

Frygt, angst og ængstelse

Peter Kemp

I den form for moderne filosofi der belyser menneskets konkrete liv i verden, spiller analyser af frygt, angst og ængstelse en særlig rolle. Disse analyser har betydning for etikken eller idéen om det gode liv fordi de er væsentlige for at forstå hvordan det sårbare menneske kan få et godt liv og hvori omsorg for andre mennesker består. Formålet med lægekunsten i almindelighed og med tandplejen i særdeleshed er en sådan omsorg som hjælper patienter til et bedre liv. Denne omsorg forholder sig til disse patienters frygt, angst og ængstelse der når det gælder tandbehandling, især viser sig hos den enkelte patient som frygt for tandlægen og de kliniske redskaber, frygt for at blive tandløs, angst for om man kan udholde tandbehandlingen, og hos tandlægen og de pårørende, fx forældre til et barn i behandling, som ængstelse for patienten.

Når *Tandlægebladet* har ønsket en debat om etik, kan man se det som en del af den almindelige diskussion i disse år om lægernes etik og om de etiske aspekter i forholdet mellem læge og patient. Hvis etikken er en vision om det gode liv, som vi forsøger at udmønte i vores handlinger, indebærer både behandling af patienter og forsøg med patienter da også store etiske spørgsmål. Derfor er der mange etiske problemstillinger som er fælles for tandlæger og alle andre former for læger.

Her vil jeg forsøge at belyse disse problemstillinger i forholdet mellem tandlæge og patient. Det er en synsvinkel som sætter fokus på frygt, angst og ængstelse både hos patienten, der skal gennemgå en tandbehandling, og hos de pårørende til patienten, fx forældrene til et barn der skal have trukket en tand ud.

Man vil måske mene at det er en meget mærkværdig synsvinkel, eftersom der vel i vor tid skulle kunne skabes så megen tillid til en moderne tandlæge der har alle de instrumenter der skal til for en sikker og smertefri behandling af et menneskes tandproblemer, at frygten for tandlægen ikke mere er velbegrunderet og skulle kunne forsvinde som almindeligt fænomen.

Men den frygt, angst og ængstelse vi skal se på her, handler ikke, eller i hvert fald ikke primært, om frygten for at tandlægen ikke er dygtig nok, eller for at tandbehandlingen vil være meget smertefuld, eller i hvert fald yderst ubehagelig.

Og der skal slet ikke tales om den sygelige frygt og angst der får mennesker til at gå i panik og miste kontrollen over sig selv, ja, lammer deres handlinger eller driver dem til voldsomme flugtreaktioner. Disse fænomener hører hjemme under psykiatrien og må behandles psykiatrisk.

Det som jeg vil søge at belyse med særligt henblik på forholdet mellem tandlæge og patient, er de almindelige erfaringer af frygt, angst og ængstelse som hører dagliglivet til fordi vi er levende væsener hvis eksistens ikke blot er noget givet, men noget sårbart og prekært der kræver vores egen og andres omtanke og hensynsfuldhed for at overleve.

Der er med andre ord tale om erfaringer af frygt, angst og ængstelse som ikke kun melder sig som hensigtsmæssige reaktioner, når mennesket bliver udsat for farefulde situationer, men indgår i dagligdagen som vedvarende følelser der beskytter os og opretholder os som selvbevidste personer. Det betyder ikke at disse følelser melder sig eller udtrykker sig med stærke reaktioner hele tiden. De kan i mange situationer blot være en undertone til eksistensen. Derfor kalder man ofte disse erfaringer af frygt, angst og ængstelse eksistentielle, og man taler ikke mindst om eksistentiel angst i modsætning til den sygelige angst.

De eksistentielle erfaringer af frygt, angst og ængstelse er

imidlertid ikke blot følelser der ofte bliver akutte i patientens forhold til tandlægen. De er også de grunderfaringer der gør det meningsfuldt at tale om etikken i dette forhold. Dette forhold ville jeg gerne nå frem til at belyse i dette essay. Men først vil jeg tage forskellige filosoffer til hjælp for at få analyseret hvordan frygt, angst og ængstelse opstår og udtrykker sig, og jeg vil illustrere analyserne med eksempler fra tandlægens hverdag. Derefter vil vi se nærmere på hvordan disse analyser af frygt, angst og ængstelse fører os ind i en eksistentiel forståelse af hvad etik egentlig handler om, og dermed af ængstelsen for det andet menneske, fx i tandlægens eller de pårørendes omsorg for patienten.

