Ole Martin Holte
Rådgiver i Flyktninghjelpen, sosionom, gestaltterapeut og forfatter
Foto Eivind Volder Rutle

Å møte den spedalske i meg selv

Hvem er de spedalske av vår tid? Hvordan forholder vi oss til mennesker vi ikke kan fordra? Og hva med våre egne «spedalske sider?» Vi lever i et samfunn der det er vanskelig å utholde oss selv, og der selvbedraget skaper utfordringer for vår fysiske og psykiske helse. En vei å gå er å snakke sant om eget liv, og sette den andre i fokus.

Som tidligere fransiskanermunk, har jeg i 15 år ledet turer til Assisi. Jeg forteller alltid om Frans av Assisis møte med den spedalske. Om hvordan det var i Europa på 1200-tallet når man ble tatt med spedalskhet. Personen ble iført en lang gjenkjennelig tunika og fikk trebjelle rundt halsen for å varsle sin fremmarsj. De spedalske fikk ikke gå inn på markedene, ikke inn i kirkene; de var som levende døde. Biografene forteller at Frans selv hadde avsky for de spedalske. En dag Frans er ute og rir møter han plutselig en spedalsk foran seg på veien. Instinktivt, og nærmest i sjokk, snur han hesten i motsatt retning. Men en indre stemme ber ham å snu, og Frans adlyder. Han stiger ned av hesten, omfavner den spedalske og gir ham et kyss. Senere da Frans mottok nye brødre, måtte alle novisene jobbe ett år med de spedalske. Frans kalte det «en skole i ydmykhet».

Vårt samfunn preges av å søke det perfekte, det vellykkede, det vakre, det ytre. Men vi står i fare for å miste evnen til å erkjenne hvem vi er – nemlig homo vulnerabilis, det sårbare mennesket. Det som utgjør vår felles menneskelighet, vårt felles utgangspunkt, vår eksistensielle erfaring og til slutt vårt endelikt, er at vi er sårbare. Enkeltvis og sammen. Å kjenne seg sårbar vil kunne dreie seg om den smertefulle prosessen det er å skape seg et meningsfullt liv, utfordringen ved å leve i relasjon til sin partner, til sine barn, og til seg selv, forholde seg til det ufullkomne, til sorg og død. Barn og ungdommer, voksne og eldre, blir alle daglig konfrontert med egen sårbarhet. Vårt samfunns store utfordring er å ta dette fenomenet på alvor, snakke om disse erfaringene på en måte som skaper god helse.

De unge som vokser opp i dag lengter etter «resilience» – motstandskraft, slitesterke fellesskap og vennskap. Dette skapes når vi tør å være ærlige på egne liv, i en gjensidig dialog der jeg og mine behov ikke er viktigere enn deg og dine behov. Der vi pleier hverandres «spedalskhet». Da lever vi våre dypeste kall som mennesker, gjennom å forbinde oss med Den Andre, gjennom å strekke oss utover oss selv, forbi vår egen komfortsone. Ved «å miste» oss selv i å være til for andre, vil vi kunne finne tilbake til vår meningsfulle menneskelighet.

Pioneren innen den sekulære eksistensialismen, Jean Paul Sartre, oppsummerte sin erfaring med å leve: «Helvete er de andre!» Med det mente han å si at å leve i relasjon til andre er noe av det vanskeligste vi står overfor. Mennesker i dag er redde for å gjøre krav på andre. Vi tør ikke stole på at vi blir tatt imot lenger. Av partner, av foreldre, av sjefen på jobben, av kolleger, venner, av Gud. Vi er redde for å være til bry, være brysomme, bry andre. Helst burde vi fikset ting selv, kjøpt oss fri. Idealet er det selvstøttende og sterke mennesket. «Alt som ikke dreper meg, gjør meg sterkere!» sa Nietzsche, men han tok feil. Mye av det som i dag ikke dreper oss, gjør oss ensomme og til individualistiske mennesker. I mitt mangeårige virke for og med mennesker, har mennesker kommet til meg og fortalt om lengselen etter å kjenne seg forbundet med andre. De er blitt fremmedgjort, eller har fremmedgjort seg selv.

For å komme videre er det viktig at vi alle, inkludert alle leger, snakker grunnleggende sant og ordentlig om vår eksistens. At det er angstskapende å leve, at det er angstskapende å forholde seg til døden, til smerten i livet. Den eksistensielle angsten vi alle må forholde oss til, skal ikke holdes nede, ikke medisineres bort, ikke gjemmes. Den har noe å lære oss. Den tilhører livet. Når angsten kommer, fordi jeg merker at årene går, fordi jeg kjenner meg alene og ensom, fordi jeg har skapt et overfladisk liv, så må jeg se på angsten som en gave. Den skal tillates. La oss hjelpe hverandre til å erfare vår eksistens, kjenne hvordan vi faktisk har det. I disse eksistensielle øyeblikkene, i disse møtene, ligger kimen til god helse.