

Beteckning: HRJ:C10:5



Institutionen för humaniora och samhällsvetenskap

Musikens betydelse för individuationsprocessen

*Hans-Jörgen Alsing
Januari 2010*

C-uppsats, 15 högskolepoäng
Religionsvetenskap

**Jungiansk psykologi C
Handledare: Åke Tilander**

Innehållsförteckning

Innehållsförteckning	2
Abstrakt	3
Inledning.....	4
Jung som förklaringsmodell	5
Bakgrund	6
Syfte	7
Frågeställning	7
Metod och teori	7
Musikens existentiella kvaliteter	8
Personlig utgångspunkt	11
Individeringsprocessen	12
Anna	16
Tillhör musiken de kollektiva arketyperna?.....	17
Min egen väg mot individuation	21
Mina drömmar	26
Analys.....	28
Forskningsöversikt	30
Källmaterial och referenser	32

Abstrakt

Denna uppsats behandlar som rubriken antyder om musikens betydelse för den individuationsprocess som Carl Gustav Jung förespråkade. Ansatsen är helt och hållet kvalitativ och författaren har också genom att använda sig själv i processen försökt att ytterligare tydliggöra känslomässiga processer som har med musik att göra.

I syftet med uppsatsen finns en önskan att klargöra vad Jung egentligen menade med individuationsprocessen och en ambition att via det jungianska tänkandet finna godtagbara förklaringar till musikterapeutiska fenomen.

Författaren använder också delar av sin egen livshistoria för att servera ett skelett att hänga upp individuationsprocessen på. Om detta är ett fruktbart grepp överläts åt läsaren att avgöra men avsikten har varit att slippa föreställa sig vad andra människor tänker och känner och servera sina slutsatser genom en andrahandsupplevelser.

Som en röd tråd genom uppsatsen löper också en strävan att på ett godtagbart sätt presentera musikens existentiella kvaliteter och i enighet med detta också servera godtagbara förklaringar till musikens förhållande till arketyperna.

Sökord: C. G. Jung, individuationsprocess, arketyper, musikterapi, musikens arketyper, dansknytnings arketyper

Inledning

När jag för många år sedan hade en studiedag för psykiatripersonal hade en av de anställda som var barnledig tagit barnet och barnvagnen med sig eftersom hon var intresserad av det jag hade att berätta om musik och terapi. I vanlig ordning inledde jag med att spela något på pianot och nästan omedelbart började barnvagnen ”jazza” och snart hörde man också ett förnöjsamt joller till allas munterhet.

Nyligen spelade jag med ett barn med avsevärda motoriska svårigheter. Han kan inte lyfta sina armar och kan bara förflytta sig med hjälp av sin Permobil. Lyckligtvis är hans finmotorik ganska bra så han spelar gärna på en keyboard med hjälp av armstöd. När han spelar fritt till mitt ackompanjemang ”jazzar” också hans överkropp med på ett sätt som jag aldrig ser annars och då är det återigen rytmen och musiken som har satt igång kroppsliga processer med ett högt terapeutiskt värde. Och detta på en nivå som ligger utanför vårt medvetande. Vilka musikaliska kvaliteter det egentligen handlar om är heller inte lätt att ringa in med de vetenskapliga verktyg som står till förfogande. En av mina idéer är emellertid att det jag kallar för musikens ”groove” har en avgörande betydelse i de situationer jag har upplevt som extraordinärt verkningsfulla. Om man tar del av det material som Alf Gabrielsson sammanställt i boken ”Starka musikupplevelser” (Gabrielsson 2008) får man emellertid en bild av att musikens genre är av underordnad betydelse. Slutsatsen måste därför bli att all musik innehåller komponenter som direkt talar till vårt inre och att de fysiska och psykiska processer som sätts igång av musik har en stor variationsbredd och onekligen också handlar om den enskilda människans aktuella benägenhet att svara på musikens språk.

När jag för något år sedan besökte Costa Rica och satt i hotellets restaurang satt några amerikanska damer i övre medelåldern vid ett bord bredvid. Musiken som spelades i högtalarna var ganska själlös och damerna som samtalande som damer brukar göra, satt vid sitt bord utan större åthävor. Då jag hade en CD med svängig musik i bagaget bad jag servitören som jag blivit bekant med att han skulle spela denna istället, och genast började damernas fötter att stampa takten och deras överkroppar jazzade också med ganska oblygt. Återigen blev jag varse att viss sorts musik sätter igång processer hos vem som helst, när som helst och vart som helst och att detta sker med en automatik som inte har med det medvetna livet att göra. Liksom hos barnet i barnvagnen är det starka kroppsliga flöden som sätts igång och det råder ingen tvekan om att det handlar om en av människans allra ursprungligaste livskrafter.

Jag tror också att musikens betydelse för mänskligheten är underskattat i det samhälle som blir allt mer ”fyrkantiserat” och att vi genom att ständigt åberopa det som anses vara vetenskapligt vederlagt riskerar att i rasande fart förlora existentiella kvaliteter som bland annat handlar om musiken och andligheten – våra grundläggande existentiella kvaliteter.

Vid ett flertal tillfällen har jag också mött människor som uttalat sig i stil med: Utan musiken hade jag inte överlevt. Ett sådant uttalande kan ju förefalla både drastiskt och osannolikt men eftersom jag återkommande stött på liknande utsagor måste jag utgå ifrån att det speglar en genuin känsla, och att musiken sannolikt har en djupare betydelse för många människors livssituation än vad det rationella samhället vill erkänna. Jag finner det också sannolikt att ju mer samhället formaliseras desto mer ringaktas musikens betydelse för människans existentiella villkor.

Eftersom jag arbetat i skolan under många år har jag också lagt märke till att barn som ännu inte fyllt tio år fortfarande har tillgång till den sprittande livsglädje som svängig musik kan

förmedla, men i det normativa samhällets värld blir det snabbt obekvämt att bejaka sina livslustar och när man går i fyran är det ofta svårt att leva ut genuina känslor inför sina skolkamrater. Däremot kan det vara okey att jobba med koreografi, men då blir det återigen något som inte har så mycket med det spontana och livsbejakande uttrycket att göra.

Jung som förklaringsmodell

Jag har länge trott att man med hjälp av den jungianska psykologin ska kunna finna förklaringsmodeller till det som händer i det musikterapeutiska rummet och i min B-uppsats som heter: "Vad har Jungs arketyper med musik att göra?" (Alsing 2009) undersökte jag om vaggvisan kan betraktas som en symbol i jungiansk bemärkelse och lanserade också ett förslag till en arketyper som jag kallar dansknytningens arketyper. Nu vill jag gå vidare och undersöka i vilken utsträckning musiken och rytmen kan ha betydelse för individuationsprocessen och genom detta placera musikens kurativa faktorer i ett tydligare sammanhang. Det är också uppenbart att musiken kan bli ett hinder för en sund och genomarbetad individuationsprocess men det gör i mina ögon inte ämnet mindre intressant.

Det finns ju ett avsevärt antal paralleller mellan människan, musiken och livet och det är ju anmärkningsvärt att Jung själv inte insåg musikens potentiella kraft när han arbetade med arketypteorin. Målet för den arketyperiska modell som Jung arbetade fram är ju att människan ska finna sitt eget unika varande utan att det kommer i konflikt med de kollektiva behoven.

Helt i enighet med Jung talar mina egna erfarenheter om att den första delen av livet handlar mycket om "att göra", att upptäcka, att producera och att finna sin identitet genom jagstärkande aktiviteter. Kort sagt, att utveckla det som har med det medvetna livet att göra. Innan jag fyllt fyrtio blev jag emellertid varse att det fanns krafter i mig som hade en annan strävan. Närmast kan väl detta beskrivas som att få ihop "livspusslet", kort sagt att filosofera och att försöka förstå vad man varit med om och vilken betydelse detta kunde ha i ett större sammanhang. Det blev mera intressant att utforska vad som dolde sig under ytan och därmed blev det också intressant att utforska det omedvetna. Att Jung hjälpt mig att finna tankemodeller som stämmer med mitt egna liv innebär också att hans idéer borde kunna transformeras till att omfatta de existentiella kvaliteter som inte enkelt låter sig beskrivas i verbala termer.

För nutidsmänniskan är varandet utan tvekan satt på undantag. Förståelsen för livets "varakvaliteter" kan ju inte vara framträdande i ett samhälle som präglas av effektivitet, girighet och narcissism. De mellanmänniska mötena blir satta på undantag eftersom ett karriärsamhälle varken har förståelse eller utrymme för de kvaliteter som behövs för ett högre stående socialt liv. Därför tror jag att också att det är förenat med vissa svårigheter att nå fram till den individuationsprocess som Jung talar om i dagens samhälle. Om musikens kvaliteter kan rädda situationen är också för tidigt att tro något om men att blanda in musiken ger förhoppningsvis ytterligare en dimension till vad som behövs för en lyckad individuationsprocess. Kan jag dessutom identifiera element i musiken som är betydelsefulla för att individuera har jag förhoppningsvis fått ytterligare möjligheter att förklara och att förstå musikterapeutiska fenomen. Något som Jung själv inte insåg värdet av förrän han mötte musikterapeuten Margret Tilly 1956. (Campbell 1998)

Bakgrund

När jag började tänka på hur jag skulle gå till väga för att finna en god grund för en uppsats om musikens betydelse för en människas individuationsprocess tänkte jag först på att Schopenhauer uttryckt att musiken är den högsta av alla konstformer eftersom den är ensam om att verka direkt på viljan. När jag gick vidare i dessa tankar hamnade jag i den filosofiska och metafysiska tradition vars grund till stor del ligger hos Platon och Aristoteles. Musiken för dem var uppenbarligen något helt annat än vad musiken är för oss. Musiken tillskrevs andliga dimensioner som ligger helt utanför dagens kommersialiserade utbud och den ansågs också ha läkande kraft och avsevärd inverkan på människors liv.

Eftersom Jungs tankar om arketyper också har sin källa i de gamla grekernas begreppsvärld tänkte jag att om man ska gå till källorna måste man kanske börja där och gå vidare till Kant och hans metafysiska idéer om "tinget i sig" som jag antog hade en hel del gemensamt med Schopenhauers tankar om "viljan". När jag läst och funderat insåg jag emellertid att min idé om att använda de gamla filosoferna för att rättfärdiga musikens betydelse för en mänsklig mognadsprocess var aningen långsökt, eller till och med en onödig omväg.

En människas referensram kan bara botten i det egna livet och den mest värdefulla kunskap man har måste vara ens egna erfarenheter. Jag vet ju vad musiken har inneburit för mig och i mitt arbete med musikterapi har jag också sett vad musik som terapeutiskt instrument kan innebära för människors hälsa och välmående. Problemet var ju att den korta tid människor träffat mig för en terapeutisk kontakt inte räcker till för att lägga ett pussel för ett hållbart resonemang om en individuationsprocess. Det blev emellertid något av en aha upplevelse när jag insåg att jag skrivit hundratals sidor om vad musiken gjort med andra människor, men ytterst lite om vad musiken har betytt för min egen utveckling. När jag tänkte vidare insåg jag att det allra bästa skulle vara att titta på min egen utveckling och i vilken utsträckning den kan betecknas som en individuationsprocess, men då är nästa fråga: Hur lyckat är det att använda sig själv som forskningsobjekt?

Jag har ett antal poäng forskningsmetodik i min tidigare utbildning och i de flesta andra sammanhang vore det förmätet att använda sig själv i en kunskapsprocess. Någon objektivitet blir det ju inte frågan om, och för att nå ett empiriskt godkännande enligt den naturvetenskapliga tradition som dominerar i samhället krävs också att en utsaga ska kunna falsifieras med mera. Bo Eneroth som bl a skrivit "Hur mäter man vackert?" (1984) och "Att handla på känn" (1990) har emellertid gett mig styrka att inte låta mig styras av fyrkantigt empiriskt tänkande. Genom att jämföra mina egna erfarenheter med det jag observerat som musikterapeut och det som finns skrivet i ämnet hoppas jag kunna finna svar på om man generellt kan hävda att musiken har betydelse för människans individuationsprocess.

Med hjälp av terapeutiska tekniker kan man ju se på sig själv ur olika perspektiv och även om det inte blir frågan om några objektiva analyser kan man ju få reda på en hel del som man kanske inte tänkt så mycket på tidigare. Det största problemet är onekligen ärligheten både mot sig själv samt dem som ska bedöma och dra slutsatser av vad jag skrivit. Trots allt ser jag det som en utmaning att våga ge offentlighet åt min egen utveckling och om jag lyckas i mitt uppsåt har jag förhoppningsvis också öppnat dörren för andra att gå vidare i ämnet.

Syfte

Att undersöka i vilken mån musiken kan ha betydelse för en människans individuationsprocess. Eftersom det inte i alla lägen är solklart vad Jung menar med individuationsprocessen är det också viktigt att jag både för mig själv och läsaren kan klargöra i vilken utsträck den individuationsprocess som Jung avser skiljer sig från den mognadsprocess som alla människor tar del av med skilda framgångar.

