

Kärlekens väsen – och oväsen
Gudrun Olsson
Professor i psykologi
Vetenskapsfestivalen Strömstad Akademi 2022

Kärlek och metaforer

”Kärlek är värdelöst tills man ger bort den”, sade en vän till mig för en tid sedan. Uppenbart är att han ser kärlek som en gåva. Men han säger mycket mer. Själva givandet av denna gåva implicerar en förvandling, från värdelös till värdefull. Om man behåller kärleken för sig själv, bara riktar gåvan mot det egna jaget, förlorar den sitt värde. Det renodlade älska-dig-sjöv-projektet skulle alltså från början vara dömt att misslyckas.

Jag har tillsammans med samma vän tidigare reflekterat över vad kärlek kan vara och han skrev då till mig: ”För mig är inte kärlek en uppflammande eld utan en varm glöd, en inre värmepanna som inte bara värmer utan också ger ljus”. Han drar sig lite för att tänka på kärleken som eld, den som flammar - kanske okontrollerat - men det gör inte 1700-talsskalden Gustaf Philip Creutz: ”Jag sjunger om den eld som plågar och förnöjer när han sin första makt i unga hjärtan röjer”, diktar han. Plågar och förnöjer. Passionen. Klart är att när vi försöker förstå vad kärlek är klarar vi oss inte utan *metaforer*. Kärleken -med sin föregångare förälskelsen -förändrar min inre ordföljd. Den förflyttar berg. Det är en urkraft som inte går att kontrollera eller stoppa. Kärleken är evig men föremålen växlar, säger vi. Omständigheterna förändras men inte essensen. *Frågan är om vi kan fånga något av kärlekens väsen med hjälp av metaforik*. Jag kommer inte här gå in på vad en metafor kan vara utan man kan läsa om det i boken ”I metaforernas landskap. Om livet, döden och kärleken” (Carlsson Bokförlag, 2020).

Men när jag säger metaforer, så hamnar vi i språket, orden som fånglar, befriar, förför eller förstör. Jag tänker mig att man kan urskilja två funktioner hos språket. Det är informativt och det är formativt. Vi informerar någon exempelvis om tid och plats för en föreläsning. Någon har sagt att information och poesi står i ett motsatsförhållande till varandra. Det är väl uppenbart att vi lever i ett informationssamhälle som kanske inte har så mycket med kunskap och bildning att göra. Språkets formativa funktion handlar om i vilket språk vi vill forma oss. Om jag säger att mitt vinglas är halvtomt försätter det mig i ett dystrare stämningsläge än om jag säger att det är halvfullt, förutsatt att vinet är gott och att jag tycker om vin. Det betyder att vi bör vara varsamma med orden, välja dem med omsorg därför att orden bidrar till att forma vem vi är och hur vi ser på världen.

Jag hörde nyligen den danske poeten och allkonstnären Morten Søndergaard i samtal med UKON (Ulf Carl Olov Nilsson), poet och psykoanalytiker. Morten säger ungefär: "Det vidunderliga med språket är att ju mer vi använder det, ju fler ord finns det. På det sättet är språket mycket lite kapitalistiskt, snarare tvärtom", säger han. "Ja", säger UKON, "vissa saker har ingen övre gräns, t.ex. rikedom. Man kan alltid bli rikare. Samma sak är det med orden. Det finns alltid fler". Och jag påstår att samma sak är det med kärleken. Den kan alltid växa! Den är heller inte kapitalistisk utan har ett inneboende mänskligt värde i sig själv. "Mot allt och alla hävdar den älskande kärleken som ett värde", skriver Roland Barthes. Svend Brinkman säger att kärleken har ett självändamål, i likhet med exempelvis leken, konsten och bildningen. Om sådana fenomen underkastas den pågående instrumentaliseringen, och betraktas som redskap för något annat än sig själv, har det mänskliga och meningsfulla i tillvaron gått förlorat. Kärleken lever utan någon explicit strävan i någon riktning mot något mål men jag kan iaktta att det som kärleken blottlägger hos mig är energi. Jag är tilltalad av Svend Brinkmanns syn på kärlek: *Kärlek är en självöverskridande uppmärksamhet riktad mot en annan person.* Han poängterar att

