

# Var ska jag kunna få tröst - Om tröst och att trösta

Av Åsa Roxberg

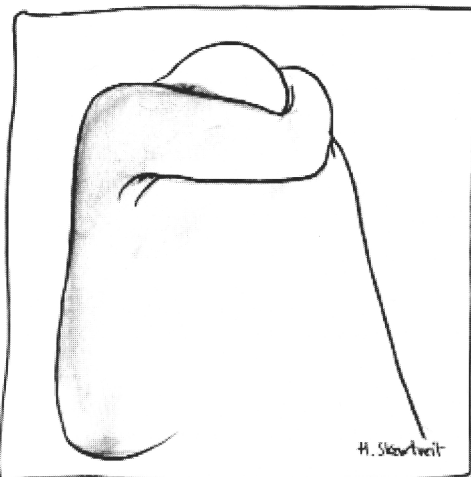
Førsteamanuensis Haraldsplass diakonale høgskole og ass. professor vid Växjö universitet.

## Inledning

Tittelens fråga är ett citat av en av avhandlingens informanter, en äldre kvinna på ett äldreboende. Hennes fråga blev också en av mina forskningsfrågor: Hur ska denna kvinna och alla andra lidande människor få tröst? Vad är egentligen tröst?

Tröst är något som sysselsatt människors tänkande genom tiderna, ett ofta förekommande begrepp i Bibeln och i grekisk och romersk filosofi. I Jobs bok i Gamla testamentet möts vi av en lidande människa. Hur reagerar vi egentligen inför Job där han sitter hopkrupen och tyngd av något? Vad har han med tröst att göra och vad kan Job bidra med för att vi bättre ska förstå tröst?

När vi först träffar Job är han rik på ägodelar, har en stor familj och ett gott anseende. Job är well off som man



brukar säga och lever lycklig med sin stora familj i landet Uz (Mellanöstern). Plötsligt drabbas Job av flera personliga olyckor, inte bara av en utan flera

olyckor. Han förlorar flera medlemmar av sin familj och en stor del av sin egendom. Som om inte detta var nog så insjuknar han i en hudsjukdom som ger honom varbölder över hela kroppen.

Jobs liv förändras drastiskt, som om någon kastat krona eller klave om det. Det som var intressant för min avhandling<sup>1</sup> om tröst var bland annat det totala scenbytet, från lycklig och frisk till bruten och sjuk, sittande på en askhöj i utkanten av staden. Askhögen var platsen för den tidens utstötta och för de med smittsamma sjukdomar. Job lider och han uttrycker sitt lidande i metaforisk form:

"Min skrumpnande hud har blivit ett vittne, min tärda gestalt anklagar mig" (Job 16:8)

"Sorgen har gjort mig skumögd, min kropp är bara en skugga" (Job 17:7).

Job är bitter över det lidande som drabbat honom:

"Om blott mina kval kunde vägas, mina olyckor läggas på vågen! De skulle väga tyngre än havets sand, därför är mina ord bittra" (Job 6:2-3).

Om vi själva mötte Job i hans elände skulle vi nog tycka att denne man är i stort behov av tröst. Det tyckte också Jobs vänner som reste långt för att komma till Job och för att trösta honom.

Vännerna gör precis som man ska göra för att trösta enligt den tidens sed och som vi förmodligen också skulle gjort:

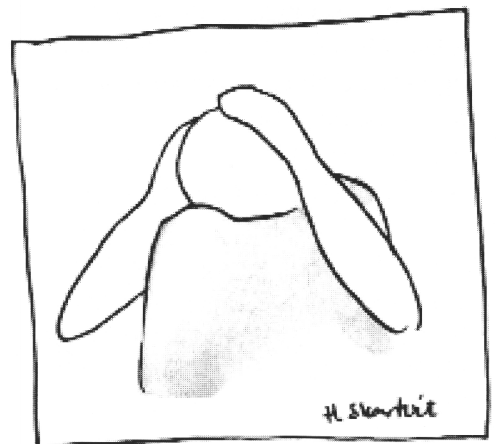
De kom för att: "visa honom sin medkänsla och trösta honom" (Job 2:11).



