

Mi hovudinteresse er samanhengen mellom natur- og organforståing sett i lys av menneskets psykiske og mentale helsetilstand

Interessa for naturterapi eller det å forstå naturen har vel alltid ligge der. Med ei mor som brukte urter, alt frå karvekål til sopp og andre planter, blei dette ein naturleg del av min oppvekst. Naturen har alltid rett, er eit ordtak som viser hen til det å lytta til naturen - for å forstå og kunne bruka den.

Intervju og tekst John Petter Lindeland

Etter gymnasen var eg derfor på leiting etter ei utdanning der det var mogleg å kunne verkeleggjere mine studieinteresser. I Tyskland var det på den tida etablert eit heiltdsstudium i antroposofisk medisin¹ som gjekk over sju år. Fagkretsen var vanlege grunnmedisinske tema som anatomi, fysiologi, patologi, ernæring – kombinert med andre fag som var knyta opp mot den antroposofiske medisinske farmakopen. Vidare undervisning av mange professorar med ulike spesialfelt, biografisk metode, planteorientert fenomenologi, praksis ved ulike antroposofiske sjukehus der me blant anna lærde bruk av omslag og anna praktisk orientert medisin. Det viste seg at utdanninga ikkje fekk offentleg autorisasjon, og fleire av studen-

Formene og vekstprosessen har sitt eige språk som speglar det same i menneske.

tane gjekk over til å studera vanleg medisin ved ulike universitet. Sjølv gjekk eg løpet ut, til eg etablerte praksis i Lillehammer i 1985. Etter det har det blitt utdanning og kursing i kopping, massasje, soneterapi, Qi gong og akupunktur. Det siste har gitt meg ein djupare innsikt i austleg tenking og dermed auka kunnskap om patologi og behandling.

Antroposofisk medisin

Ein av grunntankane i denne medisinske retninga er å byggja bru mellom naturvitenskapen og åndsvitskapen. Erkjenninga av

at mennesket er meir enn berre eit biologisk vesen, set krav til at medisinske tilnærmingar også må ta omsyn til dei andre sidene. Forsking innanfor mange fagfelt, stadfestar at dei faktorane som er knyta til mennesket som meiningssøkjande og sosialt vesen, har stor betydning for helse og sjukdom.

Dette inneber også å søkja innsikt om korleis naturen og mennesket samspekar. Dette kjem tydelegast til uttrykk i planteriket. Formene og vekstprosessen har sitt eige språk som speglar det same i menneske. Å forstå dette, det ein kan kalla morfologi² og metamorfose³, legg grunnlaget for korleis ein kan bruka naturen/plantene i høve sjukdom og korleis dette heng saman med fysiologiske, psykiske og mentale tilstandar. Dette er

også noko kinesisk medisin har praktisert i tusenvis av år. Dagens fokus på berre det kjemiske innhaldet i ei plante, gjev ei ein-sidig kvantitativt innsikt. Dersom ein studerer plantene sin metamorfose kombinert med morfologien, vil ein få ein heilt anna kvalitativ måte å sjå naturen og plantene på. Her er det viktig å sjå samanhengen i høve form, farge, lukt og smak – og knyta dette opp mot dei fire elementa eld, luft, jord og vatn. Ved å forstå elementspråket i naturen og mennesket i ein samanheng, vil dette kunne skapa grunnlag for behandlingsstrategiar som famnar om heilskapen.

Dagens fokus på berre det kjemiske innhaldet i ei plante, gjev ei ein-sidig kvantitativt innsikt.

Signaturlæra

Ein del av kunnskapsgrunnlaget for dette, finn ein også innan europeisk tradisjon. Johann Wolfgang von Goethe⁴ sitt verk om plantenes metamorfose er sentral i denne samanhengen. Her gjev han innsikt i korleis plantene si utvikling står i samanheng med mange faktorar; jordart, lysforhold, klima osv. og korleis planta individuelt utviklar sine ulike delar; rot, stengel, bladverk og blom. Detaljar slik som runde eller spisse blad, kan seia noko om forholdet i høve dei fire elementa og nyttast terapeutisk.

Også den tyske poeten og legen Friedrich Schiller⁵ formulerte denne erkjenninga i setninga «Søker du det høyeste det største. Planten kan lære deg det. Hva den er viljeløs, vær du det med viljen. Slik er det.»

Det er eit slektskap mellom plante og menneske vi kan forstå ved å studera plantene sin signatur. Den gamle signaturlæra var opptatt av å sjå likskapen mellom indre organ og forma på blada – som til dømes kan vera nyre- eller hjarteform. I dag kan vi forstå denne signaturen gjennom den forvandlinga som ei kvar plante gjennomgår frå frø til blom/frukt/frø. Planta spiraliserer seg ut i kosmos mot lyset og forandrar si form i blad, blom og frukt i dei kvalitetane som den integrerer i smak, lukt, farge og geometri. Dette er kosmiske kvalitetar, og derfor ordnar ein plantene i den gamle signaturlæra til ulike planetkvalitetar. Brennesleplanta blei til dømes knyta til planeten Mars, salvien til Saturn osv. Mennesket har også desse



Trygve Olaf Lindvig ved Ginko biloba - det eldgamle treet som har ei rekkje terapeutiske eigenskapar.