Rent biologisk kan man konstatere at frygt og angst er knyttet til det limbiske system i hjernen og opstår i forbindelse med en aktivering af bl.a. adrenalin. Man kan også konstatere at frygt og angst giver sig til kende med en række forskellige ydre symptomer: svimmelhed, hjertebanken, åndenød, anspændthed, rastløshed. Men disse symptomer er de samme hvad enten der er tale om syge eller sunde former for frygt og angst. Derfor er det afgørende at opspore disse følelsers dybere mening. Det gør man imidlertid ikke ved at finde særlige ydre årsager til dem. Den sygelige frygt og angst kan have forskellige årsager, og disse kan man forsøge at lokalisere til det biologiske eller til det psykisk-sociale, og man kan så forsøge at gribe ind i disse årsager for at fjerne den sygelige angst. Men selvom de sunde eksistentielle former for frygt og angst kan være foranlediget af de samme årsager, er den egentlige grund til dem ikke ydre farer, men selve eksistensens skrøbelighed og usikkerhed. Derfor fjerner man ikke eksistentiel frygt og angst ved at fjerne ydre årsager. Man kan overhovedet ikke fjerne dem, men derimod kan man forsøge at undertrykke dem og på denne måde flygte fra dem.

Intellektuelt kan undertrykkelsen bestå i at man hævder at al frygt og angst kan reduceres til rent biologiske fænomener. Men i så fald bliver det umuligt at få en forståelse af frygtens og angstens eksistentielle betydning for den ængstelige. Den bliver reduceret til kun at være et advarselssignal der, på linje med fysisk smerte, er indbygget i organismen til at værne den mod truende farer (1). Når faren driver over, menes frygten og angsten at forsvinde, og man antager at mennesket er glad og lykkeligt igen. Den rent biologisk orienterede forsker kan da også kun se den psykiske side af angst og frygt som oplevelsen af noget ubehageligt, af væmmelse, der så igen blot defineres ved de ydre symptomer: anspændthed, nervøsitet, tab af selvkontrol, nedsat hukommelse og koncentrations-evne, udtalelser om at man tror man er lige ved at dø, osv. (2). Men en sådan reducerende opfattelse af angsten er angst for angsten.

En opfattelse af angsten der vil inddrage alle dens dimen-

sioner, vil derimod se den som menneskets følelsesmæssige forhold til sig selv. Mennesket forholder sig nemlig ikke først abstrakt tænkende til sit eget liv, men det forholder sig følende til sin tilværelse, dvs. til sine egne muligheder og grænser.

Filosoffernes inspirationer

For at forstå denne angst må vi tage udgangspunkt i forskellen mellem angst og frygt. Dernæst må vi se på hvordan angsten er beslægtet med frygten og indoptager elementer af den i sig. Men vi må ikke glemme at angsten også er i slægt med en anden følelse; det er eventyrlysten, som den danske filosof *Søren Kierkegaard* har lagt særlig vægt på.

Søren Kierkegaard

If. *Kierkegaard* er angst en udvikling af den barnlige, naive eller elementære eventyrlyst som han kalder »den søde beængstelse«, lysten til at opleve noget spændende, noget gådefuldt, løbe en risiko, tage en chance, afprøve nogle grænser, så det giver en kildrende spænding i kroppen.

I den søde beængstelse er mennesket endnu blot »drømmende ånd«, og det er uden frygt; verden er en ren fortrolighedssfære som man ikke sætter spørgsmålstegn ved. Man er som et barn der kaster sig ud fra et bord, fordi det er sikker på at det bliver grebet af mor eller far. I den søde beængstelse er mennesket altså endnu ikke bevidst om sig selv som udsat, sårbart, »endeligt«. Det er endnu ikke et selvbevidst subjekt, men blot på vej til at blive det; det er ikke en færdig subjektivitet, men blot en subjektivitet som er ved at dannes. Et menneske der helt kunne blive i denne drømmende tilstand, er vel enhver tandlæges drøm om en patient, en drøm om den patient der uden den mindste frygt og angst giver sig tillidsfuldt hen i behandlingen. Men de færreste mennesker og næppe noget reflekterende voksent menneske kan forblive i den søde beængstelse.

Denne ængstelse bliver nemlig til svimmelhed så snart mennesket opdager at det selv er ansvarlig for sit liv og sine handlinger. Så bliver ængstelsen til angst for om man kan magte livet. Den bliver til angst for ansvaret, angst for at leve, for om jeg kan klare mine opgaver? Og når denne angst bliver helt bevidst, erkendes den som en angst for at gå til grunde, den minder mig om min svaghed og endelighed, den bliver dødsangst.

