

## LEGE PÅ UTRØST

(I: Fugelli, P. Doktor på Værøy og Røst – Lege på Utrøst. Oslo: Orkana, 11-35.)

*Et gammelt sagn forteller om ei øy som er sunket i havet for lenge siden, som heter Utrøst eller Alvelandet.*

*De gamle fortalte at det var bare de utvalgte som fikk se dette guddommelige landet.*

*Stedet er ikke inntegnet på noe kart, men man skal følge skarven når den flyr ut fra Røst og vestover i Norskehavet.*

<http://www/Lofotpyramiden.com/Lofoten/utrost.htm>

I tre år, fra 1970 til 1973, var jeg lege på Værøy og Røst. Jeg tok doktorgraden min på sammenhengen mellom helse og levekår på disse øyene ytterst i verden. Men det ble bare tall og tabeller. For å bringe balanse i regnskapet, måtte jeg føre inn liv og kjøtt og blod. Det ble boken *Doktor på Værøy og Røst*, en medisinsk folkelivsskildring som kom ut i 1977. Boken har vært utsolgt fra forlaget i mange år. Mange har spurt etter den. Det er derfor en glede at Orkana nå trykker den i ny utgave. Men det er også en fristelse som jeg faller for her og nå, å skrive et nytt kapitel som tolker mine nyere erfaringer med Værøy og Røst. I alle år etter de første Doktor på Værøy og Røst årene, har jeg vært på ”helsereise” her ute ytterst i Lofoten. For meg har mennesker og samfunn her ute blitt en kilde til helse og helsevett. Doktor betyr lærer, men her er det folket og stedet som er lærer og doktoren elev. Værøy og Røst er mitt helseuniversitet. Til vanlig leser jeg om helse i bøker på

Universitetsbiblioteket. Men så må jeg til Værøy og Røst for å gjøre meg klok. For aldri lærer jeg mer om helse enn i Folkebiblioteket ytterst i Lofoten. Med Folkebiblioteket mener jeg den kunnskapen, de erfaringene, instinktene og fortellingene som finnes i hodene og kroppene til de 1346 øyboerne. Så glad er jeg blitt i Værøy og Røst at det nærmer seg fantasilandet Utrøst. Jeg føler meg like heldig og takknemlig som fiskeren Isak i eventyret om Skarvene fra Utrøst:

Den fattige fiskeren Isak fra Værøy kommer ut i storm og mørk skodde. Han tror den siste time har kommet og ber til Vårherre for kone og barn. Plutselig får han se tre skarver på en rekvedstokk, solen bryter gjennom skodden og lyser over et deilig land med grønne enger, vuggende byggåkre, hvite geiter med forgylte horn og jur så store som på den største ku. Isak er på Utrøst, eventyrlandet som bare viser seg for fromme eller framsynte mennesker som er i livsfare på havet. Lykkelig er den som får se disse solbelagte øyene. ”Han e bærga,” sier nordlendingen. I eventyrlandet rår Utrøstkallen. Han er raus og gjestfri og byr Isak inn: ”Det var så gildt der inne at Isak ble reint forglant. Slikt hadde han aldri sett før. Bordet var dekket med de prektigste retter, rømmekolle og uer og reinsteik og levermølje med sirup og ost på, hele hoper med bergenskringler, brennevin og øl og mjød, og alt det som godt var.” Etter en tid ble Isak heimsjuk. Da forærer Utrøstkallen ham en ny åtring og en rikdom av fisk. Og når Isak tar fisk ned fra hjellene ”kunne han ikke skjønne hvordan det gikk til, støtt kom det en ny fisk på hjellene istedenfor den han tok bort.” Isak sa både takk og ære for seg og spurte hva for en kurs han skulle holde for å komme til Utrøst igjen. ”Beint etter skarven, når han flyg til havs, så held du rett kurs,” sa kallen. ”Og lykke på reisa!”

Bli med på en forunderlig reise til Utrøst, på jakt etter den forsvundne helsen. Kom, la oss følge skarven til:

