

Veien tilbake til ordene



Hun var pasient hos ham, han var pasient hos en annen. Begge beveget de seg mot forsoning, parallelt og langsomt gjennom et landskap uten rette stier.

TEKST

Håkon Holvik Torgunrud

ILLUSTRASJON

Åshild Irgens

PUBLISERT 3. mai 2020

Det er september, og han kjører innover grusvegen. De har invitert ham hjem til småbruket de kjøpte like etter at de møttes første gang. Det er snart tre år siden hun kom som pasient til ham på sykehuset i følge med mannen sin. Som en avslutning på vandringen de har tilbakelagt sammen, vil de gjerne vise ham stedet. De møter ham i tunet, hjertelige og glade.

Løvet gulner, det er en slik god septemberdag en kan oppleve i overgangen mellom sommer og høst. De viser ham eiendommen med entusiasme, den er mye større enn han trodde. Det var et nedslitt bruk da de kjøpte det. Stedet var grodd igjen, uthuset forfallent, måtte rives og bygges nytt. Huset måtte settes i stand. Det lå et stor arbeid og ventet på dem.

Nå er alt forandret. Mange trær er borte, stubbene fjernet, jorden jevnet ut og sådd til. Den store hagen bølger ned mot skogstjernet som ligger der stille og speiler skogen. De

har bygd det hele opp, møysommelig og med omtanke. Det har tatt tid, men de har arbeidet, gjort litt etter litt, med tålmodighet og ønske om å skape noe nytt sammen.

Hun har gravd i bakken i timevis. Med spade eller bare hendene har hun endevendt jorda og funnet fram stein etter stein. Mens hendene har arbeidet, har undringen ligget i henne; hvordan beveget de seg her for 400 år siden, da stedet ble bebodd for første gang? Hvor var det naturlig å gå, hva gav minst motstand og kjentes mest riktig i dette terrenget? Gradvis har hun gjenskapt stier over eiendommen, avgrenset dem med steinene hun har hentet opp fra bakken, og dekket dem med grov flis. Nå bukter stiene seg gjennom hagen som et årenett. De danner organiske mønstre som binder hagen sammen. Det er vakkert, ingen prydhage, men de har skapt en stor, god hage, et materielt fotavtrykk av veien de har gått de siste årene.

**«Til alle tider har mennesker
gått gjennom disse
landskapene. De er aldri like,
alltid preget av den enkelte med
sin egenart, historie, bakgrunn
og lidelse»**

Det var ikke slik da de møttes på kontoret hans på alderspsykiatrisk poliklinikk tre år tidligere.^[1] Hun var knapt 70 og hadde med nød og neppe overlevd en alvorlig hjernebetennelse et par år i forveien. Virusangrepet hadde brakt henne tett inn mot dødens terskel. Hun overlevde, men viruset satte spor etter seg. MR-bildene viste skader, ikke minst i tinninglappen, der senter for hukommelsen ligger. Livet var kullkastet og fremtiden uviss.

Nå satt hun der sammen med mannen sin, menneske av kjøtt og blod, preget av MR-bildenes ubarmhjertige beskrivelse. Arbeidet som lærer hadde engasjert henne, med hjerte for de «vanskelige» og en egen evne til å komme andre i møte. Litteratur og fellesskap med andre hadde betydd så mye. Hun hadde vært selvstendig, med sterk vilje, gode evner og mot.

Nå hadde hun vansker med å snakke, lette etter ordene og strevde med å forme fulle setninger. Hun kunne ikke skrive, ikke lese, og hukommelsen og konsentrasjonsevnen var tydelig svekket. Uten hjelp av mannen kunne hun ikke klare seg, selv ikke noen timer.

Håpløsheten stod i øynene hennes, og uroen, fortvilelsen og mørket lå som en kappe over henne. Hun snakket så godt hun kunne, men det var brokker av setninger og ofte vanskelig å forstå. Etter 20 minutter seg det et utmattet slør for øyene hennes. Hun ville så gjerne, hun ville ut av det, men det stoppet opp, hun klarte det ikke.

Da de møttes første gang, var han tilbake på arbeid som behandler etter lang sykemelding. Depresjonen hadde kommet som en ubuden gjest og brakte med seg kvernende uro, søvnløshet og et mørke han ikke maktet å beskytte seg mot. Han sprellet som en fisk i garnet, men kom ikke løs. Han var fanget i mørket.

Så mye av det som var viktig for ham, falt i grus. Det å være i arbeid, ha evne til å mobilisere, yte og strekke seg etter det han ville oppnå – han klarte det ikke, det gikk rett og slett ikke. Det var som om den mentale kapasiteten var utsatt for lekkasje, han ble så sliten av så lite. Tykk og tung tåke la seg over hjernen og lammet den, og han ble tvunget til å hvile. Det eneste som kunne få tåken til å lette, var søvn.