"Så satt de hos honom på marken i sju dagar och sju nätter. Ingen sade något till honom, ty de såg hur han led (Job 2:13)

## Den frånvarande trösten

I den fortsatta dialogen mellan vännerna och Job gör vännerna allt för att trösta Job och misslyckas lika många gånger. Job blir bara irriterad av deras tröst. Varför blir då Job inte tröstad av vännernas tröst, en tröst som ges i allra största välmening? Varför misslyckas trösten? I det följande belyses den frånvarande "trösten". Det är en "tröst" som utgår från egna istället för den andres upplevelse av sitt lidande. Denna tröst har flera dimensioner, varav endast några exempel behandlas i denna artikel.



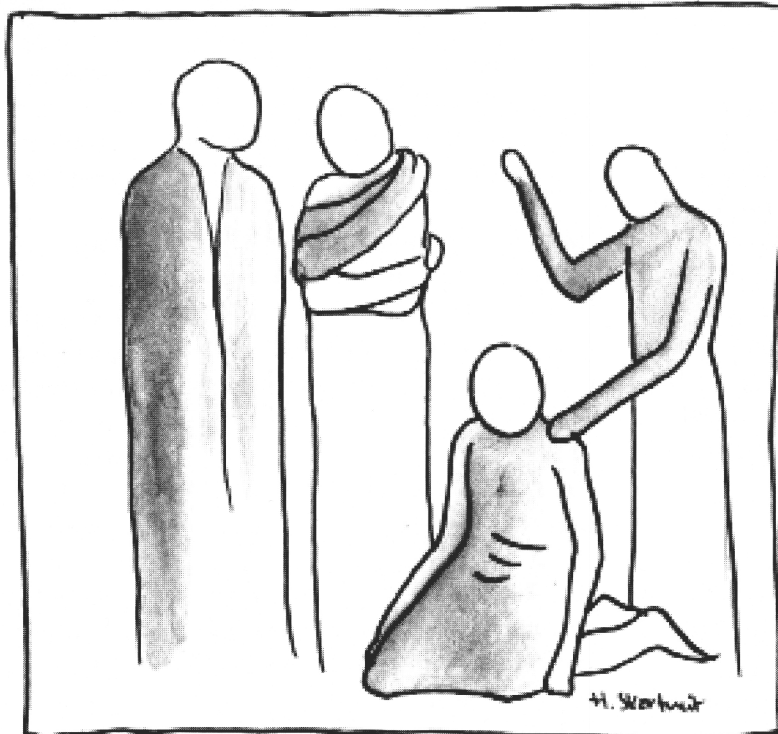
## Förminskande "tröst"

Vännernas förklaringar till det lidande som drabbat Job lindrar inte hans lidande. Ett exempel är vännen Elifas som förklarar Jobs lidande utifrån den Job han kände sedan tidigare. Elifas påminner Job om hans tidigare goda livsstil (4:3-4) och orsaken till Jobs nuvarande reaktion (bristande ork, rädsla)(4:5). Enligt Lindström (1992)<sup>2</sup> reduceras på detta sätt det ondas problem till en bristsjukdom, nämligen bristande insikt och tro. Den förklarande "trösten" verkar uppfatta lidandet som ett problem och ett lidandeproblem som tröstas genom att förklaras och därmed förenklas. Marcel (1950)<sup>3</sup> framhåller att ett problem är avgränsat och något som är utanför oss själva medan mysteriet är något som vi själva är engagerade och involverade i. Mysterier är inte heller möjliga att förenkla utan till mysteriets natur hör att det är gåtfullt och oförutsägbart. Skillnaden mellan den förklarande och den närvarande trösten tycks ytterst handla om hur människan uppfattas, d.v.s. om hon uppfattas som ett problem som kan besvaras eller ett mysterium som kan förstås och nås insikt om.