kärlek är *inte* en känsla utan en relation till någon eller något. Relationen kan för visso ge upphov till en mängd känslor, glädje, sorg, svartsjuka, vrede. Känslor kommer och går men kärleken följer inte dessa växlingar. I så fall skulle man ju sluta att älska sin partner om han/hon blir allvarligt sjuk. Förlusten av den uteblivna uppmärksamheten som en följd av sjukdom minskar ju inte kärleken, även om den förstås kan sättas på prov och kanske håller sig dold en stund. Jag tänker på kärlek som en aktiv handling. Kärleken är vad kärleken gör. Kristina Lugn är nog inne på samma tankegång: "Kärleken förmår ingenting alls när den inte verkställs".

Kärlek och det filosofiska samtalet

Det finns en länk mellan synen på kärlek som en självöverskridande uppmärksamhet riktad mot en annan person och *det filosofiska samtalet* som Anders Lindseth, professor i filosofi, beskriver det. Förbindelselänken mellan kärleken och samtalet är *uppmärksamheten*. Samtalet sker i ett öppet uppmärksamhetsrum, "open space of attention" där ett filosofiskt undersökande kan ta sin början och där frågor är viktigare än svar. Samtalet tar sin utgångspunkt i den mänskliga erfarenheten, i en konkret levd vardagsvärld.

Nyckelord i samtalet är dialog och lyssnande. Enligt min mening håller lyssnandet på att gå förlorat i vår tid och jag avser då lyssnandet inåt. I korthet ska jag försöka beskriva byggstenarna i *det filosofiska samtalet*: Jag har något på hjärtat och *uttrycker* det till en annan person. Den andre lyssnar och i det öppna uppmärksamhetsrummet blir det lätt för mig att finna flera ord. Jag känner mig inbjuden att uttrycka mig. Den andre låter sig beröras och omvandlar mitt uttryck till ett *intryck*, tar liksom in hela mig och låter sig *förundras*. Därefter får jag ett *reflekterat svar*. Ansvaret att svara. "Responding responsibility". Vi lever våra liv i denna rörelse av uttryck och intryck. I det goda samtalet kan man få syn på sig själv och världen utifrån ett nytt perspektiv.

Men alltför ofta stängs rummet för uppmärksamhet för snabbt. Hurdå? Lyssnaren har alldeles för snabbt levererat ett svar, en etikett, en förklaring eller en diagnos. "Once you label me, you negate me", säger Sören Kierkegaard. Etiketten reducerar människan. Fördomarna i Gadammers mening, alla för-föreställningar och förkunskaper som lugnt skulle vila inom parenteser väller fram. Talaren slutar snabbt tala.

Jag tror att vi alla har upplevt en situation då vi är alldeles uppfyllda av en händelse vi vill berätta för någon. Händelsen väcker förstås associationer hos den andre, men han tar liksom över och börjar berätta om något eget upplevt. Känslan man lämnas med är tomhet, maktlöshet. Och man känner sig definitivt inte emottagen. Christofer Bollas, psykoanalytiker och litteraturprofessor, har ett bra uttryck för detta fenomen. Han talar om *stulen subjektivitet*. Efter en tid lär man sig nog vilka personer som brukar stjäla ens subjektivitet och man undviker gärna dem.

Det kanske allra allvarligaste som sker i dessa havererade samtal är att *förundran*, "wonder", dödas. Vad är då egentligen förundran? Finn Thorbjörn Hansen, filosofiprofessor (vid min gamla institution i Aalborg, Institut for Kommunikation) menar att *förundran ligger till grund för allt genuint tänkande*. Man blir fångad av något, tagen, något kallar och min uppgift blir att jag lever så att jag hör kallandet, att jag svarar. Vinden viskar i mitt öra och den bär på ett hemligt budskap som jag kan tyda. Precis som med förälskelse och kärlek kan heller inte förundran planeras eller förutsägas. Det gåtfulla, det innerliga, det drabbande, det utsägliga är en alldeles egen dimension vid sidan om en mer analytisk kunskapsdimension. I den intensiva mailväxlingen mellan Finn och mig uppstår plötsligt hans fråga: "Hur skriver man, hur samtalar man och hur lever man i riktning mot det gåtfulla i tillvaron"?

