

NÅR SELVOPLEVELSEN ERSTATTES AF KROP OG ÅND Om tibetanske flygtnings ukuelighed

Peter Elsass

For mange i Vesten er buddhismen blevet til et romantisk idealbillede på opnåelse af lykke og harmoni. Men tibetanske flygtninge er ikke specielt lykkelige og falder uden for den moderne såkaldte »positiv psykologi« om lykke og sundhed. De omskriver snarere deres lidelse i en ukuelighed, som bygger på, at de ikke har et begreb om et selv, men erstatter det i andre begreber om tilknytning, krop og spiritualitet.

Den tibetanske anderledeshed med sit særlige udgangspunkt i den buddhistiske spiritualitet, skaber nogle specielle former for lidelse, som ikke umiddelbart kan sammenlignes med andre. Tibetanerne giver lidelsen en form for embodiment, som kan rumme en kompleksitet af mind/body i en kulturel og politisk kosmologi.

Tibetanernes ukuelighed kan ikke tilskrives en speciel stærk jeg-dannelse, bl.a. fordi et begreb om »et jeg« og »et selv« ikke eksisterer i deres kultur. På den måde har de tibetanske folk et budskab til Vesten, som anfægter vores psykologis største selvfølgeligheder; opfattelsen af identiteten og selvet.

Positiv psykologi

I Vesten er der to gennemgående begreber om selvet; nemlig selvkontrol og selvrefleksion, som konkret har givet sig udtryk i den nye såkaldte »positive psychology«; psykologien om det lykkelige selv. Positiv psykologi har til formål at forstå og skabe faktorer og forhold, som giver personer, samfund og kulturer muligheder for at trives og blomstre (»flourish«) (se f.eks. temanummer American Psychologist, march 2001). Denne forskning har forskellige dimensioner; nogle har interesseret sig for afgrænsede variable, som f.eks. forekomsten af »positive emotions« og »happiness« i forskellige personer, andre har interesseret sig for udviklingen af modstandsdygtighed (»resilience«) hos børn under vanskelige opvækstbetingelser. Andre

har set på bredere variable, som f.eks. forekomsten af sundhed og livskvalitet i forskellige samfund og kulturer. Forskningen har hovedsagelig placeret sig i en variabel fokuseret tilgang, hvor en række afgrænsede faktorer er blevet sammenlignet med epidemiologiske, statistiske metoder. De fleste har arbejdet ud fra personfokuserede tilgange og sammenlignet personer med forskellige »profiler« over tid og sted.

Positiv psykologi er en reaktion på den overvejende negative bias som f.eks. klinisk psykologi har på patologi og deficit. F.eks. giver en OVID søgning på ordene »error« og »bias« langt flere referencer (18.913) end en søgning på ordene »strength« og »virtue« (7.423).

Ud fra en objektiv og »bottom-up« forskningstradition er det fundet, at lykke er associeret med høj indkomst, godt helbred, et støttende ægteskab og et fravær af svære belastninger. Men korrelationen mellem disse objektive mål og lykke har været svagere, end man ville have troet ud fra andre demografiske undersøgelser (Lyubomirsky 2001: 240). Undersøgelser af ekstreme og uforudsete livshændelsers betydning for oplevelsen af lykke, som f.eks. at vinde i lotteriet eller at miste sin førlighed, har vist sig at have lille sammenhæng med de enkelte personers ændring af lykkeoplevelse.

Det er karakteristisk, at forskningen konkluderer, at alle livshændelser bliver kognitivt forarbejdet, konstrueret og indrammet, evalueret og fortolket, overvejet og husket, således at den enkelte essentielt set lever i sin egen adskilte subjektive sociale verden (Bruner 1986, Ross 1990: 240). De objektive faktorer har utvivlsomt stor betydning for den enkeltes lykke, men under indflydelse af en lang række andre processer. Der eksisterer f.eks. undersøgelser, hvor man har sammenlignet lykkelige mennesker med mindre lykkelige og udtrukket en række faktorer som social konkurrence, oplevelse af vanskelige situationer, selvreflektion og selvopfattelse, brugen af forskellige coping-mekanismer etc. Generelt må man konkludere, at de lykkelige personer oplever og reagerer på hændelser og omstændigheder på en relativt mere positiv og adaptiv måde end dem, der rates som mindre lykkelige.

Men denne forskning i lykke og positive mestringsformer er blevet afgørende kritiseret for at være for naiv og forenklet. Lykke, sundhed og well-being er komplekse dannelser, som afspejler hele den sociale praksis i samfundet bl.a. vedr. den selvreflektion, som vi benævner »meningen med livet«. Forskningen er alt for ofte blevet forenklet til kun at omfatte individuelle og indre psykologiske dannelser.

Generelt kan man kritisere forskningen for at have et uafklaret forhold til, hvad lykke er. Det påstås, at forskningen støtter Aritoteles totusinde år gamle argument om, at alle menneskers mål er »happiness«, og at de allerfleste kulturer anser det som det mest efterstræbelsesværdige mål i livet (Nussbaum 1994). Men lykke og velvære benyttes synonymt i de forskellige undersøgelser. De indgår som psykologiske konstruktioner, som ikke bliver defineret, men bliver karakteriseret ved at have »en mening som al-

le ved og en definition som ingen kan give« (Lyubomirsky 2001:239).

Sammenfattende er positiv psykologien en konstruktion, som foreslår at forskellige perspektiver og konstruktioner af virkeligheden er associeret med forskellige hedonistiske konsekvenser. Men det er gennemgående for denne forskning, at den intet sted kommer ud over denne variabel-kontrolmetode. Alt for sjældent tager den afsæt i kulturpsykologiske og antropologiske teorier og metoder, men isolerer dem i psykologiske individorienterede dannelser. Kun enkelte undersøgelser har set på kulturens betydning og sammenlignet med ikkevestlige kulturers udtryk for lykke (Diener & Oishi 2000, Diener et al. 1995, Freedman 1978, Lyubomirsky 2000).

Ukueligheden hos tibetanerne

Tibetanske flygtninge er i flere sammenhænge blevet beskrevet som værende bemærkelsesværdigt lykkelige og med en »happy character« (Crook 1997: 289). Og selv om de er flygtninge og udsat for grusomme fængslinger og tortur, beskrives de at have en kapacitet til at ryste vanskelighederne af sig og være lattermilde og tilsyneladende upåvirkede af vanskelighederne (se f.eks. Levenson 1996). Sundhedsprofessionelle på Department of Health of the Central Tibetan Administration bliver citeret for påstå, at skolelærere og plejeforældre ikke har set hverken adfærdsmæssige eller følelsesmæssige problemer hos børnene (Servan-Schreiber 1998). Og lægerne på Deleg Hospital i Dharamsala siger, at de sjældent ser »mentale og psykiske problemer«, men indrømmer dog, at somatisering og de sværere psykotiske tilstande kan optræde hos deres patienter (Fendya 1998). Går man derimod uden for det vestlige medicinske hospital og i stedet spørger lægerne på Men-Tsee-Khang-hospitalet for traditionel medicin, får man mange beskrivelser af psykologiske vanskeligheder, men i tibetanernes egne kategorier. En enkelt rapport, der har benyttet en standardiseret assessment-metode til registrering af post traumatisk symptomer, PTSD, og andre relaterede psykologiske symptomer, finder, at symptomerne er udbredte, men nævner, at »de bliver indskrevet i lokale sammenhænge og får ikke tillagt den vestlige betydning af 'psykiske og mentale problemer'« (Crescenzi 1999).

De mere detaljerede undersøgelser eller længerevarende feltarbejder kan ikke bekræfte, at de tibetanske flygtninge er specielt lykkelige. Som et eksempel kan nævnes et dansk rehabiliteringsprojekt, der har opbygget et samarbejde med den tibetanske eksilregering med henblik på at uddanne tibetanske sundhedsarbejdere til at varetage psykiske og sociale problemer hos de traumatiserede flygtninge (Lützer & Mathiasen 1998). I projektets indledende fase i 1991 er der udført en interviewundersøgelse med et specielt henblik på de forhold, som havde sat flygtningene i stand til at overleve fængslingen og torturen uden at gå til grunde (Lützer & Mathiasen

1998). Denne undersøgelse er i øjeblikket bl.a. af forfatteren ved at blive fulgt op af interviews 10 år senere.

