

En kort introduksjon til Binders verden

Tor Syrstad

psykolog og stipendiat i statsvitenskap, UiO.

Per-Einar Binders bok *En kort introduksjon til eksistensiell psykologi* gir et unikt innblikk i hvordan Binder selv forstår livets store spørsmål, men den gir ingen egentlig introduksjon til eksistensiell psykologi eller tenkning.

Å sette seg ned med *En kort introduksjon til eksistensiell psykologi* fyller meg med spenning og ærefrykt. Den nette innbindingen. De duse fargene. Det innbydende korte formatet. Alt står i pirrende kontrast til de overveldende store temaene denne boka lover å ta opp. Innholdsfortegnelsen bærer bud om en innføring i selve livet: å være i verden, frihetens grenser, meningsløshet og død. Kan denne korte introduksjonen lede meg i retning av å forstå i alle fall noe av det som uroer oss som mennesker – i livet og i terapirommet? Kan snaue 150 sider skissere opp et faglig perspektiv på den undring og angst som både fascinerer og plager oss, men som vi så ofte viker unna og gjemmer vekk?

En kort introduksjon til

eksistensiell psykologi

Per-Einar Binder


FAGBOKFORLAGET**BOK** En kort introduksjon til eksistensiell psykologi**FORFATTER** Per-Einar Binder**ÅR** 2020**FORLAG** Fagbokforlaget**SIDER** 144

I løpet av innledningen blir engstelsen som omslutter selve leseprosjektet, raskt roet ned, og igjen står nysgjerrigheten. Binder skal ha ros for et inviterende og metaforrikt språk som hjelper leseren inn i tematikken. Samtidig ofrer forfatteren faghistorien i forsøket på å få alle med. Han går med harelabb over mangfoldet av tradisjoner som eksistensiell psykologi bygger på. Binder skriver riktignok at fagfeltet har dype røtter i litteratur, kunst og filosofi. Men når denne historien skal oppsummeres, er det forfatterens egne litterære beskrivelser som stikker seg ut:

Det er akkurat ditt unike liv som tar slutt. Du skal aldri stå opp om morgenen og møte en ny dag igjen. Menneskene du er glad i, skal ikke se deg igjen. Hele ditt indre bibliotek av minner, den første

skoledagen, den første foreleselsen, høydepunktene og bunnpunktene, alle kapitlene av livet ditt – de skal ikke være der mer (s. 13).

Vennlig fagprat på kontoret

Introduksjonsboka som sjanger skal inspirere leserne til å lære mer. Den bør gjøre komplekse spenninger mellom disiplinens ulike retninger – og de dype grunnspørsmålene som forener dem – forståelige for nye lesere. Dette er en krevende pedagogisk øvelse, som Binder rent estetisk behersker godt. Tvileren i meg lurer likevel på om innholdet under de språklige ornamentene egentlig kommer til å skape faglig sammenheng og mening.

De neste kapitlene forsterker inntrykket av en forfatter som er dypt engasjert i en tankeretning, og som illustrerer denne interessen på en flerfoldig måte. Han gir tidvis gode illustrasjoner fra hverdagslivet og fra terapi. Binders styrke er evnen til å få leseren engasjert. Det er som om jeg er invitert til forfatterens kontor og deltar i en vennlig samtale med den erfarne psykologen.

Svakheten med en slik vennlig og lettbeint tone er at interne konflikter i fagstoffet ikke løftes fram på en kritisk måte

Svakheten med en slik vennlig og lettbeint tone er at interne konflikter i fagstoffet ikke løftes fram på en kritisk måte. Dette blir særlig betegnende når feltet han skal introdusere, i seg selv handler om slike indre motsetninger. Eksempelvis blir et teoretisk kjernesporsmål om menneskets essens tatt opp på en virkelighetsnær og interessant, om enn noe ukritisk, måte i kapittel 2. Senere i boka blir spørsmålet – og de faglige spenningene det rommer – enkelt avfeid med betraktninger om meditasjon og mindfulness. Meditativ praksis gir, ifølge Binder, innsikt i hva ikke-essensialisme er for noe: «Våre ideer, tanker og fortellinger om oss selv er ikke «kjernen» i hvem vi er», skriver han (s. 53). Men er ikke dette nettopp en ny-essensialistisk forståelse om at vi kan meditere oss fri fra de narrative vi skaper og er en del av? Og er ikke uløste spørsmål om essens og autentisitet noe av det mest interessante med eksistensiell psykologi? Ofte lander det som kunne vært starten på uhyre interessante refleksjoner, for raskt ned på én av sidene. Binder serverer svar, der leserne søker avveininger og nyanser. Selv om forenkling er introduksjonsbokas iboende mål, blir unyanserte dikotomier mellom for eksempel positiv og negativ perfektjonisme, mellom nevrotisk og eksistensiell skyld og mellom frykt og angst nærmest som bjørnetjenester å regne.