Vi brukar tala om fritt flytande ångest. Om den bindes vid ett objekt blir den något lättare att uthärda. Jag tänker att vi även kan tala om fritt flytande kärlek, och den söker också ett objekt, t.ex en annan människa, naturen, djuren, arbetet, en idé, en käpphäst. Jag vill anlägga en bred kärleksförståelse, omsorgen om den/det andra, vårdandet av kärleksgåvan, även om jag hämtar flera exempel från den heterosexuella kärleksrelationen. Vidare tänker jag att om kärleken i tvåsamheten exkluderar andra, är det nog inte kärlek vi talar om utan kanske ett fastklamrande vid den andre grundat i illusionen att denne ska vara boten mot den existentiella ensamheten.

Förälskelse, kärlek och skrivande

Per Magnus Johansson låter sig inspireras av Roland Barthes när han skriver om likheter mellan *förälskelse* och *skrivande*. Han menar att både förälskelse och skrivande utgår från en urkraft som är bortom all kontroll. Man överlämnar sig till något större än en själv. Begäret är alldeles närvarande och i passionen, i förälskelsen såväl som i skrivandet, drivs personen att överskrida sina gränser. Livet återvänder. "Kraftlösheten och dess anförvant likgiltigheten går på semester", skriver han. Man anstränger sig till det yttersta och vill ge allt man har att ge. Kanske det finns en föreställning om att perfektion är möjlig. Men inte oväntat, denna omstörtande, livgivande erfarenhet leder till utmattning hos den förälskade och hos den skrivande personen – tills begäret åter gör sig påmint. Slutpunkten är döden.

En skrivande person är Marianne Lindberg De Geer, och på något sätt får man en känsla av hur hon låter kärlek och skrivande gå hand i hand. Hennes senaste bok, "Utan hänsyn", är en dagbok och en kompromisslös skildring av ålderdomen (SVD 14 feb 2022). Hon har ett självutlämmande mod och ser hur utförsbacken går i riktning bara mot ett håll, mot döden. Den djupa samhörigheten mellan henne och maken Carl Johan DeGeer skildras så fint i följande rader:

”Underligt hur man som gammalt par går mot döden i något slags märklig tillförsikt. Vaknar hand i hand med maken, huset är tyst, det är bara vi här nu, sängen är varm och underlakanet skönt mot kroppen. Jag skulle kunna somna in så här.”

Sammanfattningsvis, tycker jag mig se likheter mellan förälskelse, kärlek, lek, skapande, förundran, fantasi och skrivande. Att öppna sig för det okända, våga språnget, möta kärlekens förunderliga kraft och låta språket tala genom en är ett pågående äventyr. Att sätta sig till rätta i fåtöljen är dagens höjdpunkt. Man vet aldrig vilka ord som formas, och det blir liksom en spegel av själva livet, där det banala och existentiella förenas och läggs bredvid varandra som tråd vid tråd i samma väv

Kärlekens oväsen

Kanske vi kan nå något av kärlekens väsen genom att uppmärksamma dess oväsen. Ibland blir något synligt bara genom frånvaron av detta något. Ibland är något inte vad det synes vara. Jag har läst Jane Bykaers bok ”Att opdage den anden”. Jane är privatpraktiserande psykoanalytiker i Odense med en bakgrund i idéhistoria. Med utgångspunkt från Kierkegaards *Förförarens dagbok* (ingår i Antingen-eller/inspirerad av Mozarts opera Don Giovanni) låter Jane oss följa Johannes förförelsekonster såsom de kommer till uttryck mot Cordelia. Det är ett fint exempel på hur något inte är vad det ger sig ut för att vara. Det ser ut som om han söker en relation med Cordelia. Det ser ut som om han är förälskad i henne. Det ser ut som om han vecklar in sig för att upptäcka och erkänna henne som en annan med egna önskningar. Men hon är bara ett objekt i spelet. Han är upptagen av henne fram till den punkt där han lyckas med att locka henne att älska sig. Då tappar han intresset för henne. Klimax är själva övergivandet. Då är konstverket avslutat och konstnären kan påbörja ett nytt konstverk med någon annan. Cordelia var någon han använde i själv-kärlekens tjänst, såsom han använde varje kvinna. Han skapar tvångsmässigt samma teaterscen om och om igen

där rollerna på förhand är klara så att de överensstämmer med den egna njutbara förförelsefantasin. Johannes lider inte och kanske är det just det som är problemet. Han styr genom att hålla sig utanför. Han tar inte risken som man måste ta i kärlek, risken att bli övergiven och därmed undviker han den förändring som kärleken alltid medför.

