

## Selvforglemmelsessteder

- efterårstanker om følelsen af "hjem"

"Det er dén der hjemmefølelse ...", sagde en klient for nyligt til mig, mens vi i vores samtale kredsede om gode og mindre gode steder at være. I min samtalepraksis har det været et tilbagevendende samtaletema gennem alle årene. Undersøgelsen af, hvordan det *egentlig* føles at være i forskellige situationer, rum, lokaler, grupperinger og sociale fora er hjælpsom for langt de fleste, der tumler med problemer. Og dén der hjemmefølelse, den er værd at lytte til.

I mit seneste essay skrev jeg om at bryde op, bevæge sig ud og ikke gro fast et sted. Nu vender jeg optikken og undersøger teamet fra en anden vinkel, for et virkelig godt ord har krydset min vej og sat nye tankerækker i gang.

Ordet er *selvforglemmelsessteder*. De sidste par måneder har jeg gået og smagt lidt på det. Det var en kunstner, hvis navn er forduftet nu, der i et interview brugte ordet til at beskrive den del af hendes kunstneriske praksis, som hun var særligt forbundet med. Og som i hendes oplevelse *gør*, at kunstnerisk praksis er uundværlig til alle tider. Fordi mennesker har brug for den slags steder, hvor de kan forsvinde helt ind i noget og glemme sig selv. En særlig tilstand altså, fremkaldt på særlige steder.

Et virkelig godt ord! Som jeg allerede har haft brug for flere gange siden da, og det vidner i sig selv om, at det fylder en plads ud, som ikke *rigtigt* blev ramt før. Koblingen mellem følelse/tilstand og sted er genial. Den *gør* mig nysgerrig og sender mig tilbage i erindringsstrømmen til ét af de steder i min barndom, som tydeligvis var et selvforglemmelsessted for mig:

Det er søndag formiddag efter en sen morgenmad med hele den store familie samlet. I stuen ved det store spisebord, som var det særlige om søndagen. Med krydderboller og appelsinjuice og familiemedlemmer, der taler sammen og har tid nok. Og bagefter: Udstrakt tid, blød jazz på grammofonpladen. Der genoplever jeg mig selv sidde i stuens hjørnesofa og læse i Lademanns Leksikon. Det var før søgemaskinernes tid, og al verdens forunderlige viden boede i de store opslagsværker, som fyldte flere hyldemeter i reolen. Og som jeg kunne labbe i mig i én langstrakt nydelse dér i den brune lædersofa. Som en nærmest magisk trylleformular kunne jeg så vælge K eller måske M og gå på opdagelse i alt det, der gemte sig i netop dén afdeling af den udtømmelige vidunderlige verden.

Jeg tror på, at den erindring ikke er en bagudrettet konstruktion (hukommelsen *er* jo en lunefuld fætter, ved vi, fuld af selektioner af enhver art), men at jeg var lige så lykkelig i de stunder, som det lille glimt her antyder. Jeg forsvandt, simpelthen, glemte mig selv og blev



Tina Lauritsen Forlag

Lollandsgade 31, st. 8000 Aarhus C 50 50 48 16

www.tinalauritsen.dk  
mail@tinalauritsen.dk

væk inde midt i noget, der opslugte mig. Min søndags-leksikon-sofa var et selvforglemmelsessted. En særlig fornemmelse blev fremkaldt netop dér. Og den fornemmelse var en hjemmefølelse.

### Et sted, som ikke er et sted

Men hvis jeg kunne opsøge den sofa i dag, ville jeg næppe få så meget ud af det eller opleve noget særligt ved det. Fordi selvforglemmelsessteder slet ikke er *steder*, men tilstande. Engang opstod en særlig tilstand, en særlig fornemmelse af væren, på et særligt sted. Stedet var en slags ophav. Et sammenfald af en række ingredienser skabte tilsammen denne unikke fornemmelse, som flyttede ind i mig. Den bor i mig nu, er blevet en del af min levede krop. Som en tavs viden, skabt af mine erfaringer, er et særligt rum skabt i mig, som vidner om *noget*, der findes dér for mig. Ikke for alle, ikke som en universel sandhed, ikke som værdier, jeg kan overføre til andre, som jo ikke har netop *mine* erfaringer og erindringer, men nogle helt andre. Bare for mig. Og dette særlige rum eller sted i mig, tager jeg så med mig.

Selvfor-glemmelsessteder er transportable rum. De kan opleves igen, når de én gang er flyttet ind, og når nogle af de bærende ingredienser igen er til stede. De kan også opsøges og endda gøres til en praksis, hvis det lykkes at identificere disse forskellige ingredienser og aktivt gøre dem til en del af ens liv.