Eftersom det många gånger är svårt att finna förklaringar till hur olika musikterapeutiska metoder påverkar människan finns också ett syfte att bättre kunna förstå och förklara musikterapeutiska framgångar.

Frågeställning

På vilket sätt kan musiken hjälpa oss människor att komma i kontakt med det arketypiska material som är villkoret för att den individuationsprocess som Jung talar om ska vara möjlig?

För att komma till rätta med min frågeställning anser jag att jag behöver följande hjälpfrågor.

- Vilken typ av "hjälp" behöver individuationsprocessen för att bli fruktbar enligt Jungs ursprungliga mening?
- Har post-jungianerna förändrat synen på individuationsprocessen?
- Är det möjligt att uppnå en jungiansk individuationsprocess utan att "bottna" i det egna känslolivet?

Metod och teori

Ansatsen är helt och hållet kvalitativ och utgångspunkten är att genom litteraturstudier skapa en god överblick av vad som menas med den individuationsprocess som Jung talar om. Eftersom det varit svårt att finna direkta kopplingar till tidigare forskning har jag format mitt eget perspektiv på musiken och individuationsprocessen och genom att betraktat min egen utveckling som musiker och människa försökt att finna kopplingar till den "jungianska vägen". Eftersom jag skrivit dagbok under mer än tjugo år av mitt liv och även skrivit en hel del om mina drömmar har jag material som hjälpt mig att komma ihåg olika skeenden under livet och därigenom har jag även fått hjälp att datera dem, vilket också kan ha en viss betydelse i sammanhanget. Jag har också ett antal fallbeskrivningar från mitt arbete och åtminstone vissa av dem kan vara värdefulla för att underbygga mina antaganden.

Eftersom jag tror att ett "musiskt" förhållningssätt är betydelsefullt för att skapa förutsättningar för den mänskliga mognaden har (Björkvold 1991) och (Uddén 2007) varit betydelsefulla källor för att forma mitt tänkande när det gäller utformningen av uppsatsen.

Min utgångspunkt för detta arbete är att musiken har en avsevärd betydelse för människans individuationsprocess och för att finna stöd för detta har jag med hjälp av litteraturstudier försökt att finna belägg för mina antaganden. Jolande Jacobis "The Way of Individuation" (1965) och Andrew Samuels "Jung och post-jungianerna" (1994) varit betydelsefulla källor när det gäller att komma fram till vad Jung i grunden menade med individuationsprocessen och efter att läst och förhoppningsvis förstått har jag försökt att koppla detta till egna erfarenheter. Andra betydelsefulla källor har varit Music and the mind (Storr 1992) och Starka

musikupplevelser (Gabrielsson 2008). Jag har också använt mig av episoder i mitt egna liv, mina drömmar och mitt förhållande till musiken. Genom att titta på fallbeskrivningar från mitt arbete som musikterapeut har jag också försökt att finna kopplingar till den jungianska individuationsprocessen och därigenom försökt att finna hållbara förklaringar till att musiken i många fall är avgörande för en lyckosam individuationsprocess.

Musikens existentiella kvaliteter

Musiken förädlar livet, verkar hänförande på livet och ger det mening. Stor musik överlever alltid utövaren. Den är både personlig och bortom det personliga. För den som älskar den blir den en hållpunkt i en oförutsägbar värld. Musiken är en energikälla till förnyelse, munterhet och hopp som aldrig sinar. (Nietzsche i Storr 1993 s. 188)

Från att det lilla barnet blir vyssjat till subtila vaggande toner till den musik som tonar ut livet vid en begravning finns ett otal musikaliska kvaliteter. I många sammanhang är musiken trygghetsskapande men som alla vet kan musik också ställa till med både det ena och det andra. Marschmusik har såvitt jag kan förstå inga fredliga avsikter men har ändå en osannolik pådrivande kraft som också skapar en stark sammanhörighetskänsla som sannolikt är präglad av det kollektiva omedvetna.

Under ungdomsåren har musiken också en stor betydelse för samhörighet och för att skapa en klangbotten till det egna känslolivet, och där tror jag att det finns ett antal betydelsefulla komponenter som är avgörande för hur man går vidare i sin individuationsprocess. För de flesta människor har den musik man levde med under tonåren en alldeles speciell betydelse under hela resterande delen av livet. I ljuset av detta är det ju intressant att fundera över vad som spelas på servicehus och äldre vårdinrättningar idag och vad som kommer att spelas om tjugo år.

Eftersom musik är ljud som organiserats av människor måste det finnas ett samband mellan mänskliga organisationsmönster och ljud som producerats som en följd av mänsklig interaktion. (Blacking 1973 s. 26)

När jag började fundera över musikens plats i människans värld blev det tidigt uppenbart att människans och musikens utveckling på många sätt skett parallellt. Det är kanske ingen tillfällighet att den del av hjärnan som har hand om de mest grundläggande överlevnadselementen också kan kopplas till musikens grundläggande byggsten, rytmen. Att den populärt också kallas reptilhjärnan gör det lättare att förstå dess betydelse för den precision (timing) som utmärker kräldjurens sätt att fånga sina byten. Denna timing ger sig också bland annat tillkänna i människans danser och den musiker som har dålig timing är genast diskvalificerad för allt genuint samspel med andra musikanter.

Nästa ”våning” i vårt nervsystem kalas för det limbiska systemet, eller som man ibland också kallar den, däggdjurshjärnan. Den delen av hjärnan har stor betydelse för vårt minne och för vårt känsloliv och kan mycket väl också svara mot klang och harmoni i musiken. När det gäller storhjärnan finns även dessa underliggande element representerade men det är troligt att vi inte skulle vara de musikaliska varelser vi är om vi inte hade den uppdelning i rytm, klang och melodi som hjärnans olika våningar onekligen representerar.

Mycket av det musikaliska sker på en känslomässig eller omedveten nivå och det är väl bara i ett första stadium av dragglände med noter då musik bara handlar om att överföra en nots läge till ett annat läge på ett musikinstrument som det handlar om en ganska renodlad intellektuell process. När jag arbetade som pianolärare var det uppenbart att det fanns två typer av nybörja-

re. De som hade stora svårigheter att förstå noternas betydelse och de som omedelbart förstod att en not motsvarande en tangent på pianot. Jag frågade också alltid mina elever om de kunde någon melodi på pianot och det visade sig att de som inte tyckte om noter kunde mycket mera än "notläsarna" och att de ofta också hade lättare för att lära sig ta ut melodier på gehör. För min egen del är det väldigt tydligt att det jag lärt mig efter noter får jag fortsätta att spela efter noter under väldigt lång tid, medan det jag lärt in på gehör tycks finnas inpräglat i hjärnbarken för all framtid. Dementa människor och de som råkat ut för svåra minnesstörningar på grund av traumatiska händelser har också i de flesta fall kvar sina musikaliska förmågor utan att ha någon medveten koppling till den aktivitet de sysselsätter sig med.

En morbror till mig som befann sig i ett konstant förvirringstillstånd under sitt sista levnadsår kunde trots detta spela de melodier han kunnat sedan länge utan synbar påverkan av demensen och en annan gamling som jag var väl bekant med gick helt och hållet in i musikens värld när han inte längre kände igen sina anhöriga. Han spelade klassisk musik för alla som kom på besök och var noga med att påpeka vilka fantastiska känslor musiken förmedlade men för övrigt fanns inte mycket av fungerande kommunikation.

Vad detta kan ha för betydelse för individuationsprocessen är än så länge oklart men det faktum att musik kan skapa en känsla av mening även i grava förvirringstillstånd tyder enligt min mening på att musiken är inblandad på många nivåer i människans mognad process.

Alf Gabrielsson som är professor emeritus i musikpsykologi och har en lång karriär som musikpsykologisk forskare bakom sig publicerade 2008 en bok med starka musikupplevelser som nästa tusen personer gett uttryck för. Eftersom boken är omfattande och innehåller ett oöverblickbart antal omdömen är det väldigt svårt att kortfattat ge en tillfredsställande bild av vad Gabrielsson vill förmedla. Genom att citera en del av det kapitel som han kallar "Kort översikt" i slutet av boken hoppas jag ändå kunna ge en bild av de olika uppfattningar om musik som människor i undersökningen gett uttryck för.

Reaktionerna är av många olika slag: fysiska, perceptuella, kognitiva och emotionella. De berör även existentiella, transcendentala och religiösa aspekter samt olika följdverkningar – nya insikter, nya möjligheter – på personligt och socialt plan.

Upplevelserna sträcker sig över nästa 100 år och har inträffat i mycket skiftande sammanhang. De flesta musikupplevelserna är levande musik. Vanligast förekommande reaktioner är positiva känslor (särskilt glädje och lycka), total absorption (musiken är det enda som gäller, man är omedveten om kropp, tid och rum), förlorad kontroll (man blir överraskad, tagen, drabbad, överväldigad), en speciell relation till musiken (man dras med i musiken, smälter samman med musiken), och att upplevelsen leder till nya insikter och nya möjligheter. Det finns vissa köns- och ålderskillnader vad gäller omfattningen och styrkan av olika reaktioner men sammantaget är likheterna större än olikheterna. Starka musikupplevelser inträffar i regel inte så ofta, och när man möter samma musik vid senare tillfällen blir reaktionen ofta annorlunda. Orsaken till upplevelsen kan alltså inte enbart sökas i musiken utan också i faktorer förknippade med individen och situationen. (Gabrielsson 2008 s. 532)

Gabrielsson som också varit min lärare berättade vid ett tillfälle att han varit i London och hört Londons mäktiga symfoniorkester utan att bli speciellt berörd. När han sedan var på väg mot hotellet stod en trumpetare på gatan och spelade svängig musik helt solo och plötsligen blev han gripen av musiken på ett helt annat sätt än vad den mycket kompetenta symfoniorkestern lyckats åstadkomma. Så här långt inser jag att möjligheten att väga in musikens olika kvaliteter i en människas individuationsprocess låter sig nog inte göras i en handvändning men genom att göra det jag nu gör hoppas jag i alla fall kunna belysa frågan och så småningom finna en trovärdig modell för musikens betydelse för den mänskliga mognaden. Läser man

Gabrielssons bok är det enkelt att finna många paralleller mellan musik och känslor av kärlek. När han förmedlar människors upplevelser av musik (ibid. s. 443-444) finner man beskrivningar som att lyftas upp, få luft under vingarna, lyftas mot stjärnorna och sväva däruppe. Vidare förekommer beskrivningar om berusning, trance och som att befinna sig i ett flöde där man uppgår i ett euforiskt andligt tillstånd. Många beskriver också musiken som renande, som att alla ångestknutar löses upp och att musiken blir ett sorts andligt bastubad

I den jungianska världen står Självvet för människans totalitet, en övergripande helhet som rymmer både det medvetna och det omedvetna och Självvet anses också vara en organiserande faktor i själens bildvärld. I min värld och sannolikt också i alla andras världar står musiken för en helhet som innebär att den inte bara påverkar människan auditivt eller motoriskt. Den påverkar hela människan och likaväl som Självvet är en organiserande faktor i både psyket och bildvärlden är musiken en organiserande faktor i människans ljudvärld och psyke. Att vi kan blunda med ögonen men inte med öronen har onekligen också värde som ligger långt tillbaka i evolutionen men där finns också en intressant selekteringsfunktion. I Costa Rica finns ett litet nattdjur som låter precis som en digital väckarklocka och efter att min dotter bott där under en tid vaknar hon inte längre av just den signalen. I någon av de uppsatser jag läst under kursen var det en av skribenterna som jag inte lyckats återupptäcka som med någon sorts självklarhet utgick ifrån att musiken och Självvet fungerade i en sorts förening. I den kontext hon arbetade var påståendet inte på något sätt avgörande för trovärdigheten men det skulle vara roligt att höra om hon hade något mer att tillföra i denna fråga.

