

Stemmer fra innsiden

Bente Almås og Johnny Gimmestad

CREMAH
Senter for forskning
i musikk og helse



**Norges
musikkhøgskole**
Norwegian Academy
of Music

Stemmer fra innsiden

Bente Almås og Johnny Gimmestad

NMH-publikasjoner 2020:1
Senter for forskning i musikk og helse

© Norges musikkhøgskole og forfatterne

Bilder:

S. 72, Milad Gholami/NMH.

S. 10 og 54, iStock.

Alle andre bilder ved © Siv Dolmen. Bildene kan ikke brukes i andre sammenhenger.

ISSN 0333-3760

ISSN 2535-373X (online-utgave)

ISBN 978-82-7853-274-4 (trykt)

ISBN 978-82-7853-275-1 (pdf)

ISBN 978-82-7853-276-8 (e-bok)

Norges musikkhøgskole

Boks 5190 Majorstua

0302 OSLO

Tel.: +47 23 36 70 00

E-post: post@nmh.no

nmh.no

Utforming, sats og trykk: Bodoni, Oslo, 2019

Innhold

Forord 1	4
Forord 2	6
Prosjektet Musikk i fengsel	9
Fakta om workshopene	10
«Jeg spurte den hvor mange, hvor mange år mon tro?»	13
DEL 1 LEDERNES STEMME	15
Når musikk blir samfunnsansvar i praksis	17
Vinn-vinn for både innsatte og studenter	26
Lyd av varme	29
DEL 2 DE INNSATTES STEMME	31
Sangen om sjelefred	33
Dagbøker fra de innsatte	34
Sjelefred	39
Verdiskapning på et menneskelig plan	40
Lyd og gitter	44
Nå står jeg oppreist	47
Etikk	55
De innsattes beskrivelse av workshopen	56
DEL 3 STUDENTENES STEMME	57
Er du papegøye eller elefant?	58
Lisas dagbok	59
Mestring betyr uendelig mye	62
Ei uke som satte spor	65
Ei livsviktig erfaring	69
Epilog: Historien om G-nøklene	73
Om forfatterne	75

Forord 1

Even Ruud

Åformidle musikk har ringvirkninger langt utover den opplevelsen musikken gir oss her og nå. Et musikkprosjekt i fengsel har konsekvenser som går langt utover hva mange kan forestille seg. Bente Almås har gjennom mange år tatt med seg musikkstudenter fra Norges musikkhøgskole og gitt konserter i 6 ulike fengsler i Østlandsområdet og på Politiets utlendingsinternat, Trandum. I tillegg har hun gjennomført en rekke workshops. I denne boka kan vi lese om et unikt prosjekt hvor forvaringsdømte får møte musikkstudenter i en workshop som går over en uke.

Dette er et uvanlig prosjekt på flere måter. For de deltakende innsatte et kjærkomment avbrekk i en monoton hverdag, en utfordring og et personlig løft med glimt av anerkjennende møter i skapende prosesser. «Et pusterom for følelser og mellommenneskelig kontakt», sier en av de innsatte i et intervju. For studentene blir det et møte med en virkelighet, noen mennesker og skjebner som utfordrer holdninger og som tvinger dem til å se forbi fordommer vi alle bærer med oss.

Ingen ønsker å se bort ifra, unnskyldte eller akseptere årsakene til at noen havner i fengsel og soner en forvaringsdom. Men alle har rett til å bli møtt som mennesker, med mulighet for rehabilitering og å vende tilbake til et normalt liv. Endring krever selvransakelse, mot og villighet. Å kaste seg ut i en skapende musikalsk prosess, komponere, skrive låter, improvisere, skape

stemningsfulle lyder er utfordrende nok for de fleste av oss. Mange tilbakemeldinger fra de innsatte tyder også på at dette har vært en utfordrende prosess. Eller som en av de innsatte oppsummerer uka i sin dagbok: «Uten kjærligheten, håpet, terapien og den enorme omsorgen som er knyttet til musikken og denne workshopen, hadde livet mitt vært fattigere, fælere, hardere. Hvor mye skulle jeg ikke gitt for en uke til, en uke i året hvor jeg føler meg som et menneske».

Det finnes neppe bedre måter å bli konfrontert med hva musikk og musikkformidling kan handle om, enn å møte et publikum langt utenfor den komfortsonen musikkstudenter vanligvis befinner seg i.

For studentene har dette blitt en bratt læringskurve, en oppvåkning med tanke på de utfordringer og muligheter formidling av musikk gir anledning til. En student skriver: «For meg personlig har denne uka bydd på møter som jeg aldri kommer til å glemme og gitt meg innblikk i en verden jeg ikke visste noe om. Som musiker er jeg igjen blitt minnet om at musisering mellom mennesker er noe utrolig sterkt og viktig». Eller som en annen student skriver: «Jeg lærte ikke noe i fengselet som vil gjøre meg til en bedre musiker, rent teknisk. Men jeg lærte mye om hvor viktig det er å drive med musikk. Og det motiverer meg faktisk til å øve enda mer».

Ringvirkningene går langt videre enn for de deltagende innsatte og studenter. Med støtte fra to fritidsledere ved Ila fengsel blir erfaringene forankret og brakt videre innenfor murene. I samtalen med disse forstår vi hvordan en musikalsk workshop har betydning for rehabiliteringen. «Når du gjør noe positivt og lever bra med deg selv, blir det også lettere å jobbe med det negative, slik de innsatte er forpliktet til å gjøre når de soner her», sier den ene.

De forteller om holdningsendringer som blant annet kommer til uttrykk når både ansatte og innsatte stiller mannsterke opp på avslutningskonserten.

På denne måten kan den musikalske virksomheten bidra til å humanisere hverdagen for de innsatte, muliggjøre en vei fram mot et positivt liv etter soning.

Samtidig har prosjektet skapt en læringsarena for musikkstudentene og vist at Musikkhøgskolen kan oppfylle et samfunnsansvar som går langt videre enn å utdanne musikkarbeidere til et tradisjonelt arbeidsmarked.

Bente Almås har med dette prosjektet satt søkelyset på et helt sentralt punkt i kunstens funksjoner for enkeltmennesker og for samfunnet. Med sin unike bakgrunn som musiker, musikkpedagog og musikkterapeut har hun skapt en syntese av musikalsk læring, sosialt arbeid, selvutvikling, terapi og musikkformidling som forhåpentligvis får ringvirkninger langt utover dette prosjektet.

Forord 2

Bente Almås

Prosjektleder for Musikk i fengsel og medforfatter

Denne boka er utviklet sammen med journalist Johnny Gimmestad, som har gjennomført alle intervjuene og hatt samtaler med våre informanter, det vil si ansatte og innsatte i Ila fengsel og forvaringsanstalt og mastergradsstudenter fra Musikkhøgskolen. Det har vært en spennende «reise» å jobbe sammen med Johnny. Mange arbeidstimer har gått med til diskusjoner og faglige valg rundt form og innhold. Det har vært en lærerik prosess for meg og det er utrolig flott å endelig kunne dokumentere litt av mitt pågående arbeid med *Musikk i fengsel*.

Siden 2011 har jeg sett prosjektet vokse, fra de første konsertene med Musikkhøgskolens slagverkstudenter i Bredtveit fengsel og forvaringsanstalt, til dagens workshop i Ila fengsel og forvaringsanstalt og Politiets utlendingsinternat, Trandum.

Jeg har brukt mye tid på å bygge nettverk innenfor murene. Det krever samarbeid som handler om å bygge tillit og tilby kvalitet. Og med dedikerte studenter og lærere fra Norges musikkhøgskole som har banket på døren for å få delta i prosjektet, har jeg vært utrolig privilegert. Vi har gjennom årene delt mange gylne øyeblikk i møte med de innsatte. Som en student sa: «Vi som henger med deg i fengselsprosjektet har liksom blitt som en egen familie, vi deler noe som det er vanskelig å snakke med andre om».

Fra dag én av prosjektet har jeg vært opptatt av å bryte assosiasjonene innsatte = heavy metal/rap/rock/hip hop. Så gjennom alle disse årene har derfor studentene presentert alt fra folkemusikk, jazz, rock, fusion, klassiske stykker til utpreget eksperimentell samtidsmusikk. Måten disse konsertene har blitt mottatt på har bekreftet at innsatte er mennesker som oss alle, som er opptatt av ulik musikk som har sine historier og som lar seg berøre. Jeg har erfart at musikk via tekst, melodi og formidling går rett inn i følelsesapparatet blant publikum innenfor murene. Så da studenter fra studieprogrammet Musikk & helse, på sin årlige fengslende adventsturné presenterte låten «Tenke på en venn» kom det fra en innsatt: «Hallo, shit, er ikke det en sang fra Barne-TV?» Joda, svarte studenten før hun fremførte låten med et varmt og ærlig uttrykk. Den samme mannen på første rad tørket noen tårer og sa etterpå at han lengtet etter familien sin. Han snakket om advent som en tung tid, og låten ble faktisk årets store hit på adventsturneen. Avstanden mellom hardbarka kriminelle og skjøre låter fra Barne-TV ble med ett borte.

Et spennende og nytt sidespor i prosjektet er mitt engasjement i Oslo jazzfestival, der jeg fra 2015 har lagt til rette for «luftegårdsfestival» i Bredtveit fengsel og forvaringsanstalt, Oslo fengsel og fra 2019 også Ila fengsel og forvaringsanstalt. Her deltar alle band tilknyttet Nordisk showcase, dvs. studenter i rytmisk musikk fra ulike land.



Armbåndene i sølv som en av de innsatte lagde til Bente Almås og en mastergradsstudent med egenpraksis i Ila fengsel.

Resultatet fra årets workshop ble presentert på «luftegårdsfestival» i Ila fengsel. Det er ikke å ta munnen for full å si at de innsatte som deltok, sammen med mastergradsstudentene fra workshopen, hadde en flott konsertopplevelse på samme scene som musikerne i Nordisk showcase. Øyeblikk som dette, der de innsatte får mulighet til å vise seg frem som noe annet og noe mer, for medinnsatte, ansatte og ikke minst musikerne fra Nordisk showcase, har

stor verdi for både mestring og selvbilde. Det var et flott syn å se de innsatte entre scenen iført sine Oslo jazzfestival t-skjorter, nervøse og samtidig ikke så lite stolte.

Et annet sidespor som er verdt å nevne er at Norges musikkhøgskole fra våren 2019 inngikk et samarbeid med Ila fengsel, der en mastergradsstudent i musikkterapi hadde egenpraksis med seks elever fra fengselet. Som veileder ser jeg hvordan dette tilbudet

skaper ringvirkninger og fyller et stort behov for musikktilbud blant innsatte. Da en av elevene, som i de første timene verken ville spille eller synge, men bare lytte til musikken, senere ytret et ønske om å synge Jan Eggums låt «Lillebror Per» og sin egenkomponerte «Ila Prison Blues» sammen med den faste musikkgruppen som mastergradsstudenten jobber med ukentlig, ja da sier det noe om kraften og verdien i å arbeide med musikk innenfor murene på denne måten. Den samme eleven fremførte låtene med stor overbevisning i kantinen på Ila, foran en gjeng overraskede medinnsatte og betjenter, som avslutning på praksisperioden for studenten. Som synlig bevis på hva den personlige veksten har betydd, kom han etter konserten med et armbånd i sølv til hver av oss, laget av han selv på arbeidsdriften.

Bokas mål og innhold

Jeg håper du som leser denne boka får et lite innblikk i hva musikk kan bidra med i en soningshverdag, likeledes hva studenter opplever i møte med denne virkeligheten. Jeg har valgt å ha fokus på workshop i Ila fengsel og forvaringsanstalt. Alle konserter og øvrige musikalske aktiviteter fra 2011 og framover, ligger på mange måter som et bakteppe til der prosjektet er i dag.

Denne boka har tre deler der leseren møter:

- 1 Ledernes stemmer
- 2 De innsattes stemmer
- 3 Studentenes stemmer

Som «krydder» gjennom boka presenteres dikt som er blitt skrevet i løpet av workshopene, litt fakta om arenaen der disse

workshopene arrangeres, utvalgte sitater fra studenter og innsatte og ikke minst bilder.

Alle studenter og innsatte som bidrar i boka er gitt fiktive navn.

Jeg vil rette en stor takk til:

- ✦ Alle innsatte i Ila fengsel og forvaringsanstalt og musikkhøgskolestudenter fra mastergradsstudiet i utøving som har deltatt på workshopene og bidratt med tanker og refleksjoner – uten dere hadde ikke denne boka vært mulig
- ✦ Alle studenter fra Norges musikkhøgskole som har deltatt med flotte konserter på fengselsturneer, i enkeltstående konserter og som lunsjmusikk
- ✦ De ansatte i Ila fengsel og forvaringsanstalt for et godt og konstruktivt samarbeid
- ✦ Johnny Gimmestad som har vært med-spiller under hele bokprosjektet og ført det aller meste av teksten i pennen. Det har vært en glede å arbeide sammen med deg, du har holdt ut med meg, og jeg er stolt og glad over resultatet.
- ✦ Even Ruud som har skrevet forordet
- ✦ CREMAH ved leder Karette Stensæth for initiativ og støtte i prosessen fram mot bokas endelige resultat
- ✦ Publiseringsansvarlig ved Musikkhøgskolen Anders Eggen
- ✦ Alle øvrige deltakere som har gjort dette prosjektet mulig

Prosjektet Musikk i fengsel

Prosjektet *Musikk i fengsel* ble satt i gang av Bente Almås ved Norges musikkhøgskole våren 2011. Prosjektet omfatter to typer aktiviteter: konserter og workshop. Både konsertene og workshopene gjennomføres av Musikkhøgskolens studenter og er faglig forankret i studiene.

Prosjektet inneholder:

- ✦ Konserter med involvering av innsatte:
 - Tradisjonelle konserter
 - Lunsjmusikk i kantine
 - Adventskonserter
 - Minikonserter inne på avdelinger
- ✦ Workshop
- ✦ Bidrag ved aktuelle samarbeidspartneres arrangementer, for eksempel Tahirlekene og sommerfester i regi av Røde kors

Konsertene spilles på følgende steder:

- ✦ Ila fengsel og forvaringsanstalt
- ✦ Romerike fengsel: avdeling Ullersmo og avdeling Kroksrud
- ✦ Bredtveit fengsel og forvaringsanstalt, inkludert avdeling B2
- ✦ Oslo fengsel
- ✦ Politiets utlendingsinternat, Trandum

Workshopene gjennomføres på følgende steder:

- ✦ Ila fengsel og forvaringsanstalt, heretter omtalt som Ila fengsel
- ✦ Politiets utlendingsinternat, Trandum

Prosjektets omfang:

Fra 2011 til 2019 er det gjennomført 280 konserter med i alt 350 studenter fra ulike studieprogrammer ved Norges musikkhøgskole.

Fra 2014 til og med 2019 er det gjennomført 8 workshoper med i alt 39 mastergradsstudenter i utøving og 90 innsatte.



Fakta om workshopene

HISTORIKK: Første workshop ble gjennomført i Bredtveit fengsel og forvaringsanstalt i 2014, fra og med 2015 årlig i Ila fengsel, i tillegg til Politiets utlendingsinternat, Trandum, fra og med høsten 2018.

DELTAKERE: Inntil 10 studenter fra mastergradsstudiet i utøving gjennomfører disse workshopene på Politiets utlendingsinternat, Trandum og i Ila fengsel, 5

studenter per sted. Workshopene inngår i emnet Musikken i perspektiv.

De innsatte får anledning til å melde seg på i god tid før workshopen og deltar ut fra ulike forutsetninger. Enkelte har stor musikkinteresse, spiller selv aktivt, skriver tekst/musikk og kommer med bidrag som det kan bygges videre på. Andre har ingen forkunnskaper, men har likevel stor glede av å synge og delta. I Ila fengsel er det mange innsatte som melder seg på år etter år.

FORBEREDENDE MØTE: Påmeldte studenter samles til forberedende heldagsmøte med prosjektleder tre uker før den enkelte workshopen.

TIDSROM: Uke 8 (Ila) og uke 41 (Trandum) hvert år, mandag til og med fredag kl. 09.00 – 16.00, inkludert felles lunsj.

SIKKERHET: Studentene blir sikkerhetsklarert og må medbringe gyldig legitimasjon med bilde ved innsjekk hver dag. De må være disponible i hele tidsrommet workshopen avholdes og kan ikke komme og gå i løpet av dagene. Under workshopen er alltid en eller to fritidsledere fra anstalten til stede, i tillegg til prosjektlederen fra Norges musikkhøgskole.

PLANLEGGING OG GJENNOMFØRING: Studenter og prosjektleder legger i forkant sammen opp en ramme. Den inkluderer sanger/aktiviteter som benyttes første dag. Utover uka kommer nytt innhold til,

avhengig av de innsattes og studentenes ønsker. Vanligvis planlegges mange ulike aktiviteter, slik at en har noe å velge mellom, uten å binde seg til en timeplan.

FAST POST: Studentene ønsker velkommen hver dag med å spille et solostykke på sitt hovedinstrument, samtidig som de forteller litt om instrumentet og musikken de fremfører.

OPPSUMMERING: Hver dag avrundes med en felles oppsummering, der både innsatte og studenter, pluss fritidsledere og prosjektleder medvirker.

OPPFØLGING: For studentene kan det være krevende å oppholde seg tett på og kommunisere jevnlig med innsatte gjennom ei hel uke. De får derfor oppfølging av prosjektleder Bente Almås gjennom personlige samtaler både underveis og etter gjennomført workshop.

OVERORDNEDE MÅL FOR WORKSHOPENE:

- ✦ god musikalsk samhandling
- ✦ mestring
- ✦ personlig vekst
- ✦ konsentrasjon
- ✦ samhandling
- ✦ musikalsk lek og utforsking
- ✦ stolthet
- ✦ læring
- ✦ medmenneskelighet
- ✦ betydningsfulle menneskelige og musikalske møtepunkter
- ✦ glede ved å oppnå gode musikalske resultater



«Jeg spurte den hvor mange, hvor mange år mon tro?»

Vinterdagen er sibirkald, himmelen isblå. De brede bærumsbygdene er gått i tundradvale under et tykt teppe av uskyldshvit pulversnø. Ikke så mye som et fuglefløyt er å høre i den glassklare luften. Og selv om sola skinner, varmer den ikke en håndfull musikkstudenter og deres anfører som denne mandagsmorgenen i februar hopper ut av en minibuss på parkeringsplassen rett ved det som var Norges største fangeleir under andre verdenskrig.

