

# Mellom trygghet og spenning



UUTGRUNNELIG Kjærlighet og seksualitet, forent eller ikke, har noe uutgrunnelig og en spenning i seg, noe som vi aldri helt blir ferdig med, skriver vår anmelder. Her er det Marilyn Monroe og Montgomery Clift som spiller ut spenningene i filmen *The Misfits* fra 1961. Foto: NTB

Kjærligheten og seksualiteten møtes til duell.

**TEKST**

**Espen Haaland**

**PUBLISERT 1. oktober 2021**

---

Psykoanalytiker Siri Erika Gullestad har skrevet bok om seksualitet og kjærlighet. Hun er opptatt av om disse, til dels motstridende, kreftene kan forenes – og i så fall hvordan. Boka er oversiktlig og godt strukturert med tre hoveddeler. Del én tar for seg grunnleggende behov vi har for trygghet, del to konflikten mellom seksualitet og kjærligheten, mens del tre drøfter om tilknytning og begjær kan forenes. Hver del har flere innbydende underkapitler, deriblant «Når kropper snakker sammen» og «Den de elsker, begjærer de ikke – konflikten mellom trygghet og spenning».

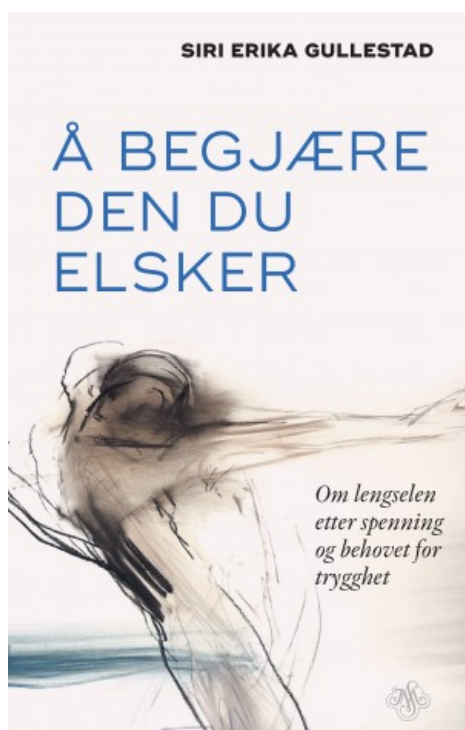
## **Aktualitet**

Dette er en høyaktuell bok som tar mål av seg til å søke dypere for å forstå sammenhengen mellom kjærlighet og seksualitet. Og her har psykoanalysen og Gullestad mye å bidra med. Temaet kjærlighet og seksualitet, så sentralt i vårt liv, både i psykologers og pasienters liv, er påfallende lite skrevet om. Mye av våre pasienters strev kan føres tilbake, i en eller annen form, til vansker med kjærlighet

og/eller seksualitet. Gullestad, på sin side, viser til at dette ofte har blitt et tema i mange av hennes terapier. Det er ikke vanskelig å tro henne på det.

## «Gullestad er på sitt beste når hun bruker litteratur og filmer for å belyse temaene sine»

Derfor er dette en viktig bok. Den er også viktig i dagens samfunn fordi kjærligheten så ofte løsrives fra seksualiteten. Hele kulturen har blitt seksualisert, og det finnes nå sexologer overalt, i alle kanaler, som gir råd og veiledning om seksuell praksis. Fint det, men kanskje har vi mistet av syne det viktigste, nemlig at kjærlighet og seksualitet ofte er viklet inn i hverandre. Sterke følelser er involvert, og dype, ofte ubevisste konflikter regjerer. Det er vanskelig, og vi blir aldri helt ferdig med å prøve å forstå og å utholde kjærligheten og seksualiteten.



