

35 år i Sosialterapien

av Julian Sleigh

Nel mezzo del cammin di nostra vita
Når jeg nått halvvegs på vår levnads
bana Mi ritrovai per una selva oscura
Jag fann mig i en dyster urskogs snår
Che la diritta via era smarrita
Där icke väg, ej spår jag kunde spana

Dette åpner Dante sin Guddomme-
lige Komedie med. Han var fem og
tredve. Fem og tredve, midt i livet,
i vilkska, midt i en mørk skog.

Hvordan var det å være 35 for
deg, hvis du allerede har vært
gjennom det? Det er ikke så
mange som vandrer gjennom livet
her uten å gå seg litt vill! Det vil
kunne gi deg en bakgrunn som kan
være til hjelp når du skal forstå
folk med handikapp. Tre og tredve
og en tredjedel, fem og tredve, syv
og tredve og tre måneder - det er
midtpunktet, mellom et tredjedels
århundre og den andre
måneknuten: Dette er krisetid,
vekslende punkter for utfordring
og forandring. Vanligvis dreier det
seg om avgjørelser og sjelens
vekst. Den fysiske kroppen har nå
nådd sin høyeste funksjonstilstand
og styrke, men fra nå av begynner
alt uvegerlig å forfalle. Det vil ikke
vise seg på noen år ennå, men
forandringen fra *ana* (oppover) til

cata (nedover), er en del av livet,
og er ikke til å unngå. *Anabolismen*,
den oppstigende kraft - ernært av
krefter fra blodet, fra fødsel og
vekst - har nådd sitt høydepunkt.

Kreftene fra nervepolene har
jobba på lag med oss hele veien,
har dannet og formet oss, men det
er først når vi er 35 at
katabolismen får overtaket, og nå
har den oss i sitt grep helt til vi
dør. Men heldigvis har vi også vår
jeg (*ego*) dannelse. Jeget har jobba
tett med den fysiske, eteriske og
astrale kroppen i de 35 første åra.
Det har ernært den og blitt
ernært av den - et vevende
samspill. Det er i 35 års alderen at
trådene skiller lag. Det fysiske må
gå den veien det går, mens jeget
må trekke seg ut og frigjøre seg
fra det fysiske. Jegets oppgave er
å heve seg oppover mot det
åndelige. Det er nå rede til å fly
mot lyset, nesten som en
sommerfugl som har frigjort seg
fra sin puppe. Det er klart til å
utforske de transcendentale
tankers rike, å bli båret i en strøm
av universelle følelser, og å
nedsenke seg i den guddommelige
vilje. Dette er jegets beste tid,
dets eksistensielle øyeblikk.
Men det er risikabelt. Alt dette
kan bare nå sin fullbyrdelse
dersom jeget har ervervet seg sin
egen styrke, sitt eget innhold og en

grad av egen frihet. Ellers vil det ikke makte å slippe taket i det fysiske. Det vil forbli filtret sammen med det, og vil bli trukket ned av det. Dette viser seg slik at de tre sjelekraftene, tenkning, følelse og vilje setter seg fast i rutiner som er bundet til det fysiske legemet, Tenkningen mister den kreative evnen den engang hadde, degenererer til å bli en automatisk reaksjon på det som kommer den i møte. Følelsene blir overveldet av sentimentalitet, og viljen gir seg over til presset fra underbevisste drifter og vaner.

Dette er midtlivs krisen i livet hos et menneske som er psykisk utviklingshemmet. I de biografiske prosessene skjer selvsagt disse forandringene over flere år. Kanskje kan det strekke seg i en periode fra 28 til 42 år. Men 35 er det dramatiske vendepunktet. *Hun befinner seg i en "urskogs snår".* Allikevel er det akkurat her at jeget kommer til syne.

Jeget er konstruert for å frigjøre seg, og i stadig sterkere grad trekke ut inspira-sjon fra den åndelige verden. Mer spesifikt fra den åndelige delen av vårt individuelle vesen, vårt høyere jeg - den sublimе delen av oss selv som ble igjen i den åndelige verden da alt det andre i oss ble født på

jorda. Det menneskelige jegets åndelige vekst blir påvirket av en mengde faktorer, både karmisk og annet. Mye avhenger av om det blir stengt for eller hjulpet. Dette har ikke noe med karmisk fatalisme å gjøre, men snarere med kvalit-eten på hvordan et menneske møter et annet menneske på. *Hvem* et menneske møter kan ha med karma å gjøre, men *hvordan* dette menneskemøtet blir er disses ansvar. Kvaliteten i et menneskemøte ligger utenfor karma-virkets område. De av oss som driver med sosialterapi må ha dette i sinne når vi møter de handikappede folka våre.