Den lille flokken har tatt kjøreturen på 15 minutter fra Norges musikkhøgskole på Majorstua og hit. Nå slår de floke for å holde kulda i sjakk, tramper kalde føtter i den hardfrosne bakken og titter nysgjerrig opp på et ruvende, dobbelt nettinggjerde, toppet med ruller av piggetråd. Bak gjerdet troner bastante byggverk i rust rød murstein. Det er noe velkjent, nesten ikonisk ved den lett loslitte fasaden; et motiv de fleste kan dra kjensel på fra bildene som gjerne illustrerer et av de mørkeste kapitlene i vårt lille lands historie: okkupasjonen.

Fra fangeleir til fengsel

På den tiden het stedet Grini fangeleir og rommet opptil 5400 motstandsfolk og krigsfanger av begge kjønn, stuert sammen, underernært og mishandlet – de aller fleste i provisoriske tyskerbrakker. I dag heter institusjonen Ila fengsel og forvaringsanstalt. De aller fleste brakkene er borte, men hovedbygget består og har sågar fått et påbygg. Anstalten rommer både gymsal og bibliotek, butikk og musikkrom – for å nevne noe.

Til enhver tid soner opptil 124 menn, bare menn, lange fengselsstraffer her. Mer enn halvparten soner forvaringsdommer; et uttrykk for at samfunnet mener du og jeg trenger et ekstra vern mot nettopp disse menneskene.

De nyankomne er spent, og de sier ikke stort. Selv om distansen er kort, er avstanden mellom myldrende Majorstua og det ødslige fengselsområdet her ute stor. Men det er nettopp på dette stedet de fem studentene fra mastergradsstudiet i utøving har valgt å tilbringe en hel studieuke. Her, i fengselets eget kirkerom og med en korsfestet, lidende Kristus hengende over alteret, skal de fra morgen til ettermiddag, fem dager på rad, organisere en workshop for og med et titalls innsatte; fengslet og dømt for vold, overgrep og andre alvorlige forbrytelser.

Det er «airport security» som gjelder

Noen av studentene begynner å løfte tunge instrumenter og lydutstyr ut fra minibussens bagasjerom, andre tar imot, alt mens prosjektleder Bente Almås dirigerer sine disipler med mild autoritet: «Når vi kommer inn i vaktbua, samler jeg sammen

legitimasjonen jeg ba dere om å ta med og leverer den til portvakta.

Ingen får ha med mobiler inn i fengselet, de må låses inn i oppbevaringsboksene. Og alt vi har med oss av utstyr, pluss støvler og sko etc., skal skannes. Her er det «airport security» som gjelder».

Bente Almås vet hva hun snakker om. For hun har vært her før – mange ganger før. Som leder og initiativtaker til prosjektet *Musikk i fengsel* har hun organisert konserter for innsatte, både på Ila, i fem andre fengsler på Østlandet og Politiets utlendingsinternat, Trandum i en årrekke. Dette i tillegg til workshopene. Mellom arrangementene er det blitt utallige besøk og møter med så vel betjenter som innsatte og fengselsledere. Og nettopp denne februararmorgen, på den første dagen i vinterferien, rusler hun nok en gang i spissen for en ny gjeng studenter på vei mot den ytre av Ila mange gitterporter, barrikadert med tykke betongsøyler og omkranset av overvåkningskameraer.

Fra famlende strøk til velklingende toner

Enkelte i følget kaster et blikk opp mot «Big Brother's» sorte, elektroniske øye før de slippes igjennom og tar sine første steg i retning hovedbygget. Foran dem ligger en anstalt de fem dager senere skal komme til å forlate for siste gang, tungt lastet med nye opplevelser og erfaringer. Et stoff til ettertanke som skal gi dem mye å grunne på – og noen dystre dilemmaer å reflektere over – for lang tid framover.

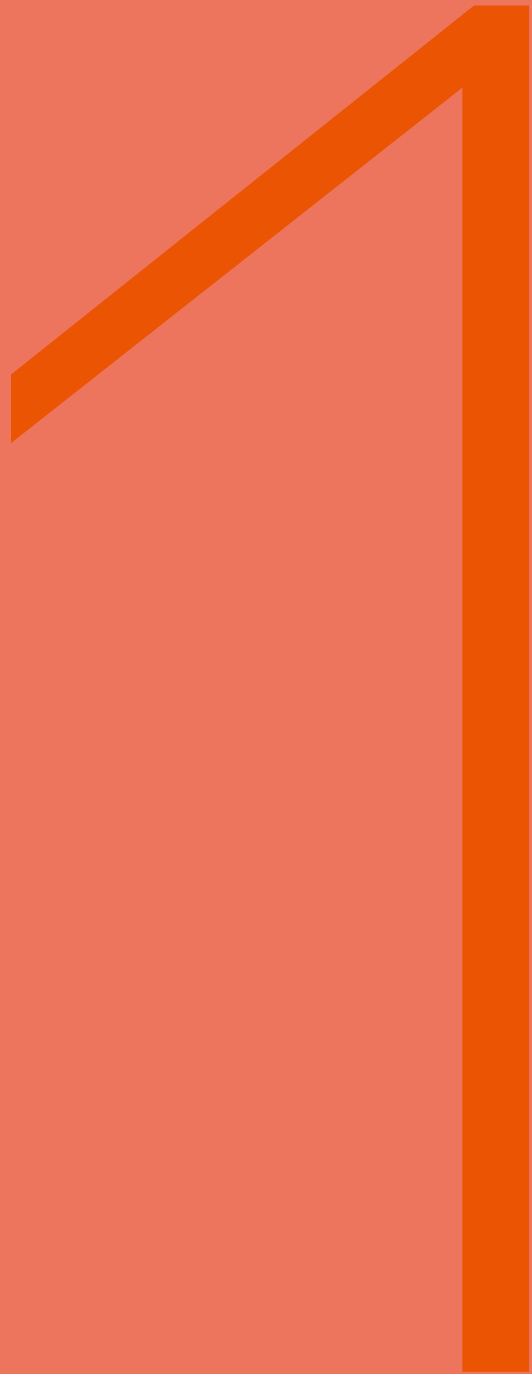
For når arbeidsuka er omme, har denne kvintetten, pluss prosjektlederen, lagt bak seg et program med et bredt spekter av daglige gjøremål: Fra rytmelek og

korøvelser, samspill og stemmeoppvarming til fremføring av velklingende gitartoner og de første famlende strøk på celloen fra en innsatts lett skjelvende hånd. Det har blitt sunget og spilt, trommet, trampet og klappet på fullt alvor, men med mye rom for smil og skjemt.

Og ikke minst; i lunsjpauser og under kaffeavbrekk er det blitt tid til sosialt samvær og samtaler. Det er blitt snakket om alt fra små og store musikalske utfordringer til hva det betyr for folk som sitter innesperret, de fleste i en stor del av sitt voksne liv, å få oppleve ei uke der fengselsrutiner og fangeliv settes i skyggen av en tilværelse både innsatte og musikkstudenter opplever som «forbausende normal». Ei uke mange av de innsatte begynner å se fram til og forberede seg på 12 måneder i forkant, så fort den siste strofen fra årets workshop har tonet ut i kirkerommet.

Sangen som fikk en ny betydning

Og så smekker porten igjen for siste gang bak årets workshop-flokk fra Musikkhøgskolen. Det er tid for å vende tilbake mot byen og luften tanker og følelser over et lite glass, i det en ny og blank frihelg står for døren. Grunntonen dem imellom går i en blanding av dur og moll. Og det lyder en befriende, men også litt vemodig latter når en student påpeker at ett av versene fra «Jeg gikk en tur på stien», som nettopp ble sunget firstemt under avslutningskonserten for et kirkerom fullsatt av ansatte og innsatte, plutselig fikk en helt ny mening for han: «Jeg spurte den hvor mange, hvor mange år mon tro. Den svarte meg med lange og klagende ko-ko.»



LEDERNES
STEMMER



Når musikk blir samfunnsansvar i praksis

Samtale med prosjektleder Bente Almås

«Det er en like sterk opplevelse hver eneste gang», slår Bente Almås fast. Avslutningskonsert og påfølgende oppsummering, etter nok en ukes workshop med innsatte og musikkhøgskolestudenter i Ilas fengselskirke, er over. Ikke så få tårer er tørket, mye takknemlighet og mange refleksjoner er kommet til uttrykk. Og om et år er det på'n igjen. Det er alle involverte enige om.

Bente har ikke nøydt seg med å være prosjektleder, veileder og los under årets workshop på Ila. Hun har for første gang også medvirket som musikant på trombone; et instrument hun har høgskoleutdanning i og har traktert siden tidlig på 70-tallet.

Om deltagelsen i fengselsorkesteret frister til gjentakelse, vil Bente ikke røpe, selv om hun lot til å finne seg godt til rette i blåserrekken sammen med orkesterets trompetist. Derimot er hun klar på hvilken sammenheng selve prosjektet hører hjemme i:

– Workshopen her på Ila er tuftet på at Musikkhøgskolen, i tillegg til sine musikkfaglige, pedagogiske og terapeutiske oppgaver, også har et samfunnsansvar; som en offentlig institusjon overfor verden omkring oss, som et lærested for våre studenter og som en arbeidsplass for alle ansatte.

Oppfyller våre forpliktelser

Det kan kanskje virke litt høystemt, vedgår hun:

– Men mitt utgangspunkt er å ta dette ansvaret på alvor og omsette det til noe praktisk og håndgripelig. Noe jeg har

kompetanse på og som har stor verdi – både internt på vår egen skole og eksternt for alle dem vi kommer i berøring med. Og med *Musikk i fengsel*, oppfyller alle vi som medvirker på vår unike måte Norges musikkhøgskoles forpliktelser, i vid forstand, sier hun og tilføyer:

– Som ledd i dette prosjektet avholder vi også en rekke konserter året rundt. Der fremfører studentene, i små grupper eller med litt større besetning, musikk innen et bredt spekter av sjangre for innsatte i seks fengsler i Østlandsområdet, samt for innsatte ved Politiets utlendingsinternat, Trandum.

– Vi er ikke de eneste som spiller for innsatte uten en krone i honorar. Men vi er nok ganske alene, både om det store omfanget og om å stille med musikere på et så høyt musikkfaglig nivå. I tillegg noyer vi oss ikke med å spille «låtene våre», ta imot applausen fra publikum og dra hjem igjen. Studentene får alltid møte en eller flere av de innsatte, gjerne før konserten, som forteller og svarer på spørsmål om livet bak murene og hvordan de ser på sin situasjon. I enkelte av fengslene legges det også opp til kaffe og kaker sammen med de innsatte etter konserten. Det er ingen overdrivelse å

si at for mange av studentene blir det sterke menneskelige møter, som skaper grobunn for refleksjon og undring.

Fra konserter til workshop

Etter å ha arrangert en rekke fengselskonserter siden oppstarten i 2011, fant Bente og en kollega, Kjell Tore Innervik, tiden moden for å ta et nytt, langt sprang: Fra det trygge og velprøvede konsertformatet til noe ukjent og langt mer uforutsigbart. Et prosjekt der avstanden mellom utøver og lytter ble opphevet. Hvor studenter og innsatte skulle møtes på helt andre premisser og hvor poenget var av en annen karakter enn å levere et musikalsk produkt av høyest mulig kvalitet.

Resultatet ble workshopen, som nå er en del av emnet Musikken i perspektiv i mastergradsstudiet i utøving, der studentene kan velge å delta på ett av flere aktuelle prosjekter. En ukes workshop i Ila fengsel eller en ukes workshop på Politiets utlendingsinternat, Trandum er to av alternativene.

Som utenforstående observatør er det slående å se hvor lite fastspikret workshopen er – samtidig som alt går forbausende knirkefritt for seg og virker godt organisert. Hvilken hemmelig metode ligger bak en slik effektiv kombinasjon av anarki og orden, Bente?

– Mitt utgangspunkt er at en workshop ikke er, den blir det de medvirkende gjør den til der og da. Med andre ord: Vi har ingen fasttømret metode å holde oss til, ikke noe fastlagt skjema å følge og ingen bastante milepæler som skal nås.

– Når jeg har mitt første forberedende møte med studentene som har meldt seg

på workshopen, er jeg veldig klar på dette: De får ingen timeplan. Vi vet aldri helt hva som kommer til å hende og hvordan uka utvikler seg. Alle workshoper er forskjellige. De varierer fra gang til gang, slik livet selv gjør fra dag til dag.

Helt tomhendte stiller de vel ikke?

– Det studentene får informasjon om, er å ta med seg en «ryggsekk» full av aktiviteter som de tror kan egne seg. Her stiller de med ulike «bagasje»: Noen er temmelig blanke på andre erfaringer enn de rent musikalske. Andre har jobbet med grupper som har gitt dem mer eller mindre handlingskompetanse, kanskje uten at de helt aner det selv.

De får også informasjon om at de må presentere seg for de innsatte gjennom sitt hovedinstrument, at det skal synges, uansett om de er instrumentalister på sin hals, og at workshopen skal gi mye rom for hva de innsatte ønsker. Enten det dreier seg om konkrete låter, egne eller coverlåter, eller andre aktiviteter de gjerne vil at workshopen skal romme.

Hva skiller workshopen fra de øvrige Musikk i fengsel-arrangementene, bortsett fra at den varer lenger?

– Den mest markante forskjellen er at det ikke handler om å spille for de innsatte, men med dem. Under hele workshopen er poenget at de innsatte selv medvirker og bidrar aktivt, først og fremst som utøvere på ulike instrumenter eller med sang. Men noen kommer også med egne låter, som de har skrevet tekst og melodi til. Andre har klare ønsker om kjente eller mindre kjente sanger som vi bør ta for oss.

Kunsten å skape mestring

– Uansett om det er egne eller andres sanger og melodier, om vi synger a cappella eller fremfører låtene med akkompagnement; mye handler om at de innsatte hele tiden får oppleve en stor grad av mestring. Jeg vil si det så sterkt: mestring er et mantra for hele workshopen, både for de innsatte og for studentene. Sistnevnte gruppe vil oppleve at det å mestre de kravene som stilles til dem, på mange plan, er avgjørende for å lykkes som musikere. Men vel så viktig er det for de innsatte, som etter mange år bak murene nærmest må lære seg å mestre livet på nytt når de engang slipper ut.

Hvordan vil du si at det du og studentene holder på med den uka workshopen varer også er god kriminalomsorg?

– Rehabilitering er et helt sentralt element i norsk kriminalomsorg og straffepleie. Samtidig er livsmestring, som workshopene jo bidrar til, og rehabilitering to sider av samme sak. Og hvis vi kan gi de innsatte troen på at det nytter å utfordre seg selv, at det å gjennomføre workshopen ruster dem til å takle noe de fryktet at de ikke ville klare, da har vi virkelig gjort nytte for oss.

En stor seier

– For så usannsynlig det enn kan høres; mange av de innsatte som er med på workshopen, er redde for å delta. Dette er ikke noe jeg tror. Dette vet jeg. De forteller det selv. Derfor kan utenforstående vanskelig

fatte hvor mye det betyr for de innsatte å komme over denne barrieren og overvinne frykten for ikke å strekke til. Det er en stor seier å oppleve at du faktisk kan fungere som noe annet og noe mer enn bare en kriminell. Og det er en helt spesiell, og veldig motiverende opplevelse både for studentene og meg selv, å få bidra til dette.

Hva skal til for å få alle de 10–15 innsatte til å fullføre, når ferdighetene varierer så mye og frykten tydeligvis ligger på lur hos mange av dem?

– En av våre helt sentrale utfordringer, som jeg også understreker tydelig overfor studentene tidlig i forberedelsesfasen, er at de hele veien må ta utgangspunkt i det svakeste ledd og den enkelte innsattes musikalske nivå. På den måten blir det alltid mulig for alle deltakere å oppleve mestring, ut fra egne forutsetninger, selv om de musikalske ferdighetene varierer mye; fra det nesten profesjonelle til rene nybegynnere.

Det hender jo at det butter imot, at enkelte innsatte må ta en time-out eller går litt lei. Men de kommer alltid tilbake. Med ett unntak har jeg til gode å oppleve at noen har gitt opp workshopen fordi de ikke maktet eller orket å henge med. Vi har heller ikke opplevd at noen av de innsatte av andre grunner har sagt takk for seg, eller for den del har skapt vanskeligheter eller blitt brysomme på noe vis.

Jeg har imidlertid opplevd at en av mastergradsstudentene i forkant av workshopen

”
Workshopen her på Ila er tuftet på at Musikkhøgskolen, i tillegg til sine musikkfaglige, pedagogiske og terapeutiske oppgaver, også har et samfunnsansvar.



et år oppdaget at hen hadde gått på barne- og ungdomsskolen sammen med en av de innsatte som skulle delta. Uten å gå for mye inn i historiene mellom disse to, bestemte vi oss for at studenten fikk velge et annet prosjekt. Men det var ikke et lett valg å ta. Og tema som menneskesyn, retten til deltakelse og rehabilitering som grunnleggende verdi, ble viktig å reflektere rundt.

Ut av komfortsonen

Mestring og dilemma – komfortsone og møteplass. Det er sentrale ord når du beskriver fundamentet for Musikk i fengsel generelt og workshopen spesielt. Hvordan kommer dette til uttrykk, rent praktisk?

– En stor del av de innsatte som deltar er blitt «gjengangere»; de vil gjerne være med neste gang, også, når de har tatt skrittet og kommet med på workshopen for første gang. Jeg oppfatter dette som et uttrykk for at de har tatt et langt skritt ut av sin egen komfortsone, hvis vi kan bruke et slikt ord om å sitte på Ila.

Mange er redde for å blottstille seg, slik man unektelig gjør ved å stå fram med sin egen stemme eller ved å spille et instrument i en slik setting som vår. Og når de endelig våger, og opplever at dette fungerer, da er det gjerne en så sterk og positiv erfaring at en høy andel vil være med på nytt – og melder seg på neste års workshop.

Hvor mye denne opplevelsen av mestring – og av å ha opplevd noe «normalt» og «sivilisert» betyr for dem, er de innsatte selv nærmest til å gi uttrykk for. Min vurdering er at dette knapt kan overvurderes. Og det gjør jo ekstra sterkt inntrykk når en innsatt som sliter med spiseforstyrrelser etter en workshop gledesstrålende kommer til meg

og forteller: «Bente, i løpet av denne uka har jeg lagt på meg ett kilo!»

Empati og oppmuntring

Når det butter imot for en av de innsatte, hva gjør dere da? Og hvordan forbereder man seg på å takle en sånn situasjon under så spesielle omstendigheter som her?

– Da er det vår oppgave å vise empati, være inkluderende og gi oppmuntring. En slik tilnærming kommer ikke av seg selv, uansett hvor mye sympati og medfølelse man måtte ha med dem som sitter på Ila. Den er langt på vei et resultat av de mentale prosessene studentene og jeg går gjennom som ledd i forberedelsene til workshopen. Dette er prosesser hvor vi diskuterer og jeg oppfordrer den enkelte student til å tenke grundig gjennom på forhånd, hvilke etiske og praktiske dilemmaer de kan forvente å bli konfrontert med. Her kan vi virkelig snakke om å bli røsket ut av komfortsonen, slik mange innsatte også blir på deres måte, og få en del av sine inngrodde forestillinger og fordommer snudd på hodet.