Och här ger oss Jane Bykaer sin syn på kärlek. Hon skriver: "*Att älska någon utöver sig själv är att låta sig förändras via den plats den andre därvid får i en*" (s. 69). Detta är Johannes stora existentiella tragedi, oförmågan att älska någon utöver sig själv. Frågan är hur man ska kunna veckla ut sig ur den fastlåsthet som upprepningstvänet innebär. Så länge vi fortsätter att följa vårt manus med de förutbestämda rollerna tillåter vi inte något nytt att komma in. Språket och samtalet kan komma till vår räddning, och det psykoterapeutiska rummet kan bli en plats där terapeuten blir medskapare till ett nytt rum.

Ibland tänker jag att kärlek handlar om vår förmåga att *uthärda ambivalens*. Det låter kanske inte så glamoröst eller passionerat, men man kan resonera så här. *Väntan* intar en central plats i kärlekens dynamik, eller åtminstone i förälskelsens dynamik. Roland Barthes skriver om "ett ångestfyllt kaos, som framkallas av väntan på den älskade och de futtiga förseningar som då uppstår (i avtalade möten, telefonsamtal, brev, återkomster)." För min del räckte det med att HAN inte kom först ut från bussen, tåget, färjan eller planet vid våra återseenden för att jag skulle känna en strimma av ångestfyllt kaos. Jag inbillade mig att han kom sist – eller att han inte skulle komma alls. Han är pålitligheten personifierad. Han gör vad han säger att han ska göra. Han håller avtal.

Jag tror att varje människa glider runt mellan hat-och-kärlekspolerna, och det börjar riktigt tidigt, under bröst-tiden. Jag hatar dig för att du låter mig vänta, jävla bröst! Men där kommer du ju! Så härligt! Jag älskar dig djupt och innerligt. Hjälpt, nu är du borta igen, men jag kan faktiskt lite minnas hur det var då jag hade tillgång till dig"! På det

sättet kan inre bilder av ett gott och livgivande bröst formas och det blir med tiden lite lättare att utvärdera frånvaron. Som förälskad möter man åter sin barndom och sin ungdom. Eller sagt på ett annat sätt: Barndom och ungdom förflyttas till det aktuella ögonblicket, här-och-nu. I mitt förälskade tillstånd fann jag mig pendla mellan 2 år och 14. Om tiden vid bröstet var en riktigt dålig tid finns det en risk att man inte vågar ge sig hän i en förälskelse. Man kan helt förlora sig själv. Men som jag läste på reklamen för ett mentorsprogram för unga: "Det är enklare att hitta sig själv om man är två som letar"!

Jag ser inte ambivalens som något negativt som uttryck för "velighet" utan snarare som ett kreativt förhållningssätt i människans strävan att skapa harmoni och en känsla av helhet och mening. När man ser en hel, verklig människa med sina goda och dåliga sidor, börjar det långsamt gå upp för en att man kan förlora henne eller honom. Och hemska tanke: är det jag som genom mitt hat, min avund, min destruktivitet har skadat och förstört den andre? Hur ska jag kunna reparera skadan? Och blir jag mottagen i mina reparationsförsök?