Ein viktig faktor for å integrera naturterapi og naturforståing er folkeopplysning. Difor held Lindvig stadig vekk kurs for at folk kan forstå kva hjelp og verdjar som ligg i naturen sitt apotek.

plantekvalitetane i sine organsystem. Lova om liknande heilar liknande har i denne analogien sitt erkjenningss grunnlag.

Kan du gje døme på kva du meiner med mentale tilstander knyta til ulike organ.

Gallen er eit Mars-organ. Fysiologisk er gallesafta, saman med enzyma frå bukspyttkjertelen, det organet som bryt ned våre næringsstoff til enkle delar for optimal opp- tak. Dersom dette ikkje skjer optimalt, får vi

ei rekkje sjukdomssymptom, som til dømes eksem og betennelsestilstandar i tarm- systemet. Dette er også noko tradisjonell kinesisk medisin stadfestar. Slike tilstandar påverkar også våre mentale funksjonar, slik som indre uro, dårleg konsentrasjon og tan- kespinn. Viljen vår blir svekka, og dermed blir det vanskar med å realisera det ein vil i livet.

Behandlingsstrategi

Kan du fortelja litt om korleis du nærmar deg

Til dømes treng ikkje sjukdom vera ein- sidig negativt, men heller ein vegvisar til endring.

ein pasient, og kva som blir avgjerande for behandlingsstrategien.

Sjølvsagt er ein god og nøyaktig anam- nese grunnstammen i korleis eg vurderer behandlingsstrategien. Viktig blir også å kartleggja smertesymptom både når det gjeld kvalitet, men også lokalisering. Symptom viser seg ofte som smerter, og kjem til uttrykk reflekterisk på ulike delar av kroppen. Kroppen vår er eit visdoms- og meningsfylt indikasjonssystem om korleis indre prosessar reflekterer det ytre. Her har naturterapien mykje å bidra med i forhold til skulemedisinen – som er blitt abstrakt i forhold til diagnose og terapi.

Ettersom eg nyttar meg av ulike terapeutiske verktøy, brukar eg også mange metodar i høve diagnose. Blant anna eit kvantemedi- sin-apparat som kan indikera organstatus. Om ein kombinerer dette med kunnskap i frå akupunkturen og soneterapien, gjev dette ein meir sikker indikasjon enn om ein berre brukar eit verktøy. Ut i frå dette vurderer eg individuelt kva som kan vera best behand- lingsopplegg for den enkelte. Her må også nemnast ernæring, som er ein fundamental viktig faktor i både rehabilitering og føre- bygging. Dette blir også vurdert individuelt.

Biografisk arbeid

Sist vil eg nemna biografisk arbeid, i tydinga av å både kartleggja livsforløp hjå pasienten – men også hjelpa til å skapa eit medvit om kva som eventuelt skapar sjukdom og utfor- dringar i livet. Her er det viktig at ein skapar tillit mellom terapeut og pasient, etter som eit slikt arbeid har nokre etiske utfordringar ein skal ta på alvor. Til dømes treng ikkje sjukdom vera einsidig negativt, men heller ein vegvisar til endring. Dette er ikkje noko kvikk fiks, sidan endring tek tid. Ved å få større innsikt i korleis sjukdom oppstår og kva konsekvensar det får, kan pasienten møta utfordringa som sjukdomen fører med seg og gjera dette til ei indre forvandling – eller ein metamorfose i seg sjølv.

Har du spesiell interesse for visse pasientgrup- per?

Mi hovudinteresse er korleis organa heng saman med vår fysiologiske, psykiske og mentale tilstand. Å forstå patologien ut i frå desse funksjonane, gjer at eg har ein brei



Å forstå samanhengen mellom planter og indre organ, er avgjerande i eit målretta terapeutisk arbeid.

allmennpraksis som inkorporerer mange typar terapeutiske verktøy – og er difor ikkje avgrensa til spesielle sjukdomsytringar.

Har du noko kontakt med offentleg helseteneste i kommunen din?

Kontakta med den offentlege helsetenesta oppstår i konkrete situasjonar der pasientar treng eit utvida tilbod som kommunen tilbyr.



Dersom ein studerer plantene sin metamorfose kombinert med morfologien, vil ein få ein heilt anna kvalitativ måte å sjå naturen og plantene på.

Kva strategiar meiner du er viktigast for at naturterapien skal få større legitimitet i samfunnet?

Ein viktig faktor for å integrera naturterapi og naturforståing er folkeopplysning. Difor held eg stadig vekk kurs for at folk kan forstå kva hjelp og verdiar som ligg i naturen sitt apotek.

Kjelder

1. <https://www.nlfam.no/antroposafisk-medisin/>
2. <https://snl.no/morfologi>
<https://www.mn.uio.no/ibv/tjenester/kunnskap/plantefys/leksikon/m/morfologi.html>
3. https://en.wikipedia.org/wiki/Metamorphosis_of_Plants
4. https://snl.no/Johann_Wolfgang_von_Goethe
5. https://snl.no/Friedrich_Schiller