## HELSENS KILDER

### Naturen

Hvem ser du vakrere og villere på de svarte skjærene utenfor Skomvær, enn skarven? ”Det må være menneskene,” svarer Freud. ”Mennesket er et dyr,” sa Freud. Han tenkte ikke bare på sex, men også på at vi hører til der ute i den naturlige jungelen alle sammen. Vi sitter på café Sjakk Matt i hovedstaden og lengter hjem. Fra min legetid husker jeg to unge Værøy/Røst-væringer som skulle gå på skole sørpå. En gutt på 17 år skulle bo hos en onkel i Elverum. Etter tre måneder i de stille skogene fikk han skjelvinger og spurte: Hvem kan leve foruten vind? – og måtte hjem. Jeg ga ham legeattest at han var avhengig av vind. En jente skulle bo hos en tante og gå på videregående skole i Lillehammer. Samme inkubasjonstid: Etter tre måneder ved sølepytten Mjøsa måtte hun se hav og fløy som en skarv hjem til Værøy. Naturen er beslagleggende på Værøy og Røst. Den kolonialisere kroppene og sjelene våre. Været er ikke prat, det er eksistens. Naturen er ikke pynt, den er som mor og far og bror og søster. Vi er organisk lenket til naturen. På Værøy og Røst føler du hver dag at du er en del av det Tarjei Vesaas kaller Det store spelet. Her ute er hav, liv, himmel, arbeid, fugl, fjell, klima, Gud og fisk – alle er de stemmer i det Hamsun kaller Det ville kor. Naturen kan ikke tas ut som et punkt for seg. I byen kan du si en søndag: Nå skal vi på tur, for å oppleve en slags McNatur. I Aftenposten kan Peers hotell på Gol friste med en akutt naturopplevelse en weekend. På Værøy og Røst er naturen kronisk. Jeg mener ikke å se smått på en ørn med blåklokker på Stavøya. Eller glemme ville lakser som vil av linen og skjelver av sølv mot

midnattsolen. Eller være fargeblind for det røde lys i den svarte måneden november. Her er ingen manko på skjønnhet og naturens skjønnhetsterapi har helsen godt av. Men naturen på Værøy og Røst er bare så mye mer enn estetikk. Naturen her ute er den store forfører. Hvis mennesket var en datamaskin, er naturen selve Programmet. Den formaterer fortid og framtid, kropp og sjel, liv og samfunn. I sitt bilde skaper naturen menneskene.

Livet og historien ti mil ut i Nordishavet har gitt menneskene her et mer naturlig gudsbilde enn det som tegnes på Menighetsfakultetet. Gud er nok i kirken og på Fiskarheimen Havly, men han er ikke sperret inne der. Gud er i hulen Helvete også, ute på Trenyken hvor naturfolket ofret og ba om fisk og fugl og barnebarn og evig flamme og milde vinder for 3 000 år siden. Når de ville vindene synger i Røsthavet, når nordlyset spiller over Værøyfjellene da hører vi salmen Nærmere deg min Gud – går det ikke an å komme. Folk i Tromsø møter Gud i Ishavskatedralen. Folk ytterst i Vestfjorden har Værøy/Røst-katedralen hvor himmelen er tak, havet er gulv og veggene er Lofotveggen. I tusen år har katedralbyggere i Europa strebet etter å lage et rom som bringer menneskene nær Gud. På Værøy og Røst har Vår Herre skapt det rommet.

## Helhet

I det rommet flyr skarven med meldinger fra urtiden og urfuglen *Arcaopteryx*, en springøgle med fjærkledde forlemmer som utviklet seg i Juraperioden for 150 millioner år siden. Skarven er en overlever i Darwins utviklingshistorie. Den har vært her ute bestandig. Den vil alltid være her. Skarven står på Svartskjæret med vingene i kors og grønne øyne og synger:

Skarv er skarv om alle mann var døde,  
skarv er skarv om alle land lå øde.

Det å ha en natur å vende tilbake til når du dør, er også en kilde til helse. Jeg merker det selv. Det er en fest å tenke på at etter døden skal atomene mine bli tatt av vinden og danse med skarver i Det store spelet rundt Værøy og Røst.

Skarven symboliserer de grunnleggende betingelser for god helse: Opplevelse av helhet og sammenheng i tilværelsen. Selve ordet helse kommer av gammelnorsk heill som betyr å gjøre hel. Hos det moderne, urbane mennesket har hjernen og hjertet ofte gått i tusen biter, for å si det med Bjørn Afzelius. Livet leves i en nisje. Tilværelsen er stykkevis og delt. På Værøy og Røst lever menneskene på en bedre utkikkspost. Det er som å bo på toppen av Skomvær fyr. Du har oversikt. Helhetsbildet er ikke større enn at du kan fatte det. Du oppdager sannheten i Schumachers påstand: Small is beautiful. På steder som Værøy og Røst er det lettere for mennesket å forstå sin plass i sammenheng med natur, slekt og yrkesliv. Her er nærhet til det konkrete. ”Det e her æ hør tel,” sier folk her ute, trygge og glade. I Helvete på Trenyken er der veggmalerier som bevitner at her har menneskene hørt til i 3 000 år.

