

PTSD – I FORHOLD TIL KVINDELIGHED OG SPIRITUALITET

Tekst og billeder: Lone Gadegaard

For mange kvinder er det månedlige møde med menstruationen en udfordring i forhold til både præmenstruelt syndrom (PMS) og dagene med blodet. Det er dage af sart sårbarhed, som kan udvikle sig til aggression og depression. En helt utrolig ressource gemmer sig i dette felt af kvindelig kraft. Påstanden i denne artikel er, at mange kvinder i forbindelse med PMS og menstruation kommer ind i en tilstand, der ligner PTSD – og at dette er udtryk for, at vi kollektivt befinder os i en form for posttraumatisk stress i forhold til det kvindelige. En stresstilstand, som skyldes en spaltning mellem krop og bevidsthed – krop og sjæl.

I det følgende præsenteres tre jungianske bidrag, der alle belyser spaltning. Først Donald Kalscheds begreb *dæmoni som tidligt forsvar*, dernæst Chamberlain Engelsmans historiske perspektivering, hvor fokus er på spaltningen mellem det kvindelige og det hellige, og endelig Marion Woodmans syn på kvindelighed og spiritualitet, der belyser spaltningen mellem krop og sjæl.

DÆMONI SOM TIDLIGT FORSVAR

Den kaostilstand, som PTSD beskriver, kan grundlæggende sammenlignes med de tilstande, som jungianeren Donald Kalsched så smukt indfanger gennem sit arbejde med *dæmoni som tidligt forsvar*. I bogen *The Inner World of Trauma* (Kalsched 1996) får man en meget fin indføring i begrebet med brug af både cases, eventyr og myter. Dæmoni som tidligt forsvar belyser de samme kræfter i den menneskelige psyke, som objektrelationssteorien behandler, dvs. tilstande af spaltning mellem krop og bevidsthed, fragmentering, stening og lammelse. Tilstande, som det spæde barn kan opleve i forbindelse med brud på kontakt. Det er indre psykiske tilstande af voldsomt ødelæggende kræfter. I den jun-

gianske terminologi forstår man de dæmoniske kræfter som kræfter, der beskytter selvet mod undergang. Hvor modsætningsfyldt det end kan lyde, betyder det, at når dæmoniske kræfter er på spil, så har de en form for beskyttende rolle i forhold til selvet.

Almindeligvis taler man jungiansk om selvet som en udelelig enhed. De tilstande, som dæmoni som tidligt forsvar beskriver, er imidlertid tilstande, hvor selvet spaltes. I stedet for at selvet i sig forener de modsætningsfyldte kræfter, spaltes selvet fra, og personen udvikler sig uden sikker kontakt med sin egen kerne. Det spaltede selvs psyke deponerer energien i de to poler uden for kroppen – den infrarøde og den ultraviolette pol (ibid. s.67).

Barnets psyke sikres på denne måde mod undergang, men det sker på bekostning af livet i kroppen. Kroppen trækker sig sammen om den smerte, der er ubærlig, og den fraspaltede energi – *the personal spirit* – lever et vægtløst liv uden for kroppen. De kræfter, der er aktive i de to poler, som selvet spaltes ud i, kan beskrives som psykens forfølgende og beskyttende kræfter – eller man kunne sige dæmonisk sammentrækkende og spirituelt udvidende kræfter. Det er tilstande, som aktiveres uden om den personlige vilje, og det er kræfter, som udvikles i psyken helt tidligt i livet.

DÆMONISKE KRÆFTER I PSYKEN

Senere i livet kan det voksne menneske genopleve de dæmoniske kræfter, når der opstår situationer, som minder om den oprindelige smerte. Skal man beskrive det voksne menneskes oplevelse af psykens dæmoniske kræfter, kan man bedst sammenligne det med krig. Det er kræfter, der opleves som ødelæggende. De øde-

lægger relation, selvværdsfølelse, kreativitet og enhver form for vækst. Dvs. det er oplevelsen af PTSD.

