

Afdansningsballet
af Neel Fasting, Steen Hildebrandt, Michael Stubberup og Peter Høeg

Artikelføljetonen Ånd i hverdagen er nu afsluttet.
At redigere dette projekt har vi på mange måder oplevet som en fest.
Til denne fest har en del af de deltagere, vi har indbudt, været vores personlige venner eller bekendte (sådan er det næsten altid når man inviterer mennesker, hvad enten det er til antologier eller til bal).
Det vil vi huske på når vi nu slår hænderne offentligt sammen i glæde og undren over hvor godt selskab vi har været i.
Men forbavselsen er nu alligevel ægte og ikke selvfølgelig. Vores oplæg til bidragyderne var meget åbent. Vi bad dem skrive om deres erfaringer med at balancere et indre og et ydre engagement.
Hvor denne åbne invitation ville føre hen, havde vi i redaktionsgruppen ingen anelse om. Vi er da også igen og igen blevet oprigtigt overraskede. Så situationen har derfor alligevel været en anden end hvis vi havde indbudt til fest.

Hvordan er det hele så forløbet? Hvordan ser det hele ud når alle tekster er publiceret, og jordkloden, her i den antropocæne, og dermed menneskeskabte, æra er blevet tre år ældre siden vi påbegyndte dette projekt?

Vi lader denne status begynde med en afgørende vigtig gruppe af mennesker: vores læsere.
'Ånd i hverdagen' har fået en udbredelse der er langt større end vi havde turdet håbe. I løbet af det halve år offentliggørelsen har strakt sig over, har 61.934 personer aflagt projektet 89.363 besøg med i alt 182.197 sidevisninger (visning af en hel artikel vejer i denne statistik som én sidevisning).
Det er svært at tolke disse tal entydigt. Men én mulig læsning ville være at mellem 7.000 og 10.000 mennesker har læst alle artiklerne. Og at mange, mange flere har fulgt, eller har haft punktvis berøring med, projektet.
Dertil kommer at over 1500 mennesker har skrevet sig på vores mailingliste og modtaget det ugentlige nyhedsbrev.
På Facebook-siden og på mails har vi modtaget en lang række positive tilkendegivelser. Også enkelte negative. Dem vender vi tilbage til.

Så er der selve bidragene.
Når man har været så involveret, som vi har, kan man let blive blind. Det er med tekster som det – heldigvis – ofte er med mennesker: Jo bedre man lærer dem at kende, jo mere kommer man til at holde af dem.
Men hvis vi i redaktionsgruppen nu alligevel, med alle vores inhabiliteter, forsøger at se udover disse 24 bidrag, hvad er så iøjnefaldende?

At de fleste af bidragene (måske alle?) udtrykker det standpunkt at ydre og indre bæredygtighed er gensidigt afhængige, kan ikke undre. At bidragyderne havde forskellige og vigtige vinkler på denne fælles indsigt, vidste vi, denne viden lå bag vores invitation.
Bæredygtighedens ligevægt i den ydre, stoflige cirkulation skal modsvares af en indre balance, i individet og i samfundet.
Bæredygtighed er også en bevidsthedstilstand. Alle bidragyderne har, på forskellig vis, i deres liv givet omfattende faglige og personlige demonstrationer af dette.

Vi har spurgt os selv om bidragene til 'Ånd i hverdagen' kan inddeles efter temaer:

Der er en stor gruppe af historiske og bevidsthedshistoriske artikler:
Erik Meier Carlsens bidrag, om kristendommens og buddhismens gensidige forbindelser, har – blandt andet – denne historiske vinkling.
Det har også Martijn van Beeks om den moderne spiritualitets og mindfulness-trænings status.
Ole Vedfelts analyse af situationen omkring Jungs Røde bog sætter en vestlig milepæl ind

i et bevidsthedshistorisk perspektiv.
Som også Jens-Erik Risoms fremstilling af vanskelighederne ved, og behovet for, en kvalitetssikring og autorisation af spirituelle lærere.
Anders Laugesen sætter sin egen udviklingshistorie op mod en baggrund af de sidste 50 års historie.
Vibeke Vindeløv giver overskrifter til sit fags, konfliktmæglingens, fremvækst.
Helle Jensen og Jesper Juul gør – på helt forskellige måder – det samme for den pædagogiske psykologi.
Anden del af Jes Bertelsens artikel rummer et stykke bevidsthedshistorie.
Andreas Roepstorff begynder med at tale om og med træer. Men ender med at tale om udviklingen inden for den moderne forskning i hvordan vi egentlig kan forstå hinanden.

