



Sokrates samtalsterapi – ekot av en gudomlig röst

Psykoterapins framväxt är av sent datum. I allt väsentligt tillhör den 1900-talet. Men det är kanske just därför som många psykoterapeutiska skolor har sökt rötter och ikoner i det förflutna, och här finns Sokrates som en portalgestalt. Enligt den romerske filosofen och statsmannen Cicero var Sokrates den förste som förde ner filosofin från att syssla med sådant som gällde himmelen och kosmos, ner till människorna och deras frågor om »liv och moral och om gott och ont«. Det är den historiska roll han har fått. Han är den främste representanten för det skifte i västerländskt tänkande på 400-talet f Kr som gjorde att den enskilda människans existentiella problem blev ett ämne för filosofin.

Han lämnade inte något skrivet efter sig. Vår viktigaste källa är Platons dialoger, vilket naturligtvis väckt frågan om var gränserna mellan Sokrates och Platon går. Vi kan emellertid lägga den källkritiska diskussionen åt sidan, för att i stället koncentrera oss på hur Sokrates framträder som samtalspartner i några av Platons dialoger och i vilka sammanhang han sätter in existentiella problem. Cicero framhåller nämligen hans »mångsidiga samtalsmetod«, och det är just den som man sett som en förebild, särskilt för kognitiv psykoterapi samt för olika former av motiverande samtal. Men man gör sig då skyldig till en gans-

ka grov anakronism, eftersom Sokrates' föreställningsvärld i så många avseenden är skild från vår. I en strävan att modernisera Sokrates är det frestande att överbetona vissa tekniska aspekter på hans samtalsmetod, och samtidigt bortse från samtalens filosofiska och religiösa budskap.

Samvaron med Sokrates hade nästan en magnetisk verkan. I »Gästabudet« möter vi honom först på väg till festlokalen i några vänners sällskap, men han blir efter, försjunken i tankar. När han sedan träder in i lokalen vänder sig en av vännerna till honom med orden: »Kom hit, Sokrates, och slå dig ner bredvid mig, för att jag må få ta på dig och få del av den där visheten, som du hittade utanför porten.« I samma dialog framhåller också den druckne Alkibiades, som stormar in från gatan mot slutet av festen, vilken rent fysisk upplevelse man kan få vid ett samtal med Sokrates: »Ty när jag lyssnar till honom, slår hjärtat på mig värre än på någon som är gripen av korybantisk yra, och tårarna strömma nedför mina kinder vid hans ord. Och jag ser, hur många andra känna detsamma.«

För att begreppet psykoterapi ska ha mening måste det implicera en specifik entitet – ett psyke, en själ – som kan bli föremål för läkedsomsbehandling; må vara att denna entitet kanske bara är en semantisk konstruktion. Sokrates tar ofta ordet själ i sin mun. Han är den förste kände filosof som låter själen vara

INGA SKRIFTER
Antikens stora filosof Sokrates efterlämnade inga skrifter. Allt vi vet om innehållet i hans filosofi kommer från lärjungen Platon, som var desto mer produktiv.

Foto: Gabor Hont

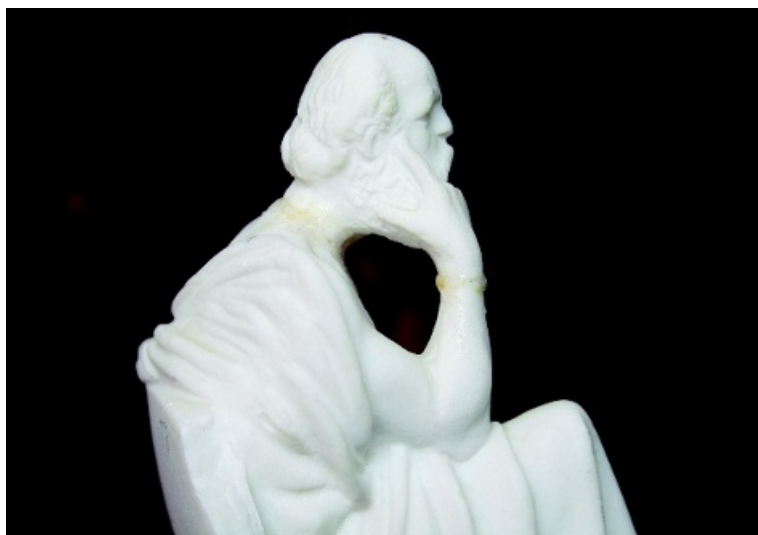
något specifikt hos människan, vilken avgränsar henne som person och definierar henne som tänkande, kännande och etiskt handlande varelse. Själen är något mer än en lem eller ett inre organ: den överlever människans kroppsliga existens.