Menneskene føler at de hører til i naturen på Værøy og Røst, men de er også enestående heldige ved å høre til i kulturen, i et lokalmiljø med sin historie, sine tradisjoner, sine fortellinger, sine sanger, sine hendelser knyttet til årstidene, sine beretninger om heltedåder og forlis på havet, sine familiekrøniker. Det å ha røtter på et sted, å ha en folkesjel å lengte hjem til er en vesentlig kilde til helse.

## Fellesskap

Noe av det verste for menneskets helse er å ikke bli sett, å være alene på jorden – selv om det er mange mennesker rundt en. ”Mennesket er skapt for samfunnsfellesskap. Det er bevist for lenge siden,” sa den romerske keiseren Marcus Aurelius med tilnavnet Den kloke for 2 000 år siden. Værøy- og Røstsamfunnet byr på fellesskap. Folk bryr seg om hverandre. Du kjenner mange, noen godt, andre mindre godt, men du er i en flokk du er glad i og føler deg trygg på. Du får en følelse av å være i båt på Værøy og Røst, i *samme* båt livet ut.

## Trygghet og tillit

Forleden år var jeg i California og så på nært hold hvordan ekstreme forskjeller på rike og fattige med tilhørende vold og kriminalitet stjeler helse fra menneskene. De rike stenger seg inne i moderne fort. De lever i isolat, beskyttet av høye murer, alarmsystemer og vakthunder. Barn kan aldri være på frifot. Ungene kan ikke gå ut å leke alene, ikke gå til skolen alene, ikke besøke hverandre alene. Barn vokser opp i et kunstig drivhus, designet for beskyttelse. De mister lekelyst, nysgjerrighet, mestringsevne og mulighet til å gjøre mangfoldige erfaringer. De får ikke oppleve at øvelse gjør mester. Og verst av alt, de mister mulighet til å bygge opp de to helsekapitalene som heter trygghet og tillit. Men det gjelder ikke bare barn. Gamle tør ikke gå ut alene. Voksne tør ikke bevege seg ut etter mørkets framtid. Hvordan skulle det gå på Værøy og Røst i mørketiden? Nei, Værøy og Røst må omfortolke selvfølge til skatt: Det lille samfunnets *trygghet* er en enestående sosial kapital som vil bli mer og mer verdsatt i framtiden. Det å kunne stole på omgivelsene, å kunne møte sine medmennesker med åpenhet og tillit – er avgjørende både for individets og samfunnets helse. Værøy og Røst er trygghetens og tillitens

sted. Her låser ingen døren. Her frykter ingen skrittene som kommer bak. Her tar ingen barn, bortsett fra vinden. Meg bekjent er den alvorligste forbrytelsen her ute i nyere tid et biltyveri på Røst, dømt til å mislykkes tatt i betraktning at vi bor på en øy med 2,3 km vei, 10 mil ute i havet.

Nå kommer en skarv uten påfuglfjær flygende og synger hest: Do it my way. Den vil ha oss med til neste helsekilde:

Et ekte menneskesamfunn

I Kirkeblad for Værøy og Røst var det for noen år siden et intervju med konfirmantene på Røst, to jenter og en gutt. ”Hva synes du er viktigst for å ha det godt?” spurte presten. ”Å bli sett og bli godtatt som meg,” svarte de tre i kor. Her ute kan menneskene gå uten masker. Samfunnet er så tett at du ikke kan være skuespiller et helt liv. Du må være den du er på godt og vondt. Det betyr at her bor 1346 originale mennesker. Det skaper et raust, sosialt klima med stor sans for underlige personer og surrealistiske væremåter. Mikal Niemi som skrev *Populærmusikk fra Vittula*, vendte etter mange år i byen hjem til den lille bygden Pajala i Tornedalen. Han begrunnet sitt valg med en verdi som også finnes på Værøy og Røst:

*En av grunnene til at jeg flyttet tilbake, var at jeg fikk barn selv og at Pajala er et positivt sted å vokse opp. Men det er også noe annet der. Jeg bodde Luleå i 20 år, men merket at hjertet savnet noe. Jeg var ikke et helt menneske. I Pajala kjenner vi alle hverandre. Der ligger en bekreftelse på at du finnes, du duger som du er. I store byer duger du ikke før du har prestert noe. I Pajala kan du gå rundt i en skitten kjeledress eller være full på fest en kveld. Folk vet uansett hvem du er.*

