

Frihetens paradoks

– en nylesning av Erich Fromms *Flukten fra friheten*

Kristin Mack-Borander

Privatpraksis

Krimack@live.no



Forfatteren har fylt ut interessekonfliktskjema og oppgir ingen interessekonflikter.

Flukten fra friheten er en refleksjon over menneskets sårbarhet og friheten som eksistensielt grunnvilkår.



BOK *Flukten fra friheten*

FORFATTER Erich Fromm

ÅR 1941/1972

UTGIVER Pax forlag

Jeg var nitten år, i startgropa til voksenlivet, og pleide å tjene en slant på å sitte barnevakt. Barna var i seng, huset stille, og på måfå grep jeg en bok fra bokhylla. Boken viste seg å være Erich Fromms *Flukten fra friheten* (1941/1972). Innholdet talte umiddelbart til meg, særlig analysen av *konformitet* fanget oppmerksomheten. I min ungdommelige søken etter autentisitet og løsrivelse opplevde jeg at Fromm kom med svar på tanker jeg selv hadde, men som jeg ikke klarte å sette ord på. Foreldregenerasjonens redsel for å skille seg ut og tenke selvstendig. Tilpasningen til omgivelsenes forventninger, omdannet til internaliserte normer som avkommet ikke unnslopp: *Vi tenker og føler det vi «bør» tenke og føle*. Plutselig kom Fromm og ga meg en forklaring på alt dette: At mye av det som blir kalt «sunn fornuft», «gode livsvalg» og «voksen livsvisdom», i realiteten var frykt for frihet.

Da jeg så, 35 år senere, på nytt tok boken ut av bokhylla, var det med en viss spenning. Ville den gjøre inntrykk denne gangen også? Hadde den fortsatt noe å si meg? Gjensynet ble på mange måter illustrasjonen på en personlig utviklingsreise. Der 19-åringen festet seg ved konformiteten i

småborgerlige mønstre, var det samfunnsperspektivet, det politiske budskapet og de psykologiske analysene som traff den 54-årige psykiateren og psykoanalytikeren. Med andre ord: mindre avgjørende for meg personlig, men desto mer tankevekkende i et politisk, samfunnspsykologisk og faglig perspektiv.



Med nazismen som kontekst

I likhet med sine medforskere ved Frankfurterskolen, som Max Horkheimer, Theodor Adorno og Wilhelm Reich, søkte Fromm svar på spørsmålet: Hvordan kan moderne, industrialiserte, «rasjonelle» samfunn frembringe massiv støtte til fascisme og totalitære bevegelser?

Fra rundt 1930 arbeidet Fromm med et omfattende empirisk og teoretisk forskningsprogram fram til han, etter nazistenes maktovertakelse i 1933, flyttet til New York og fortsatte arbeidet der. Fra sitt eksil i USA ser han hvordan Hitlers nazistiske ideer får stadig bedre feste i hjemlandet. Spørsmålet om hva som får millioner av mennesker, etter å ha frigjort seg fra ytre autoriteter, til frivillig å søke seg tilbake til destruktive krefter, underkastelse og avhengighet – altså bort fra den friheten de har kjempet så hardt for – var brennende aktuelt.

Selv om oppfatningen av det moderne menneskets ensomhet og angst og menneskets dragning mot det autoritære var et grunnmotiv i hele Frankfurterskolens tenkning, varierte forståelsen av *hvorfor*. Mange var mest opptatt av hvordan samfunnsstrukturer former bevisstheten, og tydde til sosiologiske, strukturelle og overindividuelle forklaringer. Fromm, derimot, la mer vekt på angst, isolasjon og manglende identitet, og forankret dette i psykologiske drivkrefter. Han gikk også i en mindre pessimistisk retning. Mennesket ble tillagt mer indre kompleksitet, og han mente å se et utviklingspotensial med reell autonomi som en mulighet.

