

Angstens filosofi

Hans Herlof Grelland

Angstens filosofi

Høgskolen i Agder

2003

Sammendrag:

Angst har vært et viktig tema i nyere filosofi. Etter en kort introduksjon til fenomenologisk metode, gis det i denne artikkelen en presentasjon av Søren Kierkegaards, Martin Heideggers og Jean-Paul Sartres bidrag til angstens filosofi. Her relateres angstfølelsen til erfaring av intethet og til den grunnleggende eksistensielle friheten. Med utgangspunkt i denne filosofiske teorien gis en drøfting av hvordan angsten kan oppfattes som et uttrykk for en indre spenning. Til slutt vises det hvordan den filosofiske angstteorien kan relateres til konkrete angstformer og angstlidelser.

Skriftserien nr.101 (elektronisk utgave)
34 sider

ISSN: 1503-5174
ISBN: 82-7117-511-4

© Høgskolen i Agder, 2002
Serviceboks 422, N-4604 Kristiansand

Design: Høgskolen i Agder
Omslag og innbinding: Edgar Høgfeldt A/S
Sats og trykkeri: Trykkeriet, Høgskolen i Agder

Emneord:

1. Angst
2. Eksistensfilosofi
3. Kierkegaard
4. Heidegger
5. Sartre

Innhold:

1. Introduksjon
2. Edmund Husserl og fenomenologien
3. Angstens filosofi
4. Angst hos Søren Kierkegaard
5. Angst hos Martin Heidegger
6. Angst hos Jean-Paul Sartre
7. Angstens ubehag
8. Angstens former og angstlidelser
9. Eksempler
10. Eksistensiell angst

Dette [å formulere en teori om angst] er den vanskeligste oppgaven vi har tatt på oss, men vanskeligheten ligger ikke i ufullstendigheten av våre observasjoner, for det er faktisk de mest vanlige og kjente fenomener som stiller oss overfor slike gåter; heller ikke ligger den i fjernheten av spekulasjonene som disse fenomenene gir opphavet til, for spekulasjoner kommer neppe inn i bildet i denne sammenhengen. Nei, det er egentlig et spørsmål om hypoteser; det vil si, introduksjonen av de rette abstrakte ideene, og om deres anvendelse på det observasjonsmessige råmaterialet slik at de bringer orden og klarhet inn i det.

Sigmund Freud: ”Angst”, *New Introductory Lectures*

1. Introduksjon

Angsten er en stemning eller følelse vi alle erfarer, kanskje uten å være oppmerksom på det, eller uten å tenke over at det er angst vi kjenner. Vi banker på en dør eller slår et telefonnummer, og hjertet slår litt fortere. Eller vi kjenner svimmelhet ved å se ned fra store høyder. Men vi vet også at angsten kan anta ganske andre dimensjoner, som et panisk anfall eller en nesten permanent tilstand som setter personen helt ut av funksjon. Angsten ser altså ut til å spille en uunngåelig rolle i et menneskes dagligliv, samtidig som den også kan være en viktig del av et psykiatrisk sykdomsbilde. I Sigmund Freuds (1856 – 1939) forsøk på å bygge opp en helhetlig teori for psykiske lidelser spiller angsten en sentral rolle, men også en rolle som endret seg gjennom de forskjellige fasene i Freuds utvikling. Mer overraskende er det kanskje at angst som fenomen og som begrep også har engasjert filosofer, ja har vært et sentralt tema for noen av dem.

Dette at angsten både er et daglig og uunngåelig fenomen og kan være en tilstand som er sterkt hemmende og pinefull, har skapt et behov for å trekke et skille mellom den normale angsten, som gjerne kalles eksistensiell angst, og det vi kaller en angstlidelse. Vi kan spørre oss om dette dreier er vesensforskjellige fenomener, slik at for eksempel filosofenes teori dreier seg om den eksistensielle angsten.

Som vi vil se, er det ikke fullt så enkelt. Den filosofiske angstteorien kaster også lys over angstlidelser som faller inn under psykiatriens diagnoser. Det er likevel viktig å trekke et skille mellom angst vi kan og bør kunne leve med, ja kanskje til og med oppfatte som positiv,

og angst som vi trenger hjelp til å komme ut av. Vårt tema her er primært den første typen, den allmenne eksistensielle angsten, men vi vil også komme inn på hvordan angstlidelser kan oppstå.

2. Edmund Husserl og fenomenologien

Når vi skal studere et mentalt fenomen som angst, har vi i utgangspunktet to typer observasjoner å bygge på: Den ene er hva som skjer i kroppen til den som har angst, og den andre er hva den som har angst opplever og erfarer når han eller hun har angst. Selve begrepet angst, slik det brukes i vanlig tale, er et begrep som hører hjemme i den subjektive erfaringens verden.

Når vi beskriver mentale fenomener ut fra hvordan de erfares, bruker vi, i en litt vid og upresis forstand, en *fenomenologisk* tilnærming. Ordet fenomenologi er et ord som finnes i eldre filosofi, blant annet hos Hegel, men fenomenologien ble forsøkt etablert som vitenskapelig metode av Edmund Husserl (1859 – 1938). Hans grunnleggende idé er at det som karakteriserer bevisstheten er dens intensjonalitet. Med det menes ikke, som i dagligtalen, de hensikter (intensjoner) en bevissthet måtte ha, men at bevisstheten er rettet mot noe annet enn seg selv, og dette annet kalles bevissthetens intensjonale objektet. Bevissthetens ”innhold” er med andre ord ikke ”i” bevisstheten, men ute i verden, det fremtrer ”for” bevisstheten. Bevissthet omfatter både sansning og forestilling, både erfaring og fantasi. Gjennom sansning oppfatter bevisstheten den fysiske verden utenfor, men også når vi tenker og fantaserer er de objektene vi forestiller oss ikke en del av bevisstheten selv, selv om bevisstheten frembringer dem. De er noe som trer frem for bevisstheten. Bevisstheten selv kan ikke gjøres til objekt for et studium på annen måte enn ved å studere dens intensjonale objekter, eller de *fenomenene* som fremstår for den. Derav betegnelsen fenomenologi. Videre er fenomenologien ikke opptatt av tilfeldige og individuelle erfaringer, men av de vesentlige trekk ved fenomenene, deres essens. I vårt tilfelle gjelder dette angsten som fenomen. Både Martin Heidegger og Jean-Paul Sartre, som vi skal studere senere, bygger på Husserls fenomenologi. Søren Kierkegaard levde før Husserl, men i realiteten kan vi også betrakte hans studier av angsten som fenomenologiske.

Det eksisterer en viss dragkamp mellom fenomenologer og fysikalister om hvilken teoretisk tilnærming som er mest fundamental. De representerer hver sin ontologi, hver sin lære om hva som er den egentlige væren eller virkelighet. En ontologisk fysikalist vil hevde at et menneske grunnleggende sett er et fysisk system, der menneskets fysiske hjerne frembringer den bevisste opplevelsen som en sekundær effekt. En ontologisk fenomenolog på sin side vil hevde at bevisstheten kommer først, og at alle våre forestillinger, begreper og teorier om fysiske objekter, inkludert kroppen og hjernen, er systematiseringer av bevissthetens erfaringer og altså tilhører fenomenenes verden. Observasjonene som leder til en fenomenologisk beskrivelse av angsten gjøres av den personen som har angst, mens observasjonene som leder til den fysiske beskrivelsen av angstreaksjonene gjøres av en annen person som iakttar personen som har angst, med andre ord en beskriver angsten sett ”utenfra”. Men i begge tilfeller handler det om bevisste erfaringer. Den annens kropp er også et fenomen for den som iakttar den og utvikler teorier om den.

Vi kan likevel gjerne tenke oss at en ontologisk fysikalist arbeider etter en fenomenologisk metode, for heller ikke han vil benekte at bevisste erfaringer finnes. Eller en ontologisk fenomenolog vil kunne studere den fysiologiske reaksjonen hos et menneske som har en bestemt erfaring, for heller ikke fenomenologen vil benekte kroppens eksistens, den eksisterer og kan studeres som alle andre fenomener.

Et tredje standpunkt i denne diskusjonen tar utgangspunkt i Niels Bohrs (1885 - 1962) komplementaritetsbegrep. Dette begrepet kom Bohr frem til i sine forsøk på å forstå kvantefysikken. I Bohrs tilnærming vil man ta utgangspunkt i at et fenomen som angst kan erfares eller ”observeres” på to forskjellige måter, nemlig av den som har angst og den som observerer de kroppslige reaksjonene til den som har angst. Disse to observasjonsmåtene er helt forskjellige, og de beskrivelsene de fører til kan ikke sammenliknes. De er usammenliknbare og kanskje derfor tilsynelatende i strid med hverandre. Men de er begge like riktige, den ene er ikke mer fundamental enn den andre og begge må til for å gi et utfyllende bilde av angsten. De er *komplementære*.

Man taler også om kognitiv teori i psykologien. Kognitiv teori for angst tar også utgangspunkt i erfaringen hos den som har angst, og har derfor mye til felles med fenomenologien. Forskjellen er først og fremst at den kognitive retningen ikke bygger på Husserls omfattende

teori for forholdet mellom bevissthet og fenomen, og begrepene som brukes blir derfor litt annerledes.