Det er karakteristisk, at disse interviewbeskrivelser ikke kan begrænse sig til en individuel psykologisk profil, som f.eks. en karakteristik af tibetanernes jeg-styrke og deres meningsdannende konstruktion. Beskrivelserne rækker videre og inddrager også en beskrivelse af deres kultur og spiritualitet.

De traumatiske oplevelser har været særdeles grusomme. Et typisk begivenhedsforløb har været deltagelse i en fredelig demonstration eller omdeling af politiske skrifter med efterfølgende fængsling og tortur omfattende »prygl i timevis med alt forhåndenværende, tortur, bl.a. med elektriske stave, med ofret ophængt i loftet eller stående barfodet på is eller i brændende sol. Kvinderne, hvoraf de fleste er nonner, bliver ofte seksuelt mishandlet. I fængslet er fangerne stuvet sammen i små celler, hvor den ene spand i cellen er til mad, den anden fungerer som toilet. Når der er officielt besøg udefra, forbedres forholdene, og der forekommer ikke ekskrementer i maden, så længe besøget står på. Dommen er tilfældig. Uden forudgående rettergang meddeles den fangen efter en periode, ofte mange måneder. På nær én havde ingen af de interviewede set en dommer endsige haft en retssag i forbindelse med fængselsopholdet.« (Lützer & Mathiasen 1998: 130)

I store træk blev der fundet et symptom mønster, som er karakteristisk for PTSD, sådan som man finder det hos torturoverlevende fra andre verdensdele (Lützer & Mathiasen 1998). Men symptomer, som pegede i retning af et depressivt mønster og vrede, var helt eller delvist fraværende. Tibetannerne har snarere været sårbare over for de perceptuelle og fysiske PTSD-symptomer, mens de psykologiske traumerelaterede reaktioner og den såkaldte offer-gørelse (Ochberg 1989), som f.eks. skamfølelse, selvbebrejdelser, håbløshed og had, er fraværende for de fleste.

De interviewede har stort set været i stand til at bevare deres syn på verden, baseret på et politisk og religiøst trosforhold. De undgår at vende brutaliteten indad til nedbrydelse af deres integritet og værdighed. Lützer & Mathiasen benævner denne overlevelse som en »ukuelighed« og omtaler en række karakteristika i den tibetanske kultur og religion, som har været styrkende for ukueligheden (Lützer & Mathiasen 1998: 134-139):

Uafhængighed i både politisk og religiøs betydning. Målet for den religiøse stræben i en buddhistisk kontekst er en ophævelse af tilknytning og en uafhængighed på det åndelige plan, som frigør mennesket. Religiøs stræben for en buddhist har som et yderste formål at komme alle væsener til gode, og sætter sig dermed ud over et personligt udbytte. F.eks. udtalte en tidligere nonne: »At ofre 'en for mange' bliver betragtet som godt«, og en anden fortalte, at hun holdt sig oppe i fængslet ved tanken om, at han ville kæmpe for et frit Tibet, hvis hun

overlevede, og tilføjede, at hun selv ikke var betydningsfuld; det var kampen for frihed.

UAFHÆNGIGHED

En 27-årig nonne fortalte, at da hendes bedsteforældre døde, fik hun ikke lov til at ofre et eneste vokslæs. Derfor drejede hendes tanker under fængselsopholdet sig om, at »hvis vi ikke bliver befriet for dette kinesiske tyranni, så kan vores religion ikke trives – og hvor der ikke er religion, er der intet. Derfor, om jeg end må lide nok så meget – ja, om jeg så må ofre mit liv for denne sag, så er den det værd. Og det mente jeg. Det holdt mig oppe«...

En nonne på 22 år forklarede, at hun fik styrken til at overleve fra sin overbevisning om, at sandheden vil sejre. »Vi gør dette for Tibets uafhængighed og for dharmaen (den buddhistiske lære). Jeg skal ikke miste modet, for sandheden vil altid vinde«.(Lützer & Mathiasen 1998: 134)

Tilknytningen til Dalai Lama. Dalai Lama er samlingspunktet for de religiøse og politiske værdier for de fleste tibetanere. De har en meget stærk tillid til og hengivenhed over for ham, fordi han legemliggør den tilstand af oplysning, som er målet for deres stræben. Denne form for hengivenhed i lærer-elev-forholdet er dybt rodfæstet i den tibetanske kultur, fordi læreren repræsenterer det fuldendte menneske, som dermed kan vejlede eleven til at gå den rette vej. Mange af de interviewede havde kunnet fastholde Dalai Lama som et holdepunkt, der repræsenterede håb og visdom i brutaliteten

DALAI LAMA

En af de interviewede fortalte, hvordan han havde set en munk dø under en demonstration efter at være blevet skudt: »Indtil sit sidste åndedrag angrede han ikke, hvad han havde gjort, eller følte had over for kineserne. Han sagde, at det var i orden, hvis han skulle dø. Han havde gjort sit bedste, og de andre (kineserne) spiller også bare deres rolle. En dag vil vore forhåbninger gå i opfyldelse, fordi Hans Hellighed Dalai Lama er der«.

En ung mand fortalte, hvordan han og hans venner i al hemmelighed skrev Dalai Lamas navn i deres håndflader, mens de blev bragt til fængslet. Den symbolske værdi af troen på denne forbindelse kan have været et middel til at udholde fængselsopholdet, fordi de repræsenterede et tillidsforhold og en åndelig styrke. (Lützer & Mathiasen 1998: 135)

Loven om karma udsiger, at et menneskes oplevelser af lidelse og lykke er et resultat af handlinger, som dette menneske har udført før, en-

ten i dette liv eller tidligere. Karma skal ikke tolkes som »straf«, men snarere som et uomgængeligt forhold mellem årsag og virkning. Lidelsen bliver i denne sammenhæng en modning af tidligere ugerninger. Flere af de interviewede omtalte, at de i bøddel-offer-forholdet betragtede det, de udsattes for, som et resultat af tidligere ugerninger. Man var således ikke et offer i forhold til bødlens overgreb, hvorimod han selv var et offer for sine tidligere handlinger, og hans mishandlinger ville uundgåeligt medføre lidelse for ham selv i fremtiden. Enkelte udtrykte endda, at de nærmest følte medlidenhed med bødlerne, som på et eller andet tidspunkt skulle igennem store lidelser på grund af deres handlinger over for tibetanerne.

LOVEN OM KARMA

En højtstående lama (religiøs lærer), som var blevet tortureret og havde siddet i fængsel i mange år, sagde: »Tibetanerne tror på karma, så da jeg blev udsat for denne form for lidelse, følte jeg, at jeg nu måtte undgælde for en eller anden ugerning, jeg havde begået på et tidspunkt i mit liv. Og jeg ønskede endda, at der måtte komme flere lidelser, så at flere ugerninger kunne blive slettet. På den måde var jeg i stand til at bære lidelserne. Og så var der i realiteten ikke nogen egentlig lidelse. Jeg havde en følelse, som om lidelsen blev taget fra mig.«...

De interviewpersoner, som omtalte deres følelser over for deres bødler, erklærede alle, at de ikke nærede vrede eller had til dem. Forklaringen var, som én udtrykte det, at han behøvede ikke at hade kineserne, for deres egen karma vil sørge for, at de konfronteres med konsekvenserne af deres handlinger. (Lützer & Mathiasen 1998: 136)

Den udstrakte medfølelse indebærer en fundamental varme og empati over for alle levende væsener og en psykisk tilstand som er præget af ro og rummelighed. Denne medfølelse er både indeholdt i den buddhistiske meditation og i målet for den religiøse stræben. Den torturerede lider derfor ikke kun for sin egen skyld, men på andres vegne.

MEDFØLELSE

En 23-årig mand forklarede: »Som buddhist bestræber man sig på at være uselvisk og ofre sig for andre. Når jeg underkastes alle disse lidelser, føler jeg, at jeg ikke bare lider for min egen skyld, men jeg lider også på andres vegne. Så selv om det er mig, der udsættes for alle disse prygl og tortur, så vil det på en eller anden måde kunne hjælpe andre. Og derfor har jeg ingen grund til at begræde, hvad jeg udsættes for og må lide«.

