

Myter om kærlighed



FOTO: PRIVAT

Jacob Mosgaard Psykolog. jm@jacobmosgaard.dk

På en restaurant på et feriecenter i Catskill Mountains sidder et ældre venindepar og spiser aftensmad. De er ikke tilfredse.

“Maden her er virkelig forfærdelig, det må jeg sige”.

“Ja, ærligt talt. Forfærdelig. Og så små portioner”.

Livet er fuldt af paradokser, og en af de bedste kanaler til at udtrykke dette er vittigheder som denne fra filmen *Annie Hall*. Den afspejler en almenkendt oplevelse af livets paradokser: For det meste lever vi helt fint med dem, uden at de skaber større problemer for os. Problemerne er til tider blot overfladiske. Med et udtryk lånt fra Paul Watzlawick, en af den systemiske tænknings grand old men, kan en situation sagtens være håbløs uden at være alvorlig.

Sådan er det også med kærlighedens paradokser. På den ene side tror vi på, at “modsætninger mødes, og sød musik opstår”. På den anden side bekymres vi over, om vores partner er alt for anderledes fra os selv. På den ene side tænder vi på vildskaben, galskaben, i den store forelskelse, og på den anden side søger vi en at nusse med i sofaen foran fjernsynet i ren konfliktløshed. Af samme grund peger vores forestillinger om kærlighedens væsen også ofte i umiddelbart modstridende retninger. Skal vi være forskellige eller ens? Skal vi søge passion eller harmoni?

Forestillinger om kærlighed

Hvad er kærlighed i virkeligheden? Det bliver for mange mennesker et af livets allervigtigste spørgsmål, for det kan hjælpe os til at svare på det næste: Hvor finder jeg den så henne, den store ægte kærlighed? For er kærlighed da ikke selve meningen med livet?

Er svaret derude? Derinde?

Begge dele må være korrekt. Svaret har nemlig at gøre med kulturelle diskurser om kærlighed, som vi fødes ind i, som vi formes af gennem livet, og som vi aktivt

gennem livet forholder os til og selv skaber mening i. Det er derude, i vores omverden, i vores fællesskaber, i vores kultur. Men det er også derinde, i os selv, i vores selvforståelse, vores værdier og vores individuelle måder at indtage denne kultur på.

Udfordringerne opstår blandt andet, når to mennesker mødes, og to forskellige forestillinger om kærlighed mødes. I mit arbejde som psykolog møder jeg mange par, som er i krise, fordi den ene ønsker dyb romantik, mens den anden har en mere rationel tilgang til samlivet. Hun synes, han er uromantisk, og kommer til at tvivle på hans kærlighed, mens han mener, det kører fint nok og aldrig har skænket tvivlen en tanke. Som den gamle joke lyder: "Jeg fortalte dig jo, at jeg elskede dig, dengang vi blev gift, og hvis det skulle ændre sig, skal jeg nok sige til".

Andre gange hænger udfordringerne sammen med, at vores forestillinger er for rigide på tværs af kontekster eller over tid. Jeg talte med en kvinde, som var ved at gå fra sin mand efter ti års ægteskab, fordi hun pludselig havde opdaget, at hun ikke længere mærkede den romantiske kærlighed, som hun havde følt i starten af deres forhold. Manden var for sin del meget forbløffet over hendes tanker om skilsmisse, for han havde lige syntes, at alt gik, som det skulle, og at der endelig var stabilitet i kærlighedslivet.

Men livet ændrer sig, vi ændrer os, og vores ægtefæller ændrer sig. Og hvis vores ideer om kærlighed hænger fast i gamle konstruktioner, kan vi få problemer. For de forestillinger om livet og om kærligheden, som vi havde engang, passer måske ikke længere til det liv, vi lever i dag.

Den sociale konstruktion af mening

Kærlighed er en social konstruktion. Hvad den i virkeligheden er, afhænger af øjet, der ser, hjertet, der føler, og kulturen, der skaber betydningerne i vores liv.

Jeg ser en trist regnvejrsdag, alt imens bonden ser en skøn dag, hvor afgrøderne får vand. Jeg oplever vores hjem som det mest rolige sted i verden, med hygge og mulighed for at slappe af, mens du oplever vores hjem som uroligt med snavs i hjørnerne og tøj i stakke på stolene.

