



DET VAR EN GANG

TEKST: REIDUN RØE
FOTO: LENA KNUTLI

Da psykolog Hilde Johanne Aafoss mistet retningen i livet, fikk hun hjelp av en munk og en gammel alkoholiker.



Før det fantes terapeuter, fantes det fortellere. Hadde vi et problem, ble vi møtt med en historie eller lignelse til motivasjon for selv å finne veien til løsningen.

Hilde Johanne Aafoss er privatpraktiserende psykolog i Trondheim, holder kurs og foredrag og er profesjonell forteller med firmaet Eventyrlyst.

Hun mener at den urgamle fortellertradisjonen kan bygge bro til menneskets skapende kraft og indre kilde.

Fryktens ansikt

- På nøyaktig samme dag, til nøyaktig samme tid, år etter år etter år, begynte bakken å skjelve i den lille landsbyen. Noe stort og tungt og grusomt var underveis. Så reiste det seg over bymuren en kjempe. Han hadde råtne tenner og rødskutte øyne og veivet med en gigantisk øks mens han ropte: «Send ut den tapreste krigeren dere har! Jeg vil kjempe mot ham.»

Hilde Johanne forteller videre at kjempen truet med å hugge alle som én i fillebiter hvis de ikke gjorde som han sa. Til slutt var det nesten ingen krigere igjen.

Men så kom det en ung vandringsmann og slo seg ned i landsbyen. Da den uunngåelige dagen opprant og bakken begynte å skjelve, løftet den unge mannen sverdet og gikk kjempen i møte.

Så skjedde det noe rart! Dess nærmere mannen gikk, dess mindre ble kjempen. Da de sto ansikt til ansikt, var kjempen blitt så liten at den unge mannen lett kunne stikke sverdet i hjertet på ham, men han måtte vite hvem kjempen var.

«Hva heter du?» spurte mannen.

Med sitt siste åndedrag hvisket kjempen: «Mitt navn er Frykt.»

Dronningveien

Sigmund Freud betraktet drømmene våre som kongeveien til

det ubevisste. Hilde Johanne Aafoss betrakter eventyret som dronningveien til det skapende.

- En av de viktigste funksjonene til eventyret, er å gi oss mot til å gjennomlide livets kriser. Eventyret sier at hvis du skal finne og vinne deg selv, som et helt menneske, må du våge å gå på. Og du kommer til å møte stygge utfordringer. I de eldste eventyrene, kalt undereventyr, som har den sterkeste symbolikken og de sterkeste urbildene, er det faktisk sånn at eventyrhelten, og spesielt heltinnen, blir utsatt for så harde prøvelser at hun vil ta livet av seg. Det er vi ikke vant til i Disney-versjonen. Eventyret sier at livet er tøft, men du skal ikke klare det alene. Du får hjelp på veien.

- Det kommer vel an på hvordan du opptrer selv?

- Ja. Du må bryte opp fra det trygge og begi deg ut i det ukjente. Du må være inntrykksåpen, undrende, utforskende og ikke minst generøs. Del av det du har – og det vil bringe deg videre.

Askeladden

Hilde Johanne tror dessverre at vi er i ferd med å glemme våre mest elementære dyder i dansen rundt gullkalven. Vi kroner ikke helter for oppofrende dåder lenger. Vi kroner helter som høster selvisk suksess.

- Kjell Inge Røkke omtales som Askeladden. Hva synes du om det?

- Det synes jeg er et stort paradoks. Hvilken vei har han gått for å komme dit han er i dag? Når Askeladden begir seg ut i verden, gjør han ingen ting for egen vinnings skyld. I psykologien snakker vi mye om å være autonom: Å eie ditt eget jeg. For å takle motgang, må du ha kontakt med deg selv. For meg er Askeladden et autonomt menneske. Aske, som symbol, står blant annet for intethet, ydmykhet og opprinnelse.

- Aske står også for transformasjon. Når fuglen Føniks



antennes av gløden til morgenrøden og brenner opp, blir den gjenfødt fra asken.

- Nettopp. Asken går igjen i historier og ritualer over hele verden. Hvis vi i vår tid ikke bare lærte det logiske språket, kunne vi hentet ut lag på lag med erkjennelser fra eventyrene.

- Men kunnskapen ligger nedarvet i oss, ikke sant?

- Ja, du ser det veldig godt på barn. De skjønner eventyr. De lever i en magisk verden.

Slått i bakken

Da Hilde Johanne var en liten jente, elsket hun å dikte og fabulere, lage hørespill og synge. Somrene tilbrakte hun på slektsseteren i Ålen og hun kunne vandre alene i timevis på fjellet eller i skogen, som bøyde seg for henne, som om hun var en prinsesse.