En nonne fortalte, hvordan hendes motivation for at blive nonne var ønsket om at forsvare det verdslige liv for således nemmere at kunne tage del i demonstrationer for Tibets frihed. »Hvis en nonne dør, er der kun tale om ét enkelt menneske, der er ingen børn, der vil græde over hende. Det er det samme med en munk. Hvis en røgelsespind knækker – så er der jo kun tale om en pind«. (Lützer & Mathiasen 1998: 137)

Buddhismens begreber om intersubjektivitet

Ud fra en vestlig psykologi kan man forfalde til at beskrive denne ukuelighed som en form for kognitiv omstrukturering af de tanker og følelser, der knytter sig til den oplevede belastning. Men den tibetanske kosmologi er mere end blot en overbevisning om at tillægge alle livets hændelser mening, også selv om de er destruktive og nedbrydende sådan som f.eks. Frankl fremførte i sin eksistentielle logoterapi (1970). Den rækker langt ind i selve opfattelse af menneskets psykologi og er et resultat af nogle meget grundlæggende principper i den tibetanske buddhisme, som stiller sig imod vores vestlige opfattelse af Selvet og identitet.

Tibetanerne har ikke et ord for »selv«, men i stedet en særlig holdning til relationer og til tilknytningsforhold (Coleman 1997: 184). Basale teknikker i deres religiøse praksis fordrer isolation og ikke-tilknytning. Lamaerne bliver fjernet fra deres forældre som ganske små og anbragt på klostre med munke, der tager sig af deres spirituelle uddannelse. En del af den meditative praksis kræver afsondrethed; en isolation fra omgivelserne ofte i flere år sammen med en læremester og andre munke på såkaldt »retreat«, og hvor samtalen kun må begrænse sig til være »funktionel«, kortvarig om fysiske fornødenheder. I buddhismen bliver tilknytning betragtet som en psykisk funktion, der skal forhindres og tæmmes, fordi den i yderste forstand kan give ubalance og lidelse. Men bag denne holdning ligger en elaboreret forståelse af intersubjektivitet, som ikke gør den enkelte kontekstløs og uforbundet.

Intersubjektivitet som tema er centralt i den tibetanske buddhisme, men ifølge dens verdensanskuelse eksisterer den enkelte person som et individ, men ikke med et selv eller en personlig identitet knyttet til et uafhængigt jeg, som på forskellig måde styrer krop og psyke. Individet forstås snarere som en matriks af gensidigt afhængige hændelser i en tilstand af fælles bevægelse; en energetisk flux.

Men denne gensidige afhængighed i personen fører ikke til dannelsen af et selv sådan som i den vestlige verden, hvor selvet opstår som et resultat af tidligere årsager og betingelser i forholdet til ens forældre og til andre, som bidrager til ens overlevelse, uddannelse etc. Vores eksistens er intersubjektiv, fordi vi eksisterer i kausale netværk, hvor vi konstant bliver på-

virket af andre eller øger påvirkning på dem og på verden omkring os. Det individuelle selv eksisterer ikke uafhængigt af krop og psyke, men i forholdet til myriader af fysiske og mentale processer. Det store spørgsmål er, hvorledes denne oplevelse af et selv opstår, når det ikke er en indbygget og indlejret del i disse psyko-fysiologiske processer.

Buddhismen går den såkaldte middelvej, »Madhyamaka«, som hverken forfalder til en substantialisme, hvor Verden udgår fra Selvet, eller til en nihilisme, hvor alt er ingenting og blot fysiologisk overlevelse. Selvet kommer ifølge Dalai Lama i stand ved en begrebslig forførelse (Goleman 1997). F.eks. når man oplever nogle kropslige eller psykiske egenskaber, bliver selvet til, som et begreb for noget, som det ikke er. Selvom man oplever sig som kropslig tyk og fed og psykisk som lykkelig og glad, dækker det over en konvention, som man har sammen med andre i sin kultur. Buddhismen understreger, at denne begrebsliggørelse er tæt knyttet til et fællesskab bestående af andre med det samme sprog og tankegang. Uden dem vil verden, som vi opfatter den, ikke bestå. Intersubjektiviteten er således udgangspunktet.

Men buddhismen mener ikke, at den individuelle bevidsthed opstår udelukkende ud fra en idé om intersubjektivitet. Meditationen trækker opmærksomheden bort fra disse konkrete oplevelser af et selv og ind i et udelukkende mentalt rum. Men ikke desto mindre kultiverer og dyrker buddhismen en empati som en uomgængelig måde at opnå indsigt i sig selv og i omgivelserne på. Den buddhistiske praksis har til hensigt at skabe større empati for andre, men uden en begrebsliggørelse af et selv.

Når man følger den buddhistiske praksis og anvender den såkaldte meditative »mindfulness« over for følelsesmæssige tilstande, opstår der tre basale både fysiske og psykiske tilstande; glæde, smerte og indifferens – både i én selv, i andre og i forholdet herimellem. Disse tre tilstande blander sig til et behov for at opleve lykke og glæde og for at undgå smerte og lidelse. I den buddhistiske litteratur udvider disse fundamentale tilstande sig til at omfatte alle sanseoplevelser og til at blive et fælles ønske ikke alene for menneskeheden, men for alt levende. Buddhismen bliver derfor karakteriseret ved snarere at være »biocentrisk« end »antropocentrisk«.

I vores vestlige psykologi er vi derimod blevet mere og mere »kognicentriske« som f.eks. i den nyere neuroscience, hvor vi foreslår, at følelserne er det primære, og at kognitionerne har en sekundær rolle med en organisatorisk og koordinerende funktion; den såkaldte emotionelle intelligens (Goleman 1995). Men i buddhismen er det hverken følelser eller kognitioner som er det primære, de er snarere ledsagefænomener. Faktisk har man i tibetansk buddhisme ikke et ord for emotioner (Goleman 1997: 184).

For at forstå den specielle form for intersubjektivitet, som den tibetanske buddhisme kultiverer, kan man bruge Martin Bubers sondring mellem den destruktive tilknytning, som forurener vores følelser, og den brede vidtfavnede biocentriske empati (»I and Thou« Buber 1937, 1996). »Jeg-

det«-relationen betegner det destruktive forhold, hvor den anden betragtes som et objekt, som skal manipuleres i forholdet til ens egne behov. Synet på den anden og forståelsen af, hvordan vedkommende egentlig er, har kun interesse, hvor det har relevans for opnåelsen af ens egne mål. Ud fra denne nytteværdi bliver den anden betragtet som enten ven eller fjende eller som ligeegyldig. I »Jeg-det«-forholdet er der kun et subjekt; én selv. Men ved at umenneskeliggøre og dehumanisere den anden, bliver man selv implicit umenneskelig.

»Jeg-du«-forholdet er derimod i sin essens et dialogisk forhold, hvor det ene subjekt engagerer sig oprigtigt i den andens subjektive realitet. Hvor »Jeg-det«-forholdet var manipulatorisk, er »Jeg-du«-forholdet intersubjektivt og empatisk. I den dialogiske forståelse ligger opmærksomheden på det mellemliggende mellem en selv og den anden og har dermed muligheden for at transcendere individualiteten i et evigt og allestedsværende du. Buddhismen efterstræber denne biocentriske empati, hvor de affektive tilstande overskrider grænser og demarkationer og lejrer sig i nye dannelser.

Buddhismen dyrker fire sådanne tilstande: »Loving kindness«, hvor man dybtfølt efterstræber andres velbefindende. Tilstanden adskiller sig fra kærlighed, som ofte i vestlige sammenhænge bliver udskældt for at skride fra et »Jeg-du«-forhold til et »Jeg-det«. Kærlighed har hos os nogle tætte aflægninger i en seksuel fortabelse, en personlig tilknytning og binding og endda en attraktion til objekter, steder og hændelser. Buddhismen adskiller den type kærlighed fra »loving kindness« og betegner kærligheden som »raga«, som kan oversættes med »tilknytning«, »kræven« og »besiddelse«. Ifølge buddhismen er »tilknytning« en attraktion efter noget, som man begrebsliggør ved at filtrere de positive egenskaber fra den negative. I den tætte tilknytning knytter man endda muligheden for ens egen lykke til det objekt, man efterstræber, og gør sig dermed selv magtesløs og den anden magtfuld. I forholdet til en anden person giver den slags kærlighed snarere en »intra-subjektiv« end en »inter-subjektiv« relation, fordi man projicerer sine egne begrebsliggørelser over på den anden. Når realiteten af ens egen idealisering af den anden træder frem, og den anden åbenbarer sig med alle sine gode og dårlige sider, kan tilknytning tage form som had og aversion, og de negative sider kan tage overhånd. Men for buddhismen kan »loving kindness« ikke ændre sig til aversion, sådan som »attachment« kan.

