

Om å møte den andre som et ansvarlig subjekt i eget liv.

"If you can't stand being here with me, you don't have to."

Hun som sa dette, lå i sengen på Hospice'et jeg var sykehusprest på i Atlanta. Hun sa det til en prest som var i praksis. "Hvis du ikke orker å være her sammen med meg, så må du ikke." Ganske sterkt. Og rett inn i kjernen av temaet jeg har blitt utfordret til å ta dere med inn i nå: "Om å møte med den andre som ansvarlig subjekt i eget liv."

Han kommer inn i rommet der denne kvinnen ligger. Hun er døende. Helt klar. Jeg kjente henne godt. Det er ikke akkurat god luft i rommet hennes. Det er formiddag. Når presten som var i praksis kommer inn, er rommet mørkt. Han setter på lyset. Gardinene er for. Han trekker gardinene fra. Ute er det sol og varmt. Han åpner vinduet. Hun ligger bak skjermbrett som nærmest utgjør vegger rundt sengen hennes. Han folder skjermbrettene sammen og setter dem i en krok. Alt dette i løpet av mindre enn et minutt. Det er da det kommer lakonisk fra sengen: "Hvis du ikke orker å være her sammen med meg, så må du ikke."

Vi som har det som yrke å hjelpe andre mennesker, står hele tiden i fare for ikke å orke å gå inn i den verden, der den vi skal hjelpe, lever. I stedet tar vi den andre inn i *vår* verden. - Eller i hvert fall *prøver* vi å få den andre med oss inn i *vår* verden. Jeg hører ofte i veiledning hvordan velmenende hjelpere *strever* med pasienter. Synes de er "vanskelige" å ha med å gjøre. Synes ikke de "kommer noen vei" med dem.

Som regel handler dette om hvor vanskelig det er å få et annet menneske til å se situasjonen sånn som jeg selv ser den.

Hvorfor er *det* så viktig - at de skal se sin situasjon slik vi ser den?

Jo, for først når vi er enige om situasjonen vi står overfor - sammen - blir det mulig for oss, profesjonelle, å utfolde oss som de fagpersonene vi liker å være. Og som vi er flinke til. Det er utrolig deilig å være flink. Å få til ting!

I vår verden: - der vi *hører hjemme*. Der behersker vi *språket*. Vet hvordan vi skal *gjøre* tingene. Vet hvilken *rolle* vi har, og hva vi skal *gjøre for å innfri egne og andres forventninger* til oss. I *min* verden, der *jeg* er kjent, der føler jeg meg hjemme. Der er det trygt å være. Der trives jeg. Jeg er subjekt i eget liv. Vet hvem jeg er. Vet hva jeg vil. Gjør som jeg vil. Og får til det meste av hva jeg vil.

Akkurat sånn har de andre det også. De som trenger tjenestene våre. Vi kaller dem "pasienter"; "klienter"; "brukere"; "beboere" eller vi kan omtale dem med diagnosen deres

som om det var deres fornavn: «En av brystkreftdamene" eller en "flerkomponent-smertepasient"; eller en "sykelig overvektig" osv...

Og så glemmer vi lett at *de* - akkurat som oss selv - lever i *sin* verden. De kommer fra et *sted* der de hører til, kjenner seg *hjemme*, behersker *språket* og har en klar *rolle* de spiller. Som oss, er de vant til å være ansvarlig subjekt i sitt eget liv. I hvert fall de fleste.

Når de kommer til oss, får de alle en ny - og for noen en veldig ukjent - rolle, i et nytt språkunivers der de er langt fra hjemme.

Ordet "integritet" betyr opprinnelig *u-rørlighet*. Og det urørlige er en helhet, en sammenheng, som kan gå i oppløsning, hvis vi rører ved den.

Å respektere *et menneskes integritet* er derfor å respektere det dette menneske har blitt til, gjennom sin livshistorie. Som behandlere krenker vi pasienten vi har i behandling, om vi ikke først av alt lytter til henne og spør henne ut om hennes bakgrunn, slik at "sykehistorien" eller den lidelse, de nederlag, hun forteller om, sees i sammenheng med *hele* hennes livshistorie.

Noe av det vanskeligste for mange av oss som er profesjonelle hjelpere, er å gi slipp på å ha egne prosjekter på andres vegne. Vi har fagkompetansen. Mye å by på. Vi ser liv og livssituasjoner som kan endres til det som i våre øyne, ville være et bedre liv.

Enhver som tror seg å vite hvem et annet menneske er, og hvordan den andre burde leve, uten først å ha gått inn i en virkelig dialog - inn i et virkelig møte - med vedkommende, står i fare for å bli en krenker av denne personen.

For jeg krenker andre mennesker dersom jeg griper inn i deres liv, ut ifra troen på at jeg vet bedre enn dem hva som er best for dem, og uten respekt for deres integritet, deres historie og autonomi.

Da jeg var sykehusprest, ble jeg en gang tilkalt til en avdeling der de hadde fått inn en dame med en brystkreft det var god prognose for hvis hun fjernet brystet.

Men hun ville det ikke.

Personalet var ganske så oppgitt. Noen ganske opprørte også.

De ville så gjerne hjelpe henne. Men de slapp ikke til.

Personalet opplevde maktesløshet i møte med denne kvinnen. Og maktesløshet, er ikke akkurat det profesjonelle hjelpere er best på å håndtere.

Det har seg nemlig sånn at vi har knesatt autonomi-begrepet i vår kultur. Vi har ratifisert de såkalte Helsinkideklarasjonene som ulike FN-organer har formulert. Vi har som samfunn forpliktet oss til at: Ingen skal behandles eller forskes på, uten at de har gitt et innformert samtykke. "Auto nomos" er gresk og betyr "selv" (autos) og "lov" (nomos)" altså "selv-lovgivende", dvs.: ethvert menneske er selv-normerende - "selv-bestemmende".

Kvinnen som personalet kjente seg maktesløse overfor, var intelligent, velinformert, fullt samtykkekompetent. Og hun ville ikke la seg behandle. Hun visste at hun kom til å dø, dersom svulsten ikke ble fjernet og kreften hennes behandlet.

Historien som kom frem gjennom samtale med henne var følgende:

Hun hadde i årevis levd i et helvete av et samliv. Hun tilhørte aktivt et religiøst trossamfunn der skillsmisse ikke var et mulig valg. Hun hadde flere ganger ønsket å ta

livet sitt, for å få slutt på lidelsen. Men ut ifra hennes religiøse tro, var selvmord en helt uakseptabel vei ut. Lang historie kort: Da hun fikk vite at hun hadde fått kreft, opplevde hun det som at hun var blitt bønnhørt. Veien ut av hennes private helvete hadde plutselig åpnet seg for henne. Hun takket sin gud for det.

Det er alltid tungt å ikke få lov til å hjelpe. - selv om vi vet det er ut ifra respekten vi har for den andre. Det oppleves så meningsløst når vi ikke får lov til å slippe til med alt vi har av kompetanse og alternativer - som vi er overbeviste om - kan åpne for en god fremtid. Ja, til og med en lykkelig fremtid, om den andre bare kunne la oss slippe til. Stole på oss. Bli med oss inn i et behandlings-forløp.

Men, neida. Så enkelt er det ikke. Den andre lever i *sin* verden. Ser det på *sin* måte. Har *gjort* sine valg. Og *gjør* fortsatt det. Og så blir det som det blir. Om ikke *vi* da, er i stand til å møte den andre på en slik måte at *vi utgjør* en forskjell, som kan *gjøre* en forskjell.

I møtet med pasienter og klienter, er du og jeg som behandlere fremmede for den vi møter. Og som fremmede er vi alltid bærere av et annet og ofte dramatisk annerledes perspektiv i forhold til det pasientene eller klientene våre har på sin situasjon. Et perspektiv som hvis den andre tar det innover seg, vil gjøre det i større eller mindre grad umulig for han eller henne å opprettholde sitt eget perspektiv på seg selv og sin situasjon. Det bilde av "virkeligheten" som har holdt den andre oppe gjennom livet så langt, må oppgis helt eller delvis. De må oppgi det bilde av virkeligheten som med filosofen Wittgenstein's ord (1889-1951) har holdt den andre "fanget" som om fornuften har vært «forhekset» av det, som han sier om den virkelighetsoppfatningen vi bærer med oss, og som kommer til uttrykk gjennom fortellingene våre om livet vårt.

Endring er ikke mulig for et menneske uten tilføring av ny informasjon utenfra. Og vi - som er profesjonelle hjelpere - er bærere av nettopp slik informasjon. Vi har tilegnet oss forskjellige perspektiver gjennom utdanningen vår. Og vi bærer med oss fortellinger om alternativer som også erfaring med mennesker vi har hjulpet, har lært oss. Vi er egentlig et funn. Bokstavelig talt en Guds gave til den som ønsker hjelp, som ønsker en endring i sitt liv.

