

Ligesom i den klassiske musik er der i verdenslitteraturen en række berømte begyndelser der er gådefulde, fascinerende smukke, og som rummer resten af værkets tematik og forløb i algebraisk kort form.
De første sætninger af Sørens Kierkegaards 'Sygdommen til døden' er en sådan sproglig og filosofisk tinde. På hvilken mange litteraturbestigere har brækket halsen.
I dette bidrag, 'Ånd i hverdagen's første del åbner Jes Bertelsen denne teksts gåde på en selvfølgelig måde. Hvorved det viser sig at gåden handler om hvad ånd egentlig er, hvad ånd har med livets mening at gøre, og hvordan hvert enkelt menneskes måde at forholde sig til sit eget dybere væsen på kan få konstruktiv betydning for forløbet af den krise menneskeheden står i og overfor.

Dette globale perspektiv udfoldes yderligere i artiklens anden del: På hvilket trin af en mulig og nødvendig bevidsthedsudvikling befinder vi os som art?
Hvad vil der ske når de muligheder, som Kierkegaard beskriver i sin berømte indledning, bliver hver mands og kvindes eje?

***

Ånd i hverdagen
af Jes Bertelsen

1. del
Jeget og selvet.

Den dansker, der dybest og mest intenst har beskæftiget sig med forholdet mellem ånd og hverdag, er såmænd vores nationalfilosof Søren Kierkegaard.
Hans eksistentialisme handler blandt andet om, hvordan ånd udtrykker sig, eller oftest

netop ikke udtrykker sig, i den konkrete eksistens.

Kierkegaard gør opmærksom på, at vores tænkning eller vores sind normalt er langt forud for vores eksistentielle hverdag. Vi har måske tanker om at sortere affald, eller et ideal om mindre forbrug og større forenkling. Måske tror vi på økologi eller grøn energi. Så i tankerne og i vores sind har vi forskellige regulerende eller principielle forestillinger, som er med til at definere vores livsanskuelse.
Men, siger Kierkegaard, se på vores faktiske virkelighed. Se på hvordan vi gør i hverdagen. Og vi må meget ofte konstatere, at vores tænkning, mål og idealer er langt forud for vores eksistentielle hverdag.
Om det eksistentielle aspekt af ånd er virkeliggjort, er for Kierkegaard i almindelighed derfor nøje forbundet med om "tænkningen er gennemsigtiggjort i væren", altså at jeg gør, hvad jeg tænker, og hvad jeg siger.

Men hvad er ånd?
Dette spørgsmål stiller og besvarer Kierkegaard i *Sygdommen til døden*, en analyse af fænomenet fortvivlelse. Fortvivlelsen bliver beskrevet både psykologisk, eksistentielt og spirituelt.
Teksten begynder således:

"Mennesket er ånd. Men hvad er ånd?
Ånd er selvet. Men hvad er selvet?"

I disse globale krisetider, hvor stadig flere mennesker begynder at spørge om mening, om sammenhæng, om medansvar for kloden, om nødvendigheden af at udvikle empati og om gavnligheden af at træne mindfulness; netop i disse tider forekommer det væsentligt at huske på, at en af de helt store tænkere i vor egen kultur beskriver det dybeste niveau af mennesket som ånd.
Og stiller det fundamentale og indlysende spørgsmål: *Hvad er ånd?*
Eller på nudansk: Hvad er spiritualitet?
Et begreb, som selv FN begynder at anvende i nogle af sine publikationer. Og tilmed som en nødvendig ingrediens i forbindelse med virkeliggørelsen af de 17 verdensmål.
Kierkegaards første bud på svaret er: Ånd er selvet.
Hvilket uvilkårligt fører til det næste spørgsmål: Hvad er så selvet?
Her bliver det måske mere krævende for den, der ikke er vant til at læse Kierkegaards klare, men også udfordrende tekster. Men man skal ikke lade sig forskrække af de næste sætninger. Heller ikke straks opgive at forstå, hvad det mon er, han peger på og mener.