Nettopp her ligger nok også noe av workshopens filosofiske fundament, hvis vi kan snakke i så store bokstaver: Hvordan møter man mennesker med så alvorlige forbrytelser på sitt rulleblad som det våre studenter gjør – ei uke i strekk? Verken studentene eller jeg vet eksakt hva den enkelte innsatte har begått av straffbare handlinger, det er det ingen som opplyser om. Vi spør heller ingen om det.

Også her, i å håndtere en så påtrengende uvisshet, ligger det en utfordring, slik flere av studentene også påpeker i sine tilbakemeldinger. Selv synes jeg det var til stor hjelp å få følgende livskloke formulering

fra en tidligere fengselsprest: «Mennesket er mer enn sine gjerninger»

Den nødvendige losen

Skremmer ikke et slikt opplegg vettet av mennesker som må antas å være temmelig blanke på hvordan de skal samarbeide med tungt kriminelle om ulike musikkaktiviteter fem hele dager til ende?

– Det handler mye om å legge forholdene til rette for en trygg atmosfære. Jeg er til stede hele tiden, holder på en måte rundt dem. Og de vet at jeg ikke slipper taket. Hadde jeg ikke tatt et slikt ansvar og hatt en slik rolle, ville heller ikke denne måten å organisere prosjektet på vært mulig. Etter fem gjennomførte workshoper på Ila, kjenner jeg mange av de innsatte som melder seg på år etter år. Jeg vet mye om deres motivasjon for å delta, og jeg kan på bakgrunn av det veilede studentene til å endre måten de jobber på, det være seg tempo i progresjon, vanskelighetsgrad eller innstuderingsmetoder.

Det handler ikke om ledelse gjennom detaljkontroll, men om å være en form for los. Men uten noen klar retning, og uten en los som er trygg på hvilken kurs gruppa skal følge, blir det også vanskelig å komme i mål. Det trenger du ikke å lete lenge for å finne eksempler på.

La meg trekke fram ett eksempel på at vi ikke følger noen slagen landevei: På Ila har vi, som nevnt innledningsvis, pleid å avslutte workshop-uka med en konsert for ansatte og andre innsatte den siste dagen. Men det *må* ikke bli slik. Ett år

brakte vi i stedet siste dagen til å spille inn en komposisjon vi hadde jobbet med hele uka, der diktet «Etikk», se side 55, skrevet av en innsatt, var rammen. Dette ble del av et innslag i Spillerom på P2, da den anledningen bød seg. Der ble både en student, en innsatt og jeg selv intervjuet om prosjektet. Samtidig ble diktet/komposisjonen «Etikk» fremført, i tillegg til andre låter som også ble jobbet med under workshopen. En lærerik, ny erfaring for oss alle. I tillegg ga det å medvirke i et slikt program både prosjektet *Musikk i fengsel* og Norges musikkhøgskole en fin, positiv profilering.

Hva er grunnen til at nettopp Ila fengsel ble det stedet hvor workshopen fikk sitt faste tilholdssted?



Mennesket er mer enn sine gjerninger.

– En ting er at her var jeg godt kjent fra før, gjennom å ha avholdt en rekke ulike konserter over flere år. Samtidig fikk vi en mulighet til

å skape nettopp den møteplassen som var nødvendig for å oppnå den nærheten og samhandlingen mellom studenter og innsatte som er en av forutsetningene for dette prosjektet. I tillegg stilte Ila, foruten en positiv ledelse, også med fritidsledere som var og er motivert for å gjøre en innsats langt utover hva man med rimelighet kan forlange. Ja, jeg tør si det så sterkt at uten engasjementet og forståelsen til våre to «faste» betjenter, Kjell og Roger, se side 26, ville ikke prosjektet ha vært mulig å gjennomføre, slik vi nå har gjort i fem år.

Lærer å leke seg fram

Workshopen fikk i 2018 en avlegger på Politiets utlendingsinternat, Trandum. Hva kunne du bruke direkte og hva måtte gjøres helt annerledes der sammenlignet med Ila?

– På Trandum, hvor de innsatte sitter bak lås og slå i påvente av å bli sendt ut av landet, er hovedmålet for workshopen å bidra til et lyspunkt i hverdagen gjennom lek og dialog, både musikalsk og verbalt. Innholdet er alt fra stolleken til ulike navneleker og improvisasjoner med rytmeinstrumenter, og ikke minst lytting til musikalske innslag der studentene presenterer sine instrumenter. De workshopene vi har gjennomført til nå, har vært preget av stor begeistring og mye latter fra deltagerne. Ja, maken til latter og glede blant de innsatte har knapt forekommet tidligere, var meldingen vi fikk fra våre oppdragsgivere på Trandum.

Også her er felles lunsj og kaffepauser viktig som mellommenneskelige møtepunkter og dialog mellom studenter, innsatte og ansatte.

Fellesnevneren mellom workshop på Ila og Trandum er at deltakerne melder seg på, de deltar hele uka, vi tar utgangspunkt i det svakeste ledd, vi lytter til deltakerens ønsker og veien blir dermed til mens vi går. Noe som også er felles, er lytting, lek, musikalsk samspill og konsentrasjon, men det konkrete innholdet utgjør det klareste skillet. Og en workshop er ikke gitt på forhånd; hva den skal bli til, avgjør



deltakerne, både mastergradsstudenter og innsatte.

Det er helt avgjørende å kjenne godt etter hva som egner seg hvor – og for hvem. Stiller du med et rigid skjema og et fasttømret opplegg på forhånd, og insisterer på å gjennomføre det, er faren for å bomme større enn om du tør å lytte deg fram underveis og heller forbereder deg på å improvisere. En ganske relevant erfaring for en musikkstudent, vil jeg mene.

Med musikkterapien som fundament

Selv om du ikke stiller med en timeplan, bygger du selvfølgelig på et faglig fundament. Hvordan vil du karakterisere det, og hva betyr det for din virksomhet?

– Min basis er musikkpedagogikk og musikkterapi. Likevel hadde jeg ikke tenkt så mye over min faglige ballast, før jeg ved en anledning påpekte overfor studentene hvor terapeutisk de jobbet med de innsatte, uten å ha noen faglige forutsetninger for det. Da svarte en av dem kjapt at *Musikk i fengsel* generelt og workshopen spesielt fungerer som den gjør fordi jeg har musikkterapien under huden og veileder studentene i lys av det.

Det gikk et lys opp for meg der og da! For i praksis har jeg jobbet med musikkterapi på ulike nivåer og i varierende former i nærmere 40 år. Min egen musikkutdanning på høgscolenivå, og praksis som utøver og kulturarbeider, har til sammen bidratt til å skape en solid og trygg faglig plattform for den jobben jeg gjør.

– Fra musikkterapifaget har jeg med meg en viktig relasjonskompetanse som bygger på betydningen av kommunikasjon

og samhandling i møte med mennesker. Identitet, personlig vekst og betydningen av sensitiv tilrettelegging ligger også som et fundament i min yrkesutøvelse.

I lys av dette mener Bente at hun har tilegnet seg noe viktig – som også gjør at behovet for å planlegge alt ned til minste detalj ikke er så stort: handlingskompetanse. Og hun har alltid sett på sin rolle som entreprenør, som tilrettelegger for menneskelige og musikalske møtepunkter.

– I ettertankens klare lys har dette alltid kjennetegnet min måte å jobbe på: En snøball har begynt å rulle, slik den har gjort med *Musikk i fengsel*, fra de første konsertene våre i 2011. Virksomheten grep om seg, det ble workshop i Bredtveit og Ila fengsel og deretter på Politiets utlendingsinternat, Trandum – og våren 2019 har jeg også veilederansvar for en mastergradsstudent i musikkterapi, som har sin praksis i Ila fengsel. «Luftegårdsfestival»



Og som jeg alltid sier; som student,
som musiker og som menneske må
du tro på noe, du må ivre for noe,
du må ville noe.

i Bredtveit, Oslo og Ila fengsel i regi av Oslo jazzfestival er også en del av denne snøballen.

Siste tilskudd i prosjektet *Musikk i fengsel* er at jeg i 2019 har utviklet et nytt konsept der innsatte fra workshopen fremfører to-tre egne låter på konsertene som studentene fra Musikkhøgskolen arrangerer i Ila fengsel. Denne type samarbeid er med på å fremheve noe av kompetansen blant de innsatte.

Engasjement og entusiasme som drivkraft

Hva er det som driver deg, når alt kommer til alt?

– Engasjement og entusiasme, både som privatperson og kulturarbeider! Gleden ved å være med på å skape en forandring i tilværelsen til folk som trenger akkurat det, er avgjørende. Og det å bidra til å skape gylne øyeblikk i livet til mennesker som ikke har stort å glede seg over i sin hverdag.

Et eksempel på dette var da en av deltakerne under årets workshop kom med et ønske om å jobbe med og fremføre sin egen låt på avslutningskonserten. Jeg så på han og sa:

«Dette hadde jeg aldri trodd skulle komme fra din munn, du som ikke har villet være synlig, men alltid har sittet i bakgrunnen på de to forrige workshopene. Hva har skjedd med deg?» Han så på meg med et åpent blikk og svarte – «Jeg vet ikke Bente, men det skjer noe med meg når jeg er med på denne workshopen.»

Et sitat fra en student sier også sitt om hvorfor det betyr så mye for meg å dele opplevelser med et hundretalls studenter som har deltatt i prosjektet: «Jeg kommer

aldri til å bli det samme mennesket eller den samme musikeren etter å ha vært her på Ila sammen med dere innsatte i fem dager.»

Mange studenter takker meg for at de har fått muligheten til å ta del i prosjektet, andre ber om å få komme tilbake og holde konserter. Noen ber også om å få bidra hvis det er behov for dem til en innspilling, til å arrangere en låt eller spille sammen med de innsatte. Det er ikke å ta for sterkt i hvis jeg sier at enkelte av de studentene som har deltatt i både workshop og konsertproduksjon innenfor fengselsmurene har fått et nytt perspektiv på sin utøverrolle, sitt grunnleggende menneskesyn og på en del av det norske samfunnet som de ikke har hatt tilgang til før; norsk kriminalomsorg og Politiets utlendingsenhet, PU.

Uten disse flotte menneskelige og musikalske møtene med innsatte og studenter hadde jeg ikke kunnet holde på i år etter år. Dette er min indre motor. Og som jeg alltid sier; som student, som musiker og som menneske må du tro på noe, du må ivre for noe, du må ville noe.

Overføringsverdien – hva tenker du om den?

– Jeg tror det har en verdi å kunne dokumentere, presentere og diskutere på faglig grunnlag de erfaringene vi har gjort oss, hva vi har oppnådd og hvilken nytte det kan ha for andre. Det gjelder enten en jobber innenfor musikkfeltet, kriminalomsorgen eller beslektede profesjoner. Det håper jeg ikke minst at nettopp denne boka, som er kommet i stand etter initiativ fra Norges musikkhøgskole og Senter for forskning i musikk og helse (CREMAH), kan bidra til.

Vinn-vinn for både innsatte og studenter

De innsatte kjenner gleden ved en unik sosial og musikalsk opplevelse. Og lærer at det ikke er så farlig å eksponere egne følelser. Studentene får utfordret sine forestillinger om de kriminelle og lærer mye om å møte nye situasjoner, både menneskelige og musikalske.

Slik oppsummerer Kjell Selvik og Roger Slorafoss sine erfaringer med hvordan workshopen fungerer. De to opptrer alltid i sivile klær og har stillingsbetegnelsen fritidsledere. De har båret kaffekanner og dekket lunsjbord, lempet musikkutstyr og vært fluer på veggen når studenter og innsatte har spilt, sunget og pratet sammen i fem hele dager til ende siden workshopen startet på Ila i 2015.

Støttespillere og sparringspartnere

Og de to kollegene har fra lenge før den tid vært sentrale støttespillere og sparringspartnere for Bente når små og store konserter skal arrangeres, året rundt. Eller når ferske ideer skal drøftes og nye prosjekter settes ut i livet. Slik det for eksempel skjedde i januar 2019, da en mastergradsstudent fra Norges musikkhøgskole startet sin praksisperiode i fengselet med en gruppe på seks innsatte med ulike ferdigheter, ønsker og behov.

– Det er en rekke fritidstilbud her, men mye handler om idrett og fysiske aktiviteter. Tilbudet av kulturaktiviteter er mer beskjedent. Derfor er vi takknemlige for at det melder seg aktører utenfra som presser oss en smule på dette feltet, presiserer de to fritidslederne og tilføyer:

– Norges musikkhøgskole har vært blant de mest ivrige og systematiske. Derfor har vi bygd opp et tillitsforhold, som gjør at vi også er åpne for nye prosjekter og innspill derfra.

Kombinerer det pedagogiske og det sosiale

Når det gjelder workshopen spesielt, er de to fritidslederne mest opptatt av å fremheve hvilken vinn-vinn-situasjon denne uka medfører. Det gjelder primært for de innsatte, men også for de studentene som her får en erfaring som få andre er forunt:

– Workshopen har et solid musikalsk og pedagogisk fundament. I tillegg rommer den et viktig sosialt element, takket være det tette samværet i lunsjen, under kaffe-pauser etc. Det er kombinasjonen av disse to, og den lydhøre, empatiske måten det hele gjennomføres på som har vist seg å fungere så godt når det gjelder å involvere og engasjere de innsatte, sier Slorafoss. Og Selvik legger til:

– Under workshopen handler mye om å lære å vise følelser og tørre å eksponere seg utover hva dagliglivet i fengselet innbyr til. Mange av de innsatte strever med dette. De føler ofte skam og skyld for det de har begått og sliter til tider med å holde hodet over vannet.

Bidrar til rehabilitering

– Greit nok at de må ta ansvaret for det de selv har gjort. Men gjennom det som skjer under workshopen, får de innsatte med seg noe som kan bidra til å takle en tøff hverdag. Når du gjør noe positivt og lever bra med deg selv, blir det også lettere å jobbe med

det negative, slik de innsatte er forpliktet til å gjøre når de soner her. På den måten bidrar workshopen til å skape et grunnlag for rehabilitering og for å endre den enkelte innsattes holdning til egen kriminalitet, i tråd med sentrale mål i vår kriminalomsorg.

– Og trass i at det er litt trist når det hele er over, fortsetter den totalopplevelsen de fikk i løpet av disse fem dagene å lyse opp tilværelsen i uker og måneder etter at siste sang er sunget. Det ser vi tydelig, gang etter gang, påpeker Selvik videre.

– Den trygge sosiale settingen under workshopen er også avgjørende for at så mange innsatte tar sjansen på å stå fram og gjøre noe så tilsynelatende skummelt og uvanlig som å vise følelser her på Ila. Det hender at jeg tenker for meg selv: At han tør! når en innsatt som kanskje ikke har vært så utadvendt plutselig kaster seg frampå, understreker seg frampå, understreker Slorafoss og tilføyer:

– Når workshopen starter, er det noe nølende ved begge parter. Man føler hverandre litt på tennene og ser ting an. Så, i takt med at tryggheten vokser gradvis fram, øker også engasjementet og motet. Studentene fører gjerne an, men også de innsatte melder seg gradvis mer på. Og etter hvert tar selv de mest reserverte innsatte sjansen på å delta i rytmeøvelser og andre aktiviteter som mange i utgangspunktet ville ha ansett som for «barnslige».

Om det noen gang har vært nødvendig for de to fritidslederne å gripe inn eller tilkalle andre betjenter for å roe ned innsatte eller avverge konflikter under workshopen? Nei, det har aldri skjedd, påpeker Selvik.

Samtidig er det også et større rom for å gi uttrykk for følelsesmessige reaksjoner under workshopen enn det som til vanlig godtas i fengselet.

Fordomsfritt

– Vi ser at workshopen, rammet inn av den spesielle atmosfæren som finnes i kirkerommet her på Ila, byr på en totalpakke av opplevelser, glede og mestring, sier Kjell Selvik:

– Og vi ser at den fordomsfrie måten studentene og prosjektleder Almås møter de innsatte på, har svært mye å si for den

tryggheten og det fellesskapet som vokser fram i løpet av uka. Det er et mønster her som gjentar seg fra gang til gang, selv om måten det skjer på og graden av intensitet, varierer fra workshop til workshop.

Uansett: Det er noe unikt med dette prosjektet, og hva det betyr for de innsatte deltakerne,

slår de to kollegene unisont fast og tilføyer:

– Det har også skjedd noe med de øvrige innsattes holdninger til workshopen i løpet av disse årene. Til å begynne med ble den nok sett på som en slags blanding av skramleorkester og sandkasse. Men etter hvert har prosjektet fått stadig mer aksept i hele miljøet. Noe som også kommer til uttrykk ved at både innsatte og ansatte stiller mannsterke opp på avslutningskonserten. Da er det en helt spesiell stemning i kirkerommet.



Under workshopen handler mye om å lære å vise følelser og tørre å eksponere seg utover hva dagliglivet i fengselet innbyr til.



Lyd av varme

**Eg vakna iskald
frost i sjel
og gitter**

**Romma virka mindre enn i går
Tuslar ned trappa
nervøs og spent**

**Halder pusten
Varmen brer seg
Lyden gir liv
tonane møtast**

**Kor deilig
ikkje møtt med forakt
Berre ei kjensle av samspel
rein klang**

**I fleire år har eg leita
blant blikk
som ser
ned
på meg**

**No når eg legg meg
smilar eg
for meg sjøl
Likeverd**

Skrevet av fritidsleder Kjell Selvik,
under en workshop i Ila fengsel

ILA FENGSEL OG FORVARINGSANSTALT

Ila fengsel og forvaringsanstalt er tilrettelagt for forvaringsdømte menn. Ila har 124 plasser fordelt på 12 avdelinger og 250 ansatte. 67 av plassene er finansiert og tilrettelagt for forvaringsdømte.

Anstalten har egen systue, snekkerverksted og mekanisk verksted. Det er et omfattende skole- og aktivitetstilbud, gymsal og bibliotek, samt musikkrom som benyttes flittig.

De innsatte har egen butikk og en helsetjeneste bestående av sykepleiere, leger, fysioterapeut og tannlege.

Kilde: <http://ilafengsel.no/>

FORVARING

Formål: Primært å beskytte samfunnet mot ny alvorlig kriminalitet. I praksis er dette rettsvesenets eneste mulighet til å ilegge farlige lovbyggere livstidsdom.

