

Pilegrimsretreat for veteraner*

AV KYRRE KLEVBORG

For du har skapt oss til deg og vårt hjerte er urolig inntil det finner hvile hos deg
St. Augustin

Innledning: Den lange veien hjem

Den lange veien hjem er den megetsigende tittelen på en bok skrevet av veteran Knut Braa (Braa 2001). Den omhandler forfatterens opplevelser under tjenesten i Libanon, og de konsekvenser som opplevelsene fikk i hans liv. Tittelen på boken er velvalgt og beskrivende; den peker på det strevsomme, utmattende og potensielt ødeleggende i det å oppleve at en ikke kommer helt hjem etter oppdrag som soldat ute. Vi vet at flere veteraner har tilsvarende opplevelser; erfaringer av at veien hjem fra tjenesten i internasjonale operasjoner kan være lang, utfordrende og kronglete.

Pilegrimsretreat for veteraner retter seg ikke kun mot veteraner som opplever at de har utfordringer etter deltagelse i internasjonale operasjoner. Tvert om ønskes deltagelse fra hele aksene av veteraner fra frisk til skadd, og nettopp en slik fordeling kan være en styrke. Like fullt kan det være at denne aktiviteten appellerer mer til veteraner som opplever at de har en krevende hverdag.

Pilegrimsretreat for veteraner er selvsagt ikke løsningen på posttraumatiske stresslidelser (PTSD) blant veteraner, men vi mener imidlertid at aktiviteten kan være til hjelp for enkelte. Det er ikke likegyldig hva slags hverdagsvalg PTSD-diagnostiserte veteraner tar, og vi vil gjerne medvirke til at de i dagliglivet kan velge det som fremmer livskraftene. Vi tror valgene hver enkelt veteran gjør har betydning for hvordan de kan leve med sin historie, og vi tror at pilegrimsretreat

* Pilegrimsretreat for veteraner er kommet til som et samarbeid mellom Øystein Endal, feltprest ved Heimevernets skole- og kompetansesenter (på Dombås), Christian Skovdahl, feltprest ved Forsvarets veteransenter (på Bæreia) og undertegnede. Inspirasjon og ideer til denne artikkelen er for en stor del et resultat av en spennende prosess med refleksjon og samtaler oss imellom. Initiativ, utvikling, planlegging og gjennomføring av pilegrimsretreat har hele veien vært vårt felles prosjekt, som jeg er dypt takknemlig for at jeg har fått være med på.

for veteraner kan hjelpe dem til å ta gode valg i fra dag til dag. Når vi inviterer til pilegrimsretreat er dette ett av perspektivene. Vi inviterer veteraner inn i et opplegg som kan oppleves som godt og meningsfullt for dem. Det er dette opplegget vi gjerne vil presentere i rammen av denne artikkelen.

Hvem, hva, hvor?

Pilegrimsretreat for veteraner er lagt til Fokstugu fjellstue, en gjesteplass som gjennom lange tider har huset pilegrimer. Stedet er ikke tilfeldig valgt og slett ikke uten betydning. Pilegrimstradisjonene går helt tilbake til Kong Eystein, som rundt år 1120 bygde *sælehus* for å huse pilegrimer som søkte ly på vei over Dovrefjell mot Nidaros og St.Olavs grav.¹ Fokstugu må ha vært en kjærkommen overnattingsplass for mange veifarende, der det ligger nesten på det høyeste punktet av fjellovergangen, på det mest utsatte for vær og vind. Og vær og vind er det mye av på Dovrefjell!

Lange tradisjoner er verdifullt. Men enda mye viktigere er hva vertskapet ved Fokstugu fjellstue klarer å formidle til sine gjester. Laurits og Christiane Fokstugu er sauebønder som lever tett på naturen. De har en respekt for naturen som en ikke unngår å få øye på. De lever i et regelmessig bønneliv, som inngår i fjellgårdens rytme. Morgenbønn og kveldsbønn i bygningen de kaller Guds Husset. Opprinnelig var denne bygningen et lite tømmerhus som senere tjente som fjøs for sauer. Nå er det vigslet og vakkert utsmykket. På gården ringes *angelus*. I Guds Huset nevnes besøkende med navn kvelden før de skal vandre videre, og her bes det for alle veifarende. Laurits og Christiane har tatt imot innsatte i samarbeid med norske fengsler, fengselsprester og kriminalomsorgen. På denne fjellgården blir fangene sett og respektert, og blir inkludert både i arbeidsliv og bønneliv. Og nå, i rammen av pilegrimsretreat, tar Laurits og Christiane altså imot veteraner også.

Vi går tre dagsetapper av pilegrimsleden fra Budsjord på Dovre til Eysteinskirken på Hjerkin. Fokstugu fjellstue er overnattingsplass i hele uken. Der følger vi rytmen med morgenbønn og kveldsbønn i Guds Husset. I dagsprogrammet inngår daglig samtale med en av de medvandrende feltprestene, samt en samling med felles refleksjon i gruppe. Det er lagt opp til rikelig anledning for stillhet.