I »Faidon« har Sokrates' närmaste vänner samlats för ett sista samtal med honom. Folkförsamlingen i Aten har dömt honom till döden för att han, enligt dess mening, förfört ungdomen och brustit i religiös pietet genom att ha infört nya gudar, som inte staten erkänner. Sokrates använder samtalet till att förklara grunden för sin filosofi. Hur vi lever våra liv har bärlighet inte bara i detta liv, utan även efter döden. Etiska värden är universella och eviga. Våra själar är också eviga och återföds i nya inkarnationer genom själavandring. När en av vännerna frågar honom hur han vill bli begravd efter sin död, svarar han skämtsamt – »Hur ni vill«, och tillägger, »Om ni blott få fatt i mig« – underförstått: när jag dött har min själ redan lämnat kroppen. Vilka inkarnationer själen återföds i beror på hur vi levat våra liv i föregående existenser. Den högsta formen av existens, näst efter gudarna, står filosoferna för. Men det handlar inte om filosofer i en snäv professionell mening, utan om det som ligger i begreppet filosof – vishetsälskare.

All förståelse är en återerinring av eviga ting. Det är en tankegång som Sokrates utvecklar i »Faidon« och »Menon«. I den senare visar en slav – genom att Sokrates ställer frågor till honom – att han kan grunderna i geometri, trots att han saknar föregående skolning. Man kan kanske tycka att matematik inte har med existentiella problem att göra, men Sokrates menar att frågor om gott och ont – om hur vi ska leva våra liv – bara kan avgöras på basen av kunskap. Matematiska insikter är därför inte principiellt skilda från moraliska insikter. I »Protagoras« argumenterar han för tanken att det goda kan mätas och jämföras med det som är ont eller mindre gott, varför en människa med rätt insikt kan göra korrekta val. Kunskapen har sina rötter i själens gudomliga ursprung och den har förts vidare som ett minne genom själavandringen. Genom att ställa sina frågor väcker Sokrates detta minne till liv. Berömd är Sokrates' liknelse av sig själv i »Teaitetos« vid en barnmorska som utövar förlossningskonst (majeutik) genom sina frågor. Han hjälper sin samtalspartner att föda fram en kunskap som denne redan bär på.

Sokrates' samtalsmetod vilar således på en religiös och metafysisk grund. Vi befinner oss därför mycket långt från den empiriskt förankrade vetenskapssyn, som vår tids kognitiva och psykodynamiska psykoterapi gör anspråk på att utgå från. Ändå är inte jämförelsen mellan modern psykoterapi och Sokrates' samtalsmetod gripen ur luften. Sokrates använder ofta läkaryrket som metafor för filosofin, och hans samtal är ett slags undersökning (elenchos) som kan jämföras med en läkarundersökning. Så som läkaren har insikter i hälsa och ohälsa, har filosofen insikter i gott och ont.

I »Karmides« samtal Sokrates med den yngling, som givit dialogen dess namn, och han intar på skämt läkarrollen. Karmides har nämligen ont i huvudet. Sokrates får därför tillfälle att berätta vad en trakisk läkare en gång lärt honom. Kropp och själ hör ihop: »Ty allt, som rör kroppen och hela människan, både det som är gott och ont, utgår från själen; från den går det en ström ut, alldeles som från huvudet och till



EN ÅTER- ERINRING

Kunskapen har sina rötter i själens gudomliga ursprung. All förståelse är en återerinring av eviga ting, enligt Sokrates. Genom att ställa sina frågor vill han väcka delar av det eviga minnet till liv hos sin samtalspartner.

Foto: Gabor Hont

ögonen. Man måste alltså först och främst bota själen, om huvudet och kroppen i övrigt skall må väl.« Sättet att bota själen, förklarar han vidare, består i »ädelt tal«. Samtalet skiftar sedan från huvudvärk till att handla om begreppet besinning (sofrosyne), som, enligt Sokrates, är ett uttryck för själslig hälsa. Han ställer frågor till Karmides och får honom att pröva den ena definitionen efter den andra på besinning, utan att man når fram till ett slutgiltigt svar. När samtalet tycks ha nått till en återvändsgränd, ber Sokrates Karmides att vända sig mot sitt eget inre och tänka efter vilken verkan besinningen gör på honom själv.

I »Staten« jämför Sokrates dygden med hälsa, ty den, menar han, är ett slags hälsotillstånd hos själen och dess motsats ett slags sjukdom.

