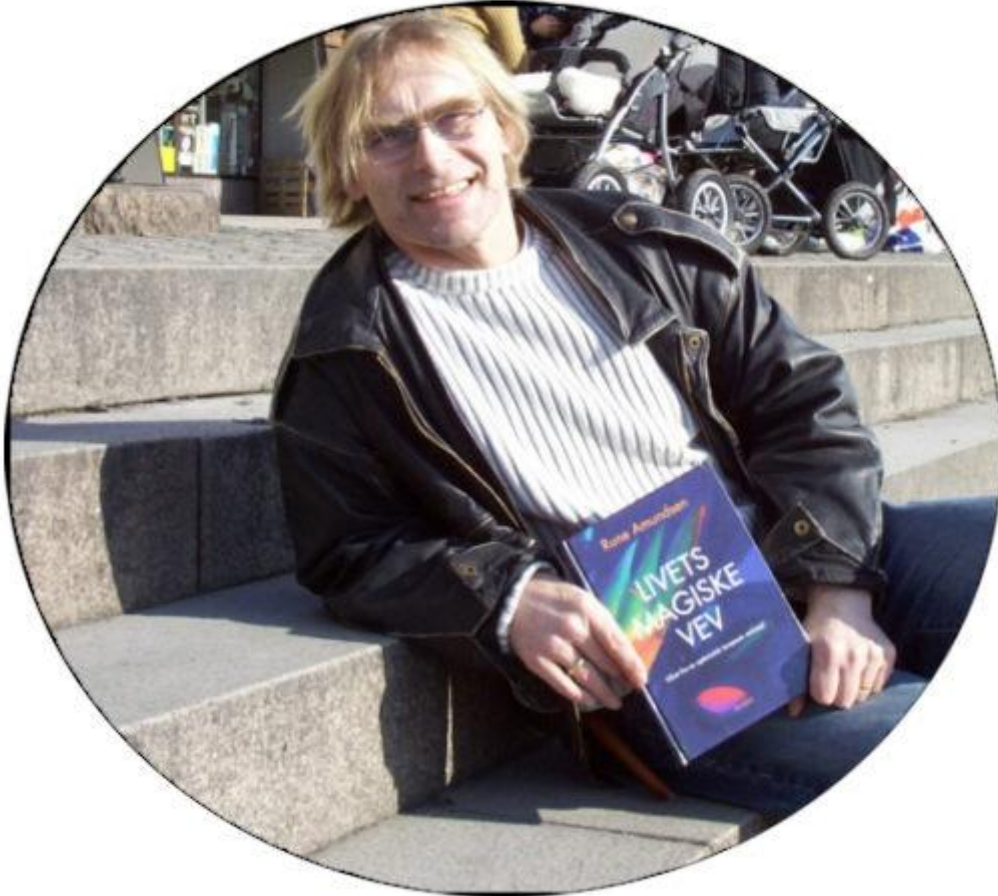


Denne artikkelen har stått i Ildsjelen nr. 2 - 2003

INTERVJUET: Rune Amundsen

Intervjuet av Henning Jon Grini



Rune Amundsen

Rune Amundsen kommer i dette intervjuet bl.a. inn på tema som skolemedisin kontra alternativmedisin, din indre lege, nær-døden-opplevelser, egne drømmer og opplevelser.

Som psykolog har du vært opptatt av andre innfalsvinkler når du behandler dine klienter. Nå er du fratatt din psykologlisens. Hvilke konsekvenser har det medført for deg og hva er ditt eget syn på saken?

Jeg utdannet meg til psykolog fordi jeg er glad i mennesker og liker å hjelpe mennesker, og fordi jeg har et talent til slikt. Så det kommer jeg nok til å fortsette med. Jeg var på en måte psykolog før jeg ble psykolog. Slik kommer det til å være. Jeg er psykolog, om det betyr å

hjelpe mennesker i sjelenød. Vi legger så stor vekt på titler og utvendig staffasje i vår kultur. En ekspert, uansett virkeområde, er en som vet og kan gjennom erfaring. Min egen livskrise vil, om jeg finner en god løsning, gjøre meg til en bedre behandler og ikke en dårligere.

Dernest hviler det faglige grunnlaget for å frata meg lisensen gjort på aldeles sviktende premisser. Det er det vesentlige i denne sammenheng. Undertegnede er ikke feilfri. Langt der i fra, men Amundsen-saken handler lite om det. Det er helt andre og politiske årsaker til at jeg er fratatt lisensen. Når det gjelder konsekvenser; - det får så komme som det vil. Jeg vil ikke slutte mitt virke for å hjelpe mennesker i sjelenød.