Lad os prøve at læse langsomt og forstå det følgende:

"Selvet er et forhold, der forholder sig til sig selv, eller er det i forholdet, at forholdet forholder sig til sig selv; selvet er ikke forholdet, men at forholdet forholder sig til sig selv. Mennesket er en syntese af uendelighed og endelighed, af det timelige og det evige, af frihed og nødvendighed, kort: en syntese. En syntese er et forhold mellem to. Således betragtet er mennesket endnu intet selv."

Lad os begynde bagfra. Mennesket er endnu intet selv. Selvet er en mulighed. Selvet er en opgave.
Og en gave. Umiddelbart har vi mennesker godt nok et jeg eller en personlighed, men ifølge Kierkegaard er jeget, sindet eller personligheden endnu intet selv.

Jeget, sindet eller personligheden er en syntese af to slags kvaliteter, et forhold mellem to dimensioner.
På den ene side er vi endelige, timelige og ufrie.
Vi går op i – og vi skal gå op i – verden; vi er ufrie, fordi vi er låst fast i vores biografi, vores karakter, vores miljø, vores samfund, vores kultur og dens normer. Vi går op i det verdslige, det umiddelbare: Vores status, vores ambition, vores ønsker og begær, vores økonomi, vores job, vores venner og vores familie. Vores emotioner.
På den anden side er vi – ifølge Kierkegaard – uendelige, evige og har del i frihed. Alle vi mennesker lever, som om vi er udødelige. Fordi vi et sted godt véd, at bevidstheden, vågenheden og kærligheden på sin vis er ubegrænsede. At vi også er u-endelige.
Og der er en følelse af, at vi har frihed til at vælge. Denne højere mulighed og dimension er ofte til stede i vores længsel (længsel retter sig, hos mange, netop mod noget guddommeligt, noget religiøst).
På denne måde er vi mennesker indsat i to verdener, vi er en syntese eller et forhold mellem en kartoffel og en idé, som Kierkegaard siger det, vi er både verdslige og fulde af længsel.
At være menneske er at være i dette spændingsfelt. "Udsat på hjertets bjerge" kalder Rilke det. "Rødder i helvede, kronen i himlen", som de kristne mystikere formulerer det.
Mennesket er et forhold mellem tilsyneladende uforenelige modsætninger.
Ånd, selvet, er, ifølge Kierkegaard, at dette forhold mellem de to slags indhold, selve spændingsfeltet, forholder sig til sig selv.
Dette er altså åbenbart opgaven.
Hvordan skal det forstås?

"Selvet er et forhold, der forholder sig til sig selv".

Dette betyder for Kierkegaard, at et menneske først bliver sig selv, når det overtager det fulde ansvar for hele sig selv; når det vil og vælger begge poler, både det endelige, verdslige, almindelige og det u-endelige – evighedslængslen, udødelighedsfølelsen, drømmen om frihed.
Når mennesket tager det fulde ansvar for hele eksistensens spændingsfelt, bliver mennesket sig selv. Altså, at forholdet, spændingsfeltet, den eksistentielle polaritet forholder sig til sig selv betyder, at eksistensens spændingsfelt vil og vælger sig selv.

At være sig selv i Kierkegaards forstand må ikke forveksles med at være selvoptaget, narcissistisk eller at være sig selv nok, som trolden i Henrik Ibsens Peer Gynt er det.
At være ægte i kontakt med sig selv er betingelsen for ægte at kunne møde andre mennesker og samfundet.
Graden af dybde i kontakten med andre og med samfundet er ligefrem proportional med graden af dybde i kontakten med én selv.

Søren Kierkegaard slutter afhandlingen om fortvivlelse med at beskrive:

"Formlen for den tilstand, hvori der slet ingen fortvivlelse er: i at forholde sig til sig selv og i at ville være sig selv grunder selvet gennemsigtigt i den magt, som satte det."