Att bli älskad och att älska är kärlek på två mycket olika nivåer, skriver Alain de Botton. Vi börjar våra liv med att känna endast en nivå, att bli älskad. En farlig fixering vid denna nivå kan präglavuxenlivet. Den uppfattningen om kärlek leder till en katastrof. I strävan efter att bli uppskattad, älskad och bortskämda drar vi ut på jakt efter kärleken i perfekt form. Vi noterar dess frånvaro i tid och otid. Den fanns inte här, inte där. Jakten måste fortsätta. Om man ser på kärlek som en handelsvara är det lätt att tänka: "Allt detta har jag gjort för dig Vad gör du för mig?" Men det finns en annan sorts kärlek, vars återgåldande inte krävs. De Botton skriver att kärlekens "sanna målsättning är ingenting mindre än att se bortom sig själv för en annan människas skull". Det är alltså ett aktivt handlande subjekt som älskar. Kärlek är att låta den andre vara någon på sina egna villkor utan att vilja kontrollera och uppsluka. Man får helt enkelt lägga av med fångvaktarrollen. Denna typ av kärlek frigör oss från det tunga ansvaret att ständigt försöka tillgodose våra egna

omättnings behov. Relationen kan bli ett "frihetsprojekt" där båda får plats. Den enskildes kreativa särart är bevarad.

Kärleken i vår tid

Vad utmärker vår tid? Vår tid är präglad av en överväldigande komplexitet med oändliga valmöjligheter. Allt är upp till en själv och man inbillar sig att det är frihet. Man glömmer att frihet är att utsätta sig för de gränser som ett val alltid medför. Någon har sagt: "Frihet är att vara bunden med de rätta banden". Och jag vill säga: "Kärlek är att vara bunden med de rätta banden". Om man lever efter conceptet "Förlorar du en så står dig tusen åter" blir kärlekspersonen som ett utbytbar ting och någon förbundenhet kan aldrig komma till stånd. Det accelererande och utmattande tempot ersätter rytmen. Rytmen förbinder och förutsätter en tre-delning, där man har ett ting, ett annat ting och ett mellanrum, en paus. Utan rytmen förlorar man tidsförnimmelsen. Allt går liksom i ett. Saker och ting förändras oupphörligen men inget förändras på djupet. För individen blir det en utifrån-styrning, och lyssnandet blir alltså lidande i vår tid. "When you talk you are only repeating what you already know. But if you listen you may learn something new"! Om jag lever i en föreställning om att det finns en själsfrände där ute för mig, kanske bara en enda människa som ska ge mitt liv mening, fylla tomheten, vaccinera mig mot ensamheten kommer denna föreställning leda mig ut på marknaden med alla sina möjligheter. Det febrila sökandet fortsätter och förvirringen tilltar för varje dag.

Eva Illouz, sociologiprofessor har skrivit böckerna "Därför gör kärlek ont" (2011) och "Därför tar kärleken slut" (2018). Hon utgår från heterosexuella relationer och undersöker den moderna kärleken och det lidande som den förorsakar. Båda böckerna bygger på djupintervjuer. En grundläggande tanke hon för fram är att *sammanflätningen mellan kapitalismen och kärleken* har ändrat förutsättningen för kärleksrelationerna. Det stora problemet är att vi förhåller oss till kärleken som om det vore en marknad styrd av

utbud och efterfrågan. Människor blir handelsvaror. Man utvecklar ett shoppingbeteende exempelvis på Tinder. Det gäller att som god konsument välja och vraka, en snabb blick på ett ansikte, en kropp. Du väljer! Att göra sig attraktiv och gångbar på marknaden skapar oro och stress. En del blir mer efterfrågade än andra och den som faller utanför marknadsmekanismerna blir mycket sårad. Fixeringen vid yta och förtingligandet av människan gör att kärleken tar slut – innan den ens har börjat.

Hur är det då med jämställdheten på denna relationsmarknad? Kvinnor torde väl numera vara väljande subjekt i lika stor utsträckning som män? Ja, för visso men Eva Illouz intar en pessimistisk hållning och menar att den moderna kärleken rymmer en inneboende och dold ojämlikhet. Hon resonerar så här. Tidigare var det mannen som i kraft av sitt ekonomiska och sociala maktövertag friade och gav därmed kvinnan det enda maktövertag hon kunde ha, det emotionella. Att vara den som tar initiativ och visar sin kärlek först tar alltid en risk, och det var alltså mannen som gjorde det. Man blottar sin sårbara längtan. Nu när kvinnor tar initiativ kan män backa från risktagandet och luta sig tillbaka och vänta, som kvinnor tidigare gjorde. Här tycker man att det skulle finnas förutsättningar för en mogen relation baserad på givande och tagande. Men nej, säger Eva Illouz. Kvinnor och män intar olika roller. Män drar sig alltmer undan det känslomässiga ansvaret för en relation medan kvinnor ”investerar” det mesta av sig själva och sin självkänsla i önskan att skapa en kärleksrelation. Kvinnor känner in, tolkar och försöker fundera ut en optimal balans mellan engagemang och distans. Att visa för mycket kärlek, längtan och omsorg kan nämligen skrämja bort mannen. För stor distans och autonomi är heller inte bra. Det kan göra att han känner sig avvisad och nonchalerad. I denna tröttsamma dans finns en risk att aldrig några möten uppstår.