Hvem: Kan idømmes farlige, tilregnelige lovbyggere når vanlig, tidsbegrenset fengselsstraff ikke anses tilstrekkelig for å ivareta samfunnsvernet. Den dømte må ha begått eller forsøkt å begå en alvorlig voldsforbrytelse, seksualforbrytelse, frihetsberøvelse, ildspåsettelse eller annen forbrytelse som krenker andres liv, helse eller frihet. Det må også være fare for gjentagelse.

Varighet/vilkår: Retten fastsetter en tidsramme, maks 21 år, og en minstetid som må være sonet før den dømte kan søke en domstol om å bli løslatt. For å bli løslatt, må lovbyggeren godtgjøre at hen ikke lenger utgjør noen fare for samfunnet eller kan komme til å begå nye forbrytelser. Konkluderer retten med gjentakelsesfare, kan forvaringen forlenges med fem år av gangen –uten noen øvre grense.

Omfang: Gjennomsnittlig antall innsatte i forvaring i 2018 var 108 personer.

Kilder: <https://no.wikipedia.org/wiki/Kriminalomsorgen>

PILARER OG HUMANISTISK PRINSIPP

Virksomheten i kriminalomsorgen bygger på følgende pilarer:

- Et humanistisk menneskesyn
- Prinsippet om rettssikkerhet og likebehandling
- Prinsippet om at domfelte har gjort opp for seg når straffen er sonet
- Normalitetsprinsippet

Både i utforming av regelverk og i praktisk arbeid skal kriminalomsorgen tilstrebe at målene ikke bare eksisterer på papiret, men fullt ut preger straffegjennomføringen i praksis.

Det norske straffegjennomføringssystemet er basert på humanistiske prinsipper og på individuell tilrettelegging for de domfelte og innsatte. Hensynet til samfunnets krav om beskyttelse mot kriminelle handlinger skal balanseres med hensynet til den enkelte domfeltes og innsattes muligheter for å vende tilbake til samfunnet som fremtidig lovlidige borgere.

Kilder: <https://www.kriminalomsorgen.no/hva-er-straff-og-straffegjennomfoering.237844.no.html>



DE INNSATTES
STEMMER



Sangen om sjelefred

I løpet av workshop-uka vil de innsatte løve inn en sang som en av dem har skrevet tekst og satt melodi til selv. Og sangen heter «Sjelefred», se side 39. Et spinkelt håp å hegne om når du sitter bak en mur på ubestemt tid, og slåss mot dine indre demoner i det natten faller på. En kamp mot svart selvforakt og sint sorg. Og kanskje en drøm å klynge seg til når nok en dag er krysset av på den forvaringsdømtes trøstesløse kalender.

De sitter der på spinkle stoler i Ilas egen kirke, et dusin menn av varierende alder og ytre. Noen grå og lett lutende, andre unge, forbausende unge, og spenstige. De hilser og smiler på studentene og Bente når de ankommer fengselet; enkelte litt forlegent

med tegn til blyghet i blikket, andre med åpent ansikt og smilende forventning i øynene.

De er innsatte, tidligere kalte vi dem fanger, de aller fleste dømt til forvaring for alvorlige volds- og sedelighetsforbrytelser. Du ser ubevisst etter kjennetegn de kan ha felles; kanskje et Kains-merke i pannen eller en fangedrakt som tydelig forteller at det er en farlig forbryter du her har fremfor deg.

Men et slikt merke finnes ikke. Det er ikke noe fellestrekk å se, ingen ytre tegn som markerer et tydelig skille mellom dem og oss. Kunne de like gjerne ha vært deg – eller meg?



Jeg trenger å møte mennesker som vet at jeg har gjort noe fryktelig galt, og som er innstilt på å håndtere det dilemmaet som ligger i å måtte forholde seg til mennesker som meg.

Jeg mestrer mer enn jeg tror

DAG 1: I fjor turte jeg ikke å melde meg på. I år måtte jeg bare ta steget fullt ut. Jeg var kjempenervøs og redd for å gå inn i denne utfordringen.

Det er en av mine utfordringer her inne: Å tørre å gå utenfor komfortsonen og se at jeg faktisk får til ting. Og det hjelper dette prosjektet meg til. Jeg mestrer mer enn jeg tror. Og jeg får til ting hvis jeg vil. Dette var ingen ting å være redd for.

DAG 2: I dag fikk vi en magisk stemning ved framførelsen av sangen «Sjelefred». Utrolig godt å bruke dagen på musikk og i tillegg få det så vakkert. Jeg blir mer og mer komfortabel med å drite meg ut.

DAG 3: Jeg hadde bestemt meg for ikke å spille gitar på workshopen fordi jeg ikke er trygg på meg selv og mine gitarferdigheter. Men i dag turte jeg å ta den med og spille litt allikevel. En fantastisk dag der jeg var fryktelig sliten på slutten. Gleder meg til konsert på fredag.

DAG 4: I dag spilte jeg gitar og sang samtidig for første gang noensinne. Utrolig gøy å få dette til sammen med denne flotte gjengen. Jeg blir stadig tryggere på at det blir en strålende konsert i morgen.

DAG 5: I dag er det konsertdag og nervene er i høyspenn. Utrolig flinke studenter som klarer å få oss til å låte så bra. Dette er så godt for oss innsatte i forhold til mestringfølelse og samtidig gir det oss så mye glede.

Jeg angrer ikke ett sekund på at jeg endelig meldte meg på, og konserten ble en virkelig innertier. Da en og en kom inn, kjente jeg hjertet buldre på høygir, men da vi først begynte var dette bare veldig gøy. Er veldig takknemlig for all tålmodighet og glede som studentene sprer.



Konsertene med Musikkhøgskolen
er en smak av utsiden.

PÅLS DAGBOK:

God medisin mot institusjonalisering

DAG 1: Inspirerende og gøy å lære noen nye akkorder. Veldig deilig å omgås mennesker utenfra.

DAG 2: Kjempemorsomt. Vi begynner å få dreisen på det. Studentene fra Musikkhøgskolen er svært engasjerte og inspirerende – de gjør en kjempejobb.

DAG 3: Ble litt amputert for min del, fordi jeg måtte gå kl. 12. Men rakk å gå gjennom en svensk folketone, lærte litt om korsang og litt om å dirigere.

DAG 4: Repertoaret begynner å sitte. Utrolig deilig å gjøre noe som bryter med de daglige rutine. Dette er god medisin mot institusjonalisering.

DAG 5: Konsertdag. Det har vært en fin uke. Og konserten gikk fint under bra veiledning fra studentene, som fremdeles har engasjementet i behold.

HARALDS DAGBOK:

Jeg klarte å «glemme» det vonde

DAG 1: Rolig, fin gjeng med flinke instruktører. Har ikke så høye forventninger til meg selv på dette området. Føler jeg prøver meg på noe jeg ikke kan og at jeg utfordrer meg selv. Musikken er fin og det er gøy å bidra, men føler ikke at mitt bidrag har gjort musikken bedre. Likevel har det vært en interessant dag og jeg kjenner meg musikalsk inspirert. Har nynet på en gammel slager, Roger Whittakers «Streets of London» i hele kveld, og har fått printet ut et eksemplar av lyrikken i håp om at vi kanskje kan synge den i morgen. Gleder meg til en ny dag med workshop.

DAG 2: Mer koring. Fortsatt artig. Vet ikke hva jeg sitter igjen med, egentlig. Har sikkert lært noe. Sang «Sjelefred». Masse instrumentalt og vi koret til sangen. Det låt bra og alle var fornøyd med samarbeidet. Rytmelek – der falt jeg ut.

DAG 3: Var sliten psykisk i dag. Under rytmeleken feiket jeg. Så skulle vi leke dirigenter og jeg fikk til «ingenting». Ble litt lei av å føle meg dum og fikk konstatert for meg selv at jeg er på et område som jeg kan veldig lite om og har minimalt med talent for.

Det syntes sikkert på meg at jeg var litt lei, og så kom en av de hyggelige studentene mot meg og spurte med et oppmuntrende smil om det gikk bra. Jeg svarte at jeg sleit litt fordi det er for vanskelig for meg, og at jeg mangler koordinasjon og rytmesans.

«Slik skal det ikke være», sa hun. Og så oppmuntret hun meg på en eller annen måte, kanskje bare ved å være så positiv og blid. Og så spiste jeg litt og bestemte meg for å gjøre så godt jeg kunne. Jeg fikk prøve meg på å spille cello, noe jeg heller ikke kan, men det kom da ganske fin låt ut av den allikevel. Musikkestudenten som spiller på celloen hjalp meg så godt hun kunne med å nynne riktig tone til riktig tid i sangen som vi lagde musikk til. Hun var veldig oppmuntrende.

Siste post på programmet var ønskelåta mi; «Streets of London», som ble sunget og koret og spilt til, så det lød veldig fint. Det ble en ganske grei dag og siden alle har vært så hyggelige og engasjerende, så har jeg klart å glemme alt det vonde det meste av tiden. Men jeg er ganske mentalt sliten, kjenner jeg.

DAG 4: Dagen i dag var bedre enn dagen i går. Var veldig utslitt på den innledende sirkeltreningen, helt til selve musikkundervisningen begynte. Enklere rytmeøvelser i dag, og terping på sanger fra i går.

DAG 5: Øvelse – lunsj – konsert og finale. Kake, kaffe og evaluering. Vellykket og interessant, motiverende og moro.

OLAS DAGBOK

For en gangs skyld er jeg verdt noe

DAG 1: Hyggelig å hilse på nye studenter og prosjektleder Bente Almås. Er som et friskt pust å tilbringe tid med engasjerte, dyktige og imøtekommende mennesker.

Merker at den klamme forsiktigheten som preger meg når jeg er omringet av betjenter og fengsel, sakte svinner hen når vi blir møtt som normale mennesker.

Var litt nervøs for at studentene bare skulle komme med «kum-ba-ya-sanger», men de kommer med ideer og prosjekter som utfordrer – og det er bra.

Studentene var rå-flinke, og de kobler på med sine ideer med en gang. Dette blir en fin uke, tror jeg!

DAG 2: Hyggelig å møte studentene igjen. De hadde med seg nye ideer til sanger vi holdt på med i går. «Sjelefred»-sangen er blitt fantastisk bra. Og med alle de gode ideene og flinke folkene har den fått en helt ny dimensjon.

Igjen er det ubeskrivelig deilig å kunne relatere seg til mennesker på en normal måte. Blir så føkket av årevis i fengsel, og det er godt å kjenne at de normale sosiale evnene fortsatt er der. Lett å svare studentene på spørsmål om fengsel og oss selv, lett å være ærlig. For en gangs skyld er jeg verdt noe.

DAG 3: Nok en fin dag med musikkhøgskolestudentene. De kommer med nye ideer og arrangementer på sanger, og jeg må virkelig fokusere for å gjennomføre alt på en god måte. Disse utfordringene er det flotteste jeg vet om! Jeg utvikler meg som musiker, øker musikkforståelsen og får tips. Det er slike utfordringer som får fanger til å føle seg som mennesker med verdi. Det er slike aktiviteter som gjør meg til et bedre og mer velfungerende, komplett menneske.

DAG 4: Bra i dag også. Folk kjenner hverandre bedre på grunn av det tette samarbeidet. Og fanger som har vært veldig nervøse begynner å «tø opp» litt, våge mer.

Det har vært en svært åpen og ærlig tone for alle når det kommer til egne kunnskaper og begrensninger, og det er et gap mellom de som kan musikk og de som ikke kan. Men gapet er ikke som et tomt hull, det er dekket av hender som flettes og dras over hverandre. Gapet er ubetydelig, vi er alle like gode! Vi er alle plutselig verdt noe, plutselig finnes vi også.

Jeg tar meg selv i å gråte på cella om kvelden fordi jeg har hatt det så fantastisk, og fordi jeg forstår hvor mye jeg savner å ha det sånn. Jeg opplever det så sjelden.

DAG 5: Dagen blir oppsummert på forhånd, noe en aldri skal gjøre. Men jeg vet at konserten blir bra. Jeg vet at jeg kommer til å føle meg bedre enn jeg har gjort noen gang siden uke 8 i fjor og forrige workshop. Jeg vet at jeg vil føle meg varm om hjertet når jeg synger, og jeg ser studentene og de andre fangene smile fordi de liker det de hører.

Uten kjærligheten, håpet, terapien og den enorme omsorgen som er knyttet til musikken og denne workshopen, hadde livet mitt vært fattigere, fælere, hardere. Hvor mye skulle jeg ikke gitt for en uke til, en uke i året hvor jeg føler meg som et menneske.



Sjelefred

Når kvelden e her og e prøve å få sjelefred
Sjekka e speilet og e ser en jævel som står og ser ned

Han ser ikkje ut til å tørre å møte blikket mitt
En bleikfeit feiging – en sjømedlidenhets parasitt

Om e no skal være ærlig har e gitt opp mang en gang
E har såtte og løge, e har bortforklart og e har laga sang
I dag skal e vurderes for å se om e har gjort ting rett
E blir nok nødt til å opplyse om en masse skit du ikkje har sett

No har e gått nåkken veia som bare skruppellause går
Kullsvarte stia av knuste hjerte og åpne sår
Og e har tatt nåkken valg som tilsier at e bør velges bort
Men ka kan e gjør når skyld e skyld og gjort e gjort

Så e ska ytre mitt ønske, en slags siste vals
E må få ordne opp før e kjenne kniven mot min hals

REFRENG:

Så dinne e til d
For å holde d oppe mens e går ned
Så dinne e til d
Som gløda vakkert mens e brenne ned

Tekst og melodi ved Ola, Ila fengsel

Verdiskapning på et menneskelig plan

– Som innsatt blir du i workshopen møtt som et menneske, ikke som et monster. Du opplever trygghet og en mestringsfølelse som gir deg en plattform å bygge videre på. Og når uka er over, begynner tankene å spinne: Hva skal vi bidra med til neste år, forteller to av de «faste» workshopdeltakerne?

De har ulik fartstid, både som deltakere på workshopen og som innsatte på forvaring. Den ene av de to, som vi gir navnet Ola, har sonet lenge og dette er hans femte år som deltager på workshopen. Den andre, som vi gir navnet Frank, har kortere tid bak seg på Ila og dette er hans tredje år. Her forteller de om hva dette tilbudet betyr for dem – på flere plan:

OLA: I det ytre representerer workshop-uka et markert brudd med en veldig statisk og u-emosjonell hverdag. Det skjer lite her utenom den faste, daglige orden. Innenfor murene handler mye om å finne sin plass og holde seg til et skjema med rigide regler.

FRANK: Du utfører dine faste arbeidsoppgaver og plikter, deltar kanskje på noen av de ulike aktivitetene, enten det nå er yoga, fotball eller musikk, som det også er tilbud om. Og tenker minst mulig over hva som kunne ha skjedd eller burde ha vært gjort.

OLA: Samtidig lærer du fort å holde maska både overfor innsatte og betjenter. Det gjelder å fikse tilværelsen som innsatt og ikke la seg merke med noe. Være positiv, passe tøff i trynet og ikke komme på kant med noen. Uansett innebærer det å sitte på forvaring at man alltid har et sverd hengende over hodet: Oppfører du deg ikke etter boka, kan du havne på isolat, miste

muligheten for permisjon/frigang eller i verste fall få fengselsoppholdet forlenget.

Workshopen – et pustehull for mellommenneskelig kontakt

FRANK: Det er her workshopen kommer inn, som et brudd med faste rutiner og som et pustehull for følelser og mellommenneskelig kontakt. Det som skjer i denne uka, stemmer ikke med hva du er blitt vant til. For da gjelder helt andre regler, skrevne og uskrevne, enn det som styrer din tilværelse de andre 51 ukene i året.

Hva er det som er så annerledes, bortsett fra at dere driver med musikalske øvelser og trener på å fremføre ulike musikkstykker?

FRANK: Det er noe med måten vi blir møtt på av studentene og av prosjektlederen; en form for respekt og ikke minst åpenhet som ikke ligner det regimet vi ellers lever under. Og det gjør jo ikke saken dårligere at engasjementet fra studentene er så stort. Du blir sett og hørt. Og ikke minst: Du blir verdiggjort og anerkjent for det du er på en annen måte enn til daglig.

OLA: For her handler det ikke om hvor skumle vi ser ut, hvor farlige vi er eller hvilke overgrep eller andre ugjerninger vi har begått. Ja, for det har vi jo – ingen tvil

om det. Det er en grunn til at vi sitter her, bare så det er sagt.

FRANK: Men vi er også mennesker, med tanker og følelser, behov og lengsler som alle andre. Vi er ikke bare den ugjerningen vi har begått og blitt dømt for. Ordet «tøff» får en helt ny mening i et ellers mannsdominert og maskulint miljø. Denne uka er det tøft å være leken og å tulle og ikke ta seg selv så høytidelig, sier Frank og fortsetter:

– Det er ekstremt tøft å stå foran masse mennesker og spille og synge sin egenkomponerte sang. Den energien og selvfølelsen det gir, er helt uvurderlig. Man opplever mestring og følelsen av å få noe til. Jeg synes det har vært godt å se mennesker som jeg vet har hatt det utrolig vanskelig, tørre å stikke seg frem med sin sårbarhet. Dette krever mye styrke og Bente og hennes studenter har lagt forholdene til rette for dette.

Når de mørke tankene kommer

OLA: For noen kan det være en lettelse å bli låst inn på cella når kvelden kommer, få være for seg selv og vite at nå er det ingen som ser meg, ingen som kan kreve noe av meg og ingen ting som stadig ripper opp i det jeg har begått.

Men hvis du er uheldig kommer likevel de mørke tankene snikende når du sitter der inne for deg selv; tankene på alt det du går glipp av og på hvilken dritt du egentlig er. Tankene på at du har sviktet dine nærmeste og dem du er glad i. Tankene på hvilken lidelse du har påført andre, uskyldige mennesker.

Det er ikke akkurat oppbyggelig, det som skjer med deg da. Det gjør deg ikke motivert til å ta fatt på den lange veien du er nødt til å gå for å gripe tak i de sidene ved deg selv som førte deg hit. Og det hjelper

deg heller ikke med å bli et menneske som er i stand til å leve utenfor murene igjen. Slik vi jo alle skal en gang skal – det er faktisk det som er mye av målet med å sitte her.

FRANK: Men så, plutselig, i en hel uke får vi lov til å tre ut av dette mønsteret, være noe annet og noe mer enn det vi er dømt for. Vi får til og med være med og bestemme opplegget underveis: Hvilke øvelser skal vi velge? Hva har du lyst til å være med på? Hva tror du at du kan bidra med? Sânt spør studentene oss om. Det er uvant, nesten forvirrende – og ganske anstrengende for oss innsatte.

