

“Med Afsked Giver vi og tager levet liv Tilbage.”

© Kirsten Børsting, nytårsartikel december 2023

”Livet ændrer sig hurtigt. Livet ændrer sig i et nu.” (Didion 2005, p. 5)

Hvad mon du senest har taget Afsked med? Ægteskab. Familie. Hjem. Bopæl. Skole. Job.
En del af din krop. Kæreste. Mor. Far. Barn. Svigerforælder. Bedsteforælder. Søster. Bror. Ven.

At tage Afsked handler ikke kun om det stivnede i døden. Det handler også om at Give og tage levet liv Tilbage. Give plads og rum til levet liv vi er blevet Givet af Det eller Den, vi tager Afsked med.

18 år gammel fik jeg min første kæreste. Han var 8 år ældre end mig. Jeg husker ikke præcis hvor mange år, vi var kærester. Jeg har oplevelsen af, at det var mange år. Gode år. Med aldersforskellen vidste jeg, at jeg skulle prøve flere forhold. Dagen kom, hvor jeg gik, og vi tog Afsked. Det var i 1990. Jeg har aldrig været i tvivl om, hvad vores relation har betydet gensidigt.

I mit indre relationelle landskab har jeg igennem årene ind imellem besøgt ham. Igennem tiden har Muligheden eksisteret - at jeg kunne tage kontakt og sige: “Hey - skal vi drikke en kop kaffe?” At vide denne fysiske Mulighed er i live - som et indre forestillingsbillede i bevægelse. Et fremtidsbillede på noget muligt.

Det indre forestillingsbillede i bevægelse - et fremtidsbillede på noget muligt, tager jeg nu Afsked med. I 2023 fik jeg en besked fra ham: “Jeg er blevet alvorlig syg. Hvis du har lyst til at snakke...?” Jeg svarede: “Jo det vil jeg gerne.” I går kørte jeg langt ud i skoven og besøgte ham. Taknemmelig for invitationen til igen at tage Afsked. At han med sin invitation forebyggede, at Afskeden skulle komme uventet til mig. Uventet Afsked i form af, at jeg uden invitation selv ville skulle erfare, at han fysisk var væk.

Vi talte lidt om døden og at skulle her fra. Og jeg kom til at tænke på: “At tage Afsked er at Give og tage Tilbage.” Tage Tilbage i tid. Erindre og Mindes. Tage Tilbage hvad relationen har givet af gaver i fysisk og relationel forstand. Berøre, hvad relationen Bevæger. Aktiv Afsked med gensidighed.

Imens vi talte sammen, sagde jeg: “Måske vi tilskriver meget af vores mening med livet fremtiden...?” Han svarede: “Ja.” Med Ja-resonansen eksisterer, at døden på vej kan gøre os nutidsorienteret. Fremtidsorienteringen kortsigtes, når jeg konkret ved, at nu er jeg i gang med at dø. Eksistentielt kan vi være flydende med tid. At leve flydende med tid er dog ikke en selvfølge. Eksistentielt flydende tidsfornemmelser kan stivne i mødet med Modgange som traumatiserer din krop. Vi kan ikke fjerne Modgangene. Men vi kan skabe bevægelse i traume-effekterne i din krop ved hjælp af fysisk berøring. Og du kan igen eksistentielt være flydende tilstede i og med tid. Som at drikke en god kop kaffe i selskab med en ven.