

När ingen tröst finns

Lars Björklund

Inledning

Även om vi i de flesta fall kan se att människor reser sig ur djup förtvivlan och att omsorg, närhet och behandling ger resultat finns det hela tiden situationer som är hopplösa och människor som inte blir hjälpta. Ingenting blir bättre och allt som görs skapar bara oro och förtvivlan, både hos den drabbade och hos hjälparen.

När vi berättar om olika behandlingar och sätt att möta människor är det ofta de lyckade exemplen vi presenterar. Men, vad gör vi när ingenting går att göra? Vad säger vi när ingenting kan sägas? Hur förhåller vi oss till det som bara är hemskt och utan lindring?

Från min tid som sjukhuspräst minns jag flera möten med människor där jag inte kunde se någon förändring i positiv riktning utan allt blev bara sämre och sämre trots att många försök gjordes för att hjälpa. Både medicinska, psykologiska och ibland även religiösa. Ofta återkommer jag till exemplen och de människor jag mött och upplever att de ger mig en fördjupad kunskap om livet och människan och att det inte får bli så att jag går förbi någon, eller överger någon bara för att ingenting händer.

Ett tidigt exempel från min tid som sjukhuspräst handlar om när jag fick kontakt med en familj där en pojke var svårt sjuk. Jag minns att jag besökte familjen regelbundet, men besöken blev svårare och svårare för mig.

Pojken var mycket sjuk och hade svåra smärtor och alla runt omkring försökte på olika sätt hjälpa honom och lindra smärtan, men ingenting fungerade. Jag kom och hälsade på men kunde inte göra någonting alls för att förändra situationen. När jag gick därifrån kunde jag ibland känna mig helt otillräcklig och jag ifrågasatte inför mig själv varför jag överhuvudtaget skulle upprätthålla kontakten. Men jag fortsatte med mina besök.

När pojken var död sa hans mamma i ett samtal:

– Det var bra när du kom för du gjorde ingenting. Alla som gjorde något och misslyckades kom aldrig tillbaka.

I det här kapitlet vill jag försöka beskriva ett förhållningssätt när ingen tröst finns, och kanske kan det samtidigt ses som en grundhållning i allt arbete bland människor.

I min beskrivning av tröst och i min presentation av ett förhållningssätt i mötet med den svårt drabbade utgår jag från min erfarenhet som själavårdare och präst och inte minst från mitt arbete som sjukhuspräst.

Om tröst

I en paus under en föreläsning kom en kvinna fram till mig och berättade om en upplevelse när vi hade mötts för flera år sedan. Hon och hennes man var på sjukhuset efter en svår händelse och bad om ett besök. Jag besökte dem och det var vid ett enda tillfälle. Nu långt senare brukar de tala om vad som egentligen hände. Besöket fick en stor betydelse för dem, men vad hade jag egentligen gjort. De kommer fram till att jag inte hade gjort någonting alls annat än att jag hade varit hos dem en stund. Hon sa till mig:

– Ingenting förändrades men det kändes så bra att du kom.

Det här mötet och många liknande händelser har gjort mig övertygad om att det finns ett behov av en närvaro som inte förväntar sig något och att en del av vår uppgift när vi vill hjälpa andra människor är att inse att vi inte kan förändra deras situation. Den insikten skapar förutsättningar för ett möte som kan bli avgörande för den drabbade. Inte genom att det förändrar något utan för att det hindrar upplevelsen av övergivenhet.

Det kanske vanligaste sättet att beskriva tröst är att det är en handling som leder till en positiv förändring för den som är drabbad. I det sammanhanget kan vi beskriva tröst

som ett verb. Något man gör. Men när vi möter en människa som har förlorat allt eller en människa som har fått en dödlig diagnos går det inte att trösta i den meningen. Slutsatsen blir att det inte går att trösta men att man kan bli till tröst.

När vi vill trösta en medmänniska måste vi förhålla oss olika beroende på vad vi möter för typ av problem. Jag vill dela in problemen i tre nivåer. Den första nivån handlar om problem som det finns en lösning på och då blir trösten att komma med lösningen. Det är den enklaste formen av tröst. I dessa sammanhang ser inte den drabbade lösningen men jag ser den och kan tillhandahålla den.

