Att utvecklas med symboler

Natur & Kultur 1996, 190 kr (Normalt 330kr.)

Att utvecklas med symboler En vägvisare till symbolvärldens teori och praktik Detta är en praktisk handbok i symolpedagogik och symbolterapi. Symbolvärlden, som den kommer till uttryck i sagor, myter och ritualer, kan hjälpa både barn och vuxna att läka gamla sår och hitta nya utvecklingsvägar, finna vårt sanna jag, bli hela och känna mening med livet.

Boken ger först den teoretiska bakgrunden till symbolvärlden. Sedan handfasta anvisningar för i stort sett alla kreativa uttrycksformer: berättelser, drömmar fantasier, inre föreställningar, bilder, dans, musik , drama. Författaren presenterar deras fördelar och begränsningar, erbjuder övningar, musikval, material och exempel.

Det finns ett område mellan vår inre värld och den yttre verkligheten: Mytos, där sagorna och myterna för hemma. Denna värld är viktig för vår utveckling.

Barn rör sig naturligt på detta mellanområde, de tar sig spontant fram med hjälp av lekar, fantasier och sagor. Vuxna gör det ibland i krissituationer när de börjar skriva dikter eller måla sina känslor. För vi bär alla på självläkande och självutvecklande krafter.

Syftet med den här boken är att förmedla förståelse för vår inre symbolvärld, dess uppbyggnad och grammatik och hur man ska förhålla sig till den för att växa och mogna som människa.

Boken vänder sig till alla människor som med hjälp av kreativa uttrycksformer vill finna nya möjligheter och vägar att utvecklas och växa som människa.

Boken startar så här:

Vad bidrar till utveckling?

Tusen och en natt

Sheherazade var förtvivlad. Länge hade hon sett sina medsystrar offras, den ena efter den andra. Den grymme kungen tog sig varje dag en ny brud, en ung oskuld, och på morgonen efter bröllopsnatten blev hon halshuggen.

Så här hade det inte alltid varit. En gång för länge sen var kungen lyckligt gift. Men vid ett tillfälle hade han gett sig av på en resa och återvänt hem tidigare än beräknat. Då han klev in i drottningens sovgemak låg hustrun i armarna på sin store vackre negerslav. Rasande högg kungen genast huvudet av dem båda. Men det hjälpte inte, de mörka makterna fick grepp om hans själ.

När kungen efter en tid tog sig en ny brud ville han inte råka ut för samma sak igen, utan lät henne halshuggas nästa morgon. Han ville hämnas på hela kvinnosläktet, och fortsatte därför på samma sätt med flera kvinnor. Självklart blev han efter hand allt mer bitter och elak. Innerst inne var han egentligen öppen och god ,men för varje kvinna som sändes iväg till bödeln slöts hans hjärta allt hårdare.

Vad skulle Sheherazade göra? Hon talade med sin far, storvisiren, som var kungens närmaste man och rådgivare. Men han hade inte mycket

hjälp att komma med. Trots att storvisiren var en gammal klok man ,som kungen gärna lyssnade på ,hade han inte lyckats få slut på det som skedde.

Då fattade Sheherazade sitt stora beslut. Hon gick till sin far och sa:

– Säg till kungen att jag vill bli hans nästa brud.

– Aldrig! Jag vet att han har kastat sina blickar på dig, men av hänsyn till mig har han låtit dig få leva. Det får inte hända dig något.

– Men så här kan det inte fortgå. Jag har en plan som kan rädda oss alla.

Till slut lyckades hon övertala sin far att ge med sig. Med tungt hjärta gick han till kungen. Denne blev mycket förvånad men accepterade erbjudandet. Det blev bröllop och det blev brudsäng.

Så, när brudparet ska till att sova, kommer Sheherazade med ett försynt förslag:

– Jag brukar varje kväll berätta en godnattsaga för min lillasyster. Det skulle kännas så bra om jag fick göra det i kväll också, en sista gång.

Kungen tyckte det var ett utmärkt förslag. Han hade redan börjat fästa sig vid Sheherazade, och dessutom visste han att hon ansågs som landets bästa sagoberättare. Lillasyster sändes efter och de fick höra en

underbar berättelse. Efteråt sa den lilla, precis som de hade kommit överens om:

– Åh, en till, snälla, bara en till.

Sheherazade tittade frågande på kungen, som nickade. Så blev det ännu en saga, och sen ännu en.

När morgonsolens första strålar sken in genom fönstret och bödeln knackade på dörren, ”råkade” Sheherazade vara inne i det mest spännande skeendet i den mest spännande berättelsen. Kungen lyssnade med så stor inlevelse att han först inte hörde knackningarna. Sheherazade var en så skicklig berätterska att kungen satt med vidöppna ögon, precis som barn gör då de hör en saga berättas. Han varken hörde eller såg något annat än det som hände i sagan. När han till slut förstod vad som var på gång blev han förvirrad:

– Inte just nu ... vänta lite ... förresten ... kom igen i morgon!

Nästa kväll och nästa morgon hände samma sak, och nästa och nästa. Kungen fick höra den ena underbara och märkligare berättelsen efter den andra, och Sheherazade berättade dem så att kungen tyckte att han själv var med i varje äventyr. Och det var han ju på sätt och vis. Hon valde just de berättelser som hon såg berörde kungen djupast, det blev många som handlade om kärlek och om otrohet. Efter en tid fick bödeln sluta med att

knacka på dörren om morgnarna. Och efter tusen och en nätter var kungens själ läkt.

De lärde tvistar om det var kärleken mellan kungen och Sheherazade som fick kungen att återvända till livet eller om det var sagornas läkande kraft. Kanske var det så att dessa båda källor var ömsesidigt beroende av varann; ett förhållande utan ett dynamiskt samspel är inget förhållande och en berättelse förmedlad utan kärlek faller platt till marken.

De flesta tror att berättelser bara är till för att fördriva tiden med. För dessa människor kan det tyckas märkligt att berättelser också kan ha en utvecklande, till och med läkande funktion. Visst talas det ofta om motsatsen, massmedias negativa effekter, till exempel vad alla våldsfilmer förmodligen ställer till med, men ganska sällan diskuteras böckers och filmers positiva sidor.

Vi har alla blivit utsatta för sedelärande historier, framtagna av socialstyrelsen och skolan, som "Spara och Slösa" eller "Karius och Baktus". Även mycket av Walt Disney-koncernens scoutambitioner, förmedlade genom Knatte, Fnatte och Tjatte, kan räknas in i denna kategori. Dessa alster är övertydliga i sin iver att påverka. Men förmodligen har våra åsikter och faktiskt vår personlighet i ännu högre grad formats av fängslande författare som Astrid Lindgren, Tove Jansson

och Lennart Hellsing. Deras berättelser tar många till sig med så stor inlevelse att de fungerar som en egen verklig erfarenhet som de sen bär med sig. Detta talar man inte så mycket om.

För en tid sen var jag i ett fattigt utvecklingsland där man bland annat hade stora problem med att västerländsk påverkan hade skakat om och löst upp gamla traditioner och gemenskap. Sammanhållningen i storfamiljerna hade spruckit och inte ersatts med något nytt. Kvinnorna hade nu ensamma ansvaret för sina barn, som oftast sinsemellan hade olika fäder, som kom och gick. Man insåg att man inte kunde gå tillbaka till det gamla, men hur skulle man kunna föra in ett nytt fungerande socialt system? Man proklamerade "The year of the Family". Eftersom jag var gammal familjeterapeut fick jag frågan hur man skulle utforma kampanjen för att den skulle bli effektiv. Blickarna var redan riktade västerut, främst mot USA, därför föreslog jag att man skulle använda sig av påverkan därifrån – men i annan form än tidigare. Som på de flesta håll i världen satt människorna på kvällarna och tittade på ytliga TV-serier eller actionfilmer de hyrt i den lokala videobutiken.

Jag föreslog att man skulle starta en biograf, något som fram till dess inte fanns i det lilla landet. Det skulle lätt kunna genomföras. I tropikerna blir det becksvart vid en bestämd tidpunkt och förutom under de korta regnperioderna är det alltid uppehållsväder. Man vitmålar därför bara en

husvägg, sätter ut några bänkar och skaffar en gammal projektor från en nerlagd västerländsk biograf. Sen är det bara att köra igång.

Som komplement till alla trycksaker och affischkampanjer man planerat skulle man nu kunna visa utvalda västerländska filmer. Sedan början av 1980-talet har det funnits gott om filmer på temat "pappa kom hem". Det startade med att Dustin Hoffman i filmen *Kramer mot Kramer* spelade en framgångsrik reklamman som först av tvång, sen av glädje tog hand om sin lille son och gav upp karriären. Ettan på biotoppen 1992, *Falling Down*, handlade om hur frånskilde Michael Douglas med våld kämpar för att få vara med och fira sin dotters 3-årskalas. Efter det har vi fått se hur gamla macho-män som Clint Eastwood, Arnold Schwarzenegger och Kevin Costner tävlat om att engagera sig i små pojkars uppfostran som i *Terminator II* och *A Perfect World*. Bra europeiska varianter på temat är den svenska *Min store tjocke far* och irländska *The Snapper*.

Jag hävdade att en enda sådan film har större och djupare påverkan än ett ton trycksaker, hur pedagogiskt skickliga de än är gjorda.

Om det är på detta sätt, hur går denna påverkan till? Är det så enkelt som att: "När nu amerikanska filmhjältar tar hand om sina barn, skulle inte du då också göra det?" Jo, detta är en viktig aspekt: man identifierar sig alltid med sina älsklingsberättelsers hjältar. Vi har alla fått lära oss

självständighet av Pippi Långstrump, mod av Indiana Jones och tålamod av Askungen.

Men inlärningsprocessen är mer komplicerad och djupgående än så. Främst är det omedvetna processer, det vill säga det sker bortom insikter och medveten tankekraft. Likafullt följer denna inlärning speciella lagar och mönster som går att studera och även att påverka, underlätta och styra. Bemästrar man någorlunda det omedvetnas grammatik och lär sig konstruktiva förhållningssätt kan man i hög grad bidra till en positiv utveckling.

Men det är inte helt lätt, det är lättare att studera "vanlig" inlärning. När en körkortselev läser om trafiksäkerhet får han eller hon en mängd kunskaper och förhållningsregler att försöka hålla sig till. Innehållet i olika pedagogiska program är tydliga och deras effektivitet går relativt lätt att utvärdera. När man ska studera motsvarande omedveten inlärning och påverkan är det betydligt svårare. Sen gamle Freud "upptäckte" vårt omedvetna har mycken forskning skett för att utforska dess topografi, grammatik och sätt att fungera. Inte minst de senaste decenniernas hjärnforskning har kastat ljus över tidigare mörka områden, jag tänker speciellt på högerhjärnans funktionsätt. Men fortfarande är det omedvetna just – omedvetet. Vi kan företrädesvis studera det på ett indirekt sätt och dra slutledningar om vad som händer djupt inom oss på grundval av hur det yttrar sig.

Främsta syftet med denna bok är att försöka förmedla denna kunskap. Ett sätt att göra detta på är att uppmärksamma viktiga stadier i vår utveckling, hur dessa gestaltas i sagor, bilder och filmer och hur en konstruktiv utveckling kan underlättas. Vi ska också titta på hur de första stapplande stegen in i symbolvärlden ser ut. Detta kan medverka till en förståelse för den funktion de fyller senare i livet. Vi börjar med den allra första tiden.

Den vilda babyn

Det nyfödda barnet har sina sinnen väl utvecklade. Det lever i en ocean av intryck, till att börja med utan att kunna särskilja sig själv från omgivningen. Hur mycket medvetande det nya lilla barnet har tvistar man fortfarande om, men forskningen har de senaste decennierna gått från en syn på barnet som en vegeterande grönsak till en riktning som tillmäter våra spädbarn allt mer kunskap och medvetande. Barnet lever i en symbolisk värld så till vida att det intekan uttrycka sig med ord, men det kan ändå särskilja gestalter, ge dem egenskaper och ha en relation till dem, det vill säga känna rädsla för vissa, glädje för andra osv. Först efter ett års ålder har barnet förmågan att i verklig mening uppfatta symboler som att en bild på en hund står för en hund.

Barnet föds med en uppsättning egenskaper, temperament och böjelser. Ett barn kan vara mer fysiskt rörligt än ett annat. Ett barn kan

tidigt visa intresse för musik eller för bilder, medan andra förblir ointresserade livet ut. Ett barn kan sitta en stund och betrakta ett föremål innan det söker sig fram och undersöker, medan ett annat barn direkt kastar sig över allt det ser.

Varje barn är alltså unikt, det har något vi kan kalla för ett sant jag. Vad som händer med detta sanna jag på vägen mot vuxen ålder bestäms av det bemötande det får från omgivningen, genom kontakten med den människa som står det närmast, oftast mamman. Det är hon som svarar eller inte svarar på leenden, hon som kommer eller inte kommer när barnet gråter av hunger eller för att blöjan är full. Detta är tydliga skeendena. Men viktigast är den stilla, ordlösa kontakten som byggs mellan dem då mamman bara finns nära barnet. Det handlar om blickar, ljud, fysisk kontakt under många, många timmar. Här får barnet lära sig självrespekt eller självförakt, självhävdande eller underdånighet, initiativrikedom eller anpassning osv. Den läsare som inte tycker sig ha haft en tillräckligt god mor ska nu inte förskräckas. Människan har stor förmåga att hitta alternativa lösningar på sina brister.

Det lilla barnet är mer intelligent än man tidigare trott. Forskning har visat att det på ett skickligt och snabbt sätt anpassar sig till de förväntningar och krav som omgivningen ställer. Om ett barn till exempel har en depressiv mor kan barnet ta till sin uppgift att göra mamma glad. Detta är inte av omtanke, i varje fall inte till att börja med, utan helt enkelt

orsakat av barnets totala beroende av mamman. Barnet kan inte överleva utan att få uppmärksamhet och omsorg och därför ser barnet till att skaffa sig det, oftast på bekostnad av andra egna behov.

Så läggs en hinna mellan barnet och dess sanna jag och det utvecklar i stället ett falskt jag, som formas med hänsyn till omgivningen.

Speciellt tydlig blir denna konflikt när barnet börjar krypa och även konflikten mellan de egna och omgivningens behov blir tydligare. Då visar nämligen det lilla barnet sin obändiga livskraft. Denna energi är en förutsättning för varje arts överlevnad. En baby skulle egentligen vilja bete sig som hundvalpar och kattungar gör: rullta omkring och leka, nosa, bitas och slåss. Så snart krypandet kommer igång kan vi se likheterna. Barnet söker sig till allt som är intressant – och det är det mesta. Det tar föremålet, vänder och vrider på det, stoppar det i munnen, bankar det i golvet, kastar det ifrån sig för att sen krypa fram till det och upprepa proceduren. Detta är något de flesta föräldrar brukar vara lyckliga över – till att börja med. När barnet utvidgar sin aktionsradie och når allt mer hotfulla höjder i bokhyllor och skåp brukar det sammanfalla med en minskad tolerans för dess framfart och ökad irritation i bemötandet.

