

KULTUR PÅ RECEPT I MENIGHEDSPLEJEN

af Eva Christofferen, konsulent i Samvirkende Menighedsplejer



Samvirkende
Menighedsplejer



KULTUR PÅ RECEPT TOG SIN BEGYNDELSE I SKÅNE, hvor man hurtigt så gode effekter af den virkning kultur har på mennesker med angst, stress og lettere depressioner. De blev tilbudt et forløb over 10 uger med kulturtilbud 3 gange om ugen. Der var god evidens for metoden og den er siden kommet over sundet. Her i landet tilbydes kultur på recept og kulturvitaminer således i Aalborg, Silkeborg, Nyborg og Vordingborg kommuner.

HVAD HAR KULTUR PÅ RECEPT MED MENIGHEDSPLEJEN AT GØRE?

Fællesskaber kan ingen skabe alene. Vi i Samvirkende Menighedsplejer ønsker at danne ramme omkring gode fællesskaber for at skabe muligheder for kontakt dialog og udveksling imellem mennesker. Søren Brun siger: Hvis jeg er for de andre, hvad er de andre her så for? Alle har vi noget at byde ind med til et fællesskab og der er med de rette rammer gode muligheder for frugtbare kontakter. I virkeligheden har vi i kirkerne rigtig gode rammer for netop at samle mennesker. Med gode frivillige og trygge forhold kan meget ske. Er der mennesker i vores kirker, der kunne have glæde af den gode virkning, kultur har på sindet og kroppen?

I mit arbejde med mennesker i dyb sorg, har jeg set, hvordan kulturen kan blive en indgang til inspiration og liv. I fællesskabet omkring kulturen får deltagerne således et helle fra smerten og de svære minder og bliver kaldt ind i en anden verden. I nyere sorg forskning ved man, at det er yderst vigtigt at holde pauser fra sorgen idet sorg er vældig ressourcekrævende. Her kan kulturen komme til at spille en rolle som et helle.

LITTERATUR OG LÆSEGRUPPER

Jeg har erfaring med læsegrupper, hvor jeg finder gode noveller og samler en gruppe mennesker. Bare tænk på hvad der sker i din krop når sætningen ” Der var engang ” lyder. Man kan ligefrem mærke roen og forventningen i kroppen ikke? Når så gruppen bliver trygge ved hinanden begynder dynamikken at udvikle sig. I læsegruppen er rammen sat og dagens hædersgæst er teksten vi læser. Kun jeg der har udvalgt og forberedt teksten, kender dagens dagsorden men på ingen måde dens udfald. For i kontakten med deltagerne kommer deres input i spil med teksten og pludselig er det livet her og nu og det levede liv, der tager over. William Faulkner udtrykker det således: ” *Enhver kunstners mål er at bremse bevægelsen og fastholde den, for at en fremmed på et eller andet tidspunkt kan læse den og vække den til live igen* ”.

En læsegruppe deltager udtrykker sig således: Når jeg læser med andre, forstår jeg bedre mig selv, andre mennesker omkring mig og den verden vi lever i. Læsegruppen bliver et ugentligt frirum for

deltagerne. Jeg tilbyder særligt læsegrupper til mennesker i sorg. Der i gruppen får de et frikvarter fra sorgen og et samtalerum, der tilfører liv og håb midt i en sorgfuld tung hverdag.



MALEVÆRKSTED OG FORDYBELSE

Ved siden af læsegrupper har jeg en gruppe af sørgende der tegner og maler akvarel under professionel vejledning af en udøvende kunstner. Det er rørende at se hvordan den enkelte deltager udvikler sig over et relativt kort tidsforløb. En 82 år gammel deltager havde gang nr. 2 sin mappe med fra folkeskolen på forsiden stod Kirsten 5 A. Hun havde ikke tegnet og malet siden, men talentet lå der intakt, hvorfor hun hurtigt er kommet efter det. Jeg spurgte hende hvad dette betød for hende og hun fortalte at på malekurset havde hun fået glæden ved fordybelsen tilbage. Når hun så derhjemme bliver overmandet af tristesse og sorg, finder hun tegne / male grejerne frem og hurtigt er hun inde i den livgivende fordybelse med kunsten. Hun får netop pause fra sorgen og henter nyt mod til at fortsætte. Under den rette vejledning kan talentet således findes frem for vi tegnede jo alle som børn ikke?

KULTURGRUPPE PÅ FÆLLES MUSEUMSTUR

Museer har meget at byde på, men er man i sorg er det ikke sikkert man selv har overskud til at opsøge rigdommene. Kræfterne er begrænsede og har man mistet sin ægtefælle står man også uden ledsager. På baggrund af dette har jeg oprettet en kulturgruppe, der igennem året byder sig til med pop up arrangementer. Jeg er så heldig at have en tidligere turist guide som frivillig og hun påtager sig opgaven med at besøge udstillingerne og forberede besøgene. Vi var for eksempel inde på Statens Museum for Kunst og se Anna Ancher. Sammen får vi oplevelsen og rigdommen men en ekstra gevinst er det netværk der dannes. Deltagerne hygger sig sammen på udstillingen og efter denne afslutter vi med at drikke te og kaffe. Denne kulturgruppe har eksisteret i nogle år og jeg kan se at deltagerne finder sammen i små grupper på egen hånd. En af deltagerne Annemari siger: ” *Jeg hader søndage de er alt for lange. Derfor tager jeg nu selv initiativ til at bruge disse lange dage til netop kunst og kultur sammen med andre fra kulturgruppen* ”. Der spredes ringe i vandet og effekterne gør godt på sjæl og krop.

KUNSTEN OG KULTURENS VÆRKER KAN TJENE TIL LIVSHJÆLP

Kulturen har noget at byde på for os alle. I den nylig udgivne bog ”Giv sorgen ord ” Mai-Britt Guldin med flere skriver Jørn Henrik Olsen et kapitel med titlen Sorg gennem kunstens brudte skønhed. Han skriver ” *Sorgprocessen kan blive spejlet og åbnet på en måde, hvor livsglæden, livsmodet og livskvaliteten på ny finder fodfæste. Han citerer Søren Kierkegaard for at sige ” Digteren eller kunstneren er et ulykkeligt menneske med dybe kvaler, som så på forunderlig vis alligevel får skabt skøn musik*” og jeg tilføjer skøn kunst. Således kan kunsten komme i spil, så det enkelte menneskes resonans kasse åbner sig. Kunstens og litteraturens værker kan på den måde tjene til livshjælp og bibringe eksistentiel, mental og åndelig styrke. Dette kan jeg nikke genkendende til fra mine små grupper.