I »Begrebet Angst« (1843) kalder *Kierkegaard* angsten en »bestemmelse af den drømmende ånd«, dvs. han forstår den som en udvikling af barnets søgen efter det eventyrlige, men det som allerede barnet i den uskyldige »søde beængstelse« ængstes for, er ikke noget ydre der truer det, men noget drømt der ikke kan skade det i virkeligheden. I angsten er der heller ikke en ydre genstand der truer mennesket, og det er ►



netop deri at angsten er forskellig fra frygten der er frygt for en ydre fare. Men til gengæld, og i modsætning til den »søde beængstelse«, trues angsten af en virkelig indre fare. For angsten er menneskets angst for at det vil skade sig selv ved sine egne beslutninger og handlinger.

I angsten begynder mennesket at forholde sig bevidst til sig selv som selvbevidst væsen, dvs. som en krop der er bevidst om at det har ansvar for hvordan det handler med denne krop. Dette udtrykker *Kierkegaard* meget filosofisk ved at sige at angsten er »frihedens virkelighed som mulighed for muligheden« (3). Hvad betyder det? Det betyder at det menneske som er angst, er blevet klar over at intet af det der skal gøres, er afgjort på forhånd. Livet leves i en horisont af muligheder. Og dette er netop den menneskelige frihed som dyrene ikke kender. Friheden er at der viser sig en »mulighed for at kunne« (4), dvs. at mennesket er i stand til selv at afgøre hvad det skal og vil gøre.

Hvad er det så mennesket kan gøre? Det kan handle godt eller ondt, men det ved det endnu ikke når det blot er angst. Det ved det først når det har taget »springet«, og springet er antagelsen af at der overhovedet er forskel på godt og ondt, dvs. det er valget af etikken som sådan.

Således er muligheden for at kunne (gøre noget) muligheden for at kunne vælge etikken og dermed muligheden for at forstå sig selv som skyldig, ansvarlig for sine handlinger.

Men hvad kan hindre mennesket i at vælge at der er forskel på godt og ondt? Det kan intet bestemt. Det kan kun friheden selv, for hindringen der hindrer frihedens udfoldelse, er i friheden selv; dvs. det er mennesket selv der blokerer friheden for sig selv.

Det er da netop fordi mennesket således både er frit i forhold til sig selv og hildet af sig selv i udfoldelsen af friheden at det kan gribes af angst; en angst som *Kierkegaard* sammenligner med den svimmelhed der opstår når mennesket »skuer ned i sin egen mulighed« (5) som ned i et svælgende dyb – og segner. Men når det angste menneske kommer til sig selv, dvs. når det rejser sig op igen, ser det at det er skyldigt, dvs. at valget af forskellen mellem godt og ondt allerede er foretaget.

Dog er dette ikke et valg én gang for alle; det må bestandigt finde sted, og således kan *Kierkegaard* tale om at opdrages ved angsten. Den opdrager os til ånd, til befrielse fra åndløsheden.

Martin Heidegger

Vi har set at *Kierkegaard* fremhæver sammenhængen mellem angsten og den søde beængstelse, og ser forskellen mellem angst og frygt som det der afgørende adskiller mennesket, som vælger sig selv som et etisk væsen med forstand på forskellen mellem godt og ondt, fra dyret der er a-etisk. Denne opfattelse af angsten bygger på en eksistensanalyse som i vort århundrede har inspireret den eksistensfilosofi, som på forskellig måde har forsøgt at genoptage og forbedre den *kierkegaardske* analyse af angsten.

Således forsøger en af de betydeligste eksistensfilosoffer i dette århundrede, *Martin Heidegger*, i sit hovedværk fra 1927, »*Væren og Tid*« at vise at selvom der er forskel på angst og frygt, er der også en nær sammenhæng imellem dem. Han er enig med *Kierkegaard* i at angsten adskiller sig fra frygten ved at angå noget indre, dvs. menneskets forhold til sig selv. Men han hævder også at angst og frygt er uadskillelige, eftersom angsten er en internaliseret, inderliggjort frygt for en ydre fare mens frygten i virkeligheden er en skjult angst.