Livslust

Jag har i många år arrangerat konferenser och seminarier om skapande och om existentiella frågor (huvudtemat har varit "Modet att leva"). Vid en konferens i Göteborg i januari 1995 engagerade den amerikanske bildterapeuten Arthur Robbins deltagarna i nedanstående övning. (Jag rekommenderar nu dig,läsare, att lägga ifrån dig boken, hämta färger och ett relativt stort papper. Inte förrän du har dessa saker bredvid dig ska du fortsätta att läsa.

En gång i tiden för länge sen var du fylld av livslust. Du skrattade med hela din kropp när du var glad. När du var arg, och det var du ofta, skrek du vilt. Du älskade att bli tvättad med ljummet vatten av mjuka händer, och när man vidrörde ditt kön njöt du extra ljudligt. När du såg något intressant ville du ha det – genast.

Denna livslust, hur såg den ut? Vad hade den för former och färger? Måla den!

När du målat din livslust, men inte förrän då, ska du svara på följande frågor. Skriv gärna ner dem.

• Hur kaotisk är bilden? Om den inte är kaotisk är den inte sann. Livskraften var i början helt ostrukturerad.

• Vad skulle din mamma säga om hon såg bilden?

• Vad skulle din pappa säga?

• Vad skulle kompisar i skolan, på arbetet säga?

• Se hur bilden vill förändras när du tänker på dessa frågor.

• Har mamma, pappa, kompisarna sett dessa sidor hos dig?

• Hur har de blivit bemötta? Svaren på frågorna berättar förmodligen om detta?

• Så en fråga som är minst lika viktig: Hur har *du* förhållit dig till deras reaktioner? Har du anpassat dig? Har du gått till motreaktion och levt ut ännu starkare? Har du försökt dölja din livslust för att sen tillfredsställa den i smyg?

Den grundläggande livslusten är en viktig källa för det vi gör eller inte gör senare i livet. I omgivningens och ditt eget bemötande av livslusten skapas

grunden för beteendemönster som senare är mycket svåra att bryta. Det blir ett förhållningssätt till världen. Om du till exempel lägger band på mycket av livslusten för att bli accepterad av omgivningen kan det senare i livet givetvis leda till att du begränsar dig på många sätt.

Denna process har det forskats mycket om, främst inom den brittiska objektrelationsskolan som på svenska föredömligt har presenterats av Patricia Tudor-Sandahl. Även Alice Miller har skrivit viktiga böcker om vad som händer med barn som förnekar sig själv och lever upp till andras förväntningar.

Konsekvenser av olika livshållningar

Ett barn som till synes får mycket kärlek och uppskattning kan ändå hamna i fällan att tillfredsställa andras behov i stället för att vara i kontakt med sig själv. Ibsens berömda rollgestalt Peer Gynt är ett sådant exempel.

Han var bortskämd och älskad av sin mamma som försökte tillfredsställa alla hans nycker. Men hon såg honom aldrig som den han verkligen var, utan projicerade sina drömbilder på honom. Peer skulle ersätta den frånvarande fadern. Hon satte heller inte några gränser vilket resulterade i att inget egentligt möte kom till stånd mellan mor och son. Peer blev en omnipotent narcissist och en skicklig förförare i kärlek såväl som affärer.

Ibsen var framsynt. Han skissade redan vid sekelskiftet en tydlig bild av den typiske 1900-talsmannen, som sen blommade ut för fullt med yuppierörelsen på 1980-talet. Peer Gynt och andra liknande unga män är fångade i sitt beroende av människors uppskattning. Även när de kör sin Porsche är de mer upptagna av att imponera på omgivningen än att känna sina egna mer genuina behov. Och trots att han verkade så egoistisk och självständig blev Peer som omgivningen ville att han skulle vara, han satt fast i deras beundran.

Men på väg hem till Norge efter alla sina resor blir Peer avundsjuk på båtens besättningsmän för att de har fruar och barn som väntar på dem. Ingen väntar på Peer Gynt. Strax efter hemkomsten kommer dessutom Döden för att hämta honom. Till att börja med tror Peer att han ska få komma till paradiset, men det visar sig snart att det är varken himmel eller helvete som väntar, utan det mest förfärliga som kan hända en narcissist: han ska inte bli någon alls!

KNAPPSTÖPAREN

Då hade jag tur!

För det är just dej jag ska hämta i kväll.

PEER GYNT

Ska du det*? Och varför?*

KNAPPSTÖPAREN

Här ska du få se.

Jag är knappstöpare. Du ska ner i min slev.

PEER GYNT

Varför det nu?

KNAPPSTÖPAREN

Jo, du ska smältas om.

PEER GYNT

Va? Smältas?

KNAPPSTÖPAREN

Här är den, polerad och tom.

Din grav är grävd och din kista beställd.

– – –

PEER GYNT

Jag är inte så dålig, som ni tror.

Å, jag har gjort mycket *gott här i världen!*

I värsta fall är jag en vingelpetter.

Men nån syndare, *det är jag då inte.*

KNAPPSTÖPAREN

Det är just knuten det, min vän.

Ingen syndare, i högre mening.

– – –

Det krävs allvar och kraft till en verklig synd.

– – –

Medan du, däremot, tog lätt på synden.

– – -

Just därför ska du smältas om.

– – –

Jag har mina instruktioner

Här står: Peer Gynt ska du ta.

Han har trotsat bestämmelsen med sitt liv.

I stöpsleven me´n som felaktigt gods!

– – –

Dej själv har du aldrig varit.

Varför inte dö och bli till lite nytta.

– – –

PEER GYNT

Bara en *fråga.*

Vad betyder det egentligen att vara sig själv?

KNAPPSTÖPAREN

Att vara sig själv är att uppfylla den mening

som Mäster hade med ens liv.

PEER GYNT

Men den som aldrig riktigt fick veta vad Mäster menat?

KNAPPSTÖPAREN

Det ska man ana.

(Översättning av Lars Forsell)

Nu blir Peer riktigt rädd för första gången i sitt liv, och nu verkar det heller inte finnas någon möjlighet att fly undan. Knappstöparen går inte att lura eller charma som han gjort med mamma och alla de andra. Nu är det allvar, även det för första gången i livet. Vad kan han göra? Knappstöparen låter Peer förstå att han skulle ha kunnat bli något i mötet med en annan människa. Men har han verkligen aldrig gått in i ett förhållande, positivt eller negativt? Peer påstår att det är så och han får till slut en chans att leta reda på en människa som erkänner att de har mötts.

Men det är svårt, ingen vill kännas vid honom. Han har inte satt märkbara spår ens hos dem han lurat och bedragit. Till slut räddas han av Solveig, ungdomsförälskelsen som han övergav. Hon har gått och väntat på honom i alla år, aldrig gett upp hoppet om att få honom tillbaka. Hon tar emot honom med kärlek. Lyckan över hans återkomst är större än besvikelsen över den långa väntan. Genom Solveigs kärlek blir han så till, blir en människa, och Knappstöparen försvinner ut i kulisserna.

Dramat om Peer Gynt är ett bland mängder av exempel på hur den allra första tidens avstamp i livet sätter djupa spår i personligheten, hur den formar grunden för vår existens. Jag har valt Peer Gynt just för att denna människotyp, den narcisisstiska, i vår tid har blivit allt mer vanlig, enligt många den allra vanligaste. En annan anledning till just detta val är att dramat handlar om den absoluta grunden för att vara människa. Att vara någon, inte i betydelsen av att vara något märkvärdigt, doktor eller advokat eller något annat statusyrke, utan att vara i kontakt med kärnan, sitt eget sanna jag – och utifrån närvaron i denna kunna möta en annan människa.

Alla narcissister har någonstans i livet fattat ett tragiskt beslut att byta ut sig själva mot makt och kontroll. De har dessutom svårt att bryta detta mönster; strax under ytan ligger äkta känslor av sorg, tomhet och förtvivlan, något de gör allt för att undvika. Det falska självet är inte självständigt, vilket det sanna självet däremot är. Det låter sig inte påverkas av kontroll eller manipulation.

Detta är något vi alla får kämpa med. Det är få förunnat att kunna skapa sanna, autentiska möten. Men det är under den allra första tiden som grunden till denna förmåga läggs. Det handlar om att ha en mamma som är orädd, närvarande och lyhörd för barnets små och stora signaler.

Genom åren har jag stött på förtvivlade mammor, medvetna om att de inte förmår möta sina barn. Det kan bero på att de känner sig

inkompetenta och därför spänner sig, att de är rädda för destruktiva impulser hos sig själva, kanske bottnande i ambivalenta känslor mot graviditeten eller barnets far. Allt detta och mycket mer kan skapa spänning i förhållande till barnet och en oförmåga att möta det. Att föda ett barn till världen medför oftast en positiv fokusering på barnet och dess behov, men kan också leda till motsatta reaktioner eftersom det är en så stor och omvälvande händelse.

Totalt närvarande i livet är förmodligen ingen. Det skulle i så fall vara en sant HEL(ig) människa, om det nu finns någon sådan varelse. För oss vanliga handlar det mer om att vara mer eller mindre hel, mer eller mindre förmögen att skapa möten med en eller flera människor, någon gång, ibland.

Oförmåga att möta andra hänger också samman med oförmågan att möta sig själv. De flesta känner rastlöshet och tomhet när de kommer ur arbetsrutiner eller gemenskap. Det är vanligt att man dödar denna känsla med TV- tittande, sex, sprit eller andra droger. När man hoppar ur sitt ekorrhjul möter man den inre tomheten, saknaden efter sann tillhörighet med någon eller något. De som blir frälsta kan uppleva att detta tomrum fylls av Jesus. Detta är fullt möjligt. Han är ju en som aldrig sviker, en som alltid ser, en som alltid lyssnar, en som alltid förlåter. Är man genuint troende har längtan efter allt detta fått sin fästpunkt.

Människor däremot kan ju alltid svika. Och ju mer sviken man blivit, desto räddare är man att släppa någon för nära. Ibland kan man se det på dagis. Om ett barn kommer från stökiga förhållanden och möter en varm, kärleksfull dagisfröken skulle man tycka att barnet skulle kasta sig i famnen på henne och tanka upp all trygghet och kärlek som det saknat. Icke! Det testar, bråkar, är extra aggressivt och besvärligt mot just denna dagisfröken. Att släppa henne in på livet och sen bli sviken igen, det vore förfärligt! Då är det bättre att hålla henne på avstånd, döda henne med alla pistoler och knivar som finns till hands. Först efter lång tid och mycket tålamod kan hon få lov att närma sig – försiktigt.

En annan fara med närmande är att det väcker gammal smärta. Barnet har lagt locket på känslorna kring gamla oförätter. När någon varm person kommer nära, lyfts detta lock automatiskt. Den smärta och ångest som vilar här kommer då oförtjänt att förknippas med den nya, positiva människan.

Vi är komplicerade varelser, vi människor.

Hur ser detta ut om vi uttrycker det symboliskt? Det sanna jaget är litet, skört och lättsårat som en prinsessa. De psykiska försvaren är som tjocka lager av berg och all gammal bitterhet och ilska är som elaka troll. Med den utgångspunkten är det lätt att förstå vad många sagor handlar om, till exempel den följande som jag ofta berättar på mina kurser.

Pojken som sökte äventyret

Det var en gång en liten pojke som hade det lite tråkigt. Det hände inte så mycket där han bodde. Visserligen hade prinsessan försvunnit för ett tag sen från slottet där hans far var portvakt, men det hade bara ökat hans längtan att ge sig ut i världen. Så en morgon gjorde han det, han bara begav sig av, rakt in i skogen.

– Skall jag hitta äventyret så finns det nog där, tänkte han.

Djupare och djupare in i skogen kom han, men inte hittade han något äventyr. Till slut, frampå eftermiddagen, tröttnade han, satte sig på en stor sten i en glänta och sa:

– Nej, nu får äventyret komma till mig. Nu går jag inte ett steg längre.

Han satt och han satt och till slut började det skymma. Då hörde han hur det knakade och brakade i buskarna och ut kom ett troll som var det fulaste han sett. Det hade öron så långa att de hängde och släpade i marken när han gick. Men nu gick han inte utan stod bara och plirade på pojken. Han hade en säck på ryggen.

Trollet var van att de få människor han stötte på sprang all världens väg om de såg honom. Men denna lilla parvel verkade inte rädd utan satt bara där på stenen och tittade med stora ögon. Efter en stund sa trollet:

– Vad är du för en liten dvärg?

– Jag är ingen dvärg. Jag är en pojke.

– Vilka små fula öron du har.

– De duger gott åt mig. Vad har du i säcken?

– Silverstenar som jag plockat till prinsessan. Längst upp ligger en fet snok hon ska få till kvällsmat. När hon ser allt detta väljer hon säkert mig till brudgum.

– Vad då för en prinsessa?

– Pytt, skulle du allt vilja veta, sa trollet och försvann bland träden. Han tyckte han var listig som inte berättat något.

– Aha, här har vi äventyret, tänkte pojken och skulle just följa efter trollet när det brakade till igen bland buskarna. Ut kom ännu ett fult troll med en haka så lång att den släpade i marken. Han hade en säck med guldstenar och en grön groda till prinsessan, men var lika förtegen om henne som hans bror tidigare varit.

Pojken tänkte följa efter även honom, när den tredje trollbrodern kom brakande ut ur skogsbrynet, ful som stryk och med världens längsta näsa. Han hade en säck med ädla stenar och en padda till prinsessan.

Nu följde pojken efter. Men när han kom till ett stort berg och såg trollet försvinna in i berget genom en spricka så kunde han själv inte finna någon öppning. Efter långt letande hittade han dock ett litet hål i berget, högt upp, och alldeles för litet för att ta sig igenom. Men där ifrån kunde han se prinsessan.

Hon var skör och vit som en lilja och satt och tittade mot just den öppning där pojken var. Hon kunde inte se honom, bara ana något som rörde sig högt däruppe. Hon satt och väntade på att älvorna skulle komma. Varje dag fick hon förfärlig mat, idag var det bolmörtssoppa, snigelpuré och grodköttbullar med daggmaskspaghetti. Men älvorna brukade komma genom den lilla öppningen med frukt och bär och ta med sig allt det äckliga som trollmor lagat åt henne.

– Kommer de aldrig, tänkte hon och tyckte sig hela tiden höra trollmor komma in genom dörren. Men givetvis kom älvorna, gav henne god och vacker mat, frukt och bär, klappade och tröstade henne.

När trollmor kom in och såg att faten var tomma klappade hon i händerna, skrattade som en skata, hoppade omkring och flaxade med armarna och berömde henne.

– Men du är fortfarande alldeles för mager, sa hon och nöp henne i sidan.

– Det kan inte hjälpas, i kväll får det bli bröllop.

Hon kallade in sina tre söner som radade upp sig med sina säckar framför sig.