Alle mennesker er utstyrt, når de kommer inn i livet, med en indre fastlege.

For de som jobber med alternativ/holistisk medisin er det både logisk og naturlig å behandle mennesket helhetlig. Hvorfor er det så vanskelig for skolemedisinen å komme dem i møte?

Fordi det paradigmet, det tankesett, som vi som helsearbeidere tvinges inn i er positivistisk, reduksjonistisk og fremmedgjort. Det høres sikkert ut som litt av en munnfull, men den rådende og fragmenterte sykdomstenkning, slik den blir praktisert, nærmest umuliggjør helhetstenkning. Det som blir fokusert, og det vi lærer i skolemedisinen eller ”skolepsykologien”, er at vi tar utgangspunkt i en diagnose. Og den diagnosen er alltid løsrevet fra et menneske/personen, men det er klart at enhver diagnose og spesielt en alvorlig diagnose den aktiviserer helheten, hele menneske. I mitt arbeid ser jeg det at uansett hvilken diagnose eller hvilken behandlingsmåte som benyttes så må du se diagnosen i lyset av hele menneske. Hvorfor det er så farlig for skolemedisinen å ta det perspektivet på alvor? Det må du nesten spørre representanter for skolemedisinen om? Det er i hvert fall viktig at det gjøres. Et menneske er alltid mer og større og verdigere enn diagnosen sin. Diagnoselæren, slik den praktiseres, er sykdomsskapende.

Du holder på med og har gjennomført mange seminarer under tittelen Din indre lege. Hva legger du i betydningen Din indre lege?

Det er det faktum at vi alle er født med en indre fastlege. Det er en erkjennelse av at all egentlig helbredelse til syvende og sist er selvhelbredelse! Allerede de gamle grekere som grunnla den moderne medisinen med Hippokrates som den mest kjente, understreket legekunstens samhörighet med naturen. Hippokrates sa at helbredelse er en del av naturen! Legen må bare gjøre det som er nødvendig og resten tar naturen seg av. Denne ”resten” kaller jeg den indre lege. Så poenget mitt er at helbredelse er ikke en moderne oppfinnelse, det ligger i naturen selv.

Det er så mye snakk om fastlege nå om dagen. Poenget mitt er følgende; alle mennesker er utstyrt ,når de kommer inn i livet, med en indre fastlege. I vår kultur har vi mistet helt kontakten med dette perspektivet og vi tror at helse er noe som vi hele tiden får tilført utenfor oss selv. Tanken om den indre legen er jo å gjøre folk oppmerksom på at de har selvhelbredende krefter inni seg selv og de har en autoritet over seg selv, sin kropp og sitt liv. Der er en autoritet og verdighet inni alle. Der er noe i oss, hver enkelt, som vet. Kroppen signaliserer veldig mye tilbake til sjelen, vår bevissthet, om sin egen helsetilstand. Men det moderne mennesket har ikke lært og tar seg ikke tid til å lytte til sin egen viten.

I dialogen Parmenides legger for øvrig Platon vidunderlige ord i munnen på Sokrates om den indre lege. Her harselerer Sokrates med de greske leger av sin tid som han beskylder for å være alt for symptom- og sykdomsorienterte. Jeg lurer på hva Sokrates ville synes om dagens forståelse av sykdom? Vel, i alle fall, i nevnte dialog er poenget til Sokrates følgende: Skal du kurere sykdom må du skjønne at sykdom og helse henger i hop. Om du skal kurere for eksempel øynene, må du også kurere hodet og resten av kroppen, og aller mest og viktigst, forsone sjelens forhold til de plager, de symptomer, du måtte ha. Det er mening i livets vev, også kroppens vev! Sokrates ord om sofrosyne i nevnte dialog er en must for enhver helsearbeider. Sofrosyne er det greske ord for helse, for balanse.

Hvilken innvirkning kan tidligere liv ha på oss mennesker i dag?