Kierkegaard peger, i citatets slutning, på at mennesket i sin bevidste og ansvarlige selvovertagelse opdager selvets transpersonlige kilde, den dimension, den magt, som selvet gennemsigtigt grunder i.

Man kan være enig eller uenig med Søren Kierkegaard i hans fremstilling.
Men man kan næppe komme udenom, at han åbner nogle provokerende dybe perspektiver.
Hans spørgsmål: Hvad er ånd? Og: Hvad er selvet? forekommer mig ikke mindre relevante og aktuelle i dag, end de var på hans egen tid.

Uden på nogen måde at formindske Kierkegaards format kan man minde om, hvor besværligt det, også for ham selv, var at prøve at leve op til hans egne fordringer.
Måske kan man sige, at det i mere radikal forstand at blive et selv, at skabe komplet overensstemmelse mellem det indre og det ydre, nu, som altid, for os alle er meget vanskeligt.

Enhver ekstrem position i en kulturs åndsliv fremkalder tilsyneladende altid en modposition. Højre fremkalder venstre, det ekstreme venstre fremkalder det ekstreme

højre.
Enhver understregning af, at man er sin egen lykkes smed, at hvert individ har det fulde ansvar for sit eget liv, kalder på opfattelsen af, at årsagerne til lidelse og social tyngde ligger i et dysfunktionelt samfund (en opfattelse der eksempelvis fremføres af Laing og Marx).
Hvorefter de to modsatrettede positioner begynder en dialektisk og polemisk dans:
Hvad hjælper selverkendelse eller narcissistisk navlepilleri, når den egentlige årsag er et sygt samfund?
Hvad hjælper samfundskritiske tiltag, når det enkelte menneske mangler indsigt og ægte kontakt med empatiske følelser? Og mod til at tage ansvaret for sit eget liv?
Og så videre i det uendelige.
Måske er der oftest visdom i begge sådanne modsatrettede positioner. Måske dialog mellem yderpunkterne og sund fornuft og respekt kunne udpege, og vise, holdbarheden af en slags gylden middelvej?

I min studietid havde jeg engang lejlighed til, i en lang personlig samtale, at stille en af mine vigtigste lærere, K. E. Løgstrup, et spørgsmål om åndslivets skiftende moder. Løgstrup forklarede, at som han så det, flød der omtrent hvert tiende år "fromhedsbølger" gennem det danske åndsliv.
Disse fromhedsbølger kom ofte fra Tyskland. Løgstrup nævnte som eksempler pietismen, eksistentialismen, marxismen og strukturalismen.
Han forklarede videre, at disse bølger ofte svingede fra én position til en kritisk eller modsat position (for eksempel eksistentialisme-marxisme).
Han mente, at disse vigtige bevægelser altid havde en vis overfladiskhed ved sig. Men at de alligevel påvirkede, og ofte ændrede eller justerede, de dybere, mere rodfæstede kvaliteter og perspektiver i åndslivet. Som eksempel på eksponenter for disse dybere kvaliteter nævnte Løgstrup Grundtvig og Kierkegaard.
Disse tanker gjorde et stort og varigt indtryk på mig som ung studerende.
Senere har vi set flere bevægelser, som man kunne kalde fromhedsbølger. For eksempel, fra øst, yogabølgen. TM. Managementbølgen fra USA (Teori U og nærværstræning). Og netop nu mindfulnessbølgen som kommer fra både øst og vest.
Det er populære strømninger i tiden, som har så stor udbredelse, at indholdskvaliteten kan risikere at gå tabt, ved at de udvandes.
Der er en tendens til, at man, når et fænomen udbredes, får svært ved at skelne mellem den overfladiske bølgebevægelse – som man identificerer sig med, og som fader og forsvinder efter cirka ti år – og bølgens varige dybdekvalitet.
Det er væsentligt at understrege, at de autentiske kilder, de store igangsættere af sådanne strømninger, ikke selv er overfladiske. Man kunne her nævne Jon Kabat-Zinn,

som en af garanterne for dybden i den vestlige del af mindfulness-bevægelsen, og S.N. Goenka som en dyb eksponent for den fra Østen kommende modernisering af vipassana. Og man kunne nævne flere af de betydningsfulde yogalærere.
Disse personer giver hver for sig uhyre værdifulde, nødvendige bidrag til en forståelse af helheden. Det, der er risikoen, er den udvanding af bevægelsernes oprindelige grundlag, som modepræget succes vil kunne føre med sig.