¹ Les mer om Fokstugu fjellstue på www.fokstugu.no. Det finnes dessuten interessant stoff om Fokstugu Fjellstue i boken *Dovrefjell i tusen år – mytene, historien og diktningen* av Gro Steinsland (2014).

Selv om pilegrimsretreat gjerne inviterer deltagere med tilhørighet til andre livssyn enn det kristne trossamfunn,² bør det likevel poengteres at *den grunnleggende pulsen* i opplegget ikke kan fravikes, uten at aktiviteten endres til å bli en annen slag aktivitet. Pilegrimsretreat er forankret som en kirkelig aktivitet. Det er det *kristne* «skattkammer» vi øser fra. Det er viktig å være tydelige og ærlige med tanke på hva slags aktivitet deltagerne går inn i og hvilke forventninger som stilles til deltagere. Slike forventninger er for eksempel grunnleggende positiv innstilling, motivasjon og vilje til å delta på alle deler av programmet. På forhånd kommuniseres det at en i rammen av pilegrimsretreat jobber med sin åndelige side. Dersom den daglige rytmen forsvinner fra opplegget slutter det å ha en åndelig innretning, og blir en tur som kan arrangeres hvor som helst og av hvem som helst. Guds Huset er derfor et viktig samlingspunkt og tidebønnene som vi ber der, blir et essensielt innhold. Deltakerne må få vite på forhånd at deltakelse i disse samlingene, samt i daglige samtaler med ledsagende feltprester, er en forutsetning for deltakelse.

Pilegrimsretreat tar mennesker bort fra støy og inn i en viktig dimensjon i nærhet til naturen og i stillheten. Enkelte veteraner er engstelige for stillheten, fordi den vil kunne bringe også en mer usensurert nærhet til en selv, og dermed tilbake til vanskelige minner. Igjennom pilegrimsretreat inviteres veteranene inn i refleksjoner i fellesskap med en samtalepartner eller sjelesørger, og med en gruppe av personer (medveteraner) som har en forutsetning for å forstå. Dette er forhåpentligvis en kontekst som kan oppleves trygg og god.

Pilegrimsretreat – erfaringsnært og paradoksalt

Begrepet *pilegrimsretreat* er sammensatt av de to begrepene *pilegrim* og *retreat*. Dette er begreper som hver for seg har røtter langt tilbake i tid og som har en tung plass i kristne tradisjoner. Hver for seg byr de på et vell av teologiske konnotasjoner. I rammen av denne artikkelen kan vi ikke gå dypt inn i disse tradisjonene eller teologien omkring pilegrimsvandringen og retreat. Sammensettingen av de to begrepene, betegnelsen *pilegrimsretreat*, er likevel viktig. I sammenheng med kirkelige gudstjenester og arenaer der kirken ønsker å kommunisere bredt inn i samfunnet, har det vært fremsatt kritiske innvendinger mot et språk som kan oppleves fremmedgjørende. Betegnelsen *pilegrimsretreat* er i seg selv ikke veldig annerledes i så måte. Når vi kommer under overflaten og snakker mer *innholdsmessig* om pilegrimsvandring og retreat, er imidlertid bilder og ut-

² Pilegrimsbegrepet er som kjent viktig og sentralt innen mange tros- og livssyn. Vi har hatt deltagere med andre livssyn enn det kristne. Samtidig som vi er tydelige på den kristne forankringen som dette opplegget har, har vi ingen agenda i retning av å dytte deltagere i noen bestemt retning livsynsmessig sett.

trykk vi bruker så gjenkjennbare, så dagligdagse at de kommuniserer godt også utover teologlauget eller de som er spesielt interesserte. Alle forstår hva en bekk med vann på fjellturen kan bety, de fleste vet noe om betydningen av å trekke seg tilbake til roligere omgivelser når ens egen timeplan har vært for krevende over tid. Eller overvei de følgende uttrykkene: Å være underveis, å finne en retning i livet, å sette seg ned på en rasteplass, å trenge et pusterom, å være sliten i kroppen etter en lang tur, å stå i et stikryss, å være utmattet av støy og travelhet, å kjenne på en indre uro, å lete etter mening i ens vandring her i livet. Dette er bare et lite utvalg av uttrykk som står i innholdsmessig forbindelse med begrepene pilegrimsvandring og retreat, og som samtidig er gripbare og aktuelle for en målgruppe som i utgangspunktet ikke sliter mye på kirkebenkene. Innholdet i begrepene kan altså oppleves aktuelt og relevant for mange.

Styrken med pilegrimsretreat ligger i at uttrykkene ikke bare er teori og tørre begreper. Deltagerne *erfarer* dem, de *opplever* dem. De får bringe seg selv med sine følelser, sin dagsform, sin sekk, de får kjenne på gnagsår, de kjenner at vandringen gjør dem tørste og slitne, men også at en kan drikke av bekkevannet og hvile musklene.

