

At være et menneske

- Introduktion til eksistensfilosofi



Frederiksværk Bogsalon
11. oktober 2018
Thomas Ryan Jensen

Man stikker Fingeren i Jorden, for at lugte, hvad Land man er i, jeg stikker Fingeren i Tilværelsen – den lugter af ingen Ting. Hvor er jeg? Hvad vil det sige: Verden? Hvad betyder dette Ord? Hvo har narret mig ind i det Hele, og lader mig nu staae der? Hvem er jeg? Hvorledes kom jeg ind i Verden; hvorfor blev jeg ikke adspurg, hvorfor ikke gjort bekjendt med Skikke og Vedtægter, men stukket ind i Geledet, som var jeg kjøbt af en Seelenverkorper? Hvorledes blev jeg Interessent i den store Entreprise, som man kalder Virkeligheden? Hvorfor skal jeg være Interessent? Er det ikke en fri Sag? Og skal jeg nødsages til at være det, hvor er da Dirigenten, jeg har en Bemærkning at gjøre? Er der ingen Dirigent? Hvor skal jeg henvende mig med min Klage? Tilværelsen er jo en Debat, maa jeg bede, at min Betragtning kommer med under Overveielse?

Søren Kierkegaard; "Gjentagelsen"

Introduktion til eksistentialisme

- En filosofisk retning optaget af hvad der grundlæggende karakteriserer menneskets måde at være til på.
- Eksistens kommer forud for essens (Sartre)
- Fokuserer på menneskets radikale frihed; at mennesket skaber sig selv ved at vælge. (Nyeng)
- Begrebet først benyttet af Jean Paul Sartre i 1947
- Samlebetegnelse for en række tænkere, begyndende med Kierkegaard.

Eksistentialister

Eksistensfilosoffer:

- Søren Kierkegaard
- Friedrich Nietzsche
- Jean Paul Sartre
- Albert Camus

Eksistenspsykologer:

- Victor Frankl
- Irwin Yalom
- Bo Jacobsen
- Karen Schultz

Kierkegaard: Sandhed *for mig*

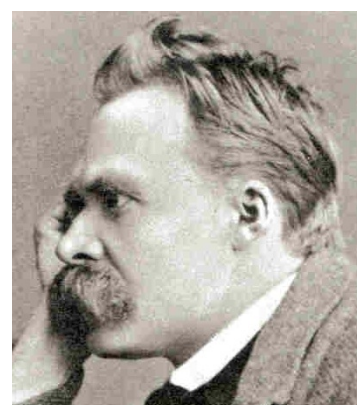
Det kommer an paa at forstaae min Bestemmelse, at see, hvad Guddommen egentlig vil, at *jeg* skal gjøre; det gjælder om at finde en Sandhed, som er Sandhed *for mig*, at finde den *Idee, for hvilken jeg vil leve og døe*. Og hvad nyttede det mig dertil, om jeg fandt en saakaldet objektiv Sandhed; om jeg arbeidede mig igjennem Philosophernes Systemer (...) hvad nyttede det mig dertil, at jeg kunne udvikle en Statstheorie og af de mængstedfra hentede Enkeltheder combinere en Totalitet, construere en Verden, hvori jeg saa igjen ikke levede, men blot holdt frem til Skue for Andre; - hvad nyttede det for mig at kunne (...) forklare mange enkelte Phænomener, naar de for *mig selv* og *mit Liv* ikke havde nogen dybere Betydning?

Søren Kierkegaard; *Dagbogsnotat*, Gilleleje, 1835



Nietzsche: Gud er død

- At "Gud er død" betyder at alle forestillinger om det absolutte (kosmisk orden, guddommelig vilje, logik, historie) har vist sig at være menneskelige konstruktioner.
- Nødvendigt projekt: Omvurdering af alle værdier
- Vilje til magt: Viljen til at sætte sine egne værdier



Sartre: Vi er dømt til frihed

"Mennesket er fordømt til at være frit. Dømt fordi han ikke har skabt sig selv, og frit, fordi han, når han engang er kastet ind i verden, er ansvarlig for alt det han gør".