Fenomenologien, eller det man ofte, litt løst, kaller en "fenomenologisk tilnærming" blir gjerne brukt innen "myke" vitenskaper som psykologi, pedagogikk eller humanistiske fag, mens fysikalismen er enerådende innen biologien, også i den delen av biologien som handler om menneskelig adferd. Dette har gitt et inntrykk av at fenomenologien er en mer "subjektiv" og mindre streng metode, som derfor ikke kan anvendes i naturvitenskapen. Men den fenomenologiske metode ble av Husserl også brukt på naturvitenskapelige objekter, spesielt på grenseområdet mellom matematikk og fysikk, som i hans tidlige og svært omfattende arbeid om aritmetikkens filosofi, og i et senere arbeid om geometriens grunnlag. Husserl brukte med andre ord fenomenologien for å studere grunnlaget for det begrepsapparatet den fysikalistiske tilnærmingen bygger på. Også Sartre innbefatter fysikken og biologien i sin fenomenologiske ontologi.

Et punkt som vil ha betydning i det følgende, og der både Heidegger og Sartre kritiserer og skiller seg fra Husserl, ligger i oppfatningen av "jegets" status. Husserl mente at det bak den bevisste erfaring ligger et transcendentalt "Jeg" eller Ego, transcendentalt fordi det ikke selv er en del av fenomenverdenen, og derfor ikke lar seg beskrive. Dermed er det et spørsmål om fenomenologien i det hele tatt, hvis man skal være konsekvent, har plass til ideen om et "Jeg". Heidegger unngår i stedet enhver tale om "Jeget", og gir subjektet den nøytrale betegnelsen "Dasein". Sartre vil ikke gi slipp på ideen om "Jeget" eller Egoet, men ser på det som en ren forestilling, et imaginært objekt som bevisstheten skaper for seg selv for å gi seg selv en identitet. Dette har stor betydning i teorien for angst, og vi vil komme nærmere inn på dette temaet senere.

3. Angstens filosofi

Den filosofen som introduserte angsten som tema var danske Søren Kierkegaard (1813 – 1855) som i 1844 utgav boken *Begrebet Angst*. Det tok lang tid før dette arbeidet fikk noen vesentlig filosofisk betydning. Det skjedde først i 1920-årene, da den tyske filosofen Martin Heidegger (1889 - 1976) med utgangspunkt i Kierkegaard gjorde begrepet angst til et vesentlig element i sin abstrakte filosofi om den menneskelige eksistens og spesielt om

fenomenet ”intethet”. I 1930- og 40-årene ble både Kierkegaards og Heideggers bidrag studert nøye av Jean-Paul Sartre (1905 – 1981) som ønsket å skape en syntese av disse to. Mens Heideggers bidrag er svært abstrakt og kanskje vanskelig å se den konkrete innebyrden av, er både Kierkegaards og spesielt Sartres tekster fulle av eksempler som skal vise hvordan den abstrakte teorien viser seg i konkrete menneskelige forhold.

Etter Sartre har det ikke (så langt jeg kjenner til) kommet noen vesentlige filosofiske bidrag til forståelsen av fenomenet angst. Derimot har mange psykologer og psykiatere forsøkt å anvende disse filosofenes teori innenfor sine fagfelter. Samtidig må det understrekes at når man leser for eksempel Sartres og Freuds bidrag til teorien for angst, er det klare likhetspunkter og paralleller. Det er heller ikke slik at disse filosofene alltid så sin virksomhet klart atskilt fra psykologien. ”Begrebet Angest” har som undertittel ”En simpel psykologisk-paapegende Overveielse”. Sartre ønsket gjennom sin filosofi blant annet å etablere et alternativ til Freud, og presenterer i sitt filosofiske hovedverk *Væren og intet* en skisse til det han kaller ”eksistensiell psykoanalyse”.

Det betyr at vi for angstens filosofi har et begrenset antall primære kilder å bygge på. Disse er:

- Søren Kierkegaard: *Journal JJ* (1843 - 44)
Notater skrevet under utarbeidelsen av *Begrebet Angest*
- Søren Kierkegaard: *Begrebet Angest* (1844)
- Martin Heidegger: *Væren og tid* (1927)
- Martin Heidegger: *Hva er metafysikk?*(1929)
Foredrag med hovedtema ”intethet” og angst.
- Jean-Paul Sartre: *Ego ’ets transcendens* (1936)
En artikkel med Sartres første behandling av angsten.
- Jean-Paul Sartre: *Krigsdagbøker* (1939 – 40)
Disse inneholder blant annet notater Sartre gjorde mens han leste *Begrebet Angest*.
- Jean-Paul Sartre: *Væren og intet* (1943)

Begrepene *eksistensiell*, *eksistensfilosofi* og *eksistensialisme* er hyppig brukt denne sammenhengen, og det er naturlig å klarlegge disse begrepene før vi går videre. Ord som *eksistens* og *eksistensiell* er hyppig brukt av Kierkegaard, og skal angivelig gå tilbake til en kommentar av Kierkegaards samtidige, den norske dikteren Johan Sebastian Welhaven (1807 – 1873), som karakteriserte Kierkegaards filosofi som ”eksistensiell”. Med det mente han at den var livsnær og behandlet spørsmål som var betydningsfulle for det å leve, det vil si eksistere, som menneske - i motsetning til abstrakt og spekulativ filosofi. Kierkegaard likte denne karakteristikken og tok den i bruk i sine egne skrifter. Hos Kierkegaard betegner eksistens ikke bare det å være til, noe man også kan si om steiner og trær, men det som er særegent for den menneskelige eksistens. Dermed har han slått an en tone som har gitt gjenklang i filosofien helt frem til våre dager. Begrepet *eksistensfilosofi* er en litt løs og upresis angivelse av en filosofisk tradisjon som delvis bygger på Kierkegaard og på Husserls fenomenologi. Kjente eksistensfilosof er Heidegger, Gabriel Marcel, Karl Jaspers, Sartre, Simone DeBeauvoir, Albert Camus og Maurice Merleau-Ponty. Noen regner også den norske filosofen Peter Wessel Zapffe med til denne tradisjonen.

Ordet *eksistensialisme* er stort sett avgrenset til Sartre og hans krets, fremfor alt DeBeauvoir. Sartre protesterte først mot denne etiketten, men aksepterte den etter hvert og brukte den selv om sin egen filosofi, for eksempel i det kjente foredraget *Eksistensialisme er humanisme* som også er utgitt i bokform. Eksistensialismen var en sterk filosofisk motebølge rett etter krigen, før den i Frankrike ble fortrent av nyere filosofiske retninger, som strukturalismen, poststrukturalismen og dekonstruksjonen. I dag blir Sartres og andre eksistensfilosofers arbeid studert med fornyet interesse, men også med et mer kritisk blikk enn i de mest entusiastiske årene umiddelbart etter krigen. Dermed har man også fått et mer avklart forhold til hva som er disse filosofenes mer varige bidrag til filosofien og til vitenskaper som psykologien. Men man er også blitt mer oppmerksom på de moderne eksistensfilosofenes kilder, og Husserl og særlig Kierkegaard er i dag omfattet med en enorm interesse verden over.

4. Angst hos Søren Kierkegaard

Allerede tittelen på *Begrebet Angst* er interessant. Ved å kalle angsten et begrep har Kierkegaard etter samtidens hegelianske tenkemåte trukket angsten frem som et tema som kan gjøres til gjenstand for intellektuell og rasjonell analyse. Angsten hører ikke til en diffus og

irrasjonell verden av føleri og sentimentalitet, den lar seg bestemme presist og har en betydning som det er mulig å kartlegge. Dette poenget blir understreket ved at tittelen opprinnelig var tenkt å være ”Om Begrebet Angest”, i tydelig parallell til doktoravhandlingen *Om Begrebet Ironi*. Mens de fleste av Kierkegaards filosofiske arbeider er utgitt pseudonymt, vet vi at *Begrebet Angest* var tenkt å skulle utgis under både navn og akademisk tittel: av magister Søren Kierkegaard. Bare i siste liten, noen dager før manuskriptet ble levert til trykning, ombestemte Kierkegaard seg og innførte pseudonymet Vigilius Haufniensis, ”den årvåkne københavner”. Denne brå ombestemmelsen har ført til enkelte pussigheter, som dedikasjonen til avdøde professor Poul Martin Møller, som var Kierkegaards lærer, men så langt vi vet ikke Haufniensis’, eller en fotnote om Kierkegaards (og ikke Haufniensis’) reise til Berlin.

Boken selv er tilsynelatende meget systematisk bygget opp med kapitler og underkapitler, men innholdet virker så mangfoldig og komplekst at enkelte fortolkere har ment at den bør lese som et ironisk heller enn som et alvorlig verk. Et viktig argument mot denne oppfatningen er den hjelpen vi får fra Kierkegaards journaler, der vi ser de første notatene til den teorien han utvikler i *Begrebet Angest*. Her finner vi en nøkkel til hovedideen i arbeidet. Det er likevel klart at *Begrebet Angest* er et langt mer komplekst og sammensatt verk enn de arbeidene om angst fra senere filosofers hånd, mer mangfoldig og flertydig, men også rikere på ideer. Det er derfor god grunn til å se på *Begrebet Angest* som et verk som ennå ikke er fullstendig utforsket, og som kan lære oss mer om angstens struktur og mening enn vi hittil har forstått.

Kierkegaards teori om angst begynner med et forsøk på å forstå eller fortolke begrepet arvesynd, som igjen handler om det syndefallet ethvert individ går gjennom, og som fortellingen om Adam og Eva er et forbilde for. Syndefallet var altså, slik Kierkegaard ser det, ikke en engangforeteelse, men noe som gjentar seg hos hver enkelt. Bare slik, mener han, kan Adam betraktes som det virkelig første menneske, som deler samme kår som senere mennesker. Men syndefallet har med valg å gjøre, og dermed med frihet, og med det å være konfrontert med det mulige, særlig de mulighetene som er farlige og som samtidig er skremmende og tiltrekkende. (Det dreier seg her selvsagt ikke om ytre frihet, slik som politisk frihet, men om den eksistensielle frihet som er der uansett ytre forhold).

