

Identitet, følelser og psykologi på Sagaøya

TEKST

Irun Dahl Elverum

PUBLISERT 1. oktober 2004



Reykholt, Island. Hjemstedet til Snorre Sturlason. Her er det reist en kirke, et museum og et forskningscenter på restene av Snorres gård.

Selv vinterstid holder vannet i Snorralaug god badetemperatur.

Foto: Halvor Tjønn/Scanpix

Sálfræðingur Auður R. Gunnarsdóttir leder for rådgivningstjenesten ved universitetet i Reykjavik. De siste tre årene av sin psykologutdannelse tok hun ved universitetet i Bergen. At tittelen *sálfræðingur* brukes i stedet for psykolog viser islendingenes evne og vilje til å verne om sitt eget språk; sál betyr sjel og *fræði* kunnskap.

I sagalitteraturen fremstår familien som en svært viktig institusjon. Blodsbandene var sterke, fornærmelser og drap måtte hevnes for at familieæren skulle holdes i hevd. At slektsbandene fortsatt er sentrale, er Landnámaboka beviset for. Islendingene kan her spore sin slekt helt tilbake til landnámstidas begynnelse. I islandske sagaer hadde kvinner en selvstendig rolle, og kunne ofte ha stor innflytelse på menneskers liv og skjebne. Og relasjonen og kommunikasjonen mellom kvinner har alltid vært sterk.

Auður refererer til nyere islandsk forskning som viser at dette fenomenet fortsatt eksisterer. Unge islandske kvinner ringer sine mødre minst én gang om dagen. Derfor snakker man om *mæðravelði* (morsvelde).

Endringen i det islandske samfunn har gått i et høyt tempo de siste årene, fra bonde- og fiskesamfunn til utvikling av byer. Av Islands 290 000 innbyggere er ca. 160 000 bosatt i Reykjavik, resten befinner seg stort sett i andre byer og tettsteder. Den raske utviklingen har spesielt gjort seg gjeldende for kvinner, både unge mødre og bestemødre, som har fått nye roller gjennom utdanning og arbeid utenfor hjemmet. Island gjennomfører fortsatt 40 timers arbeidsuke, i tillegg har ofte islendingene to jobber og inntil nylig var svangerskapspermisjonen kun tre måneder, i dag er den seks. Auður er bekymret for hvilken effekt dette kan ha på den oppvoksende slekt, og tror islendingene må begynne å rette større oppmerksomhet mot barns oppvekstvilkår og sikkerhet. Familie-identitet eksisterer fortsatt og er viktig for islendingene, sier Auður, men i overgangen til det moderne Island synes det som at storfamilien forsvant i et så forrykende tempo at få ennå har fattet det, og uten at man helt har fått tilpasset livet i byen. Storfamilien eksisterer mer som idé og identitet hos islendingene, enn en realitet, sier hun.

Tusenårig kognitiv atferdsterapi

Auður er president for Foreningen for kognitiv atferdsterapi på Island. Det har derfor vært spesielt for henne å finne eksempel på kognitiv atferdsterapi beskrevet i sagalitteraturen.