Når jeg i min levetid har set politiske, filosofiske eller spirituelle bevægelser blive fremført med ildhu, det vil sige, som om de rummer svar på alle eksistentielle spørgsmål af betydning, og vel at mærke de eneste *rigtige* svar, har jeg tænkt på Løgstrups iagttagelse af fromhedsbølgerne.

Hvis det danske demokrati skal kunne møde, og give sit beskedne bidrag til, løsningen på den globale krise, kommer vi næppe uden om drastiske tiltag og forandringer.
Så meget vigtigere er det vel så at huske, at Kierkegaards radikalitet ikke er from. Den peger på det hjertemod, det kræver at rumme og tilgodese både den verdslige nødvendighed og den åndelige dybde.
Disse tankers klarhed, sammen med den demokratiske radikalitet og hjertelighed i Grundtvigs højskoletanker, og hans forståelse af vigtigheden af folkeoplysning, kunne være væsentlige elementer i en dansk vision om en mulig, ønskværdig, og formodentlig nødvendig demokratisk og empatisk verdensstat. Ånd i hverdagen.

2. del
Selvets spiritualitet

Med basis i Kierkegaards eksistensanalyse kan vi altså sige, at det moderne menneske – der oplever sig som identisk med jeget – har mulighed for at blive et selv.
Som vi så i denne artikels første del, kræver den proces – siger Kierkegaard – at vi påtager os både vores verdslighed og vores længsel efter et højere perspektiv på tilværelsen. At vi forholder os bevidst til spændingen mellem det relative og det absolutte.
Gør vi det, nærmer vi os den tilstand, eller det perspektiv, der kaldes selvet.
Hvordan ville selvets spiritualitet kunne se ud i det 21. århundrede?
Det vil sige den livsform og livsholdning der kommer til udtryk, hvis menneskeheden begynder i større skala at realisere dette også af Kierkegaard beskrevne udviklingstrin.

For at undersøge dette kunne man betragte bevidsthedens evolutionshistories udvikling. Ligesom Steen Hildebrandt i sit bidrag til denne artikelføljeton, *Ledelse som et etisk og*

åndeligt anliggende – et vendepunkt, har belyst den globale krise i et evolutionsmæssigt perspektiv.
Homo Sapiens nedstammer fra primaterne, der igen er i slægt med de øvrige pattedyr. Det formodes, at primater og pattedyr ikke har jegbevidsthed, de erkender ikke sig selv som individer. De befinder sig i en tilstand af ubevidsthed i forhold til det, at et menneske kan forstå sig selv som et jeg.
Hvordan er jegbevidstheden, som kendetegner homo sapiens, opstået?
Man kunne antage, at den først er opstået hos enkelte individer, der, fra den kollektive grundbevidstheds baggrund, har udskilt sig som enestående.
Samtidigt med at samfundets og bevidsthedens udvikling har mulig- og nødvendiggjort, at fællesskabet har kunnet projicere jegfunktionen ud på disse individer. At jeget altså også er noget en kultur kan tildele et eller flere mennesker.
Disse enkelt- og enestående jeger har – kunne man antage – haft samfundsmæssige funktioner som matriark, ypperstepræst eller -præstinde, shaman, høvding, profet, konge, dronning, faraon.
Til at begynde med har den religiøse eller spirituelle og den verdslige ledelsesfunktion næppe været adskilt.
Herfra kan evolutionen have bevæget sig mod en almengørelse af jeget. I en gradvis proces. Få. Flere. Mange. Alle.
Antager vi denne hypotese, har bevidsthedens evolutionsproces bevæget sig fra ubevidsthed til gruppebevidsthed og derfra videre til jegbevidsthed, samtidig med sprogets, og senere skriftssprogets, udvikling.
En bevægelse fra halvt bevidste myter og drømme til det vågne jeg. Fra mytos til logos.