Angsten har altså med friheten å gjøre, men den har også med frihetens avmakt å gjøre, en avmakt som igjen er knyttet til frihetens tvetydighet. Denne avmakten knytter Kierkegaard også til muligheten til å bli forført, enten det er av slangen i beretningen om Adam og Eva, eller det er den forførelsen Kierkegaard skildrer i detalj i *Forførerens Dagbog* som inngår i boken *Enten-Eller*. Fordi vi lokkes av noe som samtidig er skremmende, er vi i angst og i en tilstand av avmakt som gjør det mulig å bli forført. I denne avmakten ligger menneskets arvesynd.

Angsten skildres ikke som en dagklar bevissthet om den eksistensielle frihet, men som den første vage anelse vi har i uskyldens ”drømmetilstand” før vi ”våkner” til en klar, reflektert og selvreflektert bevissthet om frihet, valg og ansvar. Dermed blir angsten den følelsen som antyder friheten for oss allerede før den blir erkjent av oss selv, noe den kanskje aldri blir.

Det mest sentrale avsnittet i *Begrebet Angest* er kapittel I, §5, som også har tittelen ”Begrebet Angest” (de forutgående paragrafene har titlene ”Begrebet Uskyldighed” og ”Begrebet Syndefald”). Her innfører han det viktige skillet mellom angst og frykt, der frykten alltid er frykt for noe, frykten har en gjenstand, mens angsten ikke har noen slik klar gjenstand. Eller, som Kierkegaard eller snarere Haufniensis uttrykker det: angstens gjenstand er ”intet”.

Dette temaet om ”Intet”, som senere skal bli så viktige for Heidegger og Sartre, kretser Haufniensis rundt i flere formuleringer som skildrer hvordan mennesket også i sin uskyldstilstand, der det bare er seg selv naturlig og ikke selvreflektert, har en uro i seg som nettopp er angsten:

I denne Tilstand er der Fred og Hvile; men der er paa samme Tid noget Andet, hvilket ikke er Ufred og Strid; thi der er jo Intet at stride med. Hvad er det da? Intet. Men hvilken virkning har Intet? Det føder Angest. Dette er Uskyldighedens dybe Hemmelighed, at den paa samme tid er Angest. Drømmende projekterer Aanden sin egen Virkelighed, men denne Virkelighed er Intet, men dette Intet ser Uskyldigheden bestandig udenfor sig.

Slike utsagn, som grenser til ordspill omkring ordet ”Intet” som på den ene side betyr ”ikke noe” men som ved sin språklige form som substantivet ”Intet” høres ut som et eget fenomen. Det er imidlertid forhastet å konkludere med at Kierkegaard her driver ordspill. Han bruker språket for hva det er verd til å uttrykke noe som vanskelig lar seg uttrykke i enkle

likefremme setninger, men som sett i sammenheng gir mening. Følelsen kommer før tanken, og følelsen lar oss ane det som ennå ikke har tankemessig form, og det er nettopp tilfellet med angsten. Og hva er det så dette ”Intet” en antydning av? Det kommer klart frem i det som er det nærmeste Haufniensis kommer en direkte definisjon av angsten:

Angesten er Frihedens Svimlen, der Friheden skuer ned i sin egen Mulighed.

Og om Adam, som er konfrontert med Guds forbud mot å ete av to av trærne i Edens hage, sier han:

Forbudet ængster ham, fordi Forbudet vækker Frihedens Mulighed i ham. Hva der gikk Uskyldigheden forbi som Angestens Intet, det er nu kommet ind i ham selv og er atter her et Intet, den ængstende mulighed av at *kunne*.

I den spontane og naturlige uskyldighet tenker vi ikke på at vi har et valg, vi har dermed ingen klar bevissthet om alt vi kan, alt som er mulig, om denne mulighetens åpne avgrunn som er friheten og som gjør oss svimle og i angst. Vi kan si det slik at angsten er ”følelsen av frihet”, i angsten har vi en bevissthet om frihet som er forut for og mer grunnleggende enn de tankene, den forståelsen eller de kunnskapene vi har om vår frihet som mennesker.

Angsten eksisterer i spenningen mellom det forlokkende og det skremmende i denne vår mulighet. Dette poenget finner vi allerede i journalen *JJ*, der Kierkegaard noterer ned ideer til det som senere blir boken *Begrebet Angst*. Det kan oppfattes som et svar på spørsmålet om hvorfor følelsen av frihet er så ubehagelig. Dette kommer, i følge Haufniensis, av at angsten er ”sympatetisk antipati og en antipatetisk sympati”. I journal *JJ* står det slik:

Angst er nemlig en Attraae efter hva man frygter, en sympathetisk Anthipatie; Angst er en fremmed Magt der griber Individet, og dog kan man ikke løsrive sig derfra, og vil det ikke, thi man frygter, men hva man frygter det attraaer man.

Angsten oppstår i denne spenningen. Det er jo skremmende mye som er mulig for oss, men som vi ikke ønsker, eller som er mulig og som vi i all hemmelig er tiltrukket og besnæret av, men som vi ikke ville våge. Det betyr at det i angsten også ligger noe besnærende og fascinerende, noe tiltrekkende. Derfor snakker også Haufniensis om ”den søte angst” og den ”søte beengstelse” og beskriver angsten hos barn slik:

Naar man vil iakttage Børn, vil man finde denne Angest bestemtere antydet som en Søgen efter det Eventyrlige, det Uhyre, det Gaadefulde. ... Denne Angest hører Barnet saa væsentligen til, at han ikke vil undvære den; om den end ængster ham, fængsler den ham dog i sin søde Beængstelse.

Også voksne, som av og til er som barn, vil kjenne igjen sin fascinasjon av skrekkfilmer, av farlige oppdagelsesreiser og av risikosport. Men fremfor alt finner vi denne spenningen mellom tiltrekning og frykt i seksualiteten, og dette forklarer sammenhengen mellom angst og seksualitet, som Haufniensis stadig vender tilbake til.

Siste kapitel av Begrebet Angest heter ”Angst som frelsende ved troen”, der Haufniensis snakker om angsten som dannende. Med troen menes her en spesiell livsinnstilling: ”den indre visshet som tar uendeligheten på forskudd”. Det positive og dannende ved angsten er at gjennom angsten befris man fra å være fanget av livets trivialiteter. Angsten går ”inn i hans sjel og ransaker alt og engster det endelige og smålige ut av ham”. Gjennom angsten frigjøres man til å se muligheten, man blir en ”mulighetens disippel”. Resultatet er en ny tilstand der man på den ene siden ikke lenger så lett blir vippet av pinnen av angsten, og på den annen side har et liv som fortøner seg som mer interessant, ja der hver minste begivenhet får betydning:

Tag Mulighedens Discipel, sæt ham midt på Jyllands Hede, hvor der ingen Begivenhed er, og hvor den største Begivenhed er, at en Urhøne flyver larmende op, han oplever alt fuldkomnere, nøiaktigere. Grundigere, end den, der blev applauderet på Verdenshistoriens Teater, hvis han ikke er dannet ved Muligheden.

Dette kan minne om chan- eller zenbuddhismens opplysningsopplevelse ”satori”, der hverdagens ting og begivenheter plutselig får en ny glans og betydning, som uttrykt i følgende kinesiske dikt:

Hvor vidunderlig overnaturlig og mirakuløst er ikke dette
Jeg bærer vann og jeg henter ved

Dette kapitlet hos Kierkegaard ganske kortfattet og har vært viet liten oppmerksomhet i ettertiden.

5. Angst hos Martin Heidegger

Heideggers filosofiske hovedverk er *Væren og tid* fra 1927. I dette verket, som kom til å få en enorm innflytelse på moderne filosofi, gjennomgår han de grunnleggende trekkene i den menneskelige eksistens med utgangspunkt i Husserls fenomenologi. Heideggers hensikt er likevel ikke, slik man skulle tro, å levere en antropologi, en lære om mennesket. Hensikten er noe mer i retning av å lede oss til å gjenoppdage vår livsverden på nytt og gjennom det å la det *virkelige* igjen bli tydelig for oss. For vi har i vårt daglige strev og vår instrumentelle måte å forholde oss til verden og oss selv på, mistet noe grunnleggende, en kontakt med, et forhold til virkeligheten som sådan, til det ved virkeligheten at den er virkelig, at den *er*, at den har *væren*. Denne underliggende intensjonen har fått langt mindre oppslutning i senere filosofi enn de tankene Heidegger legger frem underveis til dette målet. Men den er viktig for akkurat vårt tema. Heidegger kjente godt til *Begrebet Angest*, som vi må anta at er utgangspunktet for hans egen filosofi om angsten.