Det paradoksale ved buddhismen er, at denne altfavnende tilstand begynder med, at man dyrker sin »loving kindness« for sin egen person. Buddha udtrykker denne fundamentale præmis som »den som elsker sig selv, vil ikke gøre andre skade« (Udana 47: 218). Den buddhistiske strategi har derfor vagt stor interesse blandt vestlige psykologer, hvor netop det lave, negative selvbillede, skyldopfattelserne og det ringe selvværd har nået epidemiske proportioner. I de fleste buddhistiske meditative teknikker anmoder man først om at blive fri for animositet, vrede over for andre og angst for konkrete hændelser. Dernæst vender man sin opmærksomhed mod andre og ønsker, at de skal opnå det gode.

Den næste tilstand, der efterstræbes, er »compassion«; en form for engageret medfølelse for den anden. Men også her forsøger buddhismen at modsætte sig tilknytningen, således at den ikke bliver til en sorg eller en indignation på den andens vegne. Man føler sig ikke trist på den andens vegne, men ønsker snarere, at den anden skal blive fri for lidelsen og dens årsager, og bevæger sig fra realiteten af den aktuelle lidelse, til muligheden for en befrielse fra lidelsen. Den empatiske medfølelse kan virke som katalysator for »compassion«, men er ikke selv »compassion«. »Compassion« bør ikke blive til en substitut for aktiv handlen og hjælp til andre, men vil snarere være en slags mental forberedelse til en altruistisk handling.

»Equanimity« er den sidste tilstand, en form for sindsligevægt, som rækker ud over personen og påvirker andre som en form for basal tillid og harmoni, der breder sig i forholdet mellem andre. Den baserer sig også på en empati, hvor man anerkender, at alle levende væsener ligesom en selv har ret til lykke. Den modsatte holdning er ligegyldigheden eller det forhold, hvor man knytter sig til sine nære på bekostning af, at man hader sine fjender.

Denne form for empati, bestående af ingredienser som »mindfulness«, »loving kindness«, »compassion« og »equanimity«, har en lang række illustrerende tekster i buddhismen, som knytter sig til en rækkefølge af gradvist udviklende meditative praksiser.

En sandsynlig hypotese vil være, at det er sammenstillingen af disse forskellige former for intersubjektivitet, som gør tibetanerne »ukuelige«.

Tibetanernes undertrykkelse og menneskerettighederne

Tibet har været besat af den kinesiske folkerepublik siden 1951. Befolkningen har været udsat for organiseret vold, herunder politiske fængslinger, systematisk tortur, undertrykkelse og diskrimination. Adskillige rapporter dokumenterer krænkelser af menneskerettigheder, og det anslås, at over en million tibetanere har mistet livet som følge af denne besættelse (Ingram 1990: 127). Omkring 130.000 tibetanere lever i eksil; de fleste i Nordindien omkring Dharamsala sammen med deres åndelige overhoved H.H. Dalai Lama.

I omtalen af den kinesiske undertrykkelse af tibetanerne bliver flygtningene placeret i en selvfølgelig offerrolle, men hvilke værdier ligger der bag? Scenariet er de tibetanske kroppe, der udsættes for den umenneskelige lidelse. Men menneskerettighedserklæringerne er kulturspecifikke og det kropslige udtryk i den traditionelle tibetanske kultur for den politiske undertrykkelse, fængsling og tortur adskiller sig afgørende fra vores vestlige psykologiske begreber om lidelse og smerte, psyke og soma.

I en menneskerettighedssammenhæng er der klare evidenser for, at den kinesiske regering målrettet praktiserer et kulturelt genocide af den tibe-

tanske befolkning. Der er indsamlet vidnesbyrd om grusom undertrykkelse. De bliver fremstillet som en modsætning mellem den kinesiske borgers placering i den utilitaristiske marxistiske era og den vestlige bourgeoisi's frihed. Den ene pol advokerer for proletariatets sejr over produktionsmidlerne og den anden for de generelle menneskerettigheder. I den tidlige post-maoistiske æra afviste indskolingens menneskerettighederne, fordi de var »bourgeoisiets våben og imperialismens redskaber« (Adams 1998: 78, Thurston 1988). I det perspektiv kan fortalene for den kulturelle specificitet retfærdiggøre volden, fordi de kollektive rettigheder kun gælder deres egne borgere.

Flere har anfægtet menneskerettighederne for netop at placere sig i dilemmaet mellem at være universelle størrelser, som alle er enige om, men som artikuleres over for den individuelle person. En række asiatiske regeringer har formuleret kritikken i »Bangkok Declaration of Human Rights« i marts 1993:

»Asian governments recognize that while human rights are universal in nature, they must be considered in the context of a dynamic and evolving process of international norm-setting, bearing in mind the significance of national and regional particularities and various historical, cultural and religious backgrounds. ... Many Asians do not value personal autonomy as highly as Western liberals do. In Asian political moralities, we can see a strong emphasis on the stability, harmony and prosperity of society and a greater reverence for traditions, elders and leaders« (Adams 1998: 79, Chan 1995: 35).

I den kinesiske position ser man mennesket på en anden måde, som ikke nødvendigvis er gensidigt udelukkende fra den vestlige synsmåde; men som afspejler en anden forståelse af subjektet. Heroverfor står de individuelle rettighedsforkæmpere, som ganske vist slås for et »frit Tibet«, men for at sikre det enkelte menneskes universale rettigheder.

Denne modstilling af forskellige rettighedspositioner gør ikke blot kroppen til arenaen for lidelse, men kulturiserer (enculture) også den samme krop for den universelle lidelse. Det er ofte munke og nonner, som betragtes som dem, der kropsliggør, »embodying«, undertrykkelsen, og hvor undertrykkelsen udtrykkes i buddhistiske termer; uanset at den tibetanske befolkning ikke alle er eksponenter for en essentialistisk opfattelse af religion, men udgør en stor variation af religiøse opfattelser. De mange individuelle vidnesbyrd bliver til oplevelser, som kan transformere det religiøse til det politiske ud fra en antagelse af, at den kropslige lidelse udgør en universel forståelse. Den universelle krop forbinder de forskellige opfattelser, og vi forstår og engagerer os i den tibetanske flygtning, når vi hører om hans kropslige lidelser.

Kroppen får således autoritet, når den bliver udtrykt i det individuelle vidnesbyrd; det er førstehåndsberetningen, der tæller. Det er den individualiserede krop der fortæller: »Det var et mig der led, og jeg fortæller selv

om min smerte«, og i de forskellige beretninger, som indskriver sig i menneskerettighederne, er det den individuelle beretning, der skaber evidens. Det er det individuelle niveau, og ikke samfundet og kulturen, som via kroppens vidnesbyrd skaber den fælles humanisme. Men selv om kroppen udgør den fælles forståelse på tværs af kulturer, har den ikke nødvendigvis den samme betydning forskellige steder.

Sammenfattende kan man sige, at tibetaneren måske ikke lider på samme måde som andre, og at de via deres buddhistiske overbevisning omskriver lidelsen til en overlevelse. Et udtryk for deres Karma er, at jo mere de selv lider, jo mere hjælper de andre. Men en tættere forståelse af den tibetanske krop giver anledning til, at den kulturelle specificitet ophæver den påståede universalitet af menneskerettighederne. Dermed giver vægten af det individuelle kropslige udtryk en nedprioritering af den kollektivitet som er udbredt i østlige kulturer, og som f.eks. udtrykkes i ovenstående »Bangkok-charter«.

