

Opinnäytetyö (YAMK)

Taiteen Uudet kontekstit

2023

Linda Sundberg

Närvarons kraft i den kreativa skrivprocessen

– En granskning av manuset *I lend you my flesh*

Opinnäytetyö (YAMK) | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Kulttuuriala, Taiteen uudet kontekstit

2023 | 44 sidor

Linda Sundberg

Närvarons kraft i kreativa skrivprocesser

- En granskning av manuset *I lend you my flesh*

Att skriva är för mig som att springa, ibland löper det på och jag glömmer tid och rum och ibland tar det emot, jag tittar jämnt på klockan och distraherar mig själv. På de ställen där jag upplevt att jag tappat kontrollen och förts in i ett tillstånd av total närvaro fascinerar mig. Vad är det som hjälper mig att nå ett tillstånd av "närvaro" då jag skriver och hur tar det sig i uttryck i en text?

Jag har bett sju informanter läsa mitt råmanus "I lend you my flesh" som jag skrivit under Monika Fagerholms manuskurs. Via en fenomenologisk enkätundersökning har de svarat på frågorna: På vilka ställen upplevs "närvaro" i manuset "I lend you my flesh" och vad beror den upplevelsen på? Via informanternas svar har jag kommit fram till att upplevelsen av närvaro i texten beror både på en sinnlig gestaltning och på personlig igenkänning. Att våga vara personlig i en text bidrar alltså till högre igenkänning hos läsaren.

Forskningen har gett mig värdefull respons på min egen skrivprocess och framförallt tron på att utveckla manuset och göra det till en färdig bok. Att få sitt manus läst utan att vara utgiven är inte alla förunnat, därför har denna forskning gett mening till mitt egna skapande.

Asiasanat:

Flow, mindfulness, närvaro, kreativt skrivande, lek, improvisation, roman

Master'S Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Master of Culture and Arts, Contemporary Contexts of Arts

2023 | 44 pages

Linda Sundberg

The power of presence in creative writing processes

- A review of the manuscript *I lend you my flesh*

Writing for me is like running. Sometimes it flows and I forget time and space, and sometimes it is the opposite; I keep looking at the clock and keep distracting myself. I am fascinated by the moments where I experience a loss of control. What helps me to reach a state of "presence" when I write and how is it expressed in a text? I have asked seven people to read my raw manuscript "I lend you my flesh" which I wrote during Monika Fagerholm's writing course. Via a phenomenological survey, they have answered the questions: In which places is "presence" experienced in the text, and what does that experience depend on?

Through the participants' answers, I have come to the conclusion that the experience of presence in the text depends both on the quality of the writing and on personal recognition. Daring to be personal in one's work does contribute to higher recognition by the reader. The research has given me valuable feedback on my own writing process and, above all, the belief in developing the manuscript and turning it into a finished book. Not everyone is blessed to have their work read without being published, so this research has given meaning to my own artistic development process.

Keywords:

Flow, mindfulness, presence, creative writing, play, improvisation, novel

Innehållsförteckning

1 Inledning	6
1.1 Bakgrund och val av tema	6
1.2 Syftet och frågeställningar	8
2 Olika perspektiv på närvaro och kreativt skrivande	10
2.1 Närvaro och flow	10
2.2 Kreativt skrivande och att gå ”dit det bränner”	13
2.3 Verktyg för att skriva en roman	17
2.4 Mindfulness och kreativt skrivande	20
3 En fenomenologisk studie	22
3.1 Kvalitativ ansats	22
3.2 Fenomenologisk forskningsmetod	22
3.3 Frågeformulär som datainsamlingsmetod samt urval	23
3.4 Fenomenologisk analysmetod	24
3.5 Validitet, reliabilitet och forskningsetik	26
4 Upplevelsen av närvaro i manuset	28
4.1 Vad bidrog till upplevelsen av närvaro i manuset?	28
4.2 Vad bidrog till upplevelsen av icke-närvaro i manuset?	32
4.3 Allmän feedback av manuset	33
5 Diskussion och sammanfattning	35
5.1 Närvarons betydelse i kreativt skrivande och hur man kan uppnå det	35
5.2 Reflektion över den egna skrivprocessen och forskningsresultatet	36
5.3 Sammanfattning	39
Referenser	41

Bilagor

Bilaga 1. Frågeformulär

1 Inledning

Jag minns när jag var 15-år gammal och gick min första kurs i kreativt skrivande. Jag färgade pärmen till mitt skrivhäfte med rött och orange, som starka lågor kring texten "Kreativt skrivande". Lågor som kanske symboliserar passion och lust. För det är något skrivandet blivit för mig, ett sätt att lätta på det inre trycket, lindra min själsliga smärta och skriva ut orättvisor och begär. När jag sätter igång att skriva vet jag sällan vad jag skall skriva om. Jag går in i en nästan magisk process där det börjar hända saker utan kontroll, där det undermedvetna plötsligt får en röst och där jag börjar lära känna karaktärer jag aldrig träffat förut. Marguerite Duras skriver i "Att skriva" (2019, s.47) att ifall man visste något om det man kommer att skriva, innan man gör det, skulle man aldrig skriva. Det skulle inte vara värt det. Duras talar också om skrivandets galenskap som är inuti en själ, men det är inte därför man är galen, utan tvärtom. Att skriva är för mig som att springa, ibland löper det på och jag glömmer tid och rum och ibland tar det emot, jag tittar jämnt på klockan och distraherar mig själv. På de ställen där jag upplevt att jag tappat kontrollen och förts in i ett tillstånd av total närvaro fascinerar mig. Vad är det som hjälper mig att nå ett tillstånd av "närvaro" då jag skriver och hur tar det sig i uttryck i en text? Jag vill titta närmare på begreppet "närvaro" i kreativt skrivande eftersom jag inte i skrivande stund har hittat mycket forskning inom just det specifika området. Hur kan närvaro upplevas i en text och vad är det som gör att läsaren upplever närvaro i en text?

1.1 Bakgrund och val av tema

År 2020 gick jag Monika Fagerholms författarkurs i Stockholm. Under ett års tid skulle alla deltagare skriva ett manus med början, mitt och slut. Det var mitt under coronapandemin och de flesta satt instängda i sina hem och skrev. Mitt skrivande blev en berg- och dalbana där jag kämpade med att komma igång

och slutföra mina stycken. Under våren 2021 hade jag ändå lyckats skriva ett råmanus som jag namngav *I lend you my flesh*. Under skrivprocessen upptäckte jag att jag ibland tappade tidsuppfattningen och drogs in i ett tillstånd då texten flödade igenom mig utan kontroll, något som Mihaly Csikszentmihalyi (2021) skulle beskriva som en upplevelse av "flow". När jag läser manuset, såhär några år efter att jag lagt undan det, kan jag fortfarande känna vilka ställen som "bränner till". Fagerholm uttryckte ofta under kursen: "Gå dit det bränner", våga skriva ut tystnaden, där det hettar till. Jag tog hennes ord på allvar och tycker mig kunna urskilja ställen av "närvaro" i texten.

"Närvaro" kan ses som ett mystiskt begrepp som är svårt att definiera och kan förknippas med mindfulness och meditationsövningar. I själva verket handlar det för mig om att vara i ett tillstånd av kreativ "flow" där man vågar släppa taget och föras in i världar man inte visste att fanns. Bodil Malmsten skriver i boken "Så gör jag" (2019):

Flow är inte inspiration. Flow kommer efter långvarigt arbete, misstag och irrvägar, blockeringar, vilse, enkelriktat i väggen, alla väggar som finns att gå i innan, rakt på tills den som skriver får sitt sälsynta tillstånd av flow. (Malmsten, 2019, s.119.)

Flow kan också liknas vid det lilla barnet som leker. Leken är därför ett viktigt begrepp som jag kommer att titta närmare på; vad är det som händer i barnens fria lek som skapar nya världar om och om igen och vad har gjort att vi fjärmats från detta fenomen? Hur kan vi börja leka igen och komma i kontakt med det inre barnet? Att våga vara i total kontakt med sig själv kräver att man har vågat möta sig själv. Vilka aktiva metoder har hjälpt mig att komma till den punkt att jag kan befrias och börja leka?

Erik Grundström skriver i artikeln "Så skapar du närvaro" (2019) att en skönlitterär text kännetecknas av att den skapar närvaro. Närvaron kan bestå i att du hör en annan människas röst som berättar, eller att du som läsare känner dig närvarande i scenen – att du skapar egna bilder och tankar. Detta är viktigt att komma ihåg: en bra, gripande text skapas inte på papperet utan blir till i huvudet på läsaren. Texten blir levande när läsarens erfarenheter och tankar möter författarens, och läsaren blir medskapande. Rabekka Palanne skriver i

sitt magistersarbete "Näyttämön maailma – läsnäolo, kauneus, pyhyys ja haavoittuvaisuus" (2021):

Koen, että läsnäolo on kuin kirkkaassa valossa liitämistä. Kaikki on kirkasta ja selväpiirteistä. Koen, että olla läsnä, on jo itsessään jotakin yliluonnollista. Läsnäoloa on aina saatavilla eikä sitä ole koskaan myyty loppuun. Se on myös ainoa tila, joka on koskaan todella saatavilla. Ei ole juna-asemaa, joka kuljettaa sinua menneisyyteen tai tulevaisuuteen. Olla läsnä on minulle kuin liikettä ikuisessa hetkessä. Olla läsnä on minusta sitä, että ihminen ei ole häiriintynyt olemisessaan kuvitellussa tulevaisuudessa tai muistetussa menneisyydessä - sen sijaan huomio on välittömästi läsnä. (Palanne 2021, s.7.)

Palanne (2021) granskar i sitt magistersarbete hur närvaro, ritualer och intuition påverkar arbetet på scenen och vad närvaro egentligen innebär inom scenkonsten. Med inspiration av befintlig forskning i ämnet vill jag anta utmaningen att granska vilka passager i mitt eget manus *I lend you my flesh* uppfattas som närvarande.

1.2 Syftet och frågeställningar

Jag har bett tio personer läsa mitt råmanus *I lend you my flesh* och under läsningens gång har de som uppgift att hitta tre stycken var de upplever närvaro och ett stycke där de inte upplever närvaro. Som följdfråga får de motivera vad det är i texten som ger dem en känsla av närvaro; är det själva gestaltningen eller är det något personligt i dem som "triggas". Jag är alltså nyfiken på ifall andra läsare upplever närvaro på samma ställen som jag och jag skulle också vilja ha svar på vad begreppet närvaro betyder för läsaren, är det en upplevelse av en lyckad gestaltning i en text eller är det något personligt i läsaren själv som "triggas" och därav upplevelsen av närvaro? Alla tio personer läste manuset men bara 7/10 tog sig tiden att svara på frågeformuläret. Informanterna bestod av ett sampel av författare, journalister, textbearbetare och allmänt litteraturintresserade.

Mina ledande forskningsfrågor är:

Hur kan närvaro upplevas i en text och vad är det som gör att läsaren upplever närvaro i en text?

Genom frågeformuläret som 7 personer svarat på söker jag svaret på:

På vilka ställen upplevs "närvaro" i manuset *I lend you my flesh* och vad beror den upplevelsen på?

Genom att få svar på de frågorna har jag som skribent möjlighet att vidareutveckla manuset, färdigställa det och samtidigt utveckla mig som författare och konstnär. Dessutom hoppas jag att detta också kan hjälpa andra att komma igång med sitt skrivande och hitta vägar till flow och närvaro. Min inre motivation till denna forskning är att få direkt feedback av respondanterna för att lättare förstå på vilka ställen min text berör och "bränner till". Genom att få reda på det kan jag som skribent få en tydligare riktlinje i mitt skrivande och på så sätt lyckas skriva från början texter som uppfattas som mera närvarande.