Even Ruud som är professor vid institutet för musik och teater och vid Norges Musikhögskola i Oslo har skrivit ett antal böcker om musik och musikterapi. I "Varma ögonblick" (Ruud 2002) behandlar han musikens betydelse för livskvaliteten och har genom ett antal undersökningar fått goda belägg för att musiken förutom att vara vitalitetsstärkande också ger upplevelser av kompetens och känsla av tillhörighet. Dessutom förmedlar den en stark känsla av mening och sammanhang i livet och jag tycker att det verkligen känns befogat att förmedla följande citat:

Därför antar jag, utifrån min musikförståelse och min yrkesmässiga position att livskvalitet hänger samman med följande fenomen: vitalitet, i betydelsen känslomedvetenhet, är central i de flesta berättelser om musikupplevelser. Vi står med andra ord inför en kvalitet som är viktig för identitetskapandet liksom för upplevelse av livskvalitet. Detsamma bör kunna sägas om kategorin handlingsmöjligheter, som jag ser i sammanhang med utveckling av bemästringskompetens, social grundkompetens, eller allmänt i förbindelse med förmågan att göra sig gällande och handla som subjekt. Tillhörighet handlar inte heller enbart om vårt förhållande till tid och rum, utan också om vår anknytning till våra nära relationer till andra människor, upplevelser av social position, könsidentitet, etnicitet, eller tillhörighet inom en mer global gemenskap. Även upplevelsen av mening är något som dyker upp som en aspekt av de flesta berättelser om musikupplevelser, inte minst i samband med musikens förmåga att summera för oss själva centrala drag i vårt identitetskapande, upplevelsen av enhet och sammanhang i livet. (Ruud 2002 s. 41)

Som jag ser det kan man tänka sig att identiteten, som utan tvekan har med både jaget och Självvet att göra, är ett inre rum som bara innehåller det allra nödvändigaste när man föds. När man är liten behöver detta rum framförallt befolkas med trygghetsfaktorer i form av goda relationer och en god omvårdnad och det är givetvis viktigt att detta finns kvar även när andra behov gör sig gällande. Det Ruud anför här ovan tar jag som intäkt för att musiken besitter kvaliteter som är oundgängliga för en fruktbar personlighetsutveckling och därför är musiken också en nödvändigkomponent i en människas mödosamma kamp för att bli en sammanhållen enhet genom att bota i det egna känslolivet. Ser man detta inre rum som en metafor för individuationsprocessen handlar livet alltså om att möblera detta rum på absolut bästa sätt. Detta kan man också utgå ifrån att alla människor gör med hjälp av inre medfödda drivkrafter

och utifrån sina egna förutsättningar. Om man också tar hänsyn till Jungs uppfattning om vilka kvaliteter som ska dominera den senare delen av livet gäller det alltså att skapa en funktionell, smakfull och sober inredning snarare än en bländande överdådig.

Personlig utgångspunkt

Eftersom jag varit verksam som musikerapeut i flera olika sammanhang under ca 25 år har jag också haft många tillfällen att fundera över vad som egentligen är musikens ”kurativa faktorer” och vad som gör att det under vissa omständigheter sker förändringar och förbättringar som inte förefaller möjliga utan musikens hjälp.

Musik kan få hjärnskadade människor att utföra uppgifter de annars inte klarar, och musiken kan också göra livet drägligt för människor som är psykiskt sjuka. Eftersom musiken inte är så påtagligt nödvändig för de flesta av oss tenderar vi att underskatta dess betydelse för vårt dagliga liv. (Storr 1993 s. 111)

Jag har också funderat en hel del över musikens psykologiska förhållande till människan och då tänkt att lika väl som musiksinnen är en del av människans psyke kan det vara ett fristående ”regleringssystem”, eller en hjälpfunktion för människan att ta till när ”grundutrustningen” inte räcker till.

Även om musik skulle förbjudas och all utrustning för att reproducera musik skulle förstöras skulle vi ha melodier som gick runt i våra huvuden för att hjälpa oss att få struktur på världen omkring oss. (Storr 1993 s. 111)

Att varje människa i någon mån producerar sin egen musik är ju tydligt redan i barnens tidiga lek. Detta tar jag som ett första bevis på att musiken har en betydelsefull plats i människans inre liv trots att den ofta ses som en yttre företeelse. Jag tror också att en av musikens betydelsefulla kvaliteter är att fungera som psykets ”bollplank” och det kanske till och med är så att människans komplicerade psyke behöver både drömmarna och musikens renande funktion för att upprätthålla en nödvändig balans.

Redan på vaggvisestadiet blir sången eller nynnandet en yttre referenspunkt som signalerar trygghet, och den musik man utsätts för under tidiga barnaår har i de flesta människor ett eget rum i psyket under hela livet. Det som sker i detta inre rum återspeglas också i den musik man väljer att lyssna på. Musiken blir en förmedlare av den sinnesstämning man befinner sig i och gränslandet mellan inre och yttre blir ett mellanområde som både kan ha en hårbärgerande funktion och förmedla en känsla av äkta glädje.

I musik finns de flesta känslöstämningar representerade och eftersom musik i många sammanhang handlar om både hopp och glädje får man både samhörighet och solidaritet med på köpet. (Kast 1997 s. 12)

Att Jungs fokus låg på drömmar och bilder kanske handlar om att musiken befinner sig på en nivå som är så mycket förknippad med det omedvetna att vi i allmänhet inte reflekterar över musikens lekande funktioner och läkande egenskaper på ett medvetet plan. Detta kan också vara en förklaring till att musiken är undervärderad i de flesta sammanhang utom de mest finkulturella och extremt kommersiella.

Oavsett om man gör ett aktivt val eller ej blir man omedvetet påverkad av den musik man hör och genom att spela förförisk musik i affärer och gallerior får man besökare att konsumera mera. Denna musik används också på arbetsplatser och forskning har också påvisat att musik under ett träningspass gör att man inte anstränger kroppen lika mycket trots identiska presta-

tioner. Här hamnar vi i situationer som på något sätt liknar det magiska. Dimensioner som knappast låter sig förklaras på ett godtagbart sätt gör ju inte saken mindre intressant. Utmaningar är alltid lockande och en dröm härom natten vittnar väl om att ämnet handlar om att flytta berg. I drömmen seglade jag i ett mindre vattendrag uppför en bergssida vilket faktiskt gick bra men när jag sedan var på väg neråt blev det avsevärda problem. Att gripa sig an ett problem är både lustfyllt och utmanande men att komma ner från drömmarnas berg är inte alltid lika lustfyllt.

Individuationsprocessen

Genom att observera ett stort antal personer och studera deras drömmar upptäckte Jung inte bara att alla drömmar i växlande grad har ett ärende till den drömmande, utan också att de alla ingår som delar av en enda stor väv av psykiska faktorer. Han fann också att de i det stora hela tycktes ordna sig efter ett visst schema. Detta schema kallade Jung individuationsprocessen. (Jung et al 1992 s. 160)

När jag började intressera mig för musikens betydelse för individuationsprocessen hade jag ingen bestämd uppfattning om skillnaden mellan en högst ordinär mänsklig mognadsprocess och vad Jung menade med individuation. Sedan jag förkovrat mig i ämnet är jag fortfarande osäker på om Jung ville muta in en egen "jungiansk" individuationsprocess som bara är förunnat vissa personer eller om allt kanske handlar om att han vill tydliggöra vad som är betydelsefullt för att en människa ska genomgå en sund utveckling utifrån sina egna unika förutsättningar. Det är emellertid inte speciellt klagande att ta del av vad Andrew Samuels skriver i Jung och post-jungianerna:

Det är svårt att veta vad Jung egentligen menar när han talar om individuation. Han förutsätter att människan har en instinkt att växa psykologiskt ungefär som hon mognar rent psykologiskt. Individuationen är därför en naturlig benägenhet. Samtidigt säger han att individuationen kan betraktas som ett mål först när ett för tillvaron nödvändigt minimum av anpassning till kollektiva normen skett. Detta skulle kunna innebära att individuationen bara kan vara ett mål för dem som har starka jag, är socialt välanpassade och som fungerar genitalt. Detta kan tolkas som att individuationen är till för en elit. Jung skulle till sitt försvar kunna anföra att naturen när allt kommer omkring är aristokratisk. (Samuels 1994 s. 343,345)

Anthony Storr som var psykiatriker och jungian från England har bland annat skrivit "Music and the Mind" som jag tidigare citerat. Där kan man också få sig till del en ganska befriande syn på individuationsprocessen. Dock med reservation för den fria översättningen.

Att individuera är att befria sig från sitt sociala bagage och klä av sig sina manér och inlärd konventioner. Det är också att ställa sig fri från religion och utbildning och allt annat som kan tänkas hindra en från att bli till den helhet man är ämnad att landa i. (Storr 1993 s. 153)

Eftersom min frågeställning handlar om vilken betydelse musiken kan ha för en människas individuationsprocess är min utgångspunkt givetvis att alla har samma chans. Tyvärr har nog den samhällsstruktur man växer upp i större betydelse än man tror för möjligheterna att komma vidare i sin personliga utveckling. Ett sekulariserat samhälle som övergett det mesta av vad initiations och övergångsriter heter och som i stor utsträckning gjort dygder av "dödsynderna" lägger knappast en god grund till en sund individuationsprocess. Den narcissism som präglar samhället i stort och som ses som en tillgång i konkurrenssamhället är som jag uppfattar saken också ett effektivt hinder för att individuationsprocessen ska komma till stånd. Trots allt så finner jag det nödvändigt att titta på individuationsprocessen med jungianska glasögon och lämna vad som kan vara en ordinär mognadsprocess åt sitt öde och detta grun-

dar jag på att Samuels skriver att mognad visserligen är den del av individuationsprocessen men att individuationen är en särskild del av en människas mognad.

För att söka mer klarhet i frågan har tagit del av ett antal publikationer. En av dem är ”Jungianska grundbegrepp från A till Ö” (Hark 1999) och där står följande som inledning till Individuation:

Individuationen är en psykiskt mognads- och förvandlingsprocess som ägnas stor uppmärksamhet i Jungs psykologi. Ofta beskrivs individuationen också i termer av att förverkliga sig själv och bli hel. Av de många olika aspekterna på individuation vill jag här först och främst nämna den differentieringsprocess som har utveckling av den individuella personligheten som mål. Intimt förbunden med den är det skeende som kan beskrivas som individualitetens framväxt ur de kollektiva normerna och de kollektiva psykiska strukturerna. Denna individuella väg leder inte till ett motsatsförhållande visavi kollektivnormerna; en konflikt blir följden endast om individuella normer deklarerar som allmängiltiga. (Hark 1999 s. 105)

Hark skriver vidare att Jung anser att individuationen är en psykisk naturprocess som spelar en avgörande roll för hans psykoterapeutiska behandlingsmetod och att Skuggan liksom Anima och Animus har en avgörande betydelse för hur man lyckas i sin individuationsprocess. När man slutligen är i stånd att möta Självvet fullt ut har man också skapat möjligheten att göra upp med alla omedvetna och överpersonliga ”själsdominer”. (ibid.)

Jolande Jacobi som blev en nära medarbetare till Jung och som i många avseenden tydliggjort svårtolkade passager i Jungs skrifter skriver bland annat så här om individuationsprocessen:

Som ett frö som successivt växer och blir till ett träd med allt vad det innebär av framgångar, kriser, kollapser och omstarter. Ett liknande mönster är också verklighet för större delen av mänskligheten som en följd av en ofreflekterad, omedveten och oväntad resa i livets labyrint från födelse till död. Vägen är kantad av svårigheter och umbäranden, sorg och lycka, rätt och fel, och ingenstans går någon säker för katastrof. Så snart man försöker eliminera alla risker och låter eventuella risker enbart existera i tankevärlden förlorar man alla möjligheter till en oberoende och sund utveckling. Endast om man möter världen med mod och öppna ögon, utan rädsla för misslyckanden kan man uppnå en mognad avsevärt mycket högre än den som hela tiden försöker hålla sig på vägens säkra sida. Ju mer ”biologiskt medvetet” ett liv är i sin senare del, ju mer tydligt är det på väg att ta slut och ju mer livet är format av en andlighet desto mer liknar det en fullkomning. (Jacobi 1967 s. 16)

Det framhålls också på sina ställen att Jung menar att individuationsprocessen tillhör den senare delen av livet vilket Jacobi hävdar är ett missförstånd. När jag tagit del av vad Jacobi skriver i ”The way of individuation” (1967) och förstått att Schopenhauer haft ett avsevärt inflytande på Jungs tankar i ämnet blir det också tydligt att den första delen av livet är betydligt lättare att åskådliggöra. Detta innebär såvitt jag kan se saken att man med någon sorts automatik koncentrerar sig på det som verkligen är i behov att genomlysas. En intressant aspekt på detta är emellertid att den första delen av livet förefaller vara svårare att hantera för den introverta personligheten

Individuationsprocessen kan delas upp i två huvudfaser med ett antal undergrupper där den ena fasen är motsatt den andra. Hur dessa faser ser ut varierar högst påtagligt mellan varje individ. Vid ”middagstid” börjat ifrågasättandet av allt som skedde vid livets ”morgon” menar Jung. (Jacobi 1967 s. 21)

Bland de tankar Schopenhauer gett uttryck för angående individuationen tycker jag att följande är en mycket målande bild:

Det är som ett broderi där man under sin första del av livet befinner sig på den räta sidan och sedan får hålla tillgodo med avigsidan. Avigsidan är inte så vacker som rätsidan men den visar tydligt hur trådarna blivit placerade. (Jacobi 1967 s. 25)

Ett annat Schopenhauercitat fungerar ytterligare klagörande:

De första fyrtio åren förser oss med texten, medan de kommande trettio förser oss med redogörelsen. Utan en kärnfull redogörelse är vi inte kapabla att förstå, varken det verkliga innehållet eller det moraliska sammanhanget i texten. (Jacobi 1967 s. 16)

Trots att individuationen borde vara en naturlig process hos alla individer är det emellertid inte någon självklarhet att den kommer alla till del.