Nogle artikler handler decideret om meditativ-spirituel-eksistentiel praksis og dens konkrete manifestation i hverdagen.
Det gælder Suzanne Brøggers beskrivelse af zen på spadsereture, i familie- og arbejdsliv, Renée Toft Simonsens af den bevidste kærligheds rum som en praksis, Tor Nørretranders om blandt andet spiritualitet, videnskab og sproglighed, Svend Trier om dagligdagens meditation og om møder med ekstraordinære lærere, Maibritt Saerens og Finn Hesselagers om dramatræning som en praksisvej og Helens Gamborgs om tilliden som en dør ind mod, og en atmosfære omkring, spiritualitet.
Under samme overskrift synes vi Frederik Dessaus beskrivelse af humorens nødvendighed, farlighed og frisættende kraft (og forbindelse med det tragiske) også hører.

Flere af bidragene peger, selv om de også har en historisk interesse, først og fremmest på den globale situation her og nu: Det gælder Anders Laugesens advarende insisteren på risikoen for stadig mere dybtgående globale sammenbrud. Også Per Nørgård, Tor Nørretranders, Jes Bertelsen, Jesper Juul og Ole Vedfelt ender med at pege ud- og fremad.

Som man ser, lader det sig med ’Ånd i hverdagen’ ikke gøre at lægge et almindeligt puslespil, for flere brikker går igen i flere kategorier.

Men en klar, særskilt kategori er tydeligvis ’kreativitet’.
Suzanne Brøgger, Hans Abrahamsen, Per Nørgård, Ivan Hansen, Maibritt Saerens, Finn Hesselager og også Tor Nørretranders skriver – også – om fagspecifik kreativitet i forhold til balancen mellem det indre og det ydre.

En række bidrag analyserer specifikt muligheder og udfordringer for en moderne spiritualitet. Det gælder i hvert fald Erik Meier Carlsens artikel, Martijn van Beeks, Jens-Erik Risoms, Tor Nørretranders', Svend Triers, Jes Bertelsens og Ole Vedfelts.
Her har den tolerance, vi mener at se i disse indlæg, gjort indtryk på os.
Bidragyderne repræsenterer forskellige forhold til spiritualitet: Eksempelvis beskriver Erik Meier Carlsen sig selv som praktiserende i den buddhistiske tradition. Anders Laugesen fortæller om sit dybe tilhørsforhold til kristendommen. Per Nørgård nævner i artiklen, og også i mange andre sammenhænge, sin inspiration fra Goethe. Jes Bertelsen har om sig selv sagt at han er en 'praktiserende fritænker'. På den baggrund virker det betydningsfuldt at intet bidrag knytter fænomenerne 'ånd' og 'spiritualitet' til alene én tradition.

Vi må også nævne en sorg over en ubalance. Som da også er den der har udløst flere kritiske udsagn: Der er kun syv kvinder blandt forfatterne, mod 18 mænd.
Det er vi rigtig kede af. Uden at ville undskylde, ja knapt nok forsvare, os, kan vi bare sige at vi arbejdede længe med dette inden vi sendte indbydelserne ud.
Vi som udgør redaktionsgruppen er, i forhold til et projekt som dette, langt hen ad vejen amatører. Vi gjorde det så godt vi kunne. Og i hvert fald på dette punkt var det ikke godt nok.
Ydermere ville tilfældet at nogle af de kvinder vi spurgte af forskellige grunde ikke kunne deltage.
Når det er sagt, vil vi gerne fastslå at vi oplever de bidrag der er skrevet af kvinder som så markante, at de skubber hele føljetonens balance i den rigtige retning.
De bidrag er da også blandt de allermest læste.
Og så vover vi et øje: Vi oplever at mange af de artikler, der er skrevet af mænd, har en række af de kvaliteter man normalt skal til kvindelige skribenter for at finde.
Hvad vil det nu sige?
Med forsøget – det forsigtige forsøg – på at besvare det spørgsmål bevæger vi os ind i teksternes væsen og karakter. Ind i spørgsmålet om hvilket livssyn, verdensbillede og hvilken holdning der kommer til udtryk i denne føljeton.
Og hvilken adfærd.
I introduktionen til én af artiklerne har vi anvendt betegnelsen 'et performativt bevis'.
Et performativt bevis – eller argument – kommer til udtryk ikke så meget i hvad man siger og gør som i måden man siger og gør det på.
Med denne definition i tankerne er der to ting der falder i øjnene ved bidragene til 'Ånd i hverdagen': De er skrevet med hjertelighed. Og de inddrager meget hyppigt den skrivende selv i fremstillingen.
Ingen af disse forhold er sædvanlige for faglige (eller videnskabelige) artikler. Ja ikke for