- Sartre: Eksistentialisme er en humanisme, 1946



Sartre og Beauvoir: Livet er et valg

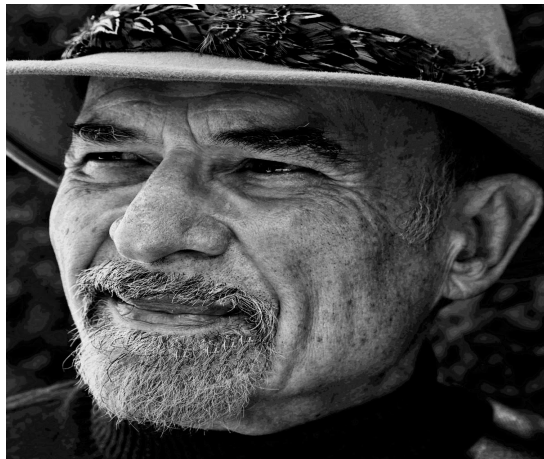
- Fakticitet: Vi er kastet ind i verden på nogle bestemte betingelser – tid, sted osv.
- Ved at vælge hvordan jeg forholder mig til mit liv, skaber jeg betydning.
- Værdier bliver virkelige fordi nogen vælger dem, står for dem og lever dem.
- Det er altid *frihed* i en *situation*



Jean Paul Sartre og Simone Beauvoir

Yaloms fire eksistentielle grundvilkår

- Irwin Yalom, amerikansk eksistenspsykolog, grundlægger af den eksistentielle psykoterapi.
- Observerede at en del patienter havde problemer, som ikke var traditionelt psykologiske, men snarere knyttede sig til det at være menneske.



Yaloms fire grundvilkår

- Døden: "Døden er det vilkår, der gør det muligt for os at leve livet på en egentlig eller autentisk måde".(Yalom)
(værensglemsel vs værensbesindelse - memento mori)
- Friheden: Fordømt til frihed
- Aleneværen: "Vi vil aldrig fuldstændig kunne forklare andre, hvordan vi oplever verden og vi vil aldrig kunne opleve verden på samme måde som et andet menneske."
- Mening(sløshed): Fordringen om at leve meningsfuldt i en meningsløs verden



Frihed
Angst
Autenticitet

Tre eksistensielle grundtemaer

Frihed

Vi er frie fordi:

- Der ikke er nogen givet mening
- Der ikke er nogle ydre faktorer, som bestemmer vores valg
- Vi i konkrete situationer altid har mulighed for at vælge anderledes.
- Vi er ansvarlige for vores valg og dermed også for moralsk bedømmelse



Vi kan vælge anderledes

- Jeg passer mit arbejde, men jeg *kunne* holde op i morgen for at gå i kloster eller blive kriminel.
- Med mine vanepægede og dagligdags handlinger bygger jeg videre på en antagelse om hvem jeg
- Hvis pligtfølelse og penge-hensyn styrer mit liv, så er det mit valg.
- Jeg *kan* vælge anderledes



Poul Klee: Med to dromedarer og et æsel

Viktor Frankl

Man kan tage alt fra mennesker i koncentrationslejren, alt, undtagen ét, den sidste menneskelige frihed til at forholde sig sådan eller sådan til de givne omstændigheder... det, koncentrationslejren tilsyneladende 'gør' mennesket til, er resultatet af en indre afgørelse.



Psykologi og eksistens, 1993

Hvad kan jeg vælge?

- Der er ikke nogen ydre retningslinje for rigtigt og forkert. Der er kun, at træffe sit eget oprigtige valg. Men et er så også et valg; Oprigtigheden eller uoprigtigheden.
- Valget af levemåde og af livsform er dermed et radikalt valg af hvem, af hvilket menneske, man vil være.(...) Man er det liv man lever. (Nyeng)
- Jeg kan vælge mine værdier. Ved at vælge dem skaber jeg dem – og forpligter jeg mig på dem.

Vi fortrænger

- Vi fortrænger vores frihed – det totale fravær af en ydre standard - og gør som de andre.
- Vi kaster os ind i det moderne livs travlhed og udvisker gradvist forståelsen af hvad der er på spil i at eksistere.
- Livet bliver løsrevne episoder uden mening og retning.