Men individuationsprocessen i egentlig mening sker endast om människor vet vad det gäller och medvetet vill samverka med den. Individuationsprocessen är mer än bara samspelet mellan det medfödda anlaget till fullhet och de yttre öden som möter människan. Denna aktivt skapande sida hos den psykiska kärnan (Självet) kan komma till tals endast när egot blir befriat från sina önsningar och uträkningar och söker sig in till en djupare mindre yttlig livsform. (Jung et al 1992 s. 162)

För min egen del kände jag tydligt att min ”göratillvaro” fylldes av en tydlig strävan mot ett tillstånd som mera handlade om ”varandekvaliteter” i fyrtioårsåldern. Detta märktes också i mitt musicerande. Från att ha känt en lustfylld utmaning av ekvilibristisk jazzmusik ville jag hellre spela enkel och klangfull musik och att öva för att behålla min fingerfärdighet kändes helt oväsentligt. Vilket också gällde den tidigare så lustfyllda önskan om att spela inför publik.

Verena Kast som bland annat är utbildningsanalytiker vid Jung-institutet i Zürich tycker att den etablerade djuppsykologin genomsyras av mörker och allvar har i boken ”Glädje, inspiration, hopp” skrivit om glädjens betydelse för utveckling och mognad. Som musikerterapeut undrar man om det verkligen är så att psykologer och analytiker ska behöva påminnas om glädjens betydelse för läkande processer.

Frågan är om vi inte ofta skulle komma framåt i terapier om vi lyckas stimulera en viss glädje istället för att knoga vidare med ett problem som vi just nu inte kan lösa (Kast 1992 s. 21). I slutet av boken skriver hon: Glädje, inspiration och hopp är precis lika viktiga för att vi ska förstå människans natur som ångest och sorg. (Kast 1992 s. 141)

Winnicott talar om att finna ett gemensamt lekområde för att nå fram till en lyckad terapi (Winnicott 1981). Andra begrepp som Winnicott använder är det sanna och det falska självet och det är inte svårt att se tydliga paralleller mellan Jungs Persona och det falska självet och en logisk slutsats är också att det sanna självet blir alltmer framträdande ju mer man avancerar i sin individuationsprocess. Expressiv musikerterapi handlar i grunden om att finna ett gemensamt lekområde. Detta måste ske utan intellektuella förtecken och därmed blir det självklart att fokusera på det friska istället för det som är själva problemet. Den känsla av glädje och gemenskap som alltid blir följderna när man lyckas finna varandra i ett musikaliskt samspel skapar ofta en lyckosam bearbetning på en nivå som inte är intellektuellt åtkomlig och det är min övertygelse att detta kan jämföras med de kurativa arketypiska processer som Jung hävdar är nödvändiga för att komma framåt i sin individuationsprocess.

I jungiansk terapi är ett av målen att människor ska kunna bli kreativa på personlighetsplanet. Tanken är att det medvetna ska öppna sig mot det omedvetna så att det konstrollerande komplexen uppfattas som idéer och inte primärt som störningar. (Kast 1997 s. 96)

Både Jacobi och Samuels talar om att individuationsprocessen handlar om två huvudspår där den ena är en naturlig process som sker mer eller mindre med automatik utan att medvetandet är inblandat. Det andra spåret handlar om en mera konstgjord process som innebär att man med hjälp av psykoterapi och/eller psykoanalys medvetandegör omedvetet material.

Om man ska placera in musiken i något av dessa spår bör den rimligen höra till det som kallas den naturliga vägen. Detta grundar jag dels på det jag tidigare anfört om vaggvisor och barnsång men det är också uppenbart att musiken har en stor betydelse för ungdomar i tonåren som är inne i en intensiv process av att finna fruktbara former som ska leda fram till ett givande vuxenliv. Det är kanske förmätet att hävda musiken som en bärande trygghetsfaktor under ungdomstiden men musikpreferenserna har utan tvekan en avsevärd betydelse för identiteten under dessa år och genom sitt musiklyssnande och eventuellt också genom sitt musicerande får ungdomarna både en starkare känsla av gruppstillhörighet och ett tillskott av vitalitet som i vissa fall kan vara avgörande för vuxenlivet. För min egen del råder ingen tvekan om att musiken har haft en avgörande betydelse den individuationsprocess jag har genomgått vilket jag kommer att återkomma till senare delen av uppsatsen.

Ett intressant faktum är att Jacobi på ett ställe i sin bok tar upp att vissa "extraordinära" människor som inte passar in i Jungs individuationsmodeller kan ha mycket svårt att finna den andliga nivå som är nödvändig för att komma igång med den andra livsfasen.

Konstnärer och artister vars egocentritet och eventuella framgångar tagit dem högt över deras personliga utveckling och därigenom heller inte givit dem varken förmåga eller förutsättningar att lämna sin naiva världsuppfattning. Dessa människor placerar sin individuationsprocess i sitt arbete; utanför dem själva istället för i det egna psyket. (Jacobi 1967 s. 28)

Detta är ju ett tydligt exempel på att både musicerande och annan konstnärlig utövning kan verka negativ på den personliga utvecklingen, vilket jag onekligen sett en hel del exempel på bland de personer jag umgicks med under min tid som turnerande musiker. Ser man sig omkring upptäcker man emellertid att det inte bara är artister och musiker som är fullt upptagna av sin egen egocentricitet och därför känns det också relevant med följande citat ur Andrew Samuels bok:

Människor som tror att egot är en representant för hela deras psyke och som varken vill eller kan känna till andra kvaliteter som tillhör psyket är utelämnade till att projicera sina okända "själskvaliteter" i sin omvärld eftersom allt omedvetet först ger sig till känna genom projektioner. (Samuels 1994 s. 39)

När det gäller den successiva utarmning av de rituella inslagen i samhället tror jag emellertid att musiken får en större betydelse för att finna betydelsefulla stigar mot framtiden, och beträffande musikens betydelse för de riter som vi fortfarande har kvar råder väl ingen tvekan om att musiken är en oersättlig komponent. Under våra högtider har ju musiken en framträdande roll, både när det gäller det religiösa och det profana firandet.

Själva individuationsprocessen – den medvetna strävan efter samförstånd med ett eget inre centrum eller Självvet börjar vanligen med att personligheten tillfogas sår och lider. (Jung et al 1992 s. 166)

Individuationsprocessen handlar om att finna sitt Själv men det handlar även om att möta sig själv. Likaväl som man behöver ta itu med sin Skugga måste man frigöra sig från Personans inflytande och det är först när man får en levande relation mellan jaget och det omedvetna som man har en möjlighet att bli bekant med sin egen unika personlighet. I stunder av sorg är man ofta närma sig själv. När man sluter sig i smärtan av att ha förlorat någon nära och kär person

eller har drabbats av svår sjukdom blir i många fall musik en lindring och en helande resonansbotten för smärta och kaotiska känslor.

I begreppet individuation ligger onekligen att människan accepterar det som ligger bortom individen, det som hon känner men inte kan veta något om. I den bemärkelsen är individuation en andlig kallelse, men om man ser den som ett förverkligande av en personlighet är den ett psykologiskt fenomen. (Samuels 1994 s. 159)

Jacobi hävdar att grunden till det arbete som måste göras i den senare delen av livet handlar om att etablera ett stabilt ego. Från mitt musikperspektiv måste jag ställa frågan om man kan bygga upp ett stabilt ego utan musikens inverkan, eller om det är möjligt att bli en harmonisk människa utan den harmoni som ljuva toner åstadkommer? Ett kategoriskt svar på frågan kan ju inte ges men jag har mycket svårt att tro på ett gott liv utan musik.

Anna

En av mina klienter var en kvinna några år över femtio som när hon kom till mig för första gången var helt beroende av sin rollator och vågade inte ens stå upp utan att ha något stöd. Hennes anamnes talade om en traumatisk barndom och placering i särskola även om det var tveksamt om det förelåg något begåvningshandikapp. Under större delen av livet hade hon varit fysiskt välfungerande men efter ett fall i en trappa och en tids rörelseproblem vågade hon inte längre lita till sin egen balans och förflyttningsförmåga. Till saken hör också att forskning visat att många av äldres fallolyckor beror på bristande tillit och eftersom hon bevisligen inte hade någon fysisk defekt som gjorde att hon inte kunde hålla balansen av egen kraft inriktade jag mig på att bygga upp hennes känsla av trygghet genom de medel som stod till buds.

Hon gav ett allmänt svagt intryck och klagade på att hon varken orkade spela på keyboard eller trumma. Vi sjöng också en del och hon kunde väldigt många sånger vilka hon sjöng med sin svaga men klockrena röst. Dessutom satt hon alltid med handen framför munnen när hon sjöng vilket också är ett tydligt på dålig självkänsla och eventuellt också skam.

Trots allt ville hon alltid spela lite på trummorna och efter några gånger märkte jag att hon slog med allt större kraft och även orkade mer och mer. Efter ytterligare en tid gav hon uttryck för tydlig ilska i sitt trumspel och allt eftersom trumspelet blev mer potent blev orken bättre och hennes röst starkare. I linje med hennes framgångar började jag också dansa med henne, vilket till att börja med var svårt, både på grund av hennes dåliga motorik och hennes rädsla för närhet. Men eftersom svårigheter är till för att övervinnas löstes också detta med hjälp av något som kan liknas vid enklare form av bugg. Trumspelet blev allt ilsknare, hennes uthållighet bättre, hennes sång starkare och till sist var det balansen och tilliten som skulle testas. Hon vågade inte släppa mig en sekund när vi dansade, men eftersom hon rörde sig allt friare bad jag henne en dag att ställa sig rakt upp och finna sin egen balans samtidigt som hon höll mig i handen och när hon funnit sitt jämviktsläge talade jag om att jag skulle släppa taget och för första gången på flera år kunde hon strålande av lycka lita till sin egen balans.

Mitt rum låg i slutet av en lång korridor och efter denna episod började hon gå till mig utan rollator men till att börja med fick ena väggen tjäna som säkerhet. Efter ytterligare en tid halvsprang hon genom korridoren och den rollator som hon så länge hade varit beroende av behövdes inte längre.

Till glädjens lätthet hör leken med toner och därmed andningen som förbinder oss med luften och det luftiga. (Kast 1997 s. 43)

För mig är detta ett tydligt exempel på hur man via framförallt trumspel kan komma i kontakt med sin Skugga och bearbeta denna på en omedveten nivå. Parallellt med detta sker alltid en utveckling på andra nivåer och genom att också jobba med sång och rörelse får man ett terapeutiskt ”paket” som på förhållandevis kort tid skapar förutsättningar som annars kan vara svåra att finna även i ett längre perspektiv.

Glädje inger självförtroende och gör att vi accepterar oss själva och världen. Den öppenhets emotion som får oss att vidga våra gränser, överskrida oss själva och uppleva stegrad vitalitet. Det handlar alltså om helhet, om att jaget öppnar sig för Självvet utan att jaget för den skull går förlorat. (Kast 1997 s. 116)

Hur långt denna kvinna avancerar i sin individuationsprocess är ju svårt att sia om, men jag tycker att hon är ett gott exempel på vilken hjälp musikterapi kan erbjuda människor i nöd. Den känsla av samhörighet och genuin glädje som musiken skapar förlöser känslor som ofta är oåtkomliga för mera intellektuella terapiformer.

Tillhör musiken de kollektiva arketyperna?

Den ”primitiva” människan sjunger endast när hon har något speciellt att uttrycka och när andra uttrycksmedel tryter. Uttrycksbehovet omspannar ett stort område av religiös, magisk eller mera vardaglig karaktär och musiken är övervägande nyttobetonad. Man sjunger för att utmana, hälsa eller tacka någon, man sjunger under arbetet, när någonting gått på tok eller över förväntan, men man sjunger i synnerhet för att beveka gudar och naturkrafter. Ett typiskt drag i naturfolkens sång är att den är intimt förknippad med kroppslig rytmisk aktivitet såsom dans, taktfast gång, vaggning etc. Ofta ackompanjeras sången av att både åhörare och sångare klappar i händerna, stampar i marken, bröstet, benen eller låren. Detta kan betraktas som urformer till trummandet, som hos de flesta utomeuropeiska folk utgör ett väsentligt inslag i allt musicerande. Studiet av den primitiva musiken har uppenbart tydliga paralleller å ena sidan med den musikutveckling man kunnat iakttä i kulturfolkens tidiga historia, å andra sidan med den utveckling varje barn genomgår från födseln till omkring fem års ålder.

De tidigaste melodierna består av ett pendlande mellan två toner med ett intervall av en sekund eller ters, ev. kvart. Melodionerna anpassas till rim och ramsor av olika slag på samma sätt som barns upprepningar av samma melodistump med ständigt ny text. Shamanen måste emellertid ta till starka medel för att beveka gudarna, skrämna andarna eller bota de sjuka. Långa ordlösa haranger med vilda tjut av raseri eller glädje. Sångrosten skall vara annorlunda än talrösten och minst av allt vara mänsklig. Därför må man gärna sjunga i näsan, väsa, pipa, tjuta, joddla och agera buktalare, bara inte sjunga fritt, naturligt och avspänt. Den som kan ryta som ett lejon blir en ljudsymbol för lejonet. Varje gud, varje ting, varje väsen har sina egna ljudsymboler. Genom att sjunga gudens namn eller ”signaturmelodi” eller genom att spela hans speciella instrument under i övrigt gynnsamma, noga föreskrivna omständigheter kan man tvinga honom att uppenbara sig.

