

# Når verden styrter i grus

Hvordan kommer man videre, når alting ændrer sig? Når man har set ting, man ikke kan glemme? Eller når man har gjort ting, som man ikke kan tilgive sig selv? Henrik Krogh er taget til New York for at tale med de brandmænd, der deltog i redningsaktionen og oprydningsarbejdet under og efter terrorangrebet på World Trade Center den 11. september 2001.

Foto og tekst af Ida Wang

*"We'll definitely work something out - don't you worry about that!". Den tidligere Fire Fighter fra New York, Louie Cacchioli, sætter os i stævne ved The New York Fire Museum i Soho en regnvåd eftermiddag i april. Henrik Krogh er glad og forventningsfuld, da han lægger røret. "Han er en god fyr, ham her, det kan man tydeligt høre".*

Henrik er taget til New York for at lave research til arbejdet med de danske soldater fra krigen i Afganistan og til sin næste bog. Han har bedt mig tage med som fotograf og skribent, og sådan et jobtilbud skal man ikke have to gange, så her er vi i Soho på vej hen for at tale med én af de brandmænd, som spillede en central rolle under terrorangrebet på World Trade Center den 11. september 2001 og ikke mindst bagefter i forbindelse med oprydningen. Louie møder os bogstaveligt talt med åbne arme: "I've been looking forward to seeing you!", siger han med det samme og giver os begge et rigtigt mandfolkekram. Han viser os først rundt på museet, og af én eller anden grund føles det mest naturligt at holde mødet på en gammel brandbil midt i museet omgivet af uddateret udstyr og en minde-tavle fra 9/11. "Sorry we had to meet at a place like this", siger Louie, og slår ud ned armene. Henrik og jeg kigger på hinanden og kan ikke forestille os et bedre sted at mødes: "This is just the right place", forsikrer Henrik.

**"9/11 was my last day as a fire fighter - I never worked again!"**

Louie lægger armene over kors, læner sig frem og spærrer øjnene op: "Tell me again, Henrik: What is it that you do in Denmark and how can I help you my friend?". Henrik fortæller om sit arbejde med at hjælpe de danske soldater til at skifte imellem, det som kaldes "battle mind" og "home mind", og at han gerne vil høre, hvordan det har været for Louie og hans kolleger i de ti år, der er gået efter 9/11 - hvilke eftervirkninger, de har oplevet, og hvordan de har tacklet dem. Måske soldaterne i Danmark kan få glæde af de erfaringer, Louie og hans kolleger har gjort de sidste ti år. Louie bliver alvorlig og fortæller, at han ikke har arbejdet professionelt som brandmand siden terrorangrebet: "9/11 was my last day as a fire fighter - I never worked again!", siger han og skærer ordenen ud i luften med sine

hænder ligesom for at sikre sig, at vi forstår hvor skelsættende, den dag var for ham.

## Louie Cacchioli


Inden "that day" arbejdede den 61-årige italiener i 20 år som brandmand på Engine 47 i Harlem, som er én af New Yorks travleste brandstationer, og der er ingen tvivl om, at han har oplevet lidt af hvert. Som han siger med et bredt smil: "I can't blame everything on 9/11 - I was fucked up before". Men Louie Cacchioli er én af de brandmænd, man husker, og som altid har gjort en ekstra indsats – ikke kun i forbindelse med 9/11. I 1999 fik han tildelt prisen: "Outstanding Performance Award" af bystyret i Harlem, og i 1996 modtog han en udmærkelse for "conspicuous service and excellent performance of duty during department operations" i forbindelse med slukningen af omfattende hotelbrand i New York. Igennem de seneste 10 år har han ledet en selvhjælpsgruppe med politi- og brandfolk, som deltog i redningsarbejdet ved World Trade Center, og han laver desuden oplysningsarbejde om 9/11.

## "That day"

Den 11. september redder han over 40 mennesker ud fra 23. sal i nordtårnet, inden det styrter sammen over ham. Han bliver selv fanget i en elevatorskakt på vej ud: "I tell you - I thought: This is it...", næsten hvisker han og fortæller, hvordan han får kæmpet sig fri og smider sin tunge ildtflaske for at blive lettere og komme langt nok væk fra den sammenstyrtende bygning.