Men - som vi alle har erfart, tenker jeg: Om vi har aldri så mye fagkompetanse, så hjelper det ikke den andre, om ikke han eller hun selv evner å se, og komme til tro på, disse alternative vi presenterer som muligheter. Eller den vi møter ønsker ingen endring.

Forandringer skapes gjennom samhandling, gjennom dialog. Men endringen må "*villes*" innenfra. Derfor må det du og jeg som profesjonelle hjelpere sier og representerer av alternativer, være kjent og forståelig nok, til at den andre kan kjenne seg igjen i det. Trygg så han eller hun ikke bare trekker meg unna, og inn i sine egne "*gamle*" forestillinger hvem de er, og hvilke muligheter de har. Kunsten i møte med den vi er der for å hjelpe, er å formidle et nytt perspektiv, en ny mulig fremtid, på en slik måte at det oppleves som trygt og som faktisk mulig. Ikke for radikalt annerledes, som noe den andre ikke evner å forstå, eller tro på, som en mulig, eller ønsket, fremtid for seg.

Å hjelpe meg, når jeg er i krise, eller har det vondt, er først og fremst å være et lyttende nærvær. Et aktivt nærvær som hjelper meg til å uttrykke meg. Håpet mitt ligger i at jeg klarer

å fortelle deg hvor *jeg* er; hvordan det er å være *der*; og hvor jeg ønsker meg *hen*. For klarer jeg det, da forteller jeg samtidig meg selv hvem jeg må være for at det jeg forteller skal kunne bli en realitet. dersom du eller andre ikke bekrefter det jeg sier, blir det vanskelig for meg å være den jeg ønsker å bli.

Først når jeg virkelig opplever at du forstår meg; Deltar i min verden;. Og ser som med mine øyne det jeg forteller om; Ja, først da er jeg åpen for spørsmålene dine som kan utfordre meg idet du evner å bringe inn i forhold til min fortelling, nye perspektiver, nye mulige handlingsalternativer i forhold til de forestillingene jeg selv "sitter fast i".

Dette henger sammen med at min "forståelse alltid er en fortolkning." (Gadamer. Forståelsens Filosofi, 2003, s.45). Så når jeg forteller deg noe, så er det en synliggjøring av hvordan jeg fortolker det jeg forteller om. Det er dette som gjør at filosofene kan fastslå at: "Mennesket er det det sier, ikke det det sier at det er" (Heidegger/Skjærvheim). For når vi snakker med hverandre så er det for *meg*, som snakker, å dele en fortrolighet med *deg*, som lytter.

Jeg utleverer meg selv: Hvordan jeg tolker det jeg forteller om.

Jeg snakker om noe jeg er fortrolig med, slik *jeg* ser det.

Jeg deler opplevelser eller perspektiver fra en virkelighet *jeg* hører hjemme innenfor.

Opplevelser som *jeg* fortolker og vet hva betyr for *meg*.

Det er *det* jeg snakker om.

Så når du forstår meg, *opplever* jeg det. Jeg *kjenner* - sanser altså - nærværet ditt i min verden. Ser det i øynene dine; I mimikken din; Hører det på måten du svarer. Tonefallet ditt. Ordene dine. Kroppsspråket ditt. Jeg opplever at våre forståelseshorisonter smelter sammen slik at vi ser ting likt.

Jeg kjenner meg tatt imot.

Forstått.

Jeg kjenner at det er som om du ser virkeligheten gjennom mine øyne. Som filosofen Gadamer sier det: «forståelse ikke noe man kan utføre metodisk; det er noe man deltar i, en samtale, en hendelse.» (Gadamer, Forståelsens Filosofi. 2003. s. 102) Et eksempel på dette:

Tilkalt til mottakelsen på sykehuset der jeg var sykehusprest. Blindeforbundet hadde et arrangement i nærheten. En av deltagerne der, elsket å svømme. Konen som ikke var blind, kunne ikke svømme. Men hun pleide å sitte på land og snakke til han, så han kunne orientere seg etter hvor hun satt. I en pause i programmet hadde de to dratt ut til en strand der han svømte og hun satt som vanlig på land og ga signaler. Så fikk han plutselig et illebefinnende. Det var dypt. Hun kunne ikke svømme. Da hjelpen kom, og ambulansen kjørte ham til sykehuset, ble jeg tilkalt. Konen kommer akkurat ut fra rommet der de har drevet gjenopplivning. Hun vet hvem jeg er, og sier når jeg kommer bort til henne: "Livet hans var ikke til å redde. Legen gjorde alt som var mulig å gjøre. Og han gråt mens han gjorde det. Det var en fantastisk lege."

Det er derfor det er så sterkt å møte en som forstår meg, når jeg har det vanskelig. Plutselig opplever jeg meg inkludert i et felleskap. Jeg er ikke alene i opplevelsen av hvordan det er å være meg. Når vi oppdager dette, forstår vi at Gadamer har rett når han understreker at "forståelse er en hendelse", "en deltakelse i en overleveringshendelse." (2003 s.102). der vi lar oss bli så grepet av fortellingen at vi gråter eller spontant begynner å le.

Å forstå et annet menneske er å svare adekvat på den hendelsen en inngår i, i møtet med den andre. Det være seg følelsesmessig eller i handling.

For noen år siden hadde jeg et dags seminar sammen med personalet på akuttmottaket og intensivavdelingen i Kristiansand. Mange flotte, profesjonelle hjelpere. Daglig sto de i mange intense og krevende situasjoner. Temaet for dagen var: "Hvordan unngå å brenne ut som helsearbeider." En av sykepleierne der, tok oss med inn i hvordan det var å leve i *hennes* verden. Jeg har lyst til å dele hennes fortelling med dere, for den viser hvor vanskelig det er å dele hvordan det oppleves å være *meg* i *min* verden - selv med den som elsker meg.

Hun bodde så vidt jeg forsto, sånn til at ved å sykle gjennom en tunell, så tok det henne bare noen få minutter fra hun gikk fra jobben på sykehuset til hun var hjemme. Noen ganger når hun kom hjem, hadde dagen vært så full av sterke inntrykk, så trykket på å få fortelle var stort.

Et barn hadde dødd i armene hennes. Hun hadde gjort en fantastisk jobb før barnet døde og overfor foreldrene etterpå. Og samlivspartneren hennes møtte hennes tårer og fortvilelse da hun fortalte om det, med et: "Hvis det er så ille der, hvorfor søker du deg ikke en annen jobb!" Eller:

Hun kom hjem etter en kraftig konfrontasjon med en av legene på avdelingen og forteller om hvor "arrogant han hadde oppført seg," og mannen hennes svarer med en av sine mange variasjoner om at det skulle hun ikke ha funnet seg i, og hun" skulle bare ha sagt ..." eller hun" skulle ha gjort ..." Eller

En gang hun kom hjem etter en ambulanseutrykning til en ulykke der det var mye blod og ødelagte kropper hun hadde måttet forholde seg til, og han svarer: "Åhh, - Jeg orker ikke å høre om alt det der"

"Og jeg som bare kom hjem og ønsket å bli holdt!" - som hun sa. "Få høre hvor fantastisk det er at jeg holder ut med sånne vonde situasjoner og med en sånn håpløs og arrogant kollega!"

"Jeg elsker jo jobben min!" Konkluderte hun.

Fordi hun gang på gang opplevde å komme hjem fra så fylte, intense øyeblikk på jobben som det ble så vanskelig å fortelle om - vanskelig *ikke* p.g.a. taushetsplikten, men p.g.a. at mannen hennes ikke hadde forutsetninger for å forstå henne - ja, da forsto hun etter hvert at hun, for å ivareta kjæresteforholdet og ikke la det bli ødelagt av stadige skuffelser og irritasjoner over hvordan mannen hennes ikke evnet å forstå henne, så måtte hun ha "snakket seg ferdig" med dagen sin før hun kom hjem.

Så hvordan løste hun det?

Jo, hun begynte å kjøre til jobben, slik at hun kunne ta gamle sørlandske hovedvei hjem. Den gikk langs havet. Og i stedet for 2 minutter gjennom tunellen og hjem, så brukte hun nå en 1/2-time. Når dagene hadde vært ekstra tøffe, stoppet hun på en møteplass mellom stabbesteinene og gråt, eller ropte ut sin fortvilelse, eller sitt sinne til Gud eller havet.

Hun fikk det ut.