Å være sosial var en anstrengelse. Og kanskje det såreste – å kunne være der for sine nærmeste, med ro og trygghet i seg selv – han fikk det ikke til. Identiteten hans krakelerte, og selvbildet falt i grus. I tomrommet rykket skam, selvforakt og fortvilelse inn.

Så startet det møysommelige arbeidet for å famle seg gjennom mørket. Det tok tid, uendelig mye lengre tid enn han ante. Han ville bare ut av det, tilbake til det gamle og bli ferdig med det vonde og smertefulle. Men de gamle strategiene virket ikke lenger. Han hadde ikke lenger evnen til å ta seg sammen og løfte seg ut av det, men ble stadig bremset av noe i ham selv som han ikke hadde kontroll over. Han måtte lære tålmodighet og at det tar tid når noe nytt skal vokse fram. Det kan ikke tvinges fram, det må vokse av seg selv. Det fantes ingen enkle eller raske løsninger – når han forsøkte på det, ble han bare utmattet.

De satt der sammen på kontoret. Han hadde selv fått erfaring som pasient, men her var han lege og hun pasient. Hennes sykdom var langt alvorligere enn hans, helt annerledes og med mye større konsekvenser. Men han kjente seg allikevel igjen i mye av det hun strevde med. Hun ville så gjerne lese, hun prøvde og prøvde, men det var nytteløst. Bøkene ble liggende, hun maktet det ikke og ble bare utmattet. Panikken grep henne når hun var sammen med andre, hun klarte ikke å snakke og visste ikke hva hun skulle si. Det var bare mannen hun kunne være sammen med, og han måtte være der hele tiden. Hun var desperat etter noe å gjøre, noe å fylle dagene med, noe å døyve uroen og tomrommet med. Det gode livet hennes var byttet ut med lidelse.

De kjente at de måtte gjøre noe med tilværelsen sin. Å bo i et hus i byen var ikke godt lenger. Det smertefulle ble for påtrengende, de måtte ha noe praktisk å henge fingrene i, noe de kunne gjøre sammen. Det som hadde skapt fellesskap tidligere, fungerte ikke lenger. Så kom idéen om å kjøpe det nedslitte småbruket. Som legen hennes var han skeptisk, men de ville prøve. Det var ikke et bære eller briste, rettetten var enkel om det ikke gikk. Det var bare å selge igjen.

De kjøpte stedet og gikk i gang, hogget trær og brøt opp marken. De satte i stand huset, rev det som var ødelagt, og bygget opp nytt. Hun skurte og vasket og malte – og malte – alt det hun kunne finne på å male. Det var noe panisk over det, men det gav en lindring av smerten som forfulgte henne. Om sommeren grov hun i bakken, ned i den svarte

molda, med samme iver og drevet av den samme uroen. Hun hentet fram steinene fra jorda og gjenskapte stiene over eiendommen. De gikk turer i skogen, det gav henne ro. Hun måtte alltid ha noe å gjøre, men hun trengte også å lære å hvile, og det var ingen enkel lekse. Det var et møysommelig arbeide de utførte. Det gjorde motstand og tok tid, men det gav også glede i det nære og enkle, fellesskap, mening og opplevelse av mestring. De holdt ut og holdt sammen.

De møttes på kontoret hans, i starten ganske ofte, senere en gang i måneden. De fortalte ham om arbeidet på småbruket og om uroen hun hele tiden hadde i seg. Hun var jaget, men sakte, veldig sakte, fikk hun mer ro i seg, og språket ble bedre. Konsentrasjonen holdt litt lenger i samtalene de hadde sammen. Etter lang tid ble hennes fortvilte «Hva skal jeg gjøre?» erstattet av «Hva skal jeg lære av dette?» Skrittene mot forsoning var begynt.

Siden beveget de seg mot aksept og forsoning begge to, hver for seg, men allikevel i en slags parallell bevegelse. Hun som pasient hos ham, han som pasient i en annen setting. Det finnes ingen rette stier i dette landskapet, det er fullt av labyrinter. De åpner seg, slynger seg, lukker seg og åpner seg igjen. Mytologien og litteraturen er fulle av disse bildene. Til alle tider har mennesker gått gjennom disse landskapene. De er aldri like, alltid preget av den enkelte med sin egenart, historie, bakgrunn og lidelse. Det er en famlende vandring.

De måtte hver for seg søke seg fram mot det urgamle spørsmålet: «Hvem er jeg egentlig?» Når det ytre, det vi knytter så mye av vår identitet og stolthet til, raser sammen, hva er igjen der inne, bak skam, selvforakt og fortvilelse? Hva er min historie, hva skapte meg til den jeg er? Hva er den dype livssmerten jeg har båret på og flyktet fra? Hvordan kan jeg forstå meg selv? Og siden, etter sammenbrudd, skam, sinne og sorg, kan noe annet vokse fram og spørsmålene nærme seg svar. Det er som fugl Fønix – noe nytt kan gjenskapes fra asken.