Lad os se nærmere på hvad han mener med det. Han tager udgangspunkt i en analyse af frygten som han betragter fra tre synsvinkler (6). Først ud fra frygtens genstand (det som vækker frygten); dernæst ud fra selve følelsen af frygt; og endelig ud fra frygtens sigte (det den forholder sig til):

Frygtens genstand – Frygtens genstand er det frygtskabende, frygtindgydende eller frygtelige. Dette er noget eller nogen som vi møder, eller har noget at gøre med. Det er et eller andet som kommer til os udefra som noget truende vi møder.

Man kan med *Heidegger* beskrive følgende træk ved det frygtindgydende (jeg angiver først *Heideggers* tanke i kursiv og tilføjer så træk fra tandlægens hverdag, hvor jeg frygter for at få behandlet mine tænder, dvs. frygter for tandlægen og hans redskaber):

1) *Det frygtindgydende møder os som noget skadeligt*, der kan lemlæste, reducere eller ligefrem dræbe os. Det kan fx opleves som ødelæggende for tænderne og dermed som noget der

afvæbner eller stækker os. For vore tænder er ikke blot spise- og taleredskaber, men de er også et våben: man kan bide andre med dem i et angreb eller forsvar. Dette gør et kultiveret menneske ganske vist sjældent i bogstavelig forstand, men til gengæld forvandler vi den oprindelige fysiske brug af tandvåbnet til en symbolsk brug. Man »viser tænder« og udtrykker dermed styrke, aggressivitet eller forsvarsånd. Når vi frygter for at få fjernet en tand, er det derfor ikke kun vores rent fysiske kampberedskab der er på spil, men vi frygter for at miste den mere psykiske kampånd og blive »tandløse«. Denne frygt kan vi da også kun overvinde ved at blive overbevist om at det vil være endnu mere skadeligt og afsvækkende at beholde den syge tand eller de betændte tænder tandlægen vil fjerne.

2) *Det skadelige vedrører den truedes omgivelser og udgår selv fra disse omgivelser.* Dvs. både det som truer og det som trues, er ikke noget ganske ukendt eller uvist; vi lokaliserer det og har et begreb om det. Således ved vi når vi skal til tandlægen at det er vore egne tænder der skal undersøges og eventuelt behandles, og vi har fundet en bestemt tandlæge som vi henvender os til.

3) *Man kender ofte på forhånd de omgivelser som anses for farlige, og de forekommer os ikke særlig »hyggelige«.* Dette kan tandlægen naturligvis råde bod på ved at indrette sin klinik så hyggelig som muligt. Men på en eller anden måde kan denne indretning aldrig undgå at få lidt præg af at være en kulisse. Frygten for tandbehandling eller tandoperationen kan aldrig helt ophæves.

4) *Det skadelige og truende er ikke i ens nærhed sådan at det er under kontrol, men det nærmer sig.* Frygtens genstand er ikke noget der bare foreligger, men den er i dynamisk bevægelse. Den kommer imod mig og bringer mig i større og større fare. Således har man som regel aftalt en tid med tandlægens sekretær, og tidspunktet nærmer sig; man må indfinde sig, og tandlægen træder ud af sit konsultationsværelse for at hente mig ind til behandlingen.

5) *Det som nærmer sig, er dog så nær at det kan ramme én eller ikke ramme én.* Jeg ved ikke om det jeg frygter for, også vil ske selvom det frygtindgydende kommer nærmere og nærmere. Når jeg går til tandlægen, ved jeg således ikke sikkert om jeg slipper med en lettere tandbehandling eller om jeg skal udsættes for noget værre, evt. få trukket min tand eller flere tænder ud.

6) *Det skadelige der nærmer sig, indeholder endda muligheden for at det udebliver eller går forbi.* Måske nøjes tandlægen med at undersøge mine tænder og erklærer at der ikke er grund til at han behandler dem. Nogle tandsmerter kan have foranlediget mig til at tro at jeg skulle have trukket min tand ud. Men det var falsk alarm.

Selve følelsen af frygt – Frygten er en følelse, men den form for følelse der her er tale om, er ikke noget irrationelt. Faktisk er følelsen en indre sans hvormed vi fatter vores situation i verden. Det er den sans som opfatter at det som er genstand for frygten, angår mig. Følelsen af frygt »ser« det frygtindgydende som farligt, og gør sig klart at man befinder sig over for noget farligt som kan ramme én.

Men denne følelse griber os normalt ikke konstant. Den indtræffer kun med sine indre rystelser og ydre symptomer når det frygtindgydende nærmer sig. Derimod forudsætter følelsen af frygt en konstant følsomhed, en »frygtsomhed« der når som helst kan aktualiseres. Og når det sker, farves hele mit forhold til verden af denne frygt.