Da vi først satte sammen de to begrepene opplevde vi det som et aldri så lite gjennombrudd. Ordkonstruksjonen er på et vis paradoksal, det kan minne litt om begrepet *kjempeliten*, en ordkonstruksjon som ikke stemmer overens innad. Mens *pilegrimsbegrepet* drar i en aktiv retning (oppbrudd og vandring), er *retreat* forbundet med en mer passiv mottagelighet, der en oppsøker stillheten og rommet med Gud. Motsetningen er likevel i en viss grad kunstig. Målet om å søke nærvær i eget liv, målet om å søke *Guds* nærvær i eget liv er sentrale i begge sammenhengene.

Uansett opplevde vi at nettopp denne, i positiv forstand, spenningen kunne bli noe fruktbart for veteraner som opplever å ikke ha kommet helt hjem. Det trengs et oppbrudd fra det som er blitt statiske og nedbrytende mønstre i eget liv. Vi vet at mange strever med isolasjon. Selvmedisinering i form av rusmisbruk er ikke uvanlig. Pilegrimen erkjenner at det finnes noe han eller hun trenger å bryte opp fra. De kan søke noe annet. Samtidig kan aktivitetsjaget være en del av problemet for enkelte. Flere kan fortelle om hvordan jobben ble en arena som i en periode kunne hjelpe dem med å holde det vonde og vanskelige på avstand. De kunne arbeide i stedet for å sove, arbeide i stedet for å følge opp barna, arbeide heller enn å bruke tid med ektefelle eller samboer. Å rømme inn i aktiviteter, for eksempel arbeid, er ikke en løsning som har bærekraft over tid. En retreat-deltager øver seg i å være stille og mottagende. Det er utfordrende for en veteran med PTSD å bringe seg selv til ro. For en PTSD-veteran vil dette være det motsatte av å rømme. Det er å la det som er, være. Åpent for en selv og åpent for

Gud. Å møte seg selv med aksept, også når en ikke opplever seg selv som særlig attraktiv, kan gi nytt håp om at det er mulig med en fremtid uten å måtte rømme.

Hele mennesker

Vi som har initiert pilegrimsretreat for veteraner er feltprester og ikke medisinske behandlere. Som hyppig brukte samtalepartnere er det viktig å ikke opptre som noe annet enn det en er. Det vi besitter i vår egen fagtradisjon løfter vi imidlertid gjerne opp som noe verdifullt, også med tanke på våre bidrag innen feltet veteranivaretagelse. Som teologer er vi forberedt på å samtale med våre brukere om åndelige spørsmål. Dette er uttrykk for det vi har å øse fra i vår rike fagtradisjon som vi representerer. Så oppfordrer vi til åpenhet overfor andre fagtradisjoner enn vår egen. Vi bør søke å arbeide tverrfaglig til beste for veteranene. En slik tverrfaglighet er rotfestet i et helhetlig syn på mennesker.

Et helhetlig syn på mennesket understreker at menneskets fysiske, psykiske, sosiale og åndelige dimensjon er en enhet. Vi har alle en fysisk side og en psykisk side, så vel som en åndelig side og en sosial side. Disse sidene eksisterer ikke uavhengig av hverandre. Alle sidene er nært forbundet med hverandre og påvirker hverandre gjensidig.

Vi vil tenke at de aller fleste veteraner med PTSD erfarer et slikt helhetlig syn på mennesket som noe konkret i sine liv: De erfarer at den diagnosen som er stilt relatert til psykisk helse ikke kun forringer den psykiske helsen. De opplever at PTSD også påvirker de andre dimensjonene. Vi har eksempler på at veteraner med PTSD vender seg vekk fra sine nærmeste, de som kunne være de tryggeste hjelperne. Slik ser vi at veteranens sosiale liv kan influeres av den psykiske tilstanden. Veteraner med PTSD kan fortelle seg selv hvor lite de er verdt, hvor lite de fortjener et godt liv eller at livet ikke har noen mening. Slik ser vi at den åndelige, eksistensielle dimensjonen kan lide som følge av at de er psykisk traumatiserte. Veteraner med PTSD begynner ikke sjelden å drikke, slutter å holde seg i form og pådrar seg slik fysiske plager. Slik ser vi at den psykiske helsen påvirker den fysiske helsen. Mennesket er en udelelig, sammenvevet helhet av kropp, psyke og ånd.

Det helhetlige synet på mennesket med bakgrunn i disse eksemplene kan kanskje fortone seg som trist og lite håpefullt. PTSD kan oppleves som starten på en ond sirkel, en tilstand som påvirker hele livet i negativ forstand. Imidlertid finnes det en mer håpefull side av dette. Dersom våre ulike dimensjoner er knyttet sammen og påvirker hverandre, er det også mulig å skape en omvendt bevegelse; dersom jeg tar fatt i min fysiske helse, for eksempel lar være å ruse meg eller begynner å trene jevnlig, vil det potensielt påvirke positivt også de andre

dimensjonene. Dersom jeg tar fatt i det sosiale livet og åpner opp for å ha kontakt med andre, vil det kunne skapes en god sirkel, det kan slå positivt ut. Dersom jeg finner en god plass å møte de åndelige temaene i livet mitt, som for eksempel i bønn og stillhet, kan det også avhjelpe på de andre områdene i livet.

