Ranheim, Unni:

Du kommer ikke over det – men du kommer gjennom det: en bok om Sorgtjenesten i Fransiskushjelpen.

Tolvsrød: Uranus forlag, 2009 - 160 s.
ISBN 9788299550888

Bokanmeldelse v/Kari Wille Rekdal

Fransiskushjelpen i Oslo har eksistert siden 1956, og verdigrunnlaget for arbeidet deres er nestekjærlighet i Frans av Asissis ånd: *Hjelpe, lindre og være til stede*. Sorgtjenesten startet i 1986, opprinnelig som et tilbud hvor man kom hjem til de sørgende for individuelle samtaler der. Men man fant raskt ut at pårørende hadde behov for å møte andre som hadde opplevd det samme som dem. Som en følge av denne erkjennelsen ble sorggrupper opprettet som tilbud til de sørgende, og frivillige ble rekruttert som gruppeledere nesten fra første stund.

Når det nå er skrevet en bok om sorgtjenesten i Fransiskushjelpen, er det en mer enn tjuenårig virksomhet som beskrives. Mange har fått hjelp gjennom denne tjenesten, ikke minst har etterlatte ved selvmord hatt stor nytte av sorgtjenestens arbeid.

Boka beskriver sorg og sorgtjenesten fra ulike sider. Den inneholder beretninger om menneskers tap, om hvordan etterlatte har opplevd det å gå i sorggruppe i Fransiskushjelpen. Det stilles ingen krav om trostilørighet for å delta i sorggrupper eller som frivillig. For de sørgende handler det om å finne et sted der sorgen kan få rom, der man kan få snakke og snakke, eller bare lytte, og

hvor ingen reaksjoner er "rare" eller "unormale". Mange legger også vekt på samhold og finner nye sosiale treffsteder. Noen går videre fra gruppedeltaker til å bli frivillig gruppeleder. For de frivillige handler det om å være medmenneske og om å våge å utsette seg for andres lidelse. Vi får beskrivelse av veiledning for de frivillige gruppelederne og av betydningen av sosialt samvær. I boka er det også gjengitt samtaler med fagfolk om sorg og sorgbearbeiding, og det er beskrevet hvordan dette arbeidet skjer i Fransiskushjelpen.

Teksten i boka veksler mellom sørgendes egne beretninger, frivilliges historier om hvordan arbeidet som frivillig er, fagfolks beskrivelser av sorg og sorgbearbeiding fra en faglig synsvinkel, og innimellom kommer det noen dikt. En slik oppdeling som veksler mellom ulike synsvinkler på samme tema, er med på å levendegjøre temaet og gjør boka mer tilgjengelig. Sorg og tap åpner for gripende historier og sterke følelser, og denne vekslingen fungerer derfor fint ved at leseren ikke overveldes.

Man kan spørre: Hvorfor skal sørgende egentlig gå i sorggruppe, er ikke det bare å bli sittende fast i sorgen å dvele sånn ved den sammen med andre i samme situasjon? I bokas forord trekker Erling Lae frem noen ord av presten Per Arne Dahl: "Det vi får bevisstgjort, kan vi ofte gjøre noe med. Men det vi ikke får bevisstgjort, gjør alltid noe med oss. Det som forties og fortregnes, kan vanskelig helbredes." Det handler altså ikke om å dyrke sorgen og begrave seg i den, men tvert imot om bevisstgjøring og bearbeiding av sorgen og tapet.

Forfatteren formidler et klart bilde av hva det innebærer å hjelpe sørgende, og alt det de som er frivillige føler at de får igjen for arbeidet. Det handler ikke om å ta vekk smerten, men å bidra til at den som sørger, kan tåle den litt bedre. I motsetning til behandling, som er basert på forskning, er likemannsarbeid basert på personlig erfaring og kunnskap. Mange opplever at omgivelsene en tid etter dødsfallet ikke lenger ønsker å snakke om sorgen eller den døde. I en sorggruppe

åpnes det for å dvele ved sorgen og dele den med andre, for her er det tid og rom for det. Sorgen blir normalisert.

Blant historiene til etterlatte som er gjengitt i boka, møter leseren alle typer tap. Sorg rammer oss alle i løpet av livet, fordi alt liv en gang skal ta slutt. Det er smertefullt å lese om de brutale og altfor tidlige dødsfallene som vi får høre om fra foreldre som overlevde tsunamien i Asia romjulen 2004, men som mistet et barn, og fra foreldre som har mistet barn i selvmord. *Etterpå* er et sentralt begrep, kanskje også et mentalt sted, som går igjen i mange av beretningene. Målet med sorggruppearbeidet er å nå frem til dette *etterpå*. Mange snakker også om *fortellingen* som forandrer seg, det vil si den enkeltes fortelling om tapsopplevelsen og sorgen, og denne forandringen i fortellingen gjenspeiler den endringen som den sørgende gjennomgår i løpet av tiden i en sorggruppe.

Et annet sentralt begrep i teksten er *håp* – det lyser frem i fortellingene fra alle de som har fått hjelp, som oppdager at det faktisk finnes en vei videre, selv om man i utgangspunktet ikke vil tro det. Sorgen blir aldri borte, men det går an å leve videre med den; dette vesentlige poenget er fint illustrert i bokas tittel.

Et par små minus må påpekes. Kapitlene som beskriver samværet mellom de frivillige helperne, er noe overfladisk og klisjeene florerer. Dette burde vært luket ut. Når det gjelder illustrasjonene til Egil Nyhus, er de både sjarmerende og søte, men passer ikke i en bok som dette.

Men ser man bort fra disse innvendingene, er boka om Fransiskushjelpens sorgtjeneste en bok som svært mange vil kunne ha glede av, enten de i øyeblikket er i en situasjon i livet hvor de har behov for sorgtjenestens tilbud eller ikke.

Kari Wille Rekdal er jurist og filolog, og tidligere sentralstyremedlem i Landsforeningen for etterlatte ved selvmord (LEVE).