Min virkelighed er ikke din virkelighed. Min virkelighed er heller ikke mere eller mindre korrekt end din, og den er ikke objektivt værre eller bedre. Det gør ikke virkeligheden mindre virkelig, men bare mindre virkelig for alle. Og hvad har det med kærlighed at gøre? Jo, det betyder, at vi også forstår og føler kærlighed forskelligt. Nogle oplever den store romantiske kærlighed, andre en mere praktisk kærlighed, nogle en meget seksuel kærlighed, og andre en mere spirituel.

For nogle er kærligheden selve den lim, der holder et parforhold sammen, mens den for andre er et heldigt biprodukt af et tæt erotisk venskab.

Vi mennesker er sociale, meningskabende væsener. Derfor er vores begreber, koncepter og forestillinger fælles forsøg på skabelsen af mening – fra det små til det helt store. Vi bruger meget af vores tid på at forstå og forklare, og vi gør det i en langsomt fremadskridende forhandling af fortolkninger af virkeligheden. Noget mening bliver vi enige med hinanden om, som når vores forståelse af menneskelig lidelse hjælpes på vej af konkrete grupper af mennesker og deres indbyrdes stridigheder om den rette mening. Dette ses for eksempel i de såkaldte *task forces* og *arbejdsgrupper*, som i fællesskab og gennem besværlige magtkampe forhandler de indflydelsesrige psykiatriske diagnosesystemer DSM-5 og ICD 11 på plads. Hvad er en personlighedsforstyrrelse egentlig? Den er det, disse grupper er endt med at blive enige om.

Andre betydninger, forståelser og meningsdannelser har en mindre entydig baghistorie. De er overleveret fra tidligere generationers forhandlinger af betydning. Vi vokser således op i en verden mættet af kulturel mening. Fra vores moral til vores kosmologi. Fra vores smag til vores politiske systemer. Jo mere selvindlysende disse systemer og forståelser forekommer os, desto mere indgroede er de sociale konstruktioner i vores historie og i vores hverdagspraksis.

Og vi opdager først den sociale konstruktion, når vores konstruktion støder imod andres lige så selvindlysende konstruktioner. En mand blev på en jordomrejse af en lokal familie inviteret på den lækreste middag med velstegt kylling. Han nød maden og spurgte til opskriften, og da han fik at vide, at han havde spist rotte, fik han en pludselig og meget reel kvalme. Den sociale konstruktion skabte hans smagsmæssige oplevelse, ikke omvendt. De samme sammenstød af sociale konstruktioner, dog i reglen mindre kvalmende, finder sted i relation til kærlighed.

Kærlighed som biologi, psykologi eller spiritualitet?

Der findes således mange svar på spørgsmålet “Hvad er kærlighed overhovedet?”. Svaret kommer an på perspektivet – er det psykologisk, er det åndeligt, er det evolutionsteoretisk?

Kærlighed er vel en følelse, kunne vi måske umiddelbart tænke, for det er den mest almindelige opfattelse. Men er det bare det? Og hvilken slags følelse? Kærlighed kan også ses som noget rent biologisk, som handler om enten forplantning eller yngelpleje. Evolutionen skubber os til at skabe kærlige bånd – fra de seksuelle til de moderlige og faderlige.

På andre tidspunkter bruger vi begrebet til at beskrive en religiøs eller spirituel oplevelse, en oplevelse af noget overmenneskeligt. "Størst af alt er kærligheden", som Paulus skriver i Det Nye Testamente. Det er, som om kærlighed er et ord, der kan gribes ud efter, når en stærk og positiv oplevelse skal beskrives. Kærlighed er i denne anskuelse ikke blot og bart en følelse. Det er mere, det er større end os, det overskrider det menneskelige og har måske ligefrem at gøre med det guddommelige. Paulus' ord er på mange måder stærkere end de hverdagsfølelser, vi oplever, og netop gennem ordene vokser betydningen af hverdagens følelser. Vores ord om kærlighed er med til at skabe kærlighedens kraft. De hjælper os og løfter os – og gør os til en del af dette "det største af alt".

