

# Psykisk energi

Af JESPER HOFFMEYER

Den opgave at bære lille Peter op i rundetårn og den opgave at varme en portion havregrød til ham har noget til fælles: de kræver begge energi. Energi er et ord, fysikerne indførte for at kunne udtrykke denne særlige *ækvivalens* mellem ofte vidt forskellige processer og tilstande. El-energien fra kogepladen bevares f.eks. i form af grødens varme (bortset fra tabet til omgivelserne).

På den tid da psykologien grundlagdes var energi stadig et ubetvivleligt gode. Alt i denne verden bliver jo drevet af dette princip, energi, og driftighed og handlekraft så ud som nøglen til fremskridt. Desværre har det senere vist sig, at handlekraft er et noget betinget gode. For hvor der handles, der spildes, som man siger. Og spildet bliver til forurening og ødelæggelse.

At der spildes, hvor der handles, er blot en folkelig formulering af det mærkelige vilkår ved vores verden, som i fysikken beskrives med varmelærens (eller termodynamikkens) 2. hovedsætning. Ganske vist bevares energien når den omdannes, men i følge 2. hovedsætning sker der alligevel altid et spild. Skal vi med almindelige ord sige hvori dette spild består, kan vi lige så godt nøjes med et enkelt ord: *rod*. Hver gang der bruges energi, bliver verden en lille smule mere rodet - rent molekylært. Mens elektricitet er en velordnet energiform, så er varm grød energimæssigt set noget rodet, som ikke kan bruges til ret meget andet end ædelse.

For at kunne tale om denne beklagelige kendsgerning indførte fysikerne så ordet *entropi*. Udover energiaspektet er der altså endnu et grundlæggende aspekt ved vores verden at holde styr på, et aspekt som har at gøre med, at der ikke blot findes stof og energi i verden, men at dette stof og energi er *organiseret*, mere eller mindre rodet. Og at stoffet kunne blive til liv, og livet til psyke, har utrolig

meget at gøre med netop dette aspekt, entropi-aspektet. For finessen er at kunne *kontrollere* energi - ukontrolleret energi er mest til skade. Det vidner derfor om vores kulturs anarkistiske hovedløshed, at ordet entropi stadig er et fremmedord, mens energi er noget, vi alle ved hvad er - sådan da. Mere kul på kunne der stå som overskrift over den vestlige kulturs sindelag.

Med bagklogskabens fordel kan vi derfor se, at Freud og de andre gamle sjælegranskere lå under for en kulturel vildfarelse, da de indførte dette besynderlige udtryk *psykisk energi*, som idag bruges med den største selvfølgelighed og med ubetvivlelig positiv betydning af psykologer og andet godtfolk.

Der er vel ingen tvivl om, at udtrykket "psykisk energi" dækker over noget reelt. At mennesker kan strutte af "psykisk energi" er åbenlyst. Men mit bud er, at dette lige netop ikke har noget med energi at gøre, men med det andet grundliggende aspekt af vores verden: entropien. For skønt den der har meget "psykisk energi" nok tit vil være energisk eller handlekraftig, så er dette jo kun symptomet, mens selve tilstanden har at gøre med en dybere kropslig og psykologisk samstemmighed.

Og samstemmighed handler ikke primært om energi, men - som navnet jo siger - om kommunikation. Det er når vores følelser, fantasier og tanker "taler ordentligt med hinanden" og med mylderet af celler i vores krop, at vi kommer ovenpå psykologisk.

Der er ikke noget i vejen med ungdom, potens og handlekraft, men uden dybde, nænsomhed og overblik er det en farlig mixtur. Den nøgne energi får vi fra den mad, vi spiser - og det er psykologisk set ikke videre interessant. Hvad der er interessant er, hvordan vi psykologisk holder styr på energien. Her ligger nøglen til det gode liv.