Alle enkeltstående menneskeliv er en del av et kollektivt hav. ”Tidligere liv” er en del av menneskesinnet som Jung kalte for det kollektivt underbevisste. I menneskets psyke er det store områder i vår sjel som ikke er personlig erfart. Det som er anerkjent i moderne psykiatri er at vi har en underbevissthet. Og Freud er kjent som den som oppdaget og kartla det underbevisste. I Freuds modell var alt tanke- og følelsesmateriale i det underbevisste i sin essens måte erfart eller omdannet gjennom personlige erfaringer. Det som Jung, undertegnede og andre bevissthetspsykologer sier er at det finnes i vårt underbevisste ett stort område som er kollektivt og som ikke direkte selv er erfart, men som man allikevel er tilgjengelig og en viktig del av vårt Selv til hverdags. Denne kollektive delen, herunder tidligere liv, av vårt Selv er en viktig del av vårt skapende så vel som destruktive selv.

Og man kan gjerne sammenligne det med internett. Du har en egen datamaskin der du har kodet inn dine egne erfaringer på datamaskinen. Samtidig, hvis du har en oppkobling til internett så har du all informasjon som finnes i hele universet av datamaskiner tilgjengelig. Og sånn er det også med det underbevisste og tidligere liv. Dette har for så vidt lite med reinkarnasjon å gjøre.

Dette er en naturlig del av menneskets psyke der vi oppfører oss som om vi lever tidligere liv. Jeg kaller i boken Livets Magiske Vev dette aspekt av menneskesinnet for den indre dramatiker. Vi har en del av oss selv som ikke bare analyserer det som er rett eller galt, ondt og godt, osv; altså den analytiske tankeevnen vår. Vi har en del av oss som opplever livet med følelser, bilder og som en historie. Og den delen er særdeles viktig i det å være menneske. Alt som skjer oss opplever vi som en del av en avsluttet historie. Om du lar din egen indre dramatiker stadig vekke iscenesette deg i roller du misliker så kan du selv skrive om din egen rolle. Og dette har mye med det frigjørende i opplevelsen av tidligere liv å gjøre og. Og det er derfor regresjonsterapi er så kraftfull. Når du som terapeut bare bruker fornuften alene så får du bare den rasjonelle tanken med. Og når du som terapeut bruker det området som aktiviserer hele følelseskraften og den skapende kraften i menneskesinnet så dukker, ofte, naturlig ”tidligere liv” opp i det bevisste liv. Vi trenger begge deler. Tanke og følelse er samhengende, naturlige og viktige bestanddeler av den helheten som hvert enkelt menneske er.

Krisen i helsevesenet, spesielt i psykiatrien, er en teorikrise og ikke en ressurskrise.

Hva er uretten som begås mot psykiatriske pasienter i dag og hva kan gjøres bedre?

Det er mange nivå å si det på. Jeg pleier å si det sånn at krisen i helsevesenet, spesielt i psykiatrien, er en teorikrise og ikke en ressurskrise. Vi har alt for mye teori om sykdom, det er ikke mulig å bli frisk av bare en teori om sykdom. Hvis teorien om sykdom skal være

meningsfullt må den forbinde seg til det som er ødelagt eller splittet eller blitt sykt. Derfor er det veldig viktig at vi har en teori om helse. Så det vi mangler aller mest i psykiatrien er innsikt i menneskesinnet, i glede og en velfundert behandlingsoptimisme. Tragedien er at behandler og hjelpetrengende i psykiatrien blir fanget av en syk teori som gjør at psykiatrien selv blir et sykt hus. Den moderne psykiatri har fanget sjelen i hjernen. Dette innebærer en forståelsesform av menneskesinnet som gjør det nesten unaturlig å bli frisk. Og selv de mange fagfolk som virkelig ønsker å hjelpe; blir også fanget av et sykt språk, destruktive roller og forvirrende rammebetingelser. Dette gjør det vanskelig for de selvhelbredende kreftene å virke i den som er syk. Og det gjør det vanskelig for behandlere å alliere seg med den indre lege i den syke.

En vesentlig urett som jeg mener begås er at vi utelukkende er trent til å se det syke og ikke ser det friske. Om jeg har en gave som behandler så er det at jeg ser folk friske. Og så prøver jeg å hjelpe dem til å finne det inne i seg selv som gjør at de manifesterer sin helse. Det som er aller mest fortrent i livet, er ikke sykdom og traumer og elendighet, det er livsutfoldelse. Min erfaring av at det som gjør at folk blir syke, er at de slutter å leve livet sitt. Og den største uretten sånn sett er å se mennesker som bare syke. Mennesker er alltid verdifulle, mennesker har alltid stor betydning og de er alltid mye større enn sin sykdom. Mennesket er alltid friskt. Slik lever jeg William Blakes vidunderlige ord om at alt som lever er hellig.