I drømme kan disse tilstande vise sig i form af is- og snelandskaber, som tortur eller som skinheads, der vil hugge hovedet af drømmeren. Sådanne billeder fra psykens dybere lag kan fremmane billedet af en dybt traumatisk barndom med forældre, der har udsat barnet for omsorgssvigt eller begået overgreb. Det er klart, at der må være tale om, at barnet har været udsat for oplevelser af traumatisk karakter. Det er imidlertid vigtigt at skelne mellem dæmoniske kræfter som psykens indre kræfter og så indre billeder, der må forstås som introjektioner af faktiske ydre skikkelser og traumatiske hændelser (ibid. s.17).

Det er vigtigt at forstå, at de indre kræfter i psyken, som udvikles tidligt i livet som en beskyttelse mod selvets undergang, oprindeligt er udviklet for at undgå det, der er værre. Disse destruktive kræfter kan være altødelæggende. Har et menneske det tidlige forsvar i sin psyke, kan det prædisponere udviklingen af PTSD.

PTSD – DE DÆMONISKE KRÆFTER OG DEN HELLIGE KVINDE

I min forståelse af den kvindelige aggression i forbindelse med menstruation ser jeg aggressionen som en dæmonisering af den kvindelige kraft. Dvs. aggressionen kan opfattes som udtryk for en kraft, der spaltes selvet. I forbindelse med menstruation er der en særlig sensitivitet til stede, hvor glimt af en fortrængt kvindelig ressource knyttet til det sjælelige kan komme op til overfladen. Samtidig kan en dybt ubevidst aggression knyttet til udstødelsen af kvindelige ressourcer vågne. Derfor vil den sjælelige erfaring nemt kunne være filtret tæt sammen med tilstande af PTSD.

Går vi mere end 2000 år tilbage i tiden, var der i kulturen en bevidsthed om en kvinde – en gudinde, som tog vare på mange forhold i samfundet. I Egypten hed hun Isis, i Grækenland hed hun Demeter (Moder Jord), i de områder, hvor Iran og Iraq ligger i dag, kaldte man hende Inanna, i den jødiske kultur finder vi hende under navnet Sophia. Hun levede i menneskenes bevidsthed som en kvindelig repræsentant for det hellige. Denne

gudinde, denne hellige kvinde, var forbundet med månens kraft gennem sin cyklus. Man opfattede kvinden som forbundet med det hellige, fordi man så Den Hellige Månegud strømme igennem og manifestere sig i kvindens cyklus.¹

Hvad der så skete – hvordan vi som menneskehed mistede kontakten med denne spirituelt forbundne kvinde i os selv, det er en lang historie. Lad os gøre det kort og sige, at hun blev fortrængt. Hun blev fortrængt, og det kvindelige blev adskilt fra det guddommelige. Siden voksede den patriarkalske orden frem, som gjorde det mandlige og det faderlige til eneherskende princip i begribelsen af det hellige.

Det kvindelige som en side af det guddommelige blev altså fortrængt. Det blev fortrængt fra kulturen, og det blev fortrængt fra det enkelte menneskes bevidsthed. For de fleste af os så dybt, at vi ikke i hverdagen er i kontakt med de ressourcer og kvaliteter, som ligger i det kvindeliges spirituelle aspekt. Det har betydet en spaltning i det kvindelige. 'Noget' er blevet deponeret uden for kroppen, hvor det har lagt sig i de to poler – den infrarøde og den ultraviolette pol. Det svarer til at tale om en spaltning mellem krop og psyke – krop og sjæl.

Hvis vi kommer i nærheden af de egne i bevidstheden, hvor vi kan møde hende – den hellige kvinde i os selv, så sker det ofte gennem tab, ulykker, sygdom eller andre omstændigheder, som presser et menneskes bevidsthed og bringer den enkelte ind i tilstande, som vi kender som chok og PTSD. I forbindelse med menstruation dukker oplevelser af numinøs karakter for nogle kvinder op, når man trænger ind bag tilstande, der kan sammenlignes med PTSD.

PTSD OG VANHELLIGELSEN AF DET KVINDELIGE

Den amerikanske jungianer Joan Chamberlain Engelsman taler om vores forhold til den kvindelige dimension af det guddommelige som en fortrængning,

¹ Tidligere tiders gudinder belyses jungiansk fx af følgende forfattere: Ester Harding, Engelsman, Woodman, Skogemann

en kollektiv fortrængning fra kulturen (Engelsmann 1979 s.32-33). Med fortrængningen som perspektiv bruger hun Freud til at sige, at fortrængninger vender tilbage på to måder, dels med glimt af det intakte, dels i forvrænget form:

- a) med helt intakte glimt af det oprindelige i sig
- b) i traumatisk form, som forvrængninger af det oprindelige.