- I barndommen var alt mulig, men da jeg begynte på ungdomsskolen på Gjøvik, var jeg annerledes og ble latterliggjort. Jeg spilte klassisk piano og bratsj og hadde ballskrekk. Det gjorde meg ikke særlig hipp på 80-tallet. Så kom jeg inn på musikklinjen på videregående, og der møtte jeg endelig mine likesinnede. Det var en fantastisk tid. På universitetet ble jeg derimot slått i bakken. Jeg måtte forholde meg til et fremmedspråk, som jeg har døpt man-kan-herved-hevde-språket, et rasjonelt språk uten rom for tankespinn. I mange år trodde

jeg at fantasiriket mitt ikke hadde noe med voksenlivet å gjøre. Jeg presset meg igjennom studiet med en prestasjonsangst så lammende at den holdt på å ødelegge meg. Da jeg var 28 år, raste tilværelsen fullstendig sammen. Det var vendepunktet.

Som i eventyret, opplevde Hilde Johanne en altoverskygende krise. Hun fant ingen hensikt med livet mer fordi et liv uten lek er et meningsløst liv. Private relasjoner gikk fløyten. Hun mistet kjærligheten. Hun mistet kontakten med seg selv. Men en dag, under en tørr forelesning om nevropsykologi på Blindern, hørte hun en stemme i hodet, som sa: «Det var en gang...»

Ja, takk, begge deler

Hun begynte å skrive. Hun skrev og skrev og skrev og kjente at den indre skaperkraften klarte å bearbeide følelser hun ikke kunne sette ord på. Samtidig ble hun bunn ulykkelig. Hun var sikker på at hun var på villspor som akademiker. Derfor oppsøkte hun en fransiskanermunk i Oslo.

- Jeg ble vist til rommet hans, med myke tepper og breddfulle bokhyller. Jeg sa at jeg studerte psykologi og hadde mistet retningen i livet. Skriver du? spurte han. Eh, ja, jeg skriver eventyr, svarte jeg. Fortell! sa han, og så fortalte jeg historien jeg nettopp hadde skrevet om Lucifere og Arimane, to kvinner i en gåte, som møter kong Hverdag og må svare på mennes-



kenes evige spørsmål: *Hvordan* være levende? Da tok munken frem en bok han ville låne meg, en knall oransje bok som het «Østenfor sol og vestenfor måne. Psykoanalytiske tolkninger av nordiske og germanske eventyr, sagn og myter.» Og plutselig ble to verdener forent! Jeg trodde jo at hvis jeg hadde talent for det ene, måtte jeg utelukke det andre. Jeg gikk ut med boken og visste at nå må jeg til Asylet, en gammel kafé på Grønland, for der fantes det et ildsted, og jeg ville lese boken i fred ved ilden. Det var en ledig plass ved peisen, men ved det vesle bordet ved inngangsdøren satt det en tilårskommen, herjet kvinne med ølen sin. Jeg kjente blikket hennes i nakken og det varte ikke lenge før hun ropte til meg: Du som leser, skriver du?

Mot til å lytte

Dette var en dag Hilde Johanne følte at hun ikke hadde noe å tape. Hun sa som sant var at hun skriver eventyr. Kom og fortell meg ett, da, oppfordret kvinnen. Og Hilde Johanne klappet sammen boken, satte seg der, så henne inn i øynene og begynte å fortelle om en furete, krumbøyd dame, som matet ilden med vonde minner og sakte, men om senn erindret at hun var en dronning.

- Hun tok hånden min og sa at jeg måtte love henne å fortsette å fortelle menneskene historier, fordi jeg ser. Da

begynte jeg å gråte. Eventyret sier noe om hvor dypt vi må falle før vi begynner å lytte. Jeg var på mitt modigste denne dagen fordi jeg stilte meg åpen for råd. Hvem er egentlig de klokeste rundt oss? Er det de som tilsynelatende mestrer alt - eller er det de skadeskutte? Hvem har erfaringen vi trenger for å komme videre? I mitt tilfelle var det en munk og en gammel alkoholiker. Jeg trengte å møte noen som så meg i kraft av min person, ikke i kraft av mine prestasjoner. Senere skrev jeg hovedoppgaven min om eventyrenes nytteverdi for voksne.

Skyggen

Snipp, snapp snute, eventyret er ikke ute.

- Eventyret sier at for å bli den vi er, må vi erkjenne oss selv på godt og vondt. Det betyr at vi må integrere skyggen vår. Jo bedre vi blir kjent med oss selv som mennesker, jo mer medfølelse får vi for menneskeheten, som Søren Kierkegaard hevdet. Først når vi kjenner vår egen sårbarhet og feilbarhet, blir vi det romslige mennesket som eventyret snakker om, sier Hilde Johanne Aafoss.

Men først og fremst må vi våge å kjempe mot kjempen som bærer navnet Frykt.