Den andra nivån handlar om att det går att hoppas på en lösning. Inför det som möter och inför svårigheterna delar vi hoppet om att det ska komma en förändring eller en lindring. Omkring den svårt sjuke är det här den vanligaste formen tröst. Hoppet delas och det kan finnas en förväntan på att både behandling, omsorg och bön kan leda till lindring och hjälp.

Den tredje nivån handlar om att det inte finns någon lösning. I den största nöden ser det ut så. Vi har ingen tröst att komma med och det finns heller inget hopp som vi kan dela. Här blir närvaron det viktigaste redskapet. Inte den intellektuella närvaron utan den rent kroppsliga närvaron. Att vi är hos vår medmänniska, närvarande i rummet, men utan att kunna göra något, utan att kunna dela något och ändå stanna kvar. Det handlar om modet att stanna i vanmakten, och då inte bara i den andres vanmakt utan också i vår egen vanmakt.

Om människosyn

Det går att beskriva människan utifrån flera dimensioner och i beskrivningar av en helhetssyn i världen förekommer ofta detta resonemang. Det finns hos människan en fysisk, en psykisk, en social och en existentiell dimension. Varje del har sitt eget språk och sina egna begrepp. När vi talar om den fysiska dimensionen använder vi vetenskapliga och biologiska begrepp. När vi talar om den psykiska dimensionen

använder vi psykologiska begrepp och på liknande sätt använder vi sociologiska begrepp om den sociala dimensionen. När vi talar om den existentiella dimensionen använder vi ett mer symboliskt språk som använder mer av bilder och poetiska begrepp. Det är viktigt i mötet med en medmänniska att vi är lyhörda för det språk som talas just i den situationen när vi möts och jag har ofta upplevt en brist när det gäller att hitta ett språk för den existentiella dimensionen. Det är viktigt att den dimensionen också får ett språk och kan fördjupas och att det ges plats för ett mer symboliskt språk vid sidan av alla andra språk. Att det ges utrymme för livets stora existentiella frågor, vilka alltid finns närvarande vid sjukdom, lidande och död.

Cancerläkaren och professorn Peter Strang skriver i förordet till sin bok om existentiell kris och välbefinnande, "Livsglädjen och det djupa allvaret" följande om existentiella frågor: "De stora frågorna handlar om livets mening eller eventuella meningslöshet; den stora existentiella (inre) ensamhet som alla bär med sig; människans fria val, det vill säga alla måste välja i sina liv och valen skapar ångest och ibland skuld; döden, som är obegriplig och källan till dödsångest."

Om vi ser människan ur ett existentiellt perspektiv ser vi att så länge vi lever här är vi ensamma. Det betyder att när svårigheter möter människan är hon alltid i någon mening övergiven. En övergivenhet eller ensamhet som kan kallas för existentiell ensamhet. Människans utsatthet kan beskrivas på så sätt att en del av den existentiella ensamheten aldrig kan fyllas, inte ens av Gud. Berättelsen om Jesus i Getsemane ger oss en beskrivning av detta från ett religiöst perspektiv. Också han var ensam i sin djupaste nöd. Övergiven av alla, också av Gud eller i alla fall upplevde han det så. Det är just den upplevelsen som samtidigt verkar vara allmänmänsklig. Det är den ensamheten som gör att tro aldrig kan existera utan tvivel. En tro utan tvivel är på något sätt en verklighetsflykt. Tvivlet är svaret på människans existentiella ensamhet. Den existentiella ensamheten innebär också att vi aldrig kan hjälpa en medmänniska hela vägen, den sista biten måste varje människa hantera själv. Vi kan ge och vi kan dela men vi kan aldrig lösa den ensamhet som är livets djupaste erfarenhet. Det finns stunder då den täcks av upplevelser och gemenskap men vi återvänder alltid till den.

Det finns också en social ensamhet, men den kan fyllas med aktiviteter och relationer. Kanske går det att se den sociala gemenskapen som det kärnl som kan bära den existentiella ensamheten.

Den sociala ensamheten går alltså att åtgärda. Om vi överger en människa i hennes djupaste förtvivlan blir hon både socialt ensam och existentiellt ensam. I den situationen är hon övergiven av alla – livet, människorna och Gud.

I mötet med en lidande medmänniska handlar det om att stå ut med att inte kunna lösa den djupaste ensamhetskänslan. Många gånger har jag hört människor säga:
– Ingen förstår mig. Ingen.