Du er regnet som en pioner innenfor nær-døden opplevelser i Norge. Bl.a. har du utgitt flere bøker om emnet. Hva er essensen fra disse opplevelsene som vi kan trekke lærdom av?

Som Jung og andre moderne dybdepsykologer har etablert så bekrefter dette blomstrende fagfelt at menneskets bevissthet har rike forestillinger om døden og hva som skjer i døden, etter døden og ikke minst før fødselen. Jeg vil og si det sånn at langt på vei er det dokumentert at mennesket er mer enn bare en fysisk kropp. Vi har dokumentert på solid og vitenskapelig nivå, - i den grad vi kan bevise eller dokumentere noen ting i det hele tatt, så har forskere over hele verden dokumentert at mennesket er mer enn bare den fysiske kropp. Og der foreligger omfattende vitenskapelig orientert beskrivelser og dokumentasjon av hva som skjer når et menneske dør. Som i all menneskelig aktivitet, herunder vitenskapelig, vil det alltid knytte seg usikkerhet til slik informasjon. Noe slagordsmessig kan det kanskje sies slik: Mennesket kan ikke dø og bli borte vekk. Og med den amerikanske poet Walt Whitman kan vi si at døden er heldigere og gladere enn vi tror i våre beste stunder.

Videre, min hypotese, er at det er enda flere måter å dø på enn det fins måter å leve på. På dødens terskel virker det som det åpner seg opp uante frihetsområder. Det virker som alt menneskelig, snarere enn å forsvinne og dø helt vekk, blir forsterket og utvidet. Der finns samlet opp i gjennom kulturhistorien en gedigen mengde dokumentasjon om alle sjelens og menneskesinnets ulike rom. Dette er basert på både forskning og ikke minst på menneskelige erfaringer, ikke dogmer og lovtekster. Så det bildet av døden som har formet seg i mitt sinn, det har etter hvert blitt full av løft og glede. Vi har jo alle en bevissthet om døden og som mennesker vil vi alltid leve, gjerne ubevisst, livet vårt i relieff til døden. Det er ikke mulig å være passiv. Om du tror at det ikke er liv etter døden, er dette en aktiv troshandling. Mange tror lett at det som er allment antatt er fakta. Slikt hører til sjeldenhetene.

Alle mennesker lever med en teori om døden. Den teori om døden som er den såkalt vitenskapelige, at der ikke er noenting, så når kroppen dør så dør vi og forsvinner helt. Dette er en teori, en hypotese. Og når mennesket lever livet sitt i den forståelsen så gir det en ramme rundt livet. Den andre måten å tenke på er at vi er mennesker med tanker og følelser og alt det

vi forbinder med å være mennesker, ikke er produsert av kroppen, men lever videre, det gir samtidig et helt annet relieff til dette livet. Men det viser og, som er typisk for de som har vært inne i en nær-døden-opplevelse, når de ser tilbake, og det gjør de jo, og de kommer inn i en tilstand som er mer virkelig enn vår fysiske virkelighet og ikke minst at den er mye mer gledesfylt. Likevel så velger de som regel å gå tilbake, fordi de ser at der er en mening, det er noe de skal gjøre. Vi mennesker er ikke meningsløse vesener, vi har oppgaver å fylle, det er noe i hvert enkelt liv som er av stor betydning og vi er alle av verdi. Det er kanskje det viktigste av alt som nær døden opplevelsen forteller at mennesker er verdifulle, og at når vi moderne mennesker kommer til det punkt at vi tror vi dør så begynner vi virkelig å leve. Vi skjønner at kroppen er stor og god, men at sjelen er det som gir oss livets gave. Og at alle og en, atter en gang som William Blake sa; alt som lever er hellig. Det er det viktigste budskapet slik jeg kan se. En sabla god ting kan ikke nevnes for ofte.

Hva er ditt syn på krigen i Irak?

Det er vel ikke annet å si om det enn at det er en tragedie. Jeg er militærnektet og pasifist, så slike aktiviteter er meg veldig fremmed. På den annen side vil jeg ikke dømme verken den ene eller den andre, men for meg er det sånn at det er noe som er helt utenkelig å delta i. Den gang jeg nektet militære var det åpenbart for meg at jeg ville få opptrening i det å drepe. På hvilken måte jeg drepte eller i hvilken hensikt så ville det uansett være like galt for meg.