fænomenet 'artikler' i det hele taget. Hele den vestlige verdens faglighed og videnskabelighed er – dens dybde, skønhed og virkelighedsstrukturerende kraft ufortalt – bygget op på en forestilling om at det er muligt at holde individet, subjektet, videnskabsmanden eller -kvinden, den skrivende selv, ude af fremstillingen.
Det var et chok for det videnskabelige establishment da Freud ved det 20. århundredes begyndelse, meget forsigtigt, inddrog et par af sine egne drømme i værket 'Drømmetydning'. Da Bohr begyndte at pege på at naturvidenskaben ikke beskriver naturen, men alene hvad man kan *sige* om naturen, at vi altså altid lægger en del af os selv, i hvert fald af vores sproglighed, ud i det emne vi prøver at undersøge. At vi altid og uundgåeligt, kollektivt og personligt, er til stede i det objekt vi holder ud fra os i strakt arm.
Få og sjældne er de fagfolk stadig der giver deres egen personlighed, og især dens mulige begrænsninger, en plads i en faglig fremstilling.
Dette hænger sammen med spørgsmålet om hjertelighed og empati.
Vrede, unødig skarphed og fjendtlighed kan kun trives når man glemmer et andet menneskes, eller en gruppes, menneskelighed. At huske sig selv, at huske og mærke både sine muligheder og sårbare begrænsninger, er at bevare kontakten til det der binder os mennesker uløseligt sammen: vores dødelighed, vores behov for, og længsel efter, fællesskab og efter et meningsfuldt liv.
Vi i redaktionsgruppen oplever at kvinder, i hvert fald i den vestlige kultur, er ét eller flere skridt foran mænd i forhold til at indse og tage konsekvensen af dette.
Hermed er vi tilbage til de mulige kvindelige kvaliteter i artikler skrevet af mænd til 'Ånd i hverdagen'. Tilbage ved den performative demonstration af venlighed som artiklerne for os at se alle giver. Og som i al sin lavmælthed er noget af det der har berørt os ved læsningen.

En særlig opdagelse har det for os været hvor mange af bidragyderne der har hvad man kunne kalde en personlig praksis, forstået som noget de gør eller foretager sig regelmæssigt. Det være sig bestemte måder at gå tur på, bestemte indre øvelser, omhu med at sikre sig tid i enrum på, at gribe deres faglighed an på. At være i kontakt med naturen på.
Heller ikke dette er for os selvfølgeligt. At man har en personlig indre praksis, var ikke blandt de kriterier vi inviterede bidragydere efter.
Men det bekræfter vores egen erfaring: Ånd og spiritualitet – begge ord peger for os i samme retning – er ikke kun sagsforhold, ikke kun et system af mentale informationer eller holdninger. Selv om de også er alt det. Ånd og spiritualitet er også noget man gør, det er handlinger, ofte diskrete, personlige og individualiserede, der skaber pauser – i hvilke menneskets iboende behov og sans for dybde og naturlig sammenhæng med

verden får plads.

Vi synes ikke at vi, som ansvarlige for denne sammenkomst, kan bruge mange ord på vores egen deltagelse i festen. Men vi vil alligevel nævne at Neels bidrag om tantra falder ind i kategorien 'meditativ-spirituel-eksistentiel praksis og dens manifestation i hverdagen', men også rummer historiske stikord og munder ud i en analyse af muligheder og udfordringer i nutidens kollektive bevidsthed.
En samtidsanalyse – med særlig henblik på forholdet mellem bæredygtighed og ledelse – er også emnet for Steens artikel som forankrer analysen i blandt andet produktivkræfternes historie og i det sidste århundreders udvikling indenfor ledelsesteori.
Michaels bidrag beskriver den moderne forståelse af nervesystemet, og opridser dele af en konkret praksis der hviler på denne viden. Teksten peger derefter, i referatet fra en konference i FN-regi om sammenhængen mellem spiritualitet, bæredygtighed og heling af traumer, ind mod den aktuelle globale situation.
Peters bidrag om berøringsfladen mellem kreative og spirituelle processer føjer sig til gruppen af artikler om kreativitet.