Frygtens sigte – Det frygten bekymrer sig for (tysk: *das Worum*), er forskelligt fra det frygtindgydende som man er bange for (*das Wovor*), og hvis træk vi lige har gennemgået. I frygten bekymrer man sig for sig selv: jeg er bange for at miste noget, bange for mit liv, ja, fundamentalt bange for at dø. Denne momentane dødsfrygt har vi fælles med dyrene (modsat dødsangsten, jf. nedenfor), i frygten reagerer vi instinktivt for at forsvare os selv og vore omgivelser hvad enten der er tale om ydre ejendom, de nærmestes liv eller ens eget liv og den kropslighed livet gør levende.

Omsætter vi de heideggerske tanker til tandlægens hverdag, er jeg i frygten bange for at være eller blive forsvarsløs over for tandbehandling, overladt til mig selv, blive overrumplet, så jeg accepterer en behandling som jeg hverken kan forstå eller samtykke i. Eller jeg frygter for en anden som skal til tandlægen, især hvis denne anden som jeg føler mig forbundet med, eller som jeg blot ser gå tankeløst over gaden i trafikken, ikke frygter noget og blot styrer lige ud i farerne. Frygten sigter da på at beskytte den anden. Men denne instinktive frygt er dog aldrig uden et ønske om at beskytte sig selv. Den anden skal beskyttes fordi han/hun er en del af mit eget liv i dagligdagen.

Fra frygt til angst – Spørgsmålet er nu: Hvordan inderliggøres denne frygt og bliver angst? Det sker ved at frygtens genstand, dvs. det frygtindgydende, som truer mig, opfattes som mig selv. Jeg bliver bange for hvordan jeg selv vil forholde mig, jeg frygter for min egen afmagt eller evne at magte min tilværelse på.

Eksemplet i denne sammenhæng vil være at jeg skal til tandlæge, men frygter for hvordan jeg selv vil reagere over at befinde mig i tandlægens modtageværelse, og hvordan jeg vil forholde mig til hans eller hendes indgreb i mine tandregioner, om jeg vil have mod til at gennemføre behandlingen, om jeg »kan tåle mosten«, udholde afmagten eller om jeg vil ►

reagere nervøst eller ligefrem hysterisk på det farlige. Denne frygt for min egen reaktion og handling er en frygt der vender sig indad, og således inderliggøres frygten til angst.

Genstanden for angsten er, ligesom genstanden for frygten, noget farligt. Men *Heidegger* erklærer at det der truer det eksisterende menneske, nu er eksistensen selv. Hvordan kan den gøre det? Det kan den fordi mennesket ud fra sin egen eksistens (»egen-t-ligt«) må kunne magte den, dvs. må kunne tage hånd om sit eget liv. Ja, simpelthen blot *kunne være menneske*. Men det må også være bange for at det ikke selv lever op til den opgave det er at tage ansvaret for sit liv. Det må hele tiden være bange for at det falder for fristelsen til at se bort fra at det selv skal stå inde for hvad det siger og gør og ikke blot ty til at tænke og gøre som andre, som *Man* gør.

Således kan man hvis man får ondt i tænderne, berolige sig selv med at tænke at *Man* ikke selv skal tage stilling til noget. Det er, siger man til sig selv, normalt at *Man* går til tandlæge når *Man* har ondt i tænderne. Og det der skal ske hos tandlægen, kan *Man* helt overlade til den sagkyndige. Der skulle således ikke være noget at være bange for, end ikke for om man selv vil kunne tage hele behandlingen fuldstændig roligt og afslappet. Men derved er man allerede for fuld fart på flugt fra sig selv. Og denne flugt fra sig selv er den stadige fristelse. Derfor er jeg her angst for om jeg vil give efter for fristelsen og flygte fra mig selv. Og således er mennesket i angsten bange for sig selv, bange for at det vil flygte fra sig selv.

I frygten var genstand og sigte forskellige, men nu ser vi at de i angsten falder sammen. I angsten er det som mennesket er bange for selve det at skulle eksistere i verden, selve »verden« eller »livet«. Det angsten er bange for, viser sig derfor ingen bestemte steder. De enkelte ting er ikke genstande for angsten; de bliver ligegyldige, betydningsløse; de hverken skræmmer eller drager. Det afgørende bliver ens eget liv, ens *egen* eksistens.

