

KVELDSTANKER til 26.juni

NÅR GAMLE FORELDRE DØR

”Foreldre som viser åpenhet overfor sine barn, gir dem en stor gave,” (Steinar Ekvik).

”Den undervurderte sorgen” heter ei bok av Steinar Ekvik. Den handler om når gamle foreldre dør. Det er mange typer sorg som er undervurdert. Og det er mange som føler at akkurat DERES sorg ikke har plass og rom i det pulserende liv, hvor såkalt ”vellykkethet” er et mål for mange. Og i det ”perfekte liv”, eller det ”gode liv”, er det selvfølgelig ikke rom for sorg og sår. Og skulle det trenge seg inn en sorg, bør den gjøres unna på rekordtid og føles så lite som mulig, for å sette det på spissen.

Men altså, i kveld vil jeg i noen minutter stanse litt ved Ekviks tanker. Hans ønske er å ”øke forståelsen for hvilke reaksjoner tapet av foreldre kan fremkalle hos den sørgende, og hvilke følelsesmessige omstillinger dette er for svært mange i voksenalder”. Steinar Ekvik har lang erfaring som menighets- og sykehusprest, og har skrevet flere bøker om temaet sorg. Han sier bl.a. om tap av foreldre: ”Hvis et dødsfall faller sammen med at du skal gifte deg, venter barn, skal skifte jobb, står midt i en flytting, har egne barn som står i en annen krise eller du opplever flere dødsfall på kort tid, vil det selvsagt spille inn og prege reaksjonen.” - -

”Mange får større raushet og forståelse overfor sine foreldre når de vet mer om bakgrunnen og årsakene til at det ble som det ble. Mye irritasjon og frustrasjon har blitt byttet ut med respekt, tålmodighet og overbærenhet, da barna forsto hvorfor foreldrene tenkte og handlet som de gjorde. Foreldre som viser åpenhet overfor sine barn, gir dem en stor gave. - - Samtidig er ikke all åpenhet av det gode. - - Den gode åpenheten er den som gir barna hjelp til å se sammenhenger i det som berører deres eget liv.”

Ekvik nevner også at en GOD relasjon skal preges både av en riktig nærhet og en riktig avstand. Og han berører at noen er ”nødt til å ha stor avstand når anstrengte relasjoner tilsier det”. Ja, så lenge vi lever her på jorda, er det dessverre slik at ikke alt er fullkomment, verken mellom oss medvandrere, eller inne i den enkelte av oss. Noen ganger er det avstand, eller også null kontakt, som viser seg å bli eneste løsning.

Ekvik nevner at det å samles ved et dødsleie, kan sette søskenforhold og annet på prøve, og han anbefaler at ”fredsflagget” heises akkurat i denne situasjonen. Ekvik skriver også om de rent fysiske reaksjonene i sorg. ”Man fryser, får klamme hender, kjenner seg uvel, tom og kraftløs, mister matlysten eller får urolig mage.” Andre viktige kapitler omhandler ”Den viktige uken” og ”Veien videre”.

Med ønske om ei god helg for den enkelte.

Helga H.