Dette er noe av idegrunnet for pilegrimsretreat for veteraner. Vi ønsker å bidra i oppstarten av en «god sirkel» og forventer at det kan ha en positiv effekt på tvers av dimensjonene. Hva er denne gnisten som kan igangsette denne gode sirkelen, den positive bevegelsen?

Det kan være flere forhold. Vandring i fjellet i storslåtte omgivelser langt fra støy er i seg selv positivt. Det kan være fysisk aktivitet, et felleskap med andre som vil en vel, opplevelsen av at andre ønsker å lytte til en, at en blir tatt imot når en strekker ut en hånd. Det kan være opplevelsen av å bli regnet med, å kjenne på anerkjennelse, å reflektere over eget liv sammen med andre. Det kan også være opplevelsen av hva et hellig rom, der en tas imot med alt en bærer på, kan gjøre med en. Eller det kan være at en endelig får muligheten til å samtale om egen relasjon til Gud eller om meningen med livet. Det er mye innenfor en pilegrimsretreat som kan skape en positiv bevegelse.

Sjelesørgeren som medvandrer, medvandrereren som sjelesørger

Det er viktig å erkjenne de asymmetriske elementene i enhver relasjon der en person henvender seg til en annen som sjelesørger. Uavhengig av ønsker og intensjon er det slik at en har ulike roller å ivareta. Landskapet blir ryddigere dersom sjelesørgeren er klar over og aksepterer at ansvaret i sjelesorgrelasjonen fordeler seg ulikt mellom konfident og sjelesørger. Asymmetrien er en del av sjelesorgrelasjonen som alltid vil og skal være der.

Like fullt har sjelesørgeren en mulighet til å tone ned asymmetrien og møte den andre mest mulig på likefot. For eksempel kan sjelesørgeren være tydelig på at han eller hun selv har noe å lære i relasjonen. Eller sjelesørgeren kan være tydelig på at den oppsøkende er eksperten på seg selv. Innen den psykologiske metoden som kaller seg for *transaksjonsanalyse* hevdes det at ens *jeg-forståelse* og måten en kommuniserer med en annen på, former den andres *jeg-forståelse* og dermed hele dialogen.³ De tre *jeg-forståelsene* som kan prege kommunikasjonen er *foreldre-jeget*, *voksen-jeget* og *barne-jeget*. Kommuniserer jeg med *foreldre-jeget*, som en forelder overfor et barn, er det nettopp en underlegen og barnlig respons jeg inviterer. Idealet er heller at jeg skal stå trygt i mitt *voksen-jeg* og legge til rette for at den andre kan akseptere min *jeg-forståelse*. Slik styr-

³ En enkel og god fremstilling av transaksjonsanalyse finnes på følgende nettadresse (lastet ned 24.04.2015): <http://psykologi.cappelendamm.no/c808765/artikkel/vis.html?tid=837034>.

kes forhåpentligvis også den andres forståelse av seg selv, ikke som et *forelder-jeg* eller et *barne-jeg*, men som en voksen. Slik kan det legges til rette for høyere grad av jevnbyrdighet.

Det å være sammen på vandring kan også virke til å bygge ned asymmetri i relasjonen. En er sammen om noe. Begge er på vandring, begge har startet et sted og skal komme seg til et mål. En er altså medvandrere med et felles prosjekt. Dette kan kanskje ligne noe av det mange opplever som særlig meningsfullt med tjenesten i internasjonale operasjoner: et sterkt samhold og det å være felles om noe.

Vandringen gjennom etappene i pilegrimsleden kan altså ha noen positive effekter som en ikke nødvendigvis legger umiddelbart merke til. Samtalen underveis på en dagsetappe i pilegrimsleden, er ikke som samtalen på en sjelesørgers kontor, der en konfident nok kan oppleve å være på «bortebane». På vandring er det annerledes. Her er det ikke en som er på «hjemmebane», en som eier naturen mer enn den andre. Setter vi oss ned for å ta en pust i bakken er det like sannsynlig at den jeg prater med låner meg plass på sitt sitteunderlag som omvendt. Vannet i bekken skiller ikke mellom oss; den stiller både min og den andres tørste.

En av mange som har jobbet med medvandring som metafor for sjelesorgen er Tor Johan Grevbo. I sin bok *Sjelesorgens vei* beskriver han sjelesorg som å vandre sammen med: «Kristen sjelesorg er – i en sosial og kirkelig kontekst – å gå et stykke av Guds vei med et udelt og egenartet medmenneske (eventuelt med flere samtidig) for å bane vei for og formidle tro, håp og kjærlighet» (Grevbo, 2006, s. 508).⁴ Dette er en beskrivelse vi kjenner stemmer godt overens med våre tanker om hva god sjelesorg bør være. Definisjonen treffer dessuten våre intensjoner for pilegrimsretreat for veteraner på en spesiell måte, siden medvandringen i pilegrimsretreat ikke kun er en metafor, men kan forståes helt konkret. Vi oppfatter det slik at det å vandre sammen med et annet menneske er vel-egnet for å bygge ned unødvendige ujevnheter i sjelesorgrelasjonen.