Det finnes et klokt ord på Værøy og Røst. Noe av det beste folk kan si om seg selv og hverandre er at hun eller han er et ekte *blandingsmenneske*. Med det mener de et menneske med pluss og minus, med styrke og svakhet, med lys og mørke, med helse og sykdom. Når folk på Værøy og Røst hyller blandingsmennesket er det et ekko av Knut Hamsun. Etter krigen ble Hamsun lagt inn på Psykiatrisk klinikk ved Universitetet i Oslo for mental observasjon. Professor Langfeldt klargjør at ”I den utredning til myndighetene som jeg må gi om Dem, må jeg også ta med en karakteristikk av Deres karakteregenskaper.” Så begynner han å spørre ut Hamsun, - er han egoistisk eller gavmild, en følsom eller kald natur? Hamsun nekter å plassere seg selv i disse enten eller kategoriene. Langfeldt blir irritert og sier:

*Det vil her være av stor betydning å få høre hva De selv mener om disse – idet jeg går ut fra at De i livets løp har analysert Dem selv grundig.*

Så kommer Hamsuns forsvar for blandingsmennesket:

*Jeg har ikke på annen måte analysert meg selv enn ved i mine bøker å skape flere hundrede forskjellige skikkelser – hver især spundet ut av meg selv, med mangel og fortrinn som diktete personer har. Fra jeg begynte tror jeg ikke det finnes i hele min produksjon, en person med en slik hel, rettlinjert herskende evne. De er alle uten såkalt ”karakter”, de er splittet og oppstykket, ikke gode og ikke onde, men begge deler, nuanserte, skiftende i sitt sinn og sine handlinger, og slik er utvilsomt jeg selv.*

Romslighet

Disse barn av Hamsun og blanding setter pris på seg selv og hverandre som den du er. I disse små, tette samfunnene har folk stor romslighet for hverandres merkverdigheter. På Værøy og Røst ville aldri Strindberg funnet på å si: ”Det är synd om människornä.” Tvert om får du glede ved det mangfold du ser og beundring for det mot du møter. I fuglefjellet har jeg sett en ung skarv stå å gni nebb med en måke. La det være et symbol på den raushet for særpreg som også rår i menneskesamfunnet. La meg gi to eksempler.

For et par år siden var jeg på besøk på gamle tomter for å foredra på et folkemøte om framtiden for Værøy-samfunnet. Kvelden før ble jeg intervjuet i nærradioen og plutselig ga programlederen meg et ark med Værøy-sangen og sa: ”Søng!”. Jeg har et hull i hjernen der hvor melodien bor. Men fiskere og leger på Værøy og Røst stikker ikke av ”when the going gets tough”. Så jeg sang og vet at jeg lød som en syk kråke. Dagen etter på folkemøtet var det mange oppmuntrende klapp på skulderen og toppen av vennlighet sto en ung, snill fisker for: ”Æ hørt dæ nå på radioen i går Fugelli, - og du sang så naturlig!” Er det rart at jeg blir forelsket?

Det andre beviset på Værøy- og Røst-folkets generøsitet viste seg på en fest på Huset en lørdags kveld. Aksel, sønnen vår, var nettopp kommet hjem fra Brasil og satt i godt lag med Røst-kompiser som skålte og drakk og bød på dram. Aksel liker ikke alkohol. Det er en begrunnelse som tar tid å forklare på Røst. Så da Arne bød ham på hjemmelaget grønn likør, svarte Aksel: ”Nei, nei, nei jeg tar ikke dram, jeg har fått dårlig lever der borte i Brasil.” Så gikk der en time eller to med dans og fred for dram. Men så kom Arne tilbake med snille øyne og et digert smil, la armen om Aksel og sa bestemt: ”Aksel, du skal få levera mi!” Forstår dere nå hvilken vennlighet og gavmildhet som bor på disse øyene?

## Frihet og lekelyst

”Fri som fuglen,” het det før. Nå er mange i bur. Det gjelder mennesker også. Skarvene og menneskene på Værøy og Røst hører til de siste frie. Mange opplever det moderne livet som et liv i bur. Forventninger, krav, normer, reglementer, koder, overvåkning – er de moderne lenker. En klok fisker på Værøy opplever at altfor mange mennesker i Norge i dag lider av det han kaller ”framoverretta tankegang”. Kanskje har han hørt John Lennons siste sang: ”Livet er det som skjer med deg mens du er opptatt av å legge dine planer.” Bare den som eier seg selv er fri, sier Aristoteles. På Værøy og Røst gjør vi det. Her er vi litt vest for loven. Her trives vi i det Ulf Lundell kaller Öppna landskap. Her er ingen humler på Røst, men en gammel fisker har laget sitt eget livsmotto: Lat fluen suse! Sangen er gledens språk. Værøy kalles Sangernes øy. Her bor 700 mennesker og de har fire kor: Mannskor, damekor, blanda kor og tensing-kor. Ivar Nordgård, gammel Værøy-væring, har skrevet boken om Sangerøya. For en tid siden ringte han med en forskningsordre: ”Ingen sanger på Værøy døde av tuberkulose!” ropte han begeistret. ”Du må forske på sang som medisin og vaksine”.