Vi vover nu en sammenfatning af artiklernes verdensbilleder og grundholdninger. Som dansegulvet ser ud fra vores – uundgåeligt begrænsede, forudindtagede og hildede – standpunkt:

- Muligheden for at opleve ånd i hverdagen synes, efter artiklerne at dømme, forbundet med de medfødte muligheder vi som mennesker har for at virkeliggøre nærvær og hjertelighed. Nærvær og hjertelighed opstår tilsyneladende bedst når vi i de ydre gøremål ikke mister, men husker og mærker os selv, herunder vores egen sårbarhed. Der vil minde os om de andres.
- Denne ihukommelse af os selv i verden befordres af en eller anden form for praksis. Som tilsyneladende kan have mange forskellige udtryk, men som altid vil forsøge at afbalancere kulturens udadrettethed med en indadgående 'mærken sig selv'. Og som tilsyneladende altid giver plads til hvad man måske kunne vove at kalde 'den naturlige pause'.
- At nå et vellykket og meningsfuldt liv er ikke kun en individuel opgave. Fordybelsen og intensiveringen af hverdagen fører naturligt, måske uundgåeligt, den enkelte mod en oplevelse af global sammenhæng og internationalt medansvar.
  Muligvis fødes vi med anlæg for en naturlig etik som er forbundet med de empatiske følelser og bevidsthedsklarheden, og som kan kultiveres og vokse når et liv leves i balance mellem indre og ydre fordybelse.

- Ligesom der, siden oplysningstiden – og bag den renæssancen – har eksisteret en fri, i betydningen 'udogmatisk', videnskab, kunst og politik, er der måske nu mulighed for at denne frihed åndeliggøres. At vi får en dogmefri spiritualitet.
  Hvis vi skal dømme efter denne føljetons bidrag vil vi om en sådan moderne spiritualitet kunne sige:

    - Den vil være formuleret i respekt for, og i dialog med, de erkendelsesmæssige og pædagogiske landvindinger naturvidenskaben har gjort. Herunder vil den forsøge at fremstille sine erkendelser i et sprog der er alment forståeligt og kan læres af de der er interesserede.
    - Den vil være formuleret således at den kan rumme forskellige religiøse og spirituelle tilhørsforhold. Herunder vil den forsøge at være i dialog med andre spirituelle og religiøse opfattelser med henblik på, måske, at nå frem til et fælles sprog for åndelige lovmæssigheder. Disse kunne tænkes at gælde lovmæssigheder om forholdet mellem kroppen, bevidstheden og hjerteføelelserne og kommunikative lovmæssigheder.
      Når man tænker på hvor mange af denne føljetons bidrag der efterlyser, og selv bidrager til, et sådant fælles sprog inden for forskellige områder af emnet 'spiritualitet', kan man ikke lade være at tænke på at det netop er etableringen af en sådan sproglighed der har skabt naturvidenskabens verdensomvæltende succes.

  Og at det er denne, eller disse, videnskabers manglende evne til at udvide dette sprog til at dække eksempelvis etik og bæredygtighed der er en del af den menneskehedens krise så mange af føljetonens bidrag forholder sig til.

- En dogmefri spiritualitet vil udvikle en 'åndelig' eller 'spirituel' pædagogik der kan formidles til børn og unge som en støtte til at de bevarer og udvikler deres medfødte talent for selvberoenhed. Og den vil have glæde af et nært samarbejde med den moderne psykologi. Der kan supplere åndelighedens hældning mod at blive et individuelt projekt med vores moderne viden om at udvikling, både barnets og den voksnes, sker i relationer.
- Den frisatte åndelighed vil ønske og forsøge at komme i dialog med alle andre samfundsmæssige områder, her især med de tiltag i retning af global bæredygtighed, den store omstilling, der er nutidens mest påtrængende ydre opgave.
- En frisat spiritualitet vil sandsynligvis være i frugtbar dialog med den fri kunst. Kreativitet er i alle de store spirituelle traditioner beskrevet som en mulig praksisvej i sig selv. Vi tænker her ikke kun på den professionelle kunstners fagspecifikke

kreativitet, men også på hverdagens opfindsomhed og den udtryksmæssige frihed i det hele taget. Som den eksempelvis kan mærkes i alle denne føljetons bidrag.