Kärlekens väg blir allt mer krokig, vilket exemplifieras med Lena Anderssons relationsbeskrivning i boken ”Utan personligt ansvar”.

Ester och Olof har en relation betraktad utifrån ekonomismens optik. Olof har stor känslighet för kapitalflöden. Då han gjort en insättning på Esters konto, en snällhetsgest, måste han genast dra sig tillbaka. Han iakttar fluktuationer på sitt konto. Ibland kan det minska rejält. Då blir det dags för en ny insättning och han närmar sig åter Ester. Det är inte bara relationen som beskrivs med ekonomi som metaforkälla. Ester tyckte att Olofs ögon blev till springor och myntinkast när han log. Mot en sådan kärleksförståelse ställs den icke-instrumentaliserade kärleken som inte har något annat syfte än sitt eget.

Kärleken och sorgen

Det går inte att tala om kärlek utan att tala om sorg. Jag förlorade min livskamrat 2015 efter 30 kärleksår med honom. Hur ska man kunna överleva då man förlorat sin människa, den man älskar och vuxit samman med? Förbundenheten kan upplevas som om man är en del av varandras blodomlopp. Hur kan man då finna ett språk för sorgen? Någon har sagt: "Det finns inga ord som hjälper. Här har vi bara ord". Bodil Malmsten skriver i sin sista dikt "Det här är hjärtat" att "kärleken är att jag vill att du finns". Jag tänker att det handlar om att våga behöva varandra. Det krävs mod för det. Bodil Malmsten skriver:

"/.../ Det finns någonting
som alla behöver
som är att vara del av något större
Det vill säga behövas
Som du behövde mig
Som jag dig
Kärleken är att jag vill att du finns".

Julian Barnes frågar sig i boken "Livslägen": "Om kärleken kan växa och lagras med åren, varför skulle då inte sorgen kunna det?" Jag

tänker att sorgen har många ansikten. När vi tror att vi har besekrat den, har den bara dragit sig tillbaka för att omgruppera sig.

Den sanna kärleken förändrar en människa inifrån. Man förändras genom den plats man låter den andre inta inom en. Jag tror att det är så även med sorgen. Den har en förändrande potential.

Julian Barnes beskriver två typer av ensamhet. Den första handlar om att man inte funnit någon att älska. Det är en slags otröstlig längtan efter något eller någon; man vet inte vad eller vem. Den ensamheten är mycket värre än den andra typen av ensamhet, där man förlorat den man älskar, dvs frånvaron av just honom. Jag fann tröst i Julian Barnes ord om smärtan, att det gör precis så ont som det är värt. Om det inget betyder, skulle det inte göra så ont. Smärtan är därmed ett bevis på kärleken.

Den riktigt stora trösten fann jag dock i det brev som min vän skrev till mig. Varje gång jag läste hans brev kände jag mig buren av innerligheten i hans ord. Han skriver om sorgen som en slags tsunami, en ödeläggande flodvåg, som utvecklar sin kraft. Han påpekar att jag då inte behöver företa mig något, jag kan "bara hälsa på sorgen, låta den vara, medan den gradvis försvinner i fjärran som fågeln i sin flykt mot himlen, tills den kommer igen nästa gång, objuden, men kanske med lite mindre överväldigande kraft". Han avslutar sitt brev med orden: "Vi må omfamna både livet och döden. Livet får mening i kraft av döden." I de orden kunde jag vila. *Att lyssna till min väns ord, att låta mig förändras via den plats jag ger dem i mitt hjärta, det är kärlek för mig.*