– Du får välja vilken du vill, Långöra, Storhaka eller Långnäsa. Jag vet att du skulle vilja ha dem allesammans ,men du får bara välja en av dem. Vilken?

Prinsessan tittade på den ene efter den andre och kände sig bara ynklig och övergiven. Hon tittade upp genom gluggen mot stjärnorna och viskade:

– Hjälp mig!

Och tårarna sakta rann som silverpärlor nerför hennes kinder.

(Här har tyvärr min sagobok förlorat resten av sina blad. Det är en gammal sliten bok. Jag har ingen aning om hur det går. Som tur är vet jag att sagor brukar sluta lyckligt. Men hur?)

När jag kommit så här långt och åhörarna fattat att jag faktiskt inte tänker fortsätta att berätta, blir de mycket frustrerade. Men snart sätter deras fantasi igång och de kommer med mängder av förslag om hur sagan ska sluta.

Jag har berättat denna saga för både vuxna och barn och lagt märke till en viktig skillnad. Barnen kan komma med hissnande ologiska förslag till lösning, ologiska i den vanliga världen, men som ändå bär ett slags symbolisk logik. Deras förslag innehåller ofta en stor dos magi.

Och så ska det ju också vara, eftersom det är just en saga. Där får och bör det hända magiska ting. Eftersom vårt psyke fungerar efter liknande principer finns det stora möjligheter att lösningen kommer till användning och kan omsättas i en inre omstrukturering.

Ett exempel på skillnaden i de båda världarnas logik är det gamla ordspråket som säger: trollen spricker när de kommer ut i solen. Detta är sant. Är man någorlunda bevandrad i sagovärlden vet man att trollen skyr ljus och frisk luft.

"Men vad är detta egentligen för nonsens", säger en röst inom mig. Jag (författaren) arbetade som ingenjör innan jag blev psykolog och dessa sidor är fortfarande levande inom mig. Ibland sticker ingenjören upp huvudet och undrar vad jag håller på med. "Inte kan något levande väsen spricka bara för att solen skiner på det. Det skulle i så falla vara om det är

ett föremål som består av ett tunt skört material som inte kan hålla emot när innehållet utvidgar sig av värmen. Men så kan inte vara fallet med dessa trollvarelser."

Paradoxalt nog är det fullt logiskt, svarar då symbolterapeuten inom mig, om vi utgår från att det är en metaforisk beskrivning, det vill säga en bildlig beskrivning av en inre psykisk process. En inte allt för långsökt tolkning kan vara att troll i allmänhet symboliserar sådana sidor av oss själva som vi skäms för, fula sidor som ingen får lov att veta om. Det kan vara saker vi gjort som vi tycker är förfärliga, tillfällen då vi känner oss missunsamma, avundsjuka eller svartsjuka. Berget är symbol för det psykiska försvar vi använt för att stänga inne dessa.

Men alla har säkert fått erfara den märkliga lättnad vi upplever när vi klarar av att släppa ut det förbjudna i ljuset, berättar hemskheterna för någon eller blir avslöjade. Det vi burit på har efter detta förlorat sin laddning och det verkar inte alls så förfärligt längre. Detta är en av de stora vinsterna man kan uppnå med terapi eller med bikt. Trollen sprack när de kom ut i ljuset.

Dessa berättelser talar samma språk som vårt omedvetna gör, till exempel i drömmar. Lyssnaren för automatiskt sagans gestalter till sina egna inre trauman, och när dessa får form och gestalt är de genast mindre

hotande. Det hemska har nu blivit känt, uppmärksammat, även om det ännu bara är i symbolisk form.

Detta är läkande och utvecklande i sig självt, alltså även om man inte går längre utan "bara" lyssnar på en engagerande berättelse. Som om inte detta är nog finns en annan vidare aspekt, som kan ge stora möjligheter till utveckling. När nu lyssnaren har fått tillträde till detta okända område och vet hur där ser ut, finns det plötsligt en möjlighet till handling, att agera på den scen som framträder och därmed påverka den och förändra den. Eftersom sagan är en bild för ens inre förändras även detta då man agerar. Det händer till exempel när barn integrerar sagan i sina lekar och de bilder de målar när berättelsen är slut.

Barn har lättare att lösa inre konflikter eftersom de är öppna för magin. Kanske är detta en av orsakerna till att det är vanligare med terapeutiska framsteg med barn än med vuxna.

När vuxna arbetar, till exempel med sagan ovan, måste de därför ha lite hjälp med att föra in magin. När de suttit en stund och kommit med det ena förslaget efter det andra, oftast som sagt ganska logiska, brukar jag säga ungefär följande:

– Slut dina ögon, ta ett par djupa andetag. Föreställ dig att du går i skogen som pojken nyss vandrade i. Om en stund kommer du fram till gläntan där pojken mötte trollen. På stenen där han satt sitter nu en vis

gammal person. Om du går fram och möter hans eller hennes blick så kommer du att få en gåva till pojken och prinsessan.

Efteråt målar gruppdeltagarna en bild av gåvan och avslutar sen berättelsen. Gåvan brukar spela en avgörande roll för den fortsatta handlingen.

Då brukar också magin komma in i historien. Den vise på stenen symboliserar deras eget inres samlade erfarenheter och visdom. Gåvan kommer från deras eget omedvetna och det omedvetna behärskar fullständigt magin. Varje människa vet i sitt inre vad pojken och prinsessan behöver, de vet varför de stängt inne en skör sida av sig själva, de vet att berget, försvaret, är tjockt och de vet att det "gått troll" i problemen när de hållit tillbaka dem så länge. Allt det kollektiva materialet i sagan har en specifik personlig betydelse för var och en av åhörarna. De knyter berättelsen till sina egna erfarenheter.

När de så får gåvan av sitt eget omedvetna är även den en del av pusslet. Den är en nyckel att använda till att låsa upp berget, vald med hänsyn till det personliga innehållet för var och en.

Det sanna självet

En vanlig symbol för självet är en cirkel. Den är ju något helt, det mest kompletta man kan tänka sig. En cirkel är en arketyp, en symbol som är allmängiltig för de flesta kulturer. I Tolkiens mästerverk *Sagan om ringen*, är kampen om ringen totalt avgörande för världens och mänsklighetens existens. Handlingen kan även ses som en metafor, en bild, för den strid mellan mörka och ljusa krafter som utspelas i varje människa. Varje människa måste sträva efter att bli hel. Tibetaner mediterar ofta framför en mandala, en cirkel fylld med heliga bilder. Indianska shamaner i Amerika utgår i sitt arbete från medicinhjulet. Det inrymmer allt och är samtidigt ett övergångsområde mellan den materiella och den andliga världen. På kristna bilder ser vi Jesus och ibland även änglar med gloria över sina huvuden, en symbol för att de är *hela* och därmed *heliga*.

Men även hos oss vanliga människor dyker det upp cirklar, i drömmar och i spontant målade bilder. Det är människor som ofta just har klarat av att hantera ett gammalt trauma, vågat säga ifrån på jobbet eller hemma, eller i terapin klarat av att ta till sig en viktig sida hos sig själva. De har alltså just tagit ett steg mot att bli mer hela. Vid dessa tillfällen kommer den till dem, cirkeln, symbolen för självet. Det är som att deras omedvetna säger till dem: "Bravo! Du närmar dig!"

För att bli hel måste vi göra oss nakna och söka det sanna självet. Men vi är aldrig så sårbara som när vi kommer riktigt nära en annan människa, öppnar oss och visar sidor vi vanligen inte visar. När det händer

hör vi också en röst som säger att vi ska vara på vår vakt så vi inte blir lurade. Någonstans i denna sköra hudlöshet finns det sanna självet, embryot till det vi en gång var menade att bli.

Från många års arbete med inre bilder vet jag att det sanna självet brukar symboliseras av något skirt, skört och så bräckligt att det måste skyddas. Det kan vara en liten blomsterknopp, en fågelunge, eller en pärla, väl skyddad i sin mussla. Detta är ju ganska logiskt. Det är det dyrbaraste vi har och är verkligen något att värna om.

Den lilla prinsessan är en perfekt bild av det sanna självet, vacker, övergiven, instängd i ett ointagligt berg. Hon är hjälplös. Denna tidiga, djupa sida av oss själva *är* hjälplös. Många av dem som hör sagan om den inspärrade prinsessan (s. 00ff) föreslår att hon ska lura trollen eller slänga ut dem. Men detta är ologiskt i den magiska världen. Hon mäktar inte med sådant. Det finns andra utvecklade aspekter av vår personlighet som kan agera, till exempel de som symboliseras av pojken. Men vårt allra innersta, denna prinsessa, kan inte göra något. Vad hon behöver är en bekräftelse, hon behöver bli sedd, fullständigt accepterad som den hon är. Och hon måste känna sig bekräftad under så lång tid som det behövs för att hon ska tro på att det är sant. Men kräv inget av henne mer än att hon bara är just den hon är.

Prinsessan är omgiven av troll. Det går ofta troll i sådan här problematik. Jag tror att trollen står för reaktioner på alla svek, alla gånger vi har öppnat oss eller varit på väg att öppna oss och sen blivit svikna.

Något som ytterligare talar för att prinsessan symboliserar det sanna självet är trollmors förfärliga mat. Vi har alla en gång i tiden blivit serverade liknande rätter, i varje fall tyckte vi att maten var så vidrig när vi var i trotsåldern och vägrade äta. Under andra levnadsåret kommer den första trotsåldern som egentligen skulle kallas en tid för självständighetsträning. Genom att hålla inne med bajsandet, genom att inte vilja äta utan i stället sitta kvar vid bordet och kladda med maten i oändlighet, genom att inte vilja gå och lägga sig osv., upptäcker barnet att vuxenvärlden går att kontrollera. Det är ett sätt att på egen hand finna och stärka det sanna självet, den egna kärnan.

Sagan säger: Det var rätt att inte äta! Om prinsessan hade ätit av maten skulle hon ha varit förlorad. Om barnet, lyssnaren till sagan, inte hade markerat sin självständighet vid matbordet och annorstädes, skulle han eller hon idag ha varit mindre stark och självständig. Sagan står som vanligt på barnets sida.

Under en kurs i chefsutveckling innehöll en av dikterna som deltagarna skrev följande paradoxala rad: *Vildkatten söker sig själv i*

värmen hos andra. Alltså: För att kunna vara vild, i betydelsen fri och självständig, behöver man bottna med värme och acceptans från andra.

Att få lov att vara sig själv är ett tema som ständigt återkommer i filmer, böcker, sagor. Samma tema är också det som oftast dyker upp då man arbetar med symboler. Här är ett exempel från en studiedag där jag hade en grupp elever som fick i uppgift att måla träd och sen skriva en saga om dem. Under dagen hade jag bara talat om symboler men inte nämnt något om det sanna självet.

Lovisas saga

(Se bild 1a och 1b)

Det var en gång en äng som stod och vajade i månskenet. Den var täckt med sädesax, några gröna, andra gula: Och se, där hade några lilaaktiga blommor smugit sig in på ängen. I ena kanten stod de. Bonden som brukade åkern hade sett dem många gånger, suckat för sig själv och tänkt:

– Det var ju sjutton att man inte skulle kunna få ren gröda ett enda år.

Där stod de, rallarros var det visst, och prunkade så vackert i allt det andra välkultiverade, välsådda och välharvade

som skulle inbringa inkomst och välstånd till familjen. Det var liksom omotiverat, vilt och obehärskat på något sätt att rallarrosen bara hade trängt sig in, puttat undan de andra nyttoväxterna och brett ut sig och helt enkelt stulit deras livsrum. Det var något fantasiväckande, mystiskt med det sätt som rallarrosorna helt fräckt stod och riktigt lyste av färg.

Den lilla flickan som ofta brukade se ut över ängen ifrån sitt fönster, såg en kväll när hon skulle dra ner sin rullgardin att det verkade vara något särskilt med ängen. Många gånger,liknande kvällar, hade hon förströtт sett bort mot skogen, på andra sidan ängen mot den stora, mörka Vidirskogen och låtit sin blick löpa över skogsranden för att sen gäspa stort och ljudligt, dra ner sin rullgardin och gå till sängs. Den här kvällen hann hon bara halvt om halvt öppna sin mun för en gäspning, när den bara stannade mitt i gäspningen och kom av sig fullständigt. Det var något på ängen, eller med ängen, hon visste inte vad, men något bara fångade henne fullständigt och hon var plötsligt klarvaken.

Hon kände att hon måste gå ut – fastän det var lite mörkt och egentligen ganska kusligt. Hon klädde sig snabbt, smög ner för brandstegen för hon kunde ju inte passera sina

föräldrar som satt och såg TV på husets nedervåning. De skulle aldrig förstå varför hon måste smyga sig ut och gå bort mot ängen och skogen.

Hon vandrade över ängen mot mitten av skogen. Hon gick först lite planlöst sökande, sen fylldes hon av ett oemotståndligt behov, ja en stark kraft, en urkraft, som med en innerlig glädje visade henne vart hon skulle gå. Trots detta visste hon inte vad hon skulle finna. Hon vandrade med raska bestämda steg. Så med ens förstod hon varför hon hade måst gå. Där stod ett helt fantastiskt träd på en liten kulle. Trädet skimrade liksom i guldfärg och i alla andra färger också. Det glödde och skimrade och glittrade och tindrade.

Den lilla flickan var helt betagen av det underbara trädet. Hon kände att här fanns det, det allra viktigaste för henne själv och för alla människor. Men hon visste att hit ut i skogen, till det här trädet, kunde hon inte ta med någon.

– Alla har sina egna skimrande träd i sina egna mörka skogar, sa henne trädet och det är inte säkert att en människa skulle kunna klara av att få syn på en annan människas skimrande träd.

Lovisas kommentar

Jag känner igen min barndoms äng och mitt barndoms fönster. Blicken som söker sig ut. Den söker efter förståelse och bejakande och efter att bli sedd och hörd. Sagan handlar om en frigörelseprocess från allt för fasta band. Den stora skogen symboliserar föräldrarna, familjen, regler och förbud. Den ser grå och ogästvänlig ut. Det gyllene trädet är jag själv och det vackra i mig. Det gyllene trädet finns i den stora skogen. Ingen som betraktar skogen på avstånd kan se att det nästan glöder. Ingen kan ens se det, se att det finns i familjeskogens hägn.

Min kommentar

Det gyllene trädet är en vanlig och vacker bild av det sanna självet. Rallarrosorna är förmodligen ett exempel på hur behovet att behålla sin egen självständighet mot auktoritär kontroll kan yttra sig i vardagen. Bonden sa:

– Det var ju sjutton att man inte skulle kunna få ren gröda ett enda år!

Eftersom konflikten spelas upp i bilderna och sagan betyder det att den fortfarande är aktuell för Lovisa. Förmodligen projicerar hon också

dessa förväntningar på andra auktoritetsgestalter och fortsätter med att vara otillfredsställd.