Egilssoga beretter om den barske vikingen Egil Skallagrimsons sorgreaksjon da hans yndlingssønn Bodvar druknet i ung alder under en storm. Dagen etter at Egil hadde hauglagt sønnen sin sto han ikke opp av «sengekoven», og han tok verken til seg mat eller drikke. Etter tredje dagen ble datteren hans, Torgjerd, budsendt, men det gikk enda noen døgn før hun kom ridende til farsgården. Sagaen gjengir trinn for trinn hvordan Torgjerd toner seg inn på farens stemningsleie; hun går inn i hans verden, gir aksept og forståelse for hans dødsønske: «Far, lat opp døra; eg vil at vi to skal fara same vegen». Da sa Egil: «Vel gjorde du, dotter, at du vil følgja far din; stor kjærleik har du synt mot meg. Korleis kan ein venta at eg kan leva med denne sorga?» Etter å ha ligget en stund i hver sin seng i stillhet, sier Egil: «Kva er det no, dotter, tygg du på noko?» «Eg tygg söl (salt, tørket tangart), for eg trur at da dør eg før; elles kjem eg visst til å leva for lenge. Vil du ha?» «Kvifor ikkje,» svarer han. Etter en stund roper Torgjerd og ber om drikke. Da sier Egil: «Slik går det når ein et söl; di meir ein et, di tørstare blir ein». Historien forteller at Egil tok i mot drikke og svelgde godt unna, men det skulle vise seg å være melk istedenfor vann han fikk å drikke, det ville derfor fra den stund ta lengre tid før de nådde døden. Grunnlaget var nå lagt for at Torgjerd kunne bearbeide faren til å begynne å dikte. «... det høver ikkje at Bodvar ikkje blir heidra med arvekvede, for ikkje trur eg at vi kjem til å sitja i gravølet hans». Egil hadde lite håp om at han skulle kunne dikte, «... men eg kan no alltid freista», og i den første strofen beskriver han sin depressive tilstand: «Tungt det er å tunga røra; eg orkar mest ikkje anden å draga». Egil kviknet til etter som det led fram med kvadet. Da han var ferdig leste han det opp for

husfolket sitt, han reiste seg da opp fra senga og satte seg i høysetet. Etter dette gjorde Egil gravøl på gammelt vis, han levde lenge og ble en gammel mann. Fortellingen viser hvordan Torgjerd, gjennom små skritt og atferdsteknikker, hjelper faren med å komme gjennom tapet av sønnen Bodvar. Sorgbearbeidelsen resulterte i et av de fineste og mest berømte dikt i sagaen, *Sonetapet*.

Kunsten å lage kvad var høyt verdsatt i sagatiden. Tradisjonen med arvekvad som hedret de døde lever videre, men i en annen form. Dagens nekrologer og dødsannonser får stor plass i avisene, gjerne halv- eller helsides annonser hvor alle slektningene, både fjern og nær, står nevnt.

Følelser i sagalitteraturen

Noe av det fineste i sagaen, synes Auður, er det behavioristiske følelsesuttrykket. Selve følelsesopplevelsen blir ikke formidlet ved følelsesord direkte, men beskrevet gjennom tydelig atferd som synliggjør følelsene. Korte setninger som beskriver situasjon, personlighet og roller, uttrykker følelser på en dramatisk og sterk måte.

Ett av de mest kjente eksemplene er fra Njåls saga, der Gunnar på Lidarende kjemper for livet etter å ha blitt lyst fredløs. Han ber sin hustru Hallgerd om en hårløkk fra hennes lange hår for å reparere buestrengen. «Gjelder det noe for deg?» spør hun. «Livet mitt det gjelder,» sier han. «Da skal jeg nå,» sier hun, «minnes deg den kinnhesten (ørefiken) du ga meg i fjor, – og jeg gir en god dag i, om du verger deg lenge eller kort». «Hver har sitt å bli navnsputt for,» sier Gunnar, – «og du skal ikke bli lenge tryglet!» Og Hallgerds langsinne ble hans bane.

Islendingene er fortsatt knyttet til en litterær identitet. Det regnes fremdeles som en kunst på Island å fortelle sagaer og tale i gåter som andre må tyde, etfenomen som i litteraturen kalles kenninger. Auður kan, gjennom sitt kliniske arbeid, se at den gamle tradisjonen med å lage kvad hjelper mange unge til å bruke dikt for å uttrykke følelser, og mye diktes uten at det noen gang blir publisert. Likevel, i terapi er det viktig å sette ord på følelser og ikke tale i gåter, mener Auður.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 41, nummer 10, 2004, side 826-827

TEKST

Irun Dahl Elverum

+ **Vis referanser**

Referanser

Egilssoga. (1978). Omsett av Leiv Heggstad. Revidert av Magne Heggstad. Oslo: Det Norske Samlaget.

Njåls saga. (1951). Oversatt av Hallvard Lie. Oslo: Gyldendal norsk forlag.