Den primitiva musiken är liksom hela den primitiva kulturen objektiv och kollektiv. Det rör sig inte om personligt färgade tonsättningar eller musikframföranden utan om givna melodiformer som visserligen kan varieras men också förstås av alla inom stammen. Individerna existerar endast som en del av stammen, privata sorger och glädjeämnen finns inte. Födelse, giftermål, begravning, allt är stammens angelägenheter, inte individens, kärlekssånger såväl som begravningssånger sjungs gemensamt och tom bröllopsnatten celebreras med oavbruten unison sång. (Aulin-Sandberg, 1967)

Genom att införa arketyper som bärande element i det kollektiva omedvetna öppnade Jung en gemensam mänsklig värld befolkad av bilder och energier, fyllda av värdefull information som öppnade upp för bättre kunskap om människans väsen och hennes andliga förmågor. Mandalabilder blev betydelsefulla bärare av meddelanden från det undermedvetna och Jung lade ner ett mödosamt arbete på att tolka och analysera dolda budskap i dessa. När det gäller aktiv imagination och drömmar framträder ofta budskap med koppling till de kvaliteter som

utmärker mandalan men kopplingar till musiken som människans mest intima följeslagare genom historien inte har beretts någon plats i Jungs skrifter.

För mig förefaller det också märkligt att Jung som i stor utsträckning uppenbarligen har inspirerats av Platon och i många avseenden tagit fasta på filosofiska idéer från Schopenhauer inte fick upp ögonen för det dessa hade att säga om musikens betydelse för människan. Som jag nämnde i början av uppsatsen var min ursprungsidé att utifrån Platon och Aristoteles idéer om musik gå vidare till Schopenhauers uppfattning att musik var den högsta konstformen eftersom den verkade direkt på viljan. När jag nu har justerat inriktningen på min uppsats finner jag ändå att Schopenhauers ande tränger sig på och det skulle onekligen ha varit intressant om Jung åtminstone gett uttryck för något om musikens inverkan på människan. Det enda jag känner till är det han förmedlar i självbiografin "Mitt Liv" (2007) när han på sina afrikanska resor skriver om sina upplevelser av dans och rytm. Intressant är också att han mera förefaller skrämdd av den starka rytmen och extatiska utlevelsen och dansen, än ser det som ytterligare en arketypisk yttring.

Den musikterapeutiska grundutbildning jag för många år sedan deltog i vilade till stor del på det psykodynamiska och jungianska. I ljuset av detta känns det verkligen som en brist att det inte skrivits speciellt mycket om Jungs lärores förhållande till musiken och dess kurativa kvaliteter. Utifrån mina nuvarande kunskaper om Jung och hans tankar finner jag det ställt utom all tvivel att musikaliska yttringar mycket väl kan vara en del av den arketypiska världen. Tyvärr finns inte mycket forskning i ämnet och därför tycker jag att det är intressant att se om jag genom att studera närliggande områden kan göra musikens förhållande till Jungs arketyper mera tydligt. Jag finner dock anledning att använda mig av ett Schopenhauercitat från Storrs bok innan jag går vidare.

Musik påminner inte om någon annan konstform på grund av att den är en kopia av **Idéerna** och en kopia av själva **Viljan**. Av denna orsak är effekten av musik så mycket starkare och djuplodande än någon av de andra konstformerna. De andra är bara skuggfenomen medan musiken handlar om själva essensen. (Storr 1993 s. 140)

Intressant är också att Storr skriver att en av de få karaktärer Freud och Jung delade var deras oförmåga att uppskatta musik.

Arketypen är en symbolisk formel som träder i funktion där det inte existerar några medvetna begrepp eller där sådana av olika anledningar inte är möjliga.

Är detta en typisk beskrivning av vad som händer när en person börjar vissla förstrött i situationer då den känner sig osäker eller försöker dölja något för omgivningen? När man får en melodi "på hjärnan" som man inte "valt" är det kanske också någon arketypisk struktur som ger sig till känna. Endera som en försvarsreaktion eller som ett meddelande från det omedvetna som vi än så länge inte har några modeller för att utvärdera. För mitt eget vidkommande är det också väldigt påtagligt att jag i stressituationer går omkring och nynnar på olika melodier för att hålla mig inom en rytmisk ram och på så sätt skapa en tydlig förankring i tillvaron. Det är också ett intressant faktum att jag i de skeenden i livet som varit mest pressade har skapat musik med en kraft och struktur som inte tillhör det vanliga utbudet. Musikupplevelser och musikskapande förflyttar människan till olika medvetandenivåer och i vissa lägen är man utan tvekan på besök i världar som inte tar emot besök från den rationella världen.

Vaggvisan, jojken, tibetansk strupsång och blusen samt ett stort antal andra äldre musikformer har en arkaisk grund som direkt kan kopplas till det kollektiva arvet och dessa musikformer är också bärare av arketyperiska energier. Min erfarenhet är att musiken alltid i något avseende finns med i pressade och traumatiska situationer och då är det människans urkrafter som rycker in som en hjälpande disciplin.

Arketyperna är levande funktioner i psyket och i drömmarna och motsatser till det intellektuella tänkandet.

Min första fundering angående ovanpåstående måste givetvis vara att musiken också är en levande funktion i psyket och i allra högsta grad mera tillhörande känslolivet än vårt intellekt. Undersökningar har också visat att hos gemene man är det den högra hjärnhalvan som dominerar när man lyssnar på musik men att många musiker lyssnar med sin vänstra hjärnhalva.

Det intellektuella tänkandet kanske behöver rytm för att fungera rationellt men för övrigt tror jag att intellektet är den del av oss som är mest befriat från rytm och står därmed i musikalisk motsats till våra mest grundläggande livsförutsättningar. Tittar man närmare på människans tonspråk finns emellertid en intressant och världsomspännande yttring i den lilla tersen i ”Skvallerbytta bing bång” som enligt musikforskarna förekommer med små variationer över hela jordklotet. När man ropar på mamma eller pappa är det också den lilla tersen som ofta förekommer, men när det är fara å färde ändras karaktären snabbt till en prim eller ett stigande intervall och detta sker aldrig på en medveten nivå. De olika intervallen har påtagliga funktioner som symbolbärare och är intimt förknippade med människan och hennes utveckling och säg den människa som inte blir berörd av den överstigande kvarten (tritonus), speciellt när den presenteras i samklang. Om intervallen är stigande eller fallande påverkar oss också på olika sätt och för mig ter det sig osannolikt att det skulle finnas en skillnad i påverkan hos olika folkslag. Att den kultur man växer upp i påverkar ens preferenser är självklart men när det gäller de omedvetna yttringarna håller jag med Jung och har jag svårt att tro på några större skillnader bland jordens olika folkslag.

Finns det någon mänsklig kultur som inte har dansat för att leva ut sina lustar och komma i kontakt med andevärlden?

Rytm är inte bara musikens viktigaste beståndsdel, den är egentligen grunden till allt. Utan rytm inget liv, och då ser jag rytmen både som det vi kallar en regelbunden puls eller takt (en vertikal dimension) och som beståndsdel i en större och i tid mer omfattande flöde som även omfattar dagar, månader, årstider med mera. Det senaste inom fysiken är strängteorin som bygger på att hela universum både är uppbyggt av och hålls ihop av ofattbart små vibrerande strängar. Är det befogat att fundera över vad som händer om en sträng börjar svänga i otakt? Liksom de alltmera spridda GPS:arna som kräver samverkande atomur med en exakthet på milliondels sekunder för att inte visa fel på flera mil tror jag att universum kräver en oerhörd precision för att fungera. Inte minst detta tar jag som intäkt för att rytm är en av de grundläggande faktorerna i våra liv även i sin mest obestämda form. Om man funderar mera över rytmens mera specifika former finns det emellertid anledning att se dansen som en arketyperisk yttring på en nivå som är mera omedveten än de mandalabilder Jung presenterar i sina skrifter.

I sammanhanget blir det också angeläget att skriva om mina tankar kring ”dansknytingens” arketyper. Om man betraktar musiken som tonsatt rörelse är det inte svårt att se de nära anknytning som finns mellan vaggvisan och den rörelse den är sammanknippad med. Jag anser

också att vaggvisan är en av symbolerna för denna arketyper och sannolikt har den spontana barnsången också en betydelsefull inspirationskälla i den tidiga kontakten mellan mor och barn.

Birgit Åkesson var en framstående svensk koreograf som i forskningssyfte bland annat sökte efter dansens ursprung i Afrika. I ett TV program (K special) berättade hon om hur hon upptäckt att den arketyperiska ringen alltid finns med i de afrikanska danserna även om det inte alltid tydligt framgår och en annan svensk som forskat i människans ursprung är Lasse Berg.

I Gryning över Kalahari (Berg 2005) skriver han om dansens flerfaldiga syften hos de afrikanska folken. I rituella sammanhang handlar det om att motverka det onda genom att rikta dansens energi mot individer eller grupper som råkat i konflikt eller att bota det som är sjukt eller skadat hos utvalda individer. För alla som deltar i dansen handlar det emellertid att läka och stärka varandra. Dansen ger en stark känsla av gemenskap och ger därigenom en större chans till överlevnad. Detta har varit bushfolkens framgångsrecept under den ofattbart långa tid de funnits till.

Oavsett om den medryckande dansrytmen eller den nynnande vaggsången lade grunden till människans olika musikaliska uttryck är den lugnande rytmen i vaggsången ett tydligt uttryck för en musikalisk arketyper. Det är ju självklart att man ska vagga och nynna för sitt barn för att det ska komma till ro och detta är också en trygghetsfaktor som är avgörande för hur man ska reda upp sitt liv i ett längre perspektiv. Det är troligt att människan sjöng innan hon kunde kommunicera med språket på ett tillfredsställande sätt och detta är otvivelaktigt ett mänskligt uttryck som är mera basalt än en mandalabild.

Finns det arketyperiska rytm-mönster, rytmiska karaktärer som är bärare av vitaliserande budskap, energier från det undermedvetna?

Rytmer har i alla tider använts för att förändra medvetandet och fortfarande använder man rytm och dans för att försätta sig i trance, framförallt i Afrika och i den karibiska övärlden. Min idé handlar om att lika väl som mandalan ger uttryck för ett bildligt mönster med arketyperisk karaktär finns det också rytmiska mönster med liknande arketyperiska budskap. Det är väl inte helt omöjligt att hamna i ett tranceliknande tillstånd om man dansar wienervals, men rimligtvis är den av en helt annan karaktär än om man lever ut sina lustar under ledning av en schaman i ett mera ursprungligt sammanhang. Den i mitt tycke förhatliga, marschtakten har också en förmåga att sätta igång rörelse framåt, att driva på, och i musikpsykologiska försök som har gjorts har det visat sig att de muskler som jobbar mest när man marscherar också aktiveras om man spelar marschmusik för människor med fastlåsta ben. Det finns givetvis en möjlighet att yttringen är kulturellt betingad men det förefaller mera sannolikt att det är uttryck för en mänsklig egenskap som kan hänföras till ett kollektivt arv.

Den amerikanska historikern William H McNeill (Berg 2005) hävdar t.ex. att det var med hjälp av människans unika rytmuppfattning vi är där vi är idag. Det var först när världshistoriens diktatorer och fältherrar insåg människans medfödda behov av att röra sig tillsammans i takt som man lade grunden till historiens stora hierarkiska statsliknande strukturer.

Om man går vidare till musikens klang och harmoni hamnar man på en nivå som mera kan hänföras till det kulturella arvet, men där finns också element som kan vara värda att titta närmare på. I en filosofisk modell som jag brukar använda finns tydliga kopplingar mellan rytm och hjärnans grundläggande strukturer (hjärnstammen och dess närliggande funktioner).

Går man vidare till det limbiska systemet och dess funktion som styrenhet för minnet och med stor betydelse för känslolivet finner man en ganska logisk koppling till musikens klang och harmoni. Vad är det som verkar lugnande på det lilla barnet som ska komma till ro? Är det rytmen eller den lugnande klangfärgen? Finns det anledning att misstänka att en vaggsång har avvikande karaktärer på någon plats på jorden? Återigen känns nog svaret ganska övertygande. Visserligen är det samverkan mellan rytm och klang som skapar den rätta formen men med en klangfärg som inte är tilltalande får man inte den effekt man eftersträvar. Att använda musik för att skapa en känsla av trygghet kräver sina attribut och det är inte för inte som adagiot i Mozarts klarinettkonsert används i tid och otid för att skapa ett skenbart lugn i offentliga miljöer.

Musiken som en betydelsefull beståndsdel i de mänskliga riterna talar också för att det finns en arketypisk dimension i det musikaliska arvet och det skulle onekligen gå att föra in betydligt flera aspekter om man förflyttade sig till en annan kunskapsnivå men mina funderingar handlar än så länge enbart om den i inledningen ställda frågan: Tillhör musiken de kollektiva arketyperna?