Heidegger tillegger angsten en særegen betydning som en stemning, vi kunne kanskje si en grunnstemning eller livsstemning, som avspeiler et forhold til virkeligheten. På den ene siden sier Heidegger at angsten er en stemning, i hvilken mennesket viser seg for seg selv. På den annen side sier han at det angsten engster seg for er *væren* selv. For Heidegger er dette samme sak, for stilt overfor *væren* selv avdekker vi oss selv, og vi avdekker oss selv som mulighet. Men vi forsøker å unngå denne angstens grunnstemning ved å unnvike oss selv og verden som *væren* og som mulighet ved å flykte eller ”forfalle” til en upersonlig eksistens, som et ”man” (”man” lever slik og slik, ”man” oppfører seg slik og slik) eller til et liv oppslukt av enkelttingene i verden. Dermed flykter mennesket også fra muligheten til en ekte eller autentisk mulighet til å være seg selv. Men vi kan jo ikke virkelig komme bort fra oss selv, derfor er selve unnvikelsen eller flukten når det kommer til stykke bare en av flere måter å være ansikt til ansikt med seg selv på. Alternativet er å være i angst, og angsten avdekker altså oss selv som mulighet, som i en gjenklang fra Kierkegaards ord om angsten som svimmelheten nettopp overfor vår mulighet. I det hele gir Heidegger dette å være i angst en positiv klang, selv om angsten er et uttrykk for at vi frykter den *væren* vi står overfor, og som vi tenderer til å unnvike og flykte fra.

Men nettopp fordi det som engster oss er væren, og ikke et konkret værende, ikke en enkeltting eller et enkeltobjekt, blir angsten tilsynelatende ubestemt. Samtidig, fordi dette truende ikke er noe bestemt sted, blir det så nær at det blir frastøtende og kvelende, det får oss bokstavelig talt til å holde pusten tilbake.

En interessant vending er det Heidegger sier om frykten, der han tar utgangspunkt i Kierkegaards skille mellom angst og frykt. For Heidegger frykten noe avledet, det er angsten som gjør frykten mulig og frykten er en slags malplassert angst.

I drøftelsen av angsten i *Væren og tid*, dukker ordet ”intet” (*das Nichts*) opp et par ganger, men bare forbigående. Det blir sagt at fordi væren ikke er noe bestemt fortøner det seg om et intet. Men, legger han til dette er ikke noen total intethet, for det er grunnet i noe, nemlig verden som helhet, som væren.

Begrepet intet og dets sammenheng med angsten blir imidlertid tatt opp i sin fulle bredde i foredraget *Hva er metafysikk?*, som er Heideggers tiltredelsesforelesning som professor i Heidelberg i 1929, altså to år etter at *Væren og tid* ble publisert. Heidegger prøver i denne forelesningen ikke å besvare spørsmålet ”Hva er metafysikk?” generelt, men prøver å besvare det ved å behandle ett enkelt metafysisk spørsmål, og han velger det han kaller ”spørsmålet om intet”, om betydningen av *das Nichts*.

Intet er noe som viser seg, eller som vi står overfor, nettopp i møtet med væren som sådan. Ved at væren, selve det å være, blir tematisert, viser det seg mot en bakgrunn av sin motsetning, ikke-væren eller intet. Dette handler ikke om begrepsmessig kunnskap, men snarere om det vi ville kalle en erfaring, en måte verden viser seg for oss på. Og til denne måten å vise seg på, hører en grunnstemning. Et annet eksempel på en slik grunnstemning Heidegger nevner er gleden over at den vi elsker er til. Da er ikke denne gleden bare et uttrykk for at vi erkjenner den elskedes eksistens, men der er i og ved selve gleden at denne eksistensen viser seg. Den elskedes eksistens er ikke noe som kan komme tilsyne uten denne gleden.

Tilsvarende er angsten stemningen som bringer oss overfor ”intet”. Og intet, som kan sies å være opplevelsen av at væren som sådan ”glir unna”, bringer samtidig erfaringen av denne væren med seg, som helhet, som væren, og ikke bare som enkeltting som er ”for hånden” i

vårt uekte og trivielle liv. Det er som om væren alltid må vise seg på en spenningsfylt måte, ved at det samtidig er det som er og det som glir unna når vi er stilt overfor intet, i angstens grunnstemning.

Bare på bakgrunn av Intets opprinnelige åpenbarhet kan mennesket i sin tilværelse gå henimot og inn i det værende. ... Uten Intets åpenbarhet ingen væren-i-seg-selv og ingen frihet. (s.112)

Eller, mer poetisk:

I den lyse natt av angstens Intet oppstår først den opprinnelige åpenhet av det værende som et sådant: at det er værende, og ikke Intet.

Heideggers tanker om intetheten og angsten som stemning krever av leseren at det gir slipp på en del språklige vaner og våger seg inn i Heideggers særegne språklige terreng. Mange har kritisert Heidegger for dette. Hans språk kan se ut til å gli over i noe som likner poesi, der man kan ha en følelse av å gripe eller forstå noe, men dette lar seg ikke uten videre seg gjengi eller ta opp til kritisk drøftelse. Har man da å gjøre med filosofi, eller for den saks skyld noe som kan ha betydning i psykologien? Et eksempel finner vi i bruken av ordet *Nichts*, der det som de fleste bare vil betrakte som en nektelse får et nytt språklig liv som substantiv, det betyr ikke lenger bare ”ingenting”. Heidegger selv hevder at intetheten kommer forut for nektelsen, og at nektelsen er avledet, at intetheten som fenomen er det som gjør nektelsen mulig som logisk operasjon. Dette lar seg fiffig uttrykke som ”Intet kommer forut for nektelsen”. Samtidig gir ”intet” seg til kjenne hver gang vi bruker en nektelse, ifølge Heidegger. Det kan argumenteres for Heideggers standpunkt, men vi lar det ligge i denne sammenheng.

6. Angst hos Jean-Paul Sartre

Sartre behandler angsten for første gang i artikkel som ble skrevet under hans opphold i Berlin i 1933-34, der han studerte Husserl og Heidegger. Artikkelen ble utgitt i 1936 under tittelen *Egoets transcendens*. Artikkelen handler om forholdet mellom bevisstheten (selvet) og Egoet (Jeget). Han tar utgangspunkt i et skille mellom ureflektert og reflektert bevissthet, der den ureflekterte bevissthet er den opprinnelige. Bevisstheten på dette planet kan ikke ha noen

oppfatning av seg selv, den kan ikke gjøre seg selv til objekt, og skaper derfor Egoet på det reflekterte plan som et slags middel til å forholde seg til seg selv. Egoet er dermed et objekt for bevisstheten, det ligger ikke ”bak” bevisstheten. Men Egoet er det som er bærer av vår personlighetsstruktur, det utgjør kjernen i alle våre adferdsmønstre. Dermed virker Egoet også tilslørende, den skjuler bevissthetens opprinnelige spontanitet. Denne spontaniteten har ingen form eller begrensninger, derfor gir den oss angst. Sartre henter et eksempel fra *Les névroses* av P. Janet, der en nygift kone er redd for at hun, når hun er alene hjemme, skal sette seg ved vinduet og falby seg selv som prostituert til forbipasserende. Hun er altså engstelig for hva hun selv skal gjøre, i angst for sine muligheter. Dette, sier Sartre i nesten direkte sitat fra Kierkegaard, kunne man kalle ”en svimmelhet overfor det mulige”.

Egoet fremtrer i denne artikkelen som en nødvendig og samtidig falsk forestilling. Så kan det skje at bevisstheten gjennomskuer dette selvproduserte Egoet og oppdager sin spontanitets uunngåelighet. Da:

... engstes bevisstheten plutselig, i det den oppdager hva vi kunne kalle dens spontanitets uunngåelighet: det er denne absolutte og ubehjelpelige angst, denne frykt for seg selv, som forekommer som konstituerende for den rene bevissthet, og det er den som gir oss nøkkelen til de angstnevrotiske besværligheter som vi har snakket om. Hvis Jeget i ”Jeg tenker” er bevissthetens primære struktur, er denne angst umulig.

Her finner vi både gjenklang av Kierkegaards svimmelhet overfor ens muligheter og Heideggers forestilling om at det er i angsten vi stilles overfor oss selv. Her stilles vi overfor oss selv som ”den rene bevissthet” idet vi gjennomskuer Egoet.

I 1939-40, under mobiliseringen etter Tysklands angrep på Polen men før angrepet på Frankrike, lever menig Sartre et fredelig liv som meteorologisk observatør bak de franske frontlinjene. I denne tiden skriver han dagbøker, der han laget de første skisser til sine senere verker. Han leser blant annet *Begrebet Angest* og gjør seg sine refleksjoner om angsten, ikke minst på bakgrunn av sine tidligere studier av Heidegger.

Hvis Kierkegaard har rett i å kalle ”frihetens mulighet” for angst, så var det ikke uten en antydning til angst at jeg igjen i går morges oppdaget at jeg var fullstendig fri til å bryte av et stykke brød som serveringsdamen hadde plassert ved siden av meg, og også fri til å frakte bitene til munnen. Intet i verden kunne *hindre* meg fra å gjøre dette, ikke engang jeg selv. For å avholde seg er ikke å hindre seg

selv ... Å avholde seg er bare å utsette, å forbli i uvisshet, å være opptatt av andre muligheter. I ideen om å hindre er det et bilde av en solid arm som kommer og holder fast min egen arm. Men jeg har ingen slik hindrende arm; jeg kan ikke personlig reise barrierer mellom meg selv og mine muligheter. ...

Han siterer fra Kierkegaard:

... Angstens Forhold til sin Genstand, til Noget, hvilket er Intet (Sprogbruken sier også pregnant: at ængstes for Intet) ...

og påpeker at vi her finner en åpenbar påvirkning på Heidegger, som imidlertid omtolker Kierkegaards psykologiske begrep til et metafysisk. Så skriver Sartre det som skulle bli nøkkelen til hans egen filosof om angsten:

Angst ved intethet, med Heidegger? Angst for frihet, med Kierkegaard? Etter mitt syn dette er en og samme sak, for friheten er intethetens tilsynekomst i verden. ... Menneskets faktisitet er å tilintetgjøre faktisitet, det er ved friheten vi forestiller oss noe, det vil si på samme tid tilintetgjøre og tematiserer objekter i verden. Det er gjennom friheten at vi kan, hvert eneste øyeblikk, etablere en avstand fra vår egen essens, som blir kraftløs og utelukket i intethet, ineffektiv. Friheten etablerer en diskontinuitet, et brudd på kontakten. ... angst ved intethet er rett og slett angst ved friheten ... intetheten er ikke et hull som rett og slett er gitt ... i virkeligheten er intetheten den intethet vi selv er.