Det, Engelsman her peger på, er, at der i relation til det kvindeliges spirituelle dimension er såvel et traumatisk som et ressource aspekt. Eller man kunne sige, at der ligger kollektivt fraspaltede ressourcer i såvel den infrarøde som den ultraviolette pol.

I fortrængningen af det kvindelige fra det hellige blev mørket projiceret på kroppen. Det var utænkeligt, at den rene Gud skulle kunne forbinde sig med den urene krop. Det urene blev projiceret på kvinden og orienteringen blev mod en Gud, der var hævet over materien. Nedvurderingen af materien, af kroppen, i forhold til den rene Gud i himlen har været almen. Den har ramt kvinder hårdest, fordi kvinders processer gennem menstruation, cyklus og overgangsalder, graviditet, fødsel og amning er så tæt forbundne med kroppen. Så rammer nedgørelsen af kroppen hårdere.²

I kristendommen ses spaltningen i det kvindelige i på den ene side Jomfru Maria, som den rene, jomfruelige kvinde uden drift, der befrugtes af helligånd. Hendes orientering er mod den faderlige Gud i himlen. På den anden side den urene Maria Magdalene, som bærer den drift, kulturen har spaltet fra det guddommelige. Hun er blevet gjort til repræsentant for det mest tabuiserede i kulturen og har i en meget lang periode været presset ud og tegnet billedet på det urene – på alt, hvad der ikke var helligt. Spaltningen mellem de to sider i det kvinde-

lige svarer til krop og sjæl. Kroppen er blevet opfattet som vanhellig, og sjælen er blevet adskilt fra kroppen. Man kan også sige, at sjæl og drift/instinkt er blevet spaltet. I nyere tid har forskning vist, at Maria Magdalena har haft en tæt tilknytning til Kristus, og hun er i vores tid gradvist ved at vinde indpas igen (Rian 2002).

Moderne mennesker opfatter ikke seksualiteten som uren. Det er imidlertid en kendsgerning, at det kvindelige fortsat er stærkt belastet af en patriarkalsk skygge. Man kunne spørge sig selv, hvordan en nutidig Maria Magdalena ville se ud. Hvilke tabuiseringer ville hun være bærer af? Hvilke områder af kvindelivet ville være spundet ind i tilstande af PTSD? Hvilke sider af det kvindelige er fortsat underlagt tabuiseringer, som kan involvere en kvinde med dæmonisk spaltende kræfter?

I forhold til menstruation er der fortsat dybe tabuer i vores kultur. I forbindelse med menstruationen er kvinder i kontakt med en stor sensitivitet, som principielt er en fantastisk ressource. Mange kvinder oplever imidlertid også megen aggression i dette felt. Et aspekt af aggressionen er, at nedvurderingen af det kvindelige opleves stærkere i menstruationens sensitive felt. Der er sket en sygeliggørelse af en dejlig kraft – en dæmonisering. Et potentiale forvrænges.

Den aggression, som knytter sig til feltet omkring menstruationen og det præmenstruelle felt, kan efterlade den enkelte kvinde med en dyb skamfølelse. Hvis det skal blive muligt for større grupper af kvinder at åbne sig for den sjælelige dimension – den kvindelige dimension af det spirituelle – er det nødvendigt, at dette stof aftabuiseres, at skammen løftes af den enkelte kvinde. Ellers vil en dybere spirituel proces nemt kunne aktivere skamfølelser, der vil sætte tryk på dæmonisk spaltende kræfter og låse den enkelte kvinde fast i tilstande af PTSD (Gadegaard 2014).