- En frisat spiritualitet vil være for begge køn. Hvor verdensreligionernes spirituelle systemer har været formuleret inden for feudale patriarkater, er en af nutidens største åndelige landvindinger ligestillingen mellem kønnene – som jo ikke er afsluttet (ikke for at gnide salt i vores eget sår, men det er vel også derfor det kun lykkedes os at få syv kvinder med i dette projekt).
- Kan det være sådan at ånd og spiritualitet i hverdagen fører til fortrøstning?
  Det har i hvert fald slået os at flere, ja mange, af denne føljetons artikler munder ud i en forsigtig optimisme.
  Det havde vi ikke lige set komme da vi bød op til dans. Vi véd heller ikke med sikkerhed om vi i redaktionsgruppen alle deler dette – forsigtige – lyssyn.
  Og så alligevel: De af os der ikke havde det, altså lyssynet, læner os nu, efter endt læsning, mere i den retning.
- Når nu ånd har noget med nærvær at gøre, med at være til stede i nuet, er det påfaldende hvor mange af artiklerne der på den ene eller anden måde beskæftiger sig med historien. Spiritualitetens historie, samfundets historie, den personlige historie.
  Det ser ud som om man, for at ankomme til nærværet i nuet, har brug for en landingsrampe. At fortællingen, den historiske eller personlige, kan være denne rampe.
  Dette er vel på en vis måde overraskende. Vi véd fra moderne forskning at vi alle strukturerer vores virkelighed med fortællinger. Men at man også kan bruge fortællingen til så at sige at afvikle sig selv, til at nå frem til et sted, nuet, som jo er karakteriseret ved at man her, måske bare for et øjeblik, har få eller ingen fortællinger, det er ikke et trivielt faktum.
- De fleste af bidragene beskriver ånd og spiritualitet som erfaringer man kan få pædagogisk støtte og inspiration til at nærme sig. Støtte fra eksempelvis lærere, fra etablerede spirituelle systemer, fra grupper af mennesker optaget af én eller flere praksisveje eller fra andre forbilleder eller rollemodeller. Eller fra læsning.
- Ét af de for os vigtige fællestræk ved disse bidrag kommer til udtryk ved det, der netop ikke er udtrykt: Der er ikke ét af disse bidrag som giver en skarp og skråsikker definition af hvad ånd er.
  Inden for genren 'artikel' er, mener vi, dette usædvanligt. Af en faglig, eller bare vidende, tekst forventer vi normalt entydighed. Præcision. Sikkerhed.
  Bidragene til 'Ånd i hverdagen' rummer mange entydige informationer, præcise tolkninger, autoritative meninger. Men ikke når man stiller teksterne spørgsmålet: Hvad, helt nøjagtigt, er ånd, og hvordan føles den?
  I stedet peger disse bidrag, alle peger de, *i retning af ånd*. Men når teksterne nærmer

sig selve fænomenet, bliver de alle forsigtige, i betydning 'nænsomme'. Ord der går igen mange steder, er variationer over betegnelser for 'åbenhed', 'frihed', 'kærlighed', 'nærvær', 'nuet', 'balance', 'bæredygtighed' og 'meningsfylde'.
Den mest præcise måde at sige det på er måske at alle bidrag, når de nærmer sig kernefænomenerne, essensen af ånd i hverdagen, bliver ydmyge. Ikke underdanigt-ydmyge, men netop: varsomme.
Denne respektfulde tilbageholdenhed er, tror vi, betydningsfuld.
Den kunne have flere årsager:
At ånd og spiritualitet, forstået som det eksistentielt essentielle, det vigtigste i livet, på en paradoksal måde er på én gang kollektiv og dybt personlig kunne være en del af forklaringen på varsomheden. At en definitorisk tilgang til fænomenet måske både er umulig og kan risikere at blive respektløs da oplevelsen af det altid vil være individualiseret.
At ånd og spiritualitet, måske, ligger i udkanten af sproget. Hvor denne føljetons bidragydere nærmer sig beskrivelsen af deres konkrete erfaring af ånd, fortæller de mange steder om situationer hvor de er alene: alene i naturen, alene på meditationspuden, alene ved arbejdsbordet.
Og hvor de fortæller om ånd i samværet, er det en åndelighed der på forskellige måder har forbindelse til deres kontakt til dem selv. Som om det først er når sproget, i hvert fald i sine grovere aspekter, begynder at tie, at det spirituelle, som nogle har kaldt 'hjertets lavmælte hvisken', kan høres.