Edvard Munch: *Angst*

Vi vækkes

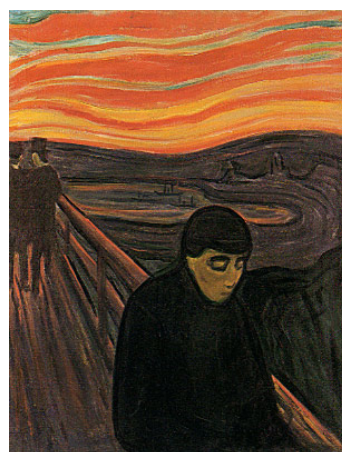


Edvard Munch: *Skriget*

- Noget vækker os – en oplevelse, en erkendelse, en alder – og vi føler:
- Angst, uro, fortvivelse, kvalme over livets endelighed og kravet om at give vores liv mening.
- Følelserne bringer os i eksistens og tvinger os til at forholde os til vort liv.

Kierkegaards tre typer af fortvivlelse

- Fortvivlet over ikke at have et selv
(spidsborgeren)
- Fortvivlet over ikke at ville sig selv
(æstetiker)
- Fortvivlet over at ville sig selv uden at kunne
(etiker)



Munch: *Fortvivlelse*

Kierkegaards råd: Fortvivl igennem!

Autenticitet

- Eksistentialismens primære svar på livets grundudfordring er autenticitet.
- Autenticitet vil sige at være tro mod sin væren-til – at tage sit liv på sig.
- At være tro mod sig selv handler om at indse den fulde alvor i at eksistere som individ – det nøgne faktum: *Jeg findes!*
- Kierkegaard: Den første opgave for alle – at vikle sig ud af selvbedraget i retning af en autentisk eksistens (Zander)
- Sartre: Eksistens kommer før essens.



Nærvær...

*Du behøver ikke at forlade rummet
Forbliv siddende ved dit bord og lyt
Du behøver ikke at lytte, vent blot
Vent ikke engang, vær helt stille og alene
Verden vil da frivilligt åbne sig for dig, umaskeret
Den har intet valg
Den vil rulle sig i ekstase for dine fødder*



Franz Kafka 1883 - 1924

To former for kærlighed

Eros

- Seksualdrift, begær, længsel efter den anden, men også efter Det absolut Gode. En meget stærk kraft og det eneste Sokrates påstod at vide noget om.

Agape:

- Mennesket strækker sig ikke i længsel efter sandhed, men modtager den, som en åbenbaring eller en "en gave fra guderne".

...Det gode har altså primært *gavens* og ikke *opgavens* karakter...

Løgstrup ifølge Finn Th. Hansen

Beslut dig



Wim Wenders: *Himlen over Berlin*

*Jeg ved ikke om der gives en bestemmelse,
men der gives en beslutning. Beslut dig.*

Opsummering

- Livet opleves indefra og ud
- Gud er død
- Du er dømt til frihed
- Fortvivlelse er et wake up call
- Træf dit valg – skab betydning



Betydningsfulde valg i mit liv – samtaler i grupper af tre – metode: interview og bevidning

Tre roller: 3 runder a 20 minutter.

- en interviewer
- en fokuspersion
- en bevidner, der lytter til samtalen med pen og papir og tager noter + tager tid

Interview (10 min) Intervieweren interviewer fokuspersionen med udgangspunkt i 4 foruddefinerede spørgsmål, og hjælpe FP til at få dybde i sine svar.

- Hvad er et af det/de mest betydningsfulde valg du har truffet i dit liv? (fokuspersion vælger valg hun/han vil tale om)
- Hvad gør det valg særligt betydningsfuldt for dig?
- Har du et billede, en metafor eller lignende, som kan illustrere dit valg?
- Hvordan hænger valget sammen med dine valg i øvrigt?

Bevidning (5 min) Derefter skal interviewer interviewe bevidneren med udgangspunkt i nedenstående 4 kategorier.

- **Genfortælling** af noget udvalgt: Hvad har du særligt lagt mærke til, at fokuspersionen har sagt?
- **Intention:** Hvilke intentioner fornemmer du hos fokuspersionen bag det sagte? Kan du give en metafor for det?
- **Genklang:** Hvordan vækker det fokuspersionen har sagt genklang i dit liv?
- **Bevægelse:** Er der noget du bliver inspireret til at gøre?

Geninterview og rolleskift (5 min) Intervieweren interviewer kort fokuspersionen om, hvor han/hun er blevet bragt hen af at lytte til bevidningen.