Rlung; kulturens embodiment

Den tibetanske kropslige lidelse bliver ofte udtrykt i diagnosen »Rlung« (vinde). Disse vinde kan i bogstaveligste forstand referere til vinde såvel inde i kroppen som uden for og kan have en individuel både fysisk og psykologisk forståelsesramme, men også en mere generel politisk og kulturel mening. Følelsen af vrede og frustration kan have lige så stor betydning for »Rlung« som den mad, man har spist, ligesom klimaændringer og den bredere politiske undertrykkelse har betydning. Den tibetanske medicin indeholder en ekspansiv forståelse af kroppen placeret i verden, og hvor den skelnen, vi i vestlige sammenhænge foretager mellem det psykiske og fysiske, selvet og samfundet, ikke eksisterer.

Rlung er det tibetanske udtryk for vind og luft og er inden for en medicinsk, religiøs sammenhæng forbundet med livskraft. Når Rlung kommer ud af balance eller er for hurtig eller for langsom i sin cirkulation, kan der opstå en række alvorlige symptomer, som strækker sig lige fra svimmelhed til forhøjet blodtryk og fra dysfori til galskab. Rlung er det mest udbredte symptom i Tibet.

Rlung-symptomer opstår således på grund af balanceforstyrrelser. Rlung er en indikator på »desire«, ønsker og efterstræben, og opstår som resultat af uopfyldte ønsker og afspejler en manglende forbindelse mellem ens egne kropsfornemmelser og ens psykiske velvære. »Desire« er til stede fra fødslen, men afspejler, hvordan kroppen er ansvarlig for ens oplevelse af tiltrækning til materielle forhold. Rlung kan beskrives mere esoterisk i transformationen af ens bevidsthed til forskellige buddhistiske former. De tibetanske tekster har det religiøse perspektiv, at »desire« kun kan blive endeligt elimineret, hvis man søger tilflugt til Buddha, til »dharma« (religionen)

og til »sangha« (fællesskabet af buddhistisk troende), og at man hele livet forsøger at opnå denne »enlightenment«.

En tibetansk traditionelt uddannet læge sagde: »People want to have good living conditions, enough food, obedient children, peace in the family, and so on. However, when they do not have these things that they desire, it leads to mental agitation, and these in turn cause Rlung imbalance« (Adams 1998: 85). Men denne opfattelse sættes sammen med større samfundsmæssige forhold. En anden læge har udtalt »Of course Rlung must be more common nowadays because Tibet is no longer free. The Chinese government is the government of Rlung. The Chinese government makes people unhappy, and so Rlung must be more common ... Tibetans have Rlung because they are not free« (Adams 1998: 87).

I lægens konsultationsværelse afspejler Rlung en lang række forskellige forståelser, fra nære ubalancer i egobindinger og tankeforvrængninger til grundlæggende sociale og kulturelle kriser (se statistik & cases hos Janes 1999: 397). Rlung er ikke symptomerne hos den svage patient, men hos den stræbsomme. Det er ofte de sociale og økonomiske forandringer, som skaber Rlung-forstyrrelserne, og der er derfor et potentiale for at politisere Rlung. Psykiske symptomer som f.eks. depression bliver i buddhistiske kulturer kontekstualiseret som indsigtfulde vurderinger af, at verden, opfattet gennem sansindtryk, er illusorisk og uværdig for en tilknytning, binding og egoinvolvering. Kulturens arbejde består i at hæve smerten og lidelsen fra det individuelle tilfælde til en mulighed for refleksion over den buddhistiske ontologi, og dermed transformere den til en mulighed for åbenbaring og frigørelse. Ud fra det perspektive bliver folks opgave ikke at undgå lidelsen eller at være optaget af dens behandling, men snarere en optagethed af, hvordan man kan lide med værdighed og udvikle tro og metoder til, hvordan man kan opnå denne tilstand. Med dette kulturelle perspektiv bliver følelser til en konstruktion, som tager sig forskelligt ud i forskellige kulturer.

Kulturen transformerer lidelsen til en række symbolske udtryk. Den traumatiserede vil forsøge at manipulere med disse forskellige symboler for at udtrykke lidelsen i lokale termer. Disse manipulationer bliver i særdeleshed synlige og vanskelige, når folk flytter fra en kultur til en anden eller bliver påtvunget en ny kultur, hvor de skal udtrykke sig som flygtning.

De tibetanske flygtninge skal både udtrykke deres lidelse over for den kinesiske modernitet og over for de kosmopolitiske vestlige ideer, om hvad Tibet og buddhisme er.

Den vestlige fascination af Tibet og den verdensomspændende debat om krænkelser af menneskerettighederne sat over for den kinesiske modernisme, gør at tibetanerne bringer ny mening til et lidelsesbegreb.

Tibetanernes Rlung-symptomer bliver således til et symbolsk mellemlid mellem en etnisk konflikt, en hurtigt økonomisk udvikling og den globale debat om tibetanernes undertrykkelse og de universelle menneskerettigheder.

Tibetanerne har et stort og elaboreret leksikon af forskellige typer af »vinde«, som gør, at det er vanskeligt at trække skillelinie for, hvad der er selvet og samfundet, og psyke og soma. F.eks. kan tibetanere omtale dårlig mad og job-frustrationer som nogle, der giver de samme forstyrrelser af deres vinde og placere dem i én og samme kategori. De betingelser, som kan medføre, at man falder og slår sig, kan også medvirke til, at man bliver opvært og ophidset. Kroppen registrerer på en og samme gang både det indre og det ydre, og huden er permeabel og ikke en absolut grænse mellem det indre og det ydre. Et andet eksempel er tibetanernes brug af bedeflag. Da de ydre vinde også er de indre kropslige vinde, har det direkte betydning for ens sundhed at sætte bedeflag i vinden. Vindene uden for ens krop er også vindene inden i ens krop; de udgør samme substans og har samme muligheder; påvirkninger udefra er også påvirkningen indeni. Uanset om man opfatter vinde som udtryk for klimatiske ændringer, politiske eller familiemæssige problemer eller som frugten af karmaen fra tidligere liv, vil disse oplevelser ikke blot blive tilskrevet indre reaktioner på ydre påvirkninger, men også som en indre ubalance, der manifesterer sig som ydre stressorer (Adams 1998: 89).

Hos den vestligt orienterede vil den ydre sociale distress give anledning til indre fysiologiske stresssymptomer og f.eks. blive omtalt som somatisering. Men tibetanerne har en begrebsmæssig kategori, som syntetiserer både det indre og det ydre på en og samme gang. Lidelsen kan derfor ikke kun tilskrives det psykiske eller det fysiske, eller det indre eller det ydre, og en epistemologi, som skiller psyke fra soma, er ikke tilstrækkelig.

Tibetanerne mener, at mennesket bliver tilstedeværende som et resultat af noget, de kalder »srog« – livskraft. »Srog« er det »skub og spark«, som medfører, at den følsomme og påvirkelige psyke »sems« bliver forbundet med den fysiske form og materie; den livskraft, som bringer mennesket i væren og i sin eksistens. Srog bliver båret af en vind og et ønske, som skaber forstret med dets tre væsker og dets syv komponenter i dets hjerte og i dets chakra. Srog er i bogstaveligste forstand antændelsen, som giver liv i den materielle substans. Kvaliteten af srog er bestemt af karma; den uundgåelige konsekvens af alle vores handlinger og vores intentioner. Karma er de handlinger, som producerer resultater, og som i den tibetanske kultur forstås som de handlinger, der fra ens tidligere liv bærer frugt i ens nuværende og fremtidige liv. Srog er med andre ord en etisk mulighed, hvorudfra der opstår en biologisk form. Den bliver både båret af vinde og bestemmer samtidigt deres kvalitet og styrke. Derfor bestemmer karma ens modtagelighed for vind-forstyrrelser og ens dispositioner for at undgå dem (Adams 1998: 89). Ingen kan undslippe konsekvenserne af deres handlinger.

