

- De døde er en kraft der former dig resten af livet

SORG: Vi har ingen tradition for at dyrke de døde, men det burde vi have. Sådan lyder det i Esben Kjær's bog »Min usynlige søn«, hvor han med udgangspunkt i sit eget tab har undersøgt, hvordan vi lever bedst med vores døde - og hvad vi kan bruge sorgen til.

Tekst: Bine Madsen
Foto: Carsten Lauridsen

Der bor fem mennesker i vil-lalejligheden på Frederiksberg. Fire levende og en død. To voksne og tre sønner. Det er den mellemste, Sebastian, man ser som noget af det første, når man træder indenfor hos familien. Hans blik møder en fra billedet på væggen i den smalle gang, og på hylden under billedet står tre af hans legetøjsbiler, nogle friske roser, et par fyrfadslys, en bog og andre ting, der symboliserer kærligheden til den syv-årige dreng, der døde i forsommeren for fire år siden efter at være blevet ramt af en aggressiv, uhelbredelig kræftsygdom i venstre lungehinde.

Når lillebror Jonathan kommer hjem om eftermiddagen, viser han som det mest naturlige Sebastian de ting, han har lavet henne i børnehaven, og den savnede og elskede bror og søn optræder ubesværet i mange af familiens samtaler. Han er i høj grad en levende kraft i huset.

Sådan er det til gengæld ikke uden for familien. Her er det, som om Sebastian forsvandt den dag, hans kiste blev lagt i jorden, og familien stod alene med en overvældende, ja, ubærlig sorg, som det - set med omverde-

nens øjne - handlede om at komme igennem og over og væk fra og hen til det punkt, hvor livet kunne fortsætte som før. Men den opfattelse er ikke bare fejlagtig, den er potentielt også ødelæggende, viser den nyeste forskning, og det er blandt andet

Det første, man møder, når man kommer ind i huset, hvor Esben Kjær bor, er det lille husalter med billedet af Sebastian og en række ting, der minder og trøster. På billedet er Sebastian syv år. I dag ville han være 11 år.



Vi lever i et samfund, der fornægter livets ubehageligheder - heriblandt det faktum, at vi alle skal dø, men livet er ikke smertefrit, og man går glip af noget vigtig læring, hvis man insisterer på det modsatte, mener Esben Kjær, der mistede sin søn for fire år siden.

» I dag er der ingen strukturer, der griber en, når man bliver ramt af sorg. Der er ingen ritualer og intet kodeks for, hvad man stiller op, når nogen dør, hvilket er vanvittigt i betragtning af, at det er noget, vi alle skal igennem.

derfor, Sebastians far, Esben Kjær, har skrevet bogen »Min usynlige søn«. Bogen er en personlig fortælling om hans egen rejse gennem de sidste fire år, men den er også og ikke mindst et vel-researchet opgør med vores traditionelle opfattelse af sorg og død.

- Idager er der ingen strukturer, der griber en, når man bliver ramt af sorg. Der er ingen ritualer og intet kodeks for, hvad man stiller op, når nogen dør, hvilket er vanvittigt i betragtning af, at det er noget, vi alle skal igennem. Som jeg plejer at sige: Al kærlighed ender med, at nogen dør, siger Esben Kjær.

Livets ubehageligheder

Hidtil har vi opfattet sorg som en sygdom, der skulle kureres. Holdningen har været, at det jo sådan set er fair nok, at du bliver slået ud af kurs, fordi du har mistet en elsket, men på et eller andet tidspunkt skal du videre. For livet går jo videre, uanset om vi vil det eller ej. Men sorg er ikke en sygdom, og livet går ikke uforandret videre, pointerer forfatteren med forskningen i ryggen. Sorgen er et livsvilkår, og det er en voldsom kraft, der kommer til at ændre dig - uanset om du vil det eller ej.

- Jeg ser sorg som en trans-