rådgiver, har familien tapt ansikt.

Den moderne utviklingen er i ferd med å underminere troen på ånde verdenen. Selv om sinne og vold også er en del av dagliglivet i de store byene, er *jai yen*-atferd fortsatt svært tydelig, også i Bangkok. Den som holder hjertet kaldt, møter fortsatt respekt blant venner og arbeidskamerater. «If you have never suffered from the culture shock, Thailand is a great place to start» (Cooper & Cooper, 2003).

## Referanser

Referanse

Cooper, R., & Cooper N. (2003). *Culture shock! Thailand. A guide to customs and etiquette* (rev. ed.). London: Kuperard.