På kjøreturen hjem, eller der på møteplassen om hun stoppet der, fikk hun både tid og anledning for seg selv til å sette ord og begreper på arbeidsdagen sin. en arbeidsdag som til tider kunne oppleves nærmest traumatiserende. Ord og begreper

som omformet det vonde og vanskelige hun hadde stått midt oppi gjennom arbeidsdagen, til noe forståelig. Til noe meningsfylt. Til temaer. Til situasjoner. Til noe som var forbi.

Hun fikk satt arbeidsdagen sin inn i en større kontekst.

Fikk det plassert inn i en fortelling om faglighet og menneskelighet.

Gjennom å sette ord og begreper på det hun hadde gjennomlevd, skapte hun sammenheng og forståelse av de mange fragmentene som dukket opp fra dagens hendelsesforløp. Det som - idet hun forlot jobben - kunne oppleves som et kaotisk mangfold av så fylte øyeblikk som alle hadde tatt henne helt der og da, falt mer på plass. Disse øyeblikkene som er så fylte at de var vanskelige å fortelle om. Og som etterlater avtrykk som alltid sitter igjen - på godt og vondt!

Derfor er det livsviktig for oss som arbeider med mennesker som lider, at vi får ryddet på plass disse sterke inntrykkene sånn at de ikke forstyrrer oss i livet vårt, når vi ikke er på jobb.

Det er en kunst - og noe av det vanskeligste for mange av oss - dette at vi som mennesker har behov for å få fortalt våre liv, mens de det er naturlig å fortelle til hjemme, aldri kan forstå. Det kan skape en voldsom ensomhetsfølelse noen ganger.

Det samme opplever mange av pasientene våre. F.eks. den brystkreftrammede 40-åringen som forteller at å miste håret for henne rammet selvbildet hennes dramatisk mer enn å fjerne et bryst. Mannen hennes var bare opptatt av om hun kom til å bli frisk igjen. Den uken Kysthospitalet har som et rehabiliteringsopplegg for ferdigbehandlede brystkreftrammede, hører jeg mye om hvor godt det er å være sammen med noen som forstår dem. Noen som skjønner hvorfor de hater rød saft etter cellegiftbehandling. Eller noen som forstår hvor ensomt det har vært å være syk fordi hun har hatt rollen som trøster av alle de andre rundt seg, som gikk helt i kjelleren da hun fikk kreft.

Som mennesker lever vi i vår egen verden. I det vante. Når alt er hverdagslig og alle driver med sitt, så oppdager vi ikke hvor forskjellige vi er. Det er først når krisen rammer at jeg oppdager at du er en fremmed. En som ikke kjenner på kroppen hvordan det er å være meg. Så når kroppen min kommer i sentrum for samværet vårt fordi det er min kropp som er rammet av sykdommen, ja, da blir det umulig å kjenne likt. Du måtte ha hatt min kropp for å kunne oppleve hvordan jeg har det. Og du måtte ha hatt min historie og kulturelle bakgrunn for å kunne forstå hvordan jeg tolker og reagerer på min situasjon.

"Så kom ikke her å si at du forstår akkurat hvordan jeg har det," når jeg har det vondt og vanskelig. Men mitt håp ligger i at du orker å være sammen med meg, mens jeg har det sånn. Men skru ikke på lyset, hvis jeg trenger mørket. Dra ikke fra gardinene og åpn vinduene, hvis jeg ikke orker å ta inn verdens vakkerhet. Ta ikke bort skjermbrettene jeg har satt opp rundt meg, hvis jeg trenger dem der for å kjenne meg trygg. Og om du ikke bare orker, men faktisk både har lyst til og evner å få til å være sammen med meg her jeg befinner meg for tiden, så er det ikke noe jeg heller vil, enn å slippe å kjenne meg så alene her jeg sliter med mitt.

Det å bli invitert inn i et annet menneskes liv, i et annet menneskes verden, er et privilegium. Jeg får låne den andres øyne og begreper til å se og forstå en verden som jeg tidligere ikke hadde tilgang til eller visste eksisterte. Å møte et hvert menneske som en fremmed virkelighet, kan være like spennende som det må ha vært for den skotske lege-misjonæren og oppdagelsesreisende David Livingstone (1813-73) å utforske livet i det indre av Sentral-Afrika på midten av 1800-tallet.

Det å bli invitert hit i dag er spennende for meg. Ikke nødvendigvis "spennende" i betydningen: "skremmende" eller "skummelt". Men "spennende" som i en utfordring: "Hvordan kommer dette til å gå?"

Her handler det ikke om å gå på ski alene over Grønland. Men det handler om å være sammen med dere i 90 minutter, på en sånn måte at jeg kan gå til lunsj sammen med dere etterpå, og kjenne at jeg har vært den jeg ønsker å være i møtet med dere. At jeg kan stå for den jeg har vist meg som, i møte med dere.

Det står nemlig i programmet at jeg ikke bare er her som meg. Jeg skal i tillegg fylle rollen som en av dagens «foredragsholdere».

De fleste av dere er seminar - "deltakere". Det er ganske lett. Noen av dere er seminar - "arrangører". Det kan være krevende.

Og så er det, ifølge programmet, fem av oss som er "foredragsholdere".

Det er her det "spennende" ligger for meg: Jeg skal ikke bare være meg! Jeg skal også være en "foredragsholder". På mange måter likner dette på den situasjonen dere er i til daglig. Da er det "pasientene" som ikke akkurat har meldt seg på et dags-seminar slik dere har gjort i dag, men de har meldt seg på et "behandlingsopplegg" som noen arrangerer, og der noen ikke inngår som "foredragsholdere" (som jeg gjør her i dag) men inngår som "behandlere". Scenen er satt. Rollene er delt ut. Og dramaet utspiller seg i møtet mellom behandler og pasient: Hvordan kommer dette til å gå?

Og siden ingen av oss kommer fra samme "sted" i tilværelsen - det være seg familie, geografisk og kulturelt "sted" eller fagbakgrunn, studier, arbeidserfaring osv. - og ingen av oss har samme kropp med samme legninger, potensialer, evner, muligheter og eventuelle sykdommer, så er det altså ingen av oss som oppfatter det vi kaller "virkeligheten", helt likt.

Og ingen av oss ser den andre slik som den andre ser seg selv.

Derfor kan filosofen Lévinas (1906-1995) kan si at "jeg er meg og mitt bilde av meg". På samme måten som jeg samtidig både *er* kroppen min, så er jeg også han som *har* kroppen min. Og på godt og vondt må jeg leve med han som står her foran dere, og jeg må leve ikke bare med det bilde jeg har av meg selv, men også med det dere har av meg.

Når det er vårt eget bilde av oss selv vi snakker om, kaller vi det "selvbilde". Det kan være godt eller dårlig. Og når det er bildet vårt av andre vi snakker om, kaller vi det en "fordom", dvs. et forutinntatt standpunkt til hvem vi mener å vite at den andre er. Disse bildene kan være fordelaktige eller u-fordelaktige for den andre.

Bildene våre, forestillingene våre om oss selv og om hverandre gjør noe med oss.

Uunngåelig tolker vi det, eller den, vi står overfor. Vi danner oss bilder. Og vi ser bare det vi har syn for. Det vi gjennom læring av ord og begreper har lært å se, altså å fortolke. Akkurat

som du ikke har kunnet unngå der du sitter, å danne deg et bilde av meg og sammenlikne det med ditt bilde av hvordan en "foredragsholder" skal være, dvs. du sitter med en forforståelse, en forventning til meg om hva du synes jeg burde si og gjøre eller ikke gjøre.

På samme måten preges møtet mellom pasient og behandler av den enkeltes forforståelse av hva det *for meg som pasient* vil si at jeg skal si og gjøre i rollen som pasient. Og tilsvarende hva det *for meg som behandler* vil si at jeg forventer av meg selv at jeg skal si og gjøre. Og vi begge har tilsvarende forventninger til hvordan samhandlingen mellom oss skal foregå. Kommunikasjon mellom to mennesker er alltid fundamentalt avhengig av en *dyp felles og gjensidig forståelse av hvem den andre er og hvem jeg selv er*. Og det er her det vanskelige ofte oppstår: Hvordan klarer partene å utvikle en slik felles, gjensidig forståelse. Og dette gjelder ikke spesielt i forhold til være nye landsmenn som ikke har norsk som morsmål. Det gjelder oss alle når vi møtes og det forventes at vi skal samhandle.

Som helsepersonell kan det være at jeg bare ser "pasienter". Ikke den enkelte personen som har denne eller denne sykdommen, smerten eller lidelsen. Jeg ser bare det menneske jeg står overfor som en "sånn en": Et eksemplar av en kategori mennesker f.eks. "kreftpasienter".