Dermed er grunnlaget lagt for Sartres mer systematiske og utførlige studier av sammenhengen mellom angst og frihet i *Væren og intet* fra 1943, som er det første av Sartres to monumentale hovedverk. Her gir han angsten en bred behandling. Riktignok er det slik at han tar utgangspunkt i Heideggers begrep om intethet, som han for øvrig også kritiserer, men hos Sartre er fokus først og fremst på sammenhengen mellom angst og frihet. Begrepet intethet spiller fortsatt en sentral rolle, men nå som en del av teorien for den eksistensielle friheten.

Sartre presenterer innledningsvis tre eksempler. Det ene er vandreren som er kommet til en fjellhulle og kjenner svimmelhet overfor stupet, altså angst. Sartre understreker så at dette ikke må forveksles med forskjellige former for frykt som kunne være aktuelle, frykten for at en stein skulle gli vekk under foten, eller for at en annen person skulle dytte en utfor. Svimmelheten, angsten, er bevisstheten om at en har frihet til å hoppe utfor, at det er ens mulighet, og at intet – og her kommer ”intet” inn – hindrer en i å gjøre det. Vi gjenkjenner her i fysisk bokstavelig form det som hos Kierkegaard er en metafor, svimmelheten der man skuer ned stupet - som er ens egen mulighet.

Det andre eksemplet er infanteristen i krig, som kan være redd for å bli skutt eller truffet av en granat. Dette er frykt. Men så er det opp til ham å gjøre det riktige, og frykten er der for hvordan vil han selv opptre i situasjonen, vil han for eksempel være feig eller modig? Og igjen er det denne frykten Sartre identifiserer som angst, frykten for *hva han selv vil komme til å gjøre*.

Det tredje eksemplet er den velstående forretningsmannen som går konkurs. Han kan ha to distinkt forskjellige reaksjoner på dette – frykt og angst. Frykt for fattigdommen, for at han ikke skal kunne skaffe seg et levebrød. Men så krever situasjonen en handling fra mannens side, og dermed er angsten der, hva vil han finne på å gjøre, vil han gjøre det rette? Sartre påpeker at selv den suksessfulle forretningsmann som blir forfremmet vil kunne føle angst. Vil han fylle sin stilling? Angst er blant annet å mistro seg selv.

Så forsøker Sartre å utpensle det ved den menneskelige eksistens som vi kaller frihet og som vi er stilt overfor i angsten. Og her gjør han hyppig bruk av ord som intet og intethet. Poenget er å rense vekk alle forestillinger om at vi er bestemt av noe utenfor oss selv. Ikke bare ytre psykologiske eller sosiale årsaker skal elimineres, men også mine egne muligheter, motiver, fortidige beslutninger, og så videre. Overalt skjermes jeg av intethet mot enhver slik begrensning av friheten.

For det første: Er jeg begrenset av et gitt sett muligheter? Når jeg ser en mulighet, så ligger det i dette ”synet” en skapende handling. Verden i seg selv består bare av fakta, den byr seg ikke på egen hånd frem med forskjellige handlingsalternativer. Omformingen av fakta til muligheter krever min fantasi, mulighetene oppstår i samspillet mellom meg og min fantasis frie rom på den ene siden og den gitte verden der ute på den andre. Derfor er ikke mulighetene grunnlagt på verden, men på meg selv. Friheten er altså mer enn bare å kunne velge mellom gitte alternativer, jeg må selv ”se” eller konstituere ved hjelp av fantasien disse mulighetene jeg skal velge blant. Men fantasien er jo nettopp å forestille seg noe som ikke er, altså ikke-væren eller intet. Å oppfatte dette gir angst.

For det annet: Er jeg begrenset av mine motiver, som ”styrer” mine handlingsvalg? Nei, jeg kan ha motiver, som for øvrig er mine egne skapninger, men motiver er ”ineffektive”, *intet* tvinger meg til å følge dem. Derfor er alle valg på sett og vis grunnløse, de kan være i

overensstemmelse med motiver, men jeg må selv velge å være i overensstemmelse med motivene. Grunnløse, det betyr grunnet på meg selv, uten noe ytre å støtte meg på. Også dette oppfattes i angst.

For det tredje: Med tanke på fremtiden kan jeg legge planer for meg selv, jeg kan velge for meg selv. Men også mellom det ”jeg” jeg er i dag og det ”jeg” jeg vil komme til å være smyger det seg inn et skille, igjen et *intet*, vi forandrer oss og jeg kan ikke vite hvordan jeg vil være i morgen. Vil jeg fordømme den handlingen jeg gjør i dag, og som jeg i dag ser på som rett? Angst er også bevisstheten om at jeg er grunnlaget for den jeg vil komme til å være, men som nå ikke er, som altså er ikke-væren, *intet*.

For det fjerde: I forhold til fortiden: Mange av de handlinger jeg gjør i dag er grunnlagt på tidligere beslutninger, som tilsynelatende begrenser min valgfrihet. Men fortiden er like ineffektiv som mine motiver. Sartres kjente eksempel er hasardspilleren som står ved spillebordet, med en klar bevissthet om beslutningen han tok dagen før om aldri mer å spille. Og som oppdager at beslutningen fra i går er maktesløs i dag, skal han la være å spille må beslutningen tas på nytt, og den må skapes *ex nihilo*, fra *intet*, fordi vi er skilt fra fortidens beslutninger ved - et *intet*.

Gjennom sin bruk av ordet ”*intet*” skaper Sartre bildet av subjektet som isolert, løsrevet, omgitt av et tomrom = *intet* som gjerne fremstilles som tynt, så det så vidt smyger seg inn mellom meg og mine muligheter, mellom meg og mine motiver, mellom meg og min fortid eller min fremtid, og skaper en diskontinuitet på alle kanter.

Hvis noen spør hva det *intet* er som utgjør et grunnlag for friheten, skal vi svare at vi ikke kan beskrive det, siden det ikke er, men vi kan i det minste antyde dets mening ved å si at dette *intet* er bragt-til-å-være ved menneskets forhold til seg selv. ... Friheten, som kommer til syne gjennom angst, er karakterisert ved en konstant fornyet forpliktelse til å gjenskape Jeget som betegner det frie værendet.

Ikke bare er vi gjennom *intetheten* løsrevet fra og atskilt fra fortid, fremtid, motiver og muligheter, som tross alt kan sees på som noe annet enn oss selv, men vi er også i en viss forstand løsrevet fra oss selv. Dette kom til uttrykk i skillet mellom Egoet på den ene siden og bevisstheten eller selvet på den andre i *Egoets transcendens*. Egoet omtales nå også som vår essens eller vesen, vår natur, vår personlighet, som vi bruker til å forklare våre handlinger:

[Essensen er] Alt i et menneske som vi kan angi med ordene – *det er ...* den totalitet av karakteristika som forklarer handlingen. Men handlingen er alltid hinsides denne essensen; den er en menneskelig handling i den utstrekning den går utover enhver forklaring vi kan gi av den. ... Overflyten av vår bevissthet konstituerer progressivt vår natur, men denne forblir alltid bak oss og holder til i oss som et permanent objekt for retrospektiv oppfattelse.

Angsten er oppfattelsen av selvet så langt det eksisterer i løsrivelse fra det som er, omsluttet og isolert av ”intet”. I angsten oppfatter vi oss selv som ubegrunnet, og dette er friheten.

Sartre tar også opp det han oppfatter som et problem, og som også Heidegger behandler på en liknende måte: Hvorfor er angst så sjelden? Og svaret finner han, som Heidegger, i våre strategier for å unngå den erkjennelsen av frihet som vekker angst. For friheten skremmer oss, intetheten skremmer oss, vi blir svimle og uvel, vi blir paniske og viker unna, flykter. Sartres beskrivelse av denne flukten er heller ikke veldig forskjellig fra Heideggers, men er kanskje noe mer konkret og systematisk. Sartre introduserer begrepet ”dårlig tro” (*mauvaise foi*) som et motstykke til det å være i god tro. Når vi er i dårlig tro forstiller vi oss, men vi forstiller oss først og fremst for oss selv. Vi går inn i et rollespill for oss selv der vi later som vi er noe annet enn det vi er. For vi vet ”egentlig”, i en viss forstand, samtidig at dette er en forstillelse. I dette spillet forsøker vi å oppfatte oss selv som styrt av fortidige beslutninger, av motiver, av ytre forhold som oppfattes som bestemmende for hvem vi er. Vi ”må” handle som vi gjør fordi vi er som vi er og verden er som den er. Vi årsaksforklarer våre egne handlinger og plasserer oss, ikke løsrevet og isolert av et intet, men solid og kontinuerlig plassert i det værendes årsaksvirkningskjede.

Dermed kan vi unngå å være i angst, og den angsten som allikevel er der fordi vi innerst inne gjennomskuer vår egen selvforstillelse, den ytrer seg slik at vi ikke kjenner den igjen som angst. Det viser seg som ubehag ved forskjellige situasjoner, i verste fall fobier, som muskelspenninger, som frykt for objekter det egentlig ikke er grunn til å frykte, som hodepine, som uro og rastløshet, som pratsomhet, som virketrang eller som ubeslutsomhet og passivitet.