Men vad behöver Lovisa för att kunna frigöra sig? För att få reda på detta ber jag henne att utforska symboliken i rallarrosorna. Jag frågar:

– Vad får du för association till rallarros?

– Den är vacker, lyser upp där man ser den efter vägarna.

– Fler associationer.

– Nyttoväxt. Faktiskt är den ju det. Det sägs att korna mjölkade bra om de fick äta rallarrosor.

– Så innerst inne visste du själv att bonden hade fel. Det är minsann inget onyttigt ogräs du går och bär på. Fler associationer.

Hon funderar ett slag:

– Björkliden ... undrar varför jag tänkte på det ... jag var där och åkte skidor ... jo förresten, där fanns många rallare begravda. Där fanns också en kvinna begravd som hette Stora Björn. Hon var mycket ovanlig, stor och vacker och levde med rallarna.

Stora Björn var ett annat slags rallarros, ett bra exempel hur det omedvetna leker med ords dubbla betydelser och samtidigt knyter samman

erfarenheter från vitt skilda tillfällen och erfarenheter i livet. Stora Björn är dessutom en viktig identifikationsfigur för problematiken i berättelsen. Rallarna var ju stora och kraftfulla och skapade respekt omkring sig då de drog fram genom Sverige och byggde järnvägarna. Klarar man av att leva med dem, har man förmodligen inga större problem med en ensam bonde. Stora Björn var en kvinna som vågade vara sig själv gentemot män, vilket förmodligen även Lovisa skulle vilja vara. Hon skriver att rallarrosorna på ängen var vilda, obehärskade och fräcka.

Genom att följa associationsbanor så här, helst flera, kan man nå de källor varifrån symbolen har fått sin laddning. De leder till de "egna mörka skogar" där "alla har sina egna skimrande träd". Det finns i sagan en längtan och en rädsla för att visa denna sida, det fantastiska skimrande trädet, för andra människor.

Första delen av sagan handlar om besvikelsen över att inte ha blivit sedd. Berättelsen slutar med en stor tveksamhet: Klarar egentligen någon annan av att se hennes fantastiska, skimrande träd, undrar Lovisa? Denna rädsla har säkert bidragit till att konflikten varit olöst så länge. Men nu har Lovisa faktiskt visat trädet, inte bara för sina klasskamrater, utan också för alla som läser denna bok. (Jag har givetvis fått hennes tillåtelse.)

Om Lovisa hade gjort detta arbete i en vanlig skolsituation hade hon förmodligen bara fått en reaktion på färgval och komposition, ordval och

språkbruk. Det hade inneburit att åter bli förnekad. Det är inte meningen att en lärare ska gå så djupt som här, att försöka förstå och tolka innehållet, men däremot se till att eleven blir bekräftad. Om läraren kommenterar innehållet, förfasar sig över bonden, beundrar trädet osv. skulle Lovisa ha kunnat känna sig sedd och det skulle underlätta hennes utveckling.

Symboler som verktyg för utveckling

Det är viktigt att skilja mellan tecken och symbol, något vi i högsta grad slarvar med i vårt samhälle. Ett tecken är avgränsbart, definierbart. En trekant vid vägkanten betyder "Fara, skärp din uppmärksamhet!" Punkt och slut. Detta gäller aldrig en symbol. Den har en bortsida som pekar mot oändligheten. Just denna egenskap, att den inte går att fånga i en fast tydningsform, gör att den har ett eget liv, gör den möjlig att tolka på ett personligt sätt av olika människor, gör att den tränger ner i det omedvetna hos var och en som får den till sig. Därnere i mörkret formar symbolen en gestalt av något som tidigare var kaos. Detta möjliggör en bearbetning, en omvandling av symtom till något livskraftigt.

Under vår vandring genom livet tvingas vi oupphörligen att fylla på vårt omedvetna med negativt material. Det kan handla om känslor eller personlighetssidor som omgivningen inte vill veta av, och som jag därför måste tränga undan även för mig själv. Det kan handla om upplevelser som

är så smärtsamma eller komplicerade att jag inte kan hantera dem. Denna del av det omedvetna är som en säck man ständigt bär med sig, dit man förpassar det man inte tycker sig kunna bemästra. Säcken varierar i storlek från person till person beroende på de omständigheter man lever i och vilken personlighetsläggning man har. En rädd och försiktig person brukar dra på en större säck än den som älskar utmaningar. Personer med fobier, det vill säga personer som undviker situationer som inte är farliga utan bara obehagliga, brukar ha rejäla säckar.

Men hur töms säcken? Alla kan ju inte gå i terapi. Här är symboler det viktigaste hjälpmedlet. Det som ligger överst i säcken, det som trycker på mest, framträder spontant i symbolisk form i drömmar, fantasier och lekar. Vi människor har en nerärvd förmåga att bearbeta omedvetet material genom att de omvandlas till symboler, som man sen kan betrakta och förhoppningsvis acceptera och integrera i sitt vardagsliv.

Denna process pågår hela tiden (alla drömmer faktiskt varje natt), men den förstärks givetvis om jag lever ett liv där jag leker, spontant målar, skriver dikter och tar mina drömmar på allvar.

Jag har redan nämnt verktyg som vi alla använder mer eller mindre omedvetet, inte bara när vi lyssnar på sagor och berättelser, utan också när vi tar del av böcker, filmer, sånger, musikvideo på MTV osv. Men sagan är kanske det mest kraftfulla mediet, inte bara för att den är bärare av tidigare

generationers erfarenheter utan för att den dessutom talar ett symboliskt bildspråk. Detta språk tränger djupt in i psyket, och det går att tänja på ett personligt sätt, och på så sätt talar det direkt till var och en som lyssnar. Folksagorna har finslipats i många hundra år. Detta gör dem till bärare av stora, allmängiltiga erfarenheter. De har en visdom som kan mäta sig med det mesta i psykologilitteraturen. Vår samlade sagoskatt behandlar de flesta viktiga steg i livet. Här finns alltså en rik källa till utveckling. Har man dessutom lyckan att få sagan berättad av en person som man har en god relation till, förstärker detta inlevelse och identifikation med gestalterna i sagan. När sagan är stark och tydlig deltar lyssnaren i handlingen och lägger skeendet till sin inre bank av erfarenheter.

Denna identifikation är viktig för att arbetet med symboler ska vara verksamt. I mitt arbete lägger jag ner stor möda på att få deltagarna eller åhörarna att "gå in i bilden". Fast ibland kan ju denna identifikation skapa problem, som för mannen i nästa berättelse.

Identifikation

En gång fick jag denna märkliga historia berättad för mig:

I början av seklet kom ett resande teatersällskap till en liten landsortshåla i USA och spelade Shakespeares Othello. *Ett vågat företag i dessa kulturellt utarmade trakter. De flesta av åskådarna såg teater för första gången i sitt liv. Mitt under föreställningen reste sig en officer, höjde sin pistol och avlossade ett dödande skott mot en av skådespelarna. Det var den ondskefulle Jago som väckt så starka känslor. Officern hade strax innan skottet mycket upprörd sagt:*

– Så illa får man bara inte uppföra sig!

Mitt i tumultet som uppstod insåg plötsligt den unge officern vad han hade gjort, satte pistolen mot pannan och sköt sig själv, det enda en sann gentleman kunde göra i en sådan situation. Myndigheterna i staden lät dem begravas tillsammans och på gravstenen skrev man: ”Här vilar den perfekta skådespelaren tillsammans med den ideala åhöraren."

Egentligen var denna åskådare inte så unik som det först verkade. Vi har alla någon gång blivit förvirrade då ljuset tänds i en biografsalong efter en bra film. Den unge mannens problem var att han inte förmådde växla mellan de två världarna eftersom han var ovan, han hade inte sett vare sig film eller teater.

Barn är skickliga på att färdas in i och ut ur magin. Jag såg en gång en barnpjäs med en hemsk drake. Mannen som spelade draken tog ibland av sig sitt drakhuvud, pratade direkt med barnen som skådespelare, tog på sig huvudet igen och fortsatte att vara drake. Jag såg på barnens ansikten hur de blixtsnabbt skiftade i uttryck när han växlade mellan rollerna. Att det var uppenbart att huvudet var av papier-maché var helt oväsentligt.

Så gör faktiskt även vi vuxna ibland, även om vi inte visar det så tydligt i våra ansikten. När vi är engagerade i en bok, en film eller en teaterpjäs så mycket att vi tillfälligt är borta från verkligheten, då är vi i stället i symbolvärlden och faktiskt också i ett lätt hypnotiskt trancetillstånd. Detta fenomen inträffar oftare i biografmörkret än hemma i TV-soffan. I detta tillstånd berörs man extra starkt av det som händer i boken, på scenen eller den vita duken. Genom identifikation med de olika gestalterna i handlingen får man uppleva sig stark och modig eller liten och rädd, man får lära sig viktiga saker och man får leva ut känslor som det inte finns rum för i verkligheten.

Vad är det då som fascinerar och skapar engagemang? Vad är det som gör att barn ibland vill höra samma saga eller berättelse gång på gång? I en av mina tidigare böcker *Symboler, sagor och metaforer*, beskriver jag hur vuxna deltagare i sagoseminarier fick arbeta med sin gamla favoritsaga eller favoritberättelse. Till att börja med hade de inte en aning om varför de fascinerades så av "Hans och Greta" eller "Kulla-Gulla". Ganska snart

kom de dock på att viktiga konflikter från barndomen spelades upp i berättelsen. De hade identifierat sig med en sagogestalt och genom denna fått leva ut och bearbeta något som hade varit mycket viktigt för dem under denna period av deras liv.

En kvinna som deltagit i ett sagoseminarium frågade vid hemkomsten sin mamma om sin favoritsaga.

– Jo, denna tyckte du så mycket om att höra, sa modern och plockade fram en gammal sliten sagobok. Dottern kom inte alls ihåg sagan och hon kände inte igen boken.

– Konstigt, sa mamman, den som jag läste så ofta för dig.

Det visade sig vara mammans favoritsaga. Den handlade om en trollflicka som ville gå på fest. Trots att trollmamman gjorde allt för att hon inte skulle gå, kom hon till slut iväg. Men det var ingen rolig fest och det gick henne dessutom riktigt illa. Hon kom hem med smutsiga kläder och svansen avbruten och lovade mamman att vara lydig i fortsättningen.

Man förstår direkt att detta inte är en gammal folksaga. Ty när åhörarna är engagerade lutar de sig fram med stora ögon. Detta märker berättaren och fortsätter att berätta och finslipa sagan. Folksagorna har gått från mun till mun i generationer. Denna saga skulle inte haft stora chanser att överleva.

Budskapet i en folksaga är alltid motsatsen till ovanstående. Om du bara är modig och vågar ge dig ut i det okända, om du är nyfiken och har ett varmt hjärta, blir du rikt belönad. Genom identifikation med sagogestalten växer åhöraren ihop med denna.

Barns lekar

Den främsta källan för utveckling är förmodligen leken. Det gäller i synnerhet barnen men kanske också oss vuxna. Barn leker oupphörligen, med stor inlevelse och oftast med stort allvar. Det handlar om träning i att bemästra världen. Det lilla barnet upptäcker till exempel att det går att kasta saker på marken och kräva att en vuxen ska ta upp dem. Barnet kan bli helt upprymt av att kunna påverka omgivningen och vill hålla på hur länge som helst. Det fortsätter med att ge mamma saker, för att sen genast ta dem tillbaka, det bygger upp och river ner i sandlådan och fortsätter sen med allt mer utvecklade och utvecklande lekar. Även tonåringarnas avancerade rollspel är ett led i denna strävan att hantera sig själv och sitt förhållande till omgivningen.

Det lilla barnet som leker i sandlådan arbetar främst med sin yttre utveckling, att styra sin motorik, att skapa osv. Men den inre utvecklingen behöver också sina verktyg. De skapas med hjälp av de fantasibilder barnet

har medan det leker. Ibland dagdrömmer barnet, det är ett annat slags lek, en fantasins lek, som inte känner några gränser. Här har barnet möjlighet att kompensera sina egna och omgivningens brister.

Det är vanligt att ett barn som varit utsatt för svåra händelser eller för långvarig misskötsel inte längre kan leka. Dess rädsla är större än dess livslust, det har gett upp försöken att komma vidare. (Man kan jämföra detta med depressioner hos vuxna. Orsaken är ofta att man befinner sig i en ohållbar situation som man inte kan se hur man kan ta sig ur. De har slutat upp med att försöka, det är ingen idé. Men med hjälp av bra och tålmodigt bemötande och/eller närvaro av andra lekande barn kan man få igång leken igen. Då visar det sig ofta att barnet självmant och utan experthjälp bearbetat sina svårigheter med hjälp av lekarna. Vad barnpsykologer oftast försöker åstadkomma är just att få till stånd ett möte så att barnets självläkande processer kommer igång.

Denna förmåga som barn har, att själv hitta vägar att utvecklas i sin lek, är ett av de viktigast tecknen på att varje människa har en inre vägledare som vet vad just hon behöver för att komma vidare. Barn behöver ingen vuxen som talar om för dem vad eller hur de ska leka för att utvecklas. Så snart de får den trygghet de behöver, vet de detta själva.

Men de mer avancerade lekarna, som sker i samspel med andra behöver barnen lära sig. Det handlar till exempel om gränsdragningar

mellan lek och allvar, mellan fantasi och verklighet. Om detta säger vår svenska lekprofessor Birgitta Knutsdotter Olofsson i en intervju:

Ju tidigare ett barn lär sig leka desto bättre. Det är koder som barnet behöver lära sig, och särskilt innan barnet har börjat skolan. Det barn som inte förstår när boxningen är på skoj hamnar utanför.

– För om pojken som hamnar i underläge ger upp slutar de lekbråka. De förblir kompisar och fortsätter att leka. Om den i överläge tvärtom inte slutar blir de ovänner. Det barn som inte förstår när leken övergår i allvar får det svårt socialt. Det är som kattungar som måste lär sig hur hårt de får bita ...

Många förstår inte hur vissa unga killar idag kan fortsätta sparka någon som ligger ner. Kanske kan en del av förklaringen härledas till 70-talets barnpedagogik. Då fick pojkarna inte leka krig och bråkleka. Det var ett enormt misstag, anser Birgitta. I leken lär pojkarna sig kontrollera sina aggressioner, de lär sig reglerna för hur långt de kan gå. Istället blir TV:n inspiratör.

(*Barnen och vi,* 1996:1)

Dessa värdefulla verktyg, förmågan att leka, fantisera och måla sig till en utveckling, dör inte när vi kommer till skolan eller blir vuxna. De kanske stoppas undan, men de finns där och är lätta att åter ta fram. Jag arbetar oftast med vuxna, grupper med män och kvinnor som ibland passerat både 50- och 60-årsstrecken, och som inte målat bilder sen just skolåldern. De brukar bli förbluffade över alla märkliga och vackra bilder, sagor och dikter de kan prestera under en helg, och framför allt över den märkliga inre styrning som hjälper var och en att fokusera på vad just han eller hon behöver arbeta med.

