

Den friska boken och den sjuka läsaren: Om litteratur som medicin

Magnus Persson

Central agents of the institution of literature (critics, authors, scholars) find it increasingly hard to explain why reading literature is important. This leaves the field open for other interests to legitimize what was once a core value in education and the wider public sphere. One example of this is the increased interest in the potential health effects of producing and consuming culture, including the reading and writing of literature. This article targets the phenomenon of bibliotherapy, i.e. a field and practice concerned with how literature can function as a kind of medicine, thus making the reader healthier, more harmonious etc. Three examples are scrutinized: a popular introduction to bibliotherapy from the early 60s, an anthology from 2004 with a wide range of contributors, from researchers to psychiatrists, and, finally, a "therapeutic diary" from 2010 by the famous Swedish pop singer Caroline af Ugglas and the poet and psychoanalyst Ulf Karl Olov Nilsson. What conceptions of literature and reading can be discerned in these texts? Which values and ideologies lie beneath the renewed interest in literature as a kind of medicine?

Keywords: bibliotherapy, uses of literature, culture and health, pedagogy of literature

Magnus Persson, Associate Professor in Comparative Literature, School of Education, Malmö University

Magnus.Persson@mah.se

Samtidigt som den litterära institutionens egna aktörer tycks få allt svårare att förklara varför litteraturläsning är viktigt (Persson, 2007; Johansson 2008) möts vi av en strid ström av påståenden om litteraturens förtjänster från helt andra håll. I ett pressmeddelande från ett av våra politiska partier med rubriken "Den som läser en bok blir snygg och klok" slås det med hänvisning till ett antal forskningsrapporter fast att litteraturläsning har positiva effekter på läsförmåga, allmänbildning, förståelse för andra kulturer, sam-

hälldeltagande, framgång i utbildning och yrkesliv, deltagande i kulturlivet samt benägenheten att motionera och vistas utomhus. Artikelförfattaren sammanfattar dessa forskningsrön så här: ”Den som läser är alltså inte bara noga med att hålla hjärnan i trim, de [sic!] lägger också mer kraft på att hålla kroppen i trim” (Folkpartiet, 2010).

Detta exempel är på inget sätt unikt utan skall ses som en del av ett större och mycket framträdande fenomen: intresset för sambanden mellan kultur och hälsa. Detta intresse kan ta sig många olika uttryck, alltifrån storskaliga satsningar på forskning (vetenskapliga undersökningar, projekt, konferenser, centrubildningar) till småskaliga kurser och workshops om hur man genom kultur kan bli en friskare och mer harmonisk människa. I Sverige är Centrum för kultur och hälsa vid Göteborgs universitet en framträdande aktör. I en artikel i *Sydsvenskan* (Clarén, 2009) berättas om ett projekt som heter ”Kultur på recept”. I det skall de vetenskapliga rönen om kulturens hälsofrämjande effekter testas i praktiken, närmare bestämt på en vårdcentral i Helsingborg, där läkarna just skall kunna skriva ut recept på kultur. Målgruppen är långtidssjukskrivna personer med depressioner, stress, ångest och långvarig smärta.

I en forskningsstudie genomförd på uppdrag av Kulturrådet (2008) konstateras att det ”tycks finnas en bred övertygelse bland myndigheter och över politiska partigränser om att kultur har en positiv effekt på hälsan” (s. 7). Samtidigt betonas att forskningen om kulturella aktiviteters positiva hälsoeffekter inte kan ge några entydiga svar på om detta gäller all kultur. Om det finns skillnader mellan att producera respektive konsumera kultur och om en stor kulturaktivitet ger större hälsoeffekter än en liten är också ovisst. Det är främst inom den experimentbaserade forskningen som det vetenskapliga stödet för de positiva sambanden mellan kultur och hälsa återfinns.

Överhuvudtaget har intresset för beröringspunkter mellan medicin och humaniora ökat kraftigt. Studier av litterära skildringar av sjukdom (Bernhardsson, 2010; Staberg, 2009) och åldrande (Hållner, 2009) är en aspekt av detta. Humanistisk hälsoforskning är ett etablerat begrepp i Norden (Gottfries & Persson, 1996) och internationellt talar man om *medical humanities*. Merete Mazzarella har i flera artiklar och böcker beskrivit det ökade intresset för skönlitteratur inom läkarvetenskapen (2001, 2004, 2005; se även Bernhardsson, 2010; Petersson & Årheim 2009). Mazzarella pekar på förekomsten av specialtidsskrifter som *Literature and Medicine* och den växande floran av böcker med titlar som *Narrative Based Medicine* och *Teaching Literature and Medicine*. Vanliga argument för skönlitteraturens betydelse för

läkare är bland andra att litteraturen belyser sjukdomars upplevelsemässiga sida, att den gör läkaren bättre på att kommunicera med sina patienter, att den hjälper läkaren att se patienten som en hel människa, och att den främjar läkarens egen personliga utveckling. Mazzarella noterar att litteraturens plats i läkarutbildningen ofta motiveras med att studenterna lär sig empati. Men skönlitteraturens förmåga att i kvalificerad mening uppöva vår empatiska förmåga är som hon påpekar omstridd (se även Keen, 2007).

För litteraturens del är det befogat att tala om en renässans också för den så kallade biblioterapin, ett mångfacetterat begrepp med många uttydningar, men där idén att läsning av litteratur kan ha läkande och terapeutiska funktioner är gemensam. Ett svenskt exempel är Inger Erikssons doktorsavhandling *Poesiläsning som meningsskapare. En studie om poesigrupper på sjukhem och hospice* (2006).

Ett av många tecken på biblioterapins renässans är det i medierna mycket uppmärksammade grundandet av den så kallade *School of Life*, som både är namnet på en fysisk bokhandel i Bloomsbury och en ambitiös webbsajt som erbjuder ”a variety of programmes and services concerned with how to live wisely and well” (School of Life, 2010). Till skolans namnkunniga ”ambassadörer” hör Alain de Botton (författare till bl.a. *How Proust Can Change Your Life*), och till tjänsterna kan räknas förskrivning av recept på böcker skraddarsydda efter kundens önskemål, känslor, stämningslägen och drömmar.

Jag kommer i denna artikel att analysera tre exempel på texter som kan sägas ha ett mer eller mindre uttalat biblioterapeutiskt syfte: ”radiodoktorn” Bertil Söderlings *Om vänskapen med böcker och ordens läkedom* (1962), den av kulturpsykologen Juhani Ihanus redigerade antologin *Att tala eller att tala: Litteraturterapi – ett sätt att växa* (2004), samt ”terapidagboken” *Hjälp, vem är jag?* (2010) av sångerskan Caroline af Ugglas och psykologen och poeten Ulf Karl Olov Nilsson (Ukon). Av dessa har de två första en explicit biblioterapeutisk utgångspunkt och agenda. Både Söderlings och Ihanus böcker har som syfte att introducera biblioterapin för en svensktalande publik. De lämpar sig därmed väl för en analys som vill ta sikte på mera övergripande frågeställningar om hur fältet förhåller sig till litteratur och läsning. Att här finns ett tidsmässigt avstånd på drygt fyra decennier mellan böckerna öppnar också för intressanta jämförelser. Den tredje texten i mitt urval, *Hjälp, vem är jag?*, karakteriserar som sagt inte explicit sig själv som biblioterapeutisk, men har tydliga beröringspunkter med detta fält och dess fokus på litteraturens läkande potentialer. Framför allt kan analysen med

hjälp av denna text placera in fältet i en större kontext, nämligen den samtida ”terapeutiska kulturen” (Johansson 2006).

De teoretiska och metodologiska utgångspunkterna är diskurs- och kulturanalytiska (se Persson, 2007 för en utförligare diskussion). Ett fenomen som biblioterapi kommer därmed att analyseras utifrån en tolkningsstrategi som inte tar texternas utsagor för givna, utan tvärtom ställer frågor om underliggande värderingar, syften och ideologier. Teoretiker som Barthes (1970), Fairclough (1992) och Foucault (2008) bidrar med viktiga begrepp och perspektiv i analysen, liksom kulturanalytiskt orienterade forskare som Johansson (2006) och Olsson (2007).

Jag kommer inte att ta ställning till om de rön, metoder och slutsatser som presenteras i materialet är vetenskapligt eller terapeutiskt hållbara eller fruktbara. Den fråga som intresserar mig är i stället vilka *litteratursyner* som framträder i de tre texterna. Av särskilt intresse är hur *relationen mellan litteraturen och läsaren* artikuleras. Vilka egenskaper tillskrivs boken och läsaren i den biblioterapeutiska diskursen? Är det så enkelt att man föreställer sig boken som frisk och läsaren som sjuk och att läsningen innebär ett läkande som botar läsaren? Vilket slags litteratur är det som anses ha dessa unika läkande egenskaper och är det så att denna litteratur kontrasteras med andra genrer och medier som tvärtom uppfattas som skadliga? Det skall understrykas att samtliga dessa frågor också har *didaktiska* implikationer. Den biblioterapeutiska texten har en uttalad eller outtalad pedagogik, som kan vara i samstämmighet eller i konflikt med de litteratursyner som produceras och reproduceras inom litteraturundervisningen i skola och högre utbildning. Några skissartade jämförelser mellan biblioterapins och utbildningssystemets litteratursyner kommer också att göras.