Gällande avhandlingens upplägg kommer jag först att presentera den teoretiska referensramen som denna forskning lutar sig mot och definiera begreppen "närvaro", "flow", "kreativt skrivande" och "mindfulness och skrivande" i kapitel 2. I kapitel 3 redogör jag vilka forskningsmetoder jag använder mig av och hur jag går till väga att analysera mitt material. I kapitel 4 gör jag en resultatredovisning där jag presenterar resultaten av frågeformuläret steg för steg och i kapitel 5 för jag en slutdiskussion och ett sammandrag av forskningsresultatet.

2 Olika perspektiv på närvaro och kreativt skrivande

För att överhuvudtaget kunna sätta ett finger på en text och peka ut var man kan urskilja en känsla av närvaro och flow vill jag djupdyka i de två begreppen och se hur olika människor definierat dem genom tiden. Dessutom kommer jag att ta mig an hantverket bakom att skriva en bok och hur den kreativa skrivprocessen uppfattas av olika författare.

2.1 Närvaro och flow

Aristoteles (född 384 f.Kr.) är den första som definierat begreppet "tid" och den tyska filosofen Martin Heidegger menar i sitt verk "Varat och tiden" (1981) att begreppet "tid" har i stort sett blivit oförändrat sedan Aristoteles definierade tiden som bygger på *ousia* (varandet) och *parousia* (närvaro). "Närvarons metafysik" är ett begrepp inom dekonstruktion och det uppvisar att man under hela den västerländska filosofins historia byggt upp en metafysik som framhåller närvaro på bekostnad av frånvaro (Derrida, 1982).

Eckart Tolle, en av vår tids populäraste läromästare i närvaro menar i sin bok "Lev livet fullt ut, din väg till andligt uppvaknande" (2015, s.27-28) att vi har förlorat oss själva i för mycket tänkande, han anser att för att överleva som art borde vi göra oss av med egot och tänka mindre. Och för att nå dit borde vi vara mera närvarande i nuet och släppa egot, intellektet och känslorna som är en följd av tankarna.

När du inser att orsaken till omedvetenhet är identifikationen med intellektet och egot, som naturligtvis innefattar känslorna, så kliver du ur den. Du blir närvarande. När du är närvarande kan du tillåta intellektet vara som det är utan att bli intrasslad i det. Intellektet i sig är inte stört. Det är ett fantastiskt redskap. Störningen uppstår när du söker dig själv i det och felaktigt tror att det är du. Då förvandlas det till egot och tar över hela ditt liv. (Tolle, 2015, s.51-52.)

Tolle (2015) menar också att när den tvångsmässiga strävan bort från nuet upphör, strömmar varandets glädje in i allt man gör. I samma ögonblick man riktar uppmärksamheten mot nuet känner man närvaro, stillhet och frid. På så vis är man inte längre beroende av framtiden för att finna tillfredsställelse och

man är inte längre bunden av resultatet. Varken misslyckande eller framgång har makten att ändra det inre tillståndet av varandet. (Tolle, 2015, s.165-166.)

En nyckel till att kunna vara helt och hållet i nuet är att ständigt acceptera det som är, också svåra upplevelser och känslor och att modigt våga släppa det som känns tungt. Rösterna i våra huvuden är inte vad vi är, utan vi är de som hör på rösterna, menar Tolle (2015, s.32-33).

Ofta när jag sätter mig ner och öppnar ett blankt dokument på datorn eller tar fram ett vitt papper från lådan så äts jag upp av tankar på "vad det skall bli" av det jag ska sätta igång att skriva. Jag ser redan resultatet hägra innan jag ens har vässt pennan och det kan ge mig skrivkramp. Tolle (2015) skriver:

När din djupare upplevelse av vem du är härstammar ur varandet, när du är fri från "blivandet" som ett psykologiskt behov, är varken din lycka eller självbild beroende av resultatet och därmed uppstår en frihet från rädsla...Allting accepteras, former föds och dör, samtidigt som du är medveten om det eviga bortom formerna. Du vet att "ingenting verkligt kan hotas". När du befinner dig i detta tillstånd av varande, hur kan du undgå att lyckas? Du har ju redan lyckats. (Tolle, 2015, s.66-67.)

Medveten närvaro har varit en av de metoder gestaltterapi arbetat med sedan starten på 1940-talet. Likheter finns till det som idag kallas för Mindfulness. Gestaltterapeuter pratar om awareness, skärpt medvetenhet eller bara här och nu. Medvetenheten tränas upp i nuet vilket alltid är utgångspunkten i gestaltterapi. När du arbetar med din historia och tidiga erfarenheter så är det i ljuset av hur de påverkar dig i ditt liv idag. Gestaltterapeuter talar också om oavslutade gestalter, med det syftar de på oavslutade mönster eller teman som upprepar sig i relationer, situationer eller tankar. De behöver avslutas, cirkeln behöver slutas helt enkelt, för att de inte ska hindra dig i din nuvarande tillvaro. Det här helhetsperspektivet innefattar också att dina erfarenheter och reaktioner alltid sätts in i det sammanhang du lever i just nu i stunden. (Mann, 2010, s.15-16.)

I Nachmanovitch bok "Free Play: Improvisation in Life and Art" (2019) skriver han i första kapitlet:

There is an old Sanskrit word, Lila (Leela), which means play. Richer than our word, it means divine play, the play of creation and destruction and re-creation, the folding and unfolding of the cosmos. Lila, free and deep, is both delight and enjoyment of this moment, and the play of God. It also means love. Lila may be the simplest thing there is; spontaneous, childish, disarming. But as we grow and experience the complexities of life, it may also be the most difficult and hard won achievement imaginable, and it's coming to fruition is a kind of homecoming to our true selves. (Nachmanovitch, 2019, kap 1.)

Och leken, som är väldigt nära besläktad med både flow-tillståndet och närvaro kan ses som en form av improvisation. Den känslan som man har då man tar sig an ett kreativt uppdrag och inte vet vad det leder till, som att skriva bok. Enligt Jantunen, Suutarila och Heinos bok "Leikin taikaa" (2019, s.226) är leken arbetets motsats, för att kunna leka behöver man förhålla sig lättsamt till verkligheten och att släppa taget om rädslan att misslyckas eller att se negativa följder av det som sker. Leken kan ses som någon form av rekreation för vuxna där tiden stannar och kan kännas evig och där allt är möjligt. Leken är något som sker naturligt hos barn, de övar sociala och känslomässiga färdigheter genom leken och det sägs att om ett barn är friskt leker det. Barn slutar leka i allt tidigare ålder när hobbyer och digitala plattformar tar över deras vardag. Vuxna behöver lära sig att leka igen och att våga slänga sig in i det okända. Det krävs en viss modighet att släppa de rationella ramarna och börja leka igen. All improvisation är en form av lek där man behöver vara totalt närvarande och lyssna på medspelarna.

När man är totalt närvarande och uppslukas av en aktivitet medan man går bortom sin reflekterande självmedvetenhet uppnår man ett tillstånd av "flow". Leken är nära relaterad till flow. Professorn i psykologi, Mihaly Csikszentmihalyi, skapade begreppet "Flow" år 1975 efter att ha studerat olika konstnärers personlighet, lek och kreativitet. Han menar att i grunden till de flesta institutioner där vi tillbringar en stor del av vår tid som skolor, kontor, fabriker ligger ett antagande om att ett seriöst arbete ska vara grymt och otrevligt. På grund av det här antagandet tillbringar vi den största delen av vår tid genom att göra otrevliga saker. (Csikszentmihalyi, 2021, s.177-197.)

Csikszentmihalyi (2021, s.129-130) påstår att om vi studerar njutning kan vi förändra den här skadliga situationen. Vi kan bara uppleva ansträngning när vi är självmedvetna och då vi upplever flow-tillståndet upphör självmedvetenheten. Vi kommer in i ett tillstånd av total närvaro och en ansträngningslös koncentration uppstår. Aktivitet i alla kanaler som inte behövs stängs av och bara de som behövs hålls aktiva vilket gör att hjärnan kan möta större utmaningar på en högre nivå utan att utmattas. En sänkning i hjärnans ämnesomsättning uppstår och en aktivering av dopaminsystemet, och detta gör att det lätt händer att man fastnar i aktiviteter som skapar flow (de Manzano m.fl., 2013, s.3-4.) Sådana aktiviteter som skapar flow har som främsta orsak att förse oss med njutbara upplevelser. Tävlingar, konst, pompa och ståt, ritualer och sportevenemang är några exempel på detta. Genom sin konstruktion hjälper de deltagare och åskådare att skapa en ordning i sinnet som är mycket njutbar. (Csikszentmihalyi 2021, s.100.) Genom kreativt skrivande är det också vanligt att uppnå ett flow-tillstånd, Morley (2012, s.3) anser att skrivandet är så medryckande att man känner sig levande, koncentrerad och euforiskt och att det medför total fokus samtidigt som det är beroendeframkallande.

Man kan alltså konstatera att närvaro, lek, improvisation och flow går alla hand i hand och stöder varann på olika sätt. Jag är intresserad av hur det tar sig i uttryck i kreativt skrivande och hur det kan granskas i en text och det skall jag titta närmare på under de följande kapitlen.

2.2 Kreativt skrivande och att gå "dit det bränner"

Skrivandet kommer som vinden, det är naket, det är bläck, det är det som skrivs, och det passerar som inget annat passerar i livet, inget mer, förutom det, livet självt. (Duras, 2021, s.48.)

När jag öppnar min första anteckningsbok från Monika Fagerholm och Mia Francks författarskola på Västra Nylands Folkhögskola ser jag ett citat av Doris Lessing: "Give it a place and a name". På andra sidan står det med stora bokstäver "Sittfläsk och tålmod" och under det står det Chaos (det ordlösa som

ska få ord), Creativity (ämnen, idéer, tänka utanför boxen) och Craft (teknik, perspektiv, dialog, tempus). Ovanför texten har jag ritat en segelbåt som symboliserar den dramaturgiska kurvan med utgångsläge i aktern, kulmination och vändpunkt uppe vid masten och omedelbar följd och upplösning i fören av båten.

Jag minns hur ivrig jag var på att börja skriva då jag antecknade detta. Jag minns hur Fagerholm passionerat skrev och ritade på den gröna krittavlan och hur alla lyssnade på henne som om hon var en präst som predikade. Hon talade om att "gå dit det bränner", att våga skriva ut tystnaden precis som hon gjorde i sin roman *Vem dödade Bambi?* Fagerholm fick mig att skriva om ämnen jag aldrig skulle ha vågat skriva om och Franck var den som redigerade och ställde frågan: Hur tänker du här? De var ett perfekt arbetspar och jag upplever att de lyckades få ut det bästa av mig. Författarskolan pågick under ett år och vi hade inlämning en gång i månaden. Vår uppgift var att skriva ett råmanus med början, mitt och slut.