Da han kommer ud af bygningen, bliver han indhyllet i en sort støvsøky og nogen råber "Pas på! Bygningen styrter sammen!". Han kan ikke se en hånd for sig, så han falder ned på knæ og er sikker på, at han skal dø. Han kravler rundt for at komme væk og mirakuløst finder han en iltmaske. Herefter bliver han begravet under murbrokkerne. Men Louie er heldig. Der går kun ca. 5 min. fra han forsvinder mellem resterne af World Trade Center, til han bliver fundet af sine kolleger og indlagt på hospitalet. Lægerne har efterfølgende fortalt ham, at var der gået bare 15 sek. mere, havde han ikke overlevet.

Så snart han er udskrevet fra hospitalet, kører han direkte ned til Ground Zero for at hjælpe med oprydningsarbejdet. I månederne efter arbejder han uafbrudt med at rydde op efter katastrofen. Hans lunger og det venstre øje er ødelagt, så han kan ikke længere arbejde som brandmand. Som han siger: "That day I lost my best friends, I lost my job and I lost my health".



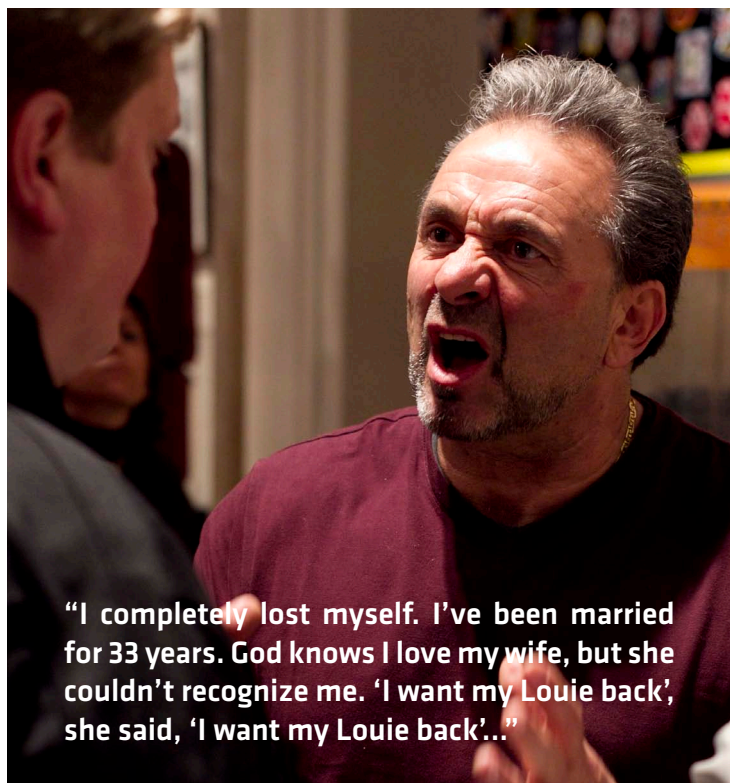
**“That day I lost  
my best friends,  
I lost my job and  
I lost my health”.**

*Louie Cacchioli*

Louie Cacchioli er 61 år og har arbejdet som brandmand i New York siden 1982. Hans lunger og syn blev ødelagt under redningsaktionen den 11. september 2001, og han har ikke arbejdet som brandmand siden terrorangrebet. Louie leder en støttegruppe for brandfolk, der deltog i redningsarbejdet, han laver oplysningsarbejde om 9/11, arrangerer guidede ture på Ground Zero og er aktiv i World Fire Games.



Dopamin er hjernens belønningsstof og kroppens egen kokain - bare stærkere - og ligeså vanedannende. Det har også nogenlunde samme effekt; man bliver glad, opstemt og energifyldt, og man føler, at man kan klare det hele. Man får kort sagt et "sus", eller det amerikanerne kalder et "rush".



"I completely lost myself. I've been married for 33 years. God knows I love my wife, but she couldn't recognize me. 'I want my Louie back', she said, 'I want my Louie back'..."

### Eftervirkningerne

Da Henrik spørger ham, hvordan han har haft det efterfølgende, bliver han stille og kigger rundt i lokalet, som om han vil fortælle en hemmelighed: "I got PTSD (Post Traumatic Stress Disorder), I completely lost myself. I've been married for 33 years. God knows I love my wife, but she couldn't recognize me. 'I want my Louie back', she said, 'I want my Louie back...'. But I didn't want to live - I wanted to kill myself, Henrik - and I didn't know what to do", og han fortæller, hvordan han havde svært ved at være sammen med sin familie, var fraværende og opfarende. Om datterens spiseforstyrrelse, de tilbagevendende mareridt og den manglende lyst til livet. Det er næsten, som om de to mænd har kendt hinanden længe, og Henrik sidder stille og lytter opmærksomt på brandbilen. "But, Henrik the worst thing was that I lost my faith. It broke my fathers heart..."