## Humor

Kan skarvene le? Jeg tror det. Hver august drar jeg ut til Ellefsnyken for å drepe skarvunger. Det gjelder å kverke dem når de er modne og møre, like før de forlater reiret og flyr ut på havet. Jeg er klosset og sein og når jeg løper etter flyktende skarvunger på glatte steiner i fjæra faller jeg ofte, brekker bein og blør fra hodet. Da ler skarvene. Det har helsen deres godt av. Vi er fremme ved den neste helsekilden som springer ut hver dag på

Værøy og Røst: Humor. Her lever folk og skarv etter Camille Paglias oppskrift for livet: ”Vi må godta vår smerte, forandre på det vi kan og le av resten”. Hvis det svevde en satellitt over Norge med lydsensorer som fanget opp frekvens og desibel latter og beregnet per innbygger, ville Værøy og Røst lyse som to røde punkter dag og natt.

Vitser er en ting, så burleske og saftige at de nesten er farlige for helsen. Enda vakrere er ordspillene. Værøy/Røst-væringene har en oppfinnsomhet i kjeften og en speed i språksenteret som de bør interessere seg for på Nevroanatomisk institutt. La meg bare gi tre eksempler for å forebygge en bok på 1 000 sider.

En sommer holdt vi på å male huset vårt på Lyngvær. Jeg dro til butikken for å hente mer maling. På bryggen står han Håkon som har vært på fylla i tre uker. Han er desperat etter øl, men har ingen penger. Når han ser meg bære malingspann, øyner han jobb og lønn. Han står og svaier nesten som en malingkost fra side til side og roper: ”Fugelli, - æ e ein storkar med malingskosten!” Det er da Hermod, drikkekamerat med ansvarsfølelse, bryter inn: ”Håkon, - du ska’kje vør å plag han Fugelli med din person. Du e så full av sprit at du kan faen ikkje brukes til malingskost en gang!”

Forleden satt jeg og mimret med en av de store kvalfangerne på Røst. Dristig og dyktig på havet, vidgjeten langs kysten. Vi kom inn på skolen hvor han hadde vært en røver av første orden. Mye bråk og meldinger hjem og refs hos bestyreren. ”Ja i dag hadde du vel fått diagnosen ADHD”, ymtet jeg. ”Æ trur æ hadde fått heile alfabetet”, svarte han.

Gudstro og humor har berga nordlendingen, sier Arthur Arntzen. På Værøy og Røst går det til og med an å blande de to. Bare en gang har det vært flittig kirkegang på Røst. Det var da den modige Werner flyktet fra kommunistregime i Øst-Tyskland og var en slags læregutt/hjelpeprest på Røst. Han var sterk i troen, men svak i norsk. Språklige avsindigheter kom som perler søndag etter søndag. Derfor strømmet folk til kirken som til et stand-up show for å le av formuleringer som:

”Også hoppet den hellige ånd på Jomfru Maria.”

”Kom, kom igjen neste søndag for da skal vi dope barna.”

## Magi

Når skarven flyr svart og alene mot et grønt nordlys, da er der mer mellom himmel og jord enn skarv. Der er magi i luften. Folk på Værøy og Røst er jordnære og havnære. Men det bor også eventyr i folkesjelen. Det er mer mellom himmel og jord enn all din kunnskap drømmer om, - roper de til legen sin. Der er tro, frykt, håp, forventning og syv undere som venter på hvert menneske. Nils har bare seks igjen, for han har opplevd ett. I juni et år var han på vårfiske på Finnmarka. Han drev alene mann i sjark med juksa. En dag falt uværet på. Nils berget seg og båten, men ikke hytten. Det var en vakker høtt (treskaft med krok til å dra fisk om bord med, også kalt klepp). Farfar hadde skåret den til med en torsk på den ene siden og en N på den andre. Hytten hadde gått i arv og brakt hell på havet til farfar og far og Nils selv. Men der oppe i stormen utenfor Berlevåg ble hytten og tryggheten til Nils tatt av Barentshavet. Så gikk sommeren med dårlig fiske. Svarthausten kom med renteøkning og en sønn som fikk astma. Så kom vinteren med fangst av lykke utenfor Skomvær. En morgen i februar ligger Nils og jukser i soloppgangen.

Skreien biter godt, Nils kjenner en gammel glede - og DER, DER flyter noe i sjøen. Det er hytten!