Vi gjorde olika skrivövningar på tid för att komma igång och hitta den inre lågan. Jag började skriva om det som gjorde mest ont; separationen från mina barns pappa. Jag skrev i ett år på boken. Texten bara flödade igenom mig, det gjorde så ont och det var så skönt att få det ut på papper. "Autofiktiv", sade Fagerholm. Det blev ett nytt begrepp för mig och numera är det så populärt att till och med litteraturkritikerna ifrågasätter det och undrar ifall det endast är navelskåderi. Jag var så uppe i min autofiktiva text *Jag vill inte ha din fågel* att jag förblindades av den totalt. Jag hade svårt att ta avstånd från den eftersom den var så personlig. Efter några varv av "kill your darlings" och editering skickade jag den till förlag. Bonniers skickade ett långt refuseringsbrev vilket ändå tyder på något slags intresse. Jag tappade modet. Jag slutade tro på mig själv och tappade hoppet. Fagerholm tog kontakt igen och lät mig inte sluta skriva. "Börja om, Sara Stridsberg kom inte heller ut med något på första försöket", sade hon. Det var då som jag började skriva på romanen *I lend you my flesh*. Och den här gången ville jag distansera mig lite mera och fortsätta gå dit det bränner men på ett annat plan; vara personlig men ändå opersonlig.

Romanen *I lend you my flesh* handlar i korta drag om en skådespelare som förälskar sig i sin terapeut under coronatiden. Skådespelaren, India, har ett förflutet som skolmobbad och "flashbacks" från hennes förflutna dyker upp bland de olika terapisessionerna. Terapeuten, Vera, är gift och har barn och flyr till sin sommarstuga med familjen i finska Lappland under nerstängningen. Terapisessionerna blir på distans och Indias längtan till terapeuten blir starkare. Det leder till att India åker på en roadtrip upp till Lappland för att möta Vera och följden av detta blir ett mustigt och köttsligt kärleksdrama.

Kreativt skrivande handlar mycket riktigt om det som jag skrev i mitt anteckningsblock: sittfläsk och tålamod. Bodil Malmsten skriver i boken "Så gör jag" (2019, s.75) att mycket just hänger på de yttre förutsättningarna; en fredad arbetsplats, den sammanhängande tiden och sittandet. Hon skriver att hennes skrivprocess brukar börja med att någonting pågår, något hon inte blir kvitt. Det kan handla om minnesbilder eller personer som dyker upp i medvetandet eller så olika känslor som följer en som man inte blir av med. "Något vill bli skrivet, jag måste göra det". Marguerite Duras skriver i "Att skriva" (2021, s.25): "Att skriva är också att inte tala. Det är att tiga. Det är att skrika utan ljud."

Malmsten skriver om vikten att koppla bort självkritiken, något Fagerholm också betonar. Det är speciellt i arbetet med råmanuset som det är viktigt att låta allt komma för att sedan skriva om hela texten och granska den med mera kritiska ögon.

I det här skedet av skrivandet ska den som skriver bara skriva. Hejdlöst hålla, okontrollerat stjälp ut det som kommer utan att sålla. Känslor, karaktärer, händelser—sådant som skett i den oskrivna världen och som kan få skrivet liv i den skrivna, ingenting ska uteslutas, alla och allt får vara med. (Malmsten, 2019, s.76.)

Både Malmsten och Fagerholm talar om "framåtrörelsen" som ska löpa genom hela texten. Varje ord och varje sida ska föra berättelsen framåt och det måste finnas en framåtrörelse. Annars vänder inte läsaren blad. Och dramaturgin, segelbåten eller den dramaturgiska valfiskan jag ritade i mitt anteckningsblock skall finnas i ryggraden på skribenten. Malmsten (2019, s.80) talar också om vikten av upptrappningen, fördjupning av det presenterade, berättelsen som tar

fart, eskalerar, karaktärerna i boken råkar ut för, eller har råkat ut för något som de måste hantera.

De flesta författare går igenom "helvetesperioder" då man tvekar på allt, då allt känns kaos och man börjar tvivla på det skrivna:

Det börjar med att tvivlet kommer in. Ett litet tvivel som växer och överskuggar allt, tveklösheten som brister, jag hatar mig själv för min bristande tveklöshet och i och med hatet är det kört. (Malmsten 2019, s.107.)

Ett sätt att undvika att fastna och inte komma vidare i sitt skrivande är, enligt Malmsten (2019), att ha flera uppgifter samtidigt som man kan hoppa emellan, flera berättelser på gång samtidigt helt enkelt. Skapande pauser är också bra att ta; trädgårdsarbete, städning, promenader eller att tala med någon om något helt annat än själva skrivandet. Jag brukar till exempel baka surdegsbröd då jag skriver, då måste jag stiga upp och vända degen ibland och sätta in den i ugnen. Det blir konkreta pauser som får mig att tänka på något helt annat. Hjärtat i skrivprocessen enligt Malmsten (2019) är att aldrig nedslås av att det är svårt. Det är bra att lyssna på vad andra säger men att alltid rätta sig efter sig själv och lämna sina egna fotspår. Ett annat spännande tips som Malmsten ger är att aldrig skriva medan man lider, att vänta tills hjärtat har svalnat av. (Malmsten, 2019, s.144-145.)

Många skrivuppgifter brukar ges på tid då man går på skrivarkurser. Detta för att verkligen se till att det finns en deadline för texten. Det gäller också större skrivprojekt och längre manuskript. Utan deadline tar skrivandet aldrig slut. Malmsten (2019, s.164) menar att manuset måste lämnas, inte för att det är klart, men för att annars tar det aldrig slut. Fagerholm uppmuntrade oss att printa ut vårt råmanus på papper, läsa igenom det och "kill your darlings", det vill säga stryka allt onödigt och skriva om det. En så kallad reningsprocess eller en kreativ bearbetning av manuset. Först sedan är boken färdig att språkgranskas. Och förstas ska man rannsaka handlingen och gå igenom intrigen, karaktärerna och dialogen så de är logiska och trovärdiga. En metod är att dela upp manuset i scener och namnge varje scen och skriva upp dem på post-it-lappar. Sedan kan man hänga lapparna på en "byklina", en linje med

början, mitt och slut och se ifall det finns scener som kan strykas eller byta ordning.

Många författare drabbas av depressioner och talar ofta om ensamheten i att skriva. Det är precis det som krävs, att våga sig in ensam på okänt vatten. Marguerite Duras nämner i "Att skriva" (2021, s.12) att skrivandets ensamhet är en ensamhet utan vilken skrivandet inte uppstår. Hon menar att det alltid borde finnas ett avstånd till andra människor runt personen som skriver böcker. "Det är en sorts ensamhet. Det är författarens ensamhet, skrivandets ensamhet." (Duras, 2021, s.12.)

2.3 Verktyg för att skriva en roman

"En kvinna måste ha pengar och eget rum, om hon skall skriva romaner"
(Woolf, 2018, s.5).

Virginia Woolfs essä-samling "A room of one's own" (1929), i svensk översättning "Eget rum" (2018) är ett av de mest inflytelserika verken inom den feministiska litteraturen. Woolf skriver om kvinnors roll i samhället och förespråkar kvinnors rättigheter till ett eget rum och till ett privatliv som är en förutsättning för att kunna skriva. Även om samhället idag är mer jämställt än det var på 1920-talet kämpar många kvinnor med samma saker. Att just hitta tiden för skrivandet när man samtidigt måste försörja och ta ansvar över en familj. Ibland känns det som om det är de rika förunnat att kunna skriva, eller något för de privilegierade i samhället, som inte är ensamstående eller sjuka. Och ett eget rum behövs, och också ett privatliv för att kunna skriva. Det egna rummet idag är mera ett tillstånd, ett utrymme som måste erövrats i hjärnan. Vårt samhälle har idag blivit bättre än den var på Woolf's tid men det finns andra omständigheter som gör det svårt att skapa egna "inre rum" och det är bland annat digitaliseringen. Vi har tillgång till gränslöst med information och sociala medier är lätta att fastna timtals i. Därför kräver skrivande ett aktivt beslut. Att ge sig själv tid och rum för skrivandet. Utan det blir det ingen roman. (Bom, 2022, s. 57-58.)

Duras (2021) skriver:

Att befinna sig i ett hål, längst ner i ett hål, i nästan total ensamhet och upptäcka att endast skrivandet kommer att rädda en. Att inte ha minsta ämne för en bok, inte minsta idé för en bok, är att återigen befinna sig inför en bok. (Duras, 2021, s.17.)

Stephen King anser i boken "Att skriva: En hantverkarens memoar" (2017) att det mest skrämmande är stunden just innan man skall påbörja en roman, och efter det kan det bara bli bättre. Det första utkastet till en roman skall inte ta mer än tre månader att skriva oavsett hur långt det är. Sedan varnar han för att använda sig av för mycket adverb i språket och att våga lämna tomrum i texten för att ge den mera luft och jobba noga med styckesindelningen. (King, 2017, s.116, 143.) Precis som Wool (2018) tycker också King (2017, s.144) att platsen man skriver på spelar en stor roll för själva skrivandet, atmosfären tar sig i uttryck i texten. Han poängterar att det är viktigt att sätta upp tydliga mål för sitt skrivande och att skriva regelbundet, helst varje dag. Han anser att man i princip kan skriva om vad som helst, bara man är modig och vågar säga sanningen. "Om du vill bli författare är det två saker du måste göra hela tiden: läsa mycket och skriva mycket." (King 2017, s.134.) Precis det samma skriver Morley (2012) i boken "The Cambridge companion to creative writing". Han talar också om vikten av passion:

There is nothing wrong with being passionate or even obsessive about creative writing; drivenness can oxygenate writing when technique is under pressure. (Morley 2012, s.12.)

Sol Stein menar i boken "On writing" (1995, s.107) att början av en roman är det mest avgörande stället, under de sju första minuterna behöver man kunna fånga läsarens intresse och fångsla hen så att hen vill fortsätta läsa. Det är alltså bra att direkt föra läsaren in i en situation, karaktär eller förhållande för att väcka läsarens intresse. Sol (1995, s.51) skriver också om vikten av att komma nära och lära känna karaktärerna, att låta dem göra och säga saker istället för att beskriva dem och att undvika att berätta för läsarna hurdana karaktärerna är. Och grunden för att skapa en god intrig enligt Sol (1995, kap.6) är att sätta antagonistens och protagonistens vilja och önskan i kontrast med varann, ju kraftigare motsättning desto större intrig. Ifall man vill dela upp sina scener i

kapitel rekommenderar Sol (1995) att korta kapitel gör att man förs snabbare framåt i historien men hon rekommenderar att alltid skriva minst tre sidor per kapitel. Idealt borde varje kapitel sluta på samma sätt som en episod i en TV-serie slutar; så att hjälten eller hjältinnan hamnar i ett olöst problem så att man vill fortsätta läsa nästa kapitel. (Sol, 1995, kap.9.)

Sol (1995, s. 105) skriver att författare ska ställa till med problem, de är inte psykoterapeuter som skall lätta på stress och påfrestning. Fakta är att läsare hatar sådana känslor i verkliga livet men inte i fiktionen. Enligt Sol (1995, s.97) är författarens jobb är att skapa spänning och upprätthålla den genom hela texten. Ett av de lättaste sätten att skapa spänning är genom dialogen. En bra dialog är ofta avskalad och varje ord skall föra dialogen framåt. Uttrycket: "Show, don't tell" är bra att hålla bakom örat när man skriver dialog, alltså att beskriva något genom gärning och inte förklaring. Att använda sig av "Flashbacks" i en text fördjupar ofta förståelsen av det som sker i nuet och tillför information. Enligt Sol (1995) ska "flashbacks" inte vara för läsaren information ur det förflutna skrivet i dåtid utan det ska vara lika direkt och rakt på som vilken scen som helst i boken. Det skall också belysa berättelsen på ett viktigt sätt, annars är det onödigt att gå in i scener ur det förflutna. Helst skall också den första meningen av en "flashback" vara väldigt fängslande och fånga läsarens intresse. (Sol, 1995, kap.14.)