Läsning som sjukdom

Innan jag går in på biblioterapin som diskurs kan det vara värt att påminna om att i ett historiskt perspektiv har litteraturläsning långtifrån alltid kodats positivt. Under 1700-talet uppstår en rad nya ord i språket som signalerar en oro för den ökade bokproduktionen och det ökande läsandet, däribland *läsvurm*, *läslymmel*, *läsvärk* och *läsgräl* (Thavenius, 1992, s. 17). I en utläggning om läsning från 1795 slår Johann Georg Heinzmann fast att ett för intensivt ägnande åt denna syssla kan ge upphov till en rad symptom och sjukdomar, till exempel ökad benägenhet att bli förkyld, en försvagning av ögonen, hemorrojder, astma, apoplexi (slaganfall), matsmältningsproblem, mi-

grän, epilepsi, hypokondri och melankoli (Littau, 2006, s. 38f). En inringning av bakgrunden till denna oro och till denna typ av mycket vanliga diagnoser av ”läsraseriet” är följande:

It is not just that more readers could read; in addition readers read more, that is, they read more extensively, particularly with regard to secular literature, but they also read more intensively, in the sense that they read with unbridled passions. These habits of reading are intimately tied up with the rise of the novel [...] As a medium for private consumption this new genre was to encourage total immersion in a world of fabrication and fiction. (Littau, 2006, s. 39)

Ett vanligt sätt att metaforisera (Fairclough, 1992, s. 194ff) läsning var i termer av ohälsosamt ätande (Littau, 2006, s. 40ff). Frosseriet i romanläsning kodades som konsumtion och förknippades med kroppen, medan den sundare formen av läsning reserverades för den reception som förlitade sig på de kritiska förståndsgåvorna, kort sagt på förnuftet. Utan att föregripa för mycket kan man konstatera att både kampen mot läsfrosseriet under 1700-talet och biblioterapin arbetar med en litteratursyn enligt vilken läsning innebär att litteraturen ses som en *substans* som tillförs *kroppen* och som har *effekter* på läsarens (moraliska och/eller fysiska) *hälsa*. I det ena fallet rör det sig om ohälsosam ”mat”, i det andra om nyttig ”medicin”. Denna dubbelhet, med en gemensam bas i kroppen, är viktig att ha i åtanke också i diskussionen av senare tiders syn på litteratur och läsning. Under 1800-talet bedrevs exempelvis massiva kampanjer för att disciplinera folkets läsning. Här återfinns en möjligen besläktad dubbelhet. Litteraturen och läsningen klyvs i en god och en dålig/skadlig halva och vad som behövs är en form av krig på två fronter samtidigt:

Samtidigt som de bildade klasserna försökte få en viss kontroll och ett visst begränsande inflytande över den läsning som blev allt mera spridd, fann de sig av olika anledningar tvungna att stödja och främja denna spridning. Även folkskolan blev indragen i denna dubbla uppgift att både skydda och utbilda en bred läsande allmänhet, skydda mot läsningens fördärliga verkningar och utbilda goda läsare, motverka läsraseriet och skapa goda läsvanor. (Thavenius 1991, s. 263)

Både läsare och författare kan drabbas av patologisering. Strindberg kom exempelvis att figurera som flitigt exempel i den samtida psykiatriska diskursen. Författaren sågs av många kritiker som en demonisk frestare och hans verk som smittsamma, detta i en diskursordning som utgjorde ”ett övergripande system för regleringen av det offentliga talet, där de [Strindbergs verk] definieras som opassande, marginaliseras som vanställande och stöts ut såsom vansinniga” (Olsson, 2002, s. 12).

Läsning kan alltså metaforiseras både som sjukdom och läkning, både som gift och medicin. Denna dubbelhet kan spåras ända tillbaka till Platon, och begreppet *pharmakon*:

Denna preliminära diskussion öppnar för den glidande betydelsen av Platons *mimesis*, en glidning som indikeras av ord som *pseudos* och *pharmakon*. Det sista betyder både gift och motgift och Platon glider mellan just dessa tätt sammanhållna motsatser. Dvs *mimesis* kan ordinerar som drog, att användas i kontrollerade och måttliga former, för att i nästa ögonblick förkastas som gift. Pseudo-världen, säger Sokrates lite längre fram i texten, saknar intresse för gudarna, men är för människorna användbar som *pharmakon* – av vilket han drar slutsatsen att det mimetiska ljugandet måste överlämnas åt experter, som förstår att hantera doserna! (Melberg, 1992, s. 13)

Denna tankefigur har alltså stått sig märkligt stark. Viss litteratur och vissa sätt att läsa kan sorteras in under den nyttiga, uppbyggliga eller läkande polen, medan annan litteratur och andra sätt att läsa sorteras in under den skadliga eller sjukdomsframkallande. En intressant fråga är givetvis om liknande mekanismer och en liknande dubbelhet kan återfinnas i de biblioterapeutiska exempel som här skall analyseras.

Biblioterapi – en heterogen och svåravgränsad diskurs

Ordet biblioterapi förekommer varken i NE eller SAOL. En sökning på det svenska ordet på Google ger däremot 4 210 träffar. Engelska ”bibliotherapy” ger 120 000 träffar. Det är uppenbart att biblioterapien upplever något av en storhetstid. Fenomenet kan emellertid beteckna många olika saker. En definition från ett fackpsykologiskt uppslagsverk lyder som följer:

The term *bibliotherapy* refers to reading written material to pursue valued goals. It has been used to pursue a wide range of goals, including educating clients, decreasing anxiety and depression, enhancing social contacts, and developing study skills. There are different kinds of bibliotherapy. One concerns self-help materials designed to guide the client through assessment and/or intervention in relation to hoped for outcomes, such as decreasing anxiety or increasing effective study behaviors. Another kind requests clients to read fictional materials or poetry to attain certain outcomes. Yet another encourages readers to read spiritual literature. (Gambrell, 2005)

I vad som kallas den första boken på svenska om litteraturterapi, och som är ett av de exempel som kommer att analyseras nedan, tecknar Ihanus (2004a; se även Eriksson, 2006) en bild av fältets framväxt och utmärkande egenskaper (Ihanus föredrar termen litteraturterapi framför biblioterapi). Själva termen biblioterapi myntas 1916 för att beteckna användandet av litteratur som en behandlingsmetod. Det är i 1930-talets USA som biblioterapin på allvar börjar tillämpas, men det är först under 1970-talet som den får en mer självständig status och liksom andra kreativa terapiformer blir accepterad som en egen metod sida vi sida med den traditionella psykoterapin. Ihanus påpekar att fältets teoretiska förankring är eklektisk och att det ”tenderar att skapa en generell uppfattning om den terapeutiska betydelsen av kreativitet, verbal uttrycksförmåga och emotionella uttryck” (s. 23). Det saknas ännu en ”systematisk teori för strukturering av området litteraturterapi” (ibid.). En grov distinktion kan göras mellan klinisk respektive humanistisk litteraturterapi, där det förstnämnda avser en psykoterapeutisk påverkningsmetod och det sistnämnda ett brett spektrum av pedagogiska eller självfostrande verksamheter (s. 25ff). Till det biblioterapeutiska fältets aktörer kan således räknas såväl psykiater och psykologer som bibliotekarier och lärare.

De exempel jag kommer att uppehålla mig vid är inte psykoterapeutiska i den meningen att texterna är tänkta att direkt kunna användas i en terapisituation. Målgruppen är inte klienter eller patienter i någon faktisk/klinisk bemärkelse, utan en bredare allmänhet av läsare som kan tänkas vara intresserade av grundidén att man genom litteraturläsning på egen hand – eller med en biblioterapeut eller en biblioterapeutisk text som vägledare – kan sätta igång läkande processer som eventuellt kan ha terapilikheter. Läsningen av *skönlitteratur* ges en framträdande plats i mina exempel, vilket särskiljer dem från en genre med vilken de ändå har många beröringspunkter – den idag extremt populära så kallade självhjälpslitteraturen (Aspelin, 2008;

Johansson, 2006). I analysen av af Ugglas och Ukons text kommer likheter och skillnader i förhållande till självhjälpslitteraturen också att belysas.

Boken är ett läkemedel

Mitt första exempel på en biblioterapeutisk text är Bertil Söderlings bok *Om vänskapen med böcker och ordens läkekonst* som publicerades 1962 i Bibliotekstjänsts skriftserie TEMA. Söderling presenteras på bokens baksida som docent, ”välkänd som radiodoktorn” och ”författare till många populärvetenskapliga böcker i bl.a. uppfostringsfrågor”. Där fastslås också kort och gott att ”boken är ett läkemedel och behandlingsformen kallas biblioterapi”. Boken består av ett förord och fjorton kapitel som i längd varierar mellan en sida och sju sidor. Det förekommer rikligt med skönlitterära citat från huvudsakligen samtida författare, vars funktion är att de ”illustrerar vad som kan upptäckas för den som önskar läsa om mod, feighet, naturscenerier, humor, människokunskap etc. etc.” (s. 8). Kapitlen tar upp frågor som människans grundbehov av gemenskap, vad och varför vi läser, vem som egentligen läser vad, och vart barnens läslust tar vägen. Ett par av kapitlen handlar om mera avgränsade aspekter av litteraturen: naturskildringar, humor och underhållning. Förordet inleds med följande stycke, som ger en god bild av de grundläggande föreställningar om läsning som sedan skall återkomma i resten av boken:

Denna lilla skrift avser att väcka eller bibehålla en vänskap med Boken, där allt av mänskligt liv, tänkande och kännande finns att tillgå. Boken är tidlös (undantag finns naturligtvis!) och överlever på ett tryggt sätt vänner och fiender, tillskyndare och förargare, fostrare och deras objekt. Den erbjuder sig som ett alltid fyllt skafferi, där varor och maträtter finns magasinerade för varje smakriktning, beredd att täcka varje form av svält och frossande. Speciellt sakkunnig personal står därvid till förfogande för att hjälpa den sökande tillrätta, ja kanske rent av bistå vederbörande med att ställa diagnoser och upprätta en dietlista som är lämplig. (s. 7)

Redan i detta inledande stycke finns starka indikationer på att Söderling artikulerar en idealistisk litteratursyn. Boken skrivs med versal, som ett förmänskligt ting som kräver och förtjänar särskild uppmärksamhet och respekt. Boken är universell i flera betydelser av ordet: den innehåller allt mänskligt liv, och den är tidlös, vilket kan uttydas som att den står utanför

och ovanför historien – den överlever den individuella människan, men den står också ovanför olika tiders och gruppers stridigheter. Man kan se denna retoriska manöver som ett typexempel på hur det Roland Barthes kallar myten om det eviga kan operera, nämligen att kulturen ställs mot ideologierna: ”Kultur är en ädel universell positiv företeelse, som ligger utanför de sociala förutfattade meningarna: kulturen väger ingenting. Ideologierna är partiska skapelser” (Barthes, 1970, s. 151). Myt i Barthes mening skall inte förväxlas med ordets användning i fraser som ”förkristna myter”, inte heller med något som är osant eller uppdiktat, utan vetter snarare mot begrepp som ideologi och diskurs.

Den litteratursyn som framtonar i citatet av Söderling är djupt motsägelsefull. Å ena sidan demonstreras litteraturens frihet (höjd över alla ideologier), å andra sidan avslöjar sig denna föreställning själv som ideologi (dess karaktär av social determinering och nedsänkthet i historien). För litteraturen är inte fri i Söderlings utläggning. Trots försäkringarna om att den står stark och oberörd av futtigheter såsom strider om dess värde och användning (vänner, fiender, fostrare) är författaren till denna lovsång givetvis själv både vän och fostrare med en specifik agenda.

