
Det eneste som rimer på følelse

LEGELIVET

JAN-HENRIK OPSAHL

jhopsahl@outlook.com

Jan-Henrik Opsahl er spesialist i radiologi, jobber i Sanofi og er medlem av Rådet for legeetikk.

Det finnes en dypere form for mot – utøvd av mennesker som ikke kjemper for å vinne, men for å våge.



Foto: Lise Åserud / NTB

«Tenk på Peder», sa moren, der de satt i gangen. Tre litt forkomne sivile på tilfeldig plasserte pinnestoler i sykehusgangen. En stor, og en liten – og en litt sliten Fantorang, som bar preg av å ha blitt klemt både hardt og ofte. Han gråt, og var akkurat stor nok til å tenke at han ikke burde gråte, men være modig i møte med det ukjente. Den lille kroppen vred seg nærmest krampaktig – mellom å la følelsene renne over og hengi seg til morens trøst, og å stramme seg opp og være stor.

Peder? Med min sedvanlige prosessorforsinkelse tok det nesten en time før jeg forstod.

I begynnelsen av 2025 sendte NRK dokumentarserien Team Pølsa, der Øystein «Pølsa» Pettersen ledet seks ungdommer med ulike kognitive og fysiske funksjonsnedsettelse gjennom krevende forberedelser til å gå VM-løypa i Granåsen. Serien ble en seersuksess. I gjennomsnitt fulgte 1,2 millioner nordmenn reisen til Peder, Sunniva, Syver, Pia, Trygve og Mikkel (1).

Hva var det som traff oss sånn? Jeg tror det dreier seg om mot.

Mot forbindes ofte med styrke, kraft og besluttsomhet hos mennesker som allerede står støtt og mestrer: Heltemotet. Men det finnes en dypere, mer gjenkjennelig form for mot: Det som utøves av mennesker som står i sårbarhet, usikkerhet og frykt. Av de som ikke har seier og mestring på repertoaret, men likevel tar et skritt frem. Dette er ikke motet som skriker, men som hvisker: «Jeg prøver likevel.»

«Når man hverken føler seg sterk, rask eller trygg – når man er vant til nederlag, og likevel tør å drømme – får handlingene en annen valør»

Ved første blikk kan ekspedisjonen til Team Pølsa virke som en fysisk utfordring, men reisen vi blir tatt med på er langt mer eksistensiell, hvor hver og en må våge å stille opp – ikke bare for seg selv, men for fellesskapet.

Dette krever en annen type mot: Motet til å bli sett. Motet til å være avhengig av andre. Motet til å feile foran et lag. Og motet til å si: «Jeg hører til her og er verdifull – på tross av, og på grunn av, det jeg bærer med meg.»

Når man hverken føler seg sterk, rask eller trygg – når man er vant til nederlag, og likevel tør å drømme – får handlingene en annen valør. For ungdommene i Team Pølsa betyr det at hver eneste innsats er et overskridende øyeblikk. Ikke bare fysisk, men mentalt og sosialt. De viser at stort mot er å handle med frykten i seg.

«Å se mennesker som står i usikkerhet, men som likevel reiser seg og handler, minner oss på at det er mulig. At det går an å vinne gjennom å våge sårbarhet»

Og nettopp derfor resonerer det så sterkt. De fleste av oss går rundt og kjenner oss små i møte med noe: prestasjonskrav, utenforskap, forventninger, sammenligninger. Å se mennesker som står i usikkerhet, men som likevel reiser seg og handler, minner oss på at det er mulig. At det går an å vinne gjennom å våge sårbarhet.

Vi blir inspirert av Syvers livsglede – og av hvordan han personifiserer et *memento mori* vi så gjerne vil leve etter. Av Peders kamp mot de overveldende følelsene. Av Trygves vekst gjennom å få ansvar for lagkameratene side. Av Pias ønske om å få være del av et lag, og hennes harde arbeid for å holde laget sammen. Og ikke minst av Sunniva, som må finne styrke til å lede når hun ikke føler seg sterk selv.

Den amerikanske professoren og forfatteren Brené Brown sier det slik:

«There is no courage without vulnerability. Vulnerability is not winning or losing; it's having the courage to show up and be seen when we have no control over the outcome» (2).

Det ligger i motets natur at det bare kan vises når vi må overgå oss selv. Og det er mye mot i gangene på et sykehus: Hun som skal til kontroll etter kreftbehandling. Sykepleieren som gruer seg til sin første vakt. Kirurgen som er usikker før en vanskelig operasjon – og han som klemmer kosedyret sitt på en pinnestol i sykehuskorridoren. Team Pølsa minner oss på dette, som vi møter i en eller annen form hver eneste dag. På at alle kan vise stort mot, uavhengig av utgangspunkt. Og på at alle trenger en Fantorang iblant.

REFERENCES

1. Nielsen V. Det kommer ny sesong av Team Pølsa. NRK 24.4.2025.
https://www.nrk.no/presse/det-kommer-ny-sesong-av-_team-

polsa_-1.17390958#:~:text=Med%20et%20snitt%20p%C3%A5%20over,skal%20imponere%20det%20norske%20folk Lest 27.4.2025.

2. Balch B. There is no courage without vulnerability. AAMCNews 9.11.2021.

<https://www.aamc.org/news/there-no-courage-without-vulnerability> Lest 6.7.2025.

Publisert: 4. september 2025. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.25.0464

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 10. september 2026.