Min egen väg mot individuation

Under de första fem åren läggs de grundstenar som ska bestämma personlighetens framtida struktur, och det viktigaste arketypiska program som aktiveras under denna tid är det som förmedlar bandet till mamman. Beroende på hur relationen till mamman utvecklas så kommer alla framtida relationer i livet att påverkas av det. Vid sidan av modern påverkar detta aktiviteten i arketypiska system som rör lek och utforskning av omgivningen, diskrimineringen av främlingar, utveckling av könsmedvetenhet, bildandet av moralkomplex, personan, skuggan samt animus och anima.

Min mormor dog när jag var tre månader gammal och i samband med detta gick min mamma in i en depression som hon egentligen aldrig bemästrade. Amningen upphörde och det är sannolikt att hon hade svårt att vara en mamma som var närvarande i kontakten med sitt spädbarn. Min far som var egen företagare hade långa arbetsdagar men jag kan ännu komma ihåg att han lekte med mig när han kom hem från jobbet när jag var i fyraårsåldern och det finns anledning att tro att han betydde mycket för mina känslomässiga behov även innan. När det gäller kontakten med mina föräldrar som nu är döda fanns det alltid ett avstånd till min mor som aldrig förändrades, trots att hon många gånger visade prov på avsevärd omtanke. När det gäller min far sågs vi nästan bara under vår gemensamma söndagsmiddag under skoltiden men trots detta fanns en värme och närhet som jag aldrig upplevde med min mor.

Ytligt sett var hon en trevlig och tillmötesgående person men inom hemmets väggar var hon högst påfrestande genom att ständigt klaga och söka tröst. Dessutom hade hon en förmåga att lägga beslag på den ynka vitalitet man hade på ett svårförklarligt psykologiskt sätt. Detta blev jag varse sedan jag flyttat hemifrån och ständigt fick uppleva att jag var som en urvriden trasa när jag åkte därifrån. Samma fenomen har jag upplevt i mötet med vissa av mina klienter och liksom min mor passar dessa verkligen in i de nyare så vanliga uttrycket ”det suger”.

Min mor var också en människa med otroligt dålig känsla för rytm. Intellectuellt sett var hon på många sätt brilliant, men hennes sociala förmåga var inte alls på en jämförbar nivå. Jag har många gånger tänkt att mycket av hennes problem bottnade i hennes bristande rytmuppfattning och att hon inte hade förmåga till den turtagning (timing) som fungerar både lekande och frigörande i det sociala livet. Trots sin begränsade rytmuppfattning var hon ganska musikalisk

och spelade piano på gehör om än på en ganska elementär nivå. Det är därför ganska intressant att Storr också ger uttryck för något som jag direkt kan koppla till min mamma. Han säger nämligen att han har en svävande föreställning om att musik borde vara speciellt viktigt för människor som på något sätt är alienerade från sin kropp eftersom att spela, sjunga, dansa eller bara lyssna till musik ger fysisk kontakt med kroppen på ett sätt som knappast kan bli aktuellt om man läser poesi eller tittar på bilder. (Storr 1993 s. 149)

Utän tvekan säger det också en del om min egen kamp och mitt eget musicerande. Varför valde jag inte en enklare väg? Var det en omedveten arketypisk drift som fick mig att välja en yrkesbana som jag inte tänkt mig? Livet skulle nog ha blivit enklare om jag valt ett mera konventionellt yrke och beträffande mina förmågor har jag sannolikt större fallenhet för andra saker än musik. Min rytmiska förmåga lämnar fortfarande en del övrigt att önska, men jag har trots allt gjort omfattande erövringar i musikens värld. Genom att jobba mycket med trummor och rytm har jag successivt förflyttat rytmen från den yttre sfären till mitt inre rum och detta har onekligen betytt mycket för att skapa den inre trygghet som jag känner idag.

Det har berättats för mig att jag var en glad liten pojke i småbarnsåren och om man tittar i familjealbumet från den här tiden ser man uppenbarligen ett välmående och glatt litet barn. Från någon bevarad filmsnutt kan man också dra liknande slutsatser, men om man förflyttar sig till de berättelser jag fått höra från min barndom och de terapier jag gått igenom blir det ganska troligt att det är fråga om en överlevnadsstrategi från min sida. En fråga som genast inställer sig är då om man etablerar en Persona redan i småbarnsåren.

I min barndom var det radio och grammofon som stod för familjens musik. När jag kom i skolåldern placerade en bekant till familjen ett piano hos oss som vi köpte när jag började ta pianolektioner. Pianot blev tidigt också en betydelsefull kanal för min kreativitet. Nästan varje dag när jag kom hem från skolan spelade jag på pianot men mina pianoläxor spelade jag för det mesta bara dagen innan jag skulle ha lektion. Jag improviserade en hel del och jag tror att det var mycket fria improvisationer, men jag vet också att jag tidigt blev ganska bra på att spela blues i F-dur.

Trots att jag inte hade några skolproblem kan jag inte komma ihåg att jag trivdes speciellt bra med min skolgång och det är tydligt att min vana att spela piano en stund efter skolans slut var ett sätt att rensa hjärnan och komma i en bättre stämning efter en stökig skoldag. Hade jag istället målat en bild fritt ur hjärtat hade det förmodligen blivit något som varit besläktat med mandalabilder. Men vad är det då som säger att en bild är mera arketypisk än att uttrycka sig på ett musikinstrument? Är inte detta också ett sätt att aktivera arketyperna? En kontakt med det kollektiva arketypiska arvet som tränger sig på högst påtagligt. Trots detta har jag ännu inte funnit något i den jungianska litteraturen som ger en direkt bekräftelse på att det förhåller sig på detta sätt.

Jag började spela i band när jag var tretton år och om detta är väl inte så mycket att orda mer än att det var identitetsstärkande och skapade ett positivt sammanhang. Om man ska relatera till ett arketypiskt program så var det givetvis ett första steg att lämna hemmet och ge sig ut för att pröva sina vingar. Jag var t.ex. bara femton år när jag spelade i Norge första gången och att Personan också omformades under inflytande av det myckna spelandet råder ingen tvekan.

Jag var också ganska rebellisk under min uppväxt och ansågs av min omgivning vara bohemisk. Eventuellt på grund av mitt långa hår som också var en markering av självständighet

gentemot mina föräldrar. Jag började också spela saxofon när jag var femton år och detta gav mig en helt annan upplevelse när det gällde att ge uttryck för mina innersta känslor än vad pianot kunde erbjuda. På det verbala planet hade jag lätt för att uttrycka mig i skrift men språket hade definitivt inget fruktbart flöde. Även om jag inte stammade så var jag nog stammandet väldigt nära. Det hände ofta att jag inte fick fram det jag ville ha sagt och jag tror att ”liksom” var det ord som låg etta på min användarlista. Om det hade varit idag hade jag nog varit en flitig användare av ”typ”.

På det psykiska planet mådde jag som ni förstår inte så bra under tonåren, men det var inte på den nivån att jag var behov av psykiatriskt stöd. Skuggan vilade tungt i min ryggfack men musiken var bra medicin. Jag började skapa egen musik under högstadietiden och senare hade jag och några kompisar ett experimentband som bara spelade egna kompositioner med tydlig jazzkaraktär. Under gymnasietiden ägnade jag mer tid åt musiken än åt skolan och efter studenten kunde jag fortsätta med musiken som levebröd och hjälpa till i min fars företag när det blev skralt i kassan. Efter ett års studieuppehåll föll det sig emellertid så att jag började musiklinjen på en folkhögskola. Jag trivdes bra med miljön och kamraterna men blev också varse att jag inte var trakterad av en framtid som blåsare i en symfoniorkester eller skulle trivas speciellt bra som musiklektör. När jag fick ett erbjudande från en professionell etablerad orkester i nöjesbranschen hoppade jag av skolan och överlät tankarna om utbildning på framtiden.

När det gällde musikpreferenser övergav jag redan under gymnasietiden pop och rockmusiken för det som var mera jazzigt. Speltekniskt hade jag emellertid svårt att komma i närheten av mina musikaliska ideal även om jag gjorde tappra försök. Det blev också flera gånger uppenbart för mig att jag inte tillägnat mig de grundläggande musikaliska kunskaperna på ett tillfredsställande sätt. Utmaningen blev då att backa tillbaka och systematiskt bana in både tekniska färdigheter och finna den rätta känslan för det som skulle utföras. Samtidigt som jag blev en bättre musiker tvingades jag också att gå djupare i känslolivet och därmed också bearbeta min Skugga. De musikaliska svårigheter jag tog itu med talade om att den känslomässiga nivå jag befann mig på gjorde att jag gärna hade lite för bråttom med andra saker i livet. Detta medförde alltså att jag även tvingades gå till botten med det som jag ”slarvat över”, vilket sannolikt varit till gagn för individuationsprocessen.

Resultatet av min relation till min mor bör ju rimligen innebära ett defekt förhållande till min Anima. Så här i efterskott tror jag att mina möten med ett avsevärt antal kvinnor från olika miljöer under denna tid kompenserade mycket av den brist jag tidigare lidit av. Även om förhållandet till min mor i grunden präglade mina kvinnokontakter blev jag ändå varse att det blev möjligt att ha nära goda kompisrelationer. Bland annat med kvinnor som jag jobbade och levde nära ihop med på turnéer. Det var också uppenbart att min mammas sökande efter tröst hade grundlagt en känsla av att vara till för andra hos mig och det faktum att mina två första längre förhållande var med kvinnor som var fem år äldre hade något med min mor att göra. Mitt musicerande innebar i vilket fall som helst att jag fick tillfälle att möta många kvinnor i många olika situationer och att detta bidrog till en mera nyanserad Animabild är nog ställt utom alla tvivel även om jag fortfarande lätt ”går igång” på kvinnor som råkar trycka på mina ömma punkter.

På ett mera allmänt plan kan jag också konstatera att turnerandet gav ett stort mått av människokännedom och en hel del betydelsefull livserfarenhet. Efter fyra års turnerande med en hel del framgångar var jag ändå fylld av en känsla av att vara på fel plats i livet. Jag bodde i Enskede med nära avstånd till Nacka reservatet som jag ofta besökte och trivdes rätt bra med

det mesta, men jag kunde helt enkelt inte se mig själv i den roll jag hade och kände mig uttråkad av den musikstil jag spelade. Mina drömmar handlade ofta om att jag blev injagad i trånga underjordiska gångar vilket också var en tydlig signal från det omedvetna om att jag var på väg i fel riktning.

Jag hade flera längre kärleksrelationer och den längsta varade i tre år och det var med en kvinna som verkligen var att lita på i alla väder. Trots detta var det något som inte stämde. Efter jag slutat med turnerandet och jobbat som frilansare en tid var min ryggsäck ändå väldigt tung och jag kunde inte begripa varför jag inte mådde bra. Ödet serverade mig emellertid ett tillfälle att gå en fem mil lång vandringsled i vildmarken och lyckligtvis tog jag vara på tillfället. Jag vandrade i tre dygn och sov över i kojor i skogen. Vädret var vackert och naturen öppnade mina sinnen och vägen till mitt arketypiska program var onekligen öppen. Varken förr eller senare har jag kommit fram till så många avgörande slutsatser på så kort tid och den mest avgörande var nog ändå den att vår relation hade gått i stå och inte längre var utvecklingsbar. Det kändes som jag hade löst upp en hårt åtdragen knut och med det öppnades också vägen med nya möjligheter. Denna gång var det naturen som fick mig att komma i kontakt med arketyperna och när de fick verka fritt utan påverkan av vardagens hets.

Strax innan jag skulle fylla tjugosju år började jag jobba med teater och då kände jag att jag återigen var inne på rätt spår. Jag befann mig mitt i ett "allkonstverk". Ord, bild och musik i skön förening och en metalitet som var befriande skild från den musikerjargong jag varit utsatt för under lång tid. Jag fick också snart förtroende att skapa musik till de teaterstycken vi spelade och att skapa musik för teater är verkligen att gå en match med det arketypiska arvet.

Musiken ska ju inte alltid vara framträdande utan lika ofta stryka under och servera stämningar som ger en extra dimension till dramatiken. När jag körde fast gick jag ut i skogen och nollställde hjärnan efter bästa förmåga och vips så var problemen lösta. Det låter som en trollformel men om man tänker jungianskt så blir det tydligt att jag öppnade upp för det omedvetna och med hjälp av de kollektiva arketyperna kunde jag därigenom servera musik som var funktionell i sammanhanget.

Under alla år i "branschen" släpade jag på en Persona som i många avseenden var väsensskild från min inre verklighet. Intressant är att jag känslomässigt var ganska medveten om att jag inte visade upp mitt rätta jag för omvärlden. I ett personligt porträtt i "Hänt i veckan" 1978 säger jag faktiskt att jag nog innerst inne är en tystlåten melankoliker. Detta är visserligen en medveten provokation mot en dekadent publikation, men den rymmer också en förborgad sanning om mig själv. I det offentliga livet var jag verkligen inte tystlåten och i vissa avseenden var mitt ego också ganska grandios, men det allvar som fanns i min inre kärna handlade också om en strävan att vara seriös i min gärning, vilket inte alla gånger var lätt i den ytliga artistvärlden.