Övergångsobjektet

Grunden till förmågan att fantisera läggs tidigt med hjälp av det s.k. övergångsobjektet. Det kan vara en nalle eller en tygtrasa som barnet starkt knyter an till, ofta mycket tidigt i livet. Det sker när barnet fortfarande är osäkert på sig själv som en självständig varelse. Föremålet används för att upptäcka och utveckla den egna identiteten och dess gränser mot omgivningen, och inte minst för att förstå och hantera egna känslor och behov som är en viktig aspekt i detta identitetssökande. Den mest kända forskaren kring detta fenomen är den engelske barnläkaren och psykoanalytikern D.W. Winnicott. Han kallar det för övergångsobjekt just

för att det spelar en avgörande roll när barnet söker sin övergång till omgivningen.

Föremålet kastas, tas upp, kastas, tas upp – i all oändlighet. Men det handlar inte i första hand om att bemästra yttre färdigheter. När föremålet är försvunnet kan barnet bli helt otröstligt på ett sätt som kan verka oförklarligt. Föremålet har fått denna nästan magiska laddning för att det befinner sig i ett gränsland, ja att det faktiskt *är* ett gränsland som barnet håller på att skapa. Det verkar som om barnet ibland uppfattar nallen eller trasan som en del av sig själv, ibland som något yttre. När barnet har föremålet tätt inpå sig, slänger det det i ett hörn för att strax åter bli ett med det. Då utforskar barnet sig själv och testar sina gränser. Det kan först slå nallen, sen trösta den. Här har barnet äntligen något som det har fullständig kontroll över. Barnet kan nu påverka ett skeende. Men framför allt skapar det själv för första gången ett Jag och ett Du.

Någon gång på 1970-talet sjöng Lill Lindfors denna barnsång, som blev mycket populär även bland vuxna. Var det så att vi kände igen oss?

Masken Max

Nu ska jag berätta om en liten mask,

om en liten mask som heter Max.

Lilla masken Max var rosig rund och rask,

ja, han var en riktig lurifax.

När han hade tråkigt, tänkte han: ”så kla’t

att jag tar å delar mig å får en lekkamrat”.

Strax blev Max två maskar, tänk, va maskar kan.

Hela dagen lekte masken Max sen me varann.

Långa gångar grävde masken härs och tvärs ,

lekte kurragömma me sin svans.

Men en dag så fick han sej en väldig pärs

när hans maskot inte återfanns.

Ringla’ runt och leta’ hela trakten kring

men hur än han letade så fann han ingenting.

Då hans främre ända fällde sorgens tår.

– Tiden gick å läkte både hjärt- och stjärtesår.

Men en dag så kom han på en maskerad,

i en liten maska blev han kär.

Maskrosor i massor å en ask choklá

skänkte han sin sköna – som man plär.

När han sen fick tråkigt tänkte han: "Så kla't

att jag tar å gifter mig å får en livskamrat."

"Vackra mask "så sa han , men hon svara' tvärt:

"Känner inte du igen dig egen lilla – ?"

Övergångsområdet

Leken med övergångsobjektet är ett sätt att utveckla fantasi och kreativitet. Gränslandet som skapas mellan det egna jaget och omgivningen kallas övergångsområde. Eftersom barnet här är allsmäktigt blir detta gränsland en fantasivärld där det ohämmat får leva ut sina egna behov och önskningar. Nallen tillskrivs olika egenskaper, beroende på vad barnet är på för humör. De kan ha långa, tillgivna eller upprörda samtal. Barnet får

här pröva hur det är att vara en skapande varelse, att kunna förändra världen utanför sig själv. Här tränas fantasin. De personlighetssidor som senare i vuxen ålder ska producera nydanande uppfinningar, konst och musik, har sina rötter i denna första lek.

Området utvidgas efter hand och blir en värld som barnet lätt kan vandra in och ut ur. Sängen är ibland en säng, ibland en båt på väg nerför en flod. Pappa har egentligen inte det där tråkiga arbetet folk tror att han har. Han är faktiskt hemlig agent. Framför allt gör barnen sig själva till hjältar och hjältinnor och passar på att kompensera allt som den grå verkligen inte tillåter. Självklart är det en ovärderlig källa för utveckling av personligheten, inte bara för att fantasierna ger möjlighet till att pröva nya roller och beteenden utan framför allt för att det ger en öppnare personlighetsstruktur. Det öppnar dörrar för ett accepterande av oliktänkande och av att mycket av livets under och skönhet inte går att förklara. Motsatsen är lätt att se: Fundamentalister måste göra allt till yttre verklighet, det de inte kan förklara finns inte.

Dessa övergångsområden kan markeras och förstärkas av oss vuxna för att göra dem giltiga. När vi frågar om nallen har sovit gott och på andra sätt behandlar barnets fantasivärld med respekt, ökar vi dess laddning och ger därmed erfarenheterna "därinne" större tyngd. För att hjälpa barnen in i fantasivärlden kan man också skapa ritualer kring viktiga händelser, allt ifrån att värna om dem som finns vid årets stora högtider till att tända ett

ljus varje gång det berättas en saga. Även en sådan liten detalj som att sagorna ofta börjar med orden "Det var en gång ..." fungerar som en markerad port till den andra världen. När barnen hör denna mening vet de genast, utan att ens tänka tanken, att nu gäller fantasins lagar. De öppnar sitt inre och gör sig redo för resan. Har de då många och starka erfarenheter med sig från sin egen tidiga lek, kan de tillgodogöra sig innehållet i sagan på ett rikt sätt.

Små barn färdas lätt mellan världarna. När de blir större behövs mer hjälp. C.S. Lewis, författaren till de ständigt populära Narniaböckerna, skriver för barn i skolåldern. Berättelserna i böckerna startar alltid i den verkliga världen. Men där finns en garderob. I mörkret bakom kläderna är en öppning som leder till en helt annorlunda fantasivärld. Denna tydligt markerade port till den andra världen är en lösning som gör övergången acceptabel även för dessa lite äldre barn. De vet att det kan hända märkliga ting bakom kläderna i en garderob.

Har man som vana att färdas mellan världarna brukar trösklarna inte vara så svåra att passera. Denna vana gör det också lättare att ta med erfarenheterna tillbaka över gränsen.

Denna resa är fullt möjlig även för oss vuxna. Faktum är att vi färdas till den andra världen varje natt, i våra drömmar. De flesta påstår dock att de inte drömmer, eftersom de inte kommer ihåg sina drömmar. Som det

kommer att framgå längre fram i denna bok är det ganska lätt att lära sig att fånga drömmarna. Många blir förvånade över det rika och spännande liv som de lever om nätterna.

Kontakten med Mytos, som jag kallar den andra världen, är viktig i första hand för att den hjälper oss att vara levande människor, med allt vad det innebär. Men man kan också lägga praktiska, till och med materiella aspekter på detta. Förmågan att skapa, förmågan att tänka i nya banor, är beroende av vad jag har för kontakt med Mytos.

Givetvis har vi även på detta område olika förutsättningar redan från födseln. De flesta känner väl till den berömda konflikten mellan Mozart och Salieri. Mozart lekte med stjärnorna när han skapade sin musik, medan Salieri slet med sina notpapper. Georg Klein har skrivit om detta underbara skapande i förordet till boken *Flow* (av Mihály Csíkszentmihályi). Han beskriver hur man kan komma i ett tillstånd av total intensitet. Den som befinner sig i detta flöde är absorberad, fängslad och totalt engagerad i en skapande process. Man får ökad puls, förhöjt blodtryck, begränsat synfält, aptiten dämpas och – det är faktiskt vanebildande. Anledningen är att detta tillstånd ger en dämpning av den parasympatiska delen av det autonoma nervsystemet och en aktivering av det sympatiska. Då uppstår liknande symtom som vid flykt och strid, men här upplever personen inte ångest och rädsla utan glädje och ökat medvetande.

Om man talar de gamla grekernas språk kan man säga att detta benådade tillstånd kräver god balans mellan Dionysos, berusningens och extasens gud, och Apollon, som står för form och ordning. Om Apollon inte finns med blir det kaos. Man måste, som Rollo May skriver i *Modet att skapa*, vara totalt engagerad men ändå någonstans vara medveten om att man kan ha helt fel. Det är en svår balansgång.

Under mitten av 1980-talet deltog jag i ett stort projekt om intuition där även professor Ference Marton deltog. Han bidrog med en studie om hur nobelpristagare säger sig använda intuitionen. Det visade sig att de ofta fick viktiga insikter i sin forskning i vilopauser efter hårt arbete, när de gjorde något helt annat och lät den medvetna delen av hjärnan vila. Insikten kom alltid plötsligt och stod ofta i strid med det de tänkt tidigare. Ibland kunde det handla om att det var Lösningen de fick, men oftare en insikt om att söka lösningarna i en bestämd riktning. De hade nästan alltid en absolut vetskap om att insikten var rätt.

Detta är exempel på hur högerhjärnan, det omedvetna eller Mytos är viktiga för skapandet. Det medvetna jaget behövs för att formulera frågeställningar och strategier, för att testa hållbarheten i tankar och idéer, men just för nyskapandet är det aspekter av oss själva bortom det rationella, som är mest verksamma. För att få tillgång till dessa bör man ha en lyhördhet för deras budskap.

Vissa är födda att bli underbarn och nobelpristagare, men finns det hopp för oss andra – kan man bli mer kreativ? Det handlar om att utveckla kontakten med Mytos – lära sig lyssna till de inre signalerna och bli modig nog att följa impulserna. För vad är egentligen kreativitet? Kreativitet innebär att göra, skapa, ge existens. Det handlar alltså inte bara om att sätta samman kunskap på nytt sätt, utan att verkligen skapa något nytt, tänka i nya banor där ingen tidigare varit. Verktygen till denna förmåga mejslas fram i barnens lek och fantasi, men den kan märkligt lätt väckas även hos vuxna som börjar ägna sig åt fritt skapande eller arbeta med sina drömmar. I stort sett alla upptäcker att de samtidigt blir mer kreativa till vardags.

Barns bilder

En av de stora upplevelserna i livet för oss alla var förmodligen då vi en gång satt med en krita eller penna i handen, förde den över ett papper och för första gången upptäckte att det var vi själva som satte spår i världen utanför oss själva. När vi sen även upptäckte att vi kunde påverka formerna, göra dem stora eller små, starka eller svaga, måste det ha varit ett av de klaraste tecknen på att vi finns till. När barn väl har gjort denna upptäckt brukar de vilja fortsätta i all oändlighet. Det bör de också få lov att göra.

När barnen sen kan forma föreställande figurer är lyckan än mer fullständig. Och föreställande figurer brukar komma snabbt, det vill säga att det föreställer saker i barnens eget inre. De tillskriver varje krumelur en speciell mening: det där är en bil, det där en hund osv. Det är då bra att ha vuxna till hands för att ha någon att formulera innehållet inför.

– Jaså, det där är alltså en hund. Jaha, vad är det där då?

Om en vuxen säger så måste det alltså vara sant! Barnet kan skapa! Detta samspel kan jämföras med den utveckling som sker under bildterapi. När klienten formulerar innehållet i sina bilder, levandegörs det av terapeutens närvaro. Denna närvaro (om de har bra kontakt) blir också ett slags legitimation och bekräftelse av bildmaterialet. Alltså: det är bra i sig att barnet tecknar, målar och fantiserar, men effekterna förstärks och fördjupas om en viktig vuxen ser och accepterar det barnet gör.

Barnet målar snart människor, det vill säga de berömda huvudfotingarna, ett huvud med ben eller fötter hängande i underkanten. Barn över hela världen startar med just dessa figurer. Detta bekräftar förmodligen att det inte är ett tillfälligt klotter utan ett försök att skapa en egen identitet.

Barn fortsätter att använda tecknandet som ett viktigt verktyg för sin utveckling. När man följer med i innehållet i barns teckningar märker man att de målar just sin egen utveckling. De aspekter av livet som barnet för

tillfället brottas med att hantera, glädjeämnen som inträffar, smärtsamma upplevelser, allt återfinns i teckningarna. När det händer något viktigt målar barnet kring temat gång på gång. Det är ett sätt att hantera innehållet, att försöka "förstå" det. Förstå har fått citationstecken eftersom det handlar om en förståelse i betydelsen "kunna hantera det i sitt inre så det inte skapar oro, mardrömmar eller ytterligare undringar".

När barn till exempel kommer i kontakt med en bilolycka kan de själva gång på gång behöva krocka med sina bilar, ge dockan eller nallen rejäla bandage, men också rita bilder av händelsen. Bilderna ger, med hjälp av barnens rika fantasi, möjlighet att ta ut svängarna ytterligare. Färgernas känslospråk lägger ytterligare dimensioner till bearbetningen.

Denna bearbetning märks tydligast när barnen varit med om riktigt svåra händelser. Flyktingbarn kan ha svårt att verbalisera sina upplevelser, men när de börjar kunna teckna och måla dem brukar en läkande process komma igång. Bildspråket har ju också fördelen av att vara internationellt gångbart. Här behövs inga tolkar. Bekräftande tonfall, blickar från de vuxna är vad barnet behöver i dessa situationer.

Barns sång och dans

Sånger spelar stor roll för barns utveckling. Alla som haft barn har förmodligen märkt hur starkt och positivt barnen reagerar då man sjunger

för dem, vaggvisor och lekvisor som "Baka, baka kaka". De lär sig snart att utveckla sitt joller till mer bestämda tonkombinationer och leker med dess effekter. När leken sen blir mer aktiv, använder de sjungandet som förstärkning. Det är till exempel lättare att lära sig att hoppa på ett ben om man samtidigt ger ljud ifrån sig, det kommer de oftast på själva.

Musikspråket är liksom det vanliga språket ännu outvecklat. Barnsångerna är därför enkla i sin uppbyggnad, tonerna tar ett steg i taget, skalorna går sakta upp och ner.

(bild på noterna och text till Ekkorn satt i granen.)

Sångerna rör sig i barnens värld. De handlar ofta om djur som barnen lätt kan identifiera sig med. Också händelseförloppet knyter an till deras upplevelser. De förstår mycket väl hur det känns för ekorren att ramla och slå sig i benet och de kämpar med Imse Vimse Spindel för att få upp honom för tråden igen då han blivit nerspolad av regnet.

Melodierna skapar stämningar, som barn ju är känsliga för. Detta förstärker innehållet i texterna, samtidigt som det hjälper barnen att knyta an till andra när de sjunger tillsammans. De stämningar som väcks av melodierna skapar en gemenskap som barnen har stort behov av. Detta

gäller såväl när pappa sjunger en lekfull sång, mamma en godnattvisa som när barnet tillsammans med andra på dagis sjunger en sång som skapar mening kring en aktivitet.