Författaren vill framställa sig själv som bärare av samma väsensegenskap som litteraturen, som *pluralistisk*. Det litterära skafferiet innehåller allt, och det är bara naturligt att ibland vilja ”växla om” mellan böcker om att lägga in gurkor och Dostojevskij, ”byta ’utvärtes’ mot ’invärtes’” (s. 8). Tilltalet är tillåtande och undviker explicita moraliserande pekpinnar. I kapitlet om underhållningslitteratur (s. 47-53) polemiserar Söderling mot uppfattningen att underhållningsläsande skulle vara en sämre form av läsning, lat och oengagerad. I själva verket är det så att ”all god litteratur är underhållande under förutsättning att det berörda ämnet och den aktuella genren intresserar en” (s. 47f). Men denna kombination av universalism och relativism, av underhållning som en essentiell egenskap i all litteratur och underhållning som en funktion av den individuella läsarens behov, visar snabbt sin bräcklighet. Det finns nämligen både dålig underhållning och dålig litteratur, och dessa ringas in på följande sätt:

Då läsandet urartar till ett meningslöst slappgask ungefär så som dålig rubrikjournalistik och sensationsmakeri ger oss exempel på från dagspressen, så är det en dålig underhållning. Då vi känner oss tomma, skamsna, med dålig smak i munnen och i behov av att borsta tänderna är det också dålig underhållning. (s. 48)

Under moderniteten tycks litteraturbegreppet, liksom kulturbegreppet, förutsätta inre klyvningar. Det finns ingen god litteratur och kultur om det inte samtidigt finns en dålig litteratur och kultur som – osynliggjord, marginaliserad, groteskt uppförstorad, exotiserad eller demoniserad – möjliggör konstruktionen av det goda (Persson, 2002, 2007).

Hur konstrueras då egentligen relationen mellan författaren (Söderling), litteraturen och läsaren? Även den är motsägelsefull. Författaren talar inte bara som tolerant och pluralistisk litteraturälskare utan som biblioterapeutisk expert. I det inledande citatet påpekas att det finns ”speciellt sakkunnig personal” som kan ”ställa diagnoser och upprätta en dietlista som är lämplig”. Läsningen är alltså inte fri utan måste regleras, övervakas och disciplineras av särskilt kvalificerade personer – till vilka Söderling underförstått men per definition antas höra.

Söderling tillämpar en dubbel metaforik som är framträdande genom hela texten; här finns hela tiden en parallell konstruktion av litteraturen som både mat och medicin. Som föda betraktad är litteraturen tvetydig, den kan vara både nyttig och onyttig – vilket förklarar behovet av dietlistor och tandborstning. Ett kondenserat exempel på denna tvetydighet: ”För människan är det talade och lästa ordet, satsen, meningen, den sammanbindande ingrediensen, den råvara till vår gemenskap som sedan anrättas och kryddas, görs smaklig eller osmaklig” (s. 16).

Medicinen kodas däremot på ett entydigt positivt sätt. När litteraturen och läsningen ses som medicin är det lindrande, läkande och botande effekter som avses. Ju längre fram vi kommer i boken, desto mer inser man att den metaforiska karaktären i jämförelsen mellan bok, läsning och medicin inte är avsedd att vara metaforisk. ”Läsandet väcker vår inlevelseförmåga” heter ett av kapitlen, och med denna utsaga ”närmar vi oss med stora steg rent läkande medicinska-psykologiska funktioner” (s. 54). Söderling fortsätter:

Läsandet och boken skapar en djupare gemenskap med omvärlden och utgör därmed en viktig förebyggande och aktuell själslig behandlingsform, *psykoterapi*. Vårt medicinska uttryck för denna företeelse är *biblioterapi*. (s. 54)

Biblioterapin framställs både som en allmänt tillgänglig *läsart* (dvs. ett visst sätt att läsa) och som en specifik terapeutisk *metod*. Fortsättningen på citatet ovan utgörs av en utläggning om litteraturens möjligheter till inlevelse, iden-

tifikation och igenkänning som kan aktualiseras när helst man läser. Som metod är biblioterapin däremot omgärdad av regelverk och kriterier som kräver experters medverkan. Läsaren positioneras nu som *sjuk* och/eller *patient*. Söderling betonar att det inte finns någon universalmedicin för alla patienter; olika människor med samma sjukdom kan behöva helt olika böcker: ”Inte heller kan vi hjälpa den ångestneurotiska på något standardiserat sätt” (s. 62). Det är därför av yttersta vikt att biblioterapeuten har kvalificerad och relevant kompetens. Det gäller att föreslå och förskriva rätt medicin. Den med Söderlings ord ”kände psykiatern” Hakon Sjögren citeras i texten:

Boken skall sättas in som ett läkemedel ungefär på samma sätt som läkaren ordinerar en viss medicin. Vi måste veta detta läkemedels indikationer, för att nu använda den medicinska terminologien. En läkare ger inte schematiskt och på en höft penicillin eller digitalis eller vad det nu kan vara för ett medikament åt en sjuk, utan gör klart för sig vad som i just den givna situationen är det enligt beprövad erfarenhet riktiga. På principiellt samma sätt förhåller det sig, enligt min bestämda mening, med böckernas roll på ett sjukhus, i de fall då man verkligen vill vara en god biblioterapeut för patienterna och inte bara en som lånar ut böcker till höger och vänster. (Sjögren citerad i Söderling, 1962, s. 74)

Detta ställer särskilda krav på sjukhusbibliotekarier som, enligt en företrädare för denna yrkeskår som citeras, bland annat bör ha följande egenskaper: god kondition, människointresse, psykologisk blick, social vidsynthet, förmåga att visa sympati, inse sin plats i det större maskineriet av experter, vara fackutbildad bibliotekarie och ha nödvändig bokkännedom (s. 75).

Svårigheten att ordinera standardrecept på böcker hindrar dock inte Söderling från att ge några mera allmänna rekommendationer. Litteraturen bör framför allt vara i grunden positiv. Skildringar av sjukdomar skall skänka tröst. Skildringar av negativa egenskaper hos människan skall fungera uppbyggligt och som moraliskt korrektiv: ”En litterär utredning av mänskliga egenskaper och en strålkastare på icke önskvärda negativa sidor kan göra människokunskapen, psykologin, klarare och mer tilldragande” (s. 56). Att litteraturen också innehåller starka skildringar av kroppens lidanden som inte fungerar uppbyggligt (se t.ex. Ceronetti, 2009) finns det inget utrymme för. Läsningen skall för Söderling kort sagt fungera *normaliserande*. Visst kan även den ”olustiga” läsningen ha sitt värde, skriver Söderling, den läsning som får oss att ”känna oss solkiga, obehagligt berörda med behov av att

skölja oss i munnen eller tvätta händerna” (s. 54). Dess funktion, menar han, skulle kunna vara att tydligare få oss att se den goda litteraturen. Men det är ändå centralt att markera ett tydligt avstånd mot litteraturens avarter:

För botanisten är också ogräset av intresse. Helt riktig tycker jag dock inte Oscar Wildes uppfattning är då han dekreterar att det inte finns några moraliska eller omoraliska böcker, bara väl eller illa skrivna sådana. Alldeles givet finns det mycket välskrivna, intelligenta böcker fyllda med meningslös cynism, människonedvärdering, förfalskningar och bristande äkthet. Konsten med detta vårt liv torde väl vara att ge och ta engagemang av *positiv* innebörd, att fylla livet med intressen och generositet. (s. 54f)

Och Söderling är själv optimist, om än på ett något motsägelsefullt sätt. Hans tilltro till litteraturen är enorm, och denna tilltro vilar på en stark övertygelse om skriftkulturens självklara och överordnade position i kulturen: ”[I]ngen frisk människa är ointresserad i allt skrivet, eftersom detta representerar vårt liv och vår verksamhet” (s. 48). I början av boken slås fast att ”Den kultur, den västerländska bildning du lever i är oupplösligt förenad med boken. Antingen du vill andas syrgas ute i luften eller inte så måste du göra det” (s. 9). Litteraturen och läsningen *naturaliseras*, betraktas som en aktivitet så självklar och så självklart god att några andra instanser än det sunda förnuftet inte behöver åberopas för dess försvar (Barthes, 1970). Litteraturen jämförs som ovan med syrgas, och på andra ställen med alltifrån modersmjölk (s. 11) till en naturkraft (s. 20). Men naturaliseringen kan inte dölja den skriftkulturella hegemonins bräcklighet. Om nu litteraturens ställning vore så självklar och naturlig hade ju inga biblioterapeutiska försvarstal behövts. Men hegemoni uppnås aldrig mer än partiellt och tillfälligt, och kräver därför ständigt nya övertalnings- och integrationsförsök (Fairclough, 1992, s. 91ff).

En snabb sammanfattning av litteratursynen i denna text utifrån Perssons (2007) typologi över legitimeringar (motiveringar) för litteraturläsning får avrunda detta avsnitt. Legitimeringarna är genom kopplingarna till en idealistisk konstuppfattning *starka*. De är också *explicita* – de behöver, till skillnad från exempelvis den nutida svenska litteraturvetenskapens övervägande *implicita* legitimeringar, inte ”lirkas” fram. De är både *positivt* och *negativt* formulerade, det sistnämnda genom avståndstagandet från olika former av ohälsosamt bruk av språket i ”cynisk” och ”ohygienisk” litteratur och journalistik. Litteraturen har i linje med den idealistiska estetiken både ett *egen-*

värde men är samtidigt ett *medel* för ”människans möjlighet att höja sitt värde andligen” (s. 12). Framför allt är litteraturen ett potent terapeutiskt medel. Därigenom tilldelas den vissa egenskaper som också återfinns i etiska och existentiella legitimeringar (läkande, tröstande osv.), men till skillnad från i dessa har den också rent medicinska/kliniska uppgifter att fylla. Slutligen är legitimeringarna i huvudsak formulerade i *individuella* termer och inte sociala. Liksom i skolans svenskämne finns här tydliga kopplingar till det jag kallar myten om den goda litteraturen, som i sin allra mest komprimerade form kan formuleras så här: Litteraturen är god och genom att läsa den goda litteraturen blir man en god människa. I Söderlings fall kan man med fördel också byta ut ordet god mot frisk.