OLA: Nei, vi er ikke akkurat vant til å velge og ta avgjørelser som styrer vår hverdag. Forventningene til hva hver enkelt av oss kan utrette på egen hånd, er heller ikke all verden. Dermed oppstår en negativ sirkel som lett fører til apati. Men under workshopen skjer det motsatte: Her oppstår en mulighet til å vise at man faktisk greier å utrette noe – til og med mer enn det som er ventet av oss.

FRANK: Hvis bare flere kunne se betydningen av hva musikk kan bidra med, hadde alle institusjoner vært fylt med musikktilbud som utvilsomt forbedrer folks psykiske helse. For meg er musikk terapi. Og uka sammen med Bente og studentene gir meg overskudd og energi til å fokusere på mitt eget endringsarbeid i fengselet.

Medmenneskelighet skaper selvrespekt

– Å møte en slik åpen, human innstilling, og få mulighet til å kunne bidra til noe positivt

sammen med andre innsatte og engasjerte studenter, fører til at man får veldig mye inspirasjon, påpeker de to, og fortsetter:

OLA: Det sementeres en mestringsfølelse, som bidrar til at du bygger litt egenverdi å ta med deg videre. Og det å slippe å bare være en innsatt 24 timer i døgnet, gir også en helt annen selvrespekt og selvfølelse enn den du går rundt med til daglig.

Er det ikke litt skremmende å skulle prestere noe musikalsk, når dere vet hvilket nivå disse studentene befinner seg på?

OLA: Både hos prosjektleder Bente Almås, og hos studentene står medmenneskelighet i fokus – langt mer enn musikalske prestasjoner på en skala. Derfor trenger man ikke kunne noe på forhånd for å delta, eller for å ha utbytte av å være med. Du kan synge som ei kråke, uansett ferdigheter blir alle behandlet på samme måte. Også blant oss i gruppa, er det i utgangspunktet stor forskjell på hva vi kan. Men i stedet for å snakke noen ned, hjelper vi hverandre. Dermed blir også mestringsutbyttet like stort for alle, uansett hvor mye eller lite du kan fra før.

Kjenner trygghet i gruppa

FRANK: Jeg kjenner trygghet i denne gruppa. Og den tryggheten er viktig. Den oppmuntrer til å vise deg fra din beste side, på flere måter. Den gjør det også lettere å plukke opp nye ideer og å prøve deg på ting du ikke har gjort før. Det handler om å bevege seg ut av komfortsonen, både musikalsk og på det menneskelige plan. Og selv om det

kan kjennes risikabelt, bidrar støtten fra gruppa til at du likevel føler deg sikrere på deg selv – både sosialt og musikalsk. Det henger sammen.

Tenker dere mye på hvilke oppfatninger studentene har av dere, på forhånd – og når dere møtes?

FRANK: Du kan aldri forberede deg helt på hvilke reaksjoner som vil oppstå i en slik situasjon. Den er jo ganske spesiell, både for studentene og for oss innsatte. Selvfølgelig varierer også oppfatningene og reaksjonene mye fra person til person, avhengig av hvilke erfaringer man måtte ha, både privat og profesjonelt.

OLA: Selv om de er godt forberedt, har nok studentene mye til felles med den gemene hop når det gjelder bildet av oss som sitter her på forvaring. Men når vi møtes, opplever mange at dette bildet krasjer. De møter ikke monstre. Tvert imot gir mange av dem uttrykk for at de sjelden har truffet så høflige og takknemlige personer som her. Men dette kan de sikkert si mer om selv.

Hvilken virkning har det å delta på workshopen på forholdet dere innsatte imellom?

OLA: Det skaper nye relasjoner og bidrar til at vi ser hverandre på en ny måte. Til tider, ja temmelig ofte, opplever mange å leve i en sosialt kvelende atmosfære, en atmosfære preget av at den enkelte bærer på et lass med negative ting; skam, skyld og selvforakt. Da blir det naturlig å se etter svakheter

”
Dette er omsorg
i praksis.

og negative trekk hos andre framfor å ta tak i sine egne feil og mangler.

– Men i workshop-settingen brytes mange av de oppfatningene man måtte ha om de andre innsatte ned. Du ser at folkene rundt deg også har andre egenskaper enn dem som kommer fram til daglig; at det er sider ved dem som funker når de får lov å opptre på en ny arena.

Omsorg i praksis

FRANK: Dessverre er det mange triste skjebner her. Mange fikk aldri den omsorgen de trenger. Når vi spiller og synger sammen, opplever vi noe annet: «jeg er nødvendig for oss».

Dette er omsorg i praksis, som gjør at jeg føler meg trygg. Det er greit å bli utfordret i en slik setting. Og på den måten blir jeg også i stand til å ta i ting og gå videre med meg selv. Ja, det hjelper å omgi seg med mennesker som vil deg vel, på flere måter. Du blir løftet opp av det.

OLA: Workshopen er et bevis på verdien av å sette musikk og personlig utvikling i sammenheng. Jeg er overbevist om at det også gir oss en større evne til å gi tilbake noe av det vi skylder samfunnet. Dette handler om verdiskapning på menneskelig nivå. Det handler om å investere i at vi som skal ut av fengselet blir bedre mennesker enn vi var da vi kom inn. På den måten skapes det en plattform å bygge videre på når vi skal ut.

Hvordan er reaksjonene på at workshop-uka er over?

FRANK: Selvfølgelig er det noe trist ved å være ferdig med noe som er så fint. Det tror jeg alle deltagerne kjenner på. Men så, rett etter at den forrige er ferdig, starter planleggingen med tanke på neste års workshop. Selv gikk jeg og ruget i nesten et helt år på hvilken låt jeg ville framføre nå sist. Til tider gruet jeg meg som en hund! Men det gikk jo greit, faktisk gikk det utrolig bra! Så nå ser jeg virkelig fram til at vi skal møtes igjen. For selvfølgelig skal jeg være med! Det er så viktig å ha noe å glede seg til.

OLA: Folk går rundt og smiler etterpå. Røsten er litt klarere, vi går litt lettere og holder hodet litt høyere. Workshopen har lært oss noe: det sitter mange ting der inne – ting vi er redde for å ta tak i; følelser og tanker som er tabubelagt å ta opp. Under workshopen tør vi, de innsatte, ta tak og si at her er det faktisk noe som funker.

Har Norges musikkhøgskole med workshopen satt i gang noe som bør følges opp videre?

FRANK: Det hadde vært veldig fint om prosjektet kunne blitt utvidet. Vi er sikkert ikke de eneste som har ønsket oss det. Hva med høstferien, kan ikke den brukes på samme måte som vi nå benytter vinterferien? Ideelt sett burde noe tilsvarende som dette vært et fast tilbud her på Ila langt oftere enn en gang i året.

OLA: På en eller annen måte fortjener dette prosjektet også å bli bygget videre på. Kanskje som del av et større opplegg for å hjelpe innsatte på veien tilbake til samfunnet. Uten at jeg her og nå kan si konkret hva et slikt opplegg skulle bestå i. Det er det opp til dere og andre gode krefter i kriminalomsorgen å finne ut av.

Lyd og gitter

Eg sprang runde etter runde
som en hund etter luft

Spora vert djupare
etter åtte år
vel forvart

Regnet svir litt i trynet
ikkje grunna min fart
berre sår i sjela

Tida nærma seg
det nokon kallar ferie
vinterferie

Då har eg laga ein låt
som du skal få høyre.
Då skal eg sone
fri

Lenge sia eg
skapt noko
lyd og liv

Godt å kjenne
at eg kan gje deg
litt av mi sjel

Eg er stolt og glad
i regnet

Skrevet av fritidsleder Kjell Selvik
under en workshop i Ila fengsel.





– Nå står jeg oppreist

– Å delta i *Musikk i fengsel* har hatt stor betydning for min tilfriskning og for at jeg har funnet veien tilbake til samfunnet. Nå, to og et halvt år etter avsluttet soning på Ila og en 30 år lang kriminell løpebane med mye rus og vold, står jeg oppreist, rett i ryggen, og er i stand til å formidle gode verdier til andre. Derfor vil jeg også være med på å løfte dette prosjektet opp og fram.

Slik oppsummerer den tidligere innsatte, som vi gir navnet Gunnar, sine erfaringer som to ganger deltaker i *Musikk i fengsel*. I tillegg har han vært en engasjert pådriver og lytter ved de aller fleste konserter og andre musikalske arrangementer som Musikkhøgskolens studenter har arrangert på Ila og i Oslo fengsel, på folkemunne kjent som Botsen. Her forteller han med egne ord om sin deltagelse i prosjektet.

Positiv utvikling på personlighetsprofil

– Etter å ha engasjert meg mye for å få flere konserter og musikkarrangementer med studentene i den tiden jeg satt på Botsen, meldte jeg meg også umiddelbart på da det ble min første mulighet til å delta i en workshop på Ila, i 2015. Jeg deltok på enda en workshop i 2016. Og her ligger mye av grunnen til at jeg kan snakke høyt om den langsiktige, terapeutiske verdien av dette prosjektet: Min personlighetsprofil fra tiden i soning på Ila viser klart at det skjedde en positiv utvikling parallelt med at jeg ble med på *Musikk i fengsel*. Det gjelder ikke minst episoder med rus og vold.

Nå er det jo ikke sikkert at man ser en sånn positiv effekt med en gang, selv om du blir påvirket der og da. Og har du vondt i viljen, så påvirkes du jo ikke av noen ting. Men det å finne glede og kjærlighet, håp

og savn i musikken, slik det skjedde med mange av oss som deltok i workshopen, det var noe nytt. Og det gjorde noe med oss, sier Gunnar med ettertrykk før han drar pusten og fortsetter:

– Tidligere hadde vi bare et tilbud om å tenne et lys i kirkerommet på Ila hver søndag, synge noen salmer og ta en kaffeprat med de gamle damene som stilte opp der for å prate med oss. Ikke noe vondt sagt om dem! Men å få inn unge, engasjerte mennesker som møtte oss med et åpent sinn, som vi kunne snakke med på like fot og som i tillegg kunne spille et ordentlig instrument av den annen verden, slik at du både ble imponert, rørt og berørt – det satte spor.

Et solid verktøy

– For meg ble den store oppgaven under de to workshopene jeg deltok i å finne fram til min indre streng og få den finstemt og balansert. Etter hvert ble denne strengen til et solid verktøy, som jeg kan bruke til å finne min indre balanse den dag i dag.

Konkret var jeg med og sang, med den stemmen jeg nå engang har. Nå synes jo ingen at det er så veldig stas å delta i et slikt kor hvis du synger skjærende falskt. Men det spilte ingen rolle her. For uansett utgangspunkt fikk vi opplæring, og lærte at det å synge er noe vi alle kan greie.

Å oppleve en slik mestring, det knuser en del forestillinger som du kanskje har hatt om deg selv hele livet. For hvis det er slik at du kan synge brukbart, bidra på et instrument eller til og med skrive en låt som funker, så betyr det kanskje at du duger til andre ting, også? For meg skjedde akkurat dette: Jeg opplevde en reell mestringsfølelse hele tiden mens jeg deltok i workshopen. Og det var jeg ikke alene om.

Mange innsatte er engstelige for å melde seg på noe slikt som en workshop, de er kanskje redde for å gå på nok en smell, i tillegg til dem de har gått på fra før. Men du framsnakket workshopen hver gang det ble holdt konserter eller arrangert lunsjmusikk. Hva var grunnen til at du påtok deg en slik rolle, at du nærmest ble som en ambassadør for prosjektet?

– Blant de innsatte er det mange sterke meninger; om hva som nytter eller ikke nytter for å komme over på et bedre spor. Og konklusjonen har lett for å bli at ingen ting nytter, du kommer aldri ut av den sirkelen du er fanget inn i. Og jeg kan godt skjønne de innsatte som tenker sånn.

For meg handlet det om å snu litt på flisa og heller snakke om det positive; om verdien av et slikt prosjekt. Hva kunne det bidra til, hva kunne det gjøre med oss, og for oss? Alle var jo der da disse tingene ble diskutert. Så da ble det liksom min rolle å være en slags pådriver.

Forbauset over hva vi fikk til

Kanskje handler det også om å ta sjansen på å bryte en negativ spiral?

– Ja, men du er jo ikke vant til å få så mange sjanser, særlig ikke når du sitter på

forvaring. Det følte jeg selv også på da jeg bestemte meg for å bli med på workshopen. Systemet på Ila er sånn at alt du gjør blir registrert og rapportert. Du slipper aldri unna dette blikket som alltid ser deg. Samtidig skapes det noen forventninger som du blir vurdert opp mot og forholder deg til – bevisst eller ubevisst – hele tiden.

Men etter hvert som workshopen gikk sin gang, skjedde det noe interessant, sier Gunnar med et smil:

– Det kom inn rapporter fra de ansatte som fulgte øvingene, og ryktene bredte seg som ild i tørt gress gjennom hele anstalten: Man var forbauset over hva de innsatte greide å få til!

Det var nok en viss ovenfra og nedad-holdning der fra begynnelsen av hos enkelte. Men nå ble mange av de ansatte rett og slett imponert over den kunstneriske kvaliteten, og at det gikk an å få fram så mange talenter på jevnt, høyt nivå i løpet av noen få dager. Disse meldingene gjorde tydeligvis også inntrykk på ledelsen, og de stilte mannsterkt opp da workshopen ble rundet av med avslutningskonsert i kirkerommet i februar 2015. Og kort fortalt; det ble en suksess.

Hva førte dette til i forholdet mellom ansatte og innsatte?

– Det bidro muligens til en holdningsendring fra betjentene. De begynte kanskje å se på oss med nye øyne. Vi fikk jo også anledning til å snakke mer sammen, på en god måte. Da skjønte de at dette tiltaket var verdifullt, at det hadde en terapeutisk verdi for oss innsatte som de også måtte ta på alvor.

Ut av diagnoseboblen

– En annen positiv ting som skjedde, var at en del av betjentene kom ut av den boblen hvor det er et must å skulle diagnostisere alt og alle hele tiden. For ordentlig friske, det var det jo ingen som trodde at vi på forvaring kunne bli! Akkurat det er kanskje ikke så underlig, bare så det er sagt. Det sitter mange mennesker på Ila som har begått grusomme handlinger, det har jeg selv også gjort. Men nå, som betjentene også fikk oppleve de innsatte fra en annen side, virket det som om det også vokste fram en tro hos mange av dem på at tilfriskning var mulig, selv for oss. De betjentene som var til stede og fulgte oss under workshopen, har siden oppstart i 2011 stilt opp for *Musikk i fengsel* på en veldig positiv måte. Så her kan vi absolutt si at det oppsto en vinn-vinn-situasjon for både innsatte og ansatte.

Hvordan opplevde du møtet med studentene og forholdet til dem?

– Mye av kraften i hele prosjektet ligger nettopp her, i selve møtet med studentene. For dem innebar nok workshopen og samværet med oss i ei hel uke at de lærte seg å spille på et instrument de knapt hadde vært borti før. Uavhengig av alder og forkunnskaper fikk de temmelig umiddelbart oppleve å berøre den indre strengen i andre mennesker så til de grader. Det tror jeg var en erfaring som virkelig satte sine spor, både hos dem og hos oss fanger. Så skal det også sies at de allerede etter få dager fikk noen sterke, positive tilbakemeldinger på hvor mye dette

betydde for oss. Og det gjorde tydeligvis inntrykk. Det var ikke vanskelig å merke.

Et lite ekstra poeng her: Kanskje hadde noen av studentene vaklet i troen på verdien av å delta i dette prosjektet? Andre var muligens lei av å måtte øve støtt og stadig? Vi skal tross alt huske på at disse studentene kommer fra en institusjon og et miljø preget av beinhard konkurranse, mye hardt arbeid og tøffe prioriteringer. Uansett utgangspunkt tror jeg den opplevelsen de fikk av å kunne forløse noe i oss, i løpet av få dager, også forløste noe hos dem selv – og kanskje styrket dem i troen på det valget de hadde tatt.

Du sier selv at dere kom tett på hverandre.

Kunne det bli for tett – og skape vanskelig situasjoner av noe slag?



Tenk at jeg måtte i Oslo fengsel for å se, høre og oppleve en vibrafon, det ville jeg aldri opplevd der ute.

– Når man beveger seg inn i menneskesinnet, i en så utsatt situasjon som den langtidsløste fangen er i her, må det gjøres forsiktig. Og man må være godt forberedt. Det var studentene. Bente Almås

hadde sørget for det og styrte prosessen med sikker hånd.

Et lysere syn på livet

Selv kom jeg til workshopen som en veldig forknytt person. Det er lett å bli det når du befinner deg i et så lukket, intenst overvåket miljø som på Ila 24 timer i døgnet. Men for meg førte det som skjedde i disse fem dagene til at jeg fikk et annet og lysere syn på livet. Gamle demoner og mørke tanker forsvant, jeg roet meg ned og merket at det gamle suget etter å klappe til noen hvis jeg



”

En som har
drept morra
si kan også
like klassisk
musikk.

ble provosert, forsvant. Jeg ble kort sagt mye mer glad i det å være menneske.

Noe tilsvarende skjedde med flere andre i gruppen vår – på ulike måter og i varierende grad. Det var ikke vanskelig å se – og det ble det også snakket høyt om. Og når slikt inntreffer med flere enn én som har vært med lenge i dette gamet, da sier det noe om den terapeutiske verdien av Musikk i fengsel. Det handler om å rette opp noen skjevheter i menneskesinnet, der hvor det er blitt rammet av skuffelser og andre negative erfaringer. Det handler også om å møte det mørket som mange bærer på med lek og kreativitet.

Selvsagt er det musikalske viktig – det er jo selve bærebjelken i prosjektet. Men kanskje betyr det enda mer, den måten selve prosjektet er lagt opp på. Og ikke minst, den måten du blir møtt på av studentene. For når du sitter på Ila, ikke minst på forvaring, og er en fare for samfunnet og dine medmennesker, så blir du møtt med fordommer hele tiden; av de ansatte, av andre innsatte og av dem som ellers måtte komme på besøk.

En veldig smart måte å jobbe på

Samtidig lærer du deg selv å være spåmann i forhold til dem du møter. Du gjetter og fargelegger hva slags folk de andre fangene er – hva de har gjort eller ikke gjort. Men igjen; det forarbeidet Bente hadde gjort med sine studenter, og dette at vi kunne sitte sammen og spise og prate mellom øvelsene, det førte til at vi ble kjent med hverandre på en vanlig, normal måte – uten å være på

alerten. Studentene åpnet for å svare på våre spørsmål om dem, og omvendt. Da smeltet isen, både utvendig og innvendig. Og det ble lettere å forholde seg til en overordnet plan, slik at vi gjorde de musikalske øvelsene først og tok runden med svar på alle spørsmål etterpå. Det viste seg å være en veldig smart måte å jobbe på.