**BOK** *Å begjære den du elsker.*

*Om lengselen etter spenning og behovet for trygghet*

**FORFATTER** Siri Erika Gullestad

**FORLAG** J.M. Stenersens Forlag

AS **ÅR** 2021 **SIDER** 168

Hvem er denne boka for? Umiddelbart kan det være vanskelig å plassere den, selv vil hun ha seg frabedt at det er en selvhjelpsbok. Er det negativt at boka ikke er mer tydelig på hvem den retter seg mot? Jeg tror ikke det, men derimot at noe av bokas styrke er at den har bred appell. Den har et lettfattelig, til tider elegant språk, og befridd fra faglig tørre formuleringer. Det er kvalitet i det å kunne formidle fagstoff på en lettfattelig og innbydende måte. Gullestad behersker dette til fulle. Hun er på sitt beste når hun

bruker litteratur og filmer for å belyse temaene sine. Samtidig savner jeg flere innblikk i terapirommet. Det hadde vært spennende å høre mer om hvordan kjærlighet og seksualitet viser seg i terapier, og kanskje også hvordan slike krefter kunne spille seg ut i terapirommet? Her holder Gullestad kortene tett til brystet. Sett fra et psykologfaglig perspektiv kunne dette vært særlig aktuelt å høre mer om, sett i lys av at det med jevne mellomrom er saker der psykiatere/psykologer blir seksuelt involvert med sine pasienter. Gullestad er inne på temaet, men kunne med fordel utdypet dette.

### **Venner eller fiender?**

Kjærlighet og seksualitet, forent eller ikke, har noe uutgrunnelig og en spenning i seg, noe som vi aldri helt blir ferdig med. Dette bevitnes i både litteratur, film og musikk. Derfor er det så fint når Gullestad leker seg med dette og tar inn både film, litteratur, musikk og teater for å belyse temaet. På sitt beste klarer Gullestad å holde på «spenningen» og la det være slik. Kapittelet «Når kropper snakker sammen» er i så måte svært bra. Her skriver Gullestad blant annet (s. 59):

Kan ord noensinne fullt ut uttrykke følelsenes fylde? Poeter baler med dette spørsmålet. Det uutsigelige skal diktet røbe dog, sier Welhaven, og understreket med dette at det poetiske språket sikter mot å innsirkle og antyde det som ordene ikke umiddelbart fanger. Som terapeut baler jeg også med forholdet mellom følelser, kropp og ord.

Andre ganger er det som om hun, i selve skrivingen, har behov for trygghet og skriver solid og sikkert fra et faglig ståsted. Dette fungerer også bra, men kanskje blir det litt for trygt? Sett fra et psykoanalytisk ståsted ville det vært enda mer interessant hvis Gullestad også gikk i dialog med den franske psykoanalysen, for eksempel Janine Chassequet-Smirgel og Joyce McDougall, når hun drøfter begjæret opp mot kjærligheten. Det kunne også vært interessant å få Gullestad til å reflektere over psykoanalytikerens Donald Meltzers bidrag, han har skrevet mye om seksualitet og kjærlighet. Men dette er kanskje for mye forlangt. Det viktigste er å understreke at dette er ei veldig god bok som fortjener mange lesere. De store linjene i boka er lette å følge, og Gullestad skriver godt om konfliktene mellom kjærlighet og begjær.

Hva med kjærligheten og begjæret, mener Gullestad at det lar seg forene? Forfatteren har gode betraktninger omkring mulighetene for at vi kan finne en måte å leve med konfliktene på. I god psykoanalytisk ånd handler det om aksept og innsikt. Nærmere bestemt å godta sitt eget begjær, og her henvender Gullestad seg spesielt til kvinner. Men for begge kjønn handler det om å være i kontakt med det kroppslige i oss selv og samtidig prøve å rydde av veien skammen og angsten som så fort melder seg. Hvordan da forene dette begjæret med kjærligheten til en og samme partner? Gullestad peker mot noen grunnleggende forhold som ikke er revolusjonerende nye, men som det likevel gir mening å tenke nærmere over. Det handler blant annet om å være nysgjerrig på den andre og å godta partnerens annerledeshet som noe spennende. Slik jeg leser henne, har kjærlighet og seksualitet det til felles at det er to ulike mennesker som må «se» den andre og samtidig finne plass til seg selv, i en fortrolig alltid-i-utvikling-relasjon. Her ligger det også en

kime til både sorg og konflikt. For konfliktene vil alltid være der, de blir ikke borte selv med denne boka.

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 58, nummer 10, 2021, side 890-891*

**TEKST**

**Espen Haaland**, psykologspesialist, medlem ved Institutt for psykoterapi