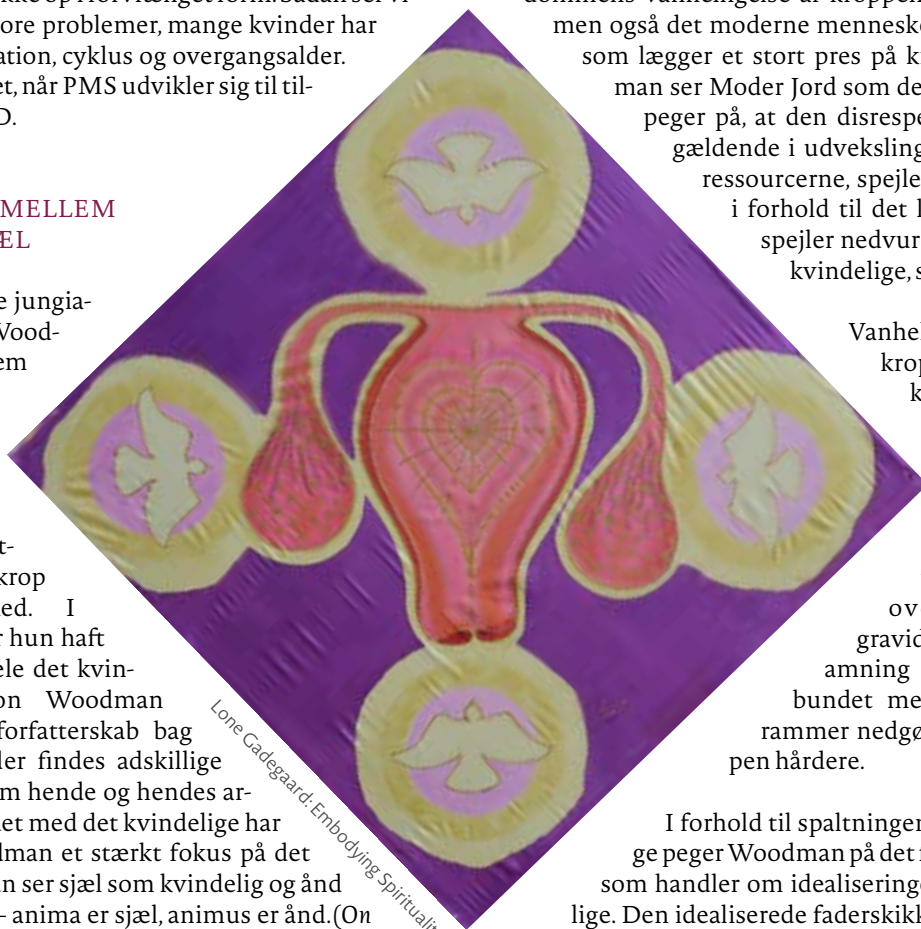
Når vi i glimt genfinder det kvindelige i sin oprindelige forbundethed med det spirituelle, kan vi blive bange

² Det er en pointe, som Marion Woodman vender tilbage til mange steder i forfatterskabet.

for at være blasfemiske. Det hænger sammen med det kvindeliges fraspaltning fra det guddommelige. Det hænger også sammen med, at stof, der er blevet fortrængt, kan dukke op i forvrænget form. Sådan ser vi det bl.a. i de store problemer, mange kvinder har med menstruation, cyklus og overgangsalder. Sådan ser vi det, når PMS udvikler sig til tilstande af PTSD.

SPALTNING MELLEM KROP OG SJÆL

Den canadiske jungianer Marion Woodman har gennem flere årtier beskæftiget sig med det kvindelige med fokus på spaltning mellem krop og bevidsthed. I flere årtier har hun haft fokus på at hele det kvindelige. Marion Woodman har et stort forfatterskab bag sig, ligesom der findes adskillige film med og om hende og hendes arbejde. I arbejdet med det kvindelige har Marion Woodman et stærkt fokus på det spirituelle. Hun ser sjæl som kvindeligt og ånd som mandlig – anima er sjæl, animus er ånd. (On *The Feminine – Marion Woodman in a talk with Ingela Romare*. DVD 2008-09). Man kan sige, at det Woodman peger på, er, at sjæl og ånd er to niveauer i det spirituelle. Anima er sjæl – eller ånden i materien, animus er ånd – ånden over materien, den himmelske ånd.



Lone Gadegaard: Embodiment Spirituality.