Ordet 'ånd' er forbundet med åndedrættet.
Vi skriger og ånder ind når vi fødes, vi ånder ud for sidste gang når vi dør. Åndedrættet er den tråd der forbinder vores livs begivenheder fra fødsel til død.
Når åndedrættet bevidstgøres, når det, eventuelt bare af og til, løftes fra at være en automatiseret ydre handling til at være noget der har en plads i bevidstheden, bliver det til ånd.
Når man mærker sit åndedræt, mærker man sin sårbarhed, sin dødelighed. Man siger i Østen at afstanden mellem at være levende og at være død er afstanden mellem en udånding og den næste indånding: Så kort og skrøbelig.

Ånd og åndelighed er for alle. Det er ikke kun for de der kan skrive artikler, det er for enhver af os. Der er ikke én af denne føljetons stemmer der hævder at man skal have en særlig alder, religion, hudfarve eller uddannelse for at opleve åndelighed og spiritualitet. Heller ikke at man kun åndeliggøres ved en speciel træning.
Talent og mulighed for at fordybe og intensivere, altså åndeliggøre og spiritualisere, vores liv og vores samvær med andre mennesker er vi født med. Ånd er demokratisk, ja

mere end det, ånd er trans-demokratisk, måske post-demokratisk. Demokratiet er en fantastisk opfindelse, men det rummer stadig et moment af strid, af emotionelle konflikter afgjort ved afstemning, af risikoen for flertalsdiktatur og oversete mindretal. Af vilje til magt.
I grupper, selv helt små grupper, der er optaget af ånd og spiritualitet, kan man se glimt af andre samværsformer, af en anden, måske højere form for konsensus.
I den venlighed og imødekommenhed vi har oplevet i forbindelse med denne udgivelse, synes vi at vi har følt ånd direkte.

Men ånd i hverdagen er stadigvæk en luksus. Et samfund eller et menneske der fortvivlet kæmper for at overleve, har ikke overskud til den indsats som fordybelse og menneskelig vækst kræver. Derfor er ånd i hverdagen ikke bortvendt eller drejet ind i sig selv, men intenst optaget af den ydre verden. Af hvordan sult og fattigdom kan afhjælpes, folkesundheden forbedres, bæredygtighed og menneskerettigheder sikres. Af FNs 17 verdensmål, slet og ret.
Måske findes der en meget stor mulighed: Muligheden for åndeliggørelsen og spiritualiseringen af demokratiet, af den internationale politik og økonomi, af hele den globale hverdag.
Det er store ord. Men de kommer af glæden og ja, helt ærligt, fortrøstningen ved at have fået lov at arbejde med, og at offentliggøre, disse artikler.

Så nu tager vi fire i redaktionsgruppen lige et par dybe indåndinger.
Og siger: En kærlig tak til jer bidragydere.
Til jer fotografer som har stillet jeres billeder til rådighed.
Til Vækstcenteret der har lagt hus- og hjerterum til på nettet. Til formgivnings- og programmeringsteamet bag føljetonen.
Og en særlig og kæmpestor tak til jer man ikke ville kunne have takket i en trykt bog, fordi man ikke ville have vidst om I var der til at modtage takken: I mange, rigtig mange læsere som har fulgt denne føljeton og glædet og udfordret os med jeres kommentarer og nærvær igennem forløbet.
Og som vi ville sige hvis dette havde været et mere almindeligt afdansningsbal:
Kom rigtig godt hjem!

Mange kærlige hilsner

Neel Fasting, Steen Hildebrandt, Michael Stubberup og Peter Høeg