Ritualer som en hjelp?

I kjølvannet av store ulykker eller kriser har vi sett at ritualer og ritualisering har blitt viktige bestanddeler i bearbeiding av tapsopplevelser og kriser. Danbolt og Stifoss-Hanssen hevder at ritualer kan medvirke til en opplevelse av mening i det meningsløse, kontroll og tilhørighet (Danbolt og Stifoss-Hanssen 2015, s.

⁴ Om sin egen sjelesorgmodell bruker Grevbo begrepet *viatorisk sjelesorg*, og med dette ivaretar han både medvandrerespektet og formidlingen av et budskap som vesentlig for sjelesorgen.

214). De skriver spesielt om ritualers betydning for *terskel-mennesker* (s. 205),⁵ det vil si personer som står i et uavklart spenn mellom fortid og fremtid. Interessant fra vårt perspektiv er det også at de skriver om ritualers funksjon i relasjon til enkeltpersoners *resiliens* (s. 212). Mot dette bakteppet er det naturlig å se nærmere på den funksjon ritualer kan ha for veteraner som opplever å ikke ha kommet helt hjem.

I flere kulturer og til forskjellige tider har en tatt i bruk ulike *hjemkomstriter* for soldater (French 2005). En har med dette ønsket å bidra til prosessen med å reintegrere krigere til det normale fredelige samfunn. I disse kulturrene har en anerkjent at soldatene har levd i en krigertilværelse som er så annerledes enn den hjemlige tilværelsen at det ikke er uproblematisk å settes rett tilbake i den. Evner og egenskaper som har kommet til god nytte og vært nødvendige i krig og i konfliktområder, er ikke på samme vis nyttige, – ja, kan til og med oppleves som problematiske hjemme. Det som kunne holde liv i soldaten underveis i den militære tjenesten, gjør kanskje at en opplever seg malplassert i hverdagen hjemme. I de senere år har vi også sett et økt fokus på det som kan kalles moralsk stress.⁶ Spørsmål om skyld, og opplevelse av skyldfølelse er et tema i mange veteraners liv.⁷

I artikkelen *Warrior Transitions: From Combat to Social Contract* har Shannon French (2005) eksemplifisert slike «hjemkomstriter» i ulike kulturer og forklart dem med ulike siktemål: Hvordan kan vi assistere de hjemvendte til å finne tilbake til sin plass i samfunnet? Hvordan kan vi trygge samfunnets siviliserte levesett? Hvordan kan opplevelsen av moralsk skyld bli møtt på en god måte? I mange kulturer har ritene hatt en religiøs dimensjon over seg. Brutale handlinger krevde oppgjør og renselse før en kunne innlemmes på nytt i et sivil samfunn og settes i et rett forhold til det guddommelige.

Kan en tenke seg muligheten for at det er lærdommer å trekke av de hjemkomstritene som mange samfunn og kulturer har utviklet gjennom ulike historiske perioder? Kan riter være med på å sette et endelig punktum for krigertilværelsen? Kan symbolhandlinger hjelpe soldater til å *avläre* noe av det som var nødvendig ferdigheter i et operasjonsområde, men som ikke lenger er tjenlig i den hjemlige kontekst? Kan det hende at enkelte hjemkomstriter kunne være til hjelp for enkelte av veteranene som opplever at de ikke lander fullstendig i den hjemlige konteksten? Og kan Pilegrimsretreat for veteraner spille en rolle i slike reparasjonsprosesser?

⁵ Begrepet er hentet fra riteforsker og sosialantropolog Victor Turner. Turner (1997) bruker begrepet *threshold people*.

⁶ Se for eksempel May og Forchimes (2012).

⁷ Holten (2001), Klevberg (2005) og Berntsen (2014) er tre bidrag fra norske feltprester som hver for seg tematiserer skyld og skyldfølelse i veteraners liv.

I møte med flere spørsmål i avsnittet over har vi ikke pretensjoner om å komme med så mange svar. Kanskje vi først og fremst peker på områder det ville være nyttig å igangsette forskningsprosjekter. Men samtidig som vi ikke er for påståelige om positive effekter av hjemkomstriter for *våre* soldater i *vår* kultur, ønsker vi like fullt å peke på de muligheter som slike riter kan bære på for våre veteraner. Pilegrimsretreat er et *mulighetsrom* med tanke på bruk av ritualer. I et slikt perspektiv vil vi løfte frem pilegrimsretreat og dimensjonen ved pilegrimsretreat der ulike riter og symbolhandlinger kan synes å fremme *overgang* eller endringer fra en tilstand til en annen. Veteraner som ønsker seg positive endringer i sitt eget liv kan få drahjelp gjennom pilegrimsretreatens mangfoldige symbolspråk, dens konkrete handlinger og riter.