Så som början av en roman skall fånga och väcka läsarens intresse skall alla vapen avfyras mot slutet och historien skall omslutas och avslutas. Här kommer vi tillbaka till segelbåten jag ritade på Monika Fagerholm och Mia Francks skrivkurs. Både i aktern och i fören av båten har jag skrivit "utgångsläge", varför det också står så i slutet är för att slutet gärna skall återkoppla till början av romanen på något vis. I min första roman *Jag vill inte ha din fågel* skjöts en sjöfågel i första scenen och i sista scenen började osynliga vingar växa på huvudpersonen. Därför vill jag nu i slutet av detta kapitel återkoppla till Virginia Woolf's roman "Eget rum" som jag inledde kapitlet med. Woolf (2018) skriver:

Man måste vara något av en eldbrand för att kunna säga till sig själv: Ja, men litteraturen kan de inte köpa. Litteraturen står öppen för alla. Jag vägrar att låta er jaga bort mig från gräset, ni må vara pedell aldrig så mycket. Läs era bibliotek

om ni vill, men det finns ingen port, inget lås, ingen rigel som ni kan sätta för min tanke. (Wool, 2018, s.98.)

Och med de orden förespråkade Woolf kvinnors rätt till sitt konstnärsskap och författarskap, rätt till de egna tankarna och egna rummen. Kampen är inte slut även om den inte är lika påfallande då som nu.

2.4 Mindfulness och kreativt skrivande

Mindfulness eller medveten närvaro är ett begrepp inom buddhismen som beskriver tillståndet när man fokuserar djupt på något och stannar i nuet, utan att bli distraherad. Det är själva huvudingrediensen i meditation, och en slags sinnesnärvaro som har så väl psykiska som fysiska fördelar. Att försöka vara medvetet närvarande i sina känslor, sin omgivning och i varje stund kan vara väldigt avkopplande och hjälpa mot stress samtidigt som det är ett redskap man kan använda sig av då man skriver. Kenward (2017) skriver i "The joy of Mindful Writing–Notes to Inspire Creative Awareness" att så kallat "meditativt skrivande" kan hjälpa en att sluta tveka på sig själv och fördöma sitt eget skrivande. Hon kallar stunderna av meditation mellan skrivandet för "väntan på att skriva", en tid att sjunka in i sig själv och ge sig själv tid att landa i nuet. Filosofin bakom mindfulness bygger på att det i nuet sällan finns något att oroa sig över. Största delen av vår stress är kopplad till dåtiden eller framtiden, och vi kan därför släppa mycket av vår oro genom att fokusera på nuet. Som om mindfulness och meditation inte vore nog kan även skrivandet vara till stor hjälp. Det speciella med skrivandet är att det låter en konkretisera känslorna och tankarna. Det är lätt hänt att tankar får orimligt stora proportioner bara genom att man inte går igenom dem. Det är också ett tillfälle att lära känna sig själv bättre. Man kan snabbt se vilka negativa tankebanor man tenderar att hamna i, förstå varför man hamnar där och hur man kan bryta dem. (Kenward, 2017, s. 14-17.)

Hur lyckas man med meditativt skrivande? Enligt Kenward (2017, s.34) gäller det att välja ett lugnt ställe med god fengshui och ta fram de redskap man

behöver för skrivandet. Sedan kan man sätta en "intention" för sitt kommande kapitel/scen/passage och stänga ögonen och andas djupt och acceptera alla tankar som dyker upp. Man gör helt enkelt en meditationsövning. När tankarna lugnat sig fattar man pennan och låter de första idéerna fylla pappret. Tanken här är att komma åt sitt autentiska jag och vara totalt i nuet och samtidigt acceptera allt det som dyker upp. Via acceptans lugnas tankarna ner och man har lättare att hitta sin autentiska berättarröst. Morley (2012) anser att kreativt skrivande kan vara den bästa formen av terapi och att det höjer självkännedom och självmedvetenheten. Han menar att skrivandet får en att vakna och ger nya perspektiv på sig själv ur olika synvinklar. Ibland kan skrivandet också kännas som motsatsen till terapi; känslor av värdelöshet, tvekan och blockader. Det som kanske hjälper är att se på sitt skrivande som ett jobb som vilket jobb som helst och inte ha för stora känslomässiga förväntningar. (Morley, 2012, s.3.)

Aristoteles skrev många verk om konstens påverkan på hälsan. Ett exempel är "Om diktkonsten" från ca 335 f.Kr. där Aristoteles skriver om begreppet "katarsis" som handlar om att människan genom att få ta del av ett annat livsöde kan nå rening inom sig själv. Att sätta ord på sina tankar och känslor har människor redan gjort i urminnes tid. Det skrivna ordet har genom historien varit, och är, ett av de mest kraftfulla verktyg människan har för att uttrycka sig själv. Att ord har en välgörande effekt har man också vetat länge. Ordet biblioterapi myntades för hundra år sedan men fenomenet att använda ord för att må bättre är mycket äldre. Antiken pekade ofta ut att vara den tid då tankar om litteraturens läkande kraft fått sitt fäste. (Bom, 2022, s.19.) Med detta sagt kan jag konstatera att en av de största orsakerna till att jag själv skriver och skrev romanen *I lend you my flesh* är just de positiva psykologiska effekterna som skrivandet har på mig. Jag upplever att det gör mig mera klarsynt och renar mitt sinne på flera olika plan.

3 En fenomenologisk studie

I detta kapitel kommer jag att redogöra vilka forskningsmetoder jag använt mig av och hur jag går tillväga då jag analyserar mitt forskningsmaterial.

3.1 Kvalitativ ansats

Jag har valt kvalitativ ansats i min studie. Kvalitativ ansats passar mig bäst eftersom jag vill fördjupa mig i ett fenomen (närvaro i den kreativa skrivprocessen) och hur det uppfattas av olika personer inom en viss grupp i samhället. I stort sett kan forskaren få fram kvalitativa data på tre olika sätt: genom intervjuer, observationer eller att studera texter och bilder. Jag valde frågeformulär som metod för att kunna undersöka hur olika människor uppfattade närvaro i romanen *I lend you my flesh*. Strukturerade intervjuer med standardiserade frågeformulär har använts som kvantitativ undersökningsteknik sedan 1920-talet. (Ahrne & Svensson 2015, s.35.)

När jag satt igång med den kvalitativa forskningen gjorde jag upp en forskningsdesign innan jag satt igång. Den formgav hur jag lade upp min forskningsplan. Det underlättade mig att ställa vissa frågor för att ta fasta på i vilken riktning jag vill gå. Frågorna var: Vilken metod passar bäst för min studie? Vilket urval av empiriska objekt ska göras? Vilken analysmetod skall jag använda? Vilka etiska frågor kan uppstå och hur kan dessa tacklas? Är projektet trovärdigt? (Ahrne & Svensson 2015, s.19.)

3.2 Fenomenologisk forskningsmetod

Min studie går under den fenomenologiska forskningsmetoden. Termen fenomenologi kommer från det grekiska ordet *faínomenon*, "det som synes" och *logos*, "läran". Med andra ord betyder det läran om fenomen och väsen. Enligt Puusa och Juuti (2020, s.296-307) skiljer sig den fenomenologiska forskningen

från annan forskning på så sätt att den inte grundar sig på en teori utan utgår från ett empiriskt material och undersöker ett fenomen. I en fenomenologisk forskningsprocess utforskar man fenomen utgående från informanternas levda erfarenhet. Utgångspunkten är att förstå världen utifrån tolkningar av informanternas svar. Eftersom forskningsresultatet inom fenomenologin sällan är totalt objektivt, utan mera tolkningsbaserat, är huvudpunkten inom fenomenologin att kritiskt förstå sin omvärld (Puusa & Juuti, 2020, s.296-307). Fokus i fenomenologi ligger på människans medvetande och levda erfarenhet. Två begrepp är centrala inom fenomenologin: livsvärld (den värld som vi är förtrogna med genom våra levda erfarenheter, den finns där som ett sätt att förstå världen på före alla teoretiska förklaringar) och intentionalitet/riktadhet: medvetandet är alltid riktat mot något, en förnimmelse är alltid en förnimmelse av något. (Fejes & Thornberg, 2019, s.149.)

Genom ett samspel mellan objekten och det mänskliga medvetandet uppstår en fenomenologisk verklighetsbild, alltså en bild av hur vi upplever den.

Fenomenologin som metod förespråkar något som kallas för *essensen* i mänskliga upplevelser. *Essensen* är det som gör saken till det den är: det oföränderliga i fenomenet. (Fejes & Thornberg, 2019, s.149.)

3.3 Frågeformulär som datainsamlingsmetod samt urval

Jag använder mig av frågeformulär som datainsamlingsmetod. Kvalitativa enkätundersökningar är en mindre strukturerad metodik som används för att få detaljerad information om människors underliggande resonemang och motivation. Målet är att få en djup förståelse för ett ämne eller problem från ett individuellt perspektiv. (Trost, 2012, s.9.)

Enligt Trost (2012, s.72-74) är det bra att det åtminstone finns en öppen fråga i frågeformuläret så att respondenten har mera svarsalternativ. En öppen fråga ger ofta mera information men det kräver mera efterarbete eftersom svaren kan bli brokiga. Hypotetiska frågor igen är frågor som berör något som inte är eller

inte finns. Frågorna försöker fånga tankar och idéer som man haft tidigare eller som man kanske borde ha tänkt på. De kan även uppmärksamma realistiska eller surrealistiska tankar och öppna upp för drömmar och önskningar (Trost, 2012, s.79). Jag valde enkätundersökning som datainsamlingsmetod för att låta informanterna vara totalt anonyma med sina svar och ge dem en chans att fritt formulera sig skriftligt på de öppna frågorna jag ställde i frågeformuläret.

Det finns en skillnad mellan "empiriskt material" och "data". Med empiriskt material menar man det valda materialet medan data är det som forskaren samlar upp på fältet. En stor del av forskningsarbetet är således att göra urval, gå igenom data, sortera och hålla ordning på det som samlats upp. Svaren på frågeformulären är alltså det som utgör det empiriska materialet. Hur det sedan analyseras är upp till forskaren. Självt har jag kategoriserat svaren och analyserar dem enligt det. Egentligen börjar analysen redan innan insamlingen av data sker. Anteckningar och aha-upplevelser under processen är en viktig del av själva analysen. (Ahrne & Svensson 2015, s.23.)

När jag gjorde urvalet frågade jag mig själv: var kan det jag letar efter finnas? Det gäller alltså att välja en eller flera olika miljöer eller fall att forska i. Det finns två olika strategier; en är att välja olika miljöer som är så lika varandra som möjligt för att säkerställa resultatet och den andra strategin är att välja olika slags miljöer för att undersöka om de olika miljöerna påverkar resultatet. (Ahrne & Svensson 2015, s.23.) Jag har valt personer med olika bakgrund för att få en så stor variation som möjligt och att kunna jämföra och se skillnader bättre.

3.4 Fenomenologisk analysmetod

Jag utgår från Giorgis analysmetod som är den mest kända inom den fenomenologiska forskningen. Jag började med bestämningen av helhetsbetydelsen (Fejes & Thornberg, 2019, s.154-155). Det gäller alltså att avgränsa området, att fokusera på begreppet "närvaro" och "kreativt skrivande" och göra ett urval av data så det stämmer in på det fenomen jag valt att

undersöka I min forskning vill jag få reda på vad känslan av "närvaro" beror på i min roman *I lend you my flesh*.