Det er kanskje ikke så lett å holde dette fra hverandre; de musikalske øvelsene og de personlige følelsene og reaksjonene som melder seg underveis?

– En workshop under våre omstendigheter må være noe midt imellom. Det kommer man ikke forbi. Det er noen mer følsomme temaer som bør unngås i dialogen. De innsatte er jo sårbare nok fra før, så her kan liten tue velte stort lass. Du blander deg for eksempel ikke opp i hva folk sitter inne for.

Her spiller det nok også inn hvilken erfaring musikkstudentene har med terapi fra før. Men uansett erfaring på akkurat det området, så har gruppa med seg noe annet, som de har en unik kompetanse på; det å kunne gi oss en positiv opplevelse, utgjøre et lyspunkt i tilværelsen og skape felles glede hos dem som deltar. Og hvis du synes musikk er kult, så er det også lettere å snakke om vonde ting og åpne seg, slik jeg selv også har erfart.

Til neste gang du kommer

Flere av studentene sier at de nesten føler det som et svik når workshop-uka er over. De får dårlig samvittighet og vondt i sjelen, når

”
Dette gir meg håp og noe å leve for.



fengselsporten smekker igjen bak dem og de kan spasere ut til friheten, mens dere blir igjen bak lås og slå. Kjente du på en slik følelse – av å bli forlatt, eller i verste fall sveket?

– Det er akkurat slik det ikke er. For du blir ikke forlatt på den måten du her beskriver. Får jeg et besøk av deg i fengselet, så varer det helt til neste gang du kommer. Bak murene står nemlig tiden stille. Du sløves og kommer inn i en egen rytme, med rutiner og vaner som er helt annerledes enn dem folk har utenfor. Du tenker framover: Er det høst, kjenner du på hvordan mørketiden kommer og går. Snart er det mars og lysere tider. Og motsatt av hva mange kanskje forestiller seg, går faktisk tiden enda fortere i isolasjon enn når du er ute av cella og gjør de samme, faste tingene – hver bidige dag.

Slik var det i hvert fall for meg. Og derfor var det ikke over da Musikkhøgskolen dro; workshopen levde i beste velgående helt til neste gang, til neste år. For da ville jeg selvfølgelig være med – igjen.

– Jeg pleier å bruke et bilde på hvordan jeg selv opplevde akkurat dette, sier en engasjert eks-innsatt:

– Tenk deg et blomsterbed som er fullt av tørr jord. Verken du eller noen andre har brydd seg om det på mange år. Så kommer noen og bytter ut en del av den tørre jorda med mørk, fin og fuktig jord. Du har nesten ikke vært borti noe så fint og fruktbart før. Du kjenner på lukta, det dufter godt og du tenker at hvis du tar godt vare på denne jorda, sprer den pent utover og presser den akkurat passe hard, så kan du også så noen frø her og noen frø der. Frø som kanskje



”

Jeg hadde aldri trodd
at jeg skulle tørre å
synge min egen låt på
avslutningskonserten.

vil spire og gro, med riktig behandling, når den tiden kommer. Dermed har du noe fint å titte på rett som det er. Ikke hver dag, kanskje, men fint å ha, både når det går litt trått og når du har det bra.

Så du opplever ikke at gruppa sier takk og farvel når workshopen er over. Du opplever heller at den har laget et blomsterbed, som fortsetter å blomstre?

– Ja, akkurat sånn er det.

Et verktøy med varig verdi

Hvorfor bør workshopen fortsette?

– Den gir enkeltmennesker muligheten til å komme tilbake til livet, til å finne noe vesentlig i seg selv ved hjelp av et musikalsk

verktøy. Dette verktøyet har varig verdi. Det er noe du kan bygge videre på også etter soningen.

Kanskje er det ikke noe alle innsatte kan få tilbud om. Men for dem som får muligheten, gjør det underverker. Det har jeg selv erfart, til de grader. Nå jobber jeg gjennom mitt eget lille foretak med sosialt entreprenørskap, for å løfte opp og fram gode prosjekter og medmennesker som gjerne vil bidra til noe positivt i samfunnet. Det er mitt lille bidrag til å betale tilbake for noe av det jeg har påført mine medmennesker og samfunnet omkring meg.



Etikk

det er ikke bare i fengsel
at klaging oppstår
det skjer gjerne når man er på topp
i livet

har det bra
vil ha mer
og det uteblir
sammen med de som har det verre

som oftest
ikke kommer noen vei
for noen er de fysisk sperret, også
disse veiene
som holder motet oppe fra den kjedelige
maten
andre hadde blitt glad for

eller
sove uten overgrep eller forfølgelse
en dag uten å være engstelig eller redd
bare for å oppleve hvordan det er
en dag

jeg delte engang en manns siste frokost
før henrettelsen
smilte han til meg
takket på sitt asiatiske vis
for bekjenskap
og
ryggrad

han ville leve
nå var det slutt
men ingen klaging

omtanke og medfølelse alene
ga han det oppriktige smil i dagen
til livet så langt

det finnes alltid noen som har det verre

jenter som går på strøket
fordi de må
bedre med litt smerte
enn for mye

de bæres av fortvilelsens
utbrente sko
med sine ettergivende strømper
som fortsatt setter krimtekniske spor

fra livet så langt

en jente ba meg en gang
i sitt ønske om frihet
våke over henne til hun ble hentet
av ambulansen
etter dosen hun satt

frihet på ordentlig
uten at noen tuklet med henne, da og

medmenneskelig takknemlighet og tillit til
frihet
er to sterke opplevelser

som formet min moral
og etikk
i dag som i morgen

det ble så høyt verdsatt
av de som akkurat fikk

en skal ikke ta medmenneskelighet
for gitt
heller ikke undervurdere betydningen
av å bry seg om

si ifra når ting er galt

kom dem i møte
før sistemann blir talt

når som helst kan
et annet menneskes siste ønske
lande i ditt fang

og din medfølelse blir
livets siste sang

Minneverdig

Nakent

Lærerikt

Fremtidshåp

Meningsfylt

Ubeskrivelig

Konge

Sivilt

Hudløst

Trygt

Givende

Lifechanging

De innsattes beskrivelse av workshopen



STUDENTENES
STEMMER

Er du papegøye eller elefant?

Som Bentes medforfatter og utenforstående observatør i en fengselskirke med den lidende Kristus hengende på sitt kors over alteret, tror jeg knapt det jeg ser:

Anført av fem engasjerte musikkhøgskolestudenter boltrer et drøyt dusin fengslede, i all hovedsak forvaringsdømte mannfolk, seg ute på kirkegulvet som om de var i en barnebursdag. Det går i stein, saks og papir før gjengen slår over i en kakofoni av dyrelyder etterfulgt av uhemmet hilse på-aktivitet.

Det er blitt andre dag i årets workshop. Både innsatte og studenter har allerede antatt kallenavn fra dyreriket og bruker dem lattermildt på hverandre: Hei du, papegøye, kom igjen, elefant, hvordan går det, gamle isbjørn?

Så er det tid for noen flere musikalske aktiviteter. Og jeg fatter fortsatt ikke helt at dette kan være mulig: Studentene som leder workshopen der ute foran alteret, tramper takt og klapper rytme så det gjaller i kirkevegger av grå betong. Og de innsatte følger dem taktfast. Litt famlende på de første slagene, riktignok, før hemningene forsvinner i et rytmesirkus av noe bortimot brasiliansk kaliber. Hvis vi ser litt stort på det.

En kvinnelig student har regien i neste punkt på det ikke altfor fastspikrede programmet. Stemmeøvelser. Først skal rustne herrerøster ruskes opp i. Og gruppen gjør nøyaktig som den får beskjed om: Langt opp i høyden med altene, dypt ned i kjelleren med bassene, før hele gjengen sludrer på slurve og brummer som bjørner. Voksne karer i alle aldre mukker ikke. Respekten for den unge kvinnen lyser fra furete panner og i skjerpede blikk.

Det nærmer seg lunsj, felles lunsj i kirkerommet, med god tid til å prate og bli bedre kjent med livet bak murene. Men først er det tid for «Seterjentens søndag», fremført av en student på sin enslige fiolin. Der og da oppstår en stund av tonemagi: Den harmoniske musikken brer sitt myke teppe over oss alle; forbrytere og fengselsansatte, musikkhøgskolestudenter og Bente. Og en undrende observatør.

Spenning og tegn til nerver og usikkerhet er forsvunnet i fellesskapet et sted. Det fellesskapet som musikken kanskje er alene om å kunne skape, uansett hvilke murer det måtte være mellom oss mennesker.



Sterk kost å høre en sang om savn fra en som virkelig har noe å savne.

Når vi holder på med musikk, glemmer vi at vi er i fengsel

DAG 1: Dette er en annen verden! Det var en surrealistisk følelse å gå gjennom sikkerhetskontrollen, og passere flere sperrer med låste porter og gitre. Allikevel, i det vi kom inn i kirkerommet hvor de innsatte ventet, følte jeg at atmosfæren var utrolig varm og avslappet. Jeg følte også at de innsatte kunne vært «hvem som helst». Og det er veldig vanskelig å tenke seg at de har begått ting som gjør at de fortjener å sitte der.

Å være i musikken

DAG 2: Ved lunsjen fortalte de innsatte litt om sitt liv i fengslet. Det var utrolig interessant å høre, men samtidig så vanskelig å ta inn over seg. De fleste av dem sitter på såkalt forvaring. Noe som betyr at de kontinuerlig blir vurdert og risikerer å få sin straff fastsatt på nytt. De fortalte mye om hvor anstrengende det er alltid å bli vurdert på denne måten: Enten er man for sint, for aggressiv, for rolig, for glad.

Det gjorde inntrykk på meg å høre disse historiene. Men så snart vi begynte med musikken igjen, hadde jeg glemt det hele. Her ligger det noe veldig fascinerende: Når vi holder på med musikk, glemmer jeg at vi er i et fengsel.

DAG 3: I dag sang vi i kor den åndelige visen «Till Österland vill jag fara» – trestemt! De hang virkelig bra med. Vi pratet ikke så mye om virkeligheten rundt oss og om fengselet. Det var flott bare «å være i musikken» i stedet.

Låtene tar form og blir stadig bedre. Noen av dem som har vært med tidligere, sier også at de er veldig fornøyd med nivået på årets workshop. Det var hyggelig og betryggende å høre, samtidig som det ga en slags bekreftelse på at vi jobber i riktig retning. Det er ganske vanskelig å vite hva som er den riktige måten å jobbe på, nemlig, for alle deltakerne er så forskjellige og befinner seg på ulike nivåer. Flere av dem er også ganske usikre på seg selv og er redde for å gjøre feil. Det må derfor ikke bli for stressende og utfordrende, men på passe nivå.

I dag var vi også inne på en avdeling der de innsatte bor. Det var interessant å se. Og veldig spesielt. Det kjentes litt uvirkelig. Men på mange måter så det mer «vanlig» ut enn jeg hadde forestilt meg. Det er veldig vanskelig å forstå at disse menneskene sitter her fordi de utgjør en fare for samfunnet. Like fullt er jo det et faktum. Verden er ikke svart-hvit.

Unik innsatsvilje og konsentrasjon

DAG 4: Ved lunsjen i dag hadde jeg gråten i halsen. Det skyldtes en blanding av mange ulike følelser, tror jeg. Det er bare så bisart alt sammen! Jeg sa på slutten av dagen at det er så kult å spille sammen med dem og at man blir glad av å gjøre det. Det kjentes veldig bra og riktig å få sagt noe slikt. Dels fordi jeg føler det sånn, dels for bekreftelsens egen del og dels fordi jeg tror det er bra i forkant av morgendagen, da vi skal ha konsert.

Noe som virkelig har slått meg, er den store konsentrasjonen og viljen til å få dette til som de innsatte har lagt for dagen. Det er noe unikt ved å se denne konsentrasjonen i øynene deres og det sterke ønsket de har om å lykkes med hva de foretar seg. De var utrolig flinke til å følge instruksjoner og hang på sitt vis med på alt.

Her trekker jeg paralleller til mitt «sivile» arbeid. Vi tar det så lett for gitt at vi kan holde på med musikken. Vi vet at vi kommer til å treffes også neste uke. Men når man kan musisere en uke, og ikke vet når neste gang blir, gir det et litt annet utgangspunkt. Og det merkes på de innsatte. De gikk inn for dette med hele seg selv, og det var utrolig vakkert og tankevekkende å få se.

Av og til synes jeg likevel vi arbeider for langsomt. Men det gjelder nok bare meg, og det har trolig å gjøre med hvordan jeg er vant til å tenke; vi søker alltid etter den mest effektive måten å gjøre ting på og vil ikke la et eneste minutt gå til spille. Det er nyttig for meg også, å ikke være sjef alene i et musikalsk forløp og trene evnen til å lytte på en annen måte. Det er faktisk ganske utfordrende for meg å ta dette steget tilbake.

Frustrasjon og forvirring, glede og stolthet

DAG 5: I dag var siste dagen i prosjektet vårt, og jeg kjenner meg helt tom og utpumpet og full av alle mulige følelser på en gang; sorg og takknemlighet, frustrasjon og forvirring, glede og stolthet. Jeg er skuffet over samfunnet og verden i det store og hele; at tilværelsen trenger å bli slik for noen mennesker. Det er så bunnløst sørgelig. Samtidig kjenner jeg meg også glad over å ha fått gjøre noe bra for dem.

Oppsummeringen sammen med de innsatte ble en sterk og tårevåt stund. En av de innsatte sa at han ikke tror vi kan forstå hvor mye dette betyr for dem; å få en slik uke i en rekke av hverdager som er så ensformige. En annen sa at han kjenner en stor takknemlighet og at det betyr veldig mye å bli møtt av mennesker på en så medmenneskelig og «normal» måte. Det skjer sjelden. De satte også pris på at vi

oppmuntret dem. Selv de gangene det ikke låt så bra da vi spilte sammen, syntes de at vi var positive og motiverte dem til å fortsette.

Tanken på at de nå snart blir låst inn på cellene sine for natten, mens vi går ut porten og er fri til å gjøre hva jeg vil, er ubegripelig. Det samme gjelder tanken på at dette er noe de fortjener. Det kolliderer bare så helt vilt. Jeg har virkelig fått noe å tenke på denne uka.

For meg personlig har denne uka bydd på møter som jeg aldri kommer til å glemme og gitt meg innblikk i en verden jeg ikke visste noe om. Som musiker er jeg igjen blitt minnet på at musisering mellom mennesker er noe utrolig sterkt og viktig. Dessuten er det ingen selvfølge at det å framføre musikk er noe man får mulighet til å være med på. Derfor skal vi være takknemlige for det vi har, ta det på alvor og gjøre noe virkelig bra ut av det! Vi skal også sørge for å ha det fint mens vi holder på. For gleden i musikken og samspillet med hverandre er uerstattelig.

Blir vi manipulert?

I bilen på veien hjem i dag pratet vi studenter videre om de innsattes situasjon og mulige årsaker til at de sitter her på Ila: Føler de anger? Var de beruset da det skjedde? I psykose, kanskje? Enkelte er velutdannede, smarte og veldig velartikulerte. Er noen av dem kanskje så kontrollerende at den hyggelige og vennlige siden de viser utad, bare er manipulasjon? Vi vet ikke. Og jeg vil helst ikke tenke på det, men bare være i nået.

I en samtale om situasjonen i fengslet tidligere i uka sa en av de innsatte, med en veldig rolig skuldertrekning: «Ja, men vi har gjort ting som gjør at vi fortjener dette». Det er vanskelig å ta inn over seg og forstå at vi denne uka har omgås dømt fanger. Det kjennes ikke slik!



Det har virkelig gått opp for meg
hvilket ekstremt inngrep i et
menneskes liv frihetsberøvelse er.

Mestring betyr uendelig mye

Dilemmaene sto i kø, og usikkerheten på egne reaksjoner var stor, før studentene møtte de innsatte på Ila og startet opp med øvelser og innstudering. Nesten like stor ble overraskelsen over å se hvilken innsats de la for dagen, og hvor mye mestring betyr for mennesker som må tilbringe mange år bak murene. Her er tankene tre av dem gjorde seg:

«Jeg var usikker på hvordan jeg ville komme til å reagere på møtet med de innsatte. Som småbarnspappa tenkte jeg spesielt mye på om de hadde begått overgrep mot mindreårige eller andre lovbrudd på fellet sedelighet».

Det forteller en av studentene, som vi gir navnet Knut. Han har mange års fartstid fra flere sjangere, både som utøver, pedagog og komponist. I likhet med de andre studentene i gruppen, legger han ikke skjul på at det var med mange blandede følelser han nærmet seg fengslet.

– Tilfeldigvis falt workshopen sammen med en periode da det var mye mediedekning av overgrep mot barn, med utgangspunkt i den såkalte Dark Room-saken. Derfor ble det ekstra utfordrende følelsemessig å tenke på at jeg skulle instruere i og lære bort noe av de fineste jeg vet om, nemlig musikk, til noen som kanskje hadde begått slike grusomme handlinger. I mange år har jeg jobbet med alt fra å øve på mitt hovedinstrument, bygge opp et stort repertoar og skrive egen musikk. Skal all denne innsatsen, all min kjærlighet til musikken, også brukes til å instruere lovbrøyttere som tidligere justisminister Sylvi Listhaug har kalt «monstre»? Det var dilemmaer jeg grublet mye over.

Preget disse dilemmaene deg så mye at de ble en hemsko under hele eller deler av workshopen?

– Nei, da vi instruerte dem tenkte jeg faktisk lite på hva de innsatte hadde begått av kriminalitet. Allerede under det første møtet vi studenter og Bente hadde med deltagerne i workshopen, slo det meg hvor normalt det hele føltes. Eller sivilt, som en innsatt kalte det; fra vi startet med oppvarmingsøvelser og terping på detaljer i låtene, til vi tok pauser og hadde felles lunsj og lange samtaler, for så igjen å gå løs på instruksjon og samspill for dem som var veldig spente og gruet seg.

Hele veien møtte vi en stort sett topp motivert og positiv gjeng, som gjorde sitt beste. Det har nok også mye å si for det positive helhetsinntrykket jeg sitter igjen med, understreker Knut, som ikke kan slippe tanken på en annen gruppe:

– Etter avslutningskonserten i kirkerommet grublet jeg mye på hvordan de pårørende til ofrene ville ha reagert, hvis de hadde vært til stede og sett oss positive studenter som prøvde å bakke opp de innsatte og få alt til å bli så bra som mulig for dem. Hadde jeg vært i samme situasjon som en nær slektning eller venn av noen som ble drept eller utsatt for annen alvorlig kriminalitet, ville jeg hatt store problemer med å se gjerningsmannen delta på noe så lystbetont og hyggelig som en konsert. Det skal tross alt være en straff å sitte i fengsel.