Det mest inkluderende er vel at betragte kærlighed som en social konstruktion på to niveauer: På det ene niveau er det til forhandling, hvad vi overhovedet mener med ordet, og i de enkelte kærlighedsforhold finder denne forhandling sted på daglig basis. På det andet niveau handler kærlighed om intime relationer og om de forestillinger om et godt samliv, som over tid udvikler sig i disse relationer. Hvis det er en følelse, er den af den særlige kvalitet, at den er rettet imod nogen eller noget andet end den person, som så at sige ejer følelsen. På den måde skabes kærligheden i sig selv i den enkelte relation og er måske forskellig fra relation til relation. Mine følelser for min første kæreste er sandsynligvis anderledes end følelserne for min nuværende ægtefælle, selv om jeg har brugt ordene "Jeg elsker dig" til at beskrive følelsen i begge tilfælde.

Samtidig er der mange fællestræk ved vores oplevelser af og med kærlighed. Der findes en lang række sociale konventioner og en masse ideer om kærlighed, som vi deler med hinanden. Så det er helt naturligt, at der i vores kultur opstår en række opsummeringer, nogle fælles erfaringer, nogle historier, vi deler, som opsamler, men også skaber vores opfattelser af kærlighed. "Romeo og Julie" var således en slags opsamling af romantiske erfaringer af kærlighedens væsen, og fortællingen har samtidig været med til at skabe senere generationers forståelser. På den ene side er Shakespeares stykke en tragedie i en klassisk tradition, som selv bygger på tidligere tiders fortællinger. På den anden side er figurerne og den dramatiske struktur i de efterfølgende 400 år selv blevet arketyper for den unge forelskelse, som trods ethvert overlevelsesinstinkt og leder de elskende til at vælge døden hellere end at miste hinanden.

Vores myter om kærlighed rækker med andre ord både tilbage og fremad. I forhold til vores forestillinger om kærligheden skabes de af fortiden og medskaber fremtiden.

Kærlighedens myter

Der eksisterer en række myter om kærlighed. Jeg selv har i bogen *100 myter om kærlighed og forelskelse* (2018) kigget nøjere på hundrede af dem, lige fra myter om kærlighed, forelskelse og sex over myter om mænd, kvinder, køn og identitet til myter om samliv og parforhold i krise.

Det er helt naturligt at skabe myter, for vi mennesker skaber jo hele tiden konklusioner om verden omkring os, og især om vores måde at indgå i den på. Vi søger svar på spørgsmål som "Hvad er kærlighed egentlig?", "Er kærlighed og forelskelse det samme?", "Er forelskelse virkelig en form for sindssyge?", "Er der lov-mæssigheder for, hvad der sker, når kønnene finder sammen?", "Er mænd og kvinder virkelig fra hver sin planet?", "Bør vi gøre bestemte ting, når vi indgår i parforhold?", eller "Hvem har ansvaret for kriserne i kærligheden?".

Vi spørger selvfølgelig, fordi kærlighed, parforhold, sex, forelskelse og køn er emner, som ikke bare er interessante, men som er helt essentielle for os. Det kan i perioder af vores liv være ganske centralt at finde svar på, om vi skal blive sammen med vores partner eller ej, om vores forvirrende følelser er normale eller ej, eller om vi skal være bekymrede over vores mange skænderier. Det er i dette almenmenneskelige behov for hjælp, at myterne opstår som forsøg på at indkredse dybere sandheder om menneskelivets intime relationelle og emotionelle fænomener og vilkår.

Vi finder svar i myterne, formuleret enten som konklusioner på opsamlede erfaringer, i form af selvhjælpsbøger, eller i form af sætninger, som rammer os, fordi vi føler, at de passer på vores oplevelser. Vi kan godt lide sætningerne, for vi kan godt lide at blive ramt og opleve os genkendt, men vi kan også lide vores søgen, og uanset hvor mange svar vi finder, vil vi blive ved med at stille spørgsmålene.

Igen og igen stiller vi spørgsmål om kærlighedens væsen, og selv de svar, vi elsker, indeholder et utilfredsstillende element, for deres simplicitet kan være en lettelse i en besværlig situation, men den fjerner også nuancer og kompleksiteter. Og her har vi fat i både fordelene og ulemperne ved de myter, vi lever med om kærligheden – de er reduktionistiske. De reducerer fænomener, som vi kan lide at søge svar på, til alt for simple svar.