Nästa steg är avgränsning av meningsbärande enheter vilket betyder att jag indelade materialet i fyra olika delar för att strukturera materialet bättre (Fejes & Thornberg, 2019, s.156). Det gäller här också att sålla i materialet och se att varje del för forskningen framåt och berör fenomenet. Även om det uppstod flera intressanta svar och kommentarer är jag intresserad av att plocka ut de delarna materialet som just berör fenomenet.

Det tredje steget är transformering av vardagliga beskrivningar. Det betyder i stora drag att göra texten mera formell i den bemärkelsen att det blir lättare att läsa och skriva om kommentarer och vardagliga beskrivningar (Fejes & Thornberg, 2019, s.157). Oftast blir tolkningarna kortare och mer precisa. Till exempel: "Jag upplever närvaro i texten när hon beskriver hur hon klipper sina naglar för det är något min mamma gjorde när jag var liten" kan skrivas ut såhär: informanten upplever mera närvaro i de passagerna som får hen att påminnas om upplevelser från den egna barndomen. Det var bara ett exempel, det är ju inte sagt att det är så i alla fall och då bör man vara försiktig med att generalisera.

Det fjärde steget i analysen är: framställning av fenomenets situerade struktur. I detta går man igenom enheterna och tar bort upprepningar och onödiga utsagor så att strukturen blir redig och bara det essentiella kommer med (Fejes & Thornberg, 2019, s.158-159). Det gäller att sila texten så det blir en tydlig ryggrad.

Steg fem är framställning av fenomenets generella struktur. Syftet är att ta reda på vad som varierar och inte varierar gällande temat. De teman som varierar utgör fenomenets essens. Essensen speglar fenomenets generella struktur. Då kan vi gå över till det sista steget i analysen: slutlig verifiering av fenomenets essens. I detta skede är det ännu möjligt att komplettera studien med extra material eller intervjuer. Här kan man till exempel göra en slutcheck att svaren

på frågeformuläret stämde överens med det slutgiltiga resultatet. (Fejes & Thornberg, 2019, s.159-160.)

3.5 Validitet, reliabilitet och forskningsetik

Reliabilitet och validitet är viktiga kriterier för att en forskning skall vara trovärdig. Validitet handlar om att mäta det som är relevant i sammanhanget och reliabilitet granskar ifall det mäts på ett tillförlitligt sätt. Lundequist beskriver begreppen såhär:

Med validitet, dvs giltighet, menas mätinstrumentets förmåga att mäta det som det påstås mäta. Med reliabilitet, dvs pålitlighet, menas att en mätmetod är okänslig för slumpens inverkan. Reliabilitet är hög när testen ger samma resultat vid upprepade mätningar. (Lundequist 1995, s. 38.)

Validitet i en kvalitativ fenomenologisk studie handlar främst om ifall insamlingstekniken ger information om det fenomen som studeras och ifall jag lyckas svara på min forskningsfråga. Reliabilitet i en fenomenologisk studie handlar om att ifrågasätta hur säkra resultaten är av studien och ifall resultatet skulle vara det samma om man upprepade studien under samma förutsättningar. En god empirisk förankring är ett viktigt validitetskriterium i all kvalitativ forskning. Resultatens trovärdighet är direkt kopplad till tolkningarnas rimlighet. Nu är frågan den hur tillförlitlig fenomenologisk forskning är som metod? Det kan konstateras att om studien fångar fenomenets essens kan man lita på att studien är tillförlitlig. Också genom att samla extra material som stöder slutresultatet kan bidra till tillförlitligheten. (Fejes & Thornberg, 2019, s.160-161.) Gällande denna forskning kan man ifrågasätta hur forskningsresultatet påverkas av att flera av informanterna är mina bekanta. Jag har aktivt valt människor som inte känner mig personligen så väl men en del som svarade på frågeformuläret är antingen mina kolleger eller ingår i den finlandssvenska kulturkretsen som är ganska liten. Är forskningen tillräckligt tillförlitlig och vattentät på grund av att det finns risk för jäv? Kan informanterna ha svarat på ett annat sätt eftersom de känner mig och min personliga historia? En annan fråga är hur läsoplevelsen av romanen *I lend you my flesh* påverkar informanterna då de medvetet skall svara på frågorna gällande närvaro. Ändrar

det deras läsupplevelse? Skulle resultatet bli annorlunda ifall de inte visste vad de skulle göra på förhand? Det är svårt att svara på dessa frågor men jag tror att det är bra att vara medveten om dessa saker som kan påverka reliabiliteten och tillförlitligheten angående forskningsresultatet. Flera av informanterna påstod att de hade svårt att välja tre ställen i texten där de upplevde närvaro eftersom de upplevde närvaro på så många olika ställen. Det finns en möjlighet att forskningsresultatet skulle ha sett annorlunda ut ifall de fritt skulle ha fått välja hur många ställen som helst. Då hade jag haft ett större sampel att välja mellan men analysen skulle ha blivit väldigt arbetsdryg och kaotisk och därför valde jag att skala av och be dem hitta endast tre ställen i texten.

Vad gör då att ett forskningsresultat är trovärdigt? Ett gott tecken är att forskningen väcker diskussion och debatt. Att den väcker läsarnas intresse. Om folket inte reagerar kanske den inte tjänar sitt syfte. Dess transparens är således viktig. Det är till min forsknings fördel att läsaren kan ta del av metoderna som används istället för att den är vattentät. Att återkoppla till fältet och låta till exempel informanternas röst bli hörd när studien väl är gjord ökar också forskningens trovärdighet (Ahrne & Svensson 2015, s.26). Eftersom mitt ämne är konkret så till den grad att den fokuserar på feedback av en befintlig text känns studien dagsaktuell och matnyttig åtminstone för mig som skrivit texten.

Den forskningsetiska tumregeln är att alla som deltar i forskningen ska ge sitt samtycke. De mänskliga rättigheterna ska gå före samhällets och vetenskapens behov. Alla informanter har gett sitt samtycke att delta i forskningen automatiskt då de gick med på att fylla i frågeformuläret.

4 Upplevelsen av närvaro i manuset

Jag har valt att gå igenom resultatet så att jag skrivit ett narrativ av svaren på frågeformulären som jag sedan har sammanfattat. På basis av sammanfattningarna och utvalda citat har jag kunnat gå vidare och analysera materialet.

4.1 Vad bidrog till upplevelsen av närvaro i manuset?

Jag vill här delge informanternas upplevelse av närvaro i manuset *I lend you my flesh*. Informanterna har alltså fått märka ut tre stycken i texten var de upplever närvaro. Jag vill undersöka ifall dessa ställen korrelerar med varandra

De flesta informanter (6/7) skriver att upplevelsen av närvaro ligger både i textens gestaltning och i personlig igenkänning. 1/7 betonar att gestaltningen är främsta orsaken till upplevelsen av närvaro genomgående i kommentarerna medan 6/7 betonar att igenkänningsfaktorerna är de som bidrar till upplevelsen av närvaro.

När jag analyserar informanternas svar ser jag att tre har upplevt närvaro på s.11 (mobbningsscenerna), informant 5 beskriver sin läsupplevelse såhär:

Jag upplever att texten bränner i alla beskrivningarna som beskriver mobbning i Indias barndom. De texterna känns närvarande, det är en spänning i texten, en konflikt. Texten är inte "inne i huvudet" på India utan det är konkreta detaljer som Fila-skor, skjorta med i märket United colors of Benetton, Nalle Puh-lakan, klassfotot på väggen, små saker som märker ut tiden. De här detaljerna känner jag igen för att jag också levat min barndom under samma tid och kan känna igen dem från min egen uppväxt. De känns väldigt exakta och trovärdiga. Dialogen är väldigt bra skriven. Det är inte så mycket värderande ord i tankarna hos India, de behövs inte, det räcker med att man läser vad mobbarna säger, man fattar allt hur hemskt det måste kännas för India. (Informant 5.)

Likaledes har två informanter (inte de samma som upplevde närvaro på s.11) upplevt närvaro på s.38. Två informanter har upplevt närvaro på s.2 och 9 och tre informanter har upplevt närvaro på s. 17 som är en scen som beskriver mötet mellan huvudpersonen och terapeuten på Georgsgatans simhall. Informant 1 beskriver scenen i Georgsgatans simhall såhär:

Det här är helt solklart ett stycke som väcker minnen hos mig av stället i fråga, ett av mina favoritställen i Helsingfors. Också känslan att efteråt analysera "de perfekta replikerna" och känna mig som en idiot för att jag istället bara släppt något dumt ljud ur mig eller dessvärre bara stått tyst och låtit 'det magiska ögonblicket' glida förbi. Ack igenkänningsfaktor! (Informant 1.)

Också informant 6 upplevde mest närvaro i scenen som utspelar sig i Georgsgatans simhall och hen beskriver sin läsupplevelse såhär:

Denna scen påminner om hur jag - och vänner som beskrivit samma upplevelse för mig - upplevt att vara olyckligt förtjust eller rent av förälskad - på avstånd. Starkast kopplar jag minnen av denna känsla, eller det nästan permanenta livstillstånd den framkallar, till förälskelser under tonåren, med det är bara för att jag inte varit förtjust "på avstånd" i vuxen ålder. Hur ställd man kunde bli när personen man gått och dagdrömt om plötsligt uppenbarade sig framför en när man mist anade det!... och hur liten, naken, ful, ovärdig och obetydlig man kunde känna sig. Att scenen utspelar sig i ett dushrum gör "nakenheten" i situationen extra påtaglig. Gestaltningen, stämningen, allt... är väldigt skickligt här. Allt är trovärdigt, intensivt och igenkännbart. Också karaktärens val att gå ut ur tvättavdelningen och bara sätta sig i en stulen badrock och sitta avsidet hur länge som helst, bara för att komma bort från mötets intensitet, sin egen sårbarhet, etc... är en kontraintuitiv men ändå så förställd reaktion jag känner igen från besläktade egna liknande upplevelser. Jag fick en känsla av att författaren kanske grundade texten på en dagboksanteckning (el dyl...) av en verklig upplevelse, för scenen kändes så... äkta. Så upplevd. (Informant 6.)