Det er så mye som er avhengig av måten vi møtes på:

Hva vi legger i møtet, ut fra vår egen sjel og energi, og hva vi vekker i sjelen hos den vi møter.

Vi må huske på at det er lett for et psykisk utviklingshemmet menneske å trå feil på dette avgjørende øyeblikket i livet. Det skjer lett at jeget ikke lykkes i å frigjøre seg fra opptattheten med det fysiske. Det eteriske og astrale gjør sin del, men de er vanligvis nært knytta opp mot det fysiske. Bare jeget har frihetens mulighet i seg til å virke ut fra de

åndelige kreftene inntil det astrale har omdannet seg til manas og det eteriske til buddhi. (Men dette er framtids musikk for de fleste som lever på jorda nå til dags.)

Det er sosialterapiens oppgave å gjøre et menneske som har som utfordring å være psykisk utviklingshemmet i stand til å mestre å frigjøre jeget på dette kritiske punktet omkring 35 år.

Ungdomsveiledning har som mål å bevirke jegets fødsel rundt 21. Sosialterapi arbeider for at det skal overleve rundt 35 - og den fortsatte videreføring av menneskets åndelige aktiviteter.

I de første tre årene av vårt livsløp har jeget som oppgave å utvikle evnen til å gå, snakke og tenke. Hos et normalt menneske vil hver av disse evnene finne sted i årene mellom barn og ungdom. Hos et menneske med handikapp må denne normale utviklinga bli støttet:

Av helsepedagogen i barndommen, av ungdomsveilederen i den sene puberteten og den tidlige voksenalderen, og av

sosialterapeuten i årene som kommer deretter. Evnen til å gå trenger å metamorfosere (forvandle seg) til utøvelsen av frie valg; språkevnen kan nå manifestere seg som kommunikasjon, og evnen til å tenke kan vise sin verdi i det å kunne fordøye opplevels-er. Den oppgaven som består i å bevirke utviklinga av jeget er viktigst i årene som følger etter 21, og er derfor hovedoppgaven i ungdomsveiledning. *

Det er deretter sosialterapeutens kall å ledsage mennesket i utviklinga av en sikker opplevelse av sin identitet og i veksten mot indre frihet. Alt som har en karakter av selvnytelse (dvs. grådighet) eller rutine oppheng (som ender opp med uforanderlige vaner) bør frarådes. Et menneske trenger å bli møtt og gjenkjent, men også å møte og gjenkjenne de som det arbeider sammen med og deler livet sitt med. Det må lære seg å kunne kommunisere begge veier.

Da jeg tenkte over 35 års krisa og det faktum at mange av våre handikapp-ede beboere eldes prematurt, begynte forskjelligartede sider av det livet vi former omkring dem å utkrystallisere seg. Det er fem

elementer som er vit-ale for den indre veksten til folka våre. (Det er uten tvil mange flere, men disse fem holdningene viser seg å være viktige og å ha en dyp virkning.) Alle begynner med en E (i hvert fall på engelsk) og alle har med å oppgradere sjelelivet til våre beboere å gjøre. Av grunnleggende viktighet er **ESTEEM (AKTELSE)**. Når et menneske med handikapp går rundt og lurert på "Hvem er jeg?", hvilket svar kan hun da gi seg selv? Skolen var en fiasko, videre utdanning ble det ikke noe av. Ingen jobb var å få, så det ble ikke mulig å stå på egne føtter. Livet har bestått i å bli plassert på offentlige bofellesskap. Som våre beboere ser det:

"Jeg har behov for spesiell omsorg, så jeg arbeider på en vernet arbeidsplass. Det er klart at jeg er en byrde for mine foreldre, og noe brødrene og søstrene mine blir flau av. Folk ser ned på meg. Det er sjeldent folk hører på meg og spør meg om råd. Jeg kommer aldri til å kjøre bil, og kommer aldri til å eie en. Og det nytter ikke å tenke på å gifte meg og stifte familie. Det er ikke lett å være et handikappet menneske gjennom hele livet. Folk er virkelig snille mot meg, mine medarbeidere er snille mennesker. Men hvor mange forholder seg til meg- det sanne udødelige vesenet i

meg? Så hvem jeg er, er ikke så viktig, sammenligna med de folka som forholder seg til meg og betrakter meg. De tar seg av meg, men det later ikke til at de bryr seg om meg, i hvert fall ikke om mitt virkelige jeg, det som jeg vet skjuler seg bak min ytre framtoning. Det later ikke til at de tror at det er der, så derfor begynner jeg å late som om jeg er det jeg ser ut som. Og jeg vet at det ikke er sant."