Vetenskaplig ordterapi och litterär metafysik

Antologin *Att tala eller att tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa* (Ihanus, red. 2004) presenteras som den första boken på svenska om litteraturterapi (vilket med tanke på föregående analys exempel inte stämmer). Boken består av ett förord och fjorton kapitel fördelade på tre avdelningar: ”Litteraturterapi: bakgrund och historia”, ”Biblioteken, skrivprocessen och tillväxt som människa” samt ”Dikt- och sagoberättarterapiens upplevelsevärldar”. Skribenterna är tolv till antalet och har varierande bakgrunder. Redaktören är alltså docent i kulturpsykologi. Till övriga medverkande hör psykiater, specialistsjukskötare, bibliotekarie, lärare i litteratur och skrivkonst, pedagoger och handledare i litteraturterapi. Artiklarna spänner över ett brett fält, från mera introducerande texter om biblioterapi till beskrivningar av specifika terapiformer i olika institutionella sammanhang, till exempel sagoberättarterapi i barnpsykiatrisk verksamhet och diktterapi i öppen vård.

Det första som slår en efter genomläsningen av de olika bidragen är den samtida förekomsten av två helt olika typer av diskurser, en vetenskaplig och en metafysisk. Att olika slags diskurser samspelar eller motspelar i en konkret text är ett utslag av det Fairclough (1992) kallar interdiskursivitet. Texter är heterogena och ofta uppbyggda av motsägelsefulla element (Fairclough, 1992, s. 104). Det samma gäller de större samhälleliga diskursordningar som på olika sätt formar enskilda texter och diskurstyper: Diskursordningar är komplexa, heterogena och motsägelsefulla (Fairclough, 1992, s. 219). Detta blir mycket tydligt i denna antologi om biblioterapi, inte bara vid en jämförelse mellan de olika bidragen utan också inom ett och samma bidrag.

Ihanus inledande text infriar länge förväntningarna på en traditionell vetenskaplig text. Här ges först en idéhistorisk bakgrund till litteraturterapi, med nedslag i primitiva kulturers föreställningsvärldar, antikens filosofer och olika religioners tröstande skrifter. Detta följs av en beskrivning av det litteraturterapeutiska fältets framväxt, som både får karaktären av historik och forskningsöversikt. Två specifika teman avhandlas därefter: förhållandet mellan teori och praktik samt den biblioterapeutiska situationen. Texten bär den vetenskapliga artikelns alla yttre attribut: en saklig distanserad ton eller författarstämma, en genomgång av forskningsläget och viktiga föregångare, definitioner och avgränsningar av fältet, beskrivning av centrala frågeställningar och metoder, bruk av vedertagen källhänvisningsteknik och en avslutande förteckning över referenser. Ihanus har med sin inledning kort sagt auktoriserat antologin som tillhörande en vetenskaplig diskurs.

I inledningens avslutande avsnitt, som har rubriken ”Strömmande ord, livsposi” förändras emellertid språket gradvis, det använder sig av fler metaforer och bilder, närmar sig i en parafraiserande manöver (en bild av) litteraturens eget språk. Två exempel: ”Språkets kraftflöde, dess omdanande kraft, härstammar från det lekamliga hos subjekt som kommunicerar sinsemellan, uttrycker sig, på livets teaterscen” (Ihanus, 2004, s. 28). Och: ”Det vackra ordet följer obehindrat med strömmarna av tal och tystnad och banar väg för parallella realiteter så att de om och om igen kan kläs i ord och återges” (s. 31). Dessa något tvetydiga citat (är detta vetenskap, poesi, litteratur, eller rentav mystik?) kan jämföras med följande, som omedelbart kan identifieras som tillhörigt en vetenskaplig diskurs:

Att enbart läsa eller skriva utan att en terapeutisk situation föreligger är inte liktydigt med litteraturterapi. När man läser för sig själv eller tillsammans med vänner diskuterar någonting som man läst är detta inte litteraturterapi, även om terapeutiska inslag kan förekomma. Personer som leder skrivarkurser har sällan litteraturterapeutiska ambitioner utan en sådan grupp synar snarare kritiskt frågor kring det skrivna ordet samt frågeställningar kopplade till estetik och stil. Det handlar alltså inte, som i en terapeutisk situation, om en tolerant och ”accepterande” atmosfär, om överföringar eller klarifikationer, tolkningar och insikter relaterade till individens upplevelser. (Ihanus, 2004a, s. 24)

Här framträder den vetenskapliga textens konventioner och stildrag på ett tydligt sätt (den sakliga och opersonliga tonen, bruket av teoretiska begrepp, definitioner och distinktioner). Det litteraturterapeutiska fältet avgränsas och

preciseras genom gränsdragningar gentemot estetik och kurser i kreativt skrivande (jag återkommer till denna distinktion nedan).

Den vetenskapliga diskursen kolliderar vid upprepade tillfällen med en metafysisk diskurs – som i sin tur kan ta sig lite olika uttryck. Två av dessa skall här beskrivas. Jag väljer att benämna dem populärpsykologisk mysticism och litterär mysticism.

Den populärpsykologiska mysticismen ger sig bland annat tillkänna i det flitiga återopandet av uråldriga myter och besvärjelser. Man poängterar att ordets läkande kraft insågs redan av forntida schamaner och trollkarlar. Ett exempel: ”Myterna är ännu äldre och allt livs upprinnelse, det omedvetna och det som går utöver vårt förstånd, det gudomliga” (Sippola 2004, s. 51). Även Ihanus berör denna föreställning i sin inledning (s. 13f) och Aurela (2004, s. 192) lyfter fram myternas och legendernas tradition som ett fundament i sagoberättarterapin. Ingen av dem går dock lika långt i anspråken på myternas sanningsvärde som i citatet av Sippola ovan, vars kategoriska modalitet (Fairclough, 1992, s. 158ff) och tvärsäkerhet påminner om den retoriska form hos den moderna borgerliga ideologin som Barthes (1970, s. 253) kallar *konstaterande*.

Antologins återopande av myternas uråldriga visdom har också likheter med en vanlig retorisk strategi i den populära självhjälpslitteraturen. Aspelin (2008, s. 163ff) pekar på hur författarna i denna genre gärna gör sig till uttolkare av fördolda hemligheter och förborgad visdom. Den populärpsykologiske gurun kan ge läsaren insikter i en dold verklighet. Ett annat exempel på denna mysticism är följande omiskännligt new age-doftande utläggning:

Läsandets gynnsamma effekter förstärks av *rytmen* som i synnerhet kännetecknar dikter. Rytm är ett tröstande inslag och intimt förknippat med livet. Effekten av rytm börjar redan i moderlivet där barnet ständigt kan höra moderns hjärtslag. Via människans dygnsrytm samt havets ebb och flod är livet på hela jorden kopplat till universums kosmiska rytm. (Sippola, 2004, s. 56)

Den populärpsykologiska mysticismens syfte är, liksom den vetenskapliga diskursens, att auktorisera texten och legitimera det litteraturterapeutiska projektet. Att det är ett motsägelsefullt företag är uppenbart. Det blir inte lättare när man också drar in den litterära mysticismen. Att man hänvisar till skönlitteraturen och till skönlitterära exempel med potentiellt läkande kvaliteter är naturligtvis en förutsättning för hela litteraturterapin. Ofta görs dessa hänvisningar på ett tämligen modest och funktionellt sätt. Sippola ger på ett

ställe en koncentrerad uppräknning av den skönlitterära läsningens positiva effekter (s. 60ff). Det rör sig om vanligt förekommande argument som också påminner om skolans legitimeringar av läsning (Persson, 2007). Läsning kan enligt Sippola bland annat lindra ensamhet, skapa inlevelse, ge ökad självkännet och stärka identiteten, utveckla språket och fantasin samt uppöva den empatiska förmågan. Men det förekommer alltså i antologin också flera exempel på auktorisering och legitimering genom det jag kallar litterär mysticism.

I Juha Sandbergs bidrag i antologin resoneras om diktskrivandets enligt honom tätt förbundna kreativa och terapeutiska innebörder. Med utgångspunkt i psykoanalytisk teori formuleras det skrivande subjektets predikament på följande drastiska sätt:

Den kreativa skrivaren måste alltså gå under, försjunka i primärprocessens trans med allt vad detta innebär. Han måste avskrika all trygghet, vika av från vägen för kunskap och fakta. Han måste våga lämna sin sista Teori – även den teorin om att avstå från alla teorier – släppa greppet, sjunka ner i den ännu oförlösta diktens lärdom och förlita sig på att orden i sinom tid lyfter upp honom genom det stora kaoset. Detta är tydligen alltid lika svårt även för yrkesförfattare och för ”terapistkrivaren” kan det vara ännu svårare. (Sandberg, 2004a, s. 70)

Författaren som skrivs fram i detta citat måste lämna den traditionella kunskapens och vetenskapens diskurser, ge sig hän, utlämna sig åt ordets omstörtande kraft. Denna bild kan leda tankarna till antikens idé om författaren som profet, som en förmedlande länk mellan högre förborgad visdom och lägre jordiska föreställningar, en idé som genom olika transformeringar står fortsatt stark ända in i vår tid (se t.ex. Carlstedt & Cullhed (red.), 2010).

Ett annat exempel på litterär mysticism möter oss i antologiredaktörens text ”Diktens upplevelseströmmar” (Ihanus, 2004b). Framställningen präglas, till skillnad från de övriga antologibidragen, av exklusiva litterära och litteraturteoretiska referenser (Björling, Blanchot, Celan, Derrida m.fl.) och försöker med paradoxen som främsta stilfigur ringa in diktens väsen, till exempel: ”Det föreställda är verkligt och det verkliga är omöjligt” (s. 166). Som jag uppfattar det vill Ihanus i denna text framför allt distansera sig från reduktionistiska litteratursyner. Han polemiserar mot psykologins och psykoanalysens dikttolkningar, som han menar påtvingar litteraturen begreppsliga och intellektuella kvaliteter som egentligen är den främmande (s. 158).