Och jag tror att det verkligen är så att ingen kan förstå fullt ut. Det finns något vi inte kommer åt och som den enskilde tvingas bära själv. Problemet är att vi då kan uppleva att vi inte har något där att göra och lämnar den vi försöker trösta.

Om vanmakt

Det finns alltså tillfällen då vi inte kan göra något och om vi gör något så har det ingen betydelse eller i värsta fall gör det situationen värre för den drabbade. Det finns ingen bot och det finns inget hopp. Det finns heller ingenting vi kan dela. Det är bara hemskt. Naturligtvis gör vi något i den meningen att vi är där och att vi ibland talar med den som är drabbad. Om vi inte kan tala kanske vi håller upp ett glas friskt vatten, vänder på kudden eller sträcker på lakanet. Men ingenting av detta ändrar på något. Allt känns meningslöst och tröstlöst. Det är lätt att i en sådan situation känna sig otillräcklig och komma fram till att det inte är meningsfullt längre att besöka den drabbade eller att försöka göra något i den situation som har uppstått. Jag tror att det finns en uppgift att vara där. Och att de små handlingar som utförs ändå har någon form av betydelse. Inte så att de ändrar på något men så att de kan minska känslan av övergivenhet hos medmänniskan som lider. Ännu finns hon med i något sammanhang, ännu är hon inte glömd och borta.

Det går att beskriva vissa handlingar på detta sätt: Om de utförs märks det inte, men om de inte utförs märks det.

En gång besökte jag en man som låg i respirator. Han hade på morgonen skrivit några bokstäver på ett litet papper och ritat ett tecken som såg ut som ett plustecken. Bokstäverna var P R A S. Personalen på avdelningen försökte tyda vad han menade men inte förrän på eftermiddagen kom de fram till vad bokstäverna och tecknet kunde betyda. Det var en sköterska som just börjat sitt arbetspass som löste gåtan och frågade mannen:

– Är det en präst du vill träffa.

Mannen nickade ett Ja. När jag sedan besökte honom var han så trött att han inte orkade meddela sig med mig. Jag besökte honom några gånger innan han dog men fick aldrig någon kontakt. Jag fick aldrig veta vad han ville eller tänkte. Jag var i rummet en stund men vi samtalande aldrig. Jag var där och ingenting mer. Frågan jag ställer mig gång på gång är om det ändå var meningsfullt att jag kom.

När det är som värst ser vi inga resultat. Det är bara vanmakt som möter vanmakt. Men i det mötet sker något som ändå kan få betydelse. En betydelse som inte går att beskriva eller förutsäga. Kanske är betydelsen störst för den som besöker. Jag finns hos någon jag inte kan hjälpa och vågar ändå stanna där. Lämnar inte den som livet har övergett. Jag tror att det får en betydelse för mig själv i relation till min egen vanmakt. Jag är inte helt ensam i rummet. Min ensamhet delas av någon annans ensamhet.

En annan man beskrev med många ord sin sjukdomssituation som vanmäktig och fruktansvärd. Han frågade också om det fanns någon som kunde förstå honom. I samtalet sa jag att jag inte kunde förstå hans situation men att jag ändå stannade och ville komma tillbaka på besök. Vid ett senare tillfälle när han mådde bättre och hade tagit sig igenom krisen sa han att min svarslöshet hade blivit till tröst. Det var som min vanmakt blev ett svar på det fruktansvärda. Som om hjälparens vanmakt blir ett svar

på lidandets omfattning, ett svar som på inget sätt förändrar eller löser situationen men ändå når fram till den drabbade.

En annan aspekt av vanmakt är att den som ingenting kan göra också är fri från skuld. Ofta finns ett skuldtänkande i samband med sjukdom och lidande. En upplevelse av att vara skyldig till sitt eget öde. Men bara den som har makt att göra något kan vara skyldig. I vanmakten är vi fria från skuld.

Den andra känsla som finns med är känslan av otillräcklighet och den känslan kan väcka skam. En känsla som kan innehålla en upplevelse av att inte duga eller ha rätt att finnas. Det kan vara viktigt att skilja på skuld och skam och möta det på olika sätt. Skulden om det är en reell skuld kan förlåtas och försonas bort. Men skammen, självföraktet eller skuldkänslan om den är kopplad till skam kan bara älskas bort.