Vi mennesker er ikke meningsløse vesener, vi har oppgaver å fylle, det er noe i hvert enkelt liv som er av stor betydning og vi er alle av verdi.

Du har hatt mange spesielle opplevelser og drømmer. Er det en spesiell du kunne tenke deg å dele med oss?

Da vil jeg ta den drømmen som jeg følte etablerte meg selv som dybdepsykolog. Jeg vil si det at essensen i det å være ekspert er ikke bare det at du har en faglig boklig kunnskap, men at du selv har erfaring i det angjeldende fenomenområde. Jeg våknet opp som dybdepsykolog når jeg begynte å få mine egne dybdepsykologiske erfaringer. Og sentralt i denne prosessen er en drøm som kom til meg i mars 1989. Da drømte jeg at Grethe, kona mi, var gravid. Drømmen

var klar og realistisk. Det var omtrent som om det vanlige hverdagslivet. Og jeg tenkte omtrent som jeg gjør til hverdags. Og det var ikke så rart at Grethe skulle være gravid for vi hadde på det tidspunkt fire barn. Så gikk vi en tur utenfor der vi bodde. Vi bor ved et lite nes i et naturskjønt område i Florø. Så gikk vi en tur der og så plutselig kommer fødselen på og så når vi ikke tilbake til sykehuset eller fødestuen i Florø. Så vi må føde inni huset vårt. Grethe skal føde oppe i loftsstuen ut mot havet. Hun legger seg ned for å føde og jeg skal være jordfar. Det å være jordfar og ta imot barnet, det hadde jeg veldig god kompetanse og trygghet på i drømmen. Så dette gikk veldig fint. Så får jeg da barnet opp på den venstre armen min og så ser jeg ned. Å, det er jo en gutt! Dette var kjemperart. Det at vi skulle få barn, det var jo ikke rart for vi hadde fire barn, men alle var jenter. Og at vi skulle få en gutt, det var meget usannsynlig. Så roper jeg ned til alle jentene som bor i kjelleretasjen nede, oi, dere har fått en gutt. Så våkner jeg etter hvert og så forteller jeg drømmen til Grethe. Den gjorde et dypt inntrykk på meg, og den var veldig virkelig og spesiell.

Og samtidig, i vårt fysiske liv slet vi litt i forholdet vårt. Og karrieren min var begynt å ta av. Den yngste jenten var 6-7 år gammel. Det passet egentlig litt dårlig å få et barn da for meg. Men samtidig, jeg vet ikke om det er fordi vi liker å få unger, så var det liksom en sånn idé om barn rundt oss. Forresten, det er akkurat som om det er mange håpefulle små som banker på fra himmelen i slike perioder. Kanskje de har en kø-ordning på andre siden, og sliter med å motivere ønskede foreldre til å lage lune reder? Men jeg synes faktisk jeg har gjort mitt på dette felt.

I alle fall, en måned etter kommer Grethe til meg og sier: Jeg er gravid og har blitt gravid omtrent på den tiden da du hadde den spesielle drømmen. Og da er det som om jeg våkner opp. Hva i alle dager foregikk den natten der? Der natten måtte jeg vite ting om hennes svært private og biologiske tilstand og også vite at vi sannsynligvis kommer til å få en gutt om noen måneder. Hvor kommer denne informasjonen fra? Har jeg et overblikk inn i meg som ligger ”rundt” tiden? Den opplevelsen gjorde at mye falt på plass. Selvsagt var det ok at dette barnet skulle komme. Så da barnet kom så var det en gutt, men i den såkalte virkeligheten var dette med å føde hjemme omvendt. Grethe ville svært gjerne ha hjemmefødsel. Hun hadde en god venninne som er jordmor og hun skulle komme å hjelpe til. Så ble det falsk alarm. Neste uke ble det fødsel og da var det så vidt vi rakk fødestuen. Så det ble en vakker og fin guttefødsel der. Jeg lurte på hvorfor i alle dager var fødselen i drømmen oppi loftsrommet i Friheten der vi bor? Det forstod jeg ikke før et par-tre år senere.