Ubrukte muligheter

På lignende måte behandler Binder eksistensens diskursive og samfunnsskapte side med relativt lett hånd, og han går ikke ordentlig inn i kritikken om at den eksistensielle tankeretningen er tilpasset vestlige og privilegerte illusjoner om individets frihet. Du har ikke valgt å befinne deg i en krigssituasjon, skriver Binder, men «du har valgt en måte å forholde deg på» (s. 59). Dette blir for enkelt, selv for lesere som møter eksistensiell psykologi for første gang. I omtalen av såkalte tradisjonelle samfunn spisses det vestlige og neolibérale blikket ytterligere til. I de «tradisjonelle» samfunnene, skriver Binder, er «du den som fellesskapet definerer deg til å være». Han kan heldigvis berolige oss med at det er noe helt annet her i Vesten:

Vårt utgangspunkt er annerledes. Meningsnettene vi lever i, har langt mer åpninger og flertydigheter. Vi opplever en verden hvor vi har en kreativ jobb å gjøre (s. 100).

Når kulturforskjeller og mening i ulike diskursive fellesskap behandles som en enkel kontrast mellom de kreative i Vesten og de samfunnsstyrte i andre kulturer, melder behovet for selvkritikk og dobbel refleksjon seg nærmest som en akutt krise i leseopplevelsen.

I andre deler av boka kan jeg berømme forfatteren for å trekke linjer mellom eksistensens grunnanliggender og det politiske. Binder inviterer til tankerekker om konvensjonalitet og egenart, om makt og ideologi. Avslutningskapitlet om kroppslig og økologisk væren gir dessuten en forsmak på faglig refleksjon om hva det innebærer å være en liten brikke i en stor og pågående krise som alle og ingen er ansvarlige for samtidig. Klimakrisen setter eksistensielle spørsmål på spissen, og viser med tydelighet hvordan begreper som frihet og ansvar nyanseres og brytes i møtet mellom enkeltmenneskets eget liv, politiske strukturer og verdenssamfunnets (av)makt. Med så mange mulige innganger og begynnelser blir det ekstra leit når forfatteren går seg bort i assosiasjonsrekker om hverdagens sanseintrykk:

Vi sanser vær og vind. Et gresstrå stikker frem gjennom asfalten, en fugl synger, et insekt biter, du hilser på en kat. (s. 124).

Tenk hva en slik tekst kunne gitt oss dersom Binder virkelig hadde turt å gå inn i spenningen mellom det individuelle og det kollektive ansvaret stilt overfor en trussel som faktisk er eksistensiell. Der han, i avslutningen av kapitlet, lærer leseren at klimaskyld er et mer rimelig begrep enn klimaskam, kunne han heller tatt oss med inn i et eksistensielt inferno av personlig og samfunnsmessig ambivalens og endringsangst.

Forfatteren gjør seg flid med å kombinere teori og empirisk forskning. Dette gjør at boka framstår oppdatert og bygget på professorens faktiske og nysgjerrige virke. Når det er sagt, er det tidvis vanskelig å forstå hvordan ulike bidrag vektles opp mot hverandre gjennom teksten som helhet. Buddhistisk tenkning og mindfulness går som en rød tråd, samtidig som filosofiske grunnpremisser ofte blir avspist med korte og frittstående resonnementer. Her mobiliseres for lite begjær henimot den faghistoriske kanon, mens referanser til nyere terror-management-eksperimenter hopper seg opp gjennom de snaue 150 sidene. Sammen med Binders forkjærlighet for å dele egne livsrefleksjoner og visdomsord virker kunnskapsutvalget noe tilfeldig for et faglig interessert publikum.

Totalt sett gir boka en grundig innføring i Binders forståelse av viktige spørsmål her i livet. Når forfatteren er en fagperson som Binder, kunne det vært et interessant og høyst verdig bokprosjekt i seg selv. Pakket inn i coveret til en introduksjonsbok som er ansvarlig overfor en hel fagretning, lever den imidlertid ikke opp til sin ambisjon.