Om mötet

När vi möter en medmänniska i nöd handlar det om att vara där hon är. Inte någon annanstans. Det handlar om att se det fruktansvärda utan att väja för det. Det handlar om att se in i en annan människas "Getsemane" där ingen hjälp finns. Det finns många uttryck för detta och jag minns en man som använde ett annat bibliskt uttryck om sin situation och sa:

– Jag är rädd, övergiven, plågad och ingen finns som försvarar mig. Jag är med om mitt eget Golgata.

Det handlar om att verkligen se och lyssna till en människas berättelse och tro på den. Oavsett om vi finner berättelsen trovärdig eller inte. Det är själva lyssnandet som är viktigt. Det finns vissa uttryck hos människan som jag vill kalla existentiella suckar.

Det är uttryck som:

- Jag orkar inte mer,
- Låt mig få dö,
- Det finns ingen mening mer.

När vi möter dessa uttryck ska vi inte argumentera eller säga emot. Det handlar om att ta emot sucken. Ta emot och bereda möjlighet för vila.

Det är som om vi behöver säga det som finns inom oss, också om det inte kan eller ska åtgärdas eller diskuteras. Bara det att det tar gestalt utanför oss medför någonting. Uppgiften hos den som vill vara till hjälp blir då att ta emot och låta vara. Ett förhållningssätt som handlar om att vara närvarande och tillåtande.

I mötet handlar det först och främst om att se, och då i rent bokstavlig mening.

– Jag ser dig, jag ser det fruktansvärda.

Men det handlar också om att veta så långt det nu är möjligt. En hälsning till den drabbade som kan uttryckas på följande sätt:

– Jag vet vad du är med om, jag vet vad som har hänt.

Det vi ser framför oss kan vi tala om och det är något som blir gemensamt. Vi ser det båda. Om någon gråter är det möjligt att säga:

– Jag ser att du gråter. Och den andre kan svara.

Nästa fråga i mötet är att be den drabbade berätta. Det är en bokstavlig och konkret uppmaning. I det ligger ett intresse och en förväntan och även en djup bekräftelsen.

– Berätta för mig, jag är intresserad av dig.

När vi hör berättelsen handlar bekräftelsen om att bejaka det vi hör. Bekräfta det vi har hört.

Det är inte svaret eller åtgärden som bär i det mest fruktansvärda utan det är förtroendet och relationen. I följande exempel går det att se vad som händer.

En kvinna kom för samtal. Hon började med att beskriva sin situation och det hon beskrev var tungt och fruktansvärt. Jag nickade och bad henne fortsätta.

då såg hon på mig och sa:

– Så här skulle inte en människa behöva ha det, och jag svarade med att hålla med henne. Hon fortsatte med att fråga:

– Skulle du vilja ha det så här?

Jag svara att det ville jag inte.

– Nej, sa hon, det vore lika bra att man var död.

Och på den sista meningen svarade jag:

– Ja

Sedan frågade jag henne om vi skulle ses nästa dag och hennes svar blev:

– Det skulle vara trevligt.

Vad var det som blev trevligt i det mötet? Inte det vi talade om utan det att det uppstod en relation och ett förtroende. Det var inte svaret eller lösningen på hennes problem som skapade den positiva situationen utan bekräftelsen av hennes berättelse och henne själv. Hon sa vid ett senare tillfälle att jag var den första som inte sa emot henne.

För att ett möte ska bli till måste vi börja på den andres planhalva. Vi kan inte börja med att säga emot eller ifrågasätta och ofta finns det en upplevelsesanning som måste tas emot och tas på allvar.

I det svåra mötet handlar det om att inte göra så mycket, inte vilja så mycket och inte ge så mycket. Det handlar först och främst om att ta emot berättelsen och att ta emot den andre i sin utsatthet.

Om Närhet

Om jag bejakar mig själv och de känslor som finns hos mig i ett möte så är jag närvarande. Det innebär att också känslor som är negativa fyller en funktion av närvaro. Förnekar jag något lämnar jag rummet eller platsen. Är jag närvarande i mig själv så bejakar jag det som kommer upp i form av känslor och tankar. Jag kan ändå ibland uppleva att jag är någon annanstans eller att jag inte riktigt orkar vara där i rummet hos den drabbade medmänniskan. Men det är inte jag som kan avgöra om den andre upplever mig närvarande eller inte. Det har hänt att jag har upplevt ett besök misslyckat och till och med felaktigt men den som jag besökte kände närvaro

och tillit. Det tycks gå att skilja på fokuserad närvaro och vilande närvaro. I den vilande närvaron släpper jag fokus för ett ögonblick men jag och min kropp finns ändå kvar i rummet. När jag arbetade på barnsjukhuset minns jag att en del barn tog plats när jag för ett ögonblick släppte fokus på dem. Som om de väntade på det ögonblicket.