Frygten som tilsløret angst – *Heidegger* kan nu gå videre og i en anden paragraf af »Væren og Tid« (7) vende forholdet mellem frygt og angst om og sige at frygten, der er en af de måder hvorpå mennesket kan »befinde sig« i verden, i virkeligheden er en angst der skjuler sig ved kun at angå tingene og ikke primært eksistensen selv. Den er »uegentlig« og tilsløret angst (8). I vores daglige tilværelse kan vi da leve som om der kun var frygt, dvs. følelsen af at være truet af noget ydre, og vi kan reducere angsten til frygt.

Denne benægtelse kan gøres særlig raffineret når man som fx *Nicole* og *Raben Rosenberg* (9) kalder frygten der er en »hensigtsmæssig reaktion« eller et »advarselssignal«, for »realangst«. Så er det ikke frygten der ses som en skjult form for angst, men al angst er blevet reduceret til blot at være frygt,

selvom man kalder det hele for »angst«. Fx reducerer man en mands angst over at være »efterladt« når konen er død, til en advarsel om at han hurtigst muligt skal finde en anden, så han ikke længere er »angst og trist« (10).

Men i denne flugt fra eksistensen er mennesket ikke frit. Det har bundet sig selv og bliver kun frit når det i angsten gør sig klar over sin egen kunnen. Man hvad *kan* det if. *Heidegger* udrette?

Dertil svarer han ikke som *Kierkegaard* at det kan vælge sig selv i sin evige (etiske) gyldighed ved at antage gyldigheden af forskellen på godt og ondt, men hans svar er at det kan se sin egen endelige eksistens i øjnene, dvs. se sin dødelighed i øjnene. Man kan lære at indse at der er en ende på et menneskes liv, og at vi alle er udleveret til døden.

Dette mener *Heidegger* til gengæld kan ske i en pathos, et lidenskabeligt mod, hvor det at ingen kan dø min død betyder at ingen kan leve mit liv, og at det at eksistere som ensomt eksisterende er noget storladent der giver én mulighed for at forholde sig til en selv som en eksistens i sin helhed.

Angsten hos *Heidegger* er altså til syvende og sidst dødsangst, men i modsætning til dødsfrygten lammer den ikke den som er angst. Dødsfrygten angår kun det som truer med at bringe livet til ophør. Dødsangsten afslører derimod at eksistensen helt er min egen og har betydning som sådan. Derfor kan *Heidegger* tale om mod til angst for døden, mod til at opgive alle illusioner og til helt at være sig selv i forhold til indsigt i ens egen endelighed. Dødsfrygten kan derimod være »den feje frygt« der flygter fra verden ind i en døds længsel hvor man blot drømmer om døden, men i virkeligheden ikke vil kendes ved den (11).

Jean Paul Sartre

Sartre er nok den eksistensfilosof som i dette århundrede har præget den almindelige kulturdebat mest med sin filosofi. Dette gælder ikke mindst hans betragtninger over angsten. Han havde lært af *Kierkegaard* og *Heidegger* at mennesket i angsten bliver klar over sin frihed, men han holder sig både fra *Kierkegaards* tale om det »spring« ind i etikken som den kierkegaardske angst lægger op til, og fra *Heideggers* dødsparos som angsten skulle muliggøre.

For *Sartre* er angsten den følelse hvor mennesket bliver klar over sit eget fulde ansvar for det som det gør, og at der ingen er og intet er der kan gives skylden for hvad man selv gør. Jeg kan frygte for de granater der hagler ned over mig ved et bombardement, men jeg må ængstes for om jeg selv vil »holde til« bombardementet eller fx få et nervøst sammenbrud.

Og i så tilfælde udelukker angst og frygt hinanden, mener *Sartre*, for i frygten reagerer jeg umiddelbart på det truende mens jeg i angsten eftertænksomt (reflekterende) forholder

mig til mig selv og koncentrerer mig om min egen holdning til det der truer mig.

Men angsten kan også vise sig i ren form, dvs. uden noget ydre truende. Det sker når man fx bliver angst for om man kan leve op til den opgave andre har givet én.

I øvrigt beskriver *Sartre* i sit hovedværk »Væren og Intet« fra 1943 angsten ud fra to synsvinkler, dels ud fra et fremtidsperspektiv, dels ud fra et forhold til fortiden. Og *Sartres* eksempler har læseren nok nu selv lært at omsætte til tandlægens verden.