## "Tröst" som stannar vid ytan

Vad är det då egentligen som gör Job besviken på vännernas tröst? Vad är det som vi kan lära oss något av när vi själva ska trösta någon som lider?

Jobs upplevelse av vännernas tröst är att den skorrar falskt. Det är också en tröst som är otålig och inte lyssnar. Brist på tålmod är karakteristiskt för den tröst som utgår från det egna och som är vänd från den lidande. Enligt Marcel (1950) kan denna tröst förstås som teknisk och en tröst som utgår från en rationell syn på människan. En tröst som lindrar och vårdar tycks istället uppfatta den andre som ett mysterium. Denna är följdriktigt en tröst som berörs av och som är engagerad i den andres lidande. För en sådan tröst förefaller det omöjligt att utgå från sig själv. En narcis-



sistisk tröst kan inte vara både och, d.v.s. både i den andres lidande och i spegelbilden av sig själv. Dessa är två oförenliga motsatser.

Det verkar som att svaret på frågan finns i själva ordet besviken och sviken. Job säger bland annat att vännernas tröst är tom, innehållslös. Vännerna tröstar inte utifrån Jobs existentiella frågor och livssituation utan utifrån sin egen livsförståelse och tro. Det Jobs vännere misslyckas

med är att vara närvarande för Job i hans upplevelse av sitt lidande. Vännerna är inte där Job är och Job upplever inte heller att Gud är det. Det är en frånvarande tröst, en tröst som går förbi och inte till den lidande. Av det skälet känner sig Job också sviken av den Gud som han trott på och som för honom har utgjort tillvarons grund. Han accepterar inte heller att det lidande som drabbat honom skulle vara hans öde. Jobs bok uttrycker en mänsklig grundfråga: Varför drabbas oskyldiga människor av lidande?

## Den närvarande trösten

Hva er tröst idag? För att få svar på den frågan vände jag mig till dem som liksom Job borde vara experter på tröst och att förmedla tröst, nämligen äldre vårdtagare inom kommunal hemsjukvård (kommunhelsetjenest) och vårdare inom samma vårdform. I vårdarstudien uttrycktes en närvarande tröst. Denna tröst har flera dimensioner varav några exempel ges i denna artikel, dvs. den motsägelsefulla trösten och den öppnande trösten.

I denna ömsesidiga öppenhet kan tröst "multipliceras".

## Den öppnande trösten

Vårdarna använde sig ofta av metaforer för att beskriva erfarenheter av tröst och att trösta. En sådan hade anknytning till hemmet. Den inbjudande öppna och den motsatt stängda dörren tolkas som att den helt stängda dörren stänger inne lidandet. Den representerar en

dörr, stängd för möjligheten att låta lidandet lidas och för tröst att trösta. Den lidande måste släppa in tröstar- en för att bli tröstad, vilket pekar på betydelsen av att själv vilja ta emot tröst. Dörren som utgång för för- lösta känslor handlar om att lidan- det lida. Utgången tycks samtidigt fungera som en ingång för tröst.

Om man har en stängd dörr, då kommer ju inte känslorna någon- stans varken ut eller in ju, då kan man inte ta emot tröst // Ja, man måste ju släppa in den andre om man ska bli tröstad, man måste ju, man måste ju släppa till själv den som blir tröstad, annars kan man ju inte bli det // det blir som en utgång när man har öppnat en dörr

Vårdarna upplever själva tröst av att trösta och vårda. Det sker på olika sätt. En vårdare beskriver hur tröstandet ger henne tröst. Det gör den därför att när hon hjälper den lidande så hjälper det samtidigt henne själv att utvecklas som män- niska. Den växten handlar om att få en förmåga att förstå andra, vilken framstår som en samlad erfarenhet som hon bär med sig och senare kan utnyttja för att bli bättre på att hjälpa andra.