Ett samtal med Sokrates leder ofta till att perspektivet vidgas – från att ha börjat med ett ganska begränsat problem leder det över till att beröra grundläggande existentiella frågor. Så här berättar Nikias, en av hans vänner, i »Lakes«: »... om man kommer Sokrates nära och inlåter sig i tal med honom, blir resultatet alltid till sist det, att vad man kan än kan ha börjat att tala om, så ledes man runt och runt av honom i diskussionen tills slutligen man finner, att man håller på att stånda ansvar för sig själv, både hur man nu lever och hur man har levat.«

Ofta använder sig Sokrates av ett slags paradoxala interventioner, för att använda en modern term. Han tar fasta på en åsikt hos sin samtalspartner och genom att ställa frågor och följdfrågor låter han den senare dra ut konsekvenserna av sin uppfattning in i absurdum, så att han till slut måste överge den. Ironin spelar här en viktig roll – något som fascinerat läsarna av Platons dialoger genom historien. När Sokrates börjar ett samtal förefaller han ofta helt förbehållslös. I »Menon« jämför han sig med en darrocka: »... om det är så, att den ej blott förlamar andra utan också själv förlamas«. »Ty«, som han förklarar »det är visst inte så, att jag själv är på det klara med saken, när jag försätter andra i bryderi; nej tvärtom, själv är jag då allra mest i bryderi.«

I andra sammanhang intar han elevrollen, eller framhåller att han blivit så gammal att han inte hänger med sin samtalspartner. Det kan också gå till som

i »Faidros«, där han just fått höra ett referat av ett tal som sofisten Lysias hållit. Till en början prisar han talet som lysande, men sedan kommer han med den ena invändningen efter den andra. Ändå inser läsaren att allt detta är ett spel. Sokrates för samtalet dit han vill genom att ställa ledande frågor.

I det försvarstal som Sokrates höll inför folkförsamlingen i Aten 399 f Kr, för att värja sig mot anklagelserna om bristande moral och pietet, försöker han förklara varför han förargat så många atenare, och han kommer då fram till att han ofta avslöjat deras bristande insikter genom sina närgångna och ifrågasättande frågor. Upprinnelsen till hans oförsynta beteende, menar han, är att han hört att oraklet i Delfi sagt att Sokrates är den visaste av alla människor. Eftersom han först betvivlade oraklet, började han fråga ut sina medmänniskor en efter en. Han kom då fram till att de å ena sidan hade en hel del vad vi skulle kalla för tekniska kunskaper, en hantverkare kan exempelvis sitt hantverk, men att de å andra sidan tycktes sakna kunskap om det viktigaste av allt, nämligen dygden. Själv kunde han bara göra anspråk på vishet i den meningen, att han åtminstone visste, att han ingenting visste.

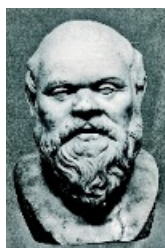
Det var en djupt rotad föreställning i det antika Grekland att människan måste inse sina gränser. Den berömda vishetsregeln – »känn dig själv« – som stod inristad i Apollontemplet i Delfi har tolkats som en påminnelse till människor att inte förhäva sig och drabbas av hybris. Sokrates' ironi är således ett medvetet förhållningssätt, som ytterst syftar till att väcka självkännedom i denna anda.

Søren Kierkegaard tog intryck av Sokrates. Han lät ironin vara ämnet för sin magisteravhandling 1841. I den anlade han ett hegelianskt utvecklingsperspektiv, enligt vilket Sokrates' ironi var ett slags övergångsstadium mellan forntidens hedendom och en kommande kristendom. Det handlade om en kritisk villrådighet som pekade framåt i ett utvecklingsskede, då de invanda svaren på livsfrågor inte längre höll. Ironin är därför, enligt Kierkegaard, en förutsättning för en existentiell frigörelse.

Vi behöver inte hålla med Kierkegaard för att ändå inse mångtydigheten i Sokrates' ironi. Den är ett incitament till att fördjupa samtalet och tvinga hans samtalspartner till att själv ta ställning. En annan fråga är naturligtvis om ironi hör hemma i modern psykoterapi.

Nu är inte Sokrates ironisk i alla dialoger. Man kan se hur hans förhållningssätt skiftar i dialogerna. Den sokratiske majeutiken karaktäriserar Platons tidiga dialoger, medan han i sina senare dialoger låter Sokrates docera. Det är som om Sokrates i de sistnämnda hade ett färdigt koncept. I denna rollförskjutning har man tolkat en återspeglings av Platons egen utvecklingsgång. Från att ha varit under ett direkt inflytande av sin lärare Sokrates när han skrev de tidiga dialogerna, kom han med tiden att ge uttryck åt ett tanke-system som han själv utvecklat, och då nyttjade han Sokratesgestalten som fingerad talesman för detta.