Louie fortæller, hvordan han kom til New York som 10-årig som søn af meget katolske forældre, hvordan de kæmpede med at få tilværelsen til at hænge sammen som indvandrere, og hvordan hans tro altid har betydet meget for ham. Da han ser sin far første gang nogle uger efter ulykken, omfavner hans far ham og med tårer i øjnene, kigger faren op i luften og takker sin Gud, fordi han reddede hans søn. "But I didn't understand how there could be a God, when something like this could happen - and I told him... and it literary broke his heart", fortæller Louie og slår sig på brystet.

Hans tro begynder først langsomt at vende tilbage flere år efter, da en af de andre brandfolk i selvhjælpsgruppen siger til ham, at hvis der ikke havde været en Gud, var mange flere blevet dræbt den dag. Var ulykken sket bare en time senere, havde der været over 30.000 flere mennesker i bygningen...

### Jagten på hjælp

I årene efter terrorangrebet gjorde Louie mange forsøg på at finde hjælp. Han talte bl.a. med flere læger og psykologer, men som han siger: "I just couldn't connect with them, you know?". Og dét ved Henrik. Gennem sin årelange erfaring med at arbejde med stress og trivsel, ved han alt om, hvor svært det kan være at finde frem til lige netop den person, der kan hjælpe én. Det kræver altid en erfaren, stærk og handlekraftig rådgiver at hjælpe ildsjæle som Louie, og de hænger ikke på træerne. Endelig lykkedes det Louie at finde en psykiater, som han følte forstod ham og kunne hjælpe ham videre: "When I first came in, he said: 'I know exactly how you are feeling' - and he did! From that day everything changed and I slowly got my life back. I owe my life to counseling".

I en machokultur som den, der hersker mellem de amerikanske brandmænd, er det nye toner at tale åbent om, at man har brug for hjælp og rådgivning. Inden den 11. september 2001 havde New York Fire Department 13 psykologer ansat til mere end 10.700 brandmænd samt 2.700 ambulancefolk. I dag er tallet steget til 150 - og de har alle travlt.



## En ny vinkel

Da Louie er færdig med at fortælle sin historie, kigger Henrik på ham og siger: "Your story makes a lot of sense to me and the way I work... Do you know what happens in your brain, when you are going through what you've just described to me?". "No, please tell me", siger Louie og læner sig opmærksomt og en lille smule skeptisk frem. Henrik begynder at fortælle, hvordan hjernens belønningssystem - *Dopaminsystemet* - fungerer og påvirker os.

Dopamin er kroppens egen kokain - bare stærkere - og ligeså vanedannende. Det har også nogenlunde samme effekt; man bliver glad, opstemt og energifyldt, og man føler, at man kan klare det hele. Man får kort sagt et "sus", eller det amerikanerne kalder et "rush". Vi producerer bl.a. dopamin i hjernen, når vi lykkes med noget, vi har arbejdet hårdt for, når vi får anderkendelse, eller hvis der har været spænding om udfaldet, og vi klarer det. Hjernen fungerer sådan, at jo mere spænding, der er om udfaldet, jo mere adrenalin producerer vi. Jo mere adrenalin, vi producerer, jo større vil dopa-minuset blive efterfølgende, hvis det lykkes, og tingene falder på plads.

Adrenalin og dopamin hjælper os med at præstere, og dopamin er stoffet bag passion og engagement og er på den måde et positivt stof, så længe vi ikke producerer for meget af det eller er afhængige af at hele tiden at producere en meget stor mængde af det. Har man fx været i livsfare og set døden i øjnene - men overlever,

som Louie har gjort det, så producerer hjernen enorme mængder af dopamin, og er man ikke opmærksom på det, kan det få alvorlige konsekvenser. Som Henrik forklarer Louie, så har alt, hvad der har en virkning også en bivirkning, og bagsiden af dopamin er bl.a., at man ikke formår at være nærværende. Stoffet gør bl.a., at man først og fremmest tænker på sig selv og sine egne behov, og i store mængder fremmer det også aggressiv adfærd - præcis som kokain.