Det er en nær sammenheng mellom teoriene om angst hos Kierkegaard, Heidegger og Sartre, selv om det også er forskjeller. Vi vet at det har funnet sted en påvirkning, Heidegger bygger

på sine studier av Kierkegaard, og Sartre på sine studier av Heidegger og Kierkegaard. Heidegger presenterer perspektiver som synes ganske annerledes enn Kierkegaards, selv om det også her, når vi ser nøyer etter, er sammenhenger. Sartre både viderefører og kritiserer Heideggers teori. Det er derfor naturlig å omtale det disse tre tenkerne presenterer som én teori, men en teori i utvikling og en teori som finnes i flere varianter, *den eksistensielle angstteorien*. Kierkegaards versjon av teorien er den mest sammensatte og komplekse, han plasserer den både i en teologisk og en filosofisk sammenheng, samtidig som han mange steder presenterer konkrete psykologiske iakttagelser. Boken *Begrebet Angest* i seg selv kompleks og vanskelig å få et fullstendig bilde av. Av de tre bidragsyterne til den eksistensielle angstteorien fremstår Kierkegaard som den som er rikest på ideer, men samtidig som den minst systematiske. Både Heideggers og Sartres versjoner er, i forhold til Kierkegaard, slående i sin enkelhet. For en som ønsker å sette seg inn i teorien for angst uten å ha kjennskap til Heideggers og Sartres øvrige filosofi ligger vanskeligheten først og fremst i å sette seg inn i det filosofiske grunnlaget disse bygger sin angstteori på, ikke selve angstteorien deres. Hvis disse to har rett i sin forståelse av angsten, har de langt på vei lyktes med det som Freud etterlyser: Å finne de rette abstrakte ideene.

7. Angstens ubehag

Alle filosofene som her er presentert har det til felles at de ser på angsten som et riktignok ubehagelig men likevel grunnleggende positivt fenomen. Angsten er en grunnstemning som ledsager oppfattelsen av virkeligheten slik den er, i en ærlig konfrontasjon. Bare i angsten er vi ekte, autentiske. Men hvorfor er så angsten så ubehagelig? Hva er vi redde for, siden denne erkjennelsen ledsages av en følelse som "kjennes ut som" frykt og derfor ofte forveksles med frykt?

Kierkegaard antyder for oss et svar: Angst er frykt for det man attrår. Vi "svimler" foran mulighetene fordi vi både tiltrekkes og skremmes av dem på samme tid. I spenningen mellom tiltrekningens oppspilthet og fryktens tilbakeholdthet kommer vi bokstavelig talt i klemme. Lar Kierkegaards svar seg anvende på for eksempel Heidegger? Umiddelbart ville vi tro at for at mulighetene skal være tiltrekkende eller skremmende, må de ha et innhold, det må ha en bestemt betydning, slik som i den konkrete situasjonen der man står foran stupet et stup og kjenner svimmelhet. Hvis denne følelsen skal sees på som en frykt for noe man tiltrekkes av,

er frykten foran stupet bygger på kunnskapen om hva som skjer med oss hvis vi faller utfor et stup. Hva er tiltrekningen når vi står foran et stup? Vi kan tenke oss en spontan glede over det å sveve fritt i luften med utsikt til alle sider, en glede vi kjenner fra flere sportsgrener som fallskjermhopping, hanggliding, osv. Men kan man tenke seg noe tilsvarende foran Heideggers metafysiske væren? Heidegger ville nok svare ja på dette. Det å konfronteres med væren er både forlokkende og skremmende. Vi vet at vi fascineres av væren, for det er det som ligger i bunnen av all nysgjerrighet og kunnskapstørst. Samtidig er det skremmende for i denne konfrontasjonen blir vi også pålagt ansvaret for den vi er, den vi virkelig er.

8. Angstens former og angstlidelser

Angsten ytrer seg på mange måter, og vi vil nå forsøke mer konkret å bruke de begrepene eksistensfilosofene gir oss til forstå forskjellige angstformer.

Vi vil ta utgangspunkt i Sartres begrep ”Ego”. Egoet kan sies å være et identifikasjonspunkt for bevisstheten eller selvet. Fordi min bevissthet selv ikke har noen essens, kan den ikke gjøre seg selv til objekt for sin egen tanke uten ved å skape et ”selvbilde” eller en forestilling om ”hvem” jeg er eller mer presist ”hvordan” jeg er. Dette bildet dannes fra tidligste barndom gjennom samspeilet med andre personer og størkner til en relativt fast og stabil forestilling, selv om den ikke er uforanderlig. Denne forestillingen er altså Egoet. Men Egoet er mer enn det bildet jeg har av meg selv, den er også et knutepunkt for mine handlingsmønstre. Egoet er et prosjekt, en måte jeg prøver å være på. Med andre ord, vi lever og handler slik at vi befester dette bildet av oss selv, fordi det er dette bildet som gir oss en følelse av å være virkelige, være noe bestemt. Den frie bevisstheten som ligger til grunn for subjektet har noe diffust og uberegnelig ved seg, ettersom alle de handlinger som til sammen utgjør vår personlighet slik vi kjenner den allerede befinner seg i fortiden, og vi må forme oss selv på nytt og på nytt.

Når Søren Kierkegaard sier om angsten at den er en ”sympatetisk antipati og en antipatetisk sympati” eller ”en attrå etter hva man frykter” hører dette i Sartres begrepsverden til forholdet mellom bevissthetens spontanitet, selvet, og Egoet. For selvet attrår, det har lyster, begjær, ønsker og intensjoner. Og noe av dette skremmer, ikke bare fordi det er farlig objektivt sett, men fordi den truer Egoet og dermed følelsen av å være noe virkelig. Den truer Egoet fordi

lysten kan være i strid med min forestilling om hvordan jeg er. Dette oppleves som en svikt i selvkontrollen, som et manglende fotfeste.

Denne sammenheng mellom lyst og angst er det som gjør at angst på Kierkegaards og senere på Freuds tid så sterkt knyttet til seksualitet, særlig hos kvinner. Også hos mange menn på den tiden var seksuell trofasthet en viktig verdi, og deres seksuelle lyster kunne være farlige nok, men de truet ikke deres Ego, deres selvbilde. At en trofast ektemann også hadde begjær etter andre kvinner enn sin kone gjorde ham ikke mindre i egne øyne, kanskje tvert i mot; det underbygget heller den virilitet som var en del av mannens selvfølelse. Man måtte beherske begjæret, men var samtidig stolt av det. Men for den trofast elskende kvinnen å ha feilplassert seksuelt begjær, det gjorde henne til noe hun avskydde og foraktet, en hore, en ”billig” kvinne. De menn som på den tiden utnyttet begjæret hos kvinner de ikke var gift med foraktet samtidig den kvinnen som gav etter. Og derfor er det for kvinnene at selvbildet står på spill, Egoet, selvbildet, er truet av begjæret, og man er i angst.

Under angsten ligger altså en lyst. En lyst som er av en slik karakter at jeg ikke tør vedkjenne meg den *overfor meg selv* fordi den gjør meg til noe annet enn det jeg forestiller meg at jeg er. Lysten behøver kanskje ikke være veldig sterk som lyst betraktet, det kan være nok at man opplever noe som mulig, og at selve rommet av muligheter tiltrekker en fordi Ego oppleves som altfor trangt og stengende. I ekstreme situasjoner kan disse uakseptable lystimpulsene bli ganske klare og tydelige, vi får lyst til å drepe, til å skrike, osv. Dette kan sammenliknes med det å befinne seg i et rom. Normalt vil i ofte befinne oss i små rom og ha et avslappet forhold til det. Men hvis vi plutselig oppdager at vi er stengt inne, kan rommet som tidligere var helt harmløst plutselig fortone seg som lite og trangt og gi oss en uimotståelig panisk trang til å bryte oss ut og flykte. Tilsvarene kan Egoets personlighetsstruktur fungere som et indre rom vi kan kjenne oss hjemme i og som gir oss trygghet, eller som et fengsel som vi stadig, panisk og impulsivt, føler trang til å bryte ut av..

Angst er frykt for, og dermed tilbakeholdelse av, lyst. I angsten er vi bokstavelig talt i klemme, fordi denne spenningen viser seg fysiologisk, slik det er uttrykt i Fritz Perls formel: ”Anxiety equals excitement minus breath”. Angst er en kombinasjon av fysisk opphisselse og tilbakeholdt pust. Pusthemningen er det fysiologiske motstykket til tilbakeholdelsen og undertvingelsen av lystimpulsen. Den oppleves og omtales som ”pustebesvær”, fordi vi ikke

er oss bevisst at vi selv er årsak til pusthemningen. Denne er ledsaget av høy hjertefrekvens, forhøyet blodtrykk og andre tegn på opphisselse.

Denne fysiologiske siden ved angsten er noe vi kjenner, og kan gi opphavet til ”annen ordens angst”, nemlig frykten for selve den fysiologiske angstilstanden.

Det er et dypt og interessant spørsmål om mennesket kunne være i stand til å leve uten et slikt fast og kanskje stengende ”Ego”, om det så å si er mulig å våge å sveve i ens frihets tomme rom. Kanskje er ikke dette mulig, kanskje er det helt nødvendig for oss å bygge vår eksistens rundt et Ego for å klare å orientere oss i verden. I alle fall er det sikkert at dette siste er den livsstrategien som er vanlig. Men denne livsstrategien er ikke uten omkostninger, siden den representerer en grunnleggende livsillusjon: *vi tror vi er mindre frie enn vi er*. Og vi tror det fordi vi vil tro det, til tross for at vi dypest sett vet bedre. Vi bruker av våre krefter og ressurser på å bygge opp og vedlikeholde Ego, en fast personlighetsstruktur som likevel alltid vil forbli illusorisk. Det er dette Sartre mener når han sier at mennesket er en forgjeves lidenskap, eller mer presist: en forgjeves streben.

