

# Botens sakrament



Teksten byggjer på egne opplevingar, men er utløyst etter lesing av tilståingar frå andre terapeutar på appen Whisper, der brukarar kan poste løyndommene sine anonymt.

## TEKST

**Ragnhild B. Lygre**

**PUBLISERT 31. januar 2017**

---

Nokon gonger har eg berre lyst til å reise meg opp og springe ut kontordøra.  
Fortare enn svint.

Forlata pasienten og «dei store tema».

Eller gøyme meg bak stolryggen slik at dei til sist trur eg har fordampa.

Nokon gonger synes eg oppriktig synd i dei som kjem til meg;

eg veit ikkje kva eg skal sei,

eg kjenner meg maktesløs.

Skulle ynskje dei heller kunne komme til nokon som visste korleis dei kunne hjelpe.

Ein av desse som les store verk på fritida.

Heime hjå meg står framleis Foucault urørd i bokhylla.

«Galskapens historie».

Ja, det er faktisk det det er.

Galskap.

At eg sit her og skal hjelpe.

Eg som kveppe av fyrverkeri og gamle eksospottar.

Eg som ikkje tåler blod, vold og overgrep på film.

Ein gong måtte eg gå midt i en film på kino fordi nokon tråkka på hovudet til Brad Pitt.

Eg berre orka det ikkje.  
Sjølv om det var på film.  
Men ein kan ikkje berre driva å gå midt i terapien.  
Eg blir no der og kavar.  
For involvert. For distansert.  
For snill. For streng.  
For rask. For treg.  
For usikker. For sikker.  
For positiv. For negativ.  
Seier for mykje. Seier for lite.  
Gjer for mykje. Gjer for lite.  
Mistar motet. Mistar hovudet.  
I utakt.  
Det kjennes som om eg dansar slow fox og pasienten argentinsk tango.  
Og eg er ikkje alltid heilt sikker på kven som førar.  
Eg trur det er eit langt lerret å bleika, og eg er usikker på om eg har nok bleikemiddel.  
(Nokon gonger er det tomt for empati, og eg veit ikkje korleis eg skal fylle på tanken.)  
Eg orker ikkje kollegaer sine solskinshistorier.  
Historier der alt endar godt til slutt, med god moral, etikk og lærdom.  
Eg har ikkje nok speilnevronar til å gle meg over andre sin triumferande suksess.  
Gje meg heller en skikkelig blunder.  
Ein gong du gjekk på trynet, og ikkje lærte noko som helst av det.  
La meg bada i personlig utilstrekkelighet og tilkortkomming.  
Ein skikkelig blemme som ikkje var del av ein kløktig masterplan eller noko som førte til ein nyttig openbaring.  
Ein gong du gjekk i baret utan mål og meining.  
For eg trur me gjer det nokon gonger.  
Kjem til kort, altså.  
Både me og pasientane våre.  
Kanskje det er slik det skal vera?  
Eller kanskje ikkje?  
Kva veit eg?  
Helsiken!  
Eg burde sikkert ikkje sei dette til nokon!

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 55, nummer 2, 2017, side 202-203*

**TEKST**

**Ragnhild B. Lygre**, psykologspesialist