De fleste som legger ut på en pilegrimsvandring gjør dette som uttrykk for et ønske om at noe kan bli annerledes. Slik har det vært så lenge folk har valfartet til helgengravene; en kunne vandre for å gjøre opp for en misgjerning, en kunne reise med et håp om helbredelse. En kunne vandre på vegne av en selv eller på vegne av en annen, men som regel med et mål eller en intensjon. Fellesnevneren er at endring i en eller annen form var et ønske. Tanken er at pilegrimsretreat kan imøtekomme forventninger som deltagere har med seg, og nettopp symbolhandlinger, handlinger som har en indre dimensjon i tillegg til den ytre, kan medvirke til slik endring.

Av viktige handlingselementer i pilegrimsretreat for veteraner er for det første selve *vandringen* essensiell. *Pilegrimsvandringen* er en handling som peker ut over seg selv. Den ytre vandringen tar oss gjennom nye landskap, opp krevende bakker, til steder der en ikke vet hva som venter rundt neste sving, til muligheter for rasteplasser. Alt dette gjenspeiles på det indre plan. Ved siden av den ytre vandringen finnes også den indre vandring, der de krevende bakkene og det ukjente i nye landskap dreier seg om møter og samtaler med Gud og en selv. Vandringen kan bli en vandring innover. I det kjente diktet «Romanska bågar» skriver Tomas Tranströmer om et slikt møte både med Gud og en selv:

*En ängel utan ansikte omfamnade mig
Och viskade genom hela kroppen:
«Skäms inte för at du är människa, var stolt!
Inne i dig öppnar sig valv bakom valv oändligt.
Du blir aldrig färdig, och det är som det skall.»⁸*

En oppdagelse av stadig nye landskap, eller katedralhvelv, i en selv. Og den gode stemmen som minner en om at det er greit at ikke alt er på plass i ens liv, - det er som det skal.

⁸ «Romanska bågar» i Tomas Tranströmers diktsamling *För levande och döda* (1989).

En annen handling, eller rite, som vi har lært om på Fokstugu, er følgende: Vi inviterer veteranene til å velge seg ut en *lommestein* som de kan bære med seg gjennom dagens vandring. Den brukes som et utgangspunkt for refleksjon. Kanskje kan den komme til å symbolisere det tunge og vanskelige som en selv bærer på. Kanskje kan den legges på en varde ved enden av en tung oppoverbakke. Eller kanskje kan den tas med helt til kveldsbønnen i Guds Huset og legges på alteret der. Den ytre eller konkrete handlingen er å plukke med seg en stein, kjenne på den og senere legge den fra seg. Men vi ser også den indre dimensjonen, der steinen kan representere byrden som kan legges av, eller det som jeg kan legge av i Guds nærhet, og oppleve at Gud er stor nok til romme hele meg.

Nok et eksempel på handlinger som peker utover seg selv er gudstjenestene. Morgenbønn og kveldsbønn følger fastlagte liturgier. Liturgi er noe vi utfører,⁹ handlinger som på et ytre plan kan beskrives med at vi leser fra heftet *Tidebønner fra Nidaros*, vi leser vekselvis fra Salmenes bok, og det hele avrundes med at presten leser velsignelsen til avslutning. På et indre plan får handlingene helt andre betydninger. Da blir vi deltagere i et tilsvarende drama som salmedikteren David stod i for flere tusen år siden, der vi som han står i en relasjon til Gud. I gudsrelasjonen konstitueres det som Leif Gunnar Engedal kaller «et åpent og robust «rom» for affektive utbrudd av alle slag.»¹⁰ På dette indre planet tas vi på alvor med hele bredden av våre erfaringer og følelser.

Det er slike handlinger vi tror kan virke positivt i deltagerens liv. Kanskje kan dagene på fjellet lede til endringer som kan virke til det beste for veteranene og deres hverdag. Kanskje kan deltagelse i pilegrimsretreat danne en mulighet for nye mønstre som kan beholdes også når uken med vandring er ferdig og livet skal leves hjemme igjen. Vårt håp er at veteranene gjennom deltagelse, gjennom rytmen i Guds Huset, gjennom vandringen i naturen sammen med de andre deltagerne, og gjennom refleksjonene, kan se på seg selv med et mindre strengt blikk, og lytte med økt medfølelse til andres historier.

Forhåpentligvis vil mange som er med på pilegrimsretreat oppleve det som meningsfullt. Vi synes imidlertid ikke at det er vanskelig å akseptere at enkelte reiser fra retreaten uten den sjelsettende opplevelsen av at brikkene endelig falt på plass. Når de endringene en håpet på ikke kommer, vil vi snarere fokusere på at de i alle fall i fikk noen dager med vandring på fjellet med litt lavere skuldre sammen med velmenende medveteraner og medvandrere. Det kan i seg selv være godt.

⁹ Betydningen av begrepet *liturgi* (av gresk *laos* = folk og *ergo* = å gjøre) er *det arbeidet som folket skal gjøre*, altså en slags arbeidsplikt folket skal utføre.

¹⁰ Leif Gunnar Engedal (2015), s. 98.