Mange dilemmaer

En mannlig medstudent, som vi gir navnet Morten, også han med erfaring i å skrive egen musikk, er enig med Knut, både når det gjelder beskrivelsen av de innsattes engasjement og de mange tankekors som selve situasjonen medførte:

– De sterkeste inntrykkene og tankevekkerne kom først og fremst gjennom samtaler, historier og menneskelige møter. Og som min medstudent sier, meldte det seg en rekke refleksjoner og dilemmaer. De omfattet alt fra hvilken rett innsatte har til å få en ny sjanse og et godt liv etter soning, til hvilke belastninger de har påført pårørende på begge sider av den forbrytelsen de er dømt for. Og om det tilbudet vi ga dem var noe de fortjente.

– Dette forblir dilemmaer for min del. Likevel kan jeg si at jeg i løpet av workshopen og de refleksjonene jeg har gjort meg i etterkant, har fått forståelse for de innsattes situasjon, og for at medmenneskelighet er noe som gagnar oss alle.

Hva synes du om selve arbeidsmåten, om metodikken, både pedagogisk og musikalsk? Og om de musikalske prestasjonene?

– Noe av det jeg ble mest overrasket over i løpet av de fem dagene på Ila, var faktisk hvor godt selve opplegget fungerte. Jeg ønsket å inkludere alle i prosessen, la alle få prøve noe nytt, men samtidig produsere et musikalsk resultat som samtlige kunne stå inne for. Det synes jeg vi klarte, som resultat av god rollefordeling, valg av riktig fremgangsmåte og de innsattes innsats.

Vi vekslet på å ha ansvar for de ulike delene av workshopen. Den fremgangsmåten jeg selv tok i bruk de gangene jeg satt i «førersetet», var langt på vei den

samme som jeg ville ha brukt overfor en ungdomsskoleklasse.

Derimot tror jeg aldri jeg ville fått den samme responsen fra en gruppe skoleelever som den de innsatte la for dagen. Riktignok hadde de ulik bakgrunn og forskjellige evner, men det de hadde felles var en genuin arbeidsvilje og musikkglede. Pluss det som lot til å være en slags lagånd; en felles respekt for hverandre, og for oss som kom fra Norges musikkhøgskole.

Mestring

– Noe jeg har innsett i løpet av denne uka, er at følelsen av mestring er enormt viktig for de innsatte, påpeker den kvinnelige medstudenten som vi gir navnet Kari. Hun hadde ansvar for den vokale delen av workshopen. Og hun fortsetter:

– Når man tenker etter, er det ikke så vanskelig å skjønne hvorfor dette med mestring er så viktig. De innsatte lever i en hverdag med veldig lite kontroll over sin egen situasjon. De følger regler og tidsskjemaer som noen andre har satt opp for dem, og de blir innlåst på en celle om kvelden. Følelsen av ikke-kontroll og ikke-mestring må være overveldende. Derfor er det fantastisk at de denne uka får anledning til å lære seg nye ting. De får kjenne at vi både kan improvisere og spille en hel låt sammen slik at det faktisk lyder bra. Og ikke minst; de kan kjenne at samspeilet dem imellom funker.

Har uka på Ila gjort noe med hvordan dere ser på dere selv som musikere?

– Da jeg så hvor mye glede, motivasjon og inspirasjon prosjektet tilførte de innsattes liv, fikk det meg også til å tenke på min

egen rolle som musiker. Jeg vil ikke påstå at jeg driver med musikk for noen andre enn meg selv. Men kanskje jeg bør gjøre det, reflekterer Morten:

– Tidligere har jeg tenkt at jeg holder på med musikk fordi det gir meg noe. Jeg føler meg bra når jeg spiller eller komponerer, og jeg har et sterkt behov for selvutvikling innen dette feltet. Ønsket om at musikken min skal tilføre mennesker noe av verdi, har riktignok alltid vært der. Men da jeg nå fikk oppleve å jobbe innenfor noe som er mer i tråd med sosialt arbeid, ser jeg at det kanskje heller er her, i en slik setting, at musikk virkelig kan bety noe for folk.

Vel og bra med en person som lever et godt liv, som vil høre en god konsert og er villig til å betale det en billett koster. Men kan man bidra til å gi et ulykkelig menneske mål og mening i livet, så må da det være mer verdt, både for samfunnet og for denne personen? Og hva er egentlig verdien av å høyne en persons livskvalitet? Det høres ut som noe riktig verdifullt for meg.

Hvilken betydning tror du workshopen hadde for de innsatte?

KNUT: Det er vanskelig for meg å si om denne uka virkelig forandret noen av dem jeg møtte. Man kan, for å være litt djevelens advokat, også tenke seg at enkelte innsatte er så kalkulerende at de opptrer vennlig og positivt nettopp fordi de vet at de blir fortløpende vurdert av ansatte i fengselet.

En dobbelthet som ikke slipper taket

– Det er hele tiden denne pendlingen mellom alt det fine som foregår musikalsk og sosialt under workshopen, og det at vi vet det er en grunn til at de sitter på Ila. Denne dobbeltheten preger også tankene

mine nå i etterkant: Det var et veldig flott og givende prosjekt å få være med på. Og på spørsmål om de innsatte fortjener en uke som dette, fylt med musikk, glede og læring, så er svaret mitt, ja. Kanskje kan et slikt prosjekt gjøre varig inntrykk og få positive ringvirkninger hos de innsatte.

Samtidig kommer man ikke utenom at de har begått veldig alvorlige kriminelle handlinger – tanken på det slipper liksom ikke taket. Det er spesielt, og ikke uproblematisk, å lære bort musikk til personer som i verste fall kan ha drept eller voldtatt noen. Men hvis man skal tro på rehabilitering, at mennesker er i stand til å forandre seg til det bedre og faktisk skal tilbake til samfunnet, da er nettopp muligheten til å oppleve en tilnærmet normal, sivil situasjon viktig. Derfor blir min konklusjon at det både er riktig og viktig at de som sitter i fengsel også får slike opplevelser som det workshopen ble.

Og for å argumentere litt mot meg selv: Det å se at noen virkelig blir berørt av musikken, at de kommer med forslag til sanger vi bør spille fra deres egen barndom eller skoletid, at de spør entusiastisk om nye gitargrep og gleder seg over at de selv låter bedre og bedre; det er vanskelig å tro at noen er så gode skuespillere at alt dette er noe de «faker» bare for å få høyere score på sin oppførsel fra fengselet. Jeg tror dette er uttrykk for noe ekte hos dem selv – og for noe unikt nettopp ved musikk som kunstform. Og jeg tror at alle som var der opplevde ekte musikkglede den uka workshopen på Ila varte.

Ei uke som satte spor

Møtet med de innsatte ga to musikkhøgskolestudenter noe å tenke på. Aller sterkest inntrykk gjorde det å se hva musikken kan gjøre med mennesker som aldri kan vite sikkert når de får friheten tilbake.

«**D**a jeg fikk vite at jeg skulle delta på fengselsprosjektet, ble jeg først ganske skuffet», forteller den kvinnelige studenten, som vi gir navnet Tone.

– Jeg hadde mye mer lyst til å reise nordover, til Hammerfest, spille konserter og oppleve en del av Norge jeg ikke kjente fra før. Jeg ville rett og slett bruke denne vinterferie-uka til å kose meg, ikke på å være bak lås og slå. Og etter hvert som workshopen på Ila nærmet seg, begynte jeg også å føle en slags redsel: Jeg skulle jo møte masse folk som hadde gjort helt forferdelige ting. Og jeg ante ikke hvordan de kom til å behandle meg eller hvordan jeg skulle behandle dem.

Gruet seg til ingen nytte

– Det viste seg at jeg og de andre studentene i gruppa hadde gruet oss til ingen nytte, konstaterer hun. Da vi kom inn i fengselet, ble vi møtt av en liten gjeng innsatte på ca. 10 personer. Og alle var superhyggelige, interesserte og minst like nervøse som oss.

– I lunsjene under workshopen snakket vi med de innsatte som «normale» mennesker. De begynte å åpne seg for oss, fortalte hvordan hverdagens deres var og hvor mye de hadde gledet seg til at det skulle komme studenter fra Norges musikkhøgskole i vinterferien. For da glemte de ofte at de var kriminelle. De ble behandlet som mennesker, og derfor følte de seg også som

mennesker. Dette var sterkt å høre, vedgår Tone. Og hun fortsetter:

– Vi endte opp med å gjøre svært lite av det vi hadde planlagt noen dager tidligere. De innsatte ble nemlig veldig gira på å fortsette en musikklek vi satte i gang som en oppvarmingsøvelse. Det var en øvelse hvor de måtte konsentrere seg for ikke å «ryke ut», og man kunne se konkurranseinstinktet våkne til live hos hver og en av dem.

– Etter å ha sunget allsang fra ei salmebok, gikk vi videre med «You raise me up» for trestemt kor. Dette koret ble så bra at vi på avslutningskonserten også kunne synge en annen trestemt låt som faktisk var ganske vanskelig – i tillegg til en egen låt med band som vi hadde jobbet en del med. Men det skjedde mer, forteller hun:

Når en trompetist lærer en innsatt å bli trommis

– Blant de innsatte var en ung fyr som gjerne ville spille trommesett. Ingen av oss fra Musikkhøgskolen hadde det som hovedinstrument. Likevel ble det til at jeg, som spiller trompet, greide å lære denne gutten en basic trommerytme. Han klarte til slutt å spille trommesett gjennom en hel låt på konserten. Det var virkelig gøy for meg å se hvordan mestringsfølelsen fikk han til å lyse opp. Etter konserten ville han starte et fengselsband, og jeg håper han fikk lov av ledelsen til det.

– For oss studenter var jo uka på Ila først og fremst et skoleprosjekt, og bare det. Men noen av de innsatte kunne fortelle at workshopen ga dem motivasjon til å komme seg gjennom enda et år bak murene, sier Tone. Hun er klar på at de fem dagene med besøk i fengselet har satt spor som ikke vil bli visket ut med det første. Tøffest for henne var det nok da en innsatt fikk lov å bli igjen på slutten av dagen, etter at de andre deltakerne hadde gått tilbake på cellene sine. Målet hans var å vise studentene noe musikk han hadde laget selv og fått spilt inn på CD under et opphold i et annet fengsel.

Det ble stille i kirkerommet

– Han ville ha tilbakemelding fra oss på låtene sine, og gjerne få noen tips. Så kom en betjent med en spiller og CD-en som musikken hans var spilt inn på. Den plata hadde han verken fått se eller spille siden han ble flyttet til Ila noen måneder tidligere.

– Da spilleren ble satt i gang, var det helt stille i kirkerommet, forteller hun: Han spilte gitar og sang om hvordan han hadde det i den tiden han fikk dommen, om hvor mye han angret på det han hadde gjort og ønsket om å gjøre det godt igjen. Da han i tillegg begynte å gråte under avspillingen, ble det for mye for meg. Jeg, som ellers pleier å være sterk, bare gråt! Tenk at musikk kan ha en så sterk virkning på folk!

Urettferdig fordeling

Etter at prosjektet var over, har Tone tenkt mye på hvem som får nytte godt av det musikere har å gi andre mennesker av musikalske opplevelser – og hvor urettferdig dette godet blir fordelt:

– Vi studenter på Musikkhøgskolen øver og øver for å få en jobb i et orkester eller kanskje bli solister. Men ulempen med slike jobber er jo at bare en begrenset del av befolkningen får oppleve musikken vår. Mange har ikke råd til å dra på konsert, andre er forhindret av ulike grunner. Samtidig er musikk veldig viktig for mange mennesker! Den gir en unik mulighet til å føle på noe man ellers kanskje bare fortrenger eller undertrykker. Derfor er det så bra at det eksisterer prosjekter som dette i Norges musikkhøgskoles regi.

Og hun konkluderer workshop-prosjektet slik – for sin egen del:

– Jeg lærte ikke noe i fengselet som vil gjøre meg til en bedre musiker, rent teknisk. Men jeg lærte mye om hvor viktig det er å drive med musikk. Og det motiverer meg faktisk til å øve enda mer.

Tatover korsanger med piercinger og hanekam

For hennes mannlige medstudent og kullkamerat, som vi gir navnet Jon, har ett spesielt øyeblikk fra workshopen spikret seg fast i hukommelsen:

– På avslutningskonserten står en ung mann med hanekam, piercinger og tatovering og synger med i trestemt kor, i tillegg til å spille gitar. Det skjer foran en forsamling på vel 50 personer. Av dem er over halvparten betjenter, såkalte «blåskjorter», som den unge mannen tre dager tidligere har gitt klart uttrykk for at han «f... ikke skulle opptre for».

– Den personlige veksten denne mannen og flere med han viste på noen få dager, var helt oppsiktsvekkende å være vitne til, forteller Jon:



Jeg, som ellers pleier å være sterk, bare gråt! Tenk at musikk kan ha en så sterk virkning på folk!

– Til å begynne med var det tydelig at han engstet seg for å delta på workshopen: Klassisk musikk var ikke «kult nok». Det var kleint å prøve å bli virkelig bedre på ting han ikke kjente til fra før. Og han var rask til å gi opp hvis ting buttet litt imot. En klar innstilling om at han uansett ikke ville mestre det vi øvde på, og en dypt rotfestet oppfatning om at han ikke fortjente skryt, gjorde det også vanskelig for han å åpne seg. Dessuten hadde han en nokså aggressiv holdning til flere av fengselsbetjentene, som han altså konsekvent kalte for «blåskjorter».

Sterke øyeblikk

– Noen dager senere sitter en stor gruppe av de samme «blåskjortene» i kirkerommet under avslutningskonserten og er målløse over hva de hører fra nettopp denne mannen og de andre innsatte. Dette kom på toppen av andre sterke øyeblikk, sier Jon – og legger til at han heller ikke kan glemme hva som foregikk med den av deltakerne som lærte å spille trommer av Tone:

– Mannen hadde problemer med å sitte stille, måtte ta push-ups for å roe seg ned hvis noe ble for intenst og klarte ikke å konsentrere seg lenge av gangen. Som

trommeslager under avslutningskonserten opptrådte han for første gang i sitt liv for andre. Og de to fritidslederne som var med oss under workshopen, fortalte at kolleger av dem ikke kunne forstå at denne mannen, som de opplevde under avslutningskonserten på fredag, var samme mann som de hadde møtt på cella mandagen før. Det var heller ikke lett for dem å forstå at han fikk daglige lekser, som ble gjort, og at han øvde i timevis av gangen på «lufttrommer» inne på cella.

Hvem er disse menneskene?

Selv ble Jon overrasket over hvor åpne de innsatte var om seg selv og sine soningsforhold:

– Man er vant til å forestille seg dem som sitter i fengsel som veldig annerledes enn oss andre. Og vi studenter var merkbart nervøse og spente da vi først skulle treffe dem: hvem var disse menneskene? Og med tanke på det fæle de utvilsomt hadde gjort; kom de til å oppføre seg normalt?

Som Tone forteller, gruet vi oss helt forgjeves, påpeker han og fortsetter:

– De innsatte var selv klare på at det var en god grunn til at de satt bak lås og slå.



Samtidig gikk de ikke av veien for å diskutere hvorfor og hvordan det var å være der, uten å si rett ut hvilke lovbrudd de hadde begått. Dette spurte vi studenter dem heller ikke om, naturligvis.

– Selv tror jeg en av grunnene til at de var så åpne overfor oss, var at de merket at de ikke ble møtt med fordommer. Dette ufarliggjorde ganske mye, til tross for at vi snakker om mennesker som sitter fengslet med lange straffer, mange av dem på grunn av alvorlige sedelighetsforbrytelser. Altså en gruppe du som befinner deg på utsiden aldri tenker på med sympati, da slike forbrytelser med rette betraktes som noe av det mest ødeleggende man kan utsette andre mennesker for.

Likevel er det ikke til å unngå at du etter en slik uke ser på de innsatte som medmennesker, ikke bare som domfelte som kun fremstår som representanter for den forbrytelsen de er dømt for.

Best å ikke vite hva de har begått

Når man i tillegg møter velfungerende, hyggelige og takknemlige mennesker, som dessuten ønsker å lære mer om musikk, er det ikke vanskelig å bry seg om dem og bli glad i vedkommende. Situasjonen hadde nok vært en ganske annen hvis vi i opptakten til uka hadde gått gjennom hvilke lovbrudd den enkelte hadde begått og fikk en beskrivelse av så vel gjerningsøyeblikket som offerets tilstand.

– Slik er ikke prosjektet lagt opp, og godt er det, mener Jon. I likhet med sine medstudenter understreker han at årsakene til at de innsatte sitter innesperret ikke er til å kimse av. Selv følte han seg likevel aldri utrygg under oppholdet på Ila. Enkelte av studentene i hans gruppe ga derimot uttrykk for at første dag hadde vært ubehagelig. Dette var før de ble kjent med noen av de innsatte og kun betraktet dem som alvorlig kriminelle – ikke som enkeltmennesker som har begått noe veldig dumt og alvorlig. At de heller ikke visste hva den enkelte satt inne for, førte også til at studentene tenkte ekstra mye nettopp på dette spørsmålet: «Hvordan kan NN, som er så hyggelig, ha gjort noe så alvorlig at han sitter her?»

– Mange av dem vi møtte soner forvaringsdommer. Det innebærer at soningstiden deres kan forlenges. Dette gjør at livet blir satt på vent, og det blir vanskelig å planlegge fremtiden utenfor murene. Flere av dem vi snakket med fortalte at dette var noe av det tyngste ved å sitte inne. Et besøk utenfra lot dem slippe unna disse dystre tankene, om enn bare for en stakkert stund.

En livsviktig erfaring

Å flytte fokus fra å skulle spille perfekt til å stole på min egen musikalitet. Det var det viktigste jeg lærte, som utøver, på Ila. I tillegg ga samspillet med de innsatte en unik følelse av å være med på noe meningsfylt. Den følelsen kan jeg ennå hente fram og kjenne på, flere år senere.

Uka på Ila, med forberedelser og etterspill, ble starten på noe helt nytt for den kvinnelige musikkhøgskolestudenten midt i 20-årene, som vi gir navnet Mia. Hun var i ferd med å ta mastergraden i utøving da hun medvirket i workshopen.

– Fokuset mitt på den tiden var veldig rettet inn mot å få repertoar klart til prøve-spill. Det vil si; veldig mye oppmerksomhet på detaljer og å få ting perfekt. Det er viktig arbeid, men det kan også gjøre deg svært selvsentrert. Og det er fort gjort å henge seg opp i detaljer, sier hun og fortsetter:

– I etterkant ser jeg også at jeg begynte å føle meg litt låst som utøver og miste kontakten med hvorfor jeg spilte, hva som var hensikten med det hele. Det føltes ikke alltid like givende å stå og pirke på teknikk og intonasjon. Jeg savnet en følelse av mening med det jeg drev med.