Det er kanskje ikke sånn du tenker på til daglig, men vi møter ikke Mona Lisa i bildet av henne.

Jeg møter ikke deg i bildet jeg kan danne meg av deg på avstand fra deg, slik jeg ser deg tolket ut ifra mine forestillinger om deg her jeg står nå.

Bildene vi danner oss av hverandre gjør oss til tilskuere til hverandre. Til observatører. Og disse bildene - disse forestillingen vi har om hverandre, om livet og verden som sådan - handler vi i neste omgang ut ifra som om de er sanne. Vi ser bare det vi har syn for!

Selektiv kognisjon kalles det:

Vi velger vekk det som ikke passer med det vi mener er sant. "Jeg tror det ikke før jeg ser det!" sier noen. Riktigere sagt er det nok at: "Jeg ser det ikke før jeg tror det!"

Derfor blir det så viktig hvor jeg kommer fra. Hvilken "virkelighet" lærte jeg å se der.

Hvilke ord og begreper setter jeg på det jeg med sansene mine tar inn og gir mening i *min* verden? Språket vårt er redskapet vi bruker til å organisere våre tanker om verden.

Ut ifra henvisninger, epikriser, "morgenmøter" eller "rapporter" kan vi som til daglig arbeider med mennesker, stå i fare for å møte den vi er der for som "en sånn en". Som om vi tror vi vet hvem den andre er, ut ifra møter vi har hatt med andre, som vi mener han eller hun likner på.

Om vi ser et annet menneske bare som et særtilfelle av noe allment, går vi glipp av den unike personen vi står overfor. Den andre viser seg alltid umulig å tilpasse til noen kategori. *Hvem* noen er eller har vært, "kan vi bare få rede på ved å lytte til historien der vedkommende selv er helten, altså gjennom hans eller hennes biografi." (Arendt, 1996. s.190).

Den andre er alltid en annen enn meg: En fremmed.

Et ansvarlig og handlende subjekt i *sin* verden. Men *hvilken* verden den andre lever i, vet vi ikke før vedkommende har tatt oss med *inn* i sin verden.

Hvilken familiekultur vokste jeg opp i? Hvilken lokalkultur lærte jeg å kjenne som "min verden"? Hvilket fagmiljø med sitt egenartede språk og virkelighetsoppfattelse tok jeg

utdannelsen min innenfor? Og hva slags fagmiljø og kollegaer er det jeg samarbeider med der jeg jobber i dag? Og hvilke ord og begreper bruker vi *om* pasientene våre og *om* det vi driver med?

Filosofen Ricoeur (1913-2005) sier at som mennesker er vi avhengige av å fortelle våre liv. Vi gjør livene våre om til fortellinger. Og fortellingene våre om livet, blir livet vårt.

Det er godt å bli sett og forstått. Det skjer når jeg kjenner meg igjen i det den andre ser og forstår meg som. Det er derfor det både er spennende og skremmende å møte et annet menneske. For i det møtet kan jeg og den andre "åpenbare" oss for hverandre på måter vi ikke selv var klar over.

Vi kan vise oss for hverandre som "virkeligheter" den andre ikke hadde tilgang til før vi møttes og lukket hverandre inn i hverandres verdener.

Men det er ikke bare for *hverandre* vi åpenbarer oss om vi virkelig våger å møtes. Samtidig åpenbares vi for *oss selv*. Ja, jeg må vedstå meg at det er meg som står her foran dere og sier det jeg nå sier, og som "avslører"- kall det gjerne: "åpenbarer" meg for dere så vel som for meg selv. Jeg må leve med den jeg har vist meg som i møte med deg her i dag, etter at vi går fra hverandre.

Det blir alltid en "rest" igjen etter ethvert møte mellom mennesker: "Det var en god samtale!" Eller: "Det var en håpløs lege!" Eller: "Jeg blir helt matt av sånne pasienter!"

Det er ikke nødvendigvis det du sier, eller det du gjør som jeg husker fra møtet med deg. Men det er hvordan du fikk meg til å føle meg - i møte med deg, som jeg kommer til å huske.

Snakket du *med* meg på en sånn måte at jeg opplevde meg sett og forstått.

Eller snakket du *til* meg på en sånn måte at jeg følte meg ydmyket, at du snakket til meg som om jeg var et barn, eller som om jeg var helt dum.

Eller kanskje snakket du *om* meg som om jeg ikke var til stede i rommet, men bare var en representant for noe allment, et *eksempel* av *noe* tilhørende en *kategori* mennesker som du så fortalte om, uten å se eller forholde deg til meg som den unike personen du ikke har møtt før.

----- PAUSE ----- (10 minutter)

Her er vi samlet bortimot 120 mennesker. Noen av dere har kanskje hatt nattevakter eller strevsomme dager bak dere. Mange av dere er ikke vant med å sitte stille og lytte en hel dag. Til dere har jeg lyst til å si: "Slapp av!" Om du kjenner at det er vanskelig å holde deg våken, så bare sov. Det er sikkert lurt. Vi skal vekke deg om du snorker, og i alle fall før vi går.

Jeg mener det! Og jeg sier det faktisk for å understreke at det *ikke* er *ditt* ansvar å holde deg våken.

Når jeg sovner under en forelesning, eller i kirken, så er det bare de gangene forelesningen eller prekenen ikke klarer å engasjere meg. Jeg blir ikke grepet. Det angår ikke meg og mitt liv, det den andre sier!

Og på den andre siden: Om jeg er aldri så trøtt, når noe blir viktig nok for meg, engasjeres jeg. Da utløses adrenalin og dopamin i kroppen min slik at jeg ikke merker tid og sted. Da kan jeg være i den såkalte "flytsonen" kjenner ikke sult eller trøtthet. Totalt til stede. /

opplevelsen. Alt *rundt* meg og *i* meg går opp i et større hele. Det er en orgastisk opplevelse. Jeg hengir meg i situasjonen uten en tanke: Ingen baktanke, Ingen tvil. Ingen ambivalens. Jeg sanser og kjenner en oppriktig glede over det jeg sanser.

Som når jeg ligger på et varmt svaberg og kjenner solen varme.

Som når jeg tar meg et varmt bad.

Leser en spennende bok som jeg ikke klarer å legge fra meg.

Er sammen med gode venner og "glemmer helt klokka".

Denne "naive og ureflekterte bevisstheten er nettopp det originale ved nytelsen." (Levinas:

Totalitet og Uendelighet (1996) s. 134).

Da opplever jeg at den klode som bærer meg, er nok for meg. Den bærer meg uten at jeg bekymrer meg om hva som bærer den. Jeg er tilfreds med denne lille delen av verden jeg befinner meg i, mitt daglige univers, denne lille byen, denne gaten jeg bor i, den horisonten jeg lever under. Jeg begrunner dem ikke i noen enda større systemer. De er rett og slett mitt grunnlag. jeg tar imot dem uten å tenke over dem. Jeg nyter tingenes verden, akkurat som jeg nyter elementene: Ren luft: Jeg puster uten å tenke over det; Friskt vann. Jeg drikker og nyter det uten å tenke over det; Lyset; Solen; Varmen og Regnet. Elementene jeg tar imot uten å tenke over dem.

Dette er livet, i betydningen av å nyte livet. Når jeg *står* i den verden jeg befinner meg i som noe absolutt, i sin ubegripelige alder - den verden som har vært der før meg, og som kommer til å være der etter meg - ja, da kan jeg fullende meg selv som den jeg *er*, ved å hengi meg til øyeblikket i tillit til at verden er der for-meg og jeg skal bare svare på de utfordringene verden stiller meg overfor, ved å være meg selv. På denne måten blir jeg hele tiden subjektet i mitt eget liv. Jeg lever uten angst. For som Fritz Perls har understreket, så er angst å ikke være der du er.

Svarene mine på det jeg stilles overfor i hverdagens mange situasjoner, avslører - i betydningen åpenbarer, synliggjør - hvem jeg er.

Jeg blir ansvarlig for mine svar. An-svar som i betydningen til-svar. Svarer mine svar til forventningene jeg møtes med? Er de adekvate? Både som menneske og som profesjonsutøver har hver av oss *en plass i tilværelsen* som er *vår* på en enestående måte. Det *unike* ved plassen jeg har i tilværelsen, er i den dypeste forstand av ordet, *min mulighet til å svare*. Og på akkurat den plassen, på akkurat det tidspunktet i historien, er det *bare meg* verden henvender seg til, siden det bare er meg som befinner meg der da. Slik er det i vår praksis til daglig. Slik er det akkurat her og nå for meg, her jeg står alene foran dere, som jeg antar forventer noe av meg. Jeg står på spill i møte med dere. Slik du står på spill hver dag i møte med brukerne av tjenestene dine, og i møte med kollegaene og samarbeidspartnerne dine.