I Louies job som brandmand - særligt under 11. September og efterfølgende - producerede han enorme mængder af dopamin, hvilket var med til gøre, at han kunne fortsætte oprydningsarbejdet på trods af, hvad han havde været igennem, men det bevirkede også, at han blev mere fraværende, selvcentreret og opfarende. Selvom der ikke er tvivl om, at Louies deltagelse i det farlige oprydningsarbejde efterfølgende, var motiveret af et stærkt og oprigtigt ønske om at hjælpe, så var det også med til at holde hans dopaminniveau unaturligt højt og gjorde det derfor ekstra svært for ham at blive sig selv igen.

Henrik fortæller, at dopaminens hjernekemiske modsætning hedder *oxytocin*. Det er det stof, vi bl.a. producerer under berøring, eller når vi kigger vores elskede eller vores børn i øjnene. Oxytocin gør os medfølelsende og nærværende, og er derfor det dominerende stof, når det handler om at pleje menneskelige relationer.

Det er desuden sådan, at når dopaminniveauet er højt, så er oxytocinniveauet tilsvarende lavt – og omvendt. Derfor er det i følge Henrik vigtigt, at man forsøger at skabe en balance mellem de to systemer, så man undgår den onde cirkel, som Louie og andre ildsjæle med High Risk jobs let ender i.

### En brik falder på plads

Da Louie hører, hvad Henrik fortæller, bliver han helt stille et stykke tid og siger: "I didn't know that – that's very interesting, it's a hole new angle and it explains a lot, Henrik". Det er som om en brik falder på plads for ham, og han forstår, hvad han har været oppe imod i sin kamp for at blive menneske igen. "This is very useful knowledge, it would be very helpful for the men in my group". Henrik og Louie aftaler, at Henrik skal komme tilbage og mødes med nogle af brandmændene fra Louies støttegruppe.

**"This is very useful knowledge, it would be very helpful for the men in my group".**

Henrik spørger Louie, om han har lagt mærke til, hvordan brandmændene i hans støttegruppe husker begivenhederne den 11. september, om de husker dem "indefra" eller "udefra". En helt ny undersøgelse viser nemlig, at hvis man tør huske en traumatiserende oplevelse, præcis som man oplevede den – altså indefra og se den med sine egne øjne, så har man større sandsynlighed for at komme over den, end hvis man ser sig selv og det, der skete, udefra. "Interesting – I haven't noticed, I'll have to look into that, Henrik, I'll definitely have to look into that!".

Der er ingen tvivl om, at de to mænd kan få stor glæde af hinandens viden og erfaring, og at vigtige frø er sået til et fremtidigt samarbejde. Inden vi går, prikker Louie Henrik på skulderen: "Hey Henrik, is it a normal reaction to loose your faith like I did?". Henrik svarer, at han mener, at det kan hænge sammen med et for lavt oxytocinniveau i hjernen og derfor er helt normalt, når man har været igennem de ting, Louie har. Oxytocin er det stof, der forbinder mennesker til hinanden og må derfor også spille en central rolle i forhold til at have en evne til at kunne forbinde sig til sin Gud, hvis man tror på én, mener Henrik: "But I'll have to look into that, Louie, I'll definitely have to look into that!". Louie smiler lettet, og efter en hjertelig afsked er vi igen tilbage i regnvejret i Soho, glade og dopaminberusede over et inspirerende møde midt i New York.

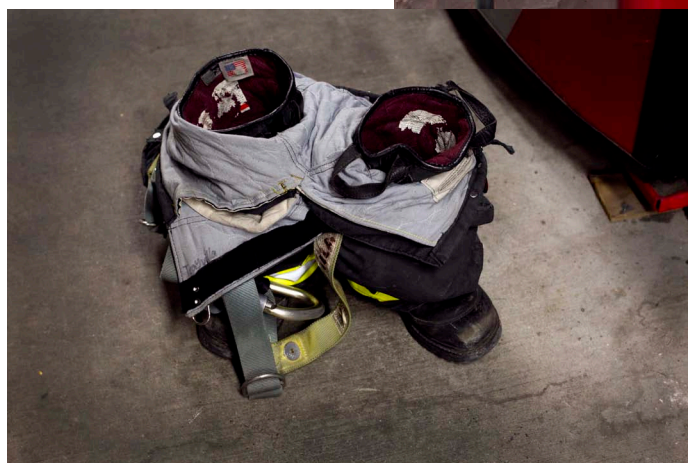
*Hvis du synes, at Henriks arbejde er interessant, eller hvis du har lyst til at høre mere om emnet og få den nyeste viden, så tilmeld dig nyhedsbrevet på [highriskclub.com](http://highriskclub.com). I de kommende måneder tager Henrik flere gange til New York for at arbejde videre med brandmændene fra New York Fire Department og for at få mere inspiration til sit arbejde med soldaterne fra krigen i Afghanistan.*