### *Home is where the heart is*

Og hvordan er det så, det har med *hjemmefølelsen* at gøre? Vores begreb om *hjem* er et af de måske mest grundfæstede begreber i os, og samtidigt er det vældig u håndterligt. For hvad betyder det? Hvad forstår vi ved det? Ofte bruges det med henvisning til et fysisk sted; det være sig *hjemstavn*en, det sted vi er født og vokset op, eller det sted, vi aktuelt bor. "Jeg tager hjem nu", siger vi, og forventer, at det forstås umiddelbart som det sted, vi bor. Men er vi på ferie et sted og tager på udflugt, siger vi også: "Skal vi ikke tage hjem nu?" og mener da hjem til det sted, hvor vi lige nu overnatter. Når *hjemrejsen* så nærmer sig, siger vi: "Det bliver godt at komme hjem." I praksis flytter det hjemme-begreb sig rigtig meget rundt, og alligevel lader det til, at vi navigerer ret fejlfrit rundt med hinanden i, hvornår det betyder hvad.

Måske lykkes det så godt for os, fordi begrebet *hjem* – ligesom med selvforglemmelsesstederne – mere er en tilstand end et egentligt sted. På ferien blev hotellet, hytten eller campingvognen lynhurtigt det sted, hvor vi følte os mest trygge, afslappede og i sikkerhed sammenlignet med alle de mange fremmede steder på ferien. Som så ligeså lynhurtigt blev skiftet ud med vores faste bolig, da hjemrejsen nærmede sig. Uanset sammenhængen bliver "hjem" vores betegnelse for det sted, hvor vi føler os *mest* hjemme af de steder, vi aktuelt kan vælge mellem. Et anker for sjælen, kunne vi måske sige; et sted, som får noget til at falde til ro indeni. Det kan også ske, at vi er et sted for første gang og bagefter siger: "Jeg følte mig hjemme med det samme", som da betyder, at vi følte



Tina Lauritsen Forlag

Lollandsgade 31, st. 8000 Aarhus C 50 50 48 16

www.tinalauritsen.dk  
mail@tinalauritsen.dk

os godt tilpas dér og kunne slappe af; at det sted havde "hjemme-potentiale" for os.

*Hjemmefølelsen* kan opstå alle steder. Den er ikke bundet til et bestemt sted, ligesom det heller ikke er en selvfølge at føle sig hjemme i sit hjem. Jeg har talt med mange mennesker, hvis grundlæggende udfordring netop er, at barndommens hjem *ikke* kunne skabe den helt afgørende hjemmefølelse indeni, fordi det ikke var trygt. I stedet blev da en vis *hjemløshed* indsat som en grundfølelse i livet, og hjemmefølelsen bliver da noget, der skal opdages eller findes frem fra gemmerne.

Hjemmefølelsen opstår dér, hvor skuldrene kan sænkes og årvågenheden ikke er nødvendig, dér, hvor vi bare kan være til og kort sagt føle os "hjemme i os selv". Den fornemmelse kan fremkaldes i relationen til et andet menneske, som vist var den slags "homefeeling" Elvis Presley nærmede sig i sin romantiske sang *Home is where the heart is* fra 1962. Kærligheden til et andet menneske kan fremkalde hjemmefølelsen i os, når den andens blik og blotte tilstedeværelse bringer os tættere på os selv og får alle forsvarsværker til at lægge sig ned. Hengivenhed kalder vi dette kærlighedens fineste udtryk.

### At finde og glemme sig selv

Men *home is where the heart is* har en langt større rækkevidde end den romantiske kærlighed. Alt det, der "tænder vores hjerter", alt dét, der optager og begejstrer os, så vi rent glemmer os selv, bringer os tættere på os selv. Får os til at mærke det sted indeni, hvor vi føler os hjemme i os selv. Det paradoksale i det hele er, at dér, hvor vi føler os allermost hjemme i os selv, er dér, hvor vi også glemmer os selv. Selvforglemmelsessteder er tilstandssteder i os, hvor vi på én gang finder og glemmer os selv.

Den egyptiske forfatter Naguib Mahfouz (1911 – 2006) udtrykte det engang meget præcist, da han sagde, at "hjem er ikke der, hvor du er født; hjem er der, hvor alle dine forsøg på at flygte ophører." Så hvis jeg føler mig så meget 'hjemme i mig selv', at jeg ikke behøver at flygte fra noget, så *er* jeg hjemme! Og hvis det lykkes for mig at have det sådan alle steder, så er jeg hjemme alle steder. Så *er mit hjem* altid dér, hvor jeg er. Lige dér, hvor hjertet er. Og dér kan jeg glemme mig selv og blive ét med omgivelserne og dét, der optager og betager mig. Fordi det ikke er nødvendigt at huske på mig selv, fordi jeg er 'hjemme i mit eget hus', og der er fred og ingen fare.

Oplevelsen af væren er sjovt nok mest intens dér, hvor vi slipper bevidstheden om vores egen væren. Det er ét af tilværelsens magiske paradokser, og det giver stof til et helt langt livs udforskning. De gode selvforglemmelsessteder er et rigtig godt sted at begynde.



Tina Lauritsen Forlag

Lollandsgade 31, st. 8000 Aarhus C 50 50 48 16

[www.tinalauritsen.dk](http://www.tinalauritsen.dk)  
[mail@tinalauritsen.dk](mailto:mail@tinalauritsen.dk)