



ILL.: AFTENPOSTEN GRAFIKK/TERJE TØNNESEN

Desember er høysesong for gode gjerninger.  
Hos Kirkens Bymisjon har de ikke plass til alle som vil bidra på julaften.

# Tid for andre

VIBEKE BORGENSEN

– Det er de gode gjerninger som varmer verden og holder den gående, sier Odd-Cato Kristiansen, fengselsprest og utropt til «Årets åltreite fyr» i fjor.

Mens de fleste av oss blir mer bevisste på å gjøre noe for andre i tiden rundt jul, sørger noen for å holde engasjementet sitt levende hele året.

Heidi Vindenes følte seg liten og livredd første gang hun skulle besøke dødsdømte Thomas Miller-El i fengselet i Texas.

– Det var som på film, bare enda verre, sier hun.

Fra stuevinduet hjemme i Nannestad har hun fri utsikt over langstrakte jorder. Roen i det åpne, snødekte landskapet føles helt inn i stuen hennes, der vi

har benket oss i sofaen. Men det varer ikke lenge før stillheten blir brutt. Når Heidi forteller, er det som stuen fylles av en kakofoni av lyder – slamring med dører, klirring i store nøkkelknipper og kommandorop fra bevæpnede vakter med mistenksomme blikk. Hun forteller om da hun møtte Thomas Miller-El første gang, 12. januar 2000.

**Det første møtet.** På rommet der fangene på Death Row får motta besøk, sitter han i et lite bur. En glassvegg skiller ham og Heidi. Litt bortenfor sitter en ung jente. Hun besøker broren sin, Glenn McGinnis, som fyller 25 år denne dagen. 25. januar skal han henrettes. Thomas ber Heidi gå bort til Glenn og gi ham en hilsen. Etterpå, da han går forbi buret til Thomas, klarer de to dødsdømte å berøre hverandre med fingrene gjennom et hull i bakveggen. Thomas roper «I love you, man. Be strong» og får «Love you too» tilbake.

– Det er det sterkeste minnet jeg har fra det første møtet vårt, forteller Heidi.

– Da jeg kom tilbake til Norge, fikk jeg vite at Glenn McGinnis var henrettet. Han var blitt mishandlet gjennom hele barndommen og var 17 år og rusa da han skjøt en butikkinnehaver. Jeg er imot dødsstraff. Uansett.

I Amnesty International kjører de to større kampanjer hvert år. Pågangen på å få være med og jobbe for disse er stor, forteller kommunikasjonsjef Ina Tin.

– Den enkleste måten å gjøre noe for menneskerettighetene på er imidlertid å melde seg inn i vårt Amnesty-sms-nettverk, sier hun.

– Vi er nå 60 000 som er med der. Man får tre meldinger i måneden som handler om enkeltmennesker vi aksjonerer for. Det kan gjelde en dødsdom vi prøver å stoppe eller en løslatelse av en samvittighetsfange, for eksempel.

**Brevvenner.** Fra 1991, i snart 20 år, har Heidi Vindenes brevvekslet med Thomas Miller-El. Da hadde han allerede sittet fem år som dødsdømt for drap i forbindelse med ran.

For Heidis del startet det da Amnesty søkte etter noen som ville være brevvenner med dødsdømte fanger i USA. Hun ønsket å gjøre noe som kunne bety noe for andre, men ser ikke på det som en god gjerning.

– Nei, jeg ville bare strekke ut en hånd. Jeg tenkte at her er det vel en som trenger noen.

Mer om gode  
gjerninger på de  
neste sidene



– Tenk at det finnes så vakre steder i verden, skrev livstidsfangeren Thomas Miller-El til Heidi Vindenes da hun hadde sendt ham bilder fra en Roma-tur.

– Han liker at jeg deler opplevelser med ham. Ellers brevveksler vi om alle slags dagligdagse hendelser og om hvordan det går med familiene våre, forteller Heidi Vindenes. Her med et utvalg brev hun har fått fra Thomas.

FOTO: INGAR STORFJELL



– Hvis ingen engasjerte seg og ønsket å gjøre gode gjerninger, tror jeg det ville gå dårlig, sier Erik Fosse, lege og humanistisk aktivist.

– Det gode engasjementet – det at man brenner for ting, er helt avgjørende. Vi må ha empati med dem som ikke har det så godt, og være villige til å ofre noe for slike medmennesker. Da blir verden et bedre sted.

For egen regning har Heidi Vindenes nå reist til USA og besøkt Thomas i fengselet 13 eller 14 ganger. Ellers holder de kontakt via brev et par ganger i måneden. Hun er blitt kjent med hans kone, Dorothy, og med datteren, er blitt «ekspert» på det amerikanske retts- og fengselsvesenet, aktivt engasjert mot dødsstraff spesielt og menneskerettigheter generelt, og har i tillegg fått et nært og godt vennskap med Thomas.

– Jo, jeg bruker veldig mye tid på dette, men får så utrolig mye igjen. Også perspektiv på eget liv. Thomas er et klokt og godt menneske. Jeg hadde aldri trodd jeg kunne møte noen som ham på Death Row.