Det var i mars 1989 jeg hadde denne fødselsdrømmen. I mai 1990 sa jeg opp stillingen min på psykiatrisk poliklinikk i Florø. Årsaken til dette valget var at vekstbetingelsene for det dybdepsykologiske og det transpersonlige perspektiv ble vanskeligere og vanskeligere etter som hjernens tiår tetnet til mer og mer. Så jeg sa opp og begynner min nye virksomhet som psykolog og dybdepsykolog i september 1990. Hvor gjør jeg det, jo akkurat i det loftsrommet hvor jeg var jordfar i fødselsdrømmen. Og akkurat der hadde jeg terapibenken min i mange år etterpå og hvor jeg har forløst tusenvis av mennesker ”i dybdepsykologiske fødsler”. Akkurat der hvor jeg følte meg som den tryggeste fødselshjelper som psykolog og dybdepsykolog, det var i det loftsrommet.

Og alt dette skjønnte jeg et par år etterpå. Så den drømmen så ikke bare det at min sønn Jonathan ble født, men at jeg også kom til føde mitt nye liv som dybdepsykolog i samme rom. Det var et og et halvt år etterpå. Da skjønnte jeg at tiden var en illusjon. Jeg skjønnte at det var noe inni meg som er større og som har et overblikk gjennom erfaring. Og det er for meg helt usannsynlig at dette kunne være tilfeldig. Dette måtte være at jeg faktisk har et sånt overblikk

i mitt vesen. Og det er det Jung og dybdepsykologien sier at vi alle har. Vi har noe inni oss som ligger rundt tiden. Og nå var det ikke bare en teori for meg, men det var en erfaring. Senere har det kommet mange. Svært mange.



*Det bildet av døden som har formet seg i mitt sinn,
det har etter hvert blitt full av løft og glede.*

Er det ellers noe du ønsker å dele med oss?

Jeg har jo vært gjennom en livskrise nå i flere år. Mye av det som har vært viktig for meg og som jeg har trodd på, har blitt truet. Og selv har jeg opplevd ikke minst å bli hengt ut på ganske smertefullt vis. Det som er vesentlig allikevel er at dybdepsykologien og bevissthetspsykologien har et veldig positivt syn på livet. Det er aldri så galt at det ikke er godt for noe. Av og til skal noe dø, og hvis det får lov å dø så gjødsler det nye livet. Det vil alltid være nye spirer som kommer frem. Og hvis vi blir helt hypnotisert av angrepene på oss eller det som syntes å være urettferdig. Så ser vi ikke og nærer ikke de nye spirene som vil leve frem. Jeg har lyst å si at jeg og alle andre vi vil i løpet av livet møte skyggen vår. Dette er en grunntanke i dybdepsykologien. Det er nettopp gjennom møte med "skyggen" at vi viser vår latente storhet. Dybdepsykolog Jung kalte dette for individuasjon. Når mørket truer med å sluke oss, er det godt å vite at vi som mennesker medbringer et lys som er uslokkelig. Vi vil alle som en møte destruktive situasjoner, vi vil møte mennesker som syntes å true alt det vi syntes er godt i livet. Men vi er større enn det. Dybdepsykologien sier det at livet er som et eventyr. Når du møter dragen og dragen ser ut til å komme å sluke deg, så husk at du er større og mektigere enn dragen. Se alltid alt som møter deg i livet som en gave. Livet selv er en gave. Og vi er alle som en gave til livet.

Hva gjør Rune Amundsen når han ønsker ro og fred for seg selv?

Jeg liker godt bare å være for meg selv i eget selskap. En av de tingene som jeg tross alt har fått til i alle årene som gjør at jeg har overlevd er at jeg har tatt en halvtime i fred og ro dann og vann. Jeg tar en stille stund og så synker jeg innover. Ellers gjør jeg masse ting som jeg liker å gjøre. Jeg spiller fotball. Jeg har lært meg å spille gitar og synge de par siste årene. Det gir meg løft. Jeg har et rikt sosialt liv. Det er masse som skjer. Kanskje jeg gjør for mye. Litt av den velsignelsen som har kommet når psykolog Amundsen er skinndød i det hinsidige er jo

at livet mitt er blitt enklere. Jeg får litt mer tid til meg selv, litt mer tid til familien og venner. Jeg har roet meg ned noen hakk etter hvert, og det har vært deilig. Og forsyne meg, nå når psykologen har vært henvist til det hinsidige har jeg til tider blitt invadert av en eller annen håndverker. Og det har sannelig vært til velsignelse. Så når psykologen er ferdig gravlagt så fødes det kanskje en snekker? En god tanke. Det finnes ingen død. Bare evig runddans.