Det er helse i tro og håp. På Værøy og Røst er intet sikkert, intet låst, intet tapt for evig. Forandring kan skje. Ikke bare Norsk Tipping, også livet og havet byr på flaks og uflaks. En ny kjæreste kan dukke opp. En ny verdi kan drive forbi. Et eventyrland kan gjemme seg i mørkskodda. I min siste bok,

*0-visjonen. Essays om helse og frihet*, advarer jeg mot overtro på forstanden. Moderne hjerner har et visst anlegg for stormannsgalskap. Hvis vi bare investerer nok milliarder hjerneceller og nok milliarder oljekroner, kan vi designe livet, kontrollere samfunnet og bestyre naturen – tror vi. På Værøy og Røst blir denne bløffen tatt av vinden. Folk vet at livet og lykken går i bølger. De har lest sin Machiavelli: ”Jeg bedømmer det dit at Fortuna styrer halvparten av våre handlinger og hendelser, men at den overlater kontrollen med den andre halvparten til oss”. En slik erkjennelse bringer oss nær den neste helsekilden:

### Måtehold

Nå skvetter mine venner på Værøy og Røst. Men slapp av, jeg mener ikke måtehold med godt brennevin eller mølje eller sex, men måtehold i forventinger til livet, krav til makten og bønner til Gud. Det gode liv, sier Aristoteles, finner vi ved å følge Aurea Mediocritas, den gylne middelvei. Værøy/Røstværingene har trening i å holde seg midt på veien. Hvis ikke blir de tatt av vinden og veltet i havet. De skyr livets og leias ytterkanter fordi de vet at det er der, i de ekstreme sonene, du kan forlise. Folkesjelen på Værøy og Røst er nøktern. Den liker ikke alt eller ingenting. Den

trives med nok. Ikke for ingenting er nasjonalsangen her ute sangen om  
De nære ting av Arne Paasche Aasen hvor et vers lyder:

Den lykken du søker blant blånende fjell,  
kan hende du alltid har eiet den selv,  
du skal ikke jage i hvileløs ring,  
men lær deg å elske de nære ting.

Folk ser på nært hold at sårbarhet, avmakt og sykdom er alle menneskers  
lodd. Sånn er livet oppdrar de hverandre til å godta - med flekker og feil,  
synd og fare, mismot og selvtvil – tilblandet glede, styrke og lyst. Derfor  
henger det ennå i glass og ramme med brodert gullskrift i kloke stuer på  
Værøy og Røst: ”Her er gleder og sorger”. Folk vet at likevekt og helse  
får vi først når vi godtar at nok er nok. Vi må være glade i oss selv og  
hverandre som ufullkomne skapninger. Mennesket må få lov til å være en  
brøk med stolthet og verdighet. Folk på Værøy og Røst er ikke  
”storforlangendes” til livet eller legen eller Vår Herre. La meg gi et  
eksempel. En gammel kvinne kom inn på kontoret for kontroll av høyt  
blodtrykk. Hun hørte så dårlig at jeg måtte rope til henne på en meters  
avstand. Derfor spurte jeg høflig om vi skulle hjelpe henne med et  
høreapparat. Da svarte hun bryskt: ”Nei hørapparat, æ ska’kje ha noka  
høreapparat – æ har hørt mer enn nok i mi tid”. Værøy- og Røstfolket lærer  
måtehold av naturen. For naturen er mektig, farlig og kompleks hinsides  
menneskets kontroll, hinsides vitenskapens forstand. Nærhet til naturen  
gjør det stormannsgale mennesket mer ydmykt. Vi forstår at  
høvedsmannen er et annet sted.

Fred og ro

I timer og dager kan en skarv stå der på et skjær og hvile. Kan hende bare bevege på et grønt øye. En hvileskarv likner på en fisker på Røst som gikk på land med fiskerpensjon etter 50 år på havet. Det var feiring i bua og noen spurte:

”Alfred, ka du skal gjøre nå?”.

”Æ ska sett mæ i gjøngestolen, og der skal æ sitt i 14 dager”.

”Og så da?”

”Så skal æ begynn å gjønge!”