Det är alltså i denna passage (Georgsgatans simhall) som nästan hälften av informanterna upplever mest närvaro:

Vattnet smeker min nakna kropp. De gråblå kakelväggarna skiner. Kvinnor dyker djupt, andra vattenspringer så hullet vaggas i det svala klorvattnet. En smal äldre dam kommer ut ur bastun alldeles rödsprängd i ansiktet och på ryggen. Någon i stringtrosor klär av sig vid kanten av bassängen och böjer sig ner för att ta något ur sin sko. Jag dyker och tittar på vita fötter som sparkar och ett långt rött hår som rör sig framåt i vågrörelser. Den rödhåriga kvinnan börjar simma groda, jag ser alla veck en kort sekund och dyker sedan upp till ytan. Jag vågar inte vara där i undervattensvärlden. Jag är rädd för att göra något dumt. Med raska steg går jag upp för trappan och tar min handduk och där står hon. I duschen. Vatten droppar från hennes bröstvårtor, hennes hår faller vått och tungt på de breda muskulösa axlarna, floder av vatten forsar över hennes kropp. Kroppen som jag fantiserat om så många gånger. Jag tappar fotfästet för en stund. Håller i handduken men vet inte om det vore bättre att snabbt täcka min kropp eller hänga upp den igen. Jag inser att jag måste bestämma mig fort. Jag tar i en kant av frottéhandduken och drar ner den över bröstet samtidigt som jag märker att jag håller i fel handduk. Den lilla stjärtlappen täcker med nöd och näppe mina bröst. Jag backar och hasar med högra handen efter den stora handduken som borde hänga på knaggen bakom mig. Hon stänger av kranen. Mina ögon fastnar på en tatuering ovanför hennes höftben. En harmonisk åtta. Det händer på någon sekund. Spänningen släpper då hon nickar och går förbi mig in i bastun. Jag river en främmande människas badrock och drar den över mig och ropar "Hej" bakom hennes rygg och som svar vinkar hon åt mitt håll med en hand som hänger ner mot golvet. Hennes maffiga mjuka skinkor försvinner in i bastuns heta

mörker och jag famlar runt med en badrock som doftar Diors "Hypnotic Poison". I ren panik vandrar jag iväg med den främmande badrocken, sticker fötterna i skorna som jag lyckligtvis ställt under mitt skåp och vandrar hastigt ut. Jag sätter mig på cafét och väntar på att tiden ska gå. Jag tuggar på en sveltig croissant och stirrar ut mot gatan. Min nakna fuktiga kropp i den vita lina badrocken. Guldkanterna skimrar i ljuset. Jag fryser som en liten fågel på flykt. Jag tänker inte tänka på vad andra tänker om mig. Jag måste utföra mitt uppdrag. Hon kommer inte ut. Timme efter timme sitter jag och spanar. Håret har torkat och det beska kaffet bränner hål på min tunga. Georgsgatans simhall skall snart stänga. Hon måste ha gått förbi utan att jag märkt något. Jag går in så fort jag kan och tittar ner i golvet tills jag kommer till mitt skåp. Någon närmar sig bakom mig. En badvakt frågar något på ryska och pekar på badrocken. Jag svarar på finska att jag misstog mig, att den inte är min och överränner den till henne. Hon nickar och för den till sitt bås. Jag klär på mig snabbt. Samtidigt känner jag en längtan tillbaka till duschrummet där hon stod. Att igen få se allt det jag såg. Jag vill uppleva det om och om igen. Jag smyger mig dit. Jag tar av mig strumporna. En städare sprutar vatten med en hård stråle över golvet. Jag tittar på stället hon stod på. Jag ställer mig där och tänker på vad hon såg. Hon såg alla små fack med folks handdukar och schampoflaskor, hon såg kaklen och mina långa svarta könshår, min rynkade mage full av ärr och mig famlandes med handdukar. Jag står så en stund tills städarens vattenstråle tar bort mig. Jag klär på mig resten av kläderna och känner att jag inte vill bort härifrån. Om jag är här varje dag får jag kanske syn på dig igen. (Sundberg, n.d., s.17-18.)

Det finns inget ställe i texten som alla informanter är överens om att det "bränner till på". Oftast är det 2-3 åt gången som har svarat samma ställen. En av orsakerna till detta kan bero på att 6/7 informanter har upplevt närvaro på grund av en personlig igenkänning och eftersom det är personligt kan det variera var dessa ställen finns i texten eftersom vi alla har olika saker i bagaget. 6/7 skriver att upplevelsen av närvaro ligger i textens gestaltning; i stämningen, dialogen och sinnligheten (som nämndes två gånger). Informant 4 skriver:

Ett av många ställen där texten är oerhört sinnlig. Senapssås, fläckar, det rent kroppsliga i kombination med psyket; nyfikenheten på andras liv, bladdrandet i tidningen, fantiserandet. Våldigt öppet och naket. Du skriver så att det nästan blir svårt att säga om det är personligt upplevt eller ej från förut – du tar en dit så att det känns att man upplever själv, oberoende. (Informant 4.)

Det vill säga att de flesta (6/7) skriver att upplevelsen av närvaro ligger både i textens gestaltning och i personlig igenkänning. Sinnlighet, igenkänning, humor, tight dialog, lyckade detaljer, kroppslighet, intesiteten i de mänskliga mötena och trovärdig gestaltning är något som de flesta informanter nämner som största bidragande orsaken till närvaro i texten. Sådär beskriver informant 6 hur humorn påverkar hens känsla av närvaro i texten:

Jag upplevde närvaro för jag skrattade högt. Som stor konsument av ljudböcker kan jag lätt leva mig in i en situation där något man lyssnar på skramlar ut på en

publik plats utan att det är meningen, de flesta har upplevt liknande i t ex kollektivtrafiken, hur mobiltelefonens/ljudbokens/musikens privata värld så lätt avslöjas... och i o m hörlurar etc. lever vi i detta "ultraprivata" och "jättepública" samtidigt... tills något går lite snett! Det illustreras här skickligt och roligt. Det som gjorde scenen närvarande var dess komik, att sexscenen i boken drogs ut och lunchrestaurangens pinsamma atmosfär gottades med riktigt ordentligt. (Informant 6.)

Suvanto (2016) undersöker i artikeln: *Inspiring Imagery : An Introduction to Evoking Vivid Mental Imagery in Creative Writing* hur kreativt skrivande kan bidra till att skapa levande inre bilder hos läsarna. Artikeln resonerar i mig eftersom informanternas upplevelse av närvaro ofta handlade om de starka inre bilderna som texten skapade. Enligt forskningsresultatet bidrog de sinnliga detaljerna och miljöbeskrivningarna till känslan av närvaro i texten. Enligt Suvanto (2016, s.27-28) är det lättare för läsaren att forma inre bilder av något taktilt, något som kan röra sig, till exempel en kroppsdel. I artikeln framkommer det också att de mest levande inre bilderna kan man få av element som är lika transparenta som fantasin i sig självt, som till exempel skuggor och att detta är i kontakt med olika objekt som formar den inre bilden (Suvanto 2016, s.27-29). Som informant 4 skriver: "Senapssås, fläckar, det rent kroppsliga i kombination med psyket" tyder det på att det just är denna kontakt mellan det taktila och transparenta som har lyckats skapa starka inre bilder hos informanterna som bidrar till känslan av närvaro i texten. Informant 5 beskriver detta tydligt:

Jag tycker att stämningen är intensiv, det finns en kontakt mellan dessa två. Den är väldigt poetisk och alla naturdetaljer känns symboliska: mjölken som rinner ur maskrosorna, klana björkar, skägglaven, marken som vibrerar, utblommade häggen, knoppiga syrenen. Det blir som att man är där, mitt i naturen med dessa två urkvinnor, tigerhonor, jämnstarka. Naturdetaljerna i texten överlag är jättefina och poetiska. Jag skulle nästan önska att detta inte var en fantasi utan att något sådant skulle hända "på riktigt" då dessa två möts. Eller kanske det är poängen? Att fantasierna inte möter verkligheten? Det är också intressant och blir kvar och skaver. (Informant 5.)

Informant 5 lyfter upp i kommentaren just det taktila i objekten som Suvanto (2016) talar om. Som skribent anser jag att det mest kittlande är att ge liv åt det "osynliga" och använda metaforer för att stärka de inre bilderna hos läsaren.

4.2 Vad bidrog till upplevelsen av icke-närvaro i manuset?

I detta kapitel redogör jag kort upplevelsen av icke-närvaro enligt informanternas svar på frågeformuläret. 3/7 informanter upplevde icke-närvaro på samma ställe, det vill säga där texten blev mera "en analys av samtiden", huvudpersonens röst suddades ut. 4/7 informanter upplevde icke-närvaro på de ställen i texten då man tappat kontakt med huvudpersonen eller inte förstår vad huvudpersonen vill i olika situationer. Att tappa kontakt med protagonisten har en bidragande orsak till upplevelsen av känslan av icke-närvaro i texten hos de flesta informanterna. Informant 4 skriver:

Tänkarna om pandemin känns lite som en annan text, en annan röst än Indias, även om jag senare i manuset förstår att pandemin måste vara med och beskrivas i någon mån då den är en del av själva intrigen. Passagen där hon är ute i skogen med Mauri är en mer India-närvaro-beskrivning av pandemin. En allmän kommentar till det här är att jag känner närvaro då India är i utbyte med andra människor. Det som händer "i hennes huvud" blir distanserat, närvaron kommer då hon möter andra, då lär jag mig mer om henne, det beskriver henne. De ställen som mycket händer i tankarna, mister jag fästet om var hon är, i vilken miljö och tid osv. (informant 4.)

Det som också är intressant då jag analyserar materialet är att ställen "var det bränner till" polariserar en del informanter. Till exempel upplever flera informanter närvaro under mobbningsscenerna medan informant 6 upplever att det är ett ställe hen upplever *minst* närvaro. Samma gäller stället där de flesta upplever minst närvaro, alltså på s.19, där upplever informant 7 *mest* närvaro. Man kan alltså konstatera att de utmärkta ställena ofta polariserar informanterna och väcker blandade känslor beroende på vad läsaren just då har i bagaget.

På detta ställe i manuset upplevde nästan hälften av informanterna icke-närvaro och det är också det stället jag själv upplever att jaget tappas bort och det blir mera som en samtidsanalys:

Statsministern talar lugnt och tydligt. Bredvid sig har hon sina systrar som stöder och håller med. Tillsammans leder de vårt land, överkligt men sant. Viruset har nått Finland. Covid-19, eller "Coronaviruset". Vi uppmanas skydda de gamla och de i riskgrupper genom att isolera oss, hela Finland, snart hela världen. Skolor, kulturhus och bibliotek stängs. Det känns som att leva i en dystopisk amerikansk film. Människor hamstrar toapapper för att lätta den inre paniken och oron. Något stort och mjukt kan kännas hoppningivande, eller så inte. Jag bär hem ett stort

fastepaket. Alla mina jobb är annullerade. Då kan man lika gärna uppleva allt på en gång; isolation, arbetslöshet, hungersnöd. Det är en bra övning i empati. Efter detta kommer ingen att beskylla immigranter som kommer i nöd hit. Vi får alla känna av hur det kan kännas. Hur det känns att inte längre ha kontrollen. Att något som är utom mänskligt förstånd sprider sig som en löpeld. Vi har inga vacciner och ingen vet hur detta virus beter sig i längden. Det vi vet är att det är allvarigare än en vanlig influensa och att det drabbar luftvägarna. Greta Thunberg kom för att tala om förändring och nu lever vi i den. Dinosaurierna har också dött ut en gång. Är tiden inne för oss, nu? Vi tror att vi är odödliga. Att vi har svar på det mesta. Jag ser pandemin som en del av ekosystemet. Det är det enda som gör mig lugn, tanken att allt har sin stilla gång. Kriser behövs för att vi skall vakna upp och börja leva på ett annat sätt. Plötsligt måste vi umgås med våra familjer och barn. Och om inte det, så med oss själva. Vi tvingas skala av yrkesroller och identiteter för att stilla bara vara och blicka inåt. Vi flyger inte mera, vi rör inte på oss i samma grad. Finlands gränser är stängda och det råder undantagstillstånd. Det påminner om kriget sade min 90-åriga granne när hon ledsen vandrade över gården och förundrade sig över varför hon inte kan köpa toapapper i de närliggande butikerna. Vi utför ett solidaritetstälko för de svaga genom att sitta hemma på våra bakar. Ingen vet hur länge. Alla är i samma båt förutom de olydige som förhoppningsvis börjar få böter också här i Finland. Pesten på 1400-talet skördade 80 % av befolkningen i Europa och följderna blev ett uppsving för kapitalismen. Vad medför detta? Kanske nya teknologiska innovationer, att inse avigsidorna med globaliseringen och förhoppningsvis större empati för de som verkligen är i nöd (fortfarande bor det människor i flyktingläger och fortfarande skördar medelhavet båtflyktingar). Talkoanda är något fint som vi finner bär med oss sedan kriget och nu är det upp till bevis, kan vi tillsammans utrota pandemin så att sjukvårdssystemet inte kollapsar och att dödssiffran hålls låg? (Sundberg, n.d., s.19.)