Woodman peger på, at vi kollektivt kæmper med det problem, at vores kroppe er livløse. Livløsheden kommer flere steder fra. Woodman peger bl.a. på kristendommens vanhelligelse af kroppen som en årsag, men også det moderne menneskes stressede liv, som lægger et stort pres på kroppen. Woodman ser Moder Jord som det kvindelige og peger på, at den disrespekt, der gør sig gældende i udvekslingen med naturressourcerne, spejler en disrespekt i forhold til det kvindelige. Det spejler nedvurderingen af det kvindelige, siger hun.

Vanhelligelsen af kroppen rammer kvinder hårdest, fordi kvinders processer gennem menstruation, cyklus og overgangsalder, graviditet, fødsel og amning er så tæt forbundet med kroppen. Så rammer nedgørelsen af kroppen hårdere.

I forhold til spaltningen i det kvindelige peger Woodman på det faderkompleks, som handler om idealiseringen af det faderlige. Den idealiserede faderskikkelse er forbundet med den mandlige Gud – Gud i himlen. En sådan faderidealiserings kan tage en pige og en kvinde væk fra hendes krop og kan være en vigtig faktor i spaltningen mellem krop og sjæl. Et faderkompleks, som handler om en idealiseret faderskikkelse, viser sig ofte at hænge sammen med dæmoniske tilstande.

Woodman taler om *the Demon Lover* som den kraft, der forfører en kvinde væk fra hendes krop. Denne dæmoniske forfører i en kvinde kan fange hende i en afhængighed af såvel rusmidler som et for højt spirituelt fokus (*Emily Dickinson and the Demon Lover*. Lydbånd). Er en kvinde involveret med en dæmonisk forførende elsker, vil de kræfter, som beskrives som PTSD, være aktive i hendes psyke. Forførelsen består netop i, at hun lokkes til at flygte væk fra den krop, som giver disse kaotiske tilstande. Hendes krop og sjæl spaltes, og hun mister kontakten med sin egen realitet.

Man kan opfatte spaltningen i det kvindelige som en kollektiv PTSD-tilstand. Spaltningen i det kvindelige nedarves fra generation til generation tidligt i livet – fra mor til datter, fordi en mor, som er dårligt forankret i sin egen krop, ikke formår at lade sit barn lande ind mod sin krop, så det senere kan lande i sin egen krop. I forhold til arbejdet med at hele spaltningen i det kvindelige peger Marion Woodman på det, hun kalder *conscious mothering* – bevidst moderlighed (Woodmann 1997). Med bevidst moderlighed mener Woodman det fokus, som på samme tid forholder sig til og nærer krop og sjæl. Det fokus, som ser den enkelte kvinde i sammenhæng med den kultur, som har nedvurderet kroppen og det kvindelige. Først og fremmest knytter hun helingen af det kvindelige til en genetablering af forbindelsen mellem det kvindelige og det spirituelle. Her er det hendes meget vigtige pointe at differentiere det spirituelle i sjæl og ånd og at sætte fokus på arbejdet med at forankre sjæl i krop (On

The Feminine – Marion Woodman in a talk with Ingela Romare. DVD 2008-09).

PTSD I SKÆRINGS- MELLEMLERAPI OG SPIRITUALITET

En dæmoniske kraft kan komme ind i det spæde barns liv som en kraft, der spaltes krop og bevidsthed. Kraften kommer ind og spaltes selvet. Tidligt i livet virker denne kraft som en beskyttelse mod selvets undergang. Hvis de dæmoniske kræfter fra det tidlige forsvar aktiveres i voksenlivet, har vi tilstande, der svarer til de kaostilstande, som beskrives som PTSD. Her spiller det traumatiske stof og det fraspaltede spirituelle potentiale ind i den samme proces.

Skæringspunktet mellem terapi og spiritualitet er meget tydelig, når vi ser på arbejdet med det kvindelige. Når den kvindelige kraft spaltes i sin indre struktur, dvs. når krop og sjæl spaltes, og det kvindelige samtidig spaltes fra vores opfattelse af det guddommelige, så sætter det spor i den enkelte kvindes psyke. Den fortrængte kvindelige side af det guddommelige vil kunne dukke op i vores bevidsthed på en måde, som bærer spor af det oprindelige i sig. Det har jeg set mange gange i mit arbejde med kvindelighed, cyklus og rytme (Gadegaard 2014).