(F: ... tröstar vad gör trösten med mej då ?) Jaa, jo men det hjälper ju mej också det gör det ju, jag tror att det hjälper mej också // Dels att man kan hjälpa den här personen att få tillbaka något men också att det är någon slags förberedelse att man kan hjälpa någon annan så // Det hjälper mej att jag utvecklas lite tror jag, jag växer lite för varje gång som människa tror jag om jag kan göra något sånt //

Tröst beskrivs som en potential, som innebär att för tröst finns inga hinder, att tröst alltid är möjligt och att alla behöver tröst. Denna tröst framstår således som kraftfull och något som skapar öppningar in till lidandet. Tröst beskrivs också som

mättad och denna mättnad upp- lever vårdarna när de "lyckats trösta lite mer".

... den verkar mättad på något sätt då kan man ändå känna att man har lyckats lite mer eller man känner att man lyckats trösta lite mer (Infor- mant H)

## Den motsägelsefulla trösten

I äldrestudien förekom ofta bilden av en hand, en hand som bär lidan- det och en hand som prövar genom att ge lidande. De äldre beskriver prövningen som tröst och i Jobs bok uttrycker Elifas att den människa som tuktas av Gud är lycklig.<sup>4</sup> Dessa beskrivningar tycks, trots att det skiljer ca 2 500 år mellan dem, ha en gemensam nämnare, nämligen att tröst är att lida. Frågan är om denna föreställning levtt genom årtusende- na och om den också tröstat under samma tidsrymd.

Tröst är ett yttersta hopp och när ingen annan hjälp finns, finns tröst. Tröst som bär den lidande är således en tröst att lita på. Den lidande förlitar sig till den andre och trots att denne ger lidande så rubbas inte förtroendet för denne. Av den anledningen kan även lidandet (prövningen) upplevas som tröst. Den komplexitet som denna tröst visar består således bl.a. i att tröst prövar och att prövningen tröstar. En annan komplex aspekt är att överlämna sig själv till en annan, t.ex. att ge upp den egna viljan för att istället göra som den andre vill. Det kan alltså vara tröst att vilja vad den andre vill och att lida vad denne vill. Sett ur detta perspektiv uppfat- tas lidandet som en gåva och en gåva som ges av "Högre makt".  
Avslutning

Vännernas tröst är exempel på en stum och icke-vårdande tröst. Det stumma i denna tröst är att den inte svarar an på och saknar följsamhet

för den andres lidande. För den som lider gäller att försöka släppa taget om lidande. Det kan innebära att ge upp försöken att förstå lidandet, t.ex. varför lida, för att istället låta det oförståliga vara oförståligt. Då kan en tröstande och hälsobrin- gande vila i eller från lidandekam- pen infinna sig. Denna vila kan ses som den vårdande tröstens vila, en vila som trots vilande är i rörelse. Rörelsen innebär att få vara och få vara sådan som man är, och därigenom bli alltmer hel som människa.

När vi möter en lidande människa känner vi ofta en stark önskan att trösta. Samtidigt kan vi känna en djup otillräcklighet. Hur är det då ens möjligt att trösta? För dem som vårdar sjuka och utsatta människor är detta dagliga frågeställningar. Denna avhandling kan trots allt bidra till att ge hopp: Det är svårt att trösta, men det är inte omöjligt. Tröst som vårdar är nämligen inte alltid vad vi tror, inte alltid vad vi önskar att den skulle vara och förmedlas på sätt som vi kanske inte ens kan ana. Detta är tröstens mysterium och det som gör tröst till tröst.

## Litteratur

Roxberg Å. (2005) Vårdande och icke-vårdande tröst. Akademisk doktorsavhandling. Åbo Akademi, Åbo.  
Hämtas: <http://bibbild.abo.fi/ed-iss/2005/RoxbergAsa.pdf>