Bevidsthedens evolutionsproces er tydeligvis og heldigvis ikke gået i stå.
Vi så i denne artikels første del, at det giver mening at skelne mellem jeget og selvet.
I de sidste 2-3000 år har menneskeheden udviklet enkelte lysende selver: Buddha, Kristus, Zaratustra og en lang række af andre spirituelt vågne mystikere.
Men indtil nu er selvet ikke almengjort, det er endnu ikke blevet en realitet for alle mennesker på jorden.
Da jeget var forbeholdt enkelte "udvalgte", fik disse tilsvarende ledende roller (ypperstepræster og -præstinder, konger, dronninger etc.)
Men i almengørelsen af jeget – som nu er en realitet – er vi jo som bekendt ikke blevet konger og dronninger.
Man kunne forestille sig, at de første selvrealiserede mennesker – som Buddha og Kristus – har lyst med et meget kraftigt skær.
Tilsvarende vil de første selvrealiserede mennesker formodentlig lyse med et intenst skær sammenlignet med nutidens jegbevidsthed.

Uden at vi dermed alle på sigt bliver til oplyste buddha- og kristusskikkelser.

Denne mulige almengørelse af selvet og af empatien vil – sådan ser det unægtelig ud – bevæge sig igennem de naturlige trin: Få. Flere. Mange. Alle.
En langsom evolutionsmæssig vækstproces.
Men vel også en proces, der kan og vil udvise større "mutationslignende" spring, som man kunne formode, det har været tilfældet med jegbevidsthedens almengørelse.
Især på trinnet fra mange til alle, hvor processen vil have fået momentum.
Det ser for flere iagttagere af den globale situation – man kunne som eksempel nævne Jeremy Rifkin og hans bog *The Empathic Civilization* – ud som om menneskeheden på nuværende tidspunkt befinder sig i overgangen fra mange til alle i forhold til manifestationen af selvets og empatiens udbredelse til menneskeheden som sådan.

Den krise, vi som art befinder os i, har i dette perspektiv en direkte sammenhæng med netop det, at selvet og medmenneskeligheden står foran en springvis forøgelse: For som det ser ud nu, er det, beklageligvis, svært at forestille sig, at denne globale bevægelse mod selvets empatiske og holistiske ansvarsfølelse og livsførelse kan bryde igennem, uden at der først sker en række større sammenbrud i den egofikserede, materialistiske og nationalistiske livsanskuelse, der stadig dominerer vores planet.

Det positive aspekt af den globale krise kunne derfor være, at denne krise er smertefulde, men nødvendige fødselsveer i forhold til almengørelsen og virkeliggørelsen af selvets spiritualitet i det 21. århundrede, forstået som medmenneskelighedens selvrealisation.
Rifkin har sagt det så klart: *"En verden i krise behøver et globalt spring i empati"*.

Måske kan man i dette perspektiv vove en dybere forståelse af de løgstrupske fromhedsbølger, som bliver nævnt i denne artikels første del: Måske er bølgerne fra øst og fra vest forvarsler om, og forberedelser til, mere springvise, "virale" udbredelsesprocesser i forbindelse med, at forståelsen af den empatiske livsførelses, den indre og ydre økologis, nødvendighed, er ved at blive global?
Måske vil internettet få en afgørende og overraskende betydning i denne spredningsproces?