Et eksempel: Personalet på en akuttpsykiatrisk avdeling blir stadig tilkalt for å hjelpe en annen avdeling på sykehuset fordi personalet der ofte ikke klarer å roe ned en spesielt utagerende pasient. Så finner det sted et stort samarbeidsmøte rundt denne pasienten med overleger, administrasjonen, ansvarlige fra førstelinjetjeneste og jurist er til stede. Primærkontakten, psykiatrisk sykepleier, fra akuttavdelingen som kjenner pasienten over en 10-årsperiode med stadige innleggelser, sier at de har hatt vedkommende innlagt x-antall ganger dette året, og at de følger et fast opplegg som er sånn og sånn, og "vi unngår beltelegging når vi snakker til ham som voksne snakker til en 12-åring, fordi det er på det funksjonsnivået han er rent kognitivt." Så svarer en

av lederne fra den avdelingen som stadig ber om hjelp, og som de x-antall-ganger-pasienten er på den avdelingen, har et høyt antall beltelegninger: " Vi tenker helt annerledes nede hos oss. Vi mener han trenger å bli møtt med konsekvenser. Og dessuten så har vi ikke mulighet til å sitte en time å dikke med ham slik som dere gjør på akuttposten!"

Der og da klarte representanten fra akuttavdelingen å holde seg, som den profesjonelle hun er. Men på møtet hun ba om umiddelbart etterpå, med seksjonslederen og den som hadde sagt dette, tok hun bladet fra munnen og sa at dette var "noe av det sjofleste" hun hadde opplevd. "Og jeg kjenner at jeg er ikke ferdig med det enda!" sa hun da hun tok det opp i veiledning en god tid etterpå. "Jeg følte meg sveket". "Dolket i ryggen" var uttrykk hun brukte om denne hendelsen. "Jeg følte hun latterliggjorde hele avdelingen vår foran ledelsen og eksterne samarbeidspartnere." Og i "ettertid orker jeg nesten ikke å være på møter hvis jeg må være i samme rom som `den dama!`"

Vi forteller historier fordi livene våre "trenger og fortjener å bli fortalt," understreker filosofen Paul Ricoeur (1913-2005) . Det gjelder fremfor alt de beseirede og tapernes historier, sier han, og viser til hvordan "hele lidelsens historie roper på hevn og krever fortelling." (Time and Narrative Vol. I, 1984, s 75 [min oversettelse]). Det er mange profesjonelle hjelpere som kjenner seg som "beseirede" og som "tapere" i møte med ikke bare brukerne av tjenestene sine, men også i møte med kollegaer og ledelsen der de jobber. Derfor er veiledningsgrupper så viktige for oss som jobber med mennesker som lider, og på ulike måter sliter med livene sine. Der kan vi fortelle. Og gjennom at situasjonene og handlingene vi forteller om blir identifisert gjennom å bli satt ord på, så kan det som opplevdes og fortelles om som en krenkelse, "et svik" og en "dolking i ryggen" forvandles gjennom veilednings-samtalen til en fortelling om hvordan en selv klarte å forholde seg profesjonelt i møte med en som avslørte seg både som illojal, uprofesjonell og respektløs. Og ulike handlingsalternativer for hva en vil gjøre videre nå, og eventuelt hva lærte jeg av dette?

Filosofen Hannah Arendt (1906-1975) beskriver hvordan vi som mennesker gjennom handling og tale viser hvem vi er." Det er når vi liksom trer inn på verdens scene som aktive aktører at det unike ved vårt personlige vesen blir synlig. "*Hva*" man er, dvs. alder, kjønn, egenskaper vi besitter, begavelsene, talentene og defektene vi har, står det oss for så vidt fritt å vise eller å skjule. Men "*hvem*" man er, ligger utenfor vår kontroll, fordi det uvilkaarlig åpenbarer seg i alt vi sier eller gjør. (Arendt, Vita Activa (1996) s. 181).

I møtet jeg refererte fra, avslørte lederen, fra den andre avdelingen, sin og sin avdelings forståelse av pasienten; avslørte sin manglende respekt for akuttavdelingens faglighet; avslørte sin manglende lojalitet overfor kollegaen og institusjonen de tilhørte i møte med eksterne samarbeidspartnere; og hun avslørte i sum sin manglende profesjonalitet ved å ikke vurdere tiden, stedet og formen hun gir uttrykk for disse meningene sine.

Det er i mellomrommet mellom deg og meg - mellom deg og de du står overfor i hverdagen - at du blir til. I møte med det andre mennesket er det at det kommer til syne hvem du er. Og det er altså faktisk utenfor din kontroll, fordi det uunngåelig åpenbarer seg i alt du sier og gjør.

Ikke bare er det utenfor min kontroll dette "hvem", som jeg viser meg som så entydig og umiskjennelig for omverdenen. "Hvem" jeg viser meg som, forblir i tillegg alltid skjult for nettopp meg selv.

Hvem du er, er bare synlig for dem som møter deg, aldri for deg selv. Det er derfor det oppleves som en risiko å stå "frem", "ta ordet" og bli synlig for de andre som er til stede. Bare den som er i stand til å leve videre med å ha gitt slipp på den opprinnelige skjultheten, eller fremmedheten sin, er i stand til det. (Arendt. *ibid* s. 181f).

Det er derfor vi ofte hører varianter av: "Så modig du er som turte å gjøre det!" Eller : "Så flott at du sa ifra!" Slike kommentarer kommer da oftest fra personer som selv ikke har hatt mot til å "entre scenen" og bli synlige for de tilstedeværende.

Så hvis du vil vite hvem du er, så må du la den som møter deg i ordene dine og i handlingene dine få fortelle deg det! For det er bare de som vet det.

Ja, jeg er subjektet i mitt eget liv. Og: Ja, det betyr at alt jeg sier og gjør viser hvem jeg er. Jeg blir en synlig aktør, og dermed ansvarlig: Jeg kan ikke bortforklare at det er jeg som sier og gjør det, som jeg sier og gjør. Bare jeg gir verden akkurat *det* svaret fra *det* stedet som bare *jeg* befinner meg på i *det* historiske øyeblikket.

I tillegg viser det seg at det er ikke det du sa eller gjorde, som blir det avgjørende når det i ettertid fortelles om. Det viktigste er hvordan du fikk meg til å føle! Jfr. hun som følte seg "dolket i ryggen", "sveket" av det kollegaen sa som var "noe av det sjofleste" hun hadde opplevd.

Hvis du som min behandler snakker til meg som om jeg er dum, ja, da kan du si og gjøre hva du vil uten at det betyr noe særlig for meg. Jeg hører ikke etter. Fortellingen etterpå om møtet med deg, vil handle om: "at det går an å oppføre seg sånn!" eller noe lignende. Det egentlige resultatet av det vi sier og gjør er altså ikke realiseringen av det vi hadde som mål og hensikt med det vi sa og gjorde.

Nei, det alt-overskyggende-resultatet det er historiene. Det som blir igjen i verden av våre handlinger, er ikke de impulsene, det som motiverte oss, det som satte oss i bevegelse til å gjøre eller si det vi gjorde. Det er ikke våre gode hensikter eller faglige overbevisninger, min "flinkhet" eller at jeg er så "pliktoppfyllende" som vil bli husket.

Nei, det som pasientene våre, vennene våre, kollegaene våre, samlivspartneren vår, barna våre sitter igjen med, er ikke det vi gjorde og sa. Det er historiene som vi har gitt opphav til, som de sitter igjen med. (Arendt, s. 186).

Jeg arbeider som kliniker. Driver min egen praksis som familieterapeut. Jeg kan når som helst risikere at en klient forteller en i mine øyne "helt vill" historie om meg på forsiden av VG. Da ligger min trygghet eller min forsikring i møte med noe sånt i, at jeg vet at andre som har brukt meg som terapeut, har en annen historie å fortelle.

Jeg bodde og arbeidet en tid et sted der jeg handlet i samme dagligvare butikk som en av klientene mine. En dag står jeg og tar ut en makrell i tomat boks fra hyllen, og hvem andre enn denne klienten står og stirrer på meg gjennom hyllen fra motsatt

side der han var i ferd med å ta ut noe han skulle ha. Og hvis blikk kunne drepe, så hadde jeg blitt drept der og da. For dette var en mann som i klartekst - og ganske høylydt - hadde fortalt meg at han ene og alene var blitt skilt p.g.a. at han og kona hadde gått i par samtaler hos meg. Hans fortelling hadde ingenting med om at han blant annet hadde rasert leiligheten deres med øks og skremt vettet av kona og barna!