Mer enn en ren politisk analyse

Faglig stod Fromm i spenningen mellom ulike tradisjoner: marxismen, freudianismen, eksistensialismen og humanismen. Han prøvde å forstå det psykiske livets indre bevegelser og tenkte nyansert rundt forbindelsen mellom individets kamp og samfunnets utforming. Det fine med Fromm er at han var psykolog og psykoanalytiker i bunnen. Vi får mer enn en ren politisk analyse, samtidig som politikk ikke reduseres til psykologi.

Flukten fra friheten bygger på Freuds grunnleggende oppdagelser, særlig hvordan irrasjonelle og ubevisste krefter påvirker menneskets atferd. Imidlertid motsier Fromm psykoanalysen ved å ikke godta vektleggingen av historien som resultatet av psykologiske krefter som selv ikke er sosialt betinget. Nazismen, og grepet den fikk på et helt folk, måtte forklares psykologisk, mente han, men selve de psykologiske aspektene måtte også forstås slik de er formet av sosioøkonomiske faktorer.

Et eksempel på hvordan Fromm bruker Freud og psykoanalysen, er sammenlikningen mellom autoritær ideologi og nevrotiske symptomer: Begge deler skyldes uutholdelige psykologiske betingelser og representerer en løsning som gjør livet mulig. Men det er en løsning som ikke fører til lykke eller personlig vekst. Selve betingelsene som gjorde løsningen nødvendig, forblir uforandret.

Modernitetens angstskapende frihet

Fromm går både psykologisk og historisk til verks i boken. Etter en liten innføring i psykoanalysens tenkning og et kapittel om individets utvikling beskriver han hvordan moderniteten, med

reformasjonen og kapitalismens fremvekst, løfter mennesket ut av middelalderens tette, begrensende fellesskap og gir individet økt frihet og selvstendighet. Deretter skildrer han hvordan denne nye friheten har sin pris; den økte autonomien medfører også tap. Når autoriteter og tradisjoner som definerte identitet og ga retning, forsvinner, blir den enkelte ansvarlig for selv å gi livet form og mening. Individet blir mer ensomt. Tapet av faste rammer, tilhørighet og røtter kan oppleves som forlatthet mer enn frihet, og bli angstskapende vel så mye som frigjørende. Det holder ikke bare å kjempe for og vinne friheten, man må kunne bære den også.



Individualiseringens pris

Men det er ikke bare tapet av ytre autoriteter som resulterer i voksende ensomhet, det samme gjelder individets utviklings- og individualiseringsprosess. Den voksende atskillelsen som det å være menneske innebærer, kan føre til isolasjon, usikkerhet og angst.

Hvis hvert skritt i retning atskillelse og individualisering hadde blitt fulgt av en tilsvarende vekst av jeget, ville barnets utvikling vært harmonisk. Barnet ville blitt i stand til å utvikle indre styrke og produktivitet, som er en forutsetning for ny tilknytning og solidaritet med omverdenen. Men dette skjer altfor sjelden, ifølge Fromm. De fleste mennesker oppnår ikke denne andre, positive siden av friheten, altså tilstrekkelig modenhet til å være uavhengige, rasjonelle og objektive, med evne til å realisere sine muligheter og leve aktivt og spontant.

I stedet hemmes jegets vekst av individuelle og sosiale grunner, som fører til uutholdelige følelser av isolasjon og maktesløshet. Og for å unnsnippe disse følelsene fristes vi, ifølge Fromm, til å oppgi vårt individuelle jeg ved hjelp av to *fluktmekanismer*: Underkastelse under nye autoritetsformer og tvangsmessig konformitet. Fromm nevner også «fullstendig tilbaketrekning fra verden slik at den mister sin truende karakter» og «en psykologisk forstørrelse av en selv slik at omverdenen blir liten i sammenligning», men disse fluktmekanismene er først og fremst viktige for individualpsykologien og har kulturelt sett mindre relevans. Derfor vies de ikke plass.