Den fysiologiske materialisering af etikken medfører ikke, at biologien er noget, som kan behandles og forstås udelukkende ud fra en mental tilstedeværelse; f.eks. ud fra et udelukkende etisk standpunkt eller i et psykoterapeutisk behandlingstilbud. Tværtimod er biologien og den biomedicin-

ske behandling endnu vigtigere, fordi det er her, den oplevede verden og den etiske, den sociale og den psykologiske dimension udspiller sig. Derfor ser man f.eks., at man inden for den tibetanske traditionelle medicin, Men-Tsee-Khang, udelukkende arbejder biologisk med pulsmålinger og undersøgelse af urin og tunge. Recepterne indeholder diverse urtepræparater, men ingen anbefalinger om etisk korrekt livsførelse eller om psykiske afstresning. Det psykiske er indlejret i det fysiske i så stort omfang, at man som læge kan forholde sig udelukkende fysisk og teknisk betonet. Det psykiske vil altid være der.

For tibetanerne er den fysiske krop også sædet for de sociale relationer mellem mennesker, som dermed manifesterer sig snarere som en fysisk end en sociologisk, kulturel realitet. Den tibetanske krop må således ses som konstitueret af en række værender (beings).

Basis for »human life« er ikke biologi, men etik, eller rettere biologi er etik. Chakraer og karmaer har derfor både en konkret fysisk placering og en etisk moralsk dimension. Det betyder ikke, at biologien er underordnet, fordi den jo kan påvirkes mentalt eller kulturelt, socialt. Tværtimod er den vigtig, fordi det er her, den fænomenale oplevelsesverden placerer sig. Selvet har således ikke nogen essentiel fastsat position; det er impermanent og afhængig af årsager. The »empty nature of the self« og den samtidig tilstedeværende og uigendrivelige tilstedeværelse af væren genfindes i karma.

Kroppen er således særdeles synlig for politik, og politik transponeres til kroppen og omfatter en kollektiv krop (Adams 1998: 92). Den vestlige reaktion på tibetanernes undertrykkelse skal derfor ikke placeres i den vestlige dikotomi mellem psyke og soma; den polarisering kan give endnu mere magt til kineserne. Tibetanerne er ikke kun individuelle subjekter, men også kollektive dannelser, og deres opfattelser af kollektivitet, universalitet og individualitet er på nogle områder afgørende forskellig fra den vestlige. Derfor er det så vigtigt, hvordan man advokerer for menneskerettighederne og forstår, at de rækker videre end blot den enkeltes uanfægtelige retigheder – i hvert fald når det gælder tibetanerne.

Det individuelle og det kollektive selv

Den buddhistiske opløsning af selvet i kroppen og i spiritualiteten er et eksempel på, hvorledes vores vestlige kultur har afgrænset nogle emner, som i andre kulturer forsvinder og opløser sig i andre dannelser. Fænomenet støtter den socialkonstruktivistiske position, der kritiserer den vestlige psykologi for at fjerne individet fra historien og kulturen og studere selvet i isolation. F.eks. kritiserer Cushman Daniel Sterns arbejde »The interpersonal world of the infant« (Stern 1985) for at udtrykke det traditionelle psykologiske synspunkt på selvet som værende en medfødt, »predesignet« kvalitet. Stern danner hermed basis for en sproglig tilegnelse, som isole-

rer, afgrænser og fremmedgør selvet, sådan som det er så karakteristisk for det moderne vestlige selv (Cushman 1991). Han anfægter ikke sin basale antagelse om, at selvet er et »naturligt, uafvigeligt aspekt af den universelle menneskelige erfaring«, i stedet for at se det i relation til de sociale og historiske forhold, hvori det er konstrueret.

F.eks. skriver Stern: »Jeg er mest optaget af de sanser ved selvet som er essentielle for de daglige sociale interaktioner... Jeg vil derfor rette opmærksomheden på de sanser ved selvet som kan føre til psykisk sygdom og store sociale vanskeligheder, hvis deres normale sociale funktion ødelægges« (Stern 1985: 7).

I dette citat er der en række antagelser, som kulturpsykologien kan anfægte. En lang række antropologer har beskrevet, at selvet ikke er en selvfølgelig størrelse, men kan indgå i mange forskellige sammenhænge (se f.eks. Heelas & Lock 1981, Shweder & Bourne (1984), White & Kirkpatrick 1985 ref: 391). Galskab og den normale sociale funktion er normative begreber, som er bundet til vores historie og kultur. Men ved at undgå at definere disse begreber lukker Stern sin psykologi inde i et ahistorisk og anti-kulturelt paradigme, og i et socialkonstruktivistisk perspektiv giver Stern et politisk budskab om selvet. Implicit argumenterer han som så mange andre psykologer for, at det »tomme, splittede, narcissistiske, forvirrede og isolerede individ er karakteristisk for Vesten med alle dets vanskeligheder med at opretholde intime forhold og indgå i sociale fællesskaber« (Cushman 1991:411). I denne socialkonstruktivistiske retorik argumenteres der imod at gøre disse vanskeligheder til et psykologisk produkt, som der skal arbejdes med i den terapeutiske relation, fordi det udelukker en forståelse af de faktorer i kulturen, der skaber disse egenskaber. Den tiltagende selvoptagethed og de narcissistiske forstyrrelser kan ikke forstås i forhold til selvet og dets medfødte, præverbale dannelser. Forståelsen omfatter mere end morbar-forholdet og de efterfølgende intersubjektive relationer centreret om individuation og separation.

Kulturpsykologiens træder ind her med en holdning om, at selvspsykologien ikke nødvendigvis kræver nye talemåder, begreber og teorier, men snarere skal basere sig på andre positioner og anden empiri. Typisk vil kulturpsykologien introducere betydningen af et ikkevestligt kollektivt selv, sådan som man f.eks. ser det i de asiatiske lande og i buddhistiske samfund. I tværkulturelle studier refererer omkring en tredjedel af publicerede artikler til begreber om individualisme og kollektivism (Kagiticibasi 2000: 3). Men et kollektivt selv er en sammensat dannelse, og begreberne individualisme og kollektivism har en lang og kompliceret historie, som ikke er begrænset til psykologien, men optræder inden for de allerfleste humanistiske og samfundsvidenskabelige fag.

Siden 1970 har der inden for vestlig psykologi været en stigende interesse for det individuelle og det kollektive selv. I American Psychological Association er emnet blevet sat på dagsorden flere gange, der er blevet ar-

rangeret konferencer, og utallige undersøgelser er blevet publiceret i internationale tidsskrifter.

Individualisme blev anvendt i England i det 17. århundrede med Hobbes begreb om *homo economicus*, der som selvoptaget individ var interesseret i økonomi og egennytte, baseret på Adam Smith's utilitaristiske ideer. Kollektivistiske temaer opstår på samme tid i Europa, f.eks. formuleret af Rousseau, hvor han i »Du Contrat Social« foreslår, at individet underkaster sig en generel vilje. Hegel udbreder og kvalificerer begrebet som den højeste sociale moral, og Karl Marx tager siden over.

Inden for sociologisk og antropologisk tænkning er værdiorienteringen om selv og kollektivitet gennemgående i kulturanalyserne. I begyndelsen af 70'erne bliver begreberne sammenstillet i psykologien, ofte med en implicit moralsk kritik af individualismen i vestlige samfund. Den selvoptagede »mig-generation«, som er på jagt efter selvtilfredsstillelse og ikke engagerer sig i sociale forhold bliver kaldt for kilden til personlighedsforstyrrelser, narcissisme og jeg-svaghed. Det individuelle selv bliver kilden til livets mål og overbelastes, fordi det skal erstatte sociale og kollektiver, værdier. Det moderne liv er blevet sårbart, fordi det er organiseret omkring selvaktualisering og selvtilfredsstillelse. Synspunktet bliver fremsat af en række psykologer som Batson (1990), Baumeister (1991), Cushman (1990, 1991), Donohue (1990), Spence (1985), Taylor (1989) etc. Udviklingen har været omsiggribende, således at individualisme og kollektivism har bevæget sig til at være universelle begreber, og »måske den vigtigste dimension til forståelsen af adfærd på tværs af kulturerne« (Kagitcibasi 2000: 8).

Men disse attraktive og populære konstruktioner har noget forførende over sig. De bliver i nogle sammenhænge benyttet til at forklare alt, og dermed ingenting, og flere har i den senere tid kritiseret dem for at være alt for enkle overbegreber, som dækker over forskellige forhold i de forskellige kulturer. Der er behov for at kvalificere begreberne og for at operationalisere dem.