Även dans fyller denna funktion. Barn älskar att dansa tillsammans i ring- och lekdanser. Om de dessutom har någon vuxen som hjälper dem att uttrycka sig i fri dans är det ännu bättre. En del barn gör spontant detta själva, men många behöver förebilder som inspirerar dem till dessa uttryck. Det ingår i de flesta dramapedagogers utbildning att förmedla hur man fritt kan uttrycka glädje, bedrövelse och andra känslor i dans. Vid dessa tillfällen förändras känslorna på ett märkligt sätt, de transformeras till en djup, lycklig närvaro i nuet. Dans är för de flesta det uttrycksmedel som starkast och snabbast påverkar känslorna.

Att förstå och använda symbolspråket

I sin bok *Det glömda språket* hävdar Erich Fromm att symbolspråket är det enda universella språket. Det ser i stort sett likadant ut över hela världen. Han föreslår att man ska undervisa om det i skolorna. Men vad betyder egentligen detta? Kan man, och ska man egentligen förstå det? Det sägs att kungen i "Tusen och en natt" en gång frågade Sheherazade hur han skulle förstå hennes sagor. Han hade börjat ana att det fanns personliga budskap i dem till honom. Hon lär då ha svarat:

– Vad skulle du säga om du köpte en frukt och bara fick skalet. Det är endast du själv som kan se det innersta mönstret i de sagor jag väver.

Detta är sant. Om kungen ska ha glädje och hjälp av sagorna är det nödvändigt att han själv väver in sina bilder. Det är därför paradoxalt att skriva en bok om hur man ska förstå symbolspråket. En av mina goda vänner som arbetar med barn, hörde på ett tidigt stadium talas om innehållet i denna bok. Hon sa då spontant:

– Är det verkligen meningen att vi förskollärare ska hålla på att tolka barnens bilder?

Nej, det är det verkligen inte. Men om man vill använda sagans läkande kraft för att liksom Sheherazade hjälpa andra människor att utvecklas och mogna, är det värdefullt med kunskaper om sagans, mytens och drömmarnas språk. Men detta är samtidigt svårt att förmedla. Det är något som finns – så länge man inte försöker fånga det. Alla som försökt tolka sina drömmar, eller kanske bara försökt formulera dem, har upplevt att det är som när man griper efter vatten, det rinner bort mellan fingrarna. Man måste försiktigt kupa sina händer för att sen endast för ett ögonblick få betrakta det.

I en av Castanedas böcker försöker den gamle indianen don Juan lära sin vita elev att uppfatta "den andra världen", en annan dimension av tillvaron som hela tiden finns parallellt med den vi normalt uppfattar. Han

lärde honom att inte fästa blicken på det han ville se, utan att i stället försöka uppfatta det han sökte i utkanterna av ögats synfält och utan att fokusera blicken.

Mitt förhållningssätt är att inte söka efter en dröms eller sagas exakta betydelse utan i stället försöka få en känsla för i vilken riktning den vill föra mig. På så sätt kan jag erövra en allt större förståelse för symbolernas djupare betydelse, ju mer jag arbetar med dem. Går man i stället och slår upp ett symbollexikon så dör de och faller platt till marken.

När diskussionen om höger- och vänsterhjärnan tog fart under 1970-talet var det många pusselbitar som föll på plats för mig; det var från högerhjärnan symbolspråket kom. Jag hade funderat mycket kring vår märkliga inre symbolvärld, dess ursprung och de annorlunda lagar som rådde där. När jag så läste om hur högerhjärnan fungerar kände jag igen det från alla tusentals timmar med symbolterapi: förmågan att sätta samman bilder från material som inte hör samman logiskt, upphävandet av tid och rum, helhetssynen, leken med begrepps dubbla betydelser osv.

Forskarna är fortfarande oense om huruvida höger- och vänsterhjärnan egentligen arbetar olika. Men det blev i alla fall klarlagt att vi är tvåspråkiga, att vi förutom det logiska rationella tänkandet också har ett symboliskt bildtänkande. Detta språk har andra lagar och kräver ett

annorlunda förhållningssätt, speciellt om vi vill uppleva direktkontakt med det.

Det var en gång ... Så börjar ofta sagor. Varför? Och vad betyder egentligen detta? Den inledande frasen slår fast att det handlar om en plats som finns, men ändå inte finns, en plats där allt fantastiskt kan hända, där man inte förvånas över en eld som brinner under vatten eller en groda som förvandlas till en prins. Varför är detta märkliga så lätt att acceptera?

Kanske är det för att vi känner igen oss? Platsen bortom tid och rum har vi ju alla inom oss, vi har kontakt med den i vårt omedvetna varje natt i våra drömmar. Många säger: Jag drömmer aldrig. Sanningen är att alla är i sin drömvärld tre till fyra timmar varje natt. Det är förmodligen den kunskap vi sen använder då vi vandrar så lätt i sagans värld.

Man kan säga att sagor och myter är ett slags kollektiva drömmar, med ett liknande språk och liknande lagar. Och liksom våra nattliga drömmar sätter de fingret på viktiga konflikter och utmaningar. Skillnaden är att sagorna har finslipats av kloka män och kvinnor runt eldarna i hundratals år och tillförts deras livserfarenheter. Vi ska därför utnyttja en del gamla berättelser och se hur de kan tänkas verka i våra inre.

Att bli människa

Hur gestaltas temat "att bli människa", eller att få en egen identitet, i sagor och myter? Vår kloka sagodrottning Astrid Lindgren skriver ofta om mod. I ett avsnitt av *Bröderna Lejonhjärta* berättar hon hur Jonatan är på väg på ett farligt uppdrag, men hans lillebror försöker hindra honom. Jonatan säger då:

– Det finns saker man måste göra även om det är farligt. Annars är man ingen människa utan bara en liten lort.

Det finns mycken vishet i det här citatet. Då man viker undan för sin rädsla, inte möter utmaningar, är man ingen riktig människa. Det sätt på vilket vi hanterar svårigheter, hur vi möter och bemästrar dem, är avgörande för vår personliga utveckling. Det är i krissituationer vi utvecklas, vårt beteendet där är avgörande för vem vi ska bli, ja om vi ska bli någon över huvud taget och erövra ett eget ansikte.

I boken *Modet att skapa*, utvecklar Rollo May sin syn på mod och modets betydelse. Just i skapandet krävs mycket mod. I skapelseprocessen närmar vi oss det gudomliga, då är vi själva på väg att bli så som gudar, och detta kan kännas farligt och skrämmande. Då måste vi också våga släppa kontrollen för ett ögonblick, gå in i kaos och bringa ordning i det. Det är just detta som gör oss människor unika, vår förmåga att skapa något nytt.

Men detta mod är lika avgörande för att vi själva ska bli existentiella varelser, för att vi ska skapas som människor. På franska och engelska språket har hjärta och mod samma ordstam: coure och courage. På samma sätt som hjärtat är livsnödvändigt när det pumpar blodet till alla delar av vår kropp fyller modet en liknande funktion för vårt psyke. När vi inte använder modet, utan bara följer flocken och anpassar oss till det som förväntas av oss, är vi inte "riktiga" människor, inga existentiella varelser. Den här kunskapen kan man få av psykologer och filosofer: Rollo May är långtifrån den ende som talat och skrivit om det. Men man kan också närma sig denna här kunskap genom sagor och myter, även om budskapet då är formulerat på ett annat sätt. Både Astrid Lindgren och Rollo May använde sig av ett logiskt, verbalt språk. Men Astrid Lindgren har även tillgång till ett symboliskt bildspråk och gör en konstnärlig gestaltning av budskapet. Sagan och myten förmedlar kunskapen bland annat genom att visa hur kunskapen tar sig ut i handlingar. Människans inre skeenden flyttas ut i tydliga, men ändå mångtydiga, bilder.

Eva, ormen och äpplet

Men ormen var listigare än alla andra markens djur som Herren Gud hade gjort. Han sade till kvinnan: "Skulle då Gud ha sagt,: 'Ni skall inte äta av något träd i Lustgården'?"

Kvinnan svarade ormen: ”Vi får äta av frukten av de andra träden i lustgården, men om frukten på det träd som står mitt i lustgården har Gud sagt: ’Ni skall inte äta av det, inte heller röra vid det, så att ni inte må dö. ’”

Då sa ormen till kvinnan: ”Ingalunda skall ni dö, men Gud vet ,att när ni äter av det ,skall era ögon öppnas så att ni blir såsom Gud och förstår vad gott och ont är.”

Och kvinnan såg att trädet var gott att äta av och att det var en lust för ögonen och att det var ett ljuvligt träd, eftersom man fick förstånd av det. Och hon tog av dess frukt och åt. Hon gav också åt sin man, som var med henne, och han åt. Då öppnades bådas ögon,och de blev varse att de var nakna. Och de fäste ihop fikonlöv och band kring sig.

(Första Mosebok, 3:1-7)

Ett tidigare exempel på modets funktion går väl knappast att hitta. Eva framställs ofta som förrädisk och listig, hon lurade Adam att synda. Men det var ju faktiskt tack vare Evas agerande som vi blev människor, fick medvetande och identitet och tog steget från den vegeterande tillvaron i paradiset till vår värld.

De flesta metaforer både i sagor och myter, handlar om psykologiska processer inom oss alla. Man kan i detta perspektiv lätt se att paradiset påminner om de positiva aspekterna av den ansvarslösa barndomstiden, då vi levde i nuet utan skam och skuld. En tid som vi ofta längtar tillbaka till men som vi också måste lämna för att kunna utvecklas.

Det praktfulla Livets träd står mitt i lustgården:

– Det får ni inte röra! säger Gud.

Myten och sagan är fulla med liknande exempel på att någon pekar ut något attraktivt och säger:

– Rör inte!

Givetvis måste man då genast gå dit och undersöka vad det är för spännande. Och det sker alltid en utveckling när förbudet bryts, det hör till. Till skillnad från de många moraliserande pekpinnarna, som berättelserna i våra skolböcker är fyllda av, uppmanar alltså sagan och myten till egenmäktigt förfarande. Inte att undra på att de gång på gång har censurerats och förbjudits.

Ett träd är en stark, positiv livsymbol. Som sådan används den i de flesta kulturer. Även äpplet är en allmängiltig symbol och brukar få stå för fruktbarhet, liv, ungdom, ibland för makt som hos riksäpplet.

När Eva åt av trädet fick hon kontakt med de existentiella frågorna, förstod vad ont och gott var, fick förstånd och blev en sexuell varelse. Gudar och änglar är inga sexuella varelser, de är odödliga. Vi människor behöver däremot den sexuella kraften för vår fortplantning av släktet, och den är en av alla de krafter som vi måste vi lära oss att hantera.

Det var ett ljuvligt träd som stod mitt i lustgården, men det var som sagt förbjudet. Det krävdes mycket mod av Eva för att äta av det, men hon gjorde det och blev en människa.

När man studerar sagor och myter märker man snart att det är svårt att finna beskrivningar av vad som händer *inom* gestalterna, om de är arga, glada eller förvånade. Detta får i stället berättelsens handling visa. Ett annat vanligt sätt är att lyfta fram motstridiga inre konflikter i konkreta yttre gestalter, för att tydliggöra dem. Ormen kan på så sätt ses som en del av Evas personlighet.

Ormen är en klassisk symbolgestalt. Den är listig och jordnära, den slingrar sig upp och ner i mörka hålor, man vet aldrig var man har den. Här står den förmodligen för något som kvinnor ofta har mer utvecklat än män, nämligen känslighet och intuition. Och det är något som är svårt att förstå, speciellt för oss män.

Vi måste också komma ihåg att denna myt har uppstått för mellan tretusen och femtusen år sen, då patriarkatet fortfarande var ganska ungt

och bräckligt. Männen kände sig fortfarande lätt hotade och sökte därför framställa typiskt kvinnliga egenskaper som negativa. Kvinnlig känslighet och intuition kan ofta skrämma män, eftersom de inte förstår sig på dessa egenskaper hos kvinnan, Detta skulle kunna vara en förklaring till ormens märkliga roll i dramat.

Skapelseberättelsen säger alltså att vi blir människor genom att göra det icke förväntade, det hotande och farliga.

Att få ett eget ansikte

En betydligt modernare skapelseberättelse är Tove Janssons *Det osynliga barnet*.

Den lilla flickan Ninni har länge bott hos en kall och ironisk släkting. Ninni blir allt mer suddig i kanterna, till slut försvinner hon helt. En god vän, Tooticki, tar henne till Muminfamiljen, där hon får bra bemötande; kärlek och acceptans från alla familjemedlemmarna, raka besked från lilla My, omsorg av Muminmamman. Hon får allt det som moderna barnpsykologer anser att små

barn behöver för att kunna utvecklas till vuxna, harmoniska människor.

Och visst ger det resultat. Det osynliga barnet blir mer och mer synligt för varje dag. Men – hon får inget ansikte! Ett ansikte får man inte av någon annan, det måste man ge sig själv. Ett annat handikapp är att hon inte heller kan leka. Mumintrollet och lilla My försöker lära henne.

– Hoppa, säger lilla My. Ninni hoppar lydigt för att strax därpå ställa sig med hängande armar och vänta på nästa instruktion. Lilla My, ruskar på huvudet:

– Du är då fullständigt hopplös!

Den engelske barnläkaren D.W. Winnicott skriver i boken *Lek och verklighet* om lekens betydelse vid utvecklandet av en identitet. Jag vet inte om Tove Jansson läst Winnicott, förmodligen inte. Bra sagoberättare har ofta djup, intuitiv människokunskap som står sig gott vid jämförelse med de främsta moderna psykologiska teorierna.

Till slut glömmer Muminfamiljen nästan bort Ninnis egenheter, hon får gå där utan ansikte. En dag åker Muminfamiljen till havet. När de kommer dit blir Ninni förskräckt, hon har aldrig sett havet tidigare. Hon gömmer sig under en båt uppe på stranden och tittar på vad de andra har för sig där nere.

Mamman satte sig på bryggan och tittade ned i vattnet.

– Fy vad det ser kallt ut, sade hon, sedan gäspade hon lite och tillade att det var bra länge sen det hände något spännande. Pappan blinkade åt Mumintrollet, gjorde en förfärlig grimas och började långsamt smyga sig på mamman bakifrån. Naturligtvis tänkte han inte kasta henne i sjön, som han brukade när han var ung, kanske inte ens skrämmas utan bara roa ungarna ett tag. Men innan han hunnit fram hördes ett tjut, en röd blixt flög över bryggan, pappan gallskrek och ramlade själv i sjön. Ninni hade borrat sina små osynliga tänder i pappans svans, och de var vassa.

– Bravo, bravo, skrek My, jag kunde inte ha gjort det bättre själv!

Ninni stod på bryggan med ett litet uppnäst, argt ansikte under en röd lugg, hon fräste åt pappan som en katt:

– Du vågar inte kasta henne i det stora hemska havet!

– Hon syns, hon syns! ropade Mumintrollet. Hon är ju söt!