– I mitt perspektiv er en god gjerning først og fremst det å kunne leve seg inn i andres situasjon, engasjere seg og ikke tåle urett. Det er godt formulert i et av Arnulf Øverlands dikt: «Du må ikke tåle så inderlig vel den urett som ikke rammer deg selv», sier Erik Fosse.

Det er ikke lenger bare Heidi som tror Thomas når han hevder han er uskyldig dømt.

Den 21. februar 2001 fikk Thomas sin 10. henrettelsesdato. Da hadde han sittet på Death Row i nærmere 15 år. Han hadde få ankemuligheter, og alle regnet med at han ville bli henrettet denne gangen. Thomas ønsket at Heidi skulle være til stede når det skulle skje.

**Livstid.** – Etter litt betenkningstid sa jeg ja. Det var forferdelig, og jeg husker nesten ikke noe fra den tiden. Vi, jeg og et par fra Danmark og Sveits, jobbet intenst med saken. Satte opp en webside for ham, blant annet. Fem dager før jeg skulle reise over for å se ham dø, gikk høyesterett inn og stoppet henrettelsen. Da kom alle følelsene.

Dommen er omgjort til livstid. Neste år kan Thomas Miller-El søke om prøveløslatelse. Han er blitt en ressurs i fengselet, hjelper andre fanger, studerer og jobber. Han har også gitt Heidi råd og veiledning gjennom årene.

– Ja, det har gått begge veier, sier hun. – Skal vi snakke om gode gjerninger, vil jeg si at det er han som gjør det. At han betyr noe for andre, har også vært alfa og omega for ham.

Alle kan gjøre noe for andre, mener Heidi. Hun jobber i hjemmesykepleien og opplever at det er lite som skal til for å gjøre en forskjell.

– Det viktigste er å vise at man bryr seg. Et smil og noen vennlige ord kan fort redde dagen for noen. Og man får mye igjen for det selv, sier hun.

– Det avgjørende er ikke de store, prangende gjerninger som synes overalt og man får gjeve priser for, men de små, nesten usynlige gjerninger mennesker imellom, sier fengselsprest Odd-Cato Kristiansen. – Det kan være et kjærtegn på kinnet, et håndtrykk eller å sette av tid til et menneske.

**Motivasjon.** Aleksander Chaibi har aldri hastverk når han tar imot pasientene sine. De er folk som har flyktet fra krig, forfølgelse eller hevnaksjoner. Alt det verste du ser på TV-nyhetene hver dag, sier Aleksander.

For et drøyt år siden opprettet Røde Kors og Kirkens Bymisjon et helsesenter for papirløse migranter. Og fikk en strøm av interesserte helsearbeidere som ville jobbe frivillig ved senteret. En av dem var Aleksander Chaibi.

– Jeg tok kontakt samme dag jeg fikk høre om dette tiltaket, forteller 31-åringen.

Han er fysioterapeut og kiropraktor pluss i gang med en doktorgrad om migræne og cervikogen hodepine. Til daglig jobber han ved Atlasklinikken i Oslo sentrum.

– Ja, jeg har ufattelig mye å gjøre akkurat nå, medgir han. Men overfylte dager og kvelder hindrer ham ikke i å bruke en kveld i måneden til å arbeide gratis ved helseklinikken for papirløse.

I Røde Kors forteller Grete Herlofson, avdelingsdirektør i omsorgs- og foreningsutvikling, om økt pågang av folk som er motivert for frivillighetsarbeid.

– Det er særlig tre faktorer for folks motivasjon: at man ser et behov, at innsatsen man gjør, er med på å avhjelpe behovet, og at man lærer noe. Det er lettere å rekruttere folk til konkrete oppgaver og aktiviteter enn til organisasjonsarbeid, noe som er mindre attraktivt i dag enn det var tidligere. Og til forskjell fra før, da folk gjerne var knyttet til en organisasjon for livstid, går de fleste nå inn og gjør en innsats over en periode, forteller Herlofson.

**Tokulturell.** – Jeg synes det å bidra med min fagkompetanse i frivillighetsarbeid er midt i blinken, smiler Aleksander. – Vi er jo veldig velstående og privilegerte i Norge, ingen tvil om det. Så det å kunne gi litt tilbake til samfunnet er veldig viktig, og dette er min måte å gjøre det på.

Chaibi er selv tokulturell med marokkansk far og norsk mor fra Bergen, der han er vokst opp.

Ved helsesenteret behandler han folk





– Pasientene skal føle at de er i trygge hender, at de blir tatt godt imot og kommer inn i varmen, sier Aleksander Chaibi, fysioterapeut og kiropraktor som jobber frivillig ved Helse-senteret for papirløse migranter. FOTO: TOM A. KOLSTAD

«Mange ønsker nok å sette fokus på annet enn bare gaver»

Jorid Tharaldsen,  
Kirkens Bymisjon

fra hele verden, mange fra afrikanske land og mange fra Midtøsten. Noe av det fine, synes han, er å se hvordan folk med ulik bakgrunn, kultur og religiøs tilknytning omgås uten uoverensstemmelser – han har i alle fall aldri opplevd konflikter mellom dem som sitter tett i tett på venterommet.