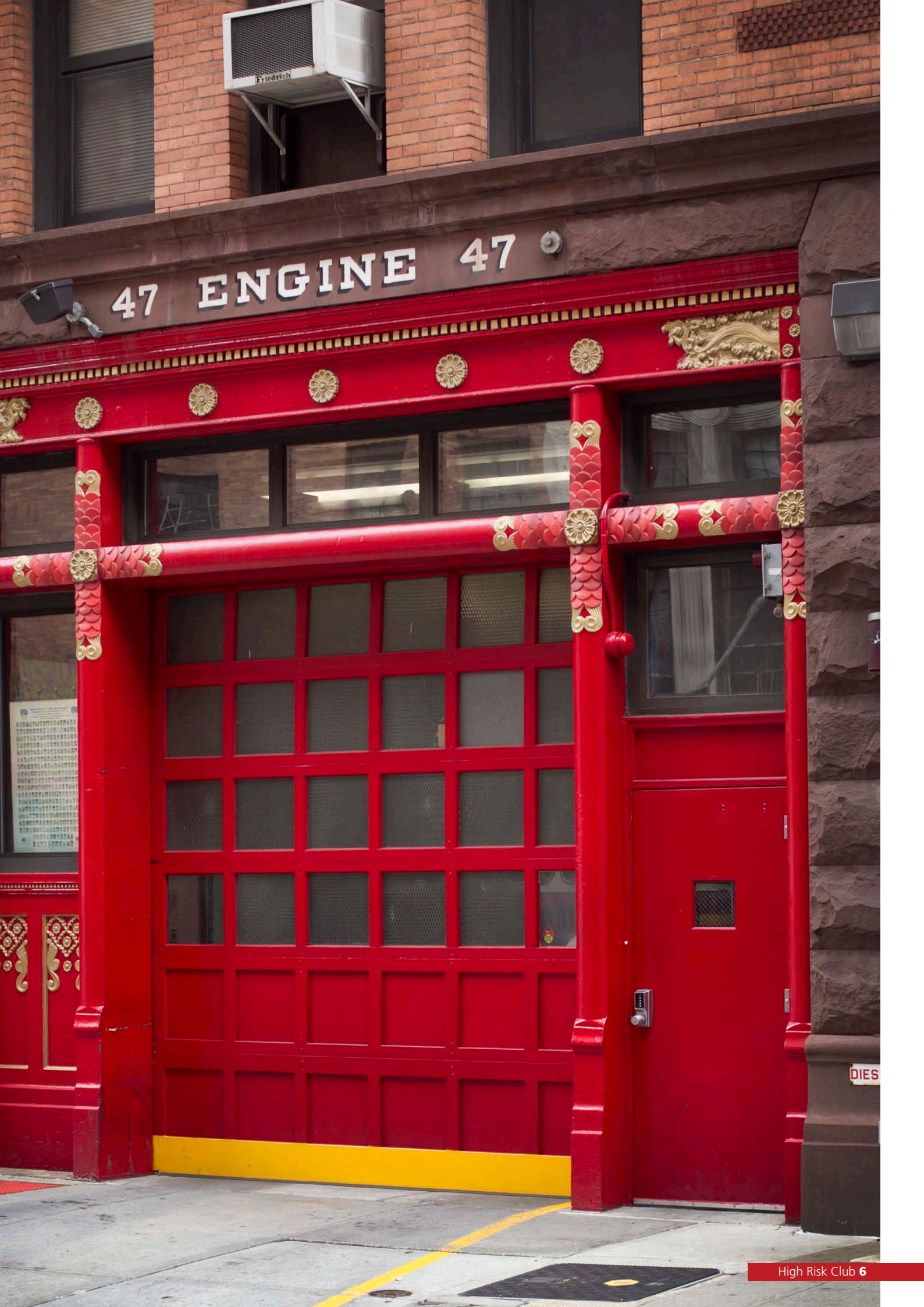


Udrykning fra Engine 47.



Henrik kigger på billederne af de 343 brandfolk, der mistede livet den 11. september 2001.





47 ENGINE 47

DIES