I forbindelse med dæmoni som tidligt forsvar har vi set, hvordan et menneskes psyke kan blive spaltet ud i



Lone Gadegaard: Conscious Mothering.

arketyperne. Når det sker, er der på en eller anden måde tale om en meget dyb forladthedsfølelse tidligt i livet. Denne forladthedsfølelse er ubærlig for spædbarnet og spaltes derfor fra. Det sker ved, at kroppen lukkes af, lukker sig om en dyb depression, samtidig med at sjælelige kvaliteter forvises til en vægtløs tilstand uden for kroppen. Det er det, vi også har refereret til som at fraspaltede ressourcer lægger sig i den infrarøde og den ultraviolette pol.

I arbejdet med PTSD er der mulighed for at se på både det traumatiske og det fraspaltede spirituelle aspekt. I forhold til arbejdet med det spirituelle er det her vigtigt at huske, at der er to niveauer i det spirituelle – sjæl og ånd. Sjælen har hjemme både på jorden og i himlen – i kroppen og i ånden. I arbejdet med at hele det kvindelige, dvs. at forankre sjæl i krop, må man arbejde med at åbne den livløse krop. Her kan man møde tilstande af posttraumatisk stress, som stammer fra kulturens udstødelse af det kvindelige fra det hellige og dæmoniseringen af det kvindelige.

I arbejdet med at genåbne til fraspaltede sjælelige kvaliteter er kreativiteten et fantastisk redskab (ibid.) Når man arbejder på at forankre det kreative udtryk i kroppen, arbejder man sammen med den visionære sans. Man arbejder på at bygge broen mellem krop og bevidsthed – at forankre sjæl i krop.

LITTERATUR

- Bly, Robert and Woodman, Marion: *The Maiden King – the Reunion of Masculine and Feminine*. Element. Books, UK 1999.
- Brøgger, Suzanne og Skogemann, Pia: *Inanna – himlens og jordens dronning, myter og hymner*. Athene 2007.
- Engelsman, Joan Chamberlain: *The Feminine Dimension of the Divine*. The Westminster Press, Philadelphia 1979.
- Gadegaard, Lone: *Den kvindelige understrøm – om kvindelighed, dæmoni og spiritualitet*. Udkommer ultimo 2014.
- Harding, Ester: *Woman's Mysteries*. Shambhala Publications 1971.
- Kalsched, Donald: *The Inner World of Trauma – Archetypal Defenses of the Personal Spirit*. Routledge 1996.

- Kalsched, Donald: *Trauma and the Soul – A Psycho-spiritual approach to human development and its interruption*. Routledge 2013.
- Rian, Turid Nystøl (red.): *Maria Magdalenas Evangelium – Fire gnostiske skrifter*. Emilia, 2. udgave Oslo 2002.
- Woodman, Marion: *Addiction to Perfection*. Inner City Books 1982.
- Woodman, Marion et al: *Leaving my Father's House*. Shambhala 1993.
- Woodman, Marion: *Dancing in the Flames – The Black Goddess in the Transformation of Consciousness*. Shambhala, Boston 1997.
- Woodman, Marion: *Body and Soul - Honoring Marion Woodman*. A Journal of Archetype and Culture. Spring Journal 2005.

Film og lydbånd

- Bly & Woodman on Men & Women. Seks VHS-bånd, hver med en episode over eventyret The Maiden Tzar. Applewood Canada 1992.
- Dancing in the Flames*. A film by Adam, Greyden Reid. DVD, Capri Vision 2009.
- Emily Dickinson and the Demon Lover*. Lydbånd. Sounds True 2009.
- Marion Woodman and the conscious Feminine*. Marion Woodman in conversation with Marlene Schiwy. Seks DVD'er med interviews med Marion og Ross Woodman. Principia Production 2012.
- On the Feminine*. Marion Woodman in a talk with Ingela Romare. DVD, Myt & Bild 2008-2009.



Psykoterapeut MPF Lone Gadegaard er forfatter til *Den kvindelige understrøm – om kvindelighed, dæmoni og spiritualitet*. Vejleder, supervisor, underviser, foredragsholder og kunstner. Speciale i kvindelighed, spaltning og spiritualitet. Uddannet cand.comm. med speciale inden for kvindeforskning. Kursus i Dansk Psykoterapeutforening februar 2015.