Tapet av det ekte jeg

Fromm gikk til barneoppdragelsen for å finne svar på hva det var i hans kultur som frembragte tendensen til konformitet. Han hevder at måten barn ble oppdratt på, motvirket original tenkning og spontanitet. I stedet ble barnet påtvunget ferdigfabrikkerte følelser, tanker og normer ovenfra, som så podes inn i barnets hode og kropp. Med original tenkning mener ikke Fromm at tankene ikke har vært tenkt før, men at de oppstår spontant i barnet selv: «Når uekte handlinger stadig blir erstatning for originale utslag av tanke, følelser og vilje, blir det ekte jeg til slutt avløst av et uekte jeg.» Og videre: «Det uekte jeg er bare en stedfortreder som representerer den rollen som en person ventes å spille, men som gjør dette i jegets navn.»

Kanskje kan man si at Fromms «uekte jeg» foregriper Winnicotts begrep «falskt selv», som ble lansert åtte år senere, i 1949. Begrepene springer ut av ulike teoretiske tradisjoner – Fromms kulturkritiske og sosialpsykologiske og Winnicotts klinisk utviklingspsykologiske – noe som gjenspeiler seg i årsaksforklaringene deres: Winnicott vektlegger andres krav, særlig omsorgspersonenes, og et ikke tilstrekkelig responderende miljø, mens Fromm fremhever et kulturelt formet tap av autentisitet. Begge beskriver imidlertid hvordan barnet mister kontakt med sitt levende jeg, og hvordan egen vitalitet må vike for tilpasning – et selv konstruert for å tilfredsstille ytre forventninger.

Det avgjørende poenget hos Fromm er at dette ikke bare er et individuelt utviklingsproblem, men et kulturelt formet mønster som gjør voksne mennesker (mer) sårbare for konformitet og autoritære løsninger.



Konformitetens moderne ansikt

Ved første øyekast kan konformitet kanskje synes lite relevant i vår tids hyperindividualisme. Vi iscenesetter oss selv, ja, det kan virke som om personlig identitet, kreativ selvutfoldelse og friheten til å «være seg selv» ikke kan hylles nok.

Fromm skriver at modernitetens prosjekt har vært å rive ned ytre autoriteter for å gi rom til individets indre stemme, men at den indre stemmen vi søker å følge, ofte allerede er formet av ytre blikk. Ytre tvang avløses av indre krav som er vel så strenge. Det er fristende å si at dette gjelder minst like mye i dag som på 40-tallet. Eneste forskjellen er kanskje at likhetspressets tvangstrøye er noe mer kamuflert. Vi insisterer på våre autonome «selvuttrykk» på sosiale medier og tror vi uttrykker oss fritt. Siden alt er tilgjengelig, gir det oss en illusjon av frihet, mens det i realiteten er algoritmer, trender og likes som styrer våre valg.

Fromm mener at relasjoner mellom mennesker blir som forbindelser mellom ting; det skjer en «tingliggjørelse» og en fremmedgjøring som også omfatter individets forhold til sitt eget jeg. Mennesket både selger seg selv som, og føler seg som, en vare. Om etterspørselen etter det man har å tilby, uteblir, er man ingenting, akkurat som en uselgelig vare er verdiløs, selv om den kan ha sin bruksverdi. Fromm skriver:

Denne selvaktelsens avhengighet av personlighetens suksess forklarer hvorfor popularitet har så stor betydning for det moderne mennesket. Populariteten er ikke bare avgjørende for om man har lyktes i det praktiske liv, men også for om man kan bevare sin selvaktelse eller om man skal falle i avgrunnen av underlegenhetsfølelse.

Teknologiens nyvinninger og følelsenes etterslep

Fromm skriver at utviklingen av menneskets intellektuelle muligheter i høy grad har overgått utviklingen av dets følelser: «Menneskets hjerne lever i det 20. århundre, mens de fleste menneskers hjerter fremdeles lever i steinalderen.» Og han fortsetter: «Hvordan kan menneskeheten redde seg fra sin egen ødeleggelse med dette svelget mellom intellektuell-teknisk overmodenhet og følelsesmessig tilbakelighenhet?»