Tidens sykdommer er tidens sjel, sa Jens Bjørneboe. Kronisk tretthetssyndrom og utbrenthet er tidens sykdommer. Det er mange som vil og gjør for mye i Norge nå. Her er en forventning om at vi skal være kloner av supermann og superkvinne, effektive, produktive og kreative hele tiden. ”Det er typisk norsk å være god!” ropte Gro. På Værøy og Røst er menneskene klokere enn Gro og NHO. Her er økter med hardt arbeid på havet og på land når fisken og været vil. Men her er også perioder med fred og ro. Her er flid nok, men også tid til å prate og å gjøre ingenting, eller å gå i fjæra og spionere på en sko som kan komme mange steder fra:

- Fra en gjeter på Samojedhalvøya som vadet over elven Jurib som renner ut i Karahavet?
- Fra en playboy på et cruiseskip i Den mexikanske gulf?
- Fra en full mann som har falt utfor en kai i Bodø?

Ikke for ingenting heter det i nasjonalsangen vår:

Når aldri du unner deg rast eller ro,

kan ingenting vokse og intet gro.

På Værøy og Røst har vi det Jon Fosse sier mennesket trenger mer enn penger og makt: ”Den stilla kvardagen treng for å levast.” Folk er enige med hvileskarven og Piet Hein som sier: ”Tid er verdens dummeste oppfinnelse. Bør kun brukes til å koke egg med.”

## DE TI HELSEBUD FRA VÆRØY OG RØST

Her er tre ansvarshavende for helsen:

- mennesket selv
- summen av oss, samfunnet
- maktene over oss, Gud eller skjebnen

Mennesket selv og samfunnet har vi en viss råderett over. Gud og Fortuna kan vi ikke instruere. La oss nå først se hvilke helseråd mennesket selv kan hente på Værøy og Røst. Hvilke personlige verdier og væremåter fremmer helsen? Her er De Ti Helseråd fra Værøy og Røst:

Vær et naturbarn.

Vit at helse kommer av helhet.

Elsk din flokk.

Vær raus i møte med Den andre.

Du skal stole på folk.

Du skal være glad i deg selv og andre mennesker som ufullkomne skapninger.

Du skal le.

Du skal vokte deg for overdose framoverretta tankegang.

Du skal unne deg rast og ro.

Lær deg å elske de nære ting.

## POLITISK RESEPT

Mennesket har et selvstendig ansvar for egne verdivalg, egen livsstil og egen helse. Men mennesket er ikke ei øy, ikke en gang på Værøy og Røst. Mennesket er en del av Det sosiale fastland. Mennesket hører til i et fellesskap hvor det blir fellesskapt. Mennesket bor i et samfunn som lider av politikk, eller blir frisk av politikk. Når Regjeringen og Stortinget fordeler levekår mellom grupper og steder, fordeler de samtidig mulighet for helse og sannsynlighet for sykdom. Når politikerne fordeler arbeid, inntekt, utdanning, fergeruter, flytider, fiskekvoter og botrygghet – da fordeler de samtidig betingelser for helse. Derfor må ikke helserådene fra Værøy og Røst alene rette seg mot individet. Den personlige resepten må forsterkes med en politisk resept.

Folkehelsen roper at det er liv laga på Værøy og Røst og i liknende utkantsamfunn. Likevel er bosettingen truet. Det er med helsehus som med andre hus: De må holdes vedlike, hvis ikke faller de ned. Hva kan vi gjøre for å få en distriktpolitikk som gir slike lokalsamfunn bærekraft? Jeg tror på en rød-blå resept:

### Solidaritet

Det er rettferdig at folk skal få bo trygt der de føler seg hjemme. Hvis ikke fellesskapet er villig til å stille opp for sårbare utkanter, hvem blir da neste offer? Folketrygden? Helsetjenesten? Skolen? Distriktpolitikken er på mange måter solidaritetens syretest slik Vår Herre en gang har anlagt dette landet. Men solidaritetsargumentet er ikke nok. Det kan fort bli omtolket til syting og offer og Værøy og Røst er syting- og offerfri sone.

### Frihet

Valgfrihet er et stjerneord i markedsliberalismens tid. La oss ta dem på ordet. Hvis valgfrihet er hellig, må det ikke bare gjelde sjampo og vin, men også det mest fundamentale for menneskene: Hvor de vil leve og dø. Hvor er logikken i at menneskene skal få velge brød og sykehus, men ikke hjemmested? Mange kan tenke seg alternativer til livet som burfolk i Hamburg, Antwerpen og Oslo. Hva da om Værøy og Røst ikke fantes? Også et annet politisk honnørord bør utkantsamfunnet gjøre om til begrunnelse for seg:

### Mangfold

Vi ønsker at det skal være mange ulike rom i Det norske hus. Vi gleder oss over annerledeshet, variasjon og forskjeller i guder, språk, væremåter, seksualitet, seder og skikker. Mangfold gir spenning, vitalitet og forandringskraft. Men mangfoldets velsignelser må da også gjelde steder? Blir det ikke en fattig monokultur hvis Norge ender opp som en bystat?