Egoet er altså et system av forestillinger, av fortidige erfaringer organisert og tolket på en bestemt måte, og av ubevisste handlingsprosjekter. Dette systemet kan være: (i) mer eller mindre *livshemmende*, som når vi oppfatter oss selv som betydningsløse eller vi nedvurderer våre ferdigheter, eller (ii) mer eller mindre *adekvat*, mindre adekvat når våre lyster, ønsker og intensjoner i liten grad stemmer overens med den personligheten vi forestiller oss at vi har, eller (iii) mer eller mindre *rigid*, mer rigid når det er basert på et fastere og gjentakende adferdsmønster slik at det skal lite avvik til før det danner en konflikt med vår ”personlighet”.

Egoet er et referansesystem som vi orienterer alt ut fra. Hvis jeg oppfatter meg selv som svak, sårbar og engstelig, vil verden fremtre for meg som sterk og truende. Hvis jeg oppfatter meg selv som virkelysten og initiativrik, består verden av handlingsmuligheter – og av hindringer. I tillegg bruker vi verden rundt oss som påbygning av dette referansesystemet. Den svake og engstelige vil kanskje finne en trygg og støttende venn, vil bo i en trygg villa med avstand til naboene, vil skaffe seg et arbeid med lite ansvar og liten risiko. Den geskjeftige vil skaffe seg et nettverk av venner han kan hjelpe, ha en gammel bil han kan reparere, skaffe seg en posisjon der han har følelsen av å kunne utrette mye. Den svake og hjelpeløse kan forsterke dette selvbildet ved stadig å mislykkes i det han gjør, eller ved å stadig anse seg tvunget eller

presset av andre personer til å handle på bestemte måter som da er de andres ”skyld”. Det kan til og med være slik at den svake og usikre oppsøker ustabile situasjoner for å få bekreftet sin svakhet. Den ekstremt selvsentrerte personlighet vil kanskje bli en leder i en organisasjon eller en stat, der denne blir en forlengelse av ens eget Ego. Diktatoren ser på folket som sin personlige eiendom, og lider eller triumferer med ”sitt folk”. Sartre nevner at fordi huset er tungt gir det huseieren tyngde. Dermed blir Egoet befestet i den ytre livssituasjonen man skaper seg.

Når så Egoet trues i sitt fundament av vår egen underliggende spontanitet, vil vi uvilkårlig søker etter faste holdepunkter i verden omkring oss. Dette kan blant annet ytre seg i form av overdrevent repetitive handlingsmønstre som kan fremstå som tvangshandlinger. Men det kan også ytre seg som et sterkt behov for å være bestemte steder, ha bestemte omgivelser. Omvendt vil man føle angst i situasjoner som i mindre grad gir en slik ytre støtte, og man vil unngå slike situasjoner, som i fobier. Det er i det komplekse samspillet mellom den indre spontaniteten, det enkelte menneskets Egostruktur og Egoets ytre referanser at spesielle og tilsynelatende helt irrasjonelle *angstsyndromer* eller *angstlidelser* kan oppstå.

I dette samspillet mellom Ego og omgivelser får de ytre tingene symbolverdier uavhengig av praktisk funksjon. Klær, hus og biler er objekter som ofte har en sterk slik symbolfunksjon. For mannen som mister sin høyt betalte stilling og går ned i inntekt, er kanskje det største nederlaget å måtte kjøpe seg en mindre fin bil, til tross for at den gjerne dekker transportbehovet like godt. Et stort hus virker bekræftende på noen typer Ego, det utstråler trygghet, velstand, stabilitet, tyngde. Men for andre, der selvbildet bygger på for eksempel verdensborgeren, som reiser og ikke ser seg selv som forankret i et lokalsamfunn, kan huset være en ulempe som krever tid og krefter og som binder en til stedet. Eller man ser seg selv som idealisten, som må be om unnskyldning for at man eier for mye. For mange unge i dag har mobiltelefonen funksjon som identitetsmessig tyngdepunkt, fordi den utgjør et kommunikasjonsentrum. Fra fantasiens verden kjenner vi Espens sutteklut i Knøttene eller Mummi-mammas håndveske.

Hva vi er, er hva vi er i andres øyne. Fra vi er bitte små er det de andres blikk som konstituerer vårt selvbilde i et samspill med vår egen tolkning. Vår egen tolkning bestemmer for eksempel hvilke personer utenfor oss som har en betydning. Ganske fort blir vi gamle nok til å avvise positive kommentarer fra personer vi ser ned på eller ser på som betydningsløse.

Men selv når våre ytre symboler dannes i protest mot sosiale konvensjoner eller bestemte personer vi gjør opprør mot, forholder vi oss til disse konvensjonene eller personene. Fordi vi er fanget inn i et komplisert samspill med samfunnet rundt oss, et samspill vi ikke selv kan ha full oversikt over, vil det også finnes sosiale mønstre for hva som vekker angst.

9. Eksempler

Eksempler på hverdagsangst

(1) Et eksempel er den hjertebanken de fleste føler når de banker på en dør. I det øyeblikket har man introdusert en usikker og åpen situasjon, og man må takle den. Bak det å banke på en dør ligger gjerne at man vil oppnå noe, en intensjon. Det usikre ved situasjonen gjør at man kan oppleve seg selv som mindre beregnelig enn vanlig – hvordan vil det vise seg at jeg mestrer situasjonen? Straks samtalen er i gang er gjerne angsten redusert, for da har man ”følt seg frem” til en type kommunikativt samspill, og situasjonen er blitt beregnelig og under kontroll.

(2) Et annet vanlig eksempel er ”eksamensnerver”, der en eksamenskandidat føler seg lammet og ute av stand til å konsentrere seg. Dette kan inntreffe uavhengig av om kandidaten har grunn til en reell frykt for hvordan det skal gå. Vi kunne, fornuftig og rasjonelt, tenke at kandidaten til eksamen besitter bestemte kunnskaper (og kunnskapsmangler), og når oppgavene er presentert er resultatet gitt på grunnlag av disse kunnskapene. Kandidatens oppgave er bare å anvende kunnskapene og skrive svar på oppgaven. Men i praksis vet vi at det er et stort rom for frihet her. Man skal tolke oppgavene, gjøre vurderinger av hvordan besvarelsen bør legges opp, finne de riktige formuleringene og disponere tiden riktig. Og så kommer de spontane mulighetene – vil jeg få panikk eller jernteppe? Her er det rom for angst, og her er selvsagt muligheten for annen ordens angst spesielt til stede – frykten for å få eksamensnerver er en del av angsten som gir eksamensnerver.

(3) Selv om man ikke har direkte fobier, har de fleste mennesker områder som de unngår fordi de vekker angst. Man skriver brev i stedet for å ringe i telefonen, som gir angst av samme type som å banke på en dør. Eller man utsetter oppringningen. Man selger bilen til dårlig innbyttepris i bilforretningen når man skal bytte bil for å slippe den mer åpne og krevende situasjonen det er å selge bilen på egen hånd. Man lar være å skifte jobb eller flytte eller skille

seg fra ektefellen, til tross for at situasjonen som den er svært utilfredsstillende, fordi det å finne seg et nytt sted å bo eller en ny jobb er åpne situasjoner som vekker angst, for ikke snakke om det å gå inn i den situasjonen å skulle bryte med ektefellen. Mange har forblitt i ekteskap med direkte mishandling for å unngå angsten knyttet til oppbrudd. Dette kan være spesielt akutt fordi man må ta et initiativ i forhold til en person som man er redd og som kjenner ens svake punkter, og det er god grunn til spesielt å mistro sine egne reaksjoner i en slik situasjon. Mange kameratskap eller venninneforhold er bygd rundt beskyttelse mot angst, mens møtesteder mellom personer av motsatt kjønn vil lettere være angstvekkende.

Eksempel: Panikkangst

Personen A har en solid posisjon, tittel og høy inntekt. Han er enslig, men opplever seg selv som sosialt velfungerende. Han kan være en forretningsmann med et firma som går konkurs, eller en person i en viktig forvaltningsstilling som blir nedlagt på grunn av omorganisering. Uansett sitter A igjen, berøvet en posisjon, med dårlig økonomi og er arbeidsløs. Dermed er alle de ytre referanser han har bygget rundt seg for å bekrefte sin identitet rast sammen. Hvem er han nå? Dette blir et spesielt problem i forhold til kvinner. Han oppdager at hvis han går ut for å få kontakt med kvinner og de hører han bare er arbeidsløs mislykket forretningsmann, blir han raskt avvist. I slike situasjoner opplever han panikkangst. Det hadde han aldri opplevd før han mistet stillingen sin. Angsten oppstår altså i situasjonen når identitetsfølelsen står spesielt på spill, her i et seksuelt begjær eller i sterke lengsler etter kontakt.