Tilbakemeldingene

På avslutningsdagen av 2014-utgaven av Pilegrimsretreat for veteraner satte vi oss ned for å oppsummere. Vi ønsket å høre hvordan arrangementet hadde landet for deltagerne; hvordan hadde de opplevd oppholdet på Fokstugu, vandringen, og refleksjonen? Vi er klar over at dette ikke var noen nøytral innhenting av data. Sannsynligvis var stemningen noe euforisk blant deltagerne så kort tid etter det de hadde vært med på. Vi har heller ingen indikasjoner verken den ene eller andre veien på hvordan de gode opplevelsene og den opplevde effekten av pilegrimsretreaten vedvarte i tiden etter. Like fullt ser vi de umiddelbare innspillene vi fikk som verdifull informasjon, og dessuten en god anledning til å skaffe oss et inntrykk av hvordan vi kunne utvikle konseptet vårt videre.

De mer generelle tilbakemeldingene målbar takknemlighet for at deltagerne hadde fått muligheten til å være med på arrangementet. Om vandringene ble det trukket frem at de fungerte som en god arena for refleksjon. Deltagerne satte pris på en viss valgfrihet mellom å vandre i stillhet for seg selv eller å være mer sosial og tilgjengelig for andre. Heldigvis ble tilbakemeldingene også mer spesifikke: En deltager nevnte at pilegrimsretreaten hadde hjulpet han til en bedre fysisk form, både ved at han hadde begynt å forberede seg på vandringene gjennom systematisk trening fra et par måneder før selve pilegrimsuken, og selvsagt gjennom vandringene i pilegrimsleden. En annen sluttet seg til og fremhevet at pilegrimsretreaten inngav en følelse av mestring; han var glad for, og imponert over at han hadde klart å gjennomføre hver av de tre dagsetappene. Nå var motivasjonen til stede for fortsatt fysisk aktivitet.

Videre ble den tette oppfølgingen med obligatorisk samtale med en av de medfølgende feltprestene, trukket frem: «Jeg ble holdt fast på en viktig måte. Det ble en hjelp til å ta fatt i det jeg trengte å ta fatt i.»

Også den daglige refleksjonen i gruppen ble trukket frem som positiv. Det opplevdes som en anledning der en kunne «spille ball» med de andre og oppleve omsorg fra de andre, men også få mer tydelige og direkte tilsvare som kunne være nyttige. Bare det å være omgitt av andre veteraner, personer som de vet har forutsetning for å forstå og som bryr seg, ble opplevd som oppbyggende og retningsgivende. To av deltakerne hadde erfart pilegrimsretreaten som en god arena for å få bearbeidet sinne. En fortalte at «sinnet kjennes lettere.» Aksept av en selv fremstod som et viktig tema. Om de klarte å godta hvordan de var blitt preget av det de hadde opplevd i internasjonale operasjoner, kunne de også kanskje lettere slippe taket i sinne og bitterhet.

En deltager understreket verdien av kombinasjonen av vandringer og refleksjonstid: «Jeg har fått mer energi gjennom fysisk og åndelig arbeid.» Det ble tilføyd at pilegrimsretreaten hadde gitt en bedre balanse i livet.

Opplevelsen av samhold i gruppen ble poengtert: «Her ble jeg godtatt, og de andre vet noe om hva jeg bærer med meg.»

En rapporterte at han hadde fått en økt bevisstheten om *egne* ressurser. Ikke bare hadde han *tatt imot* gode innspill fra de andre, han hadde også *bidratt* til andres vekst: «Det jeg hadde å bidra med ble hørt og verdsatt.»

Om rytmen i kapellet ble det også gitt tilbakemelding. En fortalte: «Jeg fikk jo litt bakoversveis av alle de bønnene. Jeg fikk litt sjokk, men det var et *godt* sjokk.» Det utsagnet virket representativt for flere. Det var annerledes enn det de var vant til, men de opplevde det som et godt sted å være.

Til sist en tilbakemelding som også virket signifikant: En av veteranene fortalte om at han hadde strevd lenge med bitterhet. I lys av den siste uken hadde han gjort en oppdagelse, og formulerte den som følger: «Jeg har vært bitter så lenge. Denne uken har fått meg til å tenke at bitterheten egentlig handler om sorg.» Sånn kunne han finne seg et nytt utgangspunkt for å håndtere krevende følelser og få bedre forutsetninger for å kunne ta fatt i følelsene og bearbeide dem.

Slike innspill viser oss at deltakerne opplevde pilegrimsretreat som særdeles givende.

Konklusjon og fremtidige mulighetsrom

Pilegrimsretreat for veteraner er initiert av Feltprestkorpset som et bidrag til Forsvarets oppfølging av veteraner. Deltagerne inviteres til fem dager med vandring i pilegrimsleden fra Dovre til Hjerkin, samt refleksjoner og bønneliv knyttet til pilegrimsgården Fokstugu på veien over Dovrefjell. Tilbudet er fortsatt ungt og fremdeles i utformingsfasen. Veteranene som har deltatt har gitt gode tilbakemeldinger og vi har håp om at pilegrimsvandring og retreat i kombinasjon utfordrer dem på en god måte til å være tilstede i eget liv og at de kan oppleve at de er *under Guds gode blikk*. I samtaler med feltprest og med gruppen har deltagerne anledning til å gjenkjenne følelser og dynamikker, og bevisstgjøres på ens typiske valg og mønstre. Sannsynligvis får veteranene øye både på positive og nedbrytende elementer i egen tilværelse. Uansett er det viktig at de kan stå i denne prosessen uten å dømme seg selv, og uten å kjenne seg dømt av Gud eller andre.