En gennemgang af de største empiriske undersøgelser (se oversigt hos Kagitcibasi 2000) giver anledning til nye opdelinger af individualisme/kollektivism i både horisontale og vertikale dimensioner. I Triandis meta-studie (1995) deles begreberne i fire overbegreber og 60 afledte. Kollektivismens fire dimensioner er: 1. Selvet er afhængigt af en eller flere grupper. 2. De personlige mål har lavere prioritet. 3. Normer er vigtigere end holdninger og 4. Social adfærd er fællesskabsorienteret og baseret på andres behov snarere end på sociale udveksling.

Kulturpsykologien er også blevet bragt i stilling, og »kulturen og selvet« er opstået som tema i en række sammenhænge (se f.eks. Marsella, DeVos & Hsu 1985, Shweder & LeVine 1984). Opdelingen består i dels et jeg-orienteret, individualiseret, adskilt og uafhængigt selv med klare grænser over for andre, dels et relationelt, afhængigt selv med flydende grænser. Denne opdeling mellem et adskilt og et relationelt selv afspejler sig i forskellige

økonomiske og familiemæssige modeller.

Det kollektive selv findes i familierne med den omfattende emotionelle og materielle afhængighed, typisk for subsistensøkonomi i agrare samfund med et fællesskab, der rækker fra generation til generation. Det adskilte selv udvikler sig i familier med den uafhængighed som ses i mange vestlige sammenhænge med manglende kontinuitet mellem generationerne. En tredje familiemodell baserer sig på emotionel afhængighed, men uafhængig af materielle udvekslinger. Denne model findes i kollektive moderne bykulturer, som f.eks. i nogle socialistiske lande. Denne sidste model anskueliggør, at den kollektive og individualistiske opdeling også indebærer forskellige former for emotionel autonomi, således at selvet kan opdeles i et individualistisk adskilt selv, et kollektivt relationelt selv og i et autonomt relationelt selv. Denne opdeling afspejler forskellige grader af »egofokusering«, således at selvets aspekter, det private, offentlige og kollektive kan knyttes til forskellige grader af individualisme/kollektivism, social tæthed/afstand og kulturel kompleksitet (Kagitcibasi 2000: 21). Forskellige former for kommunikationsforhold til kontekst bliver analyseret i forhold til denne opdeling, hvor f.eks. vesteuropæere har en egocentrisk orientering (»Hun er meget venlig«) til forskel fra asiatiske kulturer, som har en mere sociocentrisk orientering (»Hun tager altid kager med til familien«). Kommunikationen kan analyseres i dens adfærdsmæssige, kognitive, emotionelle og motivationelle aspekter.

Men det er karakteristisk, at denne opdeling har udviklet sig til en sådan kompleksitet, at den er blevet uoverskuelig. De forskellige empiriske undersøgelser kan ganske vist påvise, hvorledes de forskellige dimensioner varierer i forhold til hinanden, men der er ingen såkaldt konstruktionsvaliditet. De forskellige begreber om selvet kan ikke overbevisende siges at have sammenhæng med individualisme/kollektivism-dimensionen, men opløser sig snarere i nye former, som skal analyseres i forhold til karakteristika som kulturel kompleksitet, økonomisk udvikling, mobilitet etc.

Begreberne om individualisme og kollektivism er blevet så pluralistiske og upræcise, at de bliver forurenede af forskellige ideologier. F.eks. er der undersøgelser, der mener at have påvist, at kollektivismen ofte associeres med korrupte regeringer, undertrykkelse af kvinder og religiøs fanatisme. Individualismen er derimod knyttet til økonomisk vækst og demokrati, sådan som f.eks. Hofstede har påstået »modernization corresponds to individualization (1991: 74). Det har fået forskere som f.eks. Marsella & Choi (1993) til at nuancere udviklingsbegrebet til også at omfatte en »Easternization«, som afspejler sig i moderniseringen i Østasien, og som adskiller sig fra den kulturelle og økonomiske udvikling i Vesten (Kagitcibasi 2000: 30).

Der er således to forskellige former for begrebsdannelse. Den ene baserer sig på en ideologi om, hvordan individet, gruppen og statsdannelsen skal organiseres, og som f.eks. indebærer, at individualisme er blevet til et synonym for modernisering. Den anden er derimod mere relationsorienteret.

ret og tager udgangspunkt i selv-andre-relationen og inkluderer dermed et hovedområde inden for psykologien.

Normativ kollektivism er baseret på en præmis om, at individets interesser er underordnet gruppens interesse. Den forudsætning har implikationer for spillet mellem individ-gruppe-spillet på alle niveauer, fra familie til stat. Familien, klanen, naboskabet, lokalsamfundet etc. forventes at beskytte og støtte individet til gengæld for dets loyalitet. Den normative individualisme beskæftiger sig derimod med individets rettigheder, frihed og integritet over for gruppens dominans. Den vestlige individualitet kan således ses som en kamp mod de undertrykkende kollektive dannelser som f.eks. feudalstaten og kirken. Den relationelle individualisme/kollektivism understreger ikke den hierarkiske eller lighedsprægede relation, som den normative synsmåde, men interesserer sig for den interpersonelle afstand eller omsluttethed parterne imellem. Forbundethed eller adskilthed kan forekomme både inden for hierarkiske og lighedsprægede grupper (Kagitcibasi 2000: 36).

I de sidste år har den relationelle position været den fremherskende inden for kulturpsykologien. Den psykologiske fokusering på forskellige punkter på dimensionen »selv – andre«, komplementeres med forskellige holdninger af nærhed til kulturen og dens opfattelser af adskilthed og relation. For at undgå ideologisering har man sat fokus på personopfattelsen, perceptionen af selvet og af andre, på opfattelsen af emotioner, sociale goder og værdier. Denne psykologiske orientering har givet anledning til den meget benyttede opdeling af egocentrisk og sociocentrisk personopfattelser (se f.eks. Kleinman 1988).

Kulturpsykologien mangler den kropslige og spirituelle dimension

Denne »tour de force« gennem kulturpsykologiens forskellige selvopfattelser viser, hvorledes det individuelle og det kollektive selv udvikler sig til mere og mere komplekse og uoverskuelige dannelser. Men uanset hvor sammensatte de bliver, er der ingen, der indeholder den kropslige og spirituelle dimension, som den tibetanske buddhisme repræsenterer.

Diskussionen mellem det individuelle og det kollektive selv har for tibetanerne fået en drejning om universalisme (tibetanisme) og partikularisme (kinarisme). Nogle ser på den enkelte krop og på subjektet, der lider, og andre på den internationale scene og den transnationale politik. Tibetanerne bryder denne polarisering, fordi de anerkender det kollektive i det individuelle og hele tiden understreger det universelle potentiale i deres meget specifikke kultur.

Den kinesiske sammenstilling af kollektivismen adskiller sig fra den vestlige opfattelse af individualisme og universalisme. Tibetanerne placerer sig i en tredje position. En opfattelse af »lidelse« er forskellig i de tre

perspektiver. Det viser sig konkret ved, at tibetanerne har vanskeligheder ved at give eksempler på individuelle coping-mekanismer. De posttraumatiske symptomer er er til stede, men indgår ikke i et isoleret perspektiv. De torturerede led på grund af Tibets undertrykkelse, og jo mere lidelse jo klarere solidariserede de sig med deres kultur. I visse tilfælde gav torturoverleverne endda udtryk for, at deres lidelse gav lindring for andre. Selvfølgelig var de psykisk påvirket af torturen, og nogle af dem gav udtryk for angst og depression, men symptomerne blev indskrevet i en kollektiv kamp. Flere af dem kunne ikke sætte ord på følelser under torturen, men gav i stedet en nøgtern beskrivelse af torturmetoderne. Et ord for følelser (emotions) eksisterer som sagt ikke på tibetansk, og et lidende »selv« kan ikke begrebsliggøres.