Att vara närvarande när ingen tröst finns handlar i vissa fall om att vara vilande närvarande. I det här sammanhanget tänker på en scen i berättelsen om Jesus i Getsemane. När han hade det som svårast och i sin förtvivlan ropade och grät, somnade de tre lärjungarna som hade lovat att vara med honom till slutet och aldrig överge honom. Han blev besviken men jag tror att det Jesus upplever är varje människas erfarenhet i det allra svåraste. Vi blir ensamma där. Ingen kan följa med in i ångesten eller döden. Ingen.

Min fråga blir: Spelade det någon roll att lärjungarna var där fast de somnade?

Jag är beredd att svara ja på den frågan. Det spelade roll, det blev en form av vilande närvaro. De fanns där. De kunde ingenting göra, men deras kroppar fanns i samma rum som den lidande. De gav ingenting annat än sin närvaro och sin vanmakt. Men det betydde något. Den totala övergivenheten infann sig kanske aldrig.

Många gånger föreställer vi oss att det är viktigt att stanna länge hos den som har det svårt för att visa att vi inte överger. När någon drabbas av en kris tappar han eller hon ofta tidsbegreppen. Dagarna blandas ihop och det kan vara svårt att veta om det är morgon eller kväll. Man skulle kunna säga att den drabbade har gått ur tiden. Det får en betydelse i mitt förhållningssätt inte minst i frågan hur länge jag ska stanna hos den jag besöker. Jag kommer ofta fram till att mina besök inte handlar om att stanna länge hos den drabbade utan om att vara där när jag är där. Även om jag stannar länge måste jag ändå till slut gå. Och varje avsked kan upplevas som ett svek också ett avsked som sker efter timmar av tålmodigt väntande. Risker med att stanna länge är att jag blir trött och tröttheten för mig bort från min uppgift och jag börjar tänka på annat.

Om kärlek

I boken ”Att vara där du är” skriver den danske prästen och terapeuten Bent Falk, bland annat följande tankar om kärlek:

”a, Kärlek betyder ” bekräftelse på att jag finns till” – också när bekräftelsen sker i en form av konfrontation

b, ”Bekräftelse på att jag finns till” sker i processen: Jag/du ser, hör och svarar (det vill säga berättar vad jag ser, hör och svarar, och vad det gör med mig).

c, Slutsats: Att älska är att se, höra och svara.”

I Bent Falks definition av kärlek är det relationen och bekräftelsen som är det mest framträdande. Det är inte känslorna till den andre som avgör om det handlar om kärlek utan relationen. Jag har ofta återvänt till dessa tankar och även kunnat använda dem i mötet med den som lider.

En flicka med anorexia berättade en gång följande för mig:

– Jag tror Gud älskar alla människor utom en.

– Vilken då? frågade jag.

– Mig, svarade hon. Jag kan inte tro på en Gud som skulle kunna älska något så äckligt som jag.

Kärleken har tre skikt. Det första är att ge. Det är den enklaste formen av kärlek och den passar väl till problem som jag tidigare beskrev som problem av nivå ett. När det går att lösa ett problem är det viktigt att någon erhåller lösningen.

Den andra nivån är att dela. Och det passar in när vi kan hoppas på en förändring och kan dela tro, liv, hopp och närhet. I det kan vi också dela förhoppningar om bot och bättring.

Den tredje nivån av kärlek är att ta emot. Det som ska tas emot är inte först och främst känslor eller tack eller någon gåva utan min medmänniska i sin utsatthet och

vanmakt. I det svåraste mötet är det kärleken som tar emot och bär. Men som tidigare beskrivits är det inte känslan i kärleken som är det avgörande utan att det uppstår en förtroendefull relation.

Flickan som beskrevs ovan behövde möta någon som tog emot hennes djupa förtvivlan och självförakt. Någon som tålmodigt mötte henne gång efter gång, med samma tillit.

Kärleken är först och främst något som ger en människa ett rum att finnas i. Det sker genom bekräftelse och närhet. Självklart innehåller kärlek känslor men det är inte känslorna som dominerar. I mötet med en svårt drabbad människa är det därför närvaron och relationen som är det viktigaste. Inte känslan.