Dette var i 1941. Og «svelget» har ikke blitt mindre siden da. Vår «intellektuell-tekniske overmodenhet» har akselerert dramatisk, mens evnen til å tåle usikkerhet, avhengighet, ensomhet og affektivt ubehag, derimot, ikke nødvendigvis har hatt samme stigningskurve.

Digitale teknologier tilbyr kontinuerlig følelsesregulering og -avledning som gjør det mulig å slippe unna den indre verden i stedet for å forholde seg til den. Fromm vil hevde at en digital utvikling som stadig åpner flere dører ut mot verden, er skremmende hvis den samtidig lukker dørene inn til en emosjonell utvikling.

Slik sett kan Fromms spørsmål med fordel stilles på nytt i dag, og med fornyet aktualitet: Hva skjer med menneskets autonomi når teknologien utvider våre handlingsmuligheter, men samtidig reduserer rommet for følelsesmessig modning og ekte spontanitet?

Destruktivitetsens fluktrute mot det autoritære



Fromm ville ikke bare advare oss mot faren som oppstår når friheten blir for tung å bære: altså at vi kan fristes til å vende blikket mot dem som synes å kunne bære den for oss. Han ville også understreke at denne tilbøyeligheten ikke bare finnes hos «de andre», men i oss alle.

I dag ser vi hvordan populistiske og autoritære krefter igjen vinner terreng, og det også i land med demokratiske tradisjoner. I flere vestlige demokratier har sterke lederskikkelser lyktes med å presentere seg som «folkets stemme» mot en påstått korrumpert elite. Maktkonsentrasjon, kontroll over medier og svekkelse av domstolenes uavhengighet endrer de demokratiske spillereglene innenfra. Demokratiets forvitring skjer gradvis.

Fromm gir oss et språk for å forstå slike strømninger. Han skildrer hvordan autoritære bevegelser nærer seg på utenforskap, kulturell polarisering, økonomisk usikkerhet, sosial fragmentering og tap av status og mening. Når man opplever at ens egen integritet er truet, og frihet forbindes med avmakt, kan destruktive impulser som angrep på institusjoner, delegitimering av motstandere, retorikk som idealiserer kamp og ydmykelse av «fienden», fremstå som legitime.

Lederne lover å gjenopprette vår verdighet og identitet, tilbyr klarhet der virkeligheten er kompleks, og trygghet der fremtiden er usikker. De fremstår sterke, ufeilbarlige og uavhengige – alt det vi selv opplever å mangle. Ved å identifisere oss med slike ledere og ideologier kan vi slippe unna nyanser og usikkerhet, og det å selv måtte velge, reflektere og stå ansvarlig. Lederne blir psykologiske redningsfigurer, bærere av den klarheten og retningen vi savner i oss selv. Epstein-avsløringene illustrerer hvordan selv alvorlige anklager mot personer i maktposisjoner ikke nødvendigvis bryter støttespillernes lojalitet, men kan aktivere benektelse, rasjonalisering og til og med forsterket idealisering. Man vil heller identifisere seg med makten enn å kjenne på egen maktesløshet, heller angripe «de andre» enn å kjenne på egen skam. Fellesskapet som tilbys, blir arena for gjenoppbygging av en tapt selvfølelse. Slik kan populistiske bevegelser fungere som kollektive forsvarsmekanismer, organisert rundt benektelse, allmakt og idealisering.

Sosiologen Arlie Hochschilds studier av den amerikanske høyrepopulismen kaster lys over dette. Hun stiller liknende spørsmål som Fromm gjorde i sin tid: Hvorfor er den tradisjonelle arbeiderklassen så avvisende til venstrepolitikk? Og hva var det som fikk dem til å søke til den ultrakonservative Tea Party-bevegelsen?