Något som både skiljer och liknar Sokrates' samtalsmetod vid modern psykoterapi, är den vikt som Sokrates fäster vid kunskap och förnuft. I »Protogoras« intar han ståndpunkten att vet man det rätta så gör man det också. Insikten har en sådan kraft att den alltid får genomslag i hur vi lever våra liv. I »Gorgias« leder samtalet bland annat fram till att klarlägga att



LITEN OCH FUL
Ingen vet säkert hur Sokrates såg ut. I porträttkonsten framställs han som undersätsig, flintskallig och trubbnäst, men med ett ståtligt skägg.

Foto: Nationalmuseum, Neapel



DÖMD TILL DÖDEN
Sokrates dömdes till att tömma giftbägaren för det förmenta brottet att ha fördärvat ungdomen och uppviglat den mot statens gudar. Den franske revolutionsmålaren Jacques-Louis David återgav sin vision av Sokrates' död på en berömd duk.

Foto: Museum of Modern Art, New York

lycka och olycka har moraliska kvaliteter på så sätt att ingen god och rättträdig människa kan vara olycklig, och vice versa. Vi i vår tid – präglade av hedonism som vi kanske är – har inte för vana identifiera lycka och olycka med etiska värden. Men Sokrates är en utpräglad moralist i den meningen att han inte kan tänka sig att en ond människa är lycklig. Vidare anser han inte att ondska är något som man medvetet kan välja, utan när en människa tycks ond, beror det på att hon brister i insikt. Ondskan är därför inte för Sokrates ett självständigt metafysiskt väsen så som i en kristen föreställningsvärld, där den identifieras med synd och Djävulen.

Vår tids rättspsykiatri och kriminalpsykologi har en hel del av sina rötter i ståndpunkter som Platon låter Sokrates förfäktat. Till skillnad från Sokrates och Platon menade Aristoteles att det inte finns en omedelbar koppling mellan att veta vad som är rätt och fel, och att efterleva en sådan insikt. En människa kan inse och vilja det rätta, men ändå inte handla därefter, eftersom hon inte alltid förmår tygla sina destruktiva passioner. Det är en psykologi som är besläktad med aposteln Paulus' ord i Romarbrevet: »Ty jag förstår inte mitt sätt att handla. Det jag vill gör jag inte, men det jag avskyr, det gör jag.« Följaktligen var det med tiden Aristoteles – inte Platon och Sokrates – som i modifierad form gav grunden för en kristen moralfilosofi; något som alltjämt visar sig, inte minst i katolsk etik.

Ändå är inte Sokrates' förtröstan på det mänskliga förnuftet absolut. Det finns gränser för dess förmåga att styra människor; övernaturliga krafter tar ibland över deras själsliv. I det tidigare nämnda försvarstalet hänvisar han vid flera tillfällen till sin inre gudomliga röst – daimonion – som alltid hindrar honom när han är på väg att träffa fel val. Rösten ger bara negativa besked och är ett slags moralisk spärr. Den är också en förbindelselänk mellan honom och gudavärlden. Han är övertygad om att han har en gudomlig mission. Ytterst är det guden Apollon som gett honom uppdraget att upplysa och uppfostra medmänniskorna genom att pröva dem i samtal. Vi kan tolka denna inre röst, enligt vår tids referensramar, som en yttring av överjaget, men Sokrates' tankevärld saknar den typen av psykodynamik. Hans arkaiska psykologi förutsätter i stället gudomliga ingripanden i människornas vilje- och känsloliv. Han tror exempelvis på gudaingivet vansinne, varvid bland annat poeter eggas till diktande.

Bilden av Sokrates som psykoterapeut och själsörjare bör, för fullständighetens skull, kompletteras med upplysningen att den åldrade Platon anammade en mer naturalistisk uppfattning om själen. I den sent författade dialogen »Timaos« framförs tesen att själen, eftersom den är lokaliserad i kroppen – förnuftet i huvudet, modet i bröstet och begären i mellangärdet – påverkas av olika kroppsvätskor som tränger in på dessa ställen, vilka bland annat kan ge upphov till psykiska sjukdomar och oläakthet. Men i den dialogen har Sokrates marginaliserats. Han håller sig i bakgrunden och lyssnar på Timaos, en naturfilosof från Syditalien, som Platon låter förmedla dessa revolutionerande tankar.

Lars Sjöstrand
överläkare,

Beroendecentrum, Stockholm