– Lagom söt, sa Muminpappan och synade sin bitna svans. Det är det dummaste, fånigaste, mest felaktigt uppfostrade barn jag nånsin har sett, med eller utan huvud.

Pappan tänkte som sagt förmodligen bara skrämmas lite, men Ninni tog Muminpappan på fullt allvar. Har man ingen identitet har man heller ingen humor, det vet Tove Jansson, klok som hon är. Men när Ninni såg Muminpappan stå i dyn med ett ganska löjligt ansiktsuttryck, skedde ännu ett mirakel; då skrattade hon för första gången i sitt liv.

Ninni fick sitt ansikte. Precis som Eva i skapelseprocessen gjorde hon det mest förbjudna, bet Muminpappan i svansen, och fick samtidigt en identitet.

I dessa berättelser har det förekommit förhållandevis enkla och tydliga symboler. Innan vi går in och tittar på de lagar som råder i

symbolvärlden ska vi göra en djupdykning i en längre saga. Det är en saga som vid första anblicken verkar vara skriven för våra s.k. värstingar, men handlar egentligen om sidor vi alla har.

Prins Lindorm

Det var en gång en kung och en drottning som inte kunde få barn. Trots att de prövade allsköns huskurer lyckades de inte. Faktiskt skämdes de något för att det var på detta sätt, så de gjorde inte så stor affär av det utåt. Men de led inom sig, speciellt drottningen som så gärna ville ge sin gemål ett barn.

Så en dag kom en gumma och knackade på slottsporten. Det var en riktigt gammal kvinna med huckle och rynkigt ansikte. Hon lyckades på något sätt bli insläppt, kanske för att hon sa:

– Jag har ett viktigt budskap till drottningen om hennes problem.

Drottningen blev lite nyfiken och tänkte:

–Hur kan hon veta någonting om att jag har problem?

När gumman mötte drottningen sa hon:

–Jag vet att du inte kan få barn.

–Jaha, hur vet du det.

–Ja, vi gamla gummor vet en hel del. Jag vet också vad du skulle kunna göra åt saken. I kväll, innan du går till sängs dig ska du göra i ordning ett bad. Du ska ta in ett stort kar och lägga i sju slags örter. Sen ska du tvätta dig riktigt noggrant. När du sen är färdig, kommer du att se två rödlökar under karet. Skala dem och ät upp dem, så ska du se att allt blir bra.

Drottningen tyckte det lät mycket underligt, men tänkte:

–Varför skulle jag inte prova på detta, likaväl som någonting annat? Så hon samlade in lite örter, men hon fann kanske inte riktigt alla som gumman hade nämnt. När kvällen kom gjorde hon i ordning badet. Hon tvättade sig, kanske inte helt som gumman sagt, men ändå ganska ordentligt. När hon efteråt tittade under karet såg hon faktiskt de båda utlovade rödlökarna. Hon blev så förvånad att hon direkt åt upp en av lökarna utan att ens skala den. Den andra kom hon ihåg att skala, och så åt hon upp den med.

Drottningen blev gravid, och magen började växa på henne precis som den skulle. Drottningen var stolt och lycklig,

hon gick med magen högt i vädret för att visa alla och envar att nu väntade hon minsann barn. Kungen var glad över att snart bli pappa.

Den stora dagen kommer och jordemor tillkallas. Drottningen ligger och krystar och krystar, hon tar i och skriker så det ska höras över hela slottet att hon håller på att föda. Till slut kommer där ut ... en liten vit orm. Drottningen blir både äcklad och förfärad och slänger genast ut den genom fönstret. Jordemor får lova att aldrig berätta för någon om ormen.

Så märker de att något mer är på väg ut. Drottningen krystar och krystar och ut kommer den mest välskapta lilla prins, med blonda små lockar, ja han ser ut just så som prinsar ska.

Prinsen blev välartad och väluppfostrad, och gjorde sin mor glad i stort sett varje dag. Hela familjens, ja hela landets stolthet blev han.

Prinsen växte upp och så småningom blev det tid för giftermål. Han fick sadlat den bästa hästen, fick på sig sina finaste kläder, och gav sig av till ett annat land för att skaffa

sig en brud. Men han kom inte ens över sitt lands gräns förrän vägen hejdades av en stor, fruktansvärd lindorm som reste sig framför prinsens häst och sa;

– Stopp! Du ska inte ha en brud förrän jag har fått någon!

Prinsen försökte ta sig förbi men lyckades inte. Han blev tvungen att vända tillbaka. Väl åter i slottet berättade han vad som hade hänt, och drottningen bleknade.

Nästa morgon gav sig prinsen iväg ännu tidigare, i ett annat väderstreck. Innan han hunnit över gränsen fanns lindormen där igen framför honom, med samma ord:

– Du ska inte ha en brud förrän jag har fått någon!

Inte heller denna gång kunde prinsen ta sig förbi, utan fick vända åter. När drottningen fick höra vad som skett igen sa hon:

– Om han är där igen imorgon igen får du ta med honom hem, så får vi se om vi kan råda bot på detta.

Följande dag rider prinsen iväg i ett tredje väderstreck, men ormen finns även där med sin önskan. Då tar prinsen

med honom hem. Man tänker, att för en lindorm kan det väl inte vara så noga. Så man beger sig till kvinnofängelset, för sådana fanns det faktiskt redan på den tiden, och frågar om någon ville komma ut och gifta sig med prins Lindorm. Det lät ju bra, så det var inte så svårt att få tag i en brud. Bruden förskräcktes när hon såg vem det var hon skulle gifta sig med, men då var det så dags. Hon blev gift och hamnade i brudgemak.

Nästa morgon när man öppnade dörren till brudgemaket möttes man av en förskräcklig syn. Det var blod överallt på väggarna, den stackars flickan hade blivit helt söndersliten. Lindormen hade blod i mungiporna och såg alldeles förfärlig ut. Det var hemskt att skåda.

Så nu blev det till att skaffa en ny brud. Denna gång gick man till bordellkvarteren, och fick en prostituerad till att gifta sig med prins Lindorm. Samma sak hände med henne. Det var en förfärlig syn att skåda nästa morgon.

Nu spred det sig, inte bara i staden utan över hela landet, vad han var för en gynnare, den där prins Lindorm, Därför var det inte längre så lätt att få tag på en tredje brud.

Under tiden hade ett annat drama pågått i en annan del av landet. En man hade förlorat sin goda hustru och blivit änkeman tillsammans med sin unga dotter. Han gifte emellertid om sig och hans nya kvinna var en riktig räpa, klagande och krävande. Hon förde också med sig sin egen dotter i äktenskapet. Denna var inte speciellt omtyckt, hon var snipig och otrevlig. Alla tyckte om mannens dotter, ingen om den nya flickan. Men detta var något som styvmodern bestämde sig för att ändra på. Hon försökte köra med sin styvdotter, ge henne omöjliga uppdrag att utföra, men flickan gjorde hela tiden sitt bästa och kämpade på utan att klaga.

När ryktet om prins Lindorm nådde även till denna avlägsna by visste styvmamman precis hur hon skulle bli av med styvdottern. Hon sa till kungens män:

– Min styvdotter vill gifta sig med prins Lindorm!

När flickan hörde detta blev hon alldeles förskräckt och alldeles stel. Men så gjorde hon som hon alltid gjort när hon fick svårigheter, hon gick till sin mors grav. Dit gick hon nästan var dag, men särskilt då det hänt något extra, när hon var mycket glad eller mycket ledsen. Hon brukade då sitta ner vid graven och prata med mor sin. Kanske kunde mor inte

höra henne, men det kändes i alla fall så när hon satt där och berättade.

Den här gången grät hon värre än hon någonsin hade gjort tidigare, förtvivlad över det som skulle hända. Hur det var så blev det som det brukade där vid graven. Hon lugnade ner sig. På något sätt fick hon lite klarhet och styrka i sina tankar. När hon till slut gick därifrån gjorde hon det med ganska fasta steg och ganska rak rygg.

Nu inträffade det märkliga som ofta inträffar när man är modig och gör det som är rätt och riktigt. Man får någon sorts hjälp ifrån ovan, eller var den nu kommer ifrån. Flickan möter den gamla kvinnan med hucklet. Gumman kommer vankande där på stigen och säger:

– Jag vet vad du har blivit utsatt för och jag ser att du trots detta går med fasta steg och rak rygg, och det är bra. Men du behöver också lite goda råd på vägen av en gammal gumma.

Så sa hon en del saker som flickan skulle tänka på. Flickan tackade och tog emot och la dem noga på minnet.

När flickan kom fram till staden kungjorde hon med fast stämma:

– Jag ska gifta mig med prins Lindorm. Hovmännen ramlade nästan av stolen. De tyckte att det var fantastiskt att denna välartade flicka frivilligt kom för att gifta sig. Men hon sa också:

– Men jag ställer vissa krav. Jag vill inte ha det gamla nersölade brudgemaket, jag vill ha ett nytt och fint. Jag vill ha ett stort kar med lut, två rotborstar och ett fat med sötmjölk vill jag också ha. Dessutom sju snövita linnen.

På slottet tyckte man att hennes önskan var underlig, men självklart fick hon precis som hon ville. Väl i kyrkan blev hon lite förskräckt när hon fick syn på sin gemål, han hade ganska dålig andedräkt och såg förskräcklig ut. Men hon lyckades ändå säga "ja" med fast och klar stämma.

Till slut stod flickan där i brudgemaket och ormen kom ringlande emot henne.

– Ta av dig kläderna, sa han. Han hade en hes röst.

Hon tog ett djupt andetag, spände ögonen i honom och sa:

–Ta av dig först, du!

– Det är aldrig någon som har sagt så till mig tidigare, sa ormen.

– Men nu säger jag det, sa flickan.

Så måste prins Lindorm kränga av sig sitt yttersta skinn, de kan ju ömsa skinn, ormar. Han pustade, krängde och flämtade. Till slut gled skinnet av, och han slängde det på golvet framför sig. Då tog flickan av sig det översta av sina sju snövita linnen la det ovanpå skinnet.

– Ta av dig mer, sa ormen.

– Ta av dig mer själv, du, sa flickan.

Så måste lindormen ta av sig ytterligare ett skinn. Han stönade och stånkade och svettades, men av kom det. Han la det ovanpå flickans linne, och då tog hon av sig ett linne till. Så höll de på, med ormskinn och linne, ormskinn och linne, ormskinn och linne ... ända tills lindormen var alldeles naken. Under alla skinnen fanns det en massa slem, var, blod och bölder, ja alldeles eländigt var det. Och som det luktade!

Då tog flickan och la honom i karet med lut. Hon borstade honom allt vad hon orkade med rotborstarna, ända

tills de blev alldeles utslitna båda två. Nu var ormen alldeles liten och skär, och bölderna och varet var försvunna. Då tog flickan upp honom med mjuka händer och tvättade honom försiktigt i sötmjölken. Sen la hon honom i sängen, la sig själv bredvid honom och – somnade. Ganska fantastiskt att kunna somna i en sådan situation!

Nästa morgon när kungen och drottningen försiktigt gläntade på dörren för att se hur mycket blod det blivit den här gången, såg de inget blod alls. Då öppnade de dörren helt och hållet och fick till sin stora förvåning se flickan ligga i sängen, och bredvid henne en vacker prins, ung och ståtlig. De rusade in och ropade:

– Vad är detta för någonting, vad är det som har hänt?

Det unga paret vaknade upp och prinsen berättade om hur han en gång för länge sen blev utslängd i kylan och hur förfärligt han haft det på alla sätt och vis. Han berättade en massa hemska historier om hur eländigt han haft det i sitt liv. Men så hade denna fantastiska flicka kommit och brutit förtrollningen.

Alla blev så glada att de ställde till med ytterligare ett bröllop, och sen levde prins Lindorm och hans brud lyckliga i alla sina dagar.

Den här sagan är sann – om man betraktar den som en metafor för inre processer. Detta drama spelas upp, gång på gång, hos människa efter människa. Vi har alla blivit avvisade och sårade, utstötta och arga. Scenariot kan ta sig olika uttryck, ha lite olika förlopp, men lindormen finns inom oss alla. Fast det är klart, sagan tar ut svängarna, karikerar och lyfter fram aspekter som vi själva aldrig skulle våga erkänna att vi har.

Då vi blir avvisade väcks känslor som lindormen i sagan gestaltar – det är en tydlig aspekt av sagan. Men vad hände med den välartade prinsen, brukar någon åhörare fråga då jag berättat sagan. Två bröder står vanligtvis för två sidor av samma person. Drottningen, modern, ville bara se barnets ljusa sidor, de andra förpassade hon ut i kylan. Den ljusa välartade prinsen är de sidor av oss själva som vi visar för att bli accepterade av omgivningen. Så har vi sidor som inte är så populära, det är alltså lindormen. Vi försöker hålla dem tillbaka, men de lever sitt liv i mörkret och visar sig ofta indirekt eller då vi själva senare i livet kommer i överläge och kan ge igen.

I sagan visar sig de mörka sidorna när prinsen ska ut och söka sig en brud. När man lämnar familjen och ska skapa sig ett eget liv, möta en partner, då duger det inte att vara en halv människa. Om inte förr, så i detta möte, kommer skuggsidorna fram: "Du ska inte ha en brud förrän jag har fått någon!" Sagan säger att man måste lära sig hantera sina mörka sidor för att få till stånd ett möte med en partner.

Först i slutet av sagan är prinsen hel. Jag tror att här har de ljusa och mörka sidorna smält samman och transformerats till något nytt och mer levande.

Kvinnor klagar ibland på att sagorna befäster könsrollerna: pojkar är aktiva och modiga, flickor bara duktiga eller söta. Sagan om lindormen är ett exempel på motsatsen. Jag tycker denna flicka är en bra kvinnlig förebild. Hon är kraftfull men samtidigt känslig och kärleksfull.

När jag berättar sagan gör jag ibland en paus vid det ställe där flickan just fått reda på styvmoderns hemska beslut att gifta bort sin styvdotter. Så frågar jag åhörarna: vad tror ni nu att hon gör? En del säger att hon kommer att rymma, en del att hon borde beväpna sig. Men det vanligast rådet är att gå till prinsen och ge honom kärlek. När jag så frågar hur detta ska gå till är det sällan någon föreslår något konkret. Kvinnor i verkligheten (i varje fall de som går i terapi) brukar lösa motsvarande situation med "att stå ut" på ett tålmodigt sätt. Men detta är sällan till så

stor hjälp. Flickan i sagan visar i stället en levande kärlek, som innebär att stå med rak rygg, öga mot öga och ställa krav, att ge såväl lut och rotborste som sötmjölk och mjuka händer. De behandlingsprogram som visat bäst resultat med "problemkillar" är just en blandning av hårda krav, tydliga gränser och kärlek. Man ser – och visar att man ser.