I varje svårt möte finns många känslor och det får inte bli så att det är känslorna som styr.

Kärlekens tre ledord är:

Jag ser dig – vilket betyder att jag ser min medmänniskas livssituation utan att förminska eller gömma undan något.

Jag hör dig – vilket betyder att jag lyssnar till min medmänniskas berättelse utan att avbryta eller säga emot och att jag tror på den.

Jag svarar dig – vilket betyder att jag bekräftar det jag sett och hört.

Det svåraste för hjälparen är nog frånvaron av bekräftelse, känslan eller svaret på att man verkligen nådde fram. I vanmaktens rum är det inte bekräftelsen som kan ge mig svar på om det jag gör är rätt eller inte, utan det är uppdraget som får mig att stanna och tro på min uppgift. Vi har en uppgift att finnas också där ingen tröst finns, tyvärr är det lätt att tänka vi försökte men det hände inget och ibland används också uttryck som – den sjuka ville nog inte ha någon hjälp. Men det kanske var så att hon inte orkade. Ibland används samma resonemang när förbön inte ger något resultat. Man

säger att den enskilda människan inte ville ta emot någon hjälp från Gud. Men det kanske var så att hon inte orkade.

Eller kanske är det så att det är vi som inte orkar. Vi som vill vara nära och hjälpa. I boken "En själasörjares dilemma" skriver prästen och terapeuten Göran Bergstrand om själasörjarens egen vanmakt och om det omöjliga att förstå en annan människas lidande. I boken talas om att detta är en viktig kunskap och insikt hos den som vill hjälpa. Bland annat skriver han. "Det jag upptäcker är att jag främst skildrar själasörjarens svårighet som en oförmåga att hålla fast verkligheten. Jag lever inte i verkligheten utan i en idealiserad verklighet. Det som gör det svårt att komma åt tvånget att idealisera är att det i så hög grad hör samman med det omedvetna. Det är själasörjarens egna psykiska försvar som tvingar henne eller honom att göra verkligheten sådan att den svarar mot de egna behoven. Försvaren är så massiva att det inte räcker med att man en gång har sett hur verkligheten ser ut. Försvaren tar på nytt över och producerar den önskade bilden av en själv och omvärlden."

Sammanfattning

Det jag har försökt att beskriva är vanmaktens möte. I den beskrivningen finns också ett förhållningssätt presenterat som kanske kan vara ett grundläggande förhållningssätt i varje möte. Det betyder att jag ska vara observant och försiktig med min vilja, min förmåga att göra något, och mitt behov av att ge. En engelsk psykoanalytiker vid namn W. Bion har skrivit om att komma till ett möte utan minne och begär. Det handlar om att vara närvarande i mötet och att utgå från det som sker i rummet, ingenting annat. Det som har varit är inte aktuellt och det som ska komma finns inte än. När det gäller mötet med en svårt drabbad människa vill jag lägga till en ytterligare aspekt. Nämligen att komma till ett möte eller sjuksäng utan minne, förväntan och inte heller förståelse. För att kunna förstå måste jag ha varit där den drabbade är och i de flesta möten med svårt sjuka eller möten med människor i djup sorg så har jag inte varit där. Jag kan inte förstå.

I mötet som då blir till finns inte någon vilja eller förväntan eller möjlighet att förstå utom viljan att möta en medmänniska där hon befinner sig och modet att våga återvända dit och insikten att det som sker framför mig inte går att förstå eller omfatta med någon teori eller tanke.

I den yttersta nöden inkarneras orden. Allt blir kropp och närvaro. I det ögonblicket visar sig Gud på samma sätt. I kroppen och i närvaron.

Litteratur

Att vara där du är, Bent Falk, Verbum 2005

Tro och misstro, Göran Bergstrand, Natur & Kultur 1988

En själasörjares dilemma, Göran Bergstrand, Natur & Kultur 2003

Modet att ingenting göra, Lars Björklund, Libris 2003

Lisglädjen och det djupa allvaret, Peter Strang, Natur & kultur 2008

Orden och tystnaden, Lars Björklund, Libris 2007

Notes on memory and desire, W Bion, The psychoanalytic Forum 1967 Vol 2, No. 3

citat ur "Livsglädjen och det stora allvaret" sid 9

citat ur "Att vara där du är" sid 38

citat ur "En själasörjares dilemma" sid 194