Hvordan skal et menneske som opplever seg selv som en fiasko i livet kunne gi og motta aktelse? Bare når de som deler sitt liv med ham gjenkjenner det høyere vesen (det evige) i ham. Det kan være krevende: Det krever en indre vekst hos sosialterapeuten. Hvis han mislykkes i dette, slutter terapien å være sosial, og hennes sosiale væremåte blir ineffektiv som terapi. Så den første e'en blir å kultivere Esteem/aktelse hos personen med handikapp. Dette gjenkjenner jeget, og får dermed hjelp til å frigjøre seg fra favntaket til den fysiske organismen. Uten selvaktelse, gir jeget opp. Med den vil det vokse, mot en sunn aktelse for andre. Selvaktelse forent med aktelse for andre gjør det mulig å ha en voksen relasjon til andre. Mangel på aktelse bevirker et foreldre - barn forhold til andre. **

Ved siden av dette trenger vi å innføre

EMPOWERMENT(SELVTILLIT(?))

: Alt som motiverer et handikappet menneske til personlig vekst og dyktighet, å gjenkjenne sitt eget potensiale og strekke seg mot neste steg i sine evners trapp. Et menneske trenger å forstå at videre utvikling er mulig og verdt å strebe etter. Hvis det ikke finnes selvtillit, vil stagnasjon være resultatet. Jeget vil bukke under for det fysiske.

Det tredje er

ENGAGEMENT(ENGASJEMENT)

Dette ordet (mer forståelig slik betydningen er på opprinnelig fransk) har en ganske subtil betydning, som er viktig å få med seg når det gjelder psykisk utviklingshemmede. Hun kan være opptatt med en handling, eller hun kan være ansatt i en jobb, men dette vil allikevel ikke gi den sjelekvaliteten vi kaller *engasjert*. Engasjement innebærer en toveis flyt mellom mennesket og dets arbeid, en hengivenhet som absorberer og ernærer henne. Dette er veien mot tilfredshet - til og med lykke. Det går lenger enn å være tilfreds med et arbeid. Og det forholder seg ikke bare til arbeid: Hele ens liv kan anta en engasjert stemning. Dette er en vidunderlig tilstand å

leve i, og kanskje var dette vanlig i gamle dager, da arbeidet var meningsfullt og livet kunne være fylt opp med virkedager og helligdager. Psykisk utviklingshemmede mennesker trenger i særlig grad den mulighet og oppmuntring som skal til for å bli engasjert i det de gjør. Det har så lett for å bli slik at liv og virke ikke engasjerer dem. De klarer ikke å legge hjertet i det de gjør.

Det er andre sider ved engasjement også. Det belyser en kvalitet i relasjon-ene mellom dem selv og deres utvalgte omgangsfeller, mellom dem selv og deres omgivelser - rommet, huset som de bor i, naboskapet. Og særlig mell-om dem selv og Gud. Hvis vi kan hjelpe våre venner til å utvikle et virkelig engasjement i deres religiøse liv, kan dette være av dyp betydning for deres framtidige inkarnasjon så vel som for deres nåværende liv.

Alt det vi kan si om engasjement angår oss alle. Men vi har flere muligheter åpne for oss. Det hender ofte, særlig omgitt av de daglige rutinene vi ut-fører på våre steder, at denne kvaliteten blekner etter hvert som vi blir eldre. Alt kan være bra og på stell, men hvis ikke hjertet er med i det, mangler denne spesielle E-faktoren.

I tillegg til dette kommer viktigheten av å fordøye **ERFARING (EXPERIENCE)**: Med andre ord den rette måten å behandle minnene på. Det gjelder for oss alle at minner fra forgangne hendelser trenger seg på i livet vi lever nå, men før eller senere får vi til å slutte fred med dem. Vi får plassert dem på sitt rette sted i vår biografi (eller i livsmønsteret som vever seg rundt oss), eller vi får til å trekke ut av dem det som er av verdi og kvitte oss med det som er overflødig. Allikevel er dette en prosess so krever tankegang, så vel som en grad av objektivitet, og hos et psykisk utviklings-hemmet menneske er denne muligheten begrenset. Dermed hoper det seg lett opp erfaringer som ikke blir bearbeidet. Hun vil så nå et punkt hvor hun ikke makter å ta imot mer, og begynner så å leve i en sløv drøm. Du kan se at det er dette som skjer når samtalen blir gjentakende og glimtet i øyet forsvinner, når det ikke er henne du velger ut til rollen i et skuespill, når hun blir avhengig av mat for å holde seg glad - og når hun blir overvektig. Det er godt mulig at hun er vel innarbeidet i rutinene sine, og ikke er til mye bry for

miljøet, men du kan se at hun faller ut. Jeget synker under overflaten - man kunne nesten si at det drukner - i alt for mange meningsløse erfaringer.