Dikten låter sig inte infångas i system eller färdiga tankekartor, dess väsen är tvärtom att vara ständigt överskridande:

Skrivandet överför lagens ord till ett tillstånd av trans, till drifternas ström. Lagen (liksom könet, en stabil identitet eller ett minnesmärke) rämnar. Transtillståndet prövar och förleder med sina skillnader. Skrivprocessen styr inte de vilsegångna till humanismens seger, erbjuder inga genvägar från mörker till ljus eller till större medvetenhet. I skrivandets ”ljusmörker” förrirrar sig det identifierade talet – fruktbart och förgängligt – från sig själv någon annanstans. (Ihanus, 2004b, s. 165f)

Denna distansering från vetenskapliggörandet av dikten är intressant nog också en distansering från det terapeutiska hanterandet av litteraturen. Här finns inga genvägar från mörker till ljus, heter det. Litteraturen låter sig inte tyglas och ställer sig inte omedelbart i terapins tjänst. Man kan fråga sig om denna radikala markering inte riskerar att underminera själva grunderna för litteraturterapi, som ju ändå på något sätt måste utgå ifrån att litteraturen botar och gör läsaren frisk. Ihanus försöker bryta sig ur det jag kallar myten om den goda litteraturen. Men det är inte så lätt. Som Anders Johansson poängterat leder de flesta (alla?) sådana utbrytningsförsök tillbaka till idén om litteraturens inneboende godhet. P. D. A. Atterbom kodifierar under 1800-talets första hälft den estetiska idealismen och tanken att litteraturen är definitionsmässigt god. Men trots att hans romantiska litteratursyn utmanas och ifrågasätts av kommande generationer består enligt Johansson grundsynen på litteraturens välsignelser:

[F]aktum är att det är svårt att hitta någon litteraturteoretiker, litteraturvetare, litteraturkritiker eller författare efter Atterbom som inte utgår från samma distinktion (litteratur/värld), inte underförstått gör samma värdering (gott/ont) och inte hittar litteraturens berättigande i tillvarons brister. På så vis skulle man kunna säga att litteraturen är innesluten i världens ondska, dömd att ge plats åt det goda. Det borde givetvis sättas distansrande citationstecken runt ”det goda”, men det är just det som med tiden glöms bort, med resultatet att litteraturen *blir* god – idealismen sedimenterar och blir naturlig. Därmed förlorar litteraturen de möjligheter den rimligen borde kunna ha att förändra sin egen etiska status, att ta sig ut ur sin på förhand definierade godhet. (Johansson, 2010, s. 7f)

Motsägelseerna i den litteraturterapeutiska diskursen, så som den artikuleras i denna antologi, torde därmed ha blivit tydliga. Här finns å ena sidan en strävan efter vetenskaplig legitimitet. Här finns å andra sidan en både populärpsykologisk och litterärt mysticistisk underström som riskerar att dra trovärdigheten i tvivelsmål. Motsägelsefullheten kan kanske ses som ett utslag av att regleringen av diskursen är svag, att bemästrandet av dess slumpmässighet (Foucault, 1993, s. 7) inte varit helt igenom framgångsrikt.

Som avslutning på detta avsnitt skall jag säga något kort om hur relationen mellan litteratur och läsare/skrivare konstrueras. Man trycker hårt på skrivandets terapeutiska potential i antologin. I flera av bidragen diskuteras likheter och skillnader mellan terapeutiskt och kreativt skrivande. Konsensus verkar råda om att den terapeutiska funktionen är den primära och att man som ledare för diktterapi inte skall gå in och göra kritiska estetiska bedömningar. ”Äkta, rena känslor kompenserar för tekniska brister”, som det heter på ett ställe (Murto, 2004, s. 175). Det viktigaste är att diktskrivandet blir en port till det omedvetna och till skribentens innersta: ”Dikten är en resa till jaget” (ibid., s. 174). Helt oväsentlig är dock inte den estetiska dimensionen: ”Det har stor betydelse för en lyckad text hur målände och detaljerat skrivaren lyckats ge sitt allra innersta en lyrisk språkdirät” (Sandberg, 2004b, s. 223f). Här anas både en litteratur- och människosyn. Litteraturterapiens subjekt, oavsett om det är som läsare eller skrivare, är ett bekännande subjekt. I en artikel om boomen för kreativt skrivande prövar Ulf Olsson (2007) tanken att skrivarskolor kan ses som en del av en större terapeutisk kultur där bekännelsekravet är så genomgående att vi slutat uppfatta det som en form av maktutövning. Betoningen av det egna jaget och offentliggörandet av dess hemligheter i skrift gör att skrivarkursen uppvisar klara likheter med terapeutiska behandlingsformer: ”Skrivandet är den terapi som för individen döljer dess samhällsliga beroenden: jaget är i vissa fall en sjukdom, men det finns lyckligtvis bot, en terapi genom vilken skrivandet kan omvandla tillvaron från plåga till njutning” (Olsson, 2007, s. 257).

Men liksom Söderlings bok kan Ihanus antologi inte helt dölja sina kontrollerande och maktutövande drag och syften. På tvärs mot allt tal om lust, självinsikt och en accepterande och tolerant atmosfär kan de disciplinerande funktionerna plötsligt ge sig öppet till känna: ”Litteraturterapi ingår i gruppen kreativa terapiformer. Metoden syftar till att antingen ge individen de insikter som ingår i normal utveckling eller att påverka ett emotionellt stort beteende” (Sippola, 2004, s. 62). Och liksom hos Söderling fungerar frambesvärjandet av en universell litteratur med eviga sanningar om människan

som en önskad påminnelse om en sådan litteratursyns historicitet och ideologi. Författarrollens föränderliga villkor och funktioner löses upp i en tidlös dimma, eller som Barthes (1970, s. 250) uttrycker det: ”Myten berövar det föremål, som det talar om all historia.” Därför kan det till exempel heta att ”[d]iktare har under alla tider varit medvetna om detta, hittat det fördolda, helat med hjälp av dikter” (Salakka, 2004, s. 214). En annan variant av samma tankefigur är följande: ”En författare som har skapat en text och filterat den genom sin egen personlighet visar läsaren det som båda har gemensamt, som är allmänmänskligt. Han visar det som är bestående, kanske evigt – men ’resan är alltid ny’” (Sippola, 2004, s. 63). Litteratursynen är expressiv, romantisk, idealistisk. Läsaren och världen är sjuka, förgängliga och fulla av brister. Endast litteraturen är hel och kan hela.

Bekräftelse, kritik och självreflexivitet

Mitt tredje exempel på en biblioterapeutisk text avviker från de övriga på många viktiga punkter. Caroline af Ugglas och Ulf Karl Olov Nilssons (Ukon) bok *Hjälp, vem är jag? – anteckningar från en terapi* (2010) är en dokumentation av en serie terapisaftal psykologen Nilsson hade med af Ugglas under ett och ett halvt års tid. Boken består av tretton kapitel samt ett förord och ett efterord. Sexton sidor med bildmaterial ingår också (bilder på af Ugglas från barndom till vuxenliv). Varje kapitel består av utskriften av ett terapisaftal och några avslutande kommentarer till sessionen från både af Ugglas och Ukon. Kapitlen har tematiserande rubriker som ”Att börja tala”, ”Familjen”, ”Död, adelskap och busintrång”.

Af Ugglas berättar självutlämnande och naket om sina depressioner, fobier och barndomsminnen. Drömmar tolkas. Ängesten och rädslan att bli galen är återkommande motiv i samtalen. De tuffa ungdomsåren går igenom, liksom artistkarriären och kärleken till familjen. Samtalen innehåller gott om digressioner och drar ibland iväg i ett slags hejdlöst absurdistiskt associerande. Texten pendlar genomgående både innehållsmässigt och stilistiskt mellan högt och lågt, allvar och komik.

Boken har inte som främsta ärende att plädera för konstens läkande potentialer, även om resonemang kring detta också förekommer. Boken både skildrar och vill sätta igång terapeutiska processer. I förordet skriver af Ugglas:

Jag har ställt mig frågan ”Vem är jag?” eller mer precist ”Hjälp, vem är jag?” de senaste tjugo åren. Den har präglat min vardag, man kan säga att jag har gått i daglig terapi med mig själv. Ni vet, tankarna går runt, man frågar sig saker och ger sig flera olika svar. Det har lett till insikt men även inneburit en massa svår ångest. Jag har träffat psykiatiker, psykologer, terapeuter och har under perioder ätit psykofarmaka. Jag hoppas att jag med min öppenhet kring detta hjälper människor med liknande problem. För vi är alla rätt lika under solen. Och visst fan är det svårt att leva ibland. Hur gör man? Vem är man? Vem är jag? Hjälp! (Af Ugglas & Ukon, 2010, s. 7)

Närheten till självhjälplitteraturen är uppenbar (det apostroferande och öpenhjärtiga läsartilltalet, positioneringen av författaren som en hjälpare med egna erfarenheter av svåra problem, tanken att läsningen av texten kan fungera som tröst, stöd och vägledning). Men texten är som helhet mycket svår att genrebestämma. Här finns starka drag av bekännelse och självbiografi. Andra genrer som på olika sätt är infogade i texten är samtal, dagbok, drömtydning, brev och levnadsregel. Vad som ytterligare komplicerar saken, och gör att texten motiverar sin plats i denna studie, är att den arbetar med en mängd litterariserande strategier, dvs. textuella grepp som gör att den kan läsas som skönlitteratur. På så sätt skulle man kunna säga att texten eftersträvar en biblioterapeutisk effekt på läsaren; att den själv är den medicin som den handlar om och försöker beskriva. Men texten är alltså heterogen, motsägelsefull och genreöverskridande. Just genom denna karaktär sätter den egenskaper hos den biblioterapeutiska diskursen i starkare relief. Framtonar en bild av litteraturens villkor i den terapeutiska kulturen som både är bekräftande och kritiskt avslöjande.

Socialpsykologen Thomas Johansson (2006) menar att det är befogat att säga att vi lever i en *terapeutisk kultur* där vi genom självhjälplitteratur och en aldrig sinande ström av rådgivningsprogram och talk shows på teve matas med löften om framgångsrika metoder för att modellera oss så att vi blir lyckliga, förmögna, vackra, ungdomliga, sexuellt attraktiva osv. Det terapeutiska språket och den terapeutiska blicken har för länge sedan lämnat analyssoffan och letat sig ut i vardagsspråket och populärkulturen. Självhjälplitteraturen erbjuder ofta enkla lösningar. Genren omhuldar en stark tro på och vilja till förändring. Om bara viljan finns kan individen lyckas ta sig ur ofruktbara och problematiska beteendemönster och hitta tillbaka till sitt inre sanna jag. Johansson sammanfattar konsekvenserna av denna filosofi: ”Vi försätts i ett tillstånd av konstant och ständigt analyserande av oss själva” (Johansson, 2006, s. 89). Detta ses ju också av många kultur- och samhälls-

teoretiker som kännetecknande för identiteten i det senmoderna samhället. Begrepp som subjektivering, kulturell friställning, görbarhet, ambivalens och avtraditionalisering ringar in en uppfattning om identiteten som något som ständigt är föremål för konstruktion, arbete, utforskning och reflexion (se t.ex. Beck, Giddens & Lash, 1994; Ziehe, 1989). Redan i titeln på af Ugglas och Ukons bok finns en humoristisk anspelning på denna psykologiska reflexivitet. Och citatet ur förordet ovan ger bilden av en individ som ägnar sig åt permanent självreflexion.