Ifølge Hochschild (2016) er skam en nøkkel til å forstå denne utviklingen. Arbeiderklassevelgerne opplever at de jobber hardt, men at det ikke betaler seg. Tvert imot ser de at godene blir færre, arbeidsbetingelsene dårligere og at tryggheten forringes. Tross iherdig innsats føler de at de selv stagnerer, mens andre grupper – kvinner, svarte, latinoer, asiater, flyktninger og identitetspolitiske minoriteter – går forbi dem. «Sniker i køen». Nedverdigheten blir enda større ved at den hvite arbeiderklassen stadig får høre at det de føler, ikke er riktig. Da er veien kort til både konspirasjonsteoriens parallellverden og til Trump, som støtter dem i deres oppfatning og lover å gjenopprette respekten og verdigheten deres.

Hochschilds analyser bekrefter dermed poenget til Fromm: Når individet opplever at dets verdighet og tilhørighet er truet, kan flukten til sterke ledere fremstå både forståelig og følelsesmessig nødvendig.

Frihetens dilemma i terapirommet



Fromm peker på hvordan både autoritære ledere og deres tilhengere speiler en underliggende narsissistisk dynamikk hvor alt som minner om svakhet, projiseres ut: «Hvis jeg ødelegger det som gjør meg liten, slipper jeg å kjenne meg liten.» Heller knuse speilet enn å se min egen sårbarhet.

Dette får meg til å tenke på terapirommet. Også der blir vi vitne til det ambivalente forholdet til frihet, og mer eller mindre hensiktsmessige måter å prøve å løse det på. Daglig ser vi pasienter streve med nærhet og avstand, autonomi og tilpasning, frihet og trygghet.

Mange kommer med en udefinerbar følelse av «ufrihet», av å bli holdt nede av et eller annet – symptomer, stress, forventninger, destruktive mønstre og relasjonelle bindinger – fornemmelser de ikke helt forstår. Alt burde være bra, de har jo gjort alt «riktig» i livet, likevel er det som om noe mangler.

Men etter hvert som terapiprosessen skrider fram, blir det ikke sjelden tydelig at mange, parallelt med den frigjøringen de lengter sånn etter, på ulike vis synes å klamre seg til det som holder dem nede. Friheten de tilsynelatende higer etter, er samtidig det de frykter aller mest. Det er som om de sier: «Hjelp meg til å bli fri, men uten at jeg risikerer eller taper noe.»

Fromms påminnelse om at frihet alltid innebærer risiko, gjelder imidlertid ikke bare for pasienten. Også terapeuten har sine fluktruter. Hvor lett er det ikke å flykte inn i diagnoser, manualer, roller og oppskriftsbaserte intervensjoner fremfor å tåle risikoen i møte med pasienten? Ikke at diagnosemanualer, teorier og sjekklister ikke har sin verdi, men de kan også bli en form for profesjonell konformitet.

I et psykodynamisk perspektiv er ikke terapiens mål å frigjøre pasienten fra alle symptomer og plager, men å hjelpe vedkommende til å leve med friheten – å tåle den uten å søke tilflukt i tilpasning eller avhengighet. Det å tåle å stå i usikkerheten, det uforutsigbare i seg selv og i relasjonen, er ikke bare et ideal, men en indre kapasitet, selve det som gjør terapien levende.

Behovet for indre forankring

Som nevnt konkluderer Fromm mindre pessimistisk enn mange av sine kolleger ved å hevde at mennesket ikke er dømt til å flykte fra friheten. Det er mulig å bære den. Men dette krever det Fromm kaller «en indre forankring av kjærlighet og kreativitet». Ikke kjærlighet i sentimental forstand, men som en moden evne til å forholde seg til en annen uten å måtte eie, og uten å miste seg selv, og der kreativitet ikke er en kunstnerisk prestasjon, men evnen til spontan aktivitet, skapende arbeid og å være aktiv deltaker i eget liv.