Ikke bare avslører vi hvem vi er, i det vi sier, men vi snakker også ting sant for oss selv. F.eks. finnes ingen "problemer" som noe objektivt der "ute". "Problemet" finnes bare for den som sier at noe er et problem, og for dem som sier seg enige i det.

"Problemer" er altså et perspektiv som noen anlegger på noe, og det eksisterer bare så lenge den eller de som har "problemet", snakker om det som et problem. Det er derfor det er så skadelig med "KMM" - Kos Med Misnøye - på en arbeidsplass. Vi kan nemlig snakke arbeidsplassen vår ned til å bli det "elendige arbeidsmiljøet" som vi snakker som om det faktisk allerede er, og med en "ledelse som ikke har peiling på hva vi driver med", som jeg hører folk si noen steder. Språkfilosofisk er det nemlig en sannhet at det som ikke virkeliggjøres i kommunikasjon, det finnes ennå ikke. Først gjennom kommunikasjon får noe fast grunn å bygge på. Derfor heter det at sannheten begynner først der to er sammen. Levde liv og fortalte liv er nemlig nært forbundet med og avhengig av hverandre. (Zygmunt Bauman. Det individualiserade samhället 2002, s16). Det vi forteller om og som vi i fortellingen forutsetter som sant, har en tendens til å bli sant.

Hver dag henvender mennesker seg til oss med forventninger om at vi skal bidra til at deres liv blir gode liv. I møte med pasientene dine står din identitet som behandler, miljøterapeut, pleier på spill. som yrkesutøver står min yrkesidentitet på spill i møte med den jeg yter tjenester til. I møte med mine barn, står min identitet som pappa på spill. I møte med kjæresten min, står min identitet som kjæreste på spill.

Jeg står som menneske altså ikke bare i forhold til meg selv. Jeg står i prinsippet i forhold til verden som sådan. Men dette forholdet er ikke bestemt fra naturens side som noe som faktisk foreligger. Det presenterer seg på nytt og på nytt. Og "vi ikke bare *kan*, men vi *må* velge vårt forhold, vår holdning til tilværelsen," (Skjervheim, 2002/2005 s 97 f). Vi kommer ikke unna at enhver av oss er ansvarlige subjekter i vår egen hverdag fordi vi ikke kan unngå å forholde oss til det hverdagen møter oss med.

Hva slags holdning skal jeg så innta til det som møter meg? Hva er rette handlinger og riktig væremåte i møte med den jeg som profesjonsutøver yter tjenester til, eller som jeg må forholde meg til som kollega eller sjef? I arbeidssituasjonen blir refleksjonen vi hele tiden bevisst eller ubevisst gjør i hverdagen forøvrig, til en *profesjonsetisk refleksjon*. Hva er riktig faglig, å si og å gjøre?

Det er denne "*ene-stående-heten*", denne *atskillelsen fra den andre* som er *etikkenes forutsetning*. Hvis vi ikke var atskilt fra hverandre, ville det ikke eksistert etiske problem. Det er et paradoks dette at vi blir til i møte med den andre, samtidig som vi kjenner oss så alene-stående overfor verden fordi det bare er jeg som kan stå ansvarlig for mitt svar på den situasjonen jeg står overfor.

Samtidig er det nettopp forskjelligheten mellom oss som er viktig! Som behandler fremstår jeg i møte med den som oppsøker behandlingen jeg representerer.. Legen fremstår i møte med pasienten. Professoren i møte med studenten. Vi både blir til, og vi opprettholdes som den vi har blitt, i møte med hverandre. *Profesjonell identitet, akkurat som personlig identitet, er altså noe som kontinuerlig skapes og vedlikeholdes i samhandling med andre.* Derfor blir vi i møte med hverandre samtidig også uunngåelig hverandres skjebne. *Uten deg finnes ikke jeg,* som filosofen Martin Buber (1878-1965) uttrykker det. For ”Alt virkelig liv er møte.” (Jeg og Du, 1923/2003, s 10). og som etikeren Løgstrup (1905-1981) formulerer det, så:

kan vi i møte med hverandre ikke unngå å bli hverandres skjebne. Ut ifra dette springer den etiske fordring om at vi bestreber oss på å handle uselvisk ut ifra hva den andre er best tjent med.

Ivaretagelsen av” et andens liv betyr aldri å endre det andre menneske eller å overta dets ansvar. Ivaretagelsen av den andres liv bør skje på den måte, som den andre er best tjent med. (Løgstrup: Den Etske Fordring. 1995, s. 3)

Og hva er så den andre best tjent med?

Det fortelles mange steder i Det Nye Testamentet om Jesus at når han *så* deres tro, eller han *så* deres sorg, så kunne han ikke annet enn å bli *grevet av det han så*. Og da *måtte* han handle.

Tro er alltid *synlig* når vi ser en som tror. Den *faglig dyktige* hjelper *viser seg* i sin praksis. Akkurat som *kjærlighet* alltid er *handlende*, en aktivitet som tar utgangspunkt i den andres, den elskedes, behov, - det være seg: å møte den andres lyst, så vel som smerte.

Vi kan alltid *se* - sanse - om den andre er tilstede, tilgjengelig, genuint opptatt av oss. Og hvis kjæresten din eller en som kjenner deg godt sitter ved siden av deg der du sitter nå, så kjenner han/hun kroppsspråket ditt så godt at hun/han vet om du trives eller ikke, akkurat nå. Om du virkelig er til stede her.

Jeg har lyst til å fortelle dere noe som skjedde meg mens jeg bodde i Atlanta, Georgia, et par år. Jeg hadde en stipendiatstilling på et hospice der. Og en kveld da jeg kom ganske slitent hjem, hadde kona mi kjøpt billett til en John Denver konsert samme kvelden til meg. Helt overraskende.

Hun kjørte meg til amfien der konserten skulle holdes, og jeg fant min plass alene blant de 17 000 i konserthallen. Kjempekveld!

Noen år tidligere hadde jeg jobbet 3 måneder oppi fjellene, i Rocky Mountains i Colorado, sammen med en som var John Denver fan, og som spilte og sang hans sanger ved leirbålet en hel sommer. John Denver bodde faktisk like ved der vi holdt til. Så jeg forbant altså John Denver med noen av de flotteste naturopplevelser og andre gode minner jeg hadde.

– Så der satt jeg da, 6 år senere, på konsert, en helt vanlig hverdagskveld down town Atlanta. Sliten, men glad. Hadde mer en nok med meg selv, og med John Denver.

Opplevde kvelden til dels så intens at jeg til og med sang med når han inviterte publikum med på refreng og sånn. Det æ'kke meg å gjøre det vanligvis. Men denne kvelden grep musikken og sangen meg på en helt spesiell måte.

Jeg la så vidt merke til familien til venstre for meg. Mor, far og en gutt på ca. 10år. Faren så ut som en blanding av en slags distré professor og den stiveste meterologen NRK noen gang har sluppet til i Dagsrevyens værmelding. Gutten så ut som Betoven i en utgave på 10 år. Og moren så ut som hun var tvunget med på det hele. Kanskje hadde de vunnet bilettene, og ikke orket å la være å bruke dem siden de var så dyre. Eller kanskje hadde noen velmenende slektninger spleiset på billetter til dem, fordi de mente det ville være godt for denne familien å oppleve noe sammen. Om de i det hele tatt sa noe til hverandre de 2-3timene konserten varte, merket i hvert fall ikke jeg det. Til høyre for meg satt 3-4 venninner i 30- 40-årene. De var helt med, og av og til kunne det virke som de hadde slått sammen å være på symøte og konsert samtidig.

Men ingen av disse menneskene affiserte meg. Det var nesten som om John Denver sang for meg alene. Kunne nesten oppleve det som at blant alle de 17 000 der, så var det bare oss to!

Da konserten var slutt, og rekkene tømte seg ut til trappene som tok oss opp til utgangsdører øverst i amfiet, så registrerte jeg at når jeg prøvde å gå forbi henne som gikk foran meg i trappen, så gikk hun til den siden jeg prøvde å passere henne på. Og når jeg prøvde på den andre siden liksom, av henne, skjena hun liksom over der også, så jeg slapp ikke forbi. Da vi kom opp på flatt gulv på vei ut dørene, snur denne damen seg helt brått. Tar meg rundt halsen og kysser meg skikkelig på munnen. Reservert som jeg er, i hvert fall for ukjente damer som muligens prøver å plukke meg opp på byen, liksom, trekker jeg meg. Da ler hun utrolig avvæpnende, og sier: "Slapp av! Jeg måtte bare få takket deg. Du gjorde denne konserten for meg." – Jeg så vel ut som et spørsmålstegn der jeg sto og halvmåpte, for jeg hadde jo ikke sett dama før. Derfor la hun forklarende til: "Jeg satt ved siden av deg, og du hadde de mest utrolige vibrasjoner jeg noen gang har opplevd. Måtte bare takke deg for en utrolig kveld. Thank you!" – og så var hun borte.