Informant 5 kommenterar denna passage såhär:

Det känns här som om detta är en analys av samtiden, en essä, en text i en annan stil än berättelsen om India. Den känns inte närvarande, eftersom jag upplever att närvaro handlar mycket om det sinnliga, om att se sig omkring, vara i en miljö, observera, inte analysera i sina tankar. (Informant 5.)

Detta går också hand i hand med vad Suvanto (2016, s.28-29) berör gällande de inre bilderna, de skapas sällan av att analysera tankar utan att vara i dem konkret via sinnesintryck och levande beskrivningar.

4.3 Allmän feedback av manuset

Jag presenterar i detta kapitel ett axplock av allmän feedback som informanterna skrivit i frågeformuläret. Denna feedback har gett mig kraft och tro på mig själv som skribent. Kommentarer som informanterna skrivit hjälper mig att jobba vidare med manuset och ger mig hopp för mitt kommande arbete med texten.

”Som helhet en stark och hållbar text, ur ett intensivt kvinnoperspektiv”

(Informant 1).

Tack för den här läsoplevelsen. Den tog andan ur mig, gav mig bilder i huvudet, väckte gamla minnen, var emellanåt olidligt vacker. Det känns när jag läser din text. Texten som helhet underbart fysisk, mustig, köttslig och som sagt många gånger vacker. Du beskriver och iakttar med ett eget språk, med egna begrepp. Naturen beskriver du väldigt fint. (Informant 2.)

Du har på många ställen fångat vardagen och tankar som går genom huvudet och detaljer på ett intresseväckande sätt (ex när hon förbereder sig för första distansmottagningen, här också humor). Man förstår kopplingen mellan ungdomstiden och hur India nu mår. Ditt språk passar med tematiken om kroppen/lust/avsmak/sex/att vara vilse och behöva/rädslan att inte duga/att inte vara älskad. Du har fått allmängiltiga känslor och tankar insatta i scenarier som är intressanta och spännande. Du är skicklig på att beskriva det erotiska/sex. Det finns många extra fina avsnitt men hann liksom inte med i att märka ut dem, jag flöt. (Informant 3.)

”Överlag är det sinnliga det allra starkaste, oerhört stark förmåga att beskriva det intima, kroppsliga, med mycket kvinnokraft” (Informant 4).

Tack för att jag fick läsa din text! Den stannar kvar i minnet en lång stund. Det är mycket som är bra och jag är säker på att det kommer att bli en bra helhet. Lycka till! (Informant 5.)

Det var en text av hög kvalitet som jag uppskattade stort. Slutet: blev lite kvar och funderade - hur förändrades huvudkaraktären under denna berättelse? Kanske detta kunde klargöras lite tydligare, metamorfosen kanske handlade om ovissheten om hur man ska veta om man älskar... men jag hade kanske velat ha det ännu mer förtydligt ("slutklämmen for dummies")? Slutet överläts till att beskriva terapeutens omvandling (fri, galen och kär), men vilken är lärdomen eller "tillväxthistorien" för huvudpersonen? Det är ju henne läsaren är mest intresserad av... Idé för slutet: jag tyckte att humorn och självironin som fanns med i första halvan av boken avtog lite mot andra halvan, och hade tyckt om att ha den kvar! Att ha en humoristisk dimension (även om den ibland kan ta en sväng till den svarta sidan) gav ett skickligt lager som ökade djupet, intensiteten, kontrasterna i stämningarna och underhållning i historien. Skulle vara fint om komiken, "glimten i ögat", kunde vävas in lika starkt mot slutet som den var i början. Komik är ju inte en lätt genre, men det lyckas så väldigt bra att i första delen av berättelsen att det helt tydligt är en av skribentens starkaste sidor! Tack för att jag fick läsa detta fina manus! (Informant 6.)

Tack för mycket berörande läsning. Ett lättläst och medryckande manus. Ger gärna muntlig feedback om det finns behov och tillfälle! (Informant 7.)

5 Diskussion och sammanfattning

I detta kapitel kommer jag att sammanfatta resultatet och reflektera över hur denna forskning har påverkat mitt eget författarskap och vilken nytta forskningen har haft för mig.

5.1 Närvarons betydelse i kreativt skrivande och hur man kan uppnå det

Känslan av närvaro i en text är ofta det som fångslar läsaren och som för berättelsen framåt. Enligt forskningsresultatet är det en upplevelse av att vara i genuin kontakt med karaktärerna, främst huvudpersonen, i berättelsen och av igenkänneelse. Det som också bidrar till närvaro i en text är trovärdiga beskrivningar, detaljer och sinnlighet som engagerar läsaren känslomässigt. Att lyckas komma till ett tillstånd av total närvaro under själva skrivprocessen gör att så kallade "transportsträckor" och känslor av att vara utanför huvudpersonens huvud undviks. Känslan av att "det bränner till" gör att texten automatiskt är levande och genuin. Den fångar läsaren och får läsaren att vända blad. Därför är känslan av närvaro livsviktig och utgör kvaliteten i själva texten. Det är något som är värt att högakta och uppnå som skribent och olika metoder att få texten mera brännande kommer jag att presentera till näst.

Ett av de bästa tipsen jag kan dela med mig är att välja ett ämne att skriva om som bränner till. Något som man själv genuint går igång på, något som engagerar en känslomässigt starkt. Och om man inte kommer på något kan man sätta en timer på 15 minuter och bara skriva fritt vad som helst. Att bara tömma huvudet och se ifall något intressant dyker upp. Sedan kan man stryka under de ställen i texten som väcker intresse och nyfikenhet och våga titta närmare på det. För att komma igång med att skriva själva berättelsen kan man ha en så kallad skattkista med olika ord som känns inspirerande, utklippta meningar ur en dagstidning, olika föremål eller vykort. Vid behov kan man stänga ögonen och välja något som man sedan skriver utifrån. Det kan också vara en doft eller en känsla. Man kan också be någon annan att göra en

skattkista åt en. Det som har fungerat för mig är att sätta en timer på till exempel 20 minuter och att aktivt skriva under den tiden och sedan ta en paus. Och att skriva regelbundet, göra det till en rutin. Och ett viktigt mål är att verkligen försöka bli av med djävulen på axeln som ständigt värderar utan försöka vara fri, fördomsfull och snäll med sig själv. Att röra på sig mellan varven, att yoga och meditera innan man skriver eller att kanalisera en kraftig känsla i stunden via skrivandet kan hjälpa en att komma i starkare kontakt med sig själv som igen kan bidra till textens kvalitet.

5.2 Reflektion över den egna skrivprocessen och forskningsresultatet

Som musiker, skådespelare eller bildkonstnär brukar man oftast ha en scen för sin konst och publik som högst antagligen tar del av den. Applåder, blommor och tack-kort hör till kotymen. När man skrivit en roman som inte blivit publicerad eller en roman som fått flera refuseringsmail brukar den ofta bli liggandes i skrivbordslådan utan att bli läst. Vissa förläggare kanske har läst eller ögnat igenom det och så kanske man har bett någon vän eller familjemedlem att ge feedback på manuset. Sällan når texten fram till en större publik om den inte publiceras. Att ge ut ett manus på ett stort förlag idag är svårare än att komma in på juridiska fakulteten enligt förläggaren Tapani Ritamäki på det finlandssvenska Förlaget M. Han refuserar ungefär 98 % av alla manus han läser (Winberg, 2021). Sannolikheten att jag som finlandssvensk skribent ska kunna ge ut mitt manus på svenska i Finland är alltså ca 2 %. Ett alternativ är att ge ut det själv men det kräver mycket egna resurser och tid. Att skapa konst utan att få genklang, utan att det når andra människor känns meningslöst. Det första manuset jag skrev: *Jag vill inte ha din fågel* har blivit refuserad flera gånger trots att jag editerat och finslipat det många varv. Det ligger nu i skrivbordslådan och har bara nått mina skrivhandledare, några förläggare och någon nära vän till mig som velat läsa det frivilligt. Att sätta igång med ett nytt manus med samma öde kändes inte lockande men ändå ville jag ge det en chans till. Moroten var Monika Fagerholms peppande ord att man sällan lyckas på första försöket. Det att jag

valde att göra en forskning kring manuset har definitivt lyft skrivprocessen till högre höjder. Det känns upplyftande att så många tagit sig tiden att läsa och feedbacken känns otroligt viktig för min egen ork att fortsätta editera manuset och tro på mig själv som författare. Även om manuset inte skulle ges ut på ett förlag har denna forskningsprocess lyft statusen för mitt skrivande och för själva manuset. Jag tror att forskningen kommer att bidra till att manusets kvalitet höjs. I och med att informanterna hade så olika bakgrund (författare, journalister, litteraturvetare men också helt vanliga läsare) har jag fått kommentarer från en bred publik med olika infallsvinklar för att förbättra texten och slipa den oslipade diamanten.

Rautiainen (2016) diskuterar vikten av att ha ett sammanhang under skrivprocessen i artikeln *Onko kirjoittamisen ilolle tilaa?* I artikeln framkommer det att skrivandet alltid är en social interaktiv företeelse som är uppdelad i en inre- och yttre cirkel. I den inre ingår olika skrivsammanhang medan den yttre cirkeln är i kontakt med hela skrivkulturen i sig, att ta del av "det redan skrivna". Att få stöd och konstruktiv feedback i en trygg miljö är enligt Rautiainen (2016) förutsättningar för lyckade skrivupplevelser. (Rautiainen, 2016, s.74-75.) Jag har alltid mått bäst då jag fått skriva i en grupp med en handledare. Då har jag haft lättare att komma i gång och känna ett sammanhang. Jag skrev *I lend you my flesh* under corona-pandemin och då skedde all handledning på distans och jag kunde träffa min skrivgrupp bara en gång fysiskt. Under bearbetningsprocessen har jag varit så gott som ensam och det gjorde det svårare för mig att känna glädje, inspiration och lust. Genom att få direkt feedback av flera informanter med olika bakgrund via denna forskningsprocess upplever jag att jag igen återvände till ett skrivsammanhang som gav mig en känsla av stöd och gemenskap. Tack vare informanternas generösa svar och stora engagemang känner jag hopp, inspiration och tro på mig själv igen som skribent.

Berlin (2019, s.4) erkänner i artikeln *The Potential of Texts Insane: Writing about individual and metaphorical madness* att hon använder sina egna erfarenheter av "galenskap" som material i sina fiktiva texter. Hon har upplevt

att det varit en skrämmande och blottande process att skriva om sin egen galenskap och att använda det som material i akademiska texter kan tänkas minska tillförlitligheten till henne som människa. Att skriva om sin egen galenskap kan ha en terapeutisk inverkan på skribenten och hjälpa hen att reda ut sina egna tankar samtidigt som det ger läsaren en djupare insikt och förståelse för galenskap både på ett personligt och samhälleligt plan. (Berlin, 2019, s.35-38.) Berlins (2019) forskning resonerar i mig eftersom jag upplever att jag själv tvekat på att skriva om min egen galenskap, just på grund av rädslor att inte bli tagen på allvar eller att bli stämplad som "galen".