Hvis man ser på Løgstrups bølger i dette lys kunne man måske se et dybere fællestræk: Teosofien, Krishnamurti, Bhagwan, TM, yogabølgen, Ken Wilber, Kabat-Zinns mindfulness, Dalai Lama i sin understregning af nødvendigheden af global etik og uddannelse, alle har disse vigtige impulser, med inspiration fra eller rod i Østens

verdensbilleder, alle har de prøvet, og prøver de, at bidrage til at udviklingen drejes i retning af en global og empatisk verdensanskuelse. Og det samme gør, med rod primært i en vestlig tankegang og kultur, Daniel Goleman, Peter Senge, Otto Scharmer og Jeremy Rifkin. Og herhjemme eksempelvis Steen Hildebrandt (og, i beskedent format, Vækstcenteret).

På den baggrund synes FN's 17 verdensmål at være et meget væsentligt og hensigtsmæssigt bidrag.

Hvis disse betragtninger har noget for sig, så vil håbet og fortrøstningen ligge i, at uanset hvad der kommer til at ske, så vil selvets spiritualitet formentlig sætte sig igennem i sin naturlige og nødvendige almengørelse af helhedstænkning og global ansvarlig medmenneskelighed i løbet af det 21. århundrede.

Egopositionerne, det vil sig dyrkelsen af den samfundsmæssige og personlige egoisme, er på nuværende tidspunkt drevet ud i et ikke i længden holdbart ekstrem: Nogle af nutidens største jeger er i dag at finde blandt multimilliardærer, magtpolitikere og tyranner, narkobaroner og oliesheiker.
Dette, den ubevidsthed der ligger bag, at kulturer tillader dette, vil uvægerligt føre til omfattende økonomiske og politiske sammenbrud.
Sammenbrud der allerede nu finder sted. Og som falder sammen med, og har forbindelse til, klima- og ressourcekriser, tab af biodiversitet og overbefolkning.

Det ny vil altid komme fra de unge og fra børnene.
For mig at se ville det kunne blive betydningsfuldt, hvis man indførte et fag i folkeskolen, der handlede om de kriser, vi i disse år oplever blive stadig hyppigere og stadig alvorligere. Og som handlede om deres løsning. Et fag om verdens tilstand og de nødvendige tiltag: Økologi. Bæredygtighed. De 17 verdensmål. Træning af empati og mindfulness, krops- og åndedrætsbevidsthed. Udvikling og forståelse af, at alt hænger sammen i en systemisk helhed. Og det deraf følgende medansvar for forvaltningen af klodens biosfære og ressourcer. Nødvendigheden af at recirkulere affald.

Der går en vandrehistorie, udbredt via YouTube, om en folkeskoleklasse, som blev bedt om at tegne et selvvalgt tema.
Nogle af børnene tegnede en øde ø med en palme, nogle et feriehus.
Lærerinden gik rundt og kiggede på og spurgte, og kom så til en lille pige.
Der forklarede, at hun tegnede Gud.
"Men", bemærkede lærerinden, "der er da vist ingen, der rigtig véd hvad Gud er, eller

hvordan Gud ser ud."
"Det véd de om lidt," sagde pigen.
Da jeg hørte denne historie, blev jeg nysgerrig. Hvad mon hun tegnede?
Måske en gammel viis mand med hvidt skæg.
Eller alle børns guddommelige moder.
Men nej.
Pigen havde tegnet en formel:
$G = K \times L^2$

Og hun forklarede betydningen:
"Gud er lig med kærlighed ganget med lys i anden."

Det nye kommer bestemt fra børnene. Og fra de unge.



Jes Bertelsen
er oprindelig idéhistoriker og dr.phil. Han forlod i 1982 en universitetsstilling for at stifte Vækstcenteret I Nørre Snede der er et forsøg på at grundlægge en ikke-dogmatisk og ikke-religiøs spiritualitet I det moderne Danmark. Han har skrevet mere end 20 bøger med lige så mange forskellige tilgange til det samme grundlæggende emne: menneskets og bevidsthedens essens.

Foto: Trine Veiss Mikkelsen/Light4you