Af Ugglas tro på individens förmåga till förändring är liksom i självhjälpplitteraturen stark. Hon vill ingjuta optimism hos läsaren och använder en del grepp som känns igen från denna genre (Aspelin, 2008). Här finns till exempel de direkta uppmaningarna och tillrättavisningarna, gärna formulerade med imperativer och i slagordsmässig form, som i af Ugglas elva ”nya budord utan negationer”. Till dessa hör bland andra: ”Du skall vara nyfiken, flexibel och öppen”, ”Du skall försöka älska dig själv – det gör det också lättare för andra att älska dig” och ”Du skall se att du kan mer än du tror – våga, våga!” (s. 181). Formulerandet av enkla och tydliga råd och uppmaningar till läsaren förekommer ofta i boken. På ett ställe närmar sig af Ugglas den extrema form av individualism som i den amerikanska självhjälpplitteraturen gång efter annan kantrar över i solipsism och tron att det enda som existerar är individen och att allt som krävs för att problem och sjukdomar skall försvinna är att individen önskar sig det tillräckligt starkt (Aspelin, 2008; Johansson, 2006). Af Ugglas säger under ett av terapisaftalen:

Förut har jag haft en negativ syn på framgång. Jag har tänkt ”Det kommer att gå åt helvete, det kommer att gå åt helvete, det kommer att gå åt helvete.” Men sen hände nånting. Jag tänkte: ”Du måste be till lyckliga stjärnan”, jag tänkte ”det är ditt öde och du ska söka ditt fokus och din tanke” och till slut kom jag fram till att det kommer att gå bra faktiskt. Det handlar om tänket, tänk dig frisk! Det funkar faktiskt. (s. 151)

Detta resonemang kan tyckas ha en ensidigt bekräftande hållning till den terapeutiska kulturen: individualismen, framgångstron, optimismen, de klichémässiga populärpsykologiska visdomarna. När boken recenserades i svensk press var det flera som kritiserade den för att stryka den samtida kulturens narcissism, exhibitionism och kändisfixering medhårs. Att boken dessutom ges ut av Piratförlaget, som ofta förknippas med kommersialism, deckare och bestsellers, väckte också ont blod. Küchen (2010) beskriver

texten som en ”klassisk framgångssaga *Hollywood style*” och karakteriserar af Ugglas som ”den perfekta dåren för vår tid: Våndas gärna, men lagom! Tappa inte kontrollen! Klara dig, lyckas, bli bjuden på champagne av TV4 på slutet! Här personifieras psykfallen som entreprenör”. Men det är att reducera denna boks motsägelsefulla och vildvuxet heterogena karaktär. Det tar heller inte hänsyn till textens dialogiska struktur. Texten är ett samtal där de två författarnas röster, åsikter och värderingar långtifrån alltid sammanfaller. Så utmanar af Ugglas exempelvis analytikerns auktoritet vid ett par tillfällen med milt ironiska formuleringar som ”Efter dessa ord från den kloke UKON” (s. 180) eller genom att tilltala honom som ”lilla gubben” (s. 186).

Boken har bekräftande drag, men samtidigt finns det egenskaper som går i rakt motsatt riktning. Genomgående utmanas nämligen också självhjälpslitteraturens förenklingar. Tron på det inre sanna jaget ifrågasätts explicit flera gånger. Ett exempel på detta är när Ukon (s. 74f) laborerar med tanken att lägga till ordet ”egentligen” efter boktiteln – ”Hjälp, vem är jag egentligen?” Det är, fortsätter han ”som om det finns en fasad, något som visas fram i ett skådespelssamhälle men sedan också en djupversion, en sannare version kanske”. Han frågar sig ”om det överhuvudtaget finns någonting under ytan”. Af Ugglas replikerar med en tankegång som hamnar nära självhjälpslitteraturens förståelse av jaget: ”Därför måste man tala och påminna sig om vem man är och vem man vill vara. Så man blir den man *vill vara*.” Men Ukon låter sig inte övertygas: ”Det förutsätter att man har kontroll över sig själv. En människa är helt uppenbart också ibland det hon absolut inte vill vara.” Ukon landar till slut i den för självhjälpslitteraturen djupt främmande idén att djup, yta, inre och yttre både är tätt sammanvävda och rörliga kategorier.

Ett par exempel till på hur självhjälpslitteraturen utmanas skall nämnas. Af Ugglas levererar en svidande kritik av skönhetskulten i kulturen och slår ett slag för rätten att vara ful (s. 80ff). Du duger som du är, blir ett av hennes credon – en ståndpunkt som tagen på allvar ju skulle göra alla självhjälps-coacher arbetslösa. Ukon tar å sin sida avstånd från psykiatris upptagenhet av att med hjälp av skattningsskalor och frågeformulär försöka mäta vad som är normalt eller onormalt (s. 163f). Och i samband med diskussionen av en låttext av af Ugglas distanserar han sig explicit från vad han kallar ”billiga terapeutiska lösningar” (s. 154). Överhuvudtaget löper genom texten en ironiserande distansering från terapisisituationen i traditionell tappning. Det blir efterhand uppenbart att sessionerna kanske inte uppfyller de förväntningar och krav som brukar ställas på psykoterapi. Platserna för samtalen skiftar

och kan vara mer eller mindre okonventionella. Exempelvis kan man vara i analysandens systems hem, med analytikerns barn spelande Playstation i ett angränsande rum (s. 240-259). Samtalet får ibland en mycket informell ton som osäkrar förväntningarna på ett professionellt terapeutiskt samtal. Följande replikskifte inleds av Ukon:

- Det viktiga här är inte frågan om du är självgod eller inte. Det är mänskligt att se till sitt eget bästa men hälsosamt också att det finns en sida som ifrågasätter det. Fy fan vad psykolog-tråkig jag låter. Men det är faktiskt sant.
- Jag har dessa olika sidor. Du sa ju att jag var *borderline*. På telefon.
- Det var ett skämt! Och framför allt var det om *the appearance* jag talade. Din framtoning kan kanske delvis påminna om klichébilden av *borderline*. Men så enkelt är det inte.
- Nä, och jag tänker inte ta till mig något sånt. Hade någon sagt det till mig när jag var tjugo hade det kanske varit jobbigt.
- Bra, glöm *borderline*. (s. 38f)

Texten är alltså både ett uttryck för, en bekräftelse av, och en distansering från, självhjälplitteraturens och den terapeutiska kulturens påbud om självbekännelser och ständig psykologisk självreflexivitet. Genom att bryta mot starka konventioner inom den terapeutiska kulturen uppnås ett slags främmandegöring – läsaren blir medveten om att han eller hon är inskriven i en diskurs som reglerar talet och sanningen om subjektiviteten. Samma effekt uppnås, menar jag, genom att utmana den litterära kulturens förväntningar.

Även om trafiken mellan ”högkultur” och ”populärkultur” intensifierats under postmoderniteten (Persson, 2002) och knappast längre i sig kan förväntas generera några provocativa effekter så finns det uppenbarligen fortfarande gränser för hur denna trafik får se ut. Samarbetet mellan af Ugglas och Ukon är ett samarbete mellan två personer som var för sig måste betraktas som gränsöverskridare i egen rätt, och därtill från radikalt skilda delar av det kulturella fältet. Af Ugglas har rört sig inom och mellan populärkulturens såväl smalare som bredare delar – från ikonoklastisk punkare till folkkär körledare och schlagersångerska i Melodifestivalen. Ukon är experimentell poet och essäist, med nära band till vad som brukar anges som den språkmaterialistiska litteraturens främsta organ i Sverige – förlaget OEI. När dessa

båda inleder ett författarsamarbete med just Piratförlaget kände sig som sagt flera litteraturkritiker provocerade. Man behövde i vissa fall inte gå längre än till det grälla kitschiga omslaget med af Ugglas poserande på en divan för att det höglitterära fältets utstöttningsmekanismer skulle aktiveras (se t.ex. Küchen, 2010). Att projektet överhuvudtaget blev möjligt kan kanske å andra sidan ses som ett utslag av att de estetiskt normativa gränsdragningarna blivit ytterligare försvagade och att smakbildningen alltmer rör sig i en ”omnivoral” (Peterson, 1997), allätande, riktning där frågan om något klassificeras som ”högt” eller ”lågt” inte längre är den avgörande. En indikation i texten på detta förhållande är det eklektiska urvalet av litterära och konstnärliga referenser. Här omnämns, citeras, och diskuteras till exempel Novalis, Rata-ta, Jaques Lacan, Per Højholt, Pascal, David Bowie, Nancy Spungen, Emmanuel Bove.

Parallellt med textens upplösning av gränserna mellan ”högt” och ”lågt” sker en upplösning av gränserna mellan terapeutisk litteratur och skönlitteratur. En del av de grepp som tas i bruk för detta ändamål är av paratextuell art. På bokomslagetets baksida heter det till exempel att af Ugglas med denna bok ”gör säregen litterär debut”. Ett ännu starkare påstående gjordes i televisionens litteraturprogram Babel (SVT2, 2010-09-09) då Ukon i samband med bokens utgivning sade att han betraktade den som sin senaste diktsamling. Det finns emellertid också, och inte minst, en mängd litterariserande strategier i själva texten. Ett par av dessa skall nu nämnas.

Vid upprepade tillfällen förs metatextuella resonemang om textens tillblivelse som leder tankarna till självreflekterande skönlitteratur. I det första terapisalet resoneras utförligt om hur och varför samtalen skulle omvandlas till bokform. Ukon medger att han känner sig lite förbryllad av idén och tolkar af Ugglas förklaringar så här: ” – Typ: Varför inte passa på att få en bok skriven när man ändå ska berätta för någon om sitt liv?” (s. 12). En sådan förklaring kan uppfattas som djupt stötande i ett höglitterärt sammanhang, som ett utslag av skrivarkursernas ”masskrivande” och idén att *alla* kan (och bör) bli författare (Olsson, 2007). Hur samtalen skall fungera som text är en återkommande frågeställning. Ukon ser en risk att resultatet blir för fragmentariserat och föreslår därför vid ett tillfälle att psykoanalysens fria associerande bör tyglas genom ett i förväg tydligt stipulerat tema för samtalen (s. 45). Andra exempel på hur textens tillblivelse kommenteras är hur inblickar ges i hanteringen av inspelningsapparat (s. 235) och i själva redigeringsarbetet (s. 133, 251, 287). Dessa grepp försvårar för läsaren att

uppfatta textens återgivning av terapisaftalen som omedierade och oförmedlade. Uppmärksamheten riktas mot texten som (litterär) konstruktion.