– Gode gjerninger fremmer gode gjerninger, sier filosof Anne Rose Røsbak Feragen. En god gjerning er noe som gjør noen godt, mener hun, som gjøres av den rette grunn, det vil si ikke av en selvisk grunn. – Samtidig vil jeg si at hvis noen bare gir for å lette sin egen samvittighet, så er nok det viktigste likevel at man gir, smiler hun. – Å være god og gjøre gode gjerninger gir oss selvspekt og opplevelsen av å ha et godt liv. Det vil også påvirke vårt syn på mennesket på en positiv måte og være med på å gjøre samfunnet til et sted å trives.

Det er kun de såkalte papirløse – folk som har fått avslag på sin asylsøknad – som kan få behandling ved senteret der Aleksander Chaibi jobber som frivillig. Hvis det ikke dreier seg om akutt hjelp, har voksne papirløse ingen rettigheter i helsevesenet. Ved helsesenteret får de gratis tilbud om alle typer behandling – hos leger, tannleger, psykologer og fysio-

terapeuter blant annet. 80 fagpersoner går i turnus her, og alle jobber frivillig.

I tillegg til store eller små sykdomshistorier som alle kan plages av i perioder, sliter mange papirløse også med frykt, depresjoner og traumer. Mange har mistet håpet etter å ha vært igjennom år med søknadsprosesser som til slutt har endt med endelig avslag på oppholdstilatelse.

**Positive ting.** – Når jeg behandler pasientene, prøver jeg å føre samtalen inn på positive ting for å skape litt god stemning i behandlingsrommet. Det kan være alt fra noe fint de har opplevd i hjemlandet til hva de har jobbet med eller hva de er opptatt av – fotball, for eksempel. Forskning viser jo at ved å fokusere på positive ting frigjør kroppen serotonin og endorfiner, som er smertestillende og stimulerer følelsesenteret i hjernen. Jeg er positiv av natur og tror det smitter litt – jeg ser i alle fall at det gjør en forskjell for pasientene, sier Aleksander.

– Måten vi opptrer på overfor andre betyr mer enn vi kanskje tror, sier Anne Rose Røsbak Feragen. – Forskning viser hvordan vi påvirkes av andres adferd. Det er for eksempel påvist at når en person mister en bunke papirer på bakken, så vil en forbigående ha lettere for å hjelpe med å plukke opp papirene hvis noen akkurat har smilt til ham eller henne. Aristoteles var opptatt av at vi skal være den beste versjonen av oss selv til enhver tid. Det er ikke alltid lett, men et ideal å strekke seg etter, mener filosofen.

Å støte på så mange sterke historier og skjebner kan være tøft, forteller Aleksander Chaibi. Likevel synes han arbeidet er givende og at han får mye igjen.

– Det er fint å kunne bidra med noe til folk som trenger det, se at man oppnår gode resultater og møte hyggelige mennesker fra hele verden. Man får et annet perspektiv på verden enn man gjør om man bare følger med på TV-nyhetene.

Ved å møte folk med ydmykhet, forståelse, empati og respekt får man vennlighet tilbake. Det ligger i menneskers natur uansett kultur, mener han.

– Det å stoppe opp og se nøye etter hva mennesker trenger, gi noen en opplevelse av verdi, av verdighet, det kjennetegner en god gjerning. Og den typen gode gjerninger kan vi ikke få nok av i dagens samfunn, hvor mange mennesker «fryser» fordi de ikke blir sett, sier Odd-Cato Kristiansen. – Vi har en kultur som forteller oss at noe er viktigere enn hjertets gjerninger, men barmhjertighetsgjerningene trenger vi alle å varme oss på. De gjør at vi overlever fra dag til dag.

I Kirkens Bymisjon har de behov for frivillige hjelpere året rundt, men merker godt at engasjementet blant folk øker i tiden rundt jul.

– Mange ønsker nok å sette fokus på annet enn bare gaver, sier Jorid Tharaldsen.

– Særlig julaften vil folk gjerne bidra, og det i en slik grad at vi ikke har oppgaver til alle.

Kirkens Bymisjon driver med mye mer enn det gatenære arbeidet mange forbinder dem med. Blant annet frivillighetsarbeid for barn og ungdom og ikke minst eldre.

– I dag er 1450 frivillige engasjert i ulikt arbeid som er med på gjøre en forskjell for andre – og kanskje også for dem selv, sier Tharaldsen.

vibeke.borgersen@aftenposten.no

## For mer informasjon

[www.rodekors.no](http://www.rodekors.no) (har jevnlig informasjonsmøter. I Oslo en gang i måneden.)

[www.kirkensbymisjon.no](http://www.kirkensbymisjon.no) (eller tlf. 22 69 86 20)

[www.amnesty.no](http://www.amnesty.no) (påmelding til sms-tjenesten: Send ordet Amnesty til nr. 2160. Gir deg mulighet til å støtte tre Amnesty-aksjoner pr. måned, hver signatur du gir, koster kr 12.)