Pilegrimsretreat for veteraner er en arena der veteranene er tilgjengelige for hverandre. Ikke bare får en oppleve godvilje og støtte fra de andre deltagerne. En kan *selv* bety noe positivt, være til velsignelse for de andre. Dette er en styrke i et fellesskap som deltagerne kan ta med videre inn i hverdagen

Vi tenker at konseptet pilegrimsretreat har et stort potensial. Det er ikke bare veteraner som kunne ha glede av et slikt opplegg. Pilegrimsretreat kan for eksempel være en lest i Feltprestkorpsets oppfølging av sine *egne* veteraner, altså prester som har tjenestegjort i internasjonale operasjoner. Pilegrimsretreat kunne dessuten finne sin form i kirken for øvrig, altså utenfor Forsvaret, kanskje som samarbeidsseminarer for staber, eller som opplegg for grupper innen menigheter. Mulighetene kan være mange.

Med pilegrimsretreat ønsker vi å ta veteraners erfaringer på alvor og å fremme deres vilje og evne til tilstedeværelse i eget liv. Det er ikke alltid enkelt å akseptere det en får øye på i ens eget liv, og det er mye en kunne ønske var annerledes. Det kan være lett å innta en kritisk holdning til en selv. Pilegrims-motivet kan være til trøst for noen hver av oss. Her minnes vi om realitetene i livet slik det er. Pilegrimen er underveis. *Vi* er underveis – ikke ferdig og fikset og i mål – «... och det är som det skall».

Litteratur:

Berntsen, Tor Arne (2014). Å ta imot hjemvendte soldater: anerkjennelse eller oppgjør? *PACEM*, 17:2, s. 19-27.

Braa, Knut A. (2001). *Den lange veien hjem*. Trondheim: Doghouse forlag.

Danbolt, Lars Johan og Hans Stifoss-Hanssen (2007). *Gråte min sang – Minnegudstjenester etter store ulykker og katastrofer*. Kristiansand: Høyskoleforlaget AS.

Danbolt, Lars Johan og Hans Stifoss-Hanssen (2014). Ritualisering: Å skape mening gjennom symbolske handling. I: Danbolt, Engedal, Hestad, Lien og Stifoss-Hanssen (red.) *Religionspsykologi*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.

Engedal, Leif Gunnar (2015). Fra fortvilelsens skrik til ekstasens jubel – følelsenes plass i den religiøse erfaringen. *Tidsskrift for Sjelesorg*, 35:2, s. 92-105.

French, Shannon (2005). Warrior Transitions: From Combat to Social Contract. Nedlastet fra internett 24.04.2015: <http://isme.tamu.edu/JSCOPE05/French05.html>;

Grevbo, Tor Johan (2006). *Sjelesorgens vei – En veiviser i det sjelesørgeriske landskap – historisk og aktuelt*. Oslo: Luther forlag.

Holten, Torstein (2001). Æren er kortvarig – smerten varer evig! PTSD – krigens usynlige sår. *PACEM*, 4:2, s. 195-208.

Klevberg, Kyrre (2005). The Spiritual Cost of Being in Combat – The Military Chaplain's Role in PTSD-Work. *PACEM*, 8:2, s. 93-106.

Klevberg, Kyrre (2014). Jakobs kamp med den ukjente – Refleksjoner fra sjelesørgeriske samtaler med Forsvarets veteraner fra internasjonale operasjoner. *Tidsskrift for Sjelesorg*, 34:1, s. 5-17.

Klevberg, Kyrre (2016). Oppbrudd og hvile – Seks meditasjoner for veteraner på pilegrimsvandring. Oslo, Feltprestkorpsets skriftserie.

May, Larry og Andrew T. Forcehimes (red.) (2012). *Morality, Just Post Bellum, and International Law*. Cambridge, New York: Cambridge University Press.

Turner, V. W. (1997). *The Ritual Process: Structure and anti-structure*. Piscataway, NJ: Aldine Transaction.

Verkamp, Bernard J. (2006) *The Moral Treatment of Returning Warriors in Early Medieval and Modern Times*. Scranton: University of Scranton Press.

Kyrre Klevberg (f 1969) er major, prest og sjelesørger ved Forsvarsstabens veteranavdeling (FST/V). Han har jobbet fire år som prest ved to ulike veteransykehus i USA. Klevberg er veileder innen pastoralklinisk utdanning, og arrangerer kurs for norske feltprester på Viken senter for psykiatri og sjelesorg i Indre Troms og på Landstuhl Regional Medical Center, som er amerikanernes militærsykehus i Europa. Klevberg er veteran fra Afghanistan og har skrevet flere veteranrelaterte artikler både i Tidsskrift for sjelesorg og i tidsskriftet PACEM.