### Selvrealisering

Et gull i tiden er at mennesket skal realisere seg selv. Mennesket skal lete etter sitt eget grunnstoff og foredle det. Dette selvrealiseringsidealet kan også utkantsamfunnet gjøre til sitt. Hvert lokalsamfunn har sin historie, sin sjel, sine lengsler, sine muligheter. Hver bygd bør modigere skape sin egen identitet, være stolt av seg selv, dyrke sine særpreg og produkter, det være seg av materiell eller kulturell art. Dette er hva Værøy og Røst så vellykket har gjort. Værøy og Røst har fulgt Frank Sinatras råd: Do it my way.

### UTRØST

I avisen står det at Grønlandsisen vil smelte og heve havet med 70 meter på 1 000 år. Da vil Værøy og Røst synke i havet igjen og bli til Alvelandet i Asbjørnsen og Moes eventyr. Og bare skarvene vil komme på besøk for de kan skyte seg som svarte piler til 70 meters dyp.

For meg har Værøy og Røst vært det sosialmedisinske Alvelandet i 40 år allerede. Værøy og Røst er Helselandet:

- Ikke fordi folk speker sitt kjød og forneker sine lyster for å leve 3,7 år lengre i anspent vilje og tristhet.
- Ikke fordi kroppene er glansbilder og sjelene har vinger.
- Ikke fordi livene er hipp-hurra med mangel på faenskap og trøbbel.

Nei, Værøy og Røst er ikke Vidunderlige nye verden. Tvert om er Værøy og Røst Helselandet fordi her lever menneskene med sine feil og svakheter og stempler likevel livet og tørrfisker: Prima non secunda. Her er ikke bare helsegleder, men også dødssynder: Hovmot, misunnelse, gjerrighet, latskap, vrede, utukt og fråtseri. Værøy og Røst bringer deg nær livet, rått og uten pynt. Du erfarer på Værøy og Røst at helse har lite med å dyrke det perfekte å gjøre. Helse følger av å mestre trøbbel, tåle fare, skape trivsel gitt de muligheter far og mor og Vår Herre og kommunestyret og EØS reglene og havet og kjærligheten gir deg. På Værøy og Røst kommer du nær målet: Intet menneskelig skal være deg fremmed. Du blir glad i det du erfarer av gode og onde og blandede liv.

Så vil noen spørre: Er Per Fugelli en enøyd banditt? Tror han menneskene på Værøy og Røst er alene om denne godta-livet-som-det-er-evnen? Innbiller han seg at det bor en egen stamme der ute i Villhavet? At Vår Herre eller Darwin har valgt ut 1346 av den store flokken på 6 501 924 028 (10.44. GMT, Mar07.2006) tenkende mennesker på kloden

og plassert disse utvalgt kloke på Værøy og Røst? Vel, inne i meg tror jeg nok det, men la nå den troen være belagt med taushetsplikt. La oss heller prøve en bortforklaring: Nei, - Værøy og Røst er ikke noe særsted på jorden. Men det er her jeg har kommet på nært hold av folk og sted og historie og høye makter og lave instinkter. Her har jeg fått innsyn i menneskenes underlige liv med seg selv og hverandre. Her, i dette sosialmedisinske laboratorium, har jeg lært hvordan menneskets helse reagerer med samfunn og natur. Her, på ”these damned rocks in the middle of nowhere” som min venn fra New York døpte Værøy og Røst, har jeg erfart sannheten i doktor Rieux’s ord i Albert Camus roman Pesten: ”Det er mer blant menneskene å beundre enn å forakte”. Slik er det i Oran. Slik er det i alle menneskesamfunn på jorden. Du må bare se det, slik jeg har fått se det i min krystallkule som ble Værøy og Røst.

Bløff, vil skarpe lesere føle og tenke: Du prøver å være saklig, men det er forelsket du er. Ja vel. Kan hende er jeg forelsket og blind. Men bør ikke alle holde seg med en himmel på jorden? Har ikke alle godt av å ha mennesker og steder å være glade i, uten pro og kontra regnskap? Jeg tror ikke på himmelen der oppe. Men her ute falt himmelen ned en gang og dannet tre hemmelige punkter på kloden: Værøy, Røst og Utrøst. Så hemmelige at de ikke vises på globusen. Så hemmelige at Pietro Querini ble bedt om å senke stemmen da han i Vatikanet berettet om sitt skipsforlis på Røst i 1432 og fortalte paven at han hadde vært i Paradisets første krets. Jeg innrømmer: Lykken er å ha et barnebarn som heter Per og som går i en barnehage på Røst som heter Skarvungan.