Flickan i sagan fick sin styrka från den goda mammans grav. De flesta mödrar är oftast "goda mödrar", men ibland är livet för djävligt även för en god moder. Då kan hon lätt förvandlas till en elak styvmoder. Detta är givetvis förvirrande och skrämmande för barnen. När de så hör en saga om hur den goda modern dör och ersätts av en allt igenom elak, känner de genast igen sig och kan också få ordning på den inre förvirringen. De kan, liksom flickan i sagan, söka tröst och kraft vid de tillfällen då mamma är "snäll", för att sen bättre stå ut med det elaka stycket till styvmoder.

Den gamla gumman dyker ofta upp i sagorna. I vår ungdomskultur är det välgörande att sagan påminner oss om de gamlas klokskap. När alla erfarenheter har samlats tillräckligt mycket och länge hos en person som dessutom har mod att bruka dem, framstår de nästan som magi för de unga att lyssna till. Kanske är det magi. Sagan säger alltså att vi ska lyssna på den som är gammal och klok, och det säger sagorna ofta. Om man i stället ser alla sagans gestalter som olika delar av det egna psyket handlar det om att lyssna till sina egna samlade erfarenheter.

Nu till lindormen. Vad händer med oss människor när vi blir avvisade? Det vanliga är att vi stänger av smärtan och lägger ett hårt kroppspansar över den. Samtidigt föds en vrede inom oss, men även den får ett skyddande lager. Detta motsvaras givetvis av lindormens alla skinn. Ju fler avvisanden vi inte kan hantera, desto fler och tjockare skinn får vi.

De som brukar kallas "värstingar" och "huliganer" har fått erfara mycket av den här typen av bortstötning. De är tydliga prinsar Lindorm. Men vi behöver inte gå till extrema exempel, det finns ett embryo till värsting inom oss alla. Som terapeut med mer än 20-årig erfarenhet vet jag att om man skalar av de yttre skikten finns bakom alla välartade fasader mängder med bortträngda känslor och destruktiva impulser.

Ju tidigare negativa upplevelser desto kraftigare och primitivare impulser. De flesta barn klarar att leva ut det förbjudna i sandlådan eller i lekrummet. De förstör sandslott och bråkar med sin nalle, sin docka, eller andra saker. Där kan de ta ut svängarna, där får de bli rasande arga, får banka på sin docka och säga:

– Du har varit så elak idag så du får banne mej finna dej i att få stryk!

Dockan går att slå och sen trösta. Det är ett sätt att bearbeta och hantera de våldsamma krafterna, och det måste barnen få göra. När känslorna ligger kvar under ytan brukar de gro och ta sig fula uttryck. Om man kan leva ut dem, helst i symbolisk form, kommer en reningsprocess

igång. Krafterna blir inte låsta utan kan i stället användas i konstruktiva syften.

Tydliga exempel på dålig bearbetning är givetvis hustrumisshandlare, men de indirekta yttringarna är vanligare. När en man som vrålar "Slå ner den djäveln!" på fotbolls- och ishockeymatcher, eller när en man hyrt en actionvideo och bär hem den i sin prydliga dokumentportfölj, då är han i kontakt med prins Lindorm inom sig.

Dessa impulser är vanligast förekommande hos män, vi har starkare aggressivitet att hantera. Men vilken mor som helst kan tänka om sitt barn: "Jag hatar den där ungen som bara skriker och är besvärlig. Nu kastar jag ut honom genom fönstret!" Sådana tankar är mycket skrämmande även om mamman vet att hon aldrig kommer att förverkliga dem och dessutom får höra på barnavårdscentralen att i stort sett alla mödrar någon gång har känt liknande impulser. *Medea*, ett gammalt grekiskt drama om en mor som dödar sina barn, har gått i fem olika uppsättningar i Göteborg under det senaste decenniet. Det är ett exempel på att man omedvetet söker sig till ämnen som behandlar obearbetade inre konflikter.

Trots att känslorna är skrämmande är det bättre att ha kontakt med dem och tänka: "Jag är förbannad och slutkörd, men jag älskar mitt barn och skulle aldrig göra det något ont." Alternativet är ju att lägga ett ormskinn över, och då blir man genast mindre levande. Samtidigt vet man

då inte vart impulserna tar vägen. Som familjeterapeut blir jag mindre orolig då jag möter en familj där man skriker åt varann än då jag möter en artig och välartad familj med stela, vänliga leenden.

I en av mina böcker, *Det vilda i mannen*, blir huvudpersonen Jonas övergiven av en kvinna. Hon gör slut med honom när de är på en semesterresa. När det händer känner han bara ledsnad och besvikelse, visar varken sig själv eller kvinnan hur rasande han egentligen är. Det upptäcker han under terapin några år senare, då han ser en stor krokodil komma krypande upp på en strand. Han förstår först inte vad det handlar om, men känner till slut igen stranden. När han kommer på att det var på just den stranden som flickvännen gjorde slut med honom, förstod han att krokodilen symboliserade den ilska han trängt undan i alla år.

Det är en bra bild av vad vi gör med våra känslor, hur de finns där, och hur de kan ligga hur länge som helst under ytan, tills de får rätt tillfälle att dyka upp.

Ilska dör så snart den matas,

blir fet då den får svälta.

Folksagan om prins Lindorm spelar upp konflikter som ligger under ytan hos oss alla. När vi hör en sådan berättelse eller ser en film på ett liknande tema känner vi igen oss, även om vi inte är medvetna om det. Alla gamla situationer då vi blivit bortstötta aktualiseras, symbolerna tränger ner i det omedvetna och ger gestalt åt de mörka sidorna. Samtidigt som dramat spelas upp bearbetar åhörarna sina egna inre konflikter. Sagan, dramat och även annan litteratur fyller en terapeutisk funktion, förutsatt att innehållet är någorlunda konstruktivt. Konstruktivt betyder här att konflikter skildras ärligt och tydligt, så att de ger en användbar inre struktur, och att gestalternas agerande i dramat kan lära lyssnarna något om hur de själva ska hantera sitt eget drama.

Leken har också nämnts som ett bra sätt för barn att lära sig att hantera svårigheter. Den är ovärderlig för att bearbeta starka upplevelser.

En sjuksköterska berättade följande historia: Hon skulle just avluta sitt dagsskift på sjukhuset då larmet gick , en stor trafikolycka hade inträffat. Hon stannade kvar på jobbet, ringde en god vän och bad henne att hämta barnen på dagis. När barnen kom hem såg de bilder från olyckan på TV. Eftersom de visste att mamma var med och hjälpte till att ta hand om de skadade människorna såg de inslagen med stor inlevelse. Det var inte längre en av många hemska scener på TV, det blev verklighet.

När deras mamma så småningom kom hem blev hon överöst med frågor.

– Hur gick det till? Hur mycket blödde de? Hur mycket skrek de?

Det är mängder av frågor som barn måste få svar på vid sådana här tillfällen. De vet ju hur fruktansvärt ont det kan göra när man skrapar upp ett knä eller trillar och slår sig. Hur ont gör det då när man brinner eller när huvudet trillar av?

Det är svåra saker att fatta för ett barn. Men det räcker inte att förstå med huvudet, hela kroppen och själen måste få vara med. Barn måste få en känslomässig förståelse och då måste de "gå in i bilden", som jag säger i terapeutiska sammanhang. Det gör de i lekarna.

Barnen i detta exempel lekte katastrof i flera veckor. De krockade leksaksbilar, la bandage på sina dockor och ritade olyckor. När så lekarna planade ut, förlorade sin intensitet och spänning, hade barnen förmodligen dränerat sina starka känslor, skapat sig inre förklaringar till det ofattbara. De kunde nu släppa de otäcka händelserna utan att de gav dem men, blockeringar eller hemska drömmar.

Men om barnen i stället haft en mamma som sagt: "Det där ska ni inte hålla på med!" eller på annat sätt lagt locket på, skulle de hysa stor rädsla och smärta inom sig, som hade aktualiserats så snart de kom i

kontakt med något som påminde dem om den gamla situationen. Nu tog de här barnen förmodligen i stället ett stort kliv i sin mognadsprocess.

På liknande sätt bör barn få bearbeta den starka smärta och vrede som väcks då de blir bortstötta. Alternativet är ormskinnen.

Men sagor brukar rå på även ormskinn. När de tränger ner och ger gestalt åt det som vilar i mörkret och barnen får bearbeta materialet i lek och skapande, sker en efterbearbetning som gör att de inte behöver bära det hemska med sig. Detta gör de som sagt av sig själva, utan att det behöver initieras av terapeuter. Vad som är nödvändigt är ett accepterande klimat och att någon ser dem när de gör det. Då blir det verkligt, då spricker trollen.

Tyvärr är pojkar ofta sämre än flickor på att bearbeta känslor. Flickornas docklekar rymmer mer känslor än pojkarnas lekar med bilar. Det är sällan synd om leksaksbilar. Pojkar är mer utagerande, mindre förstående. De möter också mindre förståelse från omgivningen. Pojkar har så många aggressiva sidor att bearbeta att omgivningen tröttnar: "*Måste ni hålla på så där!*" Men pojkar *behöver* få känna på de här krafterna. De *behöver* få känna på hur arg, vild, eller utagerande man kan vara. Hur känns det i kroppen när man är så där riktigt arg? Var går gränserna? De vill känna på det, smaka på det och leka sina lekar. De gör det instinktivt.

Marie Bergman, den kloka sångerskan, uttrycker detta på följande sätt: Tjuren i oss, det vill säga drivkraften, det primitiva och infantila säger: "Jag är varken ond eller god, jag bara är. Jag kan inte kultivera mig själv. Om jag följer min egen kraft löper jag amok. Det är ni som måste spänna mig framför plogen."

Våld och andra aggressiva yttringar är givetvis belastade av tidigare lindormars härjningar. Under 1970-talet städades alla krigsleksaker undan på våra dagis. Pojkarna fick veta att det inte var bra att vara aggressiv eller vild. Idag undrar man vad det var som gick snett. Man ville väl, men pojkarna borde i stället fått höra att krafterna är goda, men att de måste lära sig att hantera dem. Nu blev de förbjudna och laddade.

Ien av mina mansgrupper var det en man som hade växt upp i en familj utan pappa. Hans mamma och systrar var aktiva feminister. Han fick ständigt höra hur eländigt manssläktet var och vilken tur han haft som fötts i den här familjen, så inte han också blev en sån där våldtäktsman och mördare. Han själv kände likadant, avsky för männen och deras aggressivitet.

Under helgen berättade jag sagan om Järn-Hans. Den handlar om en vildman, en stor, hårig best som bor i botten av en tjärn. När sagan var slut gjorde alla en egen visualisering av den, där en symbol för den egna manligheten, eller rädslan för manligheten, steg upp ur tjärnen. Denne man

såg ett stort svart kors sakta stiga upp ur det mörka vattnet. Han kände att det var laddat med skuld och att det var tungt, mycket tungt.

Under dessa gruppmöten får alla måla sina symboler. Därefter arbetar vi med rituell dans. Gruppen dansar i en cirkel och var och en dansar in i mitten och *är* sin symbol. När denne man kommer in i ringen blir korsets tyngd än mer påtaglig. Han känner hur han bär manssläktets alla våldsdåd på sina axlar. Här finns alla krig som har rasat, alla våldtäkter som någonsin begåtts och all hustrumisshandel. Korset blir tyngre och tyngre och han klagar högljutt under bördan. Det är meningen att vi som dansar i cirkeln ska spegla den som dansar i mitten. Denna gång är det lätt. Vi har alla hört om det elände som manssläktet gjort sig skyldig till och vi sjunker allt djupare ner under dansen. Till slut ligger mannen i mitten faktiskt på golvet och klagar.

Så hör jag hur hans röst förändras och han blir förbannad. Jag ser hur han knyter händerna. Han berättar efteråt att just då förvandlades bilden av korset i hans inre till ett svärdshandtag. Han reser sig upp och ropar med bestämd röst:

– Men *jag* har ju inte våldtagit nån! *Jag* har inte startat några krig!

Efteråt var han omtumlad och det dröjde innan han fattat vad han varit med om. Men hans kropp visste. Den hade fått en annan resning, en resning som den sen behöll. Hans sätt att bära skulden var inte

konstruktivt. Nu fick han lov att bruka sina krafter, kanske för att arbeta för en positiv mansroll.

Eva Dahlgren sjöng för några år sen:

Ung och stolt,

jag är en Krigare.

Med tro på mej,

går livet vidare.

Jag har sett Eva framföra den texten på scen och det ser ut som hon verkligen menar det hon sjunger. Då slog det mig: "Tänk om en man hade stått där i stället! Då hade han säkert blivit anklagad för krigshets och fascism." Jag tycker att det är bra att Eva Dahlgren sjunger som hon gör, men det är synd att inte vi män vågar stå för samma stolthet. Det är tragiskt att det är så belastat att vara en stark man. Förhoppningsvis får de som växer upp idag lättare att finna positiva förebilder av unga och starka krigare, krigare med själ, inte soldater.

Filmen *Änglagård* har setts av så många att den nästan blivit mytisk. Uppenbarligen fångar den upp en djup underström i den svenska folksjälen.

I det lilla samhället i Västergötland går allt sin gilla gång. Storbonden är odräglig, hans hustru har ett förhållande med den förstående prästen. Specerihandlaren smyger in på kontoret och ser på porrfilmer så snart han inte har några kunder. Hans kvinnliga biträde tycker att han är pervers och ägnar sig i stället åt något mer normalt, det vill säga snabba, hemliga kärleksmöten i skogen med den odräglige storbondens son, som i dessa möten kompenserar förtrycket från sin far. Allt är med andra ord "normalt" och det mesta av vikt sker i det fördolda.

Till denna sovande idyll kommer så ett ungt par på motorcykel. De har svarta läderkläder och ett förflutet i porrbranschen. Egentligen är de varma och kärleksfullt kontaktsökande, men de representerar också de mörka krafter som invånarna försökt dölja för sig själva och varann. Här är plötsligt några som öppet gör det de själva smyger med eller bara fantiserar om.

Det dionysiska paret väcker givetvis våldsamma reaktioner, men alla reagerar mycket olika. En gör det på ett sjukt sätt. Vad är det som kan få

en person så rädd att han/hon gör sig skyldig till följande drastiska handling?

Vederbörande lastar två bensindunkar bak i bilen och kör med händerna i ett krampgrepp om ratten mot det stora huset i skogen. Tanken är att bränna ner det. Motiven är egentligen oklara för honom/henne. Säkert vet han/hon bara att de två nyinflyttade är farliga på något sätt. De måste förintas om det inte ska hända något förfärligt. I varje fall känns det så, han/hon har haft ångest ända sen den dagen de kom till byn.

En av aktörerna försöker alltså bränna ner Änglagård? Vem?

1. Prästen som ju är den som ska upprätthålla moralen i byn?

2. Den odräglige storbonden, som ju inte verkar ha några skrupler?

3. Hans utagerande hustru?

4. Hans son, som har så svårt att hålla på sina gränser?

5. Den vänligt leende handelsmannen, som vill vara alla till lags?

Extrafråga: Vilken typ av människor bränner invandrarbaracker?