Intuitionen var alltid min ledstjärna när det gällde att skapa musik till teatern och i vilken utsträckning det kollektiva omedvetna hade ett finger med i spelet är svårt att ha någon bestämd uppfattning om. Jag hade emellertid en bestämd uppfattning om att min förmåga att skapa musik var mera utvecklad än mitt musicerande och min känsla var även att jag hämtade mina kompositioner någonstans utanför mig själv och gissningsvis var det då den kollektiva omedvetna dimensionen som stod mig bi.

Min "teaterkarriär" sammanförde mig av en händelse med min fru som råkade flytta in i ett kollektiv som jag tillfälligtvis bodde i. På alla påtagliga plan är det väldigt svårt att tro på

eventuella likheter mellan henne och min mor men trots allt visade det sig så småningom att det fanns gemensamma nämnare i våra relationer. Den psykoterapi (egenterapi) som jag så småningom fick gå igenom som en följd av min musikterapiutbildning tydliggjorde lyckligtvis misshälligheterna och därigenom kunde vi reda ut problemen. Parallellt med teaterjobbet spelade jag jazz och komponerade egna stycken som på många sätt var arketypiska uttryck för mitt inre liv. Jag gestaltade i musik. Jung tog fasta på bilder och jag kan inte se att bilderna skulle vara mera spänningsupplösande än musiken, snarare tvärtom.

När jag flyttade ihop med min fru i Gävle kom jag genom gamla vänner snabbt in i det lokala musiklivet. Jag fick också en förfrågan från Rikskonserter i Gävle om jag var intresserad av att ha musik med vuxna förståndshandikappade vilket jag genast nappade på. Det blev två dagar i veckan under tre år och under denna tid fick jag en god orientering om vad musik kan innebära för människors välmående. De blev många oförglömliga möten och till att börja med handlade allt om att intuitivt försöka finna gemensamma mötesplatser som fungerade på ett mellanmänniskt plan.

När det gäller individuationsprocessen i jungiansk mening är det ju inte sannolikt att en förståndshandikappad människa kommer så långt i sin individuationsprocess men det är min fasta övertygelse att det arketypiska programmet även finns representerat hos dem. När det gäller konstnärliga uttryck tror jag till och med att deras skapande många gånger är mera arketypiskt än det är hos gemene man.

Eftersom jag kände mig fångad av ämnet gick jag några veckoslutskurser i musikterapi och började så småningom på musikterapilinjens på Kungliga Musikhögskolan i Stockholm. Då hade jag fyllt 34 år, flyttat ut på landet och blivit far. Kontrasterna mot mitt tidigare liv var avsevärda och man kan tycka att jag hade alla förutsättningar till att leva ett harmoniskt liv. Det fanns många beståndsdelar i livet som gjorde mig lycklig. Det var till och med så att jag tyckte att jag inte riktigt förtjänade det liv jag levde och då var det återigen Skuggan som pekade mig i ryggen och påminde mig om rygsäcken som jag inte lyckats bli av med. När vi blev en barnfamilj insåg jag också ganska snart att det inte fungerade att vara på turné och ha ett gammalt hus på landet. Detta innebar att jag kortsiktigt räddade situationen med att jobba som musiklärare men kände ingen motivation till att gå en sådan utbildning. Jag kände att musikterapi var det jag helst ville hålla på med och lyckades också få den utbildning jag behövde för att komma vidare i ämnet.

Under den musikterapiutbildning som kom att betyda mycket för min personliga utveckling vet jag också att jag under en av de övningar vi hade producerade en bild som jag gav titeln ”Jag är mig själv på spåren”. Detta var ett tydligt uttryck för den strävan efter individuation som Jung hävdar finns i oss alla och jag kan väl komma ihåg att jag redan i tonåren hade en känsla av att inte hålla ihop min personlighets olika delar. Sannolikt var det Personan som levde sitt egna liv, utan förankring i min inre kärna.

När musikterapiutbildningen var avslutad och familjen behövde en närvarande far var det inte svårt att välja bort musicerandet. Men trots detta behövde jag musiken för att hålla undan Skuggan och var uppenbarligen i behov av den reningsprocess som spelandet innebar för att må bra. Det löste sig så småningom på ett utmärkt sätt men innan det började jag också bli medveten om den andra perioden i livet.

Livet hade verkligen varit fyllt av många olika arbeten och aktiviteter och jag var verkligen en person som gjorde saker. Jag hade nästan alltid haft många bollar i luften och det var heller

inte ovanligt att jag var upptagen i telefon i timmar nästan varje dag. När jag började närma mig fyrtio kände jag emellertid av ett tydligt paradigmskifte. Det sociala umgänget var stort och mångskiftande. Ju flera människor ju bättre livskvalitet om man vill generalisera. Plötsligt kände jag att det var många i bekantskapskretsen som jag inte längre hade lust att träffa. Jag kände också att kvalitet blev mera viktigt än kvantitet. Att det lilla blev större än det stora. Att vara blev viktigare än att göra och i enlighet med individuationsprocessen började jag reflektera över mina möjligheter att lägga ett pussel av alla livsskärvor jag skapat under det liv jag levte.

Det var verkligen ingen munter omställning. Det var precis som Schopenhauer skrev att i den andra fasen av livet får man hålla tillgodo med avigsidan men jag kände också en stark drivkraft för att bottna i mitt egna känsloliv. Ett betydelsefullt steg var också att erkänna att ångesten var min egen och det var ingen annans fel att jag mådde som jag gjorde. Att skriva ner mina drömmar och att få hjälp med tolkningen av dessa har varit oerhört betydelsefullt för att förstå vad som spökat och fortfarande spökar i mitt psyke och där har onekligen det jungianska förhållningssättet varit betydelsefullt. Jag vill också tro att den musik som användes till våra inre resor på musikterapiutbildningen och den jag använt privat för avslappning har varit en god hjälp att gå förbi de starka försvar som ofta finns för att erkänna de svåraste skuggbilderna för sig själv.

I vårt moderna sekulariserade samhälle där det ytliga och flashiga har hög prioritet tror jag att det är svårt att införliva arketyperna i medvetandet utan psykoterapeutisk hjälp. Även om musik och bild både kan kanalisera och neutralisera obehagliga känslor behövs det åtminstone i vissa fall hjälp med svårtolkade signaler från det omedvetna för att komma vidare. Jag tror att förnekelsen är en av vår tids största miljöförstörare och då menar jag inte bara på det psykologiska planet. Kan man komma tillrätta med förnekelsen kan man sannolikt också komma tillrätta med girigheten och då skulle mycket bli avsevärt enklare.

Mina drömmar

Den första dröm jag kommer ihåg härrör sig från tiden före puberteten, kanske i tioårsåldern. Jag drömde att jag var tillsammans med min mammas moster i hennes sommarstuga och att det kom en båt på sjön med "krigiska" människor ombord. Hon hade en gammal sorts säng som var som ett stort skåp med förhänge där tog vi skydd, och jag gömde mig bakom henne och det var en väldigt hotfull stämning. Utifrån mitt dåvarande perspektiv var känslan att det var fråga om ett krigstillstånd.

Denna dröm speglar nog mitt känsloläge under en stor del av barndomen. Min mors neuros yttrade sig som återkommande hot om suicidala handlingar. Detta innebar att bristen på trygghet var stor och att drömmen bland annat ville tydliggöra för mig att mitt känsloliv kunde betecknas som ett kristillstånd men att jag trots allt hade en trygg fristad hos denna släkting.

Ur ett jungianskt perspektiv framträdde både skuggan och modersarketyperna i denna dröm. Trots allt fanns en trygghet att få utanför hemmet och eftersom moster Elin som var ensamstående hyrde en lägenhet i vårt hus under mina första skolår var hon en betydelsefull person för mig att knyta an till och hon kom även att vara en betydande trygghetsfaktor när jag blev lite äldre.

Under 90-talet började jag skriva ner en del av mina drömmar och ur denna samling har jag valt denna dröm:

Skillnaden mellan djur och människa är diffus. En ny ”ombudsman” är varg och blir skjuten men ersätts av ett vargpar. Jag förekommer i en butik och i en lägenhet för att leta efter ombudsmannen men det slutar med att jag och en kollega på skolan försöker ta oss in till vargparet via en hopplöst dålig stege och en väldigt hög mur, som mycket väl skulle kunna vara muren runt Visby. När jag står och svajar högst upp och inte kommer längre ser jag runt hörnet att min kollega ligger och röker, lojt vilande i solen.

För mig är denna dröm ett tydligt exempel på hur det arketypiska ger sig till känna genom en skog av symboler. Det naturliga och ursprungliga är representerat både genom en ensamvarg och genom ett vargpar, men att införliva detta i sitt inre är förknippad med närmast oöverstiggliga svårigheter. Jag både letar efter mitt ”ombud” och måste ge mig in i den kommersiella världen för att leta. Jag kämpar med hjälp av det som står till buds utan att nå fram till det mål jag strävar efter. Som krona på verket visar min kollega lite hånfullt att min strävan ändå inte leder till en plats i solen.

Om man tittar på denna dröm med andra glasögon ger den också en metaforisk bild av hur mitt liv har gestaltat sig. Naturen har alltid betytt mycket i mitt liv och båda mina föräldrar hade en nära relation till naturen. Min mor bodde t.ex. i fjällvärlden under sin ungdom och våra semestrar tillbringades ofta i fjällvärlden eller på släktens sommarstuga ute på en ö. Jag har också behövt vandra i skog och mark och vara på sjön för att må bra och när vi flyttade ut på landet blev det ett steg helt i linje med den gröna våg som drog fram på sextiotalet. Och drömmen sätter allt på sin spets: Varför ska jag behöva lägga ner så mycket möda för att leva ett mera naturligt liv och sträva efter att få en djupare kontakt med mitt inre liv när det är mycket enklare att sola sig i den glans som uppenbarligen kan åtnjutas utan större ansträngningar? Denna dröm rymmer ytterligare ett antal tolkningsnivåer men dessa överlåter jag tills vidare till läsarens försorg.

En annan mycket stark dröm jag hade under tiden jag gick i terapi var att jag drömde att jag låg fastklämd under en ko och inte kunde komma loss utan hjälp av en lyftkran. Denna dröm vittnar verkligen om vilka svårigheter jag hade att frigöra mig från min mammas inflytande men den är också en tydlig variant på de drömmar jag hade tidigare i livet som handlade om att bli injagad i trånga underjordiska gångar. Frustrerad av vardagslivet och fjättrad av min levnadshistoria kunde jag inte gå vidare utan hjälp utifrån och bland annat därför känner jag mig skeptisk till att nutidsmänniskan ska kunna klara av sin individuationsprocess utan hjälp utifrån.

Jag har också haft många drömmar som är relaterade till den kulturella världen. Per Edström som var Arenateaterbåtens skapare och min chef och samarbetspartner under många år förekommer ofta i mina drömmar. Han är en mycket excentrisk person som förmodligen inte kommit så långt i sin individuationsprocess men han har gett mig många stora och goda upplevelser. Dessutom har han blivit som en extra far för mig och trots att vi inte har så mycket kontakt numera känner jag ett visst släktskap med familjen Edström. Uppenbarligen vill det undermedvetna tala om att jag fortfarande är en omogen excentriker och att jag fortfarande har en undertryckt önskan om att vara i händelsernas centrum och att jag fortfarande inte vill hålla tillgodo med ”avigsidan” på broderiet. Mina drömmar har ofta också förmedlat en känsla av skam, vilket visat sig genom att jag exponerats naken i olika pinsamma situationer och det har inte sällan handlat om att jag stått naken på en scen.

En annan dröm som handlar om svårigheten att komma i kontakt med det kollektiva omedvetna arvet är en dröm från 2005. Vi hyr en lägenhet i nära havet i Malmö och området är ganska nergånget och ostädat. Det bor en hel del invandrare i området och det löper en stor mur ut mot havet och den måste man följa om man ska till stranden. Jag har en stor axelväska med kläder och kamera som jag lämnar vid muren innan jag lägger mig i en brant strandbrink för att sola. När jag ska gå därifrån är väskan försvunnen och när jag går runt och letar den möter jag många människor av olika nationaliteter men väskan hittar jag inte.

Denna dröm ger bland annat också en bild av att det fortfarande är en hög mur mot det omedvetna och de många invandrarna är sannolikt representanter för det kollektiva omedvetna. Det jag hade i väskan var också nödvändiga saker för mitt liv och kameran kanske var till för mina inre bilder eller en markör för att man inte kommer nära varken sig själv eller andra genom en kameralins. Jag har alltså mycket kvar av min individuationsprocess men har ändå kommit så långt att jag känner mera harmoni i livet än någonsin, vilket väl så här långt får betecknas som en godtagbar nivå.

Analys

Trots svårigheter att finna det jag verkligen var ute efter i litteraturen tycker jag att jag på många sätt har lyckats tydliggöra att musiken har en avsevärd betydelse för att en människa ska individuera utifrån de förutsättningar Jung ställer upp.