Eksempel: Agorafobi

Et eksempel på et generelt syndrom kan nevnes agorafobi, som er et er en angsttilstand knyttet romlige forhold, innstengthet eller åpenhet. Rommet har lett for å spille en rolle i forhold til angst, fordi det åpne rommet både i seg selv er et fysisk ”intet” og samtidig en fysisk betingelse for frihet, fordi man trenger rom for å kunne bevege seg fritt. Våre mest fundamentale ytre referanser har med romlig orientering å gjøre. Vi har i utgangspunktet fast grunn under føttene, bakken befinner seg nederst i erfaringsfeltet og tyngdekraften som vi kjenner peker mot bakken. Over bakken og det faste landskapet befinner så det åpne tomme rommet seg som vi kan bevege oss i. Dette er våre grunnleggende orienteringspunkter. Selv i bakkens struktur, sammen med høyder, trær, hus, rekkverk osv har vi et system av referanser vi kan orientere oss i forhold til. Disse referansene gir oss en motvekt mot den opplevelsen av intethet som det tomme rommet gir. Dette er samtidig et ytre bilde på Egoets struktur som tillater en indre tankemessig bevegelse innenfor en fastlagt struktur. Bakken og rommet har

derfor en uunngåelig symbolfunksjon. Det er derfor lett å forstå at angsttilstander lett kan være relatert til romlige forhold.

En angstpasient B forteller om sin egen opplevelse av det å gå bortover en gate:

Husene ... gav inntrykk av å være stengt, som om alle vinduene var lukket, selv om han kunne se at dette ikke var tilfelle. Han hadde et inntrykk av lukkede festninger. Og, når han så på, så han at husene helte over mot gaten, sånn at stripen av himmel mellom takene var trangere en gaten ha gikk på. I gatekrysset var han slått av en flate som var mye større enn vidden av gaten. Han visste sikkert at han ikke ville være i stand til å krysse den. Et forsøk på å gjøre det, følte han, ville føre til en så sterk følelse av tomhet, vidde og forlatthet at bena ville svikte under ham. Han ville falle sammen ... Det var vidden, fremfor alt, som skremte ham. [Rollo May s. 4]

I denne er faringen kan vi merke oss to ting. Det ene er det tomme rommets, det åpne og det vides, angstvekkende virkning, som er forståelig ut fra den eksistensielle angstteorien. Men vi merker oss også at virkeligheten fremtrer med urealistiske deformasjoner. Og her ligger det ”patologiske” i opplevelsen. Dette må vi forstå som en projeksjon, et ytre bilde av indre forhold. Dette kan i henhold til teorien vi har presentert forståes som projeksjonen av et ”trangt” og ”innestengt” Ego som ikke kan romme den underliggende spontanitetens ”åpne vidde”.

Eksempel: Inger

Dette eksemplet er hentet fra en norsk dagsavis for noen år tilbake, der en student forteller om sin angst. Hun fremsto med navn og bilde, men vi gir henne her pseudonymet ”Inger”. Inger hadde en periode på to år, der hun ble mer og mer plaget av angst. Hun beskrev angsten som en stadig redsel for egne spontane impulser. Hun var redd for en gammel dame med puddel, for hun var redd for at hun skulle drepe både damen og puddelen. Hun var derfor livredd for at de skulle komme nær henne. I trikken fikk hun tanker om å rasere den og skade passasjerene. Så våget hun ikke mer å ta trikken, men gikk heller to timer frem og tilbake til universitetet. Til slutt gikk hun ikke dit heller, men stengte seg inne i leiligheten sin. Inger forteller:

"Det var i situasjoner med andre mennesker at angstanfallene kom. Det kunne være på en forelesning, på trikken eller i en bankkø. I bankkøen kunne jeg begynne å skjelve og få tvangstanker. Enn om jeg gjorde noe helt annet enn det damen bak skranken forventet av meg? Enn om jeg begynte å hyle og

skrike eller gå til angrep på henne? Jeg kunne få absurde tanker, samtidig som jeg var livredd for å få panikk"

Vi ser her et klart uttrykk for frykten for egen spontanitet, en tydelig parallell til Sartres eget eksempel med den nygifte kvinnen som er redd for at hun skal by seg frem. Men for den moderne "Inger" er det aggressiviteten snarere enn seksualiteten som skremmer.

10. Eksistensiell angst

Vi har i den filosofiske angstteorien sett angsten beskrevet som en følelse eller stemning av grunnleggende eksistensiell betydning, ja, med en positiv grunnbetydning. Angsten er uttrykk for en type selverkjennelse, i angsten møter vi vår eksistensielle frihet, og i angsten stilles vi overfor verden slik den er, som virkelig. Samtidig har vi sett hvordan vår livsstrategi, bygd opp rundt vårt Ego, kan føre til en angst som ikke er uttrykk for erkjennelse. Selv om angsten der Egoet er truet er uttrykk for en slags gjennomskuelse av en falsk livsstrategi, blir den samtidig et uttrykk for selve denne strategien og en del av den forvirringen strategien skaper.

Fordi vår livsorientering er bygd opp rundt Egoet, slik vi har beskrevet, betyr det nemlig at når Egoet bryter sammen blir vi desorientert i forhold til virkeligheten. Dette fører til projeksjoner og introjeksjoner, spontane sammenblandinger av det indre og det ytre, som når agorafobikeren B i eksemplet ovenfor opplevde husene som fordreiet. Det er da viktig å være klar over følgende (i) Det er ikke angsten som er årsaken til dette, det er den desorienterte tilstanden som fører til angst. (ii) Det er ikke angstens styrke alene som er unormal, men at denne sterke angst opptrer i slike desorienterte situasjoner. Mange vil oppleve en voldsom angst i form av svimmelhet hvis de utsettes for tilstrekkelige høyder, uten at dette er noen angstlidelse. Det som gjør angsten patologisk er at tilstanden er patologisk. Angsten er et symptom, ikke en årsak.

Hvis vi skal skjelne mellom normalangst og angstlidelser, må vi derfor se om angsten opptrer under forhold der personen har fordreide forestillinger om virkeligheten, inkludert sin egen indre virkelighet. Sterk angst som symptom kan være en angstlidelse hvis den opptrer under forhold der en normalt orientert person ikke vil kjenne angst. Men dette alene er ikke på noen måte noe sikkert kriterium. Vi kan tenke oss at enkelte personer vil være spesielt følsomme,

eller ha en spesiell innsikt, eller ha en måte å forholde seg til en situasjon på som gjør den angstvekkende i uvanlig grad. Selve kriteriet på angstlidelse er tilknytningen til desorienterthet og vrangforestillinger.

Hvordan skal vi så forholde oss til den eksistensielle angsten, ut fra filosofenes teori? For det første kan vi lære oss å verdsette angsten og se på den som et positivt element i tilværelsen. Og vi kan lære å bli oppmerksomme på unngåelsesadferd, det vil si på adferd som har som mål å unngå angstsituasjoner. I mange tilfeller kan vi her velge å våge angsten for å frigjøre oss fra handlingsmønstre som hellers får et tvungent preg.

Så kan det tenkes at vi kan gå et skritt lenger. Hvis angsten kan tolkes som en spenning mellom en lyst og en frykt, vil man kunne vinne i selverkjennelse ved å bli mer oppmerksom på hva som er lysten og hva som er frykten. Hva ved vår spontanitet er det som skremmer oss i en gitt situasjon, og hva er det vi er redde skal skje? En slik undersøkelse kan føre til en et åpnere og mer fleksibelt Ego som gav mer plass til våre lyster. Ikke nødvendigvis til å handle etter dem, men i det minste til å verdsette dem. En lyst er et uttrykk for livskraft og kreativitet og kan verdsettes som sådant.

Dette kan føre enda et skritt videre, til spørsmålet om angsten kan forvandles til noe annet enn angst. Hvis angsten er tilbakeholdt lyst, er det da mulig å slippe tilbakeholdelsen og forvandle angst til ren lyst, til "excitement"? Vi kan ta et eksempel fra berg-og-dal-baner. Disse gjør mange mennesker svimle og redde, de gir angst. Det er imidlertid allment kjent at den beste måten å kjøre berg-og-dal-bane på er å slå ut med armene og hyle høyt. Og det man da gjør er nettopp å slippe til pusten, løse opp i den komponenten av angsten som har med tilbakeholdelse og pusthemming å gjøre. Da vil mange oppleve at følelsen av angst forvandles til en følelse av ekstatisk fryd. Kunne vi tenke oss at enhver angstsituasjon er en potensiell frydesituasjon?

Her er det fremdeles utforskede muligheter.

LITTERATUR

- Heidegger, M.: *Væren og tid* (1927). Tysk utgave: *Sein und Zeit*. Max Niemeyer Verlag Tübingen, 1993. Engelsk utgave: *Being and Time*. Blackwell Publishers, Oxford, UK, 1998.
- Heidegger, M.: *Hva er metafysikk?*(1929). Dansk utgave: *Hvad er metafysikk?* Det lille forlag, Frederiksberg 1994.
- Kierkegaard, S.: *Journal JJ* (1843 – 44). Søren Kierkegaards Skrifter Bd. 18, Gads forlag, København, 2001.
- Kierkegaard, S.: *Begrebet Angest* (1844). Søren Kierkegaards Skrifter Bd. 4, Gads forlag, København, 1997. Norsk utgave: *Begrepet angst*. Bokklubbens kulturbibliotek, 2001.
- Sartre, J.-P.: *Ego 'ets transcendens* (1936). Dansk utgave: *Ego 'ets transcendens*. Hans Reitzels forlag, 1995.
- Sartre J.-P.: *Krigsdagbøker* (1939 – 40). Engelsk utgave: *War Diaries*. Verso Editions, 1984.
- Sartre J.-P.: *Væren og intet* (1943). Engelsk utgave: *Being and Nothingness*. Routledge, London, 1993. Norske utgaver i utdrag: (1) *Væren og intet*. Pax forlag, 1993. (2) *Erfaringer med de andre*. Gyldendal, 1994.