Uhm... tenkte jeg. Var liksom ikke veldig opptatt av såkalte vibrasjoner som jeg eventuelt sendte ut, så jeg plasserte hendelsen i kategorien for litt ut-freaka damer. Inntil jeg satt og skrev det jeg nettopp nå sa om at livet er noe en kjenner. En sitring, når det er på det mest intense.

Ja, *livet* er faktisk *noe vi kjenner* som det *levende i muskelpanseret* vårt: Den rene kraften som nærmest er til å ta og føle på. Som når *kvinnen* så si samler hele livskraften sin, bruker hele sin eksistens, nærmest, i den endelige kraftanstrengelsen som presser barnet ut av morslivet; Eller når alt settes inn av *rå maskulin styrke* for å løfte bilen så hjulet kommer opp av gjørma som bilen har kjørt seg fast i. For ikke å snakke om den vibrerende livskraften i øyeblikket før *de elskende* gir seg hen til hverandre i orgasmen.

Det sitrende livet. Livet som ren kraft som er til å ta og føle på. Utrolig vakkert! Et mysterium i seg selv.

Hun som satt ved siden av meg på John Denver konserten den gangen på 80-tallet i Atlanta, hun opplevde ett av *de fylte øyeblikkene* i mitt liv; de øyeblikk da jeg sitrer av spenning, eller av lyst, eller av glede. De fylte øyeblikkene der vi kjenner at vi ikke *bare* lever, - men vi *har ikke noe valg*: Vi er ikke bare med på noe som skjer. Vi er faktisk i det! – Og ikke bare i det, - men vi er det som skjer.

Det er som vi der og da opplever at det *ikke er vi* som lever livet, men det er *Livet som lever oss*. – Livet lever seg ut *gjennom oss*!

Ta gleden, for eksempel, den er der når vi opplever den. Vi kan ikke si:” Nå vil jeg være glad,” og så bli vi det. Nei, *å være glad* er å være fylt i øyeblikket av glede.

Det er derfor glede *ikke* er et sanseinntrykk. Det referer ikke til noe utenfor oss. Gleden er i en viss forstand ikke-kommuniserbar. Den representerer en følelse forårsaket av sanseinntrykk som overskrider grensen for hva vi naturlig er disponert for. Gleden virker intensiverende og uunngåelig erindringsaktiverende. Den får meg til å tenke på andre ganger jeg har hatt det slik, eller tvert imot *ikke* hatt det slik.

Akkurat som smertefølelsen og lystfølelsen, lar gleden seg ikke beskrive, selv om den har sine helt klare personale uttrykk.

Det er derfor den mest radikale forandringen *ikke* skjer når jeg prøver å bli *noe annet* enn det jeg er, men når jeg våger å fremstå som det jeg *faktisk* er.

Derfor arbeider vi for at pasientene våre skal kunne leve med sin virkelige situasjon; Likesom vi arbeider for at sørgende skal få gitt sorgen rom i sine liv;

Og i veiledningsgrupper arbeider vi for at den profesjonelle hjelperen skal kunne forholde seg aktivt til det spekter av følelser og livserfaringer han eller hun får del i, eller som vekkes opp i den enkelte, som følge av arbeidet de står i.

Dette gjør vi fordi livet leves alltid her og nå, og det jeg opplever, tenker, føler som respons på virkeligheten *i* meg og *rundt* meg, kan jeg ikke noe for at jeg tenker eller føler.

Det er bare meg.

Jeg kaller det «*de fylte øyeblikkene*», når jeg *kjenner* at jeg *lever* fullt og helt som meg.

Tilsvarende kjenner vi ofte *mangel på liv*. Jeg vet ikke om du har tenkt på det. Men når vi sier vi er slitne og trøtte, så er det, dét, det handler om: Nettopp det at *for* mange øyeblikk er tomme.

Vi har gått tom på fylte øyeblikk.

De fylte øyeblikkene da jeg sitret av livskraft, av spenning, lyst, glede, håp og forventning, er borte. Jeg kjenner meg helt død. Orker ikke mer. Totalt tappet.

– Jeg vet ikke hvilke ord du bruker inni deg, når du forteller deg selv hvor sliten du er

"Jeg føler meg så tom!" Noe tror at *følelser* er noe vi *har* som mennesker? Noe som motiverer oss til handling, akkurat som en kraft som driver oss frem. Hvis du tenker sånn, vil jeg utfordre deg til å oppdage at følelser *ikke* er noe vi *har*. Tvert om er de *adferdsmønstre*. Reaksjoner. Som et hvert adferdsmønster *gjør* vi *følelsene* våre. De er noe vi *deltar i*, faktisk, - mye på samme måten som om vi opptrådte på en scene ifølge et manuskript.

Derfor blir det så avgjørende for min opplevelse av å lykkes med livet mitt at omgivelsene mine *aktivt tar imot følelsesuttrykkene mine*. Dvs. at min presentasjon av meg selv oppleves troverdig av dem jeg er sammen med, de jeg lever meg ut overfor.

Det er viktig for oss at våre omgivelser, liksom publikum i en teatersal, *blir grepet, og* "svinger med" som resonans, i det som skjer på "scenen": altså idet jeg fremfører meg selv. At "publikum" er helt med, er uttrykk for at de verdsetter og tar imot fremføringen, ikke sant? Tas jeg ikke på alvor i mitt følelsesuttrykk, kjenner jeg meg krenket.

Jfr. hun jeg fortalte om fra Intensiv i Kristiansand som ble møtt med et: "Hvis det er så ille der, så kan du jo bare ta en annen jobb!" Men dette gjelder oss som arbeidstakere i forhold til lederne våre, så vel som pasienter og klienter i forhold til hver enkelt av oss som profesjonelle hjelpere. Tas jeg ikke på alvor, kjenner jeg meg krenket.

Omsorgssviktede barn, utbrente hjelpere, eller ulykkelige ektefeller har det tilfelles at de har blitt krenket på denne måten. De har ikke blitt sett eller hørt, på en slik måte som barn eller kjærester trenger å bli sett eller hørt på: De har ikke blitt møtt med applaus, for å bli i bilde fra teateret.

Omsorgssviktede barn opplever ikke at de voksne blir "grepet" av det de formidler, slik at de får det de trenger fra de voksne. Omsorgssvikt er rett og slett feil respons på barnets følelsesuttrykk, på dets adferd. Når hjem, samfunn og især skole kommer i negativt samspill med barn og ungdom med store problemer, så er en måte å forstå dette på at det blir en forsterking av problemene idet verken foreldre, offentlige hjelpeapparat eller lærerne makter å gi disse barna slike svar på deres adferd, som er i stand til å vinne deres tillit, oppveie de skuffelsene disse barna har opplevd tidligere i livet sitt. Noen livserfaringer har blitt så skremmende for enkelte, at *de er som brent inn* i en, og sitter der som utløsere av automatiske beskyttelsestiltak når jeg er i nærheten av situasjoner der lignende kan skje.

Når våre forestillinger om oss selv og verden rundt oss fryser fast, og hverdagene blir så fulle av gjentakelser at dagen oppleves så trang at jeg kjører hodet i veggen hvor jeg enn snur meg, da har livet blitt en tvangstrøye. Det har blitt til "det lukkede liv." Det liv som leves som under "forhekselsen av forstanden" vår idet vi, som Wittgenstein formulerte det, holdes "fanget av et bilde», av en forestilling om hvordan alt er. Dette bilde gjentas for oss i fortellingene vi og andre forteller om oss selv, om igjen og om igjen." Ja, for det er så typisk Larvik kommune.!" Eller: "Det er så typisk Ledelsen. De skjærer ned på stillinger, og sier samtidig at det ikke skal gå utover kvaliteten på behandlingen av pasientene. De aner ikke hva vi driver med! ..."

Slike fortellinger er livs ødeleggende for den som forteller dem og tror på dem. De ender uunngåelig opp med å føle seg sviktet, og dermed redusert til ofre som uunngåelig mister lyst til å delta i "systemet". Arbeidslysten og dermed livsgleden på jobben blir borte. Dette er helt parallelt til alle de par jeg som terapeut har hatt på kontoret mitt, der sexlysten har

blitt borte hos den som opplever seg *ikke* sett, og *ikke* forstått, dvs. kjent seg tatt på alvor av partneren sin. Arbeidslysten og gleden over jobben min, blir borte om jeg kjenner meg som et offer, og ikke som et ansvarlig subjekt på jobben min.