Han hadde også trengt hjelp og møtte den kloke psykologen som fulgte ham på vandringen. Han ble oppfordret til å lese, andre bøker enn dem han hadde lest før. I den greske myten om Thesevs famler han seg inn mot senter av labyrinten. Der møter han Minotauren, det vanskapte monsteret, halvt okse, halvt menneske. Det krevde blodoffer hvert år, noen av Atens sønner og døtre, det hvilte en forbannelse over Aten. Men Thesevs ville heve forbannelsen. Han søkte seg gjennom labyrinten, våget møtet og utfordret monsteret.

Psykologen spurte ham også om drømmene hans. Han hadde ikke festet seg ved dem tidligere, men nå oppdaget han at de ville ham noe. I en av drømmene var han i labyrinten. Tre ganger møtte han den underlige, geit-liknende mannen som stod i veien for ham. Det var Djevelens skikkelse. Han var ikke aggressiv og angrep ikke, men han sperret veien. For å passere måtte han møte Djevelens blikk. Først lenge etterpå forsto han at Djevelen ikke var en annen eller en fiende, men symbol på hans eget utstøtte og

forrhådde selv, som var forvist til mørket og nå krevde at han så det i øynene og anerkjente det. Han nådde labyrintens senter i drømme, kjente frykten for møtet med monstret, men trådte allikevel inn.

Det var ingen der. Den eneste som var der, var han selv.

Det ble uomgjengelig for ham å hente egne djevler fram fra dypet og ut av mørket, akseptere dem, forsone seg med dem og leve videre i erkjennelse av eget lys og mørke.

Han visste ikke hvordan det ville gå med henne den gang de møttes. Skadene hun var påført, var alvorlige og dyptgripende, og utsiktene var usikre. Nå var det gått tre år, og de satt sammen på kjøkkenet deres, rammet inne av gamle, trygge tømmervegger. De spiste brødet hun hadde bakt, og snakket sammen – lenge. Språket hennes var helt annerledes nå, med lange setninger med innhold, mening og sammenheng. Hun var rolig og til stede, og sløret som hadde seget for øynene hennes da de møttes den første tiden, viste seg ikke. Det var liv, lys og glede i øynene nå.

**«Gjenkjennelse og medlidelse
skaper en egen samhörighet, og
kroppen har sitt eget språk. Det
er ikke alltid ordene er så
viktige»**

Hun hadde gravd i jorden, latt tankene kretse om hendenes arbeid og båret i seg et håp om at det kunne skapes nye veier i hjernen, der viruset hadde ødelagt de gamle. Hendene hadde formet stier over eiendommen, og samtidig, like sakte og møysommelig, var nye stier gjenskapt i hennes egen hjerne. Det var ikke intellektuelle øvelser og ørkesløst strev over bøkene som hadde brakt henne dit hun var i dag. Det var arbeidet med hendene og kroppen, tankenes frie vandring, nærhet til jord og natur, hvile og fellesskap med mannen som hadde helet skadene i hjernen. Noe var fortsatt tapt, men hun hadde gjenvunnet mye. Og det hadde åpnet seg noe nytt, med annet innhold, annen identitet og en annen form for trygghet.

«Det er ikke noe som er tvungent her», sa hun. «Det er frihet.»

Det gikk et år til. Han hadde permisjon fra arbeidet og tid, ro og mulighet til å skrive, og han skrev ned historiene deres. Han hadde ikke fortalt dem om sin egen depresjon og vei ut av den, men hadde tenkt at de kanskje ante det allikevel. Gjenkjennelse og medlidelse skaper en egen samhörighet, og kroppen har sitt eget språk. Det er ikke alltid ordene er så viktige. Men han var spent da han besøkte dem igjen. Hvordan ville det være for dem å lese denne teksten, å lese om seg selv og møte igjen det smertefulle som hadde vært? Og hvordan ville de oppleve å lese om hans sykdom, strev og erkjennelse? Var det riktig å eksponere det på denne måten? De tok imot han med

samme glede som sist. De leste teksten, den rørte dem, og de ble ikke støtt over det han skrev om seg selv. De hadde gått ulike veier, hadde funnet den som var deres, men uten møte med et medmenneske kunne de gått seg vill.

[1] Teksten baserer seg på en sann historie. Kvinnen og mannen hennes som er omtalt har begge gjennomgått teksten, hatt mulighet for spørsmål, kommentarer og endringer og samtykket skriftlig til at den publiseres.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 57, nummer 5, 2020, side 362-366

TEKST

Håkon Holvik Torgunrud, overlege, Alderspsykiatrisk enhet, Psykiatrisk avdeling, Sørlandet sykehus HF Arendal

KONTAKT: holvikto@online.no

ILLUSTRASJON

Åshild Irgens