– Det trenger ikke være slik å spille klassisk musikk. Og det er selvfølgelig ikke noe galt ved å øve intenst og mye, understreker hun.

Kunne gjerne ha stilt opp på nytt

– Med en gang jeg ble kjent med *Musikk i fengsel*, tenkte jeg at dette var noe for meg. Alt stemte på en måte som ikke er så lett å beskrive – det må oppleves. Jeg meldte meg på prosjektet umiddelbart. Og det jeg fikk med meg derfra ble en livsviktig erfaring,

både musikalsk og på et menneskelig plan, forteller hun og fortsetter:

– Det var sterkt for mange av oss, det som skjedde på Ila denne uka og i tiden etterpå. Men jeg tror det ble ekstra sterkt for meg. Ja, jeg ble ganske oppslukt og kaller meg stadig fan nr. 1 av hele prosjektet. Og jeg kunne gjerne ha stilt opp på noe tilsvarende igjen, hvis det hadde gått an å få til.

Dette sier hun, selv om det også var litt skremmende å få melding fra prosjektleder Bente Almås før workshopen startet: «Her blir det ingen detaljert time- eller kjøreplan. Derimot handler det om å være åpen, finne ut av ting på egen hånd og ta utfordringene på sparket etter hvert som de dukker opp.»

Skepsisen som forsvant

– Under forberedelsene til workshopen, før vi hadde vært i fengselet den første dagen, var jeg veldig skeptisk til resten av opplegget, siden det ble lagt så mye vekt på å spille og synge med dem, lære bort sanger osv. Noe jeg ikke følte at jeg var i stand til. Men etter første dag på Ila skiftet jeg mening totalt. Fra da av var jeg kun interessert i å spille og synge sammen med de innsatte. Og det fikk vi til.

I tillegg til å delta på korsang og andre fellesarrangementer under workshopen, fikk jeg muligheten til å samarbeide med to innsatte. De var veldig musikalske, begge to og hadde laget både tekster og melodier til flere sanger som de ønsket å få framført.

Og de ville ha meg med både som vokalist og til å akkompagnere. Resultatet ble at jeg spilte både bluegrass og andre sjangre som jeg overhodet ikke hadde prøvd meg på før. I tillegg sang jeg duett på en av sangene. Også jeg, som heller aldri hadde forsøkt meg som vokalist! Og alltid hadde vært vanvittig sjenert for å synge. Derfor ble dette noe jeg vokste veldig på og er svært takknemlig for å ha fått oppleve.

Bakket opp av de innsatte

– Jeg tenkte ikke på mine medmusikanter som innsatte, men som vanlige folk med et sterkt engasjement for det prosjektet vi alle deltok i, fortsetter hun. Og de pushet meg ikke til noe som helst. Derimot bakket de meg skikkelig opp, skapte rom og trygge rammer for å prøve ting jeg aldri hadde gjort før.

Alt dette førte til at det ble en veldig stor opplevelse for meg. Kanskje var det også stort for dem å se at de faktisk hjalp meg. De var i hvert fall svært entusiastiske – og kunne nesten ikke tro det var sant da de fikk høre sine egne låter akkompagnert av meg og mine medstudenter.

Hva denne erfaringen har betydd for meg som musiker? Veldig mye. Ikke minst gjorde den meg tryggere på min egen musikalitet – og fikk meg til å stole på at jeg hadde mer å tilby, rent musikalsk, enn jeg hadde vært klar over på forhånd.

På Musikkhøgskolen var det begrenset hvor mye jeg prøvde meg utenfor min egen bås. Jeg gikk på den klassiske linjen, og da ble det mest klassisk musikk. Jeg hadde så vidt vært borti noen andre sjangre, og jeg hadde hatt noen sangtimer. Men at noen faktisk hadde bruk for meg som noe mer

enn en klassisk musiker, det var veldig gøy å oppleve.

Nå veksler jeg gjerne mellom å spille ulike musikalske sjangre, selv om klassisk romantisk musikk stadig er det jeg setter aller mest pris på. Samtidig har det å musisere med innsatte som soner lange fengselsstraffer befridd meg for en del fordommer. Jeg tror også mitt engasjement i *Musikk i fengsel* har gjort det lettere å «konnekte» med folk og delta i samspill uavhengig av musikernes bakgrunn, hvem de er og hvor det skjer.

Skulle gjerne fortsatt

Mias engasjement for *Musikk i fengsel* stoppet ikke med workshopen. Flere ganger har hun vært på Ila i etterkant, for å medvirke på innspillingen av en CD sammen med de innsatte. En sommerkonsert på samme sted er det også blitt, for å nevne noe. Og på hennes mastergradseksamen deltok også de to medmusikantene fra Ila. Til sensorenes store og positive interesse.

– Umiddelbart etter at workshopen var over, kjentes det veldig kjipt å ikke kunne gå videre, som band, med noe som var så meningsfylt. Og så gøy. Vi fikk det jo til, sier hun og tilføyer:

– Jeg skulle gjerne gjort mer for å fortsette den fine kontakten og det herlige samspillet vi hadde. Og jeg har savnet en måte å få kanalisert engasjementet mitt for *Musikk i fengsel* på. Men det har vært vanskelig, både fordi jeg selv har flyttet en del rundt i landet og fordi det ikke finnes noen praktisk måte å gjøre det på.

Et lyst og overskuddspreget prosjekt

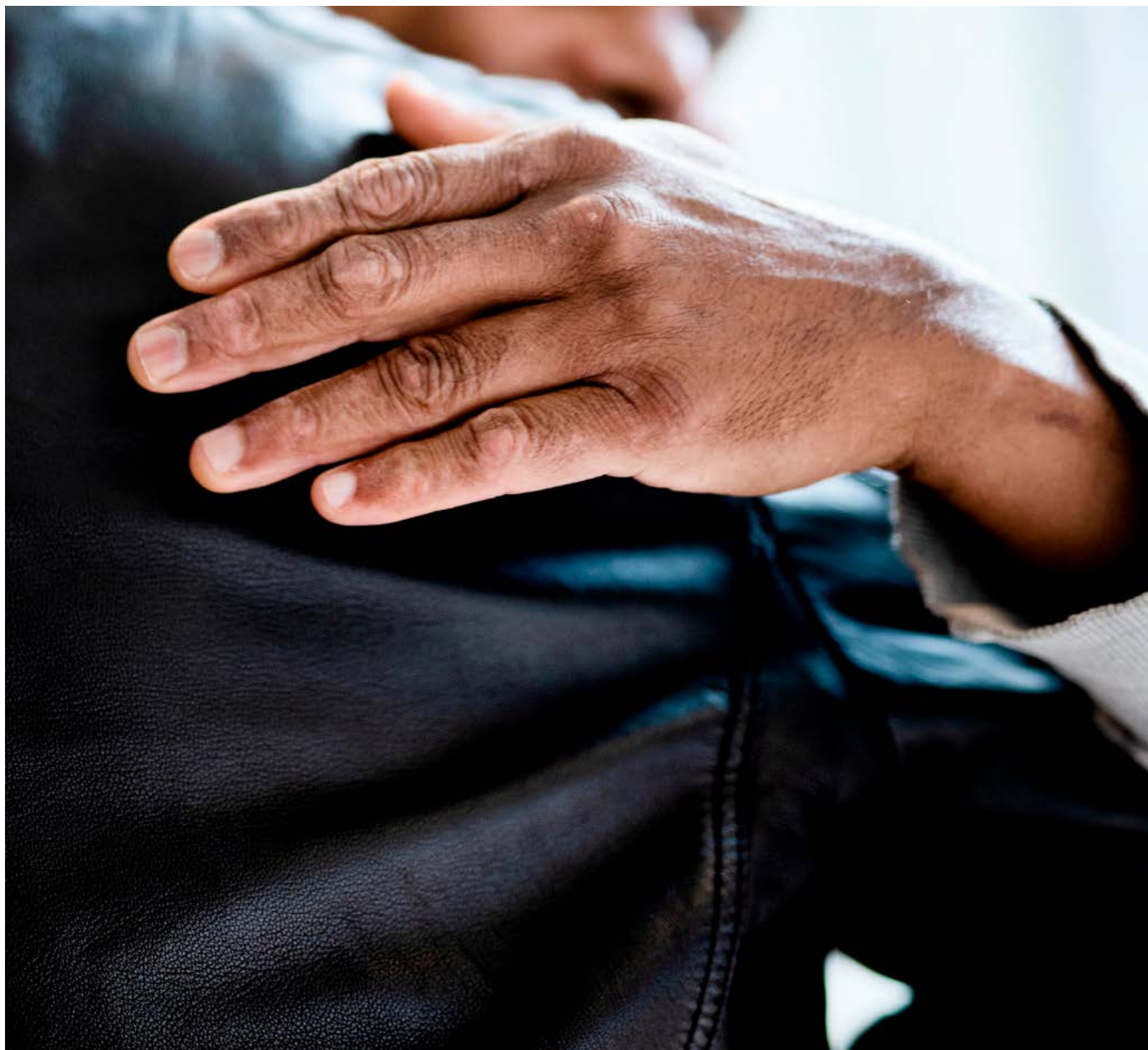
– I dag sitter jeg stadig igjen med en følelse av å ha noen venner blant dem jeg møtte på Ila, selv om vi nok ikke kommer til å treffes igjen så ofte. Vi var viktige for hverandre i en periode, og jeg vet at det jeg gjorde betydde mye for dem. Det er fint å tenke på, sier hun og understreker at den dystre rammen til tross, var det først og fremst noe lyst og overskuddspreget ved å delta i workshopen:

– Når jeg kom hjem på kveldene, meldte det seg nok tanker om hvilken trist skjebne de innsatte var rammet av. Jeg gikk også

noen runder med meg selv om hvorfor de satt der og hva de kunne ha gjort. Bare så det er sagt. Men jeg valgte å konsentrere meg om det musikalske. Og da vi var samlet der inne i kirkerommet, enten vi spilte sammen, spiste lunsj eller øvde på en korsang så var det bare positivt og hyggelig, alt sammen.

– Rom for humor var det også, gjerne av den litt røffe sorten, smiler hun:

– Hent en kaffe som er så svart som sjela mi, kunne en av de innsatte si. En annen kunne svare: Du vet jo hvor du finner meg, hvis det ble spørsmål om hvem som var hvor.





Historien om G-nøklene

Det henger alltid en G-nøkkel av sølv i et kjede rundt halsen til Bente Almås. Og en større variant, av messing, er godt synlig på nøkkelknippet hennes. Historien om de to G-nøklene rommer i et nøtteskall mye av kjernen i prosjektet Musikk i fengsel, som hun har stått i spissen for siden oppstarten i 2011.

Her forteller Bente selv historien om hvorfor hun har et så spesielt forhold til de to G-nøklene – og hva de betyr for den innsatsen hun legger ned i prosjektet:

– Dette skjedde tidlig i prosjektets historie, før vi hadde satt i gang med workshopen. På denne tiden holdt en til to studenter hver måned lunsjkonsserter for de innsatte på Ila. Der spilte de i en ganske liten kantine, og ikke alle innsatte var like begeistret for det de hørte. Ved det bakerste bordet i kantina satt det alltid en innsatt som hadde en idé om at den musikken vi kom med, var helt pyton. Han viste det tydelig med kroppsspråket sitt, og sa: «Bente, du vet at jeg er sterkt imot disse konsertene. De burde aldri ha vært holdt. Når jeg kommer likevel, er grunnen at jeg ikke har noe valg hvis jeg skal få spist. Men de andre konsertene dere holder her, vil jeg aldri komme på. Aldri. For det kan jeg bestemme selv.»

Det hele toppet seg da han under en av lunsjkonsertene reiste seg, marsjerte rett forbi meg og ut i luftegården, mens han sa

høyt: «Fy faen, dette er det jævligste jeg noen gang har hørt.»

Da var det ikke fritt for at jeg tenkte: Er denne episoden nok til å sette punktum for disse lunsjkonsertene? Men vi fikk komme tilbake til Ila og kantinen. Og da vi skulle holde konsert der igjen, skjedde noe spesielt:

Han som hadde skjelt oss ut, hadde nå laget to G-nøkler i messing. Den ene var til meg, den andre var til musikeren som skulle spille på denne konserten. Disse G-nøklene

ville han gjerne gi oss i gave. Men han turte ikke å overlevere dem selv. Så en av betjentene kom bort til meg og sa: «Her får du en presang fra han som skjelte dere ut forrige gang.»

Jeg ble ganske satt ut av den opplevelsen. Og det la en av de andre fengselsbetjentene merke til. Så hun kom bort til meg og sa: «Du skjønner det, Bente, han har samvittighet, den

gutten der, også.»

Saken var at denne gutten gikk i lære på fengselsverkstedet, som smed. Det var der han hadde fått smidd G-nøklene! Så neste gang jeg var på Ila, oppsøkte jeg han



Han turte ikke å overlevere dem selv. Så en av betjentene kom bort til meg og sa: «Her får du en presang fra han som skjelte dere ut forrige gang.»

og takket for den fine gaven. Heller ikke da unnlot han å si høyt og tydelig fra hva han mente om musikken vår og at lunsj-konsertene måtte opphøre. Men samtidig inviterte han meg inn på verkstedet for å se på noen av de smykkene han hadde laget. Da kunne jeg ikke dy meg:

«Tenk om du kunne lage en slik G-nøkkel som jeg fikk av deg tidligere, men i sølv, til å henge rundt halsen. Kan jeg bestille det av deg? Det hadde vært utrolig fint.»

Han svarte ikke noe mer på det. Men da vi kom tilbake i desember for å holde julekonsert, kom han bort til meg med en G-nøkkel i sølv og ga meg den uten å si stort annet enn værsgod. Jeg ble temmelig paff og utbrøt noe i retning av: «Men i alle dager, har du virkelig laget den? Og han svarte: «Ja, for du ønsket deg jo denne ...»

Men hvor hadde han fått tak i sølvet? Jo, det hadde to betjenter hjulpet han med. De mente at det å få muligheten til å lage en slik G-nøkkel, var en viktig del av hans rehabiliteringsprosess. Og da var det greit at han også fikk det sølvet som trengtes.

I ettertid mener enkelte ansatte på Ila at jeg er den eneste som har fått noe sånt fra en innsatt. Og for meg er det jo litt underlig at nettopp han som hadde skaffet seg dette imaget; at alt det mine studenter og jeg står for er noe dritt, nettopp den karen er selve Minneboka mi med stor M fra dette prosjektet.

Jeg tror også han som ga meg disse gavene, kommer til å huske det som skjedde med G-nøkklene, med studentene fra Norges musikkhøgskole og meg som et aldri så lite vendepunkt i sin tilværelse. Selv om han ikke akkurat digget musikken vår. Og slike gylne øyeblikk; av mestring, av omsorg og det å utgjøre en forskjell for de innsatte, er

mye av kjernen i det vi ønsker å oppnå med dette prosjektet. Klarer vi det, og klarer vi å håndtere hvilket dilemma det er for oss som kommer utenfra å vite at vi også møter personer som er dømt for svært alvorlige forbrytelser; da har vi brukt musikken til noe vi kan være stolte av.

Sier Bente Almås – og klemmer litt på den håndsmidde G-nøkkelen av sølv som hun alltid har hengende rundt halsen.

Om forfatterne

Førstelektor Bente Almås har utviklet prosjektet Musikk i fengsel ved Norges musikkhøgskole.

Almås har gjennom en årrekke vært sentral innen norsk musikkliv som musikkarbeider og organisasjonsmenneske. Hun startet sin karriere som trombonist og musikkpedagog før hun utdannet seg til musikkterapeut og ble en av de første i Norge som utviklet et musikkterapeutilbud for hørselshemmede. Senere har hun jobbet som distriktsmusiker og musikkterapeut i Øst-Finnmark.

Bente var leder i Norsk forening for musikkterapi, NFMT, i 1980-årene og i denne perioden bidro hun til at NFMT ble medlem av det som nå heter Norsk musikkråd og også til at musikkterapeutene fikk sin egen seksjon i fagforeningen som nå heter Creo. Hun har hatt sentrale roller i deler av Norsk musikkråd og gjennom det har hun blant annet vært med å utvikle prosjektet *Aktiv musikk for alle*, en kursrekke som hadde som mål å inkludere alle mennesker til å delta aktivt i musikklivet.

Almås var også et meget aktivt medlem i utvalget som planla «Gloppenprosjektet», et på den tiden nyskapende prosjekt. To musikkterapeuter ble tilsatt i kombinerte stillinger i Gloppen kommune, og der kulturarbeiderrollen var en del av stillingene. Hun var leder for dette prosjektet de første årene og i ettertid kan vi kanskje se prosjektet som samfunns-musikkterapiens spede begynnelse i Norge.

Bente Almås har siden 90-årene arbeidet i full stilling på Norges musikkhøgskole. Her har hun hatt en sentral rolle i utviklingen av videreutdanningen Musikk og helse og mastergradsstudiet i musikkterapi. Hun underviser og veileder også studenter innen ulike studieretninger.

De siste 20 årene har Bente også hatt en sentral rolle i Oslo Jazzfestival. Her har hun blant annet fått i gang et samarbeid med tre fengsler i og rundt Oslo, der det hvert år i festivaluken arrangeres «luftgårdsfestival».

Johnny Gimmestad har jobbet i vel 40 år som journalist, reportasjeleder og redaktør. Han er utdannet statsviter, supplert med studier i økologi og kunsthistorie og var ansatt i Aftenpostens redaksjon i perioden 1995-2015. Siden har han arbeidet som frilans skribent, oversetter og med research.

Som jazzentusiast og frivillig medarbeider i Oslo jazzfestival, har Johnny vært «kollega» av Bente i en årrekke. Og med engasjert interesse for prosjektet Musikk i fengsel, sa han ja takk til et samarbeid med henne om å skrive denne boka.



Dette gir meg håp
og noe å leve for.

Bente Almås har siden 2011 utviklet prosjektet Musikk i fengsel, der studenter fra Norges musikkhøgskole deltar med ulike konserter og workshoper.

Denne boka gir leseren noen fortellinger fra dette unike musikkprosjektet, med stemmer fra ledere, fra innsatte og fra studenter som gjennom årene har deltatt. Boka handler mest om workshopene i Ila fengsel og forvaringsanstalt.

Senter for forskning i musikk og helse (CREMAH) utgir antologier i en vitenskapelig skriftserie, men også frittstående utgivelser som denne boken. Publikasjoner fra CREMAH er ledd i senterets målsetning om å utvikle og formidle ny kunnskap, forståelse, evidens og kritisk refleksjon om musikk som helseressurs for mennesker og samfunn.

ISBN 978-82-7853-274-4



9 788278 532744 >