Bare et møte med et annet menneske, med en annen virkelighet, kan løfte meg utover rammene, murene og begrensningene mitt bilde av virkeligheten holder meg fast innenfor, om jeg opplever å ha det sånn. Da trenger jeg deg – en annen enn meg selv - for å kunne bli noe annet enn det jeg allerede opplever å være, og som jeg lider under.

Der ingen forventninger lenger er til livet, eller til arbeidslivet, der leves det heller ikke. Der er drømmene, eller idealene, frosset i hjel. Der er tro på livet, på arbeidet, håp og forventninger til fremtiden drept.

Ingen illusjoner engang, å klamre seg til.

Så hva *er* det egentlig å leve som et ansvarlig subjekt i eget liv?

Som *menneske lever jeg når jeg gjennomlever situasjoner og handler i dem som subjekt i mitt eget liv*. Da svarer jeg aktivt, jeg handler, tar del i ansvaret for det som angår meg, mine og mitt.

Uavhengig av hvorvidt vi er aktive eller passive i forhold til situasjonene vi gjennomlever, så er livet vårt *alltid et forløp*. Når vi setter drømmer ut i livet, eller innfrir egne eller andres forventninger, *handler vi*. Vi *gjør* noe. Vi *virkeliggjør* noe. Er jeg kirurg, så skjærer jeg. Er jeg fysioterapeut, så trykker jeg. Er jeg pleier, så pleier jeg. Er jeg foreleser, så foreleser jeg.

Å **virkeliggjøre** meg selv gjennom det jeg gjør, vil si at jeg finner mine egne engasjementer, mine lojaliteter, mine helligdommer, min uutgrunnelighet og eneståendehet, min meningsfylthet. Det å virkeliggjøre, er det samme som at *jeg blir* en person, og at jeg har personliggjort min egen tilværelse. " Måtene og motivene for å gjøre det, kan være mange, men finner du først noe å binde deg fast til, noe som du ikke gir slipp på, er resultatet det samme: Virkeligheten blir til." (Nina Kari Monsen).

Som menneske setter jeg meg selv som subjekt ut i livet hver dag. Jeg *kjenner* at jeg lever. På godt og vondt.

For den som nyter å leve, er livet " godt *nok*. "

For i nytelsens fins ingen uro, ingen bekymring.

I nytelsen er jeg tilfreds med rett og slett å være. Og jeg *kjenner* at jeg lever, og jeg har ingen behov utover øyeblikket. Øyeblikket er fylt.

Tingene er gode som de er.

Vi *kjenner det* når vi gjør et godt og profesjonelt arbeid. Og vi *kjenner det* når vi møter noen som ikke er "hel ved", men bare "på lissom", som gjør de rette tingene, men ikke er til stede i dem selv.

" Angst kommer av å *ikke* være der hvor du er." Som menneske viser det seg at jeg endrer meg ikke mest radikalt ved å bli noe jeg ikke er. Den mest radikale endringen skjer når jeg blir det jeg er. Våger å stå frem som den jeg er.

Når øyeblikket går fra håp til oppfyllelse. Da merker vi intenst at vi lever.: " Der!!..." " Nå!!!"

Jeg hevder at dette er helt parallelt til når jeg som profesjonell hjelper vet hva jeg vil, hvorfor jeg vil det, og så klarer å realisere det i møte med den hjelpetrengende.

Tomhet, glede eller sorg forteller oss *hvor langt fra virkeligheten vi befinner oss*. Hvor langt vi er fra å sette oss ut i livet som den vi aktivt ønsker å være. Livet og gløden i vår egne øyne viser om vi lever og om vi er tilgjengelige, og om andre kan møte oss. (Monsen)

I møte med virkeligheten er det jeg kjenner at jeg virkelig lever. Det være seg storelgen for jegeren, drømme-onne-været for bonden, eller det dreier seg om møte med drømmemannen eller drømmekvinnen, eller det kan dreie seg om optimal utfoldelse av faglighet. Disse fylte øyeblikkene i livet da jeg må klype meg i armen for å sjekke om dette virkelig skjer meg. Det er da jeg kan lure på om det er jeg som lever livet, eller Livet som lever meg. Ganske utrolig. Jeg kjenner at jeg får være med, oppleve noe som er større enn meg. Som jeg vet ikke ville vært mulig for meg alene. Paradoksalt nok ser det ut til å være *når vi er skapende aktive i møte med livet omkring oss, at vi kjenner oss mest som oss selv*.

” Når vi er oss selv er vi skapende i samværet, vi angår de andre. Det kan bety kjærlighet eller konfrontasjoner, men *alltid* engasjementer,” sier Nina Kari Monsen.

Innen kjærlighetslivet, er *impotens* ikke et fysiologisk problem først og fremst. Det er et samlivsproblem. Det er måten vi virker på hverandre på. Slik vi helt automatisk også opplever det med impotente, ufaglige kollegaer og ledere. De er avtegnende. Og jeg utfolder meg ikke optimalt i deres nærvær.

Derfor er det ikke deg, men meg som står på spill, om du reiser deg og går av kjedsomhet. Eller om du sovner før han eller hun, du tror du elsker, får somlet seg ferdig til endelig å ville være sammen med deg. Det er ikke deg det er noe galt med, det er han eller henne som ikke er på en slik måte at han eller hun vekker deg og din lyst. Du kjenner deg ikke grepet av den andres nærvær. Det er *ingen fylte øyeblikk dere har sammen* som får det til å sitre *i* dere, og *mellom dere*. For i de øyeblikkene kjeder en seg ikke. I fylte øyeblikk sovner en ikke. Nei, i møte med deg som er så til stede hos meg, i møte med deg som er så levende i møte med naturen, så åndende av liv – *i møte med deg vitaliseres jeg*. Da lever jeg. *Og du ser at livet i deg, har vekket meg til live*. På samme måten kan pasienters og klienters tro på en annerledes fremtid, vekkes til live av fagpersoners engasjement.

Jeg var for et par år siden invitert til et symposium på Åland, med tema: ”Liv inntil Døden”. Der traff jeg Liselotte Johansson som lot meg få et dikt hun hadde skrevet. Jeg gjendiktet det på norsk, og har lyst til å lese det for dere til slutt. Det har ingen tittel:

Det er for alltid den
største sorgen,
kilden til avmakt
og angst:

Å ikke møtes. Å gå forbi.
Det er dét vi kommer til å
angre mest på,
når vi en gang ser tilbake.

Så ofte vi stoppet ved overflaten
når dyp ville rope til dyp.
Vi var så nære,
og likevel – gled øyeblikket
ut av hendene på oss.
Om vi bare hadde våget stille det spørsmålet
som brant inni oss,
om hånden hadde hørt på
hjertet og løftet seg
til et kjærtegn.

Så mye tid vi mistet,
kretsende rundt det
som ingen brydde seg om.
Om vi hadde våget den stillhet
der vårt innerste roper.
Der fingre kunne flettes
sammen.

Uutnyttede oseaner av trøst
ville sprengt alle demninger,
om vi hadde våget fortelle
historien om vårt liv.
Det som en gang var,
det som lenge sov i påvente av å bli.

Det er min største sorg.
Der fryser så mange drømmer i hjel.

At vi hastig og brennende
trykker gassen i bønn
i stedet for å: – fylte av forventning – sakne farten
og speide lengselsfullt
når en møteplass
nærmer seg.

Det er først når vi virkelig våger eller evner, å møte virkeligheten *i* oss selv, våger eller evner, å møte virkeligheten *i* den andre, og *i* omgivelsene jeg lever i, at jeg lever.
Det er ingen sak å eksistere. Det klarer vi rett og slett ikke å unngå så lenge vi puster.

Men vi kan slutte å leve lenge før vi dør. For å leve er en kunst. Kunsten å være til stede, engasjert her og nå, i det jeg *er*, og å være *den* jeg *er*. Og den jeg *er*, *blir* jeg på nytt og på nytt i møtet med den andre i disse fylte øyeblikkene hvor vi lever på sant. Da merker ikke bare jeg at jeg lever. Da merker du og andre rundt meg også at jeg lever. Da utstråler du nemlig liv! – Og det gjør noe – ikke bare med meg! – men med de rundt meg også: Det gjør godt!

Lykke til med å finne det som virkeliggjør ditt liv slik at du hver dag, som subjekt i ditt eget liv, kjenner at du virkelig lever. Da vil vi rundt deg kunne nyte møtet med deg. Ditt menneskelig nærvær og ditt profesjonelle engasjement vil da kunne kjennes av oss rundt deg.
Takk for oppmerksomheten.