Galenskapen i romanen *I lend you my flesh* handlade främst om den totala besatthet huvudpersonen hade för sin terapeut och visst var det frästande att få skriva om det, omöjlig kärlek i högsta grad, något som många kan känna igen sig i. Berlin (2019, s. 36-38) menar att fiktiva texter om galenskap kan också orsaka ångest och depression hos läsaren, de framkallar inte endast positiva känslor men att det i bästa fall kan ändra läsarens attityd gentemot galenskap. När jag analyserade informanternas svar kunde jag se att många upplevde att besattheten var väldigt mänsklig och många förstod varför huvudpersonen upplevde det så starkt (mobbing i barndomen och ett otryggt barndomshem). Flera informanter uttryckte empati för huvudpersonen även om de själva inte upplevt något liknande vilket stöder Berlins (2019) teori om att fiktiva texter kan förändra attityder till galenskap på ett positivt sätt.

Vad har jag som författare lärt mig av resultatet av denna forskning? Jag har i stora drag lärt mig att förstå vad i min egen gestaltning som får läsaren att uppleva närvaro och vilka komponenter som bidrar till detta. Jag har också fått bekräftelse på att de ställen som jag själv tvekat på och inte upplevt närvaro på under skrivprocessen har uppfattats på samma sätt av informanterna. Att få uppleva denna känsla av bekräftelse under forskningens förlopp har gett mig en känsla av närvaro och flow under skrivprocessen av denna avhandling också. Det har kännats som en dubbelbelöning och jag har aldrig njutit så mycket som nu av att skriva en akademisk text. Det som fick denna forskning att "bränna till" extra mycket var min konstanta nyfikenhet på informanternas svar och att djupdyka och analysera dem. Processen kändes extra spännande eftersom

forskningsobjektet var mitt eget konstnärliga arbete och det är alltid en risk att låta sig exponeras inför publik. Och just detta risktagande fick mig att känna mig pigg och alert under forskningens gång och motivationen att föra processen framåt på det konstnärliga och akademiska planet var stort.

Ifall jag skulle vilja föra forskningen vidare kunde jag utöka frågorna på frågeformuläret och låta informanterna skriva ännu mera ingående svar gällande vad som egentligen fick dem att välja just de ställen de valde. En annan idé kunde vara att jag skulle bearbeta manuset en omgång med hjälp av informanternas feedback och efter det be ett större sampel att läsa texten igen och se hur svaren då såg ut. Då skulle det både ha skett en fördjupning och utveckling i det konstnärliga arbetet och samtidigt skulle den färdiga texten nå ännu fler läsare och det skulle uppstå en intressant öppning att jämföra textens tidigare version med den nuvarande.

5.3 Sammanfattning

“What is most personal is most general” (Rogers, 1995, s. 26).

Kärnan i denna avhandling handlar om att våga ”gå dit det bränner” och att djupdyka i närvarons kraft i kreativa skrivprocesser. Jag har med hjälp av 7 informanter med olika bakgrund fått svar på frågan: På vilka ställen upplevs ”närvaro” i manuset *I lend you my flesh* och vad beror den upplevelsen på? De flesta informanter (6/7) anser att upplevelsen av närvaro i texten beror både på en skicklig gestaltning (lyckade detaljer, bra dialog, sinnlighet osv) och på personlig igenkänning i texten. De ställen i texten som upplevdes som mest närvarande varierade eftersom alla informanter har olika bagage men ändå fanns det en viss korrelation i svaren (till exempel passagen i Georgsgatans simhall, se kapitel 4.2). Svaret på själva forskningsfrågan: Hur kan närvaro upplevas i en text och vad är det som gör att läsaren upplever närvaro i en text? Är således, enligt mitt forskningsresultat, en upplevelse av en stark gestaltning som engagerar alla sinnen samt att våga vara personlig eftersom igenkänning är en stor bidragande faktor till upplevelsen av närvaro. Detta stämmer överens

med vad Aristoteles skriver om i "Om diktkonsten" från ca 335 f.Kr. om begreppet "katarsis" som handlar om att människan genom att få del av ett annat livsöde kan nå rening inom sig själv. Det påvisar min tes om att det skrivna ordet har genom historien varit, och är, ett av de mest kraftfulla verktyg människan har för att uttrycka sig själv.

Carl Rogers skriver i *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy* (1995, s.26): "What is most personal is most general." Rogers (1995) menar att ju djupare man vågar dyka i sina personliga erfarenheter desto starkare resonerar det i andra. Och att våga som konstnär uttrycka sin egen unika inre värld kan man bidra till högre igenkänning hos andra och till och med bidra till upplevelser av katarsis. Med andra ord är konsten och kulturens betydelse viktig för välbefinnandet och den mentala hälsan. Rogers citat stämmer överens med forskningsresultatet och det som jag kommer att bära med mig av denna process är att fortsätta våga vara personlig i mitt skrivande, att våga "gå dit det bränner" och att ge mitt skrivande ett *eget rum* (Woolf 2018). Jag kommer också bära med mig Tolles (2015) tankar kring att acceptera det som är och att öva mig på att rikta uppmärksamheten mot nuet när jag skriver. Den största gåvan denna process har gett mig är den viktiga feedbacken jag fått av informanterna för att kunna utveckla manuset.

Referenser

- Ahrne, G., & Svensson, P. (2015). *Handbok i kvalitativa metoder*. Stockholm: Liber.
- Berlin, J. (2019). The potential of texts insane: writing about individual and metaphorical madness. *Scriptum: Creative Writing Research Journal*, 6 (2), 4-42. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201910224564>
- Bom, M. (2022). *Skriva sig fri: biblioterapi i praktiken*. Lund: Studentlitteratur.
- Csikszentmihályi, M. (2021). *Flow : den optimala upplevelsens psykologi* (G. Grip, övers.). Danmark: Natur & Kultur. (Originalarbete publicerat 1990).
- Derrida, J. (1982). *Margins of Philosophy*. Brighton: The Harvester Press.
- de Manzano, Ö., Cervenka, S., Jucaite, A., Hellenäs, O., Farde, L., Ullén, F., (2013). Individual differences in the proneness to have flow experiences are linked to dopamine D2-receptor availability in the dorsal striatum. *NeuroImage*, 67, 1–6. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2012.10.072>
- Fejes, A. & Thornberg, R. (2019). *Handbok i kvalitativ analys*. Stockholm: Liber.
- Grundström, E. (2019). Så skapar du närvaro. *Tidningen Skriva*. <https://tidningenskriva.se/guide/sa-skapar-du-narvaro/>
- Heidegger, M. (1981). *Varat och tiden*. Lund: Doxa.
- Jantunen, T. (2019). *Leikin taikaa*. Helsinki: Into.
- Kenward, J. (2017). *The joy of Mindful Writing– Notes to Inspire Creative Awareness*. Brighton: Leaping Hare Press.
- King, S. (2017). *Att skriva: En hantverkares memoar* (O. Larsmo, övers.). Stockholm: Albert Bonniers förlag. (Originalarbete publicerat 2000).
- Malmsten, M. (2019). *Så gör jag– Konsten att skriva*. Stockholm: Modernista.
- Mann, D. (2010). *Gestalt Therapy– 100 Key points and techniques*. London: Routledge.
- Morley, D. (2012). *The Cambridge companion to creative writing*. Cambridge: Cambridge university press.

Nachmanovitch, S. (2019). *Free Play: Improvisation in Life and Art* [Ljudbok]. Blackstone Publishing.

Palanne, R. (2021). *Näyttämön maailma: läsnäolo, kauneus, pyhyys ja haavoittuvaisuus*. Opinnäytetyö, Näyttelijätaitteen koulutusohjelma. Teatterikorkeakoulu.

Puusa, A. & Juuti, P. (2020). *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Helsingfors: Gaudeamus.

<https://www.ellibslibrary.com/reader/9789523456167>

Rautiainen, A. M. (2016). Onko kirjoittamisen ilolle tilaa? *Scriptum: Creative Writing Research Journal*, 3(1), 60-85.

<https://jyx.jyu.fi/dspace/handle/123456789/51329>

Rogers, C. (1995). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.

Stein, S. (1995). *On writing*. New York: St. Martins Press.

Sundberg, L. (2023). *I lend you my flesh*. N.d.

Suvanto, K. (2016). Inspiring Imagery: An Introduction to Evoking Vivid Mental Imagery in Creative Writing. *Scriptum: Creative Writing Research Journal*, 3(1), 17-31. <https://jyx.jyu.fi/dspace/handle/123456789/51329>

Tolle, E. (2015). *Lev livet fullt ut: Din väg till andligt uppvaknande* (E. Trägårdh, övers.). Stockholm: Livsenergi. (Originalarbete publicerat 1997).

Trost, J. (2012). *Enkätboken*. Lund: Studentlitteratur.

Winberg, C. (2021). *Som förläggare ratar Tapani Ritämäki det mesta han läser: "Det är lättare att komma in på läkarlinjen än att bli utgiven"*. Svenska YLE. <https://svenska.yle.fi/a/7-1526406>

Woolf, V. (2018). *Ett get rum* (J. Lundblad, övers.). Stockholm: Modernista. (Originalarbete publicerat 1929).

Bilagor

Frågeformulär

"I lend you my flesh"

Detta är ett frågeformulär som svaras på efter genomläsningen av Linda Sundbergs råmanus "I lend you my flesh". Du svarar anonymt och ditt namn kommer inte att framgå i slutarbetet. Genom att fylla i frågeformuläret ger du automatiskt tillstånd att delta i Sundbergs slutarbete i programmet "Taiteen uudet kontekstit" vid Åbo Konstakademi (högre YH) .

Du kan svara på frågorna efter att du valt tre stycken i råmanuset där du upplever "närvaro" eller där du upplever att "det bränner" och ett stycke där du inte känner närvaro. Du kan anteckna sidnummer och början och slutet av stycket i formuläret.

1. Utmärk det första stycket du upplevde "närvaro" (sid nr.) och svara på frågorna:

A) Vad får dig att känna att texten bränner till just här? Är det något personligt hos dig som gör att texten känns extra "närvarande"?

B) Ifall du inte upplever att det har med din personliga upplevelse att göra, kan du då lägga fingret på något i texten eller i författarens grepp? (Språket, gestaltningen, stämningen osv)

2. Utmärk det andra stycket du upplevde "närvaro" (sid nr.) och svara på frågorna:

A) Vad får dig att känna att texten bränner till just här? Är det något personligt hos dig som gör att texten känns extra "närvarande"?

B) Ifall du inte upplever att det har med din personliga upplevelse att göra, kan du då lägga fingret på något i texten eller i författarens grepp? (Språket, gestaltningen, stämningen osv)

3. Utmärk det tredje stycket du upplevde "närvaro" (sid nr.) och svara på frågorna:

A) Vad får dig att känna att texten bränner till just här? Är det något personligt hos dig som gör att texten känns extra "närvarande"?

B) Ifall du inte upplever att det har med din personliga upplevelse att göra, kan du då lägga fingret på något i texten eller i författarens grepp? (Språket, gestaltningen, stämningen osv)

Utmärk det stycket du inte upplevde "närvaro" eller att det "brände till". Svara på frågan:

1. Vad är det i texten som lät dig gå obemärkt? Har det med dina personliga upplevelser att göra eller med något i författarens grepp/språk osv?

Frivillig feedback:

.

