

---

## Hva tror du på?

---

LEGELIVET

JAN-HENRIK OPSAHL

janhenrik@outlook.com

Jan-Henrik Opsahl er spesialist i radiologi, medisinsk kommunikasjonsansvarlig i Sanofi og varamedlem av Rådet for legetikk.

---

**Troen kan gjøre oss sterke, men den kan også bryte oss ned. Det er mye helse og uhelse gjemt i det vi tror på. Kanskje dette er noe vi som leger bør erkjenne litt mer?**



Foto: Privat

Vi var akkurat langt nok nede i kaffekoppen og livsfunderingene til at spørsmålet føltes naturlig. Kollegaen min rynket først litt på nesen, før hun dro på det og sa: «Vel, ingenting, egentlig. Jeg er ateist.» «Men noe tror du vel på?» forsøkte jeg igjen.

Hun trakk pusten og kikket tomt ut på vinteren. «Jeg tenker vel at tro mest er for de som ikke kan, vil eller orker å forholde seg til realitetene. Men jeg tror jo på vitenskapen. På rasjonalitet. På det vi kan bevise – og på at vi kan klare å komme til bunns i det meste. Kanskje jeg tror på menneskeheten på et vis?» «Men vet du helt sikkert?» spurte jeg. «Nei, ikke helt.»

Medisinen og vitenskapen baserer seg på harde fakta og, så langt det lar seg gjøre, målbare og observerbare størrelser. Vi blir godt drillet i evidensbasert eplekjekket på medisinstudiet og i en rekke andre sammenhenger der leger leker sammen. Facebookgruppen «Vi som eier sannheten» har jeg ennå ikke

sett, men den lever godt offline. I møte med samfunnets kompleksitet og menneskenes diversitet er en slik tilnærming til omgivelsene ganske dysfunksjonell. Jeg, og flere med meg, var nok tidvis en smule ufordragelige som medisinstudenter.

Og så møtte vi verden.

*«Felles for alle er at vi tror – og handler deretter. Hvor mange antagelser har du om dine pasienter, doktor? Tenk litt over det»*

Den virkelige verden. Og hver eneste dag kom vi til steder hvor kartet vårt ikke passet med terrenget, hvor pasientene ikke passet inn i malen, og situasjoner hvor hverken vi eller vitenskapen kunne fortelle hva som var rett eller sant. «Jeg vet ikke» ble en vel så vanlig frase som «det er slik at ...». Det kan være tungt å både svelge og innrømme sin egen utilstrekkelighet. Vi som har satt all vår lit til vitenskapen og rasjonaliteten, hva gjør vi når vi står ved yttergrensen av vår egen rasjonalitet?

Akkurat dette spørsmålet ble jeg utfordret på i et teatersete på Det Norske Teatret i år. I sitt stykke «Gudspartikkelen» utforsker Svein Tindberg forholdet mellom tro og vitenskap. Han tar oss med til vitenskapens yttergrense. Der hvor vi kikker ut i det ukjente, og all vår kunnskap kommer til kort. William Thomson Kelvin, mest kjent for kelvinskalaen, skal ha sagt: «Hvis du tenker sterkt nok, så vil du bli tvunget av vitenskapen til å tro på Gud.» Og rett nok, jo mer vi lærer om verden og menneskene rundt oss, jo mer innser vi hvor mye vi *ikke vet* – både om det store universet og om oss selv.

Denne utilstrekkeligheten kan vi møte med undring og nysgjerrighet, eller med fornektelse. Uavhengig av tilnærming vil de fleste av oss lage sin egen fortelling om det ukjente. Teorier og modeller som passer med det vi allerede vet, fordi vi trenger sammenheng. Koherens. Mening.

Vi gjør det samme i hverdagen, ikke bare i møte med verdensrommets eller kvantefysikkens store mysterier. Vi handler ut ifra det vi tror er rett, eller hvordan vi tror ting henger sammen, kanskje oftere enn vi liker å innrømme. Noen tror det er en gud som holder det hele sammen, og som våker over oss. Andre tror på det grunnleggende gode i alle mennesker. Enkelte tror vi kun handler ut ifra egoisme, noen tror at den menneskelige rasjonalitet og intelligens kan overvinne alt, mens atter andre tror de kun kan spille sin beste fotball i den gule lykketrusa. Felles for alle er at vi *tror* – og handler deretter. Hvor mange antagelser har du om dine pasienter, doktor? Tenk litt over det.

Enkelte vil helst ha det til at tro har liten verdi. At det vi vet, er det som betyr noe. «Tru kan du gjørra i kjærka», sier vi i Drammen. «Troen gjør oss sterke», sier de derimot i den nevnte kirken, og mye kan tyde på at de har rett. En rekke studier har vist oss at religiøse mennesker er lykkeligere, får færre hjertesykdommer og lever lenger enn andre (1–5). Gud, Allah, spiritualisme – uansett hva du tror på, ser det ut til å hjelpe. Men kan ikke troen gjøre oss sterke også utenfor kirken, og utenfor religionen?

«Har du trua?» spør vi, enten det er før finalekampen eller kreftoperasjonen – og de fleste prosjekter går rett i vasken dersom vi mister troen på dem. Enhver selvhjelpsekspert eller idrettspsykolog kan fortelle deg at en av de viktigste nøklene til suksess er å ha tro på seg selv. Mange av oss som jobber i helsevesenet, har også sett hva som kan skje med et menneske når troen svinner hen, og livskraften følger etter.

Troen kan altså gjøre oss sterke, men den kan også bryte oss ned. Troen på at vi ikke har verdi eller ikke er gode nok, kan gjøre oss til skygger av oss selv, og svært syke.

Det er med andre ord både mye helse og uhelse gjemt i det vi tror på. Kanskje vi som leger er nødt til å erkjenne at dette uhåndfaste og lite vitenskapelige begrepet er viktigere for både oss og pasientene våre enn vi, nettopp, trodde?

---

## REFERENCES

1. Hummer RA, Ellison CG, Rogers RG et al. Religious involvement and adult mortality in the United States: review and perspective. *South Med J* 2004; 97: 1223–30. [PubMed][CrossRef]
2. Koenig HG. Research on religion, spirituality, and mental health: a review. *Can J Psychiatry* 2009; 54: 283–91. [PubMed][CrossRef]
3. Koenig HG, King DE, Carson VB. *Handbook of religion and health*. New York, NY: Oxford University Press, 2012.
4. Marks L. Religion and bio-psycho-social health: A review and conceptual model. *J Relig Health* 2005; 44: 173–86. [CrossRef]
5. Zimmer Z, Jagger C, Chiu C-T et al. Spirituality, religiosity, aging and health in global perspective: A review. *SSM Popul Health* 2016; 2: 373–81. [PubMed][CrossRef]

---

Publisert: 5. september 2022. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.22.0455  
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.