En stark form av litterarisering inträffar när analytikern betraktar sin analysand som ett stycke potentiell litteratur. Tidigt i boken berättar Ukon varför han till slut tackade ja till af Ugglas bokidé:

Det som fick mig att tacka ja var emellertid, förutom denna öppenhet, också hennes speciella sätt att tala; det fanns i denna lite konstiga blandning av folklighet och adelskap, frimodighet och förbehåll, utlevelse och kontroll, sårbarhet och driven entreprenörsanda, ett slags *idi-olekt* – alltså en unik dialekt som en enda människa talar – som jag gärna poetiskt ville förvalta. Hon förstärkte till och med sitt tal med ljudillustrerande uttryck! Det var faktiskt just det som gjorde mig mest intresserad: jag ville gärna betrakta hennes tal som mitt *found poem*. (s. 24)

Resonemanget skulle kunna ses som ett utslag av den slitna och genusmäsigt problematiska klichén om den inspirerade poeten och hans musa. Men poängterandet av att det rör sig om ett *found poem*, dvs. en teknik som går ut på poetisk transformering av redan befintligt råmaterial, bör kanske snarare ses som kongenialt med sådana språkmaterialistiska metoder som Ukon brukar tillämpa i sitt arbete som poet. Ytterligare exempel på litterarisering av den terapeutiska texten är när analysandens beteende tolkas med hjälp av litterära begrepp eller genom jämförelser med poesi. Båda greppen förekommer i detta exempel:

Det är således som om den omgivande behandlingsapparaten tvingar in henne i en position som präglas av ironi, alltså den stilfigur som innebär att det finns en skillnad mellan vad som sägs och vad som egentligen menas. Inte sällan menar ju ironikern motsatsen till det som sägs, man tittar ut genom fönstret, ser att det spöregnar och säger: ”Härligt väder idag.” Eller som när den danske poeten Lars Skinnebach skriver: ”Jag respekterar inte folk som tjänar sina egna pengar. Deras föräldrar har inte förfinat dom tillräckligt.” (s. 236)

Andra litterära begrepp som används på liknande sätt som ironi är metafor (s. 38) och oxymoron (s. 105). Till de litterariserande greppen kan avslutningsvis också nämnas den miniatyressä av Ukon om poesins förhållande till kriminalitet som infogats i texten och som ursprungligen går tillbaka på en längre essä publicerad i tidskriften *Glänta* (s. 179f).

Gränserna mellan den terapeutiska och den litterära texten (och diskursen) är hela tiden i rörelse i denna text. Den långt drivna självreflexiviteten är en viktig faktor härvidlag. Det är för enkelt att säga att texten lämnar den terapeutiska diskursen och blir ren litteratur. Det är lika förenklat att säga att den terapeutiska texten införlivar en rad litterära drag men att den som helhet förblir opåverkad. Det är det ständiga prövandet, ironiserandet och överskridandet som bäst fångar denna mångfaldiga text. Samtidigt som dess egen diskursiva status och genretillhörighet blir minst sagt flytande, så framträder de diskurser och genrer den införlivar och leker med (terapisamtalet, bekännelsen, självhjälpsmanualen, skönlitteraturen m.fl.) desto tydligare. I denna strategi inryms både bekräftande och kritiskt avslöjande element. Den terapeutiska kulturen både bejakas och häcklas. Litteraturens gränsdragningar mellan högt och lågt och mellan olika framställningsformer och genrer både utnyttjas och suddas ut.

Litterära självteknologier i den terapeutiska kulturen

Biblioterapin kan ses som ett tydligt exempel på vad Foucault kallar en *självteknologi*, en uppsättning metoder som:

gör det möjligt för enskilda människor att av egen kraft eller med andras hjälp genomföra ett visst antal ingrepp på sina egna kroppar och själar och tankar, sitt eget uppträdande och sätt att vara – och på så sätt omvandla sig själva i syfte att uppnå ett visst tillstånd av lycka, renhet, vishet, fulländning eller odödlighet. (Foucault, 2008, s. 263)

Enligt Foucault samspelar självteknologier alltid med andra teknologier, inte minst maktteknologier. Målet är att fostra och förändra individer och få dem att tillägna sig färdigheter och värderingar som anses önskvärda. Detta gäller alldeles uppenbart för skolans litteraturundervisning, där både själv- och maktteknologier är synliga i läroplanernas tal om vad eleverna skall kunna, men också tycka och känna ("värdegrunden"). I den biblioterapeutiska texten framträder självteknologierna på ett delvis annorlunda sätt – deras inriktning på "omsorg om självet" (Foucault, 2008) är mera synlig samtidigt som maktutövningen kanske är osynligare. Men biblioterapins stipulering av ett jagets innersta rum, som läsande eller skrivande av skönlitteratur kan förlösa, är också en maktteknologi. Det explicita eller implicita kravet på bekännelse är en del av och signifikativt för en större terapeutisk kultur.

Att klassificera en text som tillhörig denna kultur får emellertid inte ses som ett automatiskt avfärdande. Vi är alla mer eller mindre, och med- eller motvilligt en del av den. Om TV-psykologen Dr Phil kan hjälpa människor och om skönlitteraturen kan hela och trösta så är det väl utmärkt? Den terapeutiska kulturen svarar uppenbarligen mot behov hos många människor, behov som inte enbart kan avfärdas som ytliga, falska, påtvingade osv. Som Johansson (2006) understryker är den terapeutiska kulturens många olika yttringar ett svar på den oöverskådlig, ambivalens och existentiella osäkerhet som senmoderniteten för med sig. Olsson (2007) öppnar i sin kritiska analys av skrivarkurser på motsvarande sätt för att de inte enbart skall ses som en inskolning i underkastelse utan möjligen också som rum där uppriktiga samtal kan föras om hur livet kan eller skall levas: ”Den typen av samtal har förmodligen inte så många sammanhang kvar där de kan förverkligas: den akademiska litteraturvetenskapen erbjuder dem bara i undantagsfall” (ibid, s. 249).

Kritiska kultur- och diskursanalyser, som denna text också är ett exempel på, måste vara öppna för det oväntade. Det är lätt att ge Olsson rätt i hans beskrivning av författarrollens förändring i den terapeutiska kulturen: ”Författaren legitimeras inte genom att bli läst utan genom att synas. Författaren avskiljs från sitt yrke och blir en signal i en visuell kultur, där handlingen att skriva till sin funktion blir ett synliggörande av den skrivandes person” (Olsson, 2007, s. 251). Lika lätt skulle det vara att omedelbart sortera in mitt tredje analys exempel, af Ugglas och Ukons bok, i ett sådant fack. Bokens förlag, titel och kitschiga omslag, givetvis med ”kändisen” af Ugglas själv poserande på omslaget på en divan, tycks entydigt bekräfta Olssons tes. Vid en första anblick skulle alltså *Hjälp, vem är jag?* vara det av mina tre exempel som kommer närmast den terapeutiska kulturens kommersialism, individualism, ytlighet, bekännelse- och synlighetstvång. Söderlings text producerades och cirkulerade inom ett folkbildande kretslopp där experten utan alltför mycket pekpinnar varsamt guidar läsaren genom litteraturens och biblioterapins möjligheter till läkning. Ihanus antologi är förankrad inom vetenskap, medicin, psykiatri och biblioteksväsende (men har som påvisats också starka metafysiska drag). Ändå är det i af Ugglas och Ukons bok som den mest komplexa, självreflexiva och kraftfulla litteratursynen artikuleras. Såväl likheterna som skillnaderna mellan denna text och de två andra biblioterapeutiska exemplen framträder med skarp konkretion i följande två utläggningar av Ukon:

Jag tänker också på något du sa under vårt första samtal, nämligen att du inte behöver läsa boken eftersom den består av ditt eget tal och du därför redan vet alla svar. Min förhoppning, och den kanske är pretentiös, är att du ska arbeta med denna bok om dig själv och liksom *se* vad du själv har sagt. I bästa fall kan man se sina egna motsägelser och blinda fläckar. Jag tror alltså att svaret på frågan *Hjälp, vem är jag?* finns i läsningen av, och i arbetet med, den här textens motsägelser och rundgång. Men den finns bara för den som söker noga. (s. 241)

Liksom förespråkare för biblioterapin som Söderling och Ihanus menar Ukon att *läsning* är en viktig väg till självinsikt och att detta kräver arbete. Ukon trycker hårdare på vad som skulle kunna kallas för närläsning, noggrann och vaksam läsning, än vad de övriga biblioterapeutiska exemplen gjort. Han poängterar också särskilt ”textens motsägelser och rundgång”, men gör detta utan att antyda att det bakom dessa skulle finnas en inre kärna i form av sanningen om jaget. Detta indikerar inte bara en central skillnad i synen på subjektet, utan också i litteratursyn. En avgörande ledtråd till denna litteratursyn formuleras av Ukon i följande passage:

Jag är benägen att hålla med litteraturteoretikern Paul de Man om att i en värld där det inte finns någon harmoni och helhet blir faktiskt ironin den egentliga möjligheten att säga sanningen eftersom den ljuger samtidigt som den visar att den gör det. Ironin visar alltså på den distans som finns mellan värld och uttryckssätt och blir därför ett sannare sätt att tala. (s. 237)

Det anmärkningsvärda med dessa citat, liksom med boken som helhet, är att litteraturens heterogenitet och singularitet inte bara bejakas utan också praktiserar – och detta i en text som alltså på många sätt ligger mycket nära självhjälplitteraturen och den terapeutiska kulturen.