Jag har också genom olika infallsvinklar försökt amplifiera mina antaganden. Genom att använda mig själv i processen har jag också tydliggjort att musiken har haft avsevärd betydelse för min egen individuationsprocess även om musiken i vissa avseenden haft en sekundär betydelse. En hel del från min egen livshistoria bör kunna generaliseras och då avser jag bland annat att det är rimligt att fritt skapande på ett musikinstrument kan medföra en kontakt med den arketypiska världen som har ett symboliskt värde jämförbart med en bild. Min tidigare undersökning av vaggvisan som en arketypisk budbärare talar också för att musiken har en betydligt större betydelse för individuationsprocessen än vad Jung någonsin var i närheten av att antyda och i sammanhanget kan det vara på sin plats att påpeka att Jung i viss utsträckning bortsåg från den mellanmänskliga interaktionen.

I början av detta arbete var min ambition också föra in de tankar Martin Buber framfört om betydelsen av det genuina mänskliga mötet för en människas mognadsprocess men eftersom jag nu är i slutfasen kan jag konstatera att detta för tillfället översteg min förmåga. Efter bästa förmåga har jag emellertid satt mig in i vad som avses med den jungianska individuationsprocessen och utifrån dessa kunskaper känner jag mig övertygad om att det möte med Duet som Martin Buber talar om är nödvändigt för att komma vidare i den mänskliga mognadsprocessen. De starka musikupplevelser som människor gett uttryck för i Gabrielssons bok (2005) talar också för att musiken besitter en "kärleksdimension" som har en förmåga att kompensera brister i den mellanmänskliga kommunikationen.

Jag ställer också frågan om det är möjligt att komma vidare i sin individuationsprocess utan att böttna i sitt egna känsloliv och detta har onekligen en hel del med i vilken utsträckning man lyckas med att möta både sig själv och andra. Om jag återigen tar mig själv som jämförelseobjekt kan jag konstatera att jag under hela mitt vuxna liv haft en strävan efter att finna mig själv. Att förstå varför jag agerat som jag gjort och varför jag hamnat där jag nu är i livet. Jag kan inte se hur detta skulle vara möjligt utan att gå till botten med de känslor som på olika sätt ger sig tillkänna, både i vardagen och i svåra livspassager, och mycket talar för att musi-

ken varit till god hjälp i denna process. Det jag skriver om mitt musikskapande bör på samma sätt kunna generaliseras till andra tonsättare. Hur skulle man annars kunna förklara de starka musikupplevelser människor gett uttryck för?

Jung talar om att det är i krissituationer man kommer i kontakt med den arketypiska världen och att kriser är en förutsättning för att komma vidare i sin individuationsprocess. Musiken har ofta en framträdande betydelse när människan befinner sig i svåra situationer och den rituella musiken har onekligen skapats för att hjälpa människan att komma vidare. Inte minst den gregorianska sången är t.ex. ett ypperligt exempel på hur man genom att sjunga kan tillföra kroppen en avsevärd mängd vitalitet och denna typ av sång har varit en del av de mänskliga ritualerna sedan uråldriga tider.

I den vanligare körsång upplever man också en gemenskap utöver det vanliga och flera av de författare jag tagit del av hävdar att musiken och dans ger en känsla av samhörighet som uppenbarligen haft ett stort överlevnadsvärde.

För att tydliggöra den individuationsprocess som många anser att Jung inte klart definierade finns också belegg för att fundera över om de så kallade post-jungianerna har förändrat synen på individuationsprocessen. I den litteratur jag studerat kan jag inte finna belegg för att det skett några grundläggande förändringar av Jungs tankar, men bland post-jungianerna finns ett antal människor som uppenbarligen är ute efter skapa sina "egna" individuationsprocesser och då är det tveksamt om man är trogen sin läromästare. Jacobi påpekar också att det finns en del missförstånd i tolkningen av Jung och hon har bland annat sett som sin uppgift att tillrättalägga dessa.

Beträffande min egen roll i sammanhanget har det snart passerat tjugo år sedan jag inledde den andra fasen i livet och då kan jag också känna att mitt behov av musik inte är lika stort som tidigare. Jag lyssnar så klart en del på musik och går gärna på konserter. Jag gillar också att spela med andra men är mycket kräsen på sammanhanget och vill bara i undantagsfall spela för publik. Min egen tolkning av detta är att jag har kommit såpass långt i min individuationsprocess att jag inte längre är i behov av de olika typer av bekräftelse som musiken erbjuder. Jag har erkänt för mig själv att både mina goda och dåliga känslor tillhör mig och ingen annan och tillsammans har summan av mina känslor fungerat som en kompass för en färdriktning i mitt liv som jag känner stor tacksamhet inför. Skuggan finns fortfarande kvar, men numera som en familjemedlem som krånglar till det ibland. Personen finns också kvar förstås, men mera som en lite vackrare kopia av mitt rätta jag än en social mask fylld av rädsla för mellanmänskliga möten.

För min egen del har musiken varit en bärande och betydelsefull faktor i många avseenden. Framförallt under den första livsavdelningen men den har även varit en betydelsefull följeslagare i min senare livsperiod. Eftersom musiken successivt minskat i betydelse finns anledning att misstänka att Jaget och Självet har kommit överens om spelreglerna och därmed bråkar de inte så mycket med mig längre. Därför behöver jag heller inte plåga dem med en musiksmak som är mera min än deras utan vi kan stå ut med varandra ganska bra i vår heliga trio.

Så länge jag kan minnas har jag reagerat starkt på alla typer av förluster vilket också tydliggjorts i de terapier jag gått igenom. Den ångest som skapades i det ögonblick mor-barnkontakten bröts har genom åren kostat mig ett avsevärt mått av vitalitet och den sorg som skapades har visserligen mildrats med åren men jag påverkas starkt när relationer inte fungerar och när människor i min omgivning dör.

Jag vet också att min mor brukade sjunga för mig och det är sannolikt att detta var det enda sätt som var möjligt för henne att kompensera vår brutna relation. Hon fick säkert också tröst genom sången och kanske blev det också ett sätt för henne att dela sorgen med mig. Därför är det troligt att jag under mina småbarnsår omedvetet såg sången som en möjlighet att återskapa den förlorade kontakten. Om sången fungerade som en trygghetsfaktor var det också troligt att den eventuella rädsla det innebar att åka bak på en svajig cykel, utan att se så mycket annat än min mors ryggtavla, mildrades av min spontansång.

Som avslutning får jag lov att överlämna åt läsaren att värdera trovärdigheten i mina påståenden samt att fundera över i vilken utsträckning min individuationsprocess kunnat komma tillstånd utan musikens hjälp. För min egen del har musiken varit en följeslagare som både givit och tagit. Den har tagit mig med på både inre och yttre äventyr och hjälpt mig att både skapa min identitet och förändra den. Musik är liv och utan musik skulle inte människan vara människa.

Forskningsöversikt

Jon-Roar Björkvold som är norsk professor i musikvetenskap har i sina skrifter behandlat olika aspekter av den musiska människan och även om han inte är inne på det psykoterapeutiska området har han i sin forskning om barnsång i olika delar av världen kunnat påvisa vissa arketyppiska mönster i hur barn producerar musik i ett globalt perspektiv.

John Blacking var en engelsk musikforskare som levde tillsammans med Venda-folket i Södra Afrika under många år och har bidragit med ett stort antal essäer om musikens ursprung och dess grundläggande element ur ett etnologiskt perspektiv.

Don G Campbell har skrivit "Mozarteffekten" och blivit betraktad som en dilettant av forskarsamhället för detta men han har också skrivit mycket annat som är användbart för mina syften och att han berättar om mötet mellan musikterapeuten Margret Tilly och Jung i den tidigare nämnda boken placerar ju honom med en sorts automatik i uppsatsen. Hans tankar om hur musik och rytm och verka helande på människokroppen är också betydelsefullt för helheten i uppsatsen och eftersom jag haft förmånen att ha honom som föreläsare under tre dagar har jag också en relation till personen Don Campbell.

Alf Gabrielsson har samlat en stor del av sin forskning om starka musikupplevelser i boken "Starka musikupplevelser" och den har på många sätt varit en värdefull hjälp i mitt arbete med uppsatsen. Alf har också varit min lärare och mycket av det han förmedlat har varit värdefullt i mitt arbete som musikterapeut och för att förstå musikens betydelse för människans välmående i stort.

Verena Kast är en jungiansk analytiker som skrivit några böcker som kan vara användbara i sammanhanget och hennes bok: Glädje, inspiration, hopp har definitivt betydelse för att jag ska hamna rätt i mina ambitioner.

Rollo May är en annan av mina husgudar och eftersom han bland mycket annat behandlar myter och mod att skapa i sina skrifter är han en självklar referent för att amplifiera materialet

Mary Priestly är en amerikansk musikterapeut som skrivit "Music Therapy in Action" har också en del att bidra med. Inte minst för att jämföra mina egna musikterapeutiska erfarenhe-

ter men hon presenterar också material som mycket väl kan hänföras till människors individuationsprocesser.

Daniel N. Stern är en banbrytare inom modern spädbarnsforskning, professor i psykiatri, psykoanalytiker med mera. Han sätter liksom Buber det mellanmännsliga mötet i centrum för människans utveckling och skapar en större förståelse för hur självet utvecklas i samspel med omgivningen och med begreppet intoning som en betydelsefull faktor i mötet mellan barn och föräldrar använder han också en term som inbjuder till jämförelse med musik.

Even Ruud är en norsk musikterapeut som forskat och skrivit många böcker om musik och terapi. Han har också intresserat sig för musikens betydelse för identiteten vilket gör honom intressant för mitt uppsatsarbete.

Anthony Storr har skrivit "Music and the Mind" som är en av de få böcker som väl stämmer överens med mina tankar om musik och i sammanhanget är det ovärderligt att ha ett sådant stöd för vad man åstadkommer.

Bertil Sundin har forskat i ämnet barns musikaliska utveckling och skrivit en hel del om detta. Han har också varit min lärare på musikterapiutbildningen och eftersom vi båda har vårt hjärta i jazzmusiken finns många gemensamma tankar men i vilken utsträckning han behövs för uppsatsarbetet är inte helt klart.

Berit Uddén har doktorerat med avhandlingen "Musisk pedagogik med kunskapande barn" med undertiteln "Vad Fröbel visste om visan som tolkande medel i barndomens studiedialog" Boken handlar primärt om musikpedagogik men har utan tvekan ett värde som komplement till övrig litteratur.

Källmaterial och referenser

- Alsing, Hans-Jörgen (2009) Vad har Jungs arketyper med musik att göra? Högskola i Gävle. <http://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:hig:diva-3638>
- Aulin, Arne & Sandberg, Gunnar (1967). *Konst och musik genom tiderna: konst- och musikhistoria för gymnasiet*. Stockholm: Natur och kultur
- Berg, Lasse (2005). *Gryning över Kalahari: hur människan blev människa*. Stockholm: Ordfront
- Bjørkvold, Jon-Roar (1991). *Den musiska människan: barnet, sången och lekfullheten genom livets faser*. 1sta uppl. Stockholm: Runa
- Blacking, John (1995). *Venda children's songs: a study in ethnomusicological analysis*. Chigaco: Univ. of Chicago Press
- Blacking, John (1974[1973]). *How musical is man? . 2. pr.* Seattle: Univ. of Washington Press
- Campbell, Don (1998). *Mozarteffekten: musikens oanade kraft*. Malmö: Richter
- Eneroth, Bo (1984). *Hur mäter man "vackert"?: grundbok i kvalitativ metod*. Stockholm: Akademilitt.
- Eneroth, Bo (1990). *Att handla på känn: om intuition i professionell verksamhet*. Stockholm: Natur och kultur
- Gabrielsson, Alf (2008). *Starka musikupplevelser: musik är mycket mer än bara musik*. Hedemora: Gidlund
- Hark, Helmut & Jung, C. G. (1999). *Jungianska grundbegrepp från A till Ö: med originaltexter av C. G. Jung*. 1. pocketutg. Stockholm: Natur och kultur
- Jacobi, Jolande (1971). *Complex, archetype, symbol in the psychology of C.G.Jung*. New York: Princeton Univ. Press

- Jacobi, Jolande (1967). *The way of individuation*. [New ed.] London: Hodder & Stoughton
- Jung, C. G. (2007). *Mitt liv: minnen, drömmar, tankar. 2.*, [utök.] utg. Stockholm: Natur och kultur
- Jung, C. G. (1992). *Människan och hennes symboler*. [Ny utg.] Stockholm: Forum
- Jung, C. G. (1996). *Valda skrifter. Själen och döden - om individuationen*. Stockholm: Natur och kultur
- Kast, Verena, *Glädje, inspiration, hopp: om att hitta känslorna som lyfter*, Natur och kultur, Stockholm, 1997
- Ruud, Even (2002). *Varma ögonblick: om musik, hälsa och livskvalitet*. Göteborg: Ejeby
- Storr, Anthony (1993[1992]). *Music and the mind*. [New ed.] London: Harper Collins
- Uddén, Berit (2001). *Musisk pedagogik med kunskapande barn: vad Fröbel visste om visan som tolkande medel i barndomens studiedialog*. Diss. Stockholm: Univ., 2001
- Winnicott, Donald Woods (1981). *Lek och verklighet*. Stockholm: Natur och kultur