Jeg kan være angst for fremtiden. *Sartres* eget eksempel er følelsen af angst hos den der går på en smal bjergsti langs en afgrund. Forestillingen om målet der skal nås, fx ankomsten til den hytte som stien fører til, er den forestilling der får den vandrende til at se sig omhyggeligt for. Men intet hindrer ham i at lade sig falde ned i afgrunden, bortset fra angsten der vidner om menneskets frihed til at holde ud og gennemføre turen.

Men jeg kan også være angst for fortiden. Her er *Sartres* eksempel følelsen af angst over for beslutningen om at opgive det spil som er ved at ruinere én. Man har taget denne beslutning for at redde sig selv fra ruin, men man ved ikke om man kan fastholde sin beslutning. Måske lader man sig alligevel overmande af spillelidenskaben, og så er ingen redning mulig. Men der er ingen ydre forhold der kan tvinge én til at afholde sig fra spillet. Kun ens egen beslutning kan gøre det, og det fremkalder angsten som en angst for at den fortidige beslutning ikke vil blive opretholdt som bindende.

Angsten for fortiden er dog dybest set også en angst for fremtiden, dvs. for hvordan man vil forholde sig til sin egen fremtid. Intet tvinger én til en bestemt handling. Således er angsten en bevidsthed om ens egen »intethed«, og denne intethed er for *Sartre* ét med menneskets frihed fra alle bindinger. Angsten er bevidstheden om at mennesket er et ingenting og at dets handlinger derfor ikke kan være determineret af nogen ting.

Men som *Heidegger* siger *Sartre* at vi flygter fra denne bevidsthed ind i de mange praktiske gøremål og beroligende ordninger af dagligdagen. Vi vil ikke se vor egen eksistens i øjnene. Derfor synes angsten sjælden. Men ikke desto mindre er det i angsten at mennesket opdager at det må tage sine beslutninger helt alene og at der intet er til at undskylde hvad det beslutter (12).

Således lærer alle eksistensfilosofferne os at den (ikke-sygelige) angst skal forstås og respekteres og ikke nødvendigvis dæmpes og bekæmpes. At den ikke blot er en advarsel mod at leve tomt og overfladisk, men er et vidnesbyrd om at mennesket er det mest sårbare af alle levende væsener i verden idet det må tage ansvar for sit eget liv og aldrig kan

være sikker på at det formår at virkeliggøre sine egne muligheder og være stærk når situationen kræver det, hvad enten det er hos tandlægen eller i alle andre tilfælde hvor der mere eller mindre er brug for at vi tager mod til os eller »bevarer fatningen«, som man siger.

Ængstelsen for den anden

Hvordan kan disse analyser af frygt og angst bidrage til at forstå hvad etik drejer sig om?

Det kan de ved at åbne en dybere indsigt i at de mennesker vi møder, er sårbare væsener, og derfor med deres sårbarhed appellerer til vores omsorg både i personlige og professionelle sammenhænge. Analyserne afslører desuden at ethvert menneske, netop fordi det kan føle angst og ikke blot frygt, bliver bevidst om at være det, som *Kierkegaard* kaldte »hin enkelte«, eller som *Heidegger* kalder den eksistens som helt er min *egen* (sådan som det ligger i ordet *egen-t-lig*). I *angsten* bliver mennesket klar over at det i dybere forstand er et frit væsen. Angsten er her den grundfølelse der udtrykker den følsomme og sårbare person.

Men hvis forståelsen af det andet menneskes sårbarhed kan appellere til vores omsorg for denne anden, er det fordi vi forstår ham eller hende i en slags medfølelse med den angst den anden føler. Denne medfølelse kan vi kalde *ængstelsen for den anden*. I denne ængstelse forstår jeg ikke blot mig selv som sårbar, for så at overlade det til enhver selv at forsvare sin egen sårbarhed, men jeg er indstillet på at drage omsorg for den anden fordi jeg er angst for den andens angst. Således er forældre der kommer til lægen med deres barn, ikke blot bange for hvad barnet fejler og hvad der skal gøres ved det, men de er ængstelige for om barnet bliver alt for bange for lægen og behandlingen. De føler for deres barn fordi de ængstes for dette barns følsomhed, de føler ikke virkelig for barnet blot fordi de selv er følsomme. Mennesker kan gå så meget op i deres egen følsomhed at de slet ikke føler noget for andre.

Omvendt kan barnet være ængstelig for sine forældre. Det kan være ængstelig for hvordan mor og far »vil tage dét« at det skal til lægen og må behandles.