I den såkaldte »positive psykologi« vil den torturerede tibetaner tage sig ud som lykkelig og være i stand til at udholde de værste torturmetoder, fordi han hele tiden sætter sig ud over sig selv. Hans opfattelse af »karma« får ham til at forstå lidelsen, som at han lider for andre. I yderste forstand: jo større lidelse, jo bedre karma. Men lidelser kan ikke umiddelbart sammenlignes. Den tibetanske lidelse vil være den individuelle krop, der indskrives i en kollektiv buddhistisk sammenhæng uden et individuelt selv. For den vestlige torturoverlever vil lidelsen, snarere have karakter af det individuelle selv, der påtvinges følelser af angst, depression, hjælpeløshed og mangel på kontrol. De to opfattelser kan ikke sammenlignes, og man kan ikke tilskrive tibetanerne en større og mere vellykket coping. Smerten indskrives i forskellige sammenhænge.

Tekniske målinger af psykologiske symptomer som Hopkins symptomchecklist viser sandsynligvis, at tibetanerne har lige så mange symptomer som andre, og undersøger man den sociale funktion, har de sikkert lige så store vanskeligheder med deres flygtningeposition, som andre. Man finder den universelle flygtningeproblematik, hvor familieadskillelsen og mangel på betydningsfuldt arbejde giver problemer som i alle andre kulturer; men de tilskrives forskellig mening.

Kineserne kan ud fra deres opfattelse af kollektivitet være bekymret for tibetanernes selvstændiggørelse og specielle buddhistiske hierarkisering med klostre og lamaer. Tibetanerne kan ud fra deres position ikke acceptere den kinesiske realpolitik. Ud fra et vestligt menneskeretsligt perspektiv argumenterer vi for nogle universelle regler og kan ikke acceptere undertrykkelsen af den individuelle krop, ligegyldigt hvilken kultur der er tale om. Men hvis vi ved at formulere vores menneskerettighedsregler øger polariseringen mellem kulturerne er det problematisk. Den overordnede udfordring er at kunne opretholde menneskelige rettigheder for hele metropolen, som skaber et fælles politisk og moralsk rum, hvori mennesker kan udfolde deres kulturer, som de hver især ønsker.

LITTERATUR

- ADAMS, V. (1998): Suffering the winds of Lhasa: Politicized bodies, human rights, cultural difference, and humanism in Tibet. *Medical Anthropology Quarterly*. 12. 74-102.
- American Psychologist* (2001): Temanummer om Positive Psychology. Vol. 56. March.
- BATSON, C.D. (1990): How social an animal. *American Psychologist*. 45. 336-346.
- BAUMEISTER, F.F. (1991): *Meanings of life*. Guilford. London.
- BRUNER, J. (1986): *Actual minds, possible worlds*. Harvard University Press. Cambridge.
- CHAN, J. (1995): The Asian challenge to universal human rights. James, T, H (red.): In *Human rights and international relations in the Asia-Pacific Region*. Pinter. New York.
- CRESCENZI, A., VAN OMMEREN, M., KETZER, E., PHUNTSOM, K., KOMPROE, I., DE JONG, J: *Effect of political imprisonment of recent Tibetan refugees in India*. Report. Department of Health. CTA, Gangchen Kyishong. India, Dharamsala.
- CROOK, J.H. (1997): The indigenous psychiatry of Ladakh, part I: practice theory approaches to trance possession in the Himalayas. *Anthropology & Medicine*, 4, 289-307.
- CUSHMAN, P. (1990): Why the self is empty. Toward a historically situated psychology. *American Psychologist*, 45. 599-611
- CUSHMAN, P. (1991): Ideology obscured: Political uses of the self. *American Psychologist*. 46, 206-219.
- DIENER, E., OISHI, S. (2000): Money and happiness. Income and subjective wellbeing across nations. In Diener, E., Suh, E.M. (red.): *Culture and subjective well-being*. MIT press. Cambridge.
- DIENER, E., SUH, E.H., LUCAS, R.E., SMITH, H.L. (1995): National differences in reported well-being. Why do they occur? *Social Indicators Research*, 34. 7-32.
- DONOHUE, W.A. (1990): *The new freedom: Individualism and collectivism in the social lives in Americans Transaction*. New Brunswick.
- FENDYA, J. (1998): *An evaluation of services by clients of the Tibetan Department of Health's Torture Survivor program*. Ph.d. dissertation. University of Iowa.
- FRANKL, V.E. (1970): *Psykiatri og sjælesorg. Grundlaget for logoterapi og eksistensanalyse*. Gyldendal. København.
- FREEDMAN, J. (1978): *Happy people: What happiness is, who has it and why*. Harcourt, Brace Jovanovich. New York.
- GOLEMAN, D. (1995): *Emotional intelligence*. Bantam Books. San Francisco.
- GOLEMAN, D., THURMAN, R.A.F. (red.) (1991): *MindScience. An East-West dialogue*. Wisdom Publications. Boston.
- GOLEMAN, D. (1997): *Healing emotions. Conversations with the Dalai Lama on mindfulness, emotions and health*. Shambala. Massachusetts.
- HOFSTEDE, G. (1991): *Cultures and organisation: Software of the mind*. McGraw-Hill. London.
- INGRAM, P. (1990): *Tibet, the facts*. Tibetan Young Buddhist Association. Indian, Dharamsala.
- JANES, C.R. (1999): Imagined lives, suffering, and the work of culture: The embodied discourses of conflict in modern Tibet. *Medical Anthropology Quarterly*, 13. 391-412.
- KAGITICIBASI, C. (2000): Individualism and collectivism. In Berry, J., Poortinga, Y.H., Pandey, J. (red.): *Handbook of cross-cultural psychology*, vol. 3. Allyn and Bacon. Boston.

- KLEINMAN, A. (1988): *Rethinking psychiatry. From cultural category to personal experience*. Free Press. New York.
- KÖPPE, S. (1983): Subjektets historie. *Psyke & Logos*, 2, 308-340.
- LEVENSON, C. (1996): *Dalai Lama. En biografi*. Hovedland. København.
- LYUBOMIRSKY, S. (2001): Why are some people happier than others. The role of cognitive and motivational process in well-being. *American Psychologist*. 56. 239-249.
- LÜTZER, S., MATHIASSEN, S. (1998): Om ukuelighed. Coping blandt tibetanske torturoverlevende. I Jørgensen, U., Mathiasen, S. (red.): *At overleve vold. Om psykisk traumatisering, mestrings og behandling*. Klim. København.
- MARSELLA, A., DEVOS, G., & HSU, F.L.K. (red.) (1985): *Culture and self: Asian and Western perspectives*. Tavistok. London.
- NUSSBAUM, M.T. (1994): *The therapy of desire. Theory and practice in hellenistic ethics*. Princeton University Press. Princeton.
- OCHBERG, F.M. (1989): Cruelty, culture and coping: Comment on Westmeyer paper. *Journal of traumatic Stress*. 4. 537-541.
- ROSS, L. (1990): recognizing the role of construal processes. In Rock, I. (red.): *The legacy of Solomon Asch. Essays in cognition and social psychology*. Erlbaum. Hillsdale.
- SERVAN-SCHREIBER, D., LE LIN, B., BIRMAHER, B. (1998): Prevalence of post-traumatic stress disorder and major depressive disorder in Tibetan refugee children. *J. Am. Acad. Child Adolescence Psychiatry*, 17, 875-879: 875.
- SHWEDER, R.A., LEVINE, R.A. (red.) (1984): *Culture theory*. Cambridge University. New York.
- SPENCE, J. (1985): Achievement in American style: The rewards and costs of individualism. *American Psychologist*, 40. 1285-1295.
- STERN, D. (1985): *The interpersonal world of the infant*. Basic Books. New York.
- TAYLOR, C. (1989): *Sources of the self*. Harvard University Press. New York.
- THURSTON, A.F. (1988): the Chinese view of Tibet – Is dialogue possible? *Cultural Survival Quarterly*, 12, 70-73.
- TRIANDIS, H.C. (1995): *Individualism and collectivism*. Boulder. Westview.
- TRUNGPA, C. (1988): *The myth of freedom and the way of meditation*. Shambhala Dragon Editions. Boston.
- VARELA, F.J. (red.) (1997): *Sleeping, dreaming, and dying. An exploration of consciousness with the Dalai Lama*. Wisdom Publications. Boston.
- WALLACE, B. (2001): Intersubjectivity in Indo-Tibetan Buddhism. *Journal of Consciousness Studies*, 5, 209-230.