Dette stiller sosialterapeuten overfor en alvorlig utfordring. Det som behøves her er et velkalkulert engasjement for å vekke tenkningen, og dette kan være en anstrengende oppgave. Det kan kreves personlige samtaler, gruppediskusjoner, og en sikker plass i samtalene rundt bordet. Det kan kreves en utholdende og vennlig oppmuntring til å utvikle nye holdninger eller å bli møtt av nye muligheter, å få en forståelse for forskjellene mellom fortid, nåtid og fremtid, og å bli stimulert til å oppleve det nåtidige. Dette siste er veldig viktig, fordi det er kuren mot å synke ned i et nedtrykt tilstand. En som er nedtrykt er ikke fullt bevisst sitt her og nå: Hun lever enten i bekymringsfulle minner fra fortiden, eller i engstelser om fremtiden.

Og nå kommer vi til **ENJOYMENT(NYTELSE)**, (Fornøyelse?), den femte av E'ene våre. Nyttelse er til stor hjelp når vi skal fordøye erfaringene våre. Det gjør oss i stand til å akseptere livet som det er, med alle sine begrensninger. Vi kan vel ikke nyte hele "livet" eller "dagen". Men vi kan nyte spesielle be-givenheter og særegne hendelser. Vi kan nyte den gode følelsen det er å vir-kelig møte noen og bli møtt, eller når noe som virkelig har kultur eller skjønn-het i seg kommer oss i møte. Dette skal ikke forveksles med forlystelse, gleden vibrerer gjennom sjelen og gir ny energi. Det må heller ikke forveksl-es med mesking, selvnyttelse, (self-indulgence). Det vi snakker om er å bli vir-kelig møtt på et vis som når vårt innerste vesen. Det har å gjøre med å bli fylt opp med følelser, å bli oppmerksom på en flom av følelser inne i oss.

Nyttelse får også spenninger til å løse seg opp, og vi er jo mye mer mennesk-elige når vi er avslappet og ikke anspente. Det gir oss også mulighet til å uttrykke oss dypere. Når vi er fylt av glede, blir livets tunge skjebne lettere å bære. Når vi deler våre liv med våre handikappede venner, kan vi også

dele våre gløder, for de er i stand til å ta del i at vi fryder oss over at det går bra for oss, og når vi føler oss berørt i vårt innerste vesen.

Det er sikkert mange andre sider ved livet (som kanskje også begynner med en E) som kunne vært tatt med. En som byr seg frem, er ordet EMPATI, men det har å gjøre med en egenskap som sosialterapeuten selv arbeider med å tilegne seg, snarere enn det vi ønsker å utvikle hos dem vi tar oss av. Målet vårt er å nå fram til jeget hos våre handikappede venner, særlig når de er rundt 35, og oppmuntre det til å ta grep om sitt eget liv, å bli anerkjent og vekket til et fullverdig liv, selv om organsimen på forskjellig vis er forlammet. Det er som om vi sier til jeget: *"Vi vet at du er der. Ikke dukk under overflaten. Du har noe du skal gjøre, og du er viktig. Vær deg selv, vær fri, og ikke la deg trekke med i din fysiske kropps forfall. "*

Hvis vi ikke lykkes med å stimulere jeget og frigjøre det på sin vei, vil folkene våre eldes for tidlig og bli ensporete karikaturer, og da blir det vanskeligere for oss å forholde oss til dem som våre likemenn (og -kvinner). For å si det enkelt: De

blir kjedelige. De krever mindre av oss, og vi får mindre fra dem.

Sosialterapien er ennå i sin barndom. Vi har et langt stykke å gå for å bli i stand til å sikre at våre medmennesker oppfyller meningen for sine liv i denne handikappede inkarnasjonen. Vi må huske på at mange store individualiteter har vært gjennom en inkarnasjon hvor de har måttet tåle å være psykisk utviklingshemmet. Så det er mye mulig at vi deler livene våre med folk som i fremtiden vil kunne bli førende skikkelser. Dess mer vi kan hjelpe dem mot å gjøre den nåværende inkarnasjonen viktig, dess større vil deres bidrag kunne bli i fremtiden. Dette er det langsiktige målet. Vi vet også at deres nåværende liv, i felleskap med oss, kan bli fullere og lykkeligere og pulsere mer av liv.

* Dette er mer detaljert fremstilt i "The Birth of the Ego", et bidrag som ble presentert på en konferanse i Ungdoms Veiledning på Camphill / Soltane, i juli 1994. (Dette er ikke publisert, men er tilgjengelig fra Julian Sleigh, Camphill Village, Kalbaskraal 7302, Syd Afrika.)

** En referanse til Transaksjonell Analyse: foreldre / voksen / barn.

Denne artikkelen er basert på et foredrag som ble gitt den 21. Januar..... på Sosialterapi Konferansen i Dornach, Sveits.

Geir Uldal

- Våra själar är inte
tillfälliga
Varje nanosekund
projiceras de in
i den okända framtiden,
evig –

Göran Sonnevi