Ængstelsen for den anden er den virkelig etiske angst. I denne ængstelse opfattes det andet sårbare menneske som uerstatteligt. Dette begreb om det uerstattelige er nok første gang udtrykt i filosofen *Immanuel Kants* berømte praktiske imperativ fra 1785 (frit gengivet): »Handl således, at et menneske aldrig behandles blot som middel, men også altid som mål i sig selv« (13).

I dette »blot« ligger idéen om at sikre en grænse. Der er grænser for hvad vi må gøre imod et menneske. *Kant* udtrykte dette i sin tanke om menneskets værdighed. Denne er en ►

indre værdi der ikke har nogen ækvivalent, dvs. som er uudskiftelig, uerstattelig i modsætning til ydre værdier, værdier på et marked der altid har en ækvivalent (en pris).

Tanken om det uerstattelige der skal respekteres, betyder at respekten for personens sårbarhed aldrig blot kan blive en afbalancering mellem denne persons interesser og andres, evt. forskeres eller samfundets interesser. Der kan godt være og vil ofte være en afbalancering mellem disse interesser, men der kommer et punkt hvor afbalancering og afvejning vil være meningsløs. Som det siges i Helsinki-deklarationen fra Verdenslægeforeningen: »Forsøgspersonens ret til at beskytte sin integritet skal altid respekteres« (14).

De ydre symptomer på ængstelsen for den anden kan være de samme som symptomerne på angsten i forhold til mig selv, men alligevel i virkeligheden angå den anden person. Derfor er både angstens genstand og sigte i ængstelsen for den anden anderledes end sådan som *Heidegger* beskrev genstand og sigte for angsten for mig selv. Det truende som nærmer sig, behøver kun at nærme sig til det andet menneske; jeg selv kan på en måde være i sikkerhed, fx hvis jeg blot ledsager én der skal til læge eller tandlæge.

Og det er da ikke primært min egen svigten eller død jeg frygter, men tabet af den anden. Dette tab af den anden, eller blot forestillingen om det, er netop den grunderfaring som etikken udspringer af. Det er for at modvirke dette tab vi viser omsorg. Og det er begrebet om dette tab der giver os mulighed for at skelne mellem godt og ondt.

Dette skulle være nok til at konkludere at en rent biologisk, reduktionistisk opfattelse af angsten, hvorefter man, hvis man overhovedet anerkender dem, reducerer den til en form for frygt for sit eget liv, ikke alene er forkert, men farlig.

Man kommer nemlig derved til at behandle mennesket som om det ikke havde angst og ængstelse, dvs. som en ren feedback-maskine der blot reagerer på forstyrrelser i omgivelserne eller i organismen for at komme til at fungere normalt igen.

Man kommer til at mangle den grunderfaring som etikken bygger på. For etikken er en vision om hvordan vi lever »et godt liv« med den sårbarhed som frygt og angst er vidnesbyrd om. ■

Litteratur

1. Rosenberg N, Rosenberg R. Angst – krise og stress. København: Munksgaard, 1989: 72.
2. Ibid.: 14.
3. Kierkegaard S. Begrebet Angest. Samlede Værker. 2. udg., IV. København: Gyldendalske Boghandel, 1923: 346; 3. udg., Bd. 6. København: 1963: 136.
4. Ibid. 2. udg. 1923: 349; 3. udg. 1963: 138, jf. 142.
5. Ibid. 2. udg. 1923: 366; 3. udg. 1963: 152.
6. Heidegger M. Sein und Zeit. Tübingen: Max Niemeyer Verlag, 1960 (1927): § 30.
7. Ibid.: § 40.
8. Ibid.: 189.
9. Rosenberg N, Rosenberg R. Angst – krise og stress. København: Munksgaard, 1989: 18.
10. Ibid.: 27.
11. Sein und Zeit, § 51, 254; § 53, 266.
12. Sartre J-P. L'être et le néant. Paris: Librairie Gallimard, 1957 (1943): 77.
13. Kant I. Grundlæggelse af moralens metafysik, Kant. Indledning, oversættelse og noter af Justus Hartnack, 2. udg. København: Munksgaard, 1991: 215.
14. Declaration of Helsinki (amended 1975). I, 6. Andersen D, Ma-beck CE, Riis P. Medicinsk etik. København: DADL, 1985: 583.

Forfatter

Peter Kemp, forskningsleder, dr.theol. & phil.

Center for Etik og Ret i Natur og Samfund, Valkendorfsvej 30, III, 1151 København K