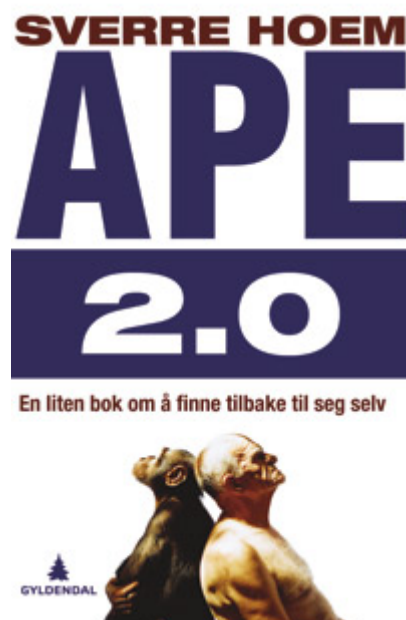


Selvhjelp uten fotfeste

PUBLISERT 5. februar 2010



Sverre Hoem | **Ape 2.0** En liten bok om å finne seg selv. *Gyldendal Akademisk, 2009. 188 sider*

Premisset for *Ape 2.0* er at mennesket er en modifisert primat uten forutsetninger for å holde tritt med den rasende farten våre omgivelser utvikler seg i. «*Vi har utviklet et samfunn som er så komplisert at selv vår vinnerhjerne ikke lenger holder mål,*» skriver Hoem. Han bruker programvarespråk for å illustrere dette: Vi er en Ape, versjon 2.0 som lever i Omgivelser, versjon 7.0.

Det er to grunnleggende problemer med denne teksten.

For det første er boken bygget på premisset om at mennesket er et ulykkelig mistilpasset vesen, som ikke er utrustet med de mentale verktøy som er nødvendige for å takle den verden vi selv har skapt. Dette er en spennende og radikal påstand som man forventer at forfatteren vil underbygge når man leser en bok utgitt på et akademisk forlag. Utover forfatterens lettvinde avvisning av lykkeforskning som viser at 20 prosent av befolkningen anser seg for å være meget lykkelig, er det ingen ytterligere støtte for påstanden å spore. Avvisningen «belegger» han med sin egen observasjon: Folk på gata ser jo ikke spesielt lykkelige ut. Riktignok sier forfatteren selv at han gjennom boka vil basere seg på egne erfaringer, men å bygge en fagbok på dette fundamentet synes likevel å være i tynneste laget.

Det andre hovedproblemet er at tekstens betraktninger og råd ikke henger sammen med den lidelsen forfatteren har diagnostisert oss alle med. Bokens premiss skaper en

forventning om en tekst som skal hjelpe oss (menneskeheten) til å takle en verden som er for komplisert til at vi kan være lykkelige i den. Denne forventningen blir langt fra innfridd gjennom forfatterens løsrevne, ustrukturerte og subjektive betraktninger rundt meningen med livet, lykke, menneskets beskaffenhet og døden, fulgt opp med råd av typen: «finn din egen vei» og «ta aktive og reflekterte valg», innimellom krydret med mer konkrete råd om hvordan man skal bli herre over mobiltelefonen (*benytt lydløsfunksjonen, lær deg å synkronisere med PC-en*) og hvilke filmer man kan se for å drive kunstassistert selvutvikling (*American Beauty*). Med andre ord får vi litt psykologi, litt livsvisdom og mange klisjeer i en salig blanding, hvor det skal godt gjøres å finne så mye som en rød trådstup.

Boken lider under størrelsen av problemstillingen den tar mål av seg til å løse. Den hadde fungert bedre som en guide i selvutviklingsmetode. For det er der boken er på sitt beste. Det gis konkrete og gode råd om forutsetninger og metoder for å drive selvutvikling. Det presenteres grunnleggende øvelser for mennesker som ønsker hjelp til selvhjelp uten å søke behandling. Men jeg spør meg hva prosjektet til forfatteren egentlig er. Det synes som han ikke klarer å bestemme seg for om han ønsker å presentere en sosiologisk samfunnsanalyse, en psykologfaglig selvhjelpsbok eller rett og slett ønsker å dele med leseren sin visdom om livets små og store utfordringer. Å skulle behandle og integrere alle disse prosjektene samtidig som man yter hvert tema rettferdighet i akademisk forstand, er en umulighet på 188 sider. Det fører i dette tilfellet dessverre til at gode poenger drukner i de kvasifilosofiske og klisjefylte betraktningene.

Men som forfatteren selv skriver om bruken av floskler: «Riktignok er tiltalte til pest og plage med sin repeterende annonsering av det selvfølgelige, men bak slitasjen ligger korn av sannhet, døm derfor mildt og overbærende, for tiltalte har handlet i beste mening» (s. 72).

Det er skrevet mye god litteratur om de grunnleggende eksistensielle spørsmålene. I denne boken er vi innom mange av dem, men de blir behandlet med harelabb, og konklusjonen er alltid den samme: Ta dine egne valg så lenge du har reflektert rundt hva de innebærer. Da har forfatteren ingen innvendinger mot hvordan man lever sitt liv. Dette blir i enkleste laget.

Anmeldt av Andreas Høstmælingen

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 47, nummer 2, 2010, side