Ekte individualitet kan ikke bygges på speiling alene, den må springe ut av en indre kjerne, et forhold til oss selv som ikke bare er avhengig av andres blikk. Det å skape «seg selv» og «sitt eget liv» forutsetter erfaringen av et indre kompass som kan hjelpe en å navigere. Frihet er ikke fravær av bånd, men nærvær av indre struktur – med andre ord en prosess. Mennesket må gradvis og møysommelig utvikle kapasiteten til å romme ambivalens, ansvar og usikkerhet, til å tåle nærhet og separasjon. En kombinasjon av indre styrke og ytre tilhørighet. Jegets vekst og personlighetens integrasjon er eneste fruktbare løsning, ifølge Fromm. Menneskets evne til selvrefleksjon og etiske ansvar kan ikke skilles. Å tåle friheten forutsetter bevissthet, refleksjonsevne og modning. Kun det frie og uavhengige individ kan forholde seg til verden med en aktiv solidaritet med alle mennesker.

Samfunnet trues med andre ord ikke bare utenfra, men også innenfra når individet mangler det nødvendige indre fundamentet som kreves for å stå i frihetens krav. Et moralsk og emosjonelt arbeid må gjøres av hvert individ i hver generasjon for at demokratiet ikke skal uthules innenfra.

Fromm knytter utviklingen av *sann individualitet* til forskjellen mellom demokrati og fascisme. Demokrati er et system som gir de økonomiske, politiske og kulturelle betingelser for en *fullstendig utvikling av individet*, mens fascisme er et system som svekker utviklingen av sann individualitet.

Fromms idé om «indre forankring» har en slående resonans til nyere klinisk psykologi, og kan sies å være overraskende moderne. I dag ville vi kanskje beskrevet denne kapasiteten med begreper som mentalisering og affektintegrasjon – evnen til å romme indre tilstander uten å kollapse i avmakt eller å flykte. Det ligger også en klar parallell til Winnicotts «capacity to be alone»: en indre base som gjør det mulig å være i relasjon uten å miste seg selv, og å være alene uten å forlate seg selv.

Fra et tilknytningsteoretisk perspektiv kan Fromms «sanne individualitet» forstås som ekvivalenten til trygg tilknytning. Friheten blir først bærekraftig når jeget har denne indre strukturen å hvile i. Dermed fremstår hans frihetsbegrep som utviklingspsykologisk vel så mye som politisk.

En tidløs appell

Flukten fra friheten er en refleksjon over menneskets sårbarhet. Det er en psykologisk tekst om friheten som et grunnvilkår som taler til vår eksistensielle situasjon. Frihet er aldri en gitt tilstand, men et kontinuerlig modningsarbeid som må utføres overalt – i historien, i kulturen, i terapirommet og i oss selv – til alle tider. Denne etiske og eksistensielle dimensjonen er med på å gjøre boken tidløs.

Dessverre er ikke den politiske situasjonen som uroet Fromm, bare relevant for hans samtid. Selv om den fascismen Hitler og Mussolini stod i spissen for, er en annen enn den vi ser i 2026, er det ikke vanskelig å finne beskrivelser i boken som like gjerne kunne ha blitt brukt i dag. For eksempel når han skriver: «Misforholdet mellom frihet fra ethvert bånd og mangelen på muligheter til positiv realisering av friheten og personligheten, har i Europa ført til en panikkartet flukt fra friheten til nye bånd eller i det minste til komplett likegyldighet.»

Jeg skulle ønske jeg kunne konkludere med at *Flukten fra friheten* var høyst relevant da den ble skrevet på 1940-tallet, men at den i dag er støvete og utdatert. I stedet sitter jeg igjen med to nokså ulike fornemmelser: på den ene siden en uggen følelse av hvor uhyggelig presist Fromms analyser kan anvendes på vår tid. Og på den andre – en mer oppløftende følelse av at *løsningen* han beskriver, fortsatt står seg og er like relevant i dag.

Referanser

- Fromm, E. (1972). *Flukten fra friheten* (J. L. Mowinckel, Overs.). Pax forlag. (Opprinnelig utgitt 1941)
- Hochschild, A. R. (2016). *Strangers in Their Own Land: Anger and Mourning on the American Right*. The New Press.