Kanske finns här en antydning till överbrygning av den klyfta mellan två olika förhållningssätt till litteratur som enligt John Guillory (2000) präglar vår kultur under lång tid. Litteraturläsning har i det moderna samhället klyvts i två radikalt olika och med varandra icke-kommunicerande sätt att läsa: professionellt och lekmanamässigt. Professionell läsning kännetecknas bl.a. av hårt arbete, av att den bedrivs inom utbildningssystemets ramar och styrs av tolkningsmetoder som tar lång tid att bemästra, och av att läsningen är distanserad och ”asketisk”. Lekmannaläsningen bedrivs på fritiden och styrs av helt andra konventioner. De centrala läsarintressena är lust och njutning. Guillory menar att dessa två förhållningssätt speglar en klyfta mellan

hur litteratur läses inom och utanför akademien och att båda sätten att läsa misskänner sina gemensamma rötter i den tidiga moderniteten som en *etisk praktik för självförbättring genom njutning*. Denna praktik såg ingen motsättning mellan etik och njutning. Läsandets njutning var en väg till självinsikt. Men sedan skulle alltså denna praktik ersättas av den ovannämnda klyftan. Lekmannaläsningen har enligt Guillory fullständigt hamnat i masskulturens klor och kräver enkla nöjen och omedelbar behovstillfredsställelse. Omvänt så har den professionella läsningen utvecklat närmast en aversion mot lustläsning.

Skulle inte af Ugglas och Ukons text kunna ses som ett försök att luckra upp denna statiska dikotomi? Deras text är rotad både i akademins avancerade textteorier och i populärkulturens kommersiella lustläsning, både i den terapeutiska kulturens bekännelsekrav och i en självreflexiv, lekfull och kritiskt granskande blick på samma kultur. Den erkänner det legitima och centrala värdet i bruket av litteraturen som självteknologi samtidigt som den varnar för förenklade litteratursyner.

Att man som litteraturvetare föredrar de Man framför Dr Phil är kanske inte ägnat att förvåna. Men som litteraturdidaktiker kan man inte låta sig nöja med det enkla avfärdandet. Den terapeutiska kulturen erbjuder en uppsjö av praktiska pedagogiker och självteknologier som utgör mäktiga konkurrenter till utbildningssystemets bildningssträvanden. Litteraturundervisningen i både skola och högre utbildning borde kanske i högre utsträckning fråga sig vilka självteknologier den uppmuntrar elever och studenter att praktisera. Vi kan nämligen vara helt säkra på att sådana förekommer och att vi själva både producerar och produceras av dem.

Referenser

- Af Ugglas, Caroline & Nilsson, Ulf Karl Olov (Ukon) (2010). *Hjälp, vem är jag? – anteckningar från en terapi*. Stockholm: Piratförlaget.
- Aspelin, Jonas (2008). *Suveränitetens Pris. En kritisk studie av självhjälpslitteratur*. Ludvika: Dualis.
- Aurela, Anneli (2004). Sagoberättarterapi i barnpsykiatrisk verksamhet. I Ihanus (red.) (2004), Ihanus, Juhani (red.) (2004). *Att tala eller att tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa*. Helsingfors: BTJ Kirjastopalvelu Oy. ss. 192-210.
- Barthes, Roland (1970). *Mytologier*. Staffanstorps: Bo Cavefors Bokförlag.

- Beck, Ulrich, Giddens, Anthony & Lash, Scott (1994). *Reflexive Modernization. Politics, Tradition and Aesthetics in the Modern Social Order*. Cambridge: Polity Press.
- Bernhardsson, Katarina (2010). *Litterära besvär. Skildringar av sjukdom i samtida svensk prosa*. Lund: Ellerströms.
- Carlstedt, Anna & Cullhed, Anders (red.) (2010). *Poeter och profeter. Från Platon till Mare Kandre*. Hedemora & Möklinta: Gidlunds.
- Ceronetti, Guido (2009). *Kroppens tystnad. Material för ett studium i medicin*. Umeå: h:ström – Text & Kultur.
- Clarén, Ulf (2009). Mozart och tango medel för läkning. *Sydsvenskan* 2009-11-12.
- Eriksson, Inger (2006). *Poesiläsning som meningsskapare. En studie om poesigrupper på sjukhem och hospice*. Lund Studies in Ethics and Theology, Lund: Lunds universitet.
- Fairclough, Norman (1992). *Discourse and Social Change*. Cambridge: Polity Press.
- Folkpartiet (2010). Den som läser en bok blir snygg och klok.
www.folkpartiet.se
- Foucault, Michel (1993). *Diskursens ordning*. Stockholm & Stehag: Symposium.
- Foucault, Michel (2008). Självteknologier. I Michel Foucault. *Diskursernas kamp*. Stockholm & Stehag: Symposium, ss. 261-292
- Gambrill, Eileen (2005). Bibliotherapy. *Encyclopedia of Behavior Modification and Cognitive Behavior Therapy*. Sage Publications. www.sage-reference.com/cbt/Article_n44.html
- Gottfries, Ingrid & Persson, Bodil EB (red.) (1996). *Humaniora och medicin*. Lund: Studentlitteratur.
- Guillory, John (2000). The Ethical Practice of Modernity. The Example of Reading. I *The Turn to Ethics*. Marjorie Garber, Beatrice Hanssen & Rebecca L. Walkowitz (red.). New York & London: Routledge, ss. 29-46.
- Hållner, AnnaLena (2009). *Sätt att räkna tiden. Analys av åldrande och minne i Sigrid Combüchens trilogi Värme, Korta och långa kapitel samt En simtur i sundet*. Linköping Studies in Arts and Science No. 495. Norrköping: NISAL, Institutionen för samhälls- och välfärdsstudier, Linköpings universitet.
- Ihanus, Juhani (red.) (2004). *Att tiga eller att tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa*. Helsingfors: BTJ Kirjastopalvelu Oy.

- Ihanus, Juhani (2004a). Litteratur och terapi. I Ihanus, Juhani (red.) (2004). *Att tiga eller att tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa*. Helsingfors: BTJ Kirjastopalvelu Oy. ss. 13-36.
- Ihanus, Juhani (2004b). Diktens upplevelseströmmar. I Ihanus, Juhani (red.) (2004). *Att tiga eller att tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa*. Helsingfors: BTJ Kirjastopalvelu Oy, ss. 157-169.
- Johansson, Anders (2008). *Nonfiction*. Göteborg: Glänta Produktion.
- Johansson, Anders (2010). *Göra ont. Litterär metafysik*. Göteborg: Glänta Produktion.
- Johansson, Thomas (2006). *Makeovermani. Om Dr Phil, plastikkirurgi och illusionen om det perfekta jaget*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Keen, Suzanne (2007). *Empathy and the Novel*. Oxford & New York: Oxford University Press.
- Kulturrådet (2008). *Kultur – en del av ett hälsosamt liv?* (Kulturrådets skriftserie 2008:4). Stockholm: Statens kulturråd. www.kulturradet.se.
- Küchen, Maria (2010). *Terapitugg med bitter eftersmak*. Sydsvenskan 2010-09-20.
- Littau, Karin (2006). *Theories of Reading. Books, Bodies and Bibliomania*. Cambridge & Malden: Polity Press.
- Mazzarella, Merete (2001). Om att använda skönlitteratur. *Tidskrift för litteraturvetenskap*, 3, ss. 74-80.
- Mazzarella, Merete (2004). En god bok receptet för medicinare. *Svenska Dagbladet* 2004-09-18.
- Mazzarella, Merete (2005). *Den goda beröringen. Om kropp, hälsa, vård och litteratur*. Stockholm: Forum.
- Melberg, Arne (1992). *Mimesis. En repetition*. Stockholm & Stehag: Symposium.
- Murto, Pentti (2004). Läkande ord – orden läker. I Ihanus, Juhani (red.) (2004). *Att tiga eller att tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa*. Helsingfors: BTJ Kirjastopalvelu Oy, ss. 170-191).
- Olsson, Ulf (2002). *Jag blir galen. Strindberg, vansinnet och vetenskapen*. Stockholm & Stehag: Symposium.
- Olsson, Ulf (2007). Litteraturens nya ordningar. Författarfunktion, skrivarskola och identitetspolitik. I Ulf Olsson. *Invändningar. Kritiska artiklar*. Stockholm & Stehag: Symposium, ss. 243-271.
- Persson, Magnus (2002). *Kampen om högt och lågt. Studier i den sena nittonhundratalets romanens förhållande till masskulturen och moderniteten*. Stockholm & Stehag: Symposium.

- Persson, Magnus (2007). *Varför läsa litteratur? Om litteraturundervisningen efter den kulturella vändningen*. Lund: Studentlitteratur.
- Peterson, Richard A. (1997). *The Rise and Fall of Highbrow Snobbery as a Status Marker*. *Poetics*, 25, 75-92.
- Petersson, Margareta & Årheim, Annette (2009). Läkarutbildning och litteratur. *Sjätte nationella konferensen i svenska med didaktisk inriktning. Muntlighetens möjligheter – retorik, berättande, samtal. Uppsala 27–28 november 2008*. Anne Palmér (red). Uppsala: Nationella nätverket för svenska med didaktisk inriktning & Uppsala universitet.
- Salakka, Liisa (2004). Diktterapi som en del av sjukhuspsykoterapi. I Ihanus, Juhani (red.) (2004). *Att tiga eller att tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa*. Helsingfors: BTJ Kirjastopalvelu Oy, ss. 211-219.
- Sandberg, Juha (2004a). Bärande ord. I Ihanus, Juhani (red.) (2004). *Att tiga eller att tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa*. Helsingfors: BTJ Kirjastopalvelu Oy, ss. 65-72.
- Sandberg, Juha (2004b). Långsiktig diktterapi i öppen vård. I Ihanus, Juhani (red.) (2004). *Att tiga eller att tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa*. Helsingfors: BTJ Kirjastopalvelu Oy, ss. 220-232.
- School of Life (2010). About the School of Life.
www.theschooloflife.com/About
- Sippola, Leena (2004). Läsning som en källa till psykisk hälsa. I Ihanus, Juhani (red.) (2004). *Att tiga eller att tala. Litteraturterapi – ett sätt att växa*. Helsingfors: BTJ Kirjastopalvelu Oy, ss. 51-64.
- Staberg, Jakob (2009). *Sjukdomens estetik*. Stockholm: Aiolos.
- Söderling, Bertil (1962). *Om vänskapen med böcker och ordens läkedom*. Lund: Bibliotekstjänst.
- Thavenius, Jan (1991). *Klassbildning och folkuppfostran. Om litteraturundervisningens traditioner*. Stockholm & Stehag: Symposion.
- Thavenius, Jan (1992). *Det postlitterära samhället. Tankar om litteraturens och läsningens framtid*. Rapporter om utbildning, 2. Malmö: Lärarhögskolan.
- Ziehe, Thomas (1989). *Kulturanalyser. Ungdom, utbildning, modernitet*. Stockholm & Stehag: Symposion.