Udbredte reduktionistiske myter er de individualistiske. Dem, der peger fingre og uddeler skyld og skam i parforhold. Eksempelvis kan myten "Jalousi ødelægger et parforhold" indeholde en velkendt sandhed, men den kan også udpege den jaloux part som den, der ikke bare har et problem, men ligefrem *er* et problem. Men jalousi eksisterer aldrig i et vakuum, den kan udmærket have en relationel

baggrund, eller ligefrem vedligeholdes af kommunikationen om netop jalousien. Eller tag en myte, som vil være velkendt for den systemiske praktiker, den lineære dobbeltmyte: "Manden trækker sig, fordi kvinden brokker sig", eller "Kvinden brokker sig, fordi manden trækker sig". Begge virker intuitivt rigtige for den forurettede, som samtidig bliver blind for den omvendte myte, alt imens begge forbliver blinde over for det cirkulære i konflikten.

Her tydeliggøres det udbredte fænomen, at to myter støder hovedet imod hinanden. Tag som et andet eksempel de to myter: "Vi skal passe sammen, for at forholdet holder", og "Hvis følelsen ikke er der mere, må forholdet ophøre". Vi kan godt mærke, at det ikke kan være rigtigt, hvis begge disse myter er absolut korrekte, for de peger på en måde i hver sin retning. På den anden side indeholder de noget, vi i mangel af bedre kunne kalde en sandhed. Noget, vi kan genkende som rigtigt. Og måske endda noget, vi kan bruge til at blive klogere på vores kærlighedsliv.

Måske er det sådan, at vores myter om kærlighed er så attraktive, fordi de indeholder aspekter af vores oplevede sandhed om kærlighedens væsen, men netop ikke den fulde og totale sandhed. Myter kan hver for sig blive totaliserende, en altforklarende forståelse, men ved inddragelsen af flere kan de omvendt bruges til frigørelse fra selv samme totalisering, netop fordi de kan pege i mange retninger.

Mangfoldighed, modsætninger og postmoderne kærlighed

Vi lever i det, filosofen Jean-François Lyotard kaldte den postmoderne tilstand, hvilket betyder, at vi har vinket farvel til de fleste uimodsigelige forestillinger, farvel til de såkaldt store sandheder, som giver forklaringer på alt i verden. Det betyder, at vi hverken kan påstå, at myterne om kærlighed er entydigt sande eller entydigt usande. De er vores forsøg på at skabe mening og orden i en verden, der ikke tilbyder mening og orden af sig selv. Myter kan derfor ikke blot bevises eller afvises, for myter er sandheder for nogle, usandheder for andre, de indeholder dele af en genkendelig virkelighed for nogle, mens de for andre er *fake news*. Hvor kan vi stille os for at udtale os med autoritet om en myte? Hvor henter vi vores ekspertise?

For simplinger er forførende, deres konkluderende sprog lokker os til sig: "Det er jo sådan med mænd og kvinder, at ...", eller "Vores problemer i parforholdet skyldes simpelthen ...", eller "Kærlighed er helt enkelt et spørgsmål om ...". Sproget forfører os, men det er oftest en overfladisk forførelse, et *one night stand*.

Dobbeltheden i beskrivelserne af kærligheden giver en dybde, som uimodsigeligheden altid vil mangle. De bedste tekster om kærligheden indeholder denne visdom. Her en tekst af Eurythmics: "Love is a stranger in an open car/ To tempt you in and drive you far away". Sådan starter den, og senere i sangen vises bagsiden af samme kærligheds medalje: "Love is a danger of a different kind/ To take you away and leave you far behind". Kærligheden kan både føre os med sig ad spændende og ukendte highways, men den kan også få os til at glemme, hvem vi er.

Kompleksiteten er berigelsen, og de myter, som indeholder modsætningsfuldheder, er mere langtidsholdbare. Det er måske med kærligheden som med et dårligt måltid på en restaurant. Vi kan både have én holdning til smagen af maden og en modstridende holdning om portionernes størrelse.

Referencer

Mosgaard, J. (2018). *100 myter om kærlighed og forelskelse*. FADL's Forlag.