

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

Hei og velkommen til podcasten Ta Kommandoen.

Jeg heter Geir Aker og mange kjenner meg sikkert som Fendriken i kompagnileveristen på TV2.

Så lenge jeg har vært i jobb, så har jeg jobbet med mennesker og vært veldig desiseret i å få mennesker til å fungere bra, både som individ og sammen i gruppe.

Jeg jobber med ungdom som sliter, med voksne som er vanskeligere og i forsvaret så jobber jeg både med ledere og soldater.

Det som er felles er at ofte så trenger de en annen form for struktur for å få tak i et overskudd i dagens inn.

Noen mangler kanskje mot å være tydelig, andre strever med å finne forutsigbarhet eller rutine i en hektisk hverdag.

Og noen sliter med å slippe kontrollen.

I denne podcasten imiterer jeg profilerer til mennesker som kjenner seg inn i noen av disse problemstillingene.

Og Jesen i dag er en kjær programleder, komiker og samfunnsdebattant Else Kost Furuseth.

I dag skal det handle om mot, og Else er faktisk en av de modigste jeg vet om.

Hun deler ofte revst fra eget liv og viser seg gjerne sårbar.

Men er det bare på jobb? Eller tørr hun å være åpen og modig på privaten også?

Velkommen skal du være, Else.

Nå har du kommet og du har fått kaffekopp, og dagen er godt i gang, og den er snart ferdig.

Kaffekopp og Red Bull er en livsfarlig mix for vanlige folk, men du tar det på strakk.

Det er farlig å få igjen med diagnosen slapt og unge helt, så det kan jo slå krøyle på seg.

Men derfor har jeg jo ærlig frykt for deg.

For i lo på jobb, jeg kom i jobb og så sa jeg, jeg skal til Lennikken, så sa de.

Nei, idiot.

Ja, det sa de.

Ja, for da sa jeg, der er podcasten heter Takkommandoen, og så vet jo de, og jeg, at hvis jeg skulle ha et podcast,

så ville det heller være, det har jeg jo, men hvis jeg skulle ha et sånn podcast, så ville det ha vært kanskje motsatt.

La Hummerdagshuset.

La Hummerdagshuset.

Ja, så jeg er jo slapp, da fett skal bli renk, sånn som deg, så er det Red Bull og kaffe.

Litt stemmelig er greit.

Så du tenker at vi er motsattninger?

Ja, det tenker jeg.

Det tenker jeg, jeg liker deg umiddelbart veldig godt.

Jeg fikk mail, ville du være på den?

Umulig å si nei.

Ja.

Umulig å si nei.

Og så tenkte noe i meg kanskje jeg blir hekt, da.

Ja.

Og bli en bedre utgaver av meg selv, for det føler jeg det er litt prosjekt.

Ja.

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

Også samtidig tenker jeg, nei, jeg er imot det.

Ja.

Og først kan alle bli bedre utgaver av seg selv.

Ja.

Og så tenkte jeg også,  
og bare modig, som jeg vet at du vil snakke om,  
det handler jo om så mye.

Ja.

Og så tenkte jeg, nå er det egentlig gajere modig.  
Så jeg fikk litt lyst til å utfordre deg tilbake, egentlig.  
Så det var mange spørsmål, da.

Så bra.

Og det gav noe litt der, for da får vi i gang en bra dialog.

Men du glede deg til å komme hit.

Jeg tror jo det er at alle skal knønnnes helt i å jobbe med å bli en bedre person av seg selv.

For det handler jo om å på et eller andet vis da,  
erkjenne at jeg er litt misfornøyd med noe.

Og hvis jeg erkjender det,  
da er jeg åpen for å ta inn noe forbedringspotensiale.

Men så er det jo greit å være tilfreds så.

Du er jo, er du tilfreds?

Nei, jo, ja, og.

Jeg er tilfreds med å være utilfreds ganske ofte.

Ja.

For det er du eller?

Ja, noen ganger, men jeg kjenner.

Skal man kjenne så mye etter?

Ja, det er god spørsmål, og det liker jeg.

Skal man kjenne så mye etter?

Og så på papiriset er jeg jo sabla-privligert på mange områder.

Jeg har mange gode venner å få møte mennesker, sånn der.

Så jeg har jo fået mye som stemmerlig i livet.

Og så er jeg jo på andre områder ganske sånn begrense.

Altså jeg lever et slags modig livet.

Ja, fordi jeg prøver å dytte grensene for meg, sånn på jobb og sånn.

Men privat så er jeg jo som en glassmannett.

Ja.

Slap, altså.

Ja.

Og det var morsomt du sa, fordi at det akkurat når du begynte å beskrive noe,  
så fikk jeg opplevelsen av at det er et skille mellom jobb og privat,  
og det er mer på jobb.

At else er modigst,

og privat så er det litt mer forsiktig.

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

Var du skjennert da du var liten?

Ja, noen ganger, men,

og jeg skulle lære meg å satt til meg, sånn, ikke tenke så mye på talefilen i en else.

Og da du vikker så liksom bekymret, sa hun,

og så hadde jeg ikke tenkt på det før hun sa det.

Nei, exakt.

Så jeg er egentlig ganske ubekymret.

Men skjennert, det var ganske litt sånn guttejent,

og jeg likte å være med gutta på kvelden,

like mørkemsel,

og ble dyppet i sølvandet,

og fikk kjørt meg litt da.

Så da var det litt sånn motsetninger,

som sikkert mange kan kjenne seg,

og det var modig på en måte da,

men også slapp.

Pappas yndlingshistorie fra konfirmasjonen min,

er at alle barna møte lekt i snøen,

og han kledde på meg i kjeldress,

det var liten,

og så satte han meg ut i snøen,

og så sto han i kjøkkvindet og så opp meg.

Og der satte du?

Ja.

Pall? Ja.

Og ingenting skjedde?

Ventetetisk.

Så du ble hent av i Indien?

Ja.

Altså motorisk inaktiv da?

Ja.

Så det eneste du åpne,

og det var litt farve i kina?

Ja, muligens.

Ja.

Og litt kalse, kanskje.

Ja.

Så det er ikke noe...

Så men...

Altså rent fysisk,

så er jeg jo veldig liten tillit,

til egen kompetanse.

Ja.

Så du føler ikke at du er sånt,

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

i deres med seg vidunder?

Altså,

vil du si at du har dårlig kondis?

Jeg har begynt å tjene.

Ja.

Så jeg har jo,

jeg har jo bedre kondis.

Ja.

Men jeg har jo,

har vært på en mål,

måltidelig om å bli,

han ikke har ståligste kondis,

sikkert liksom.

Ja.

Men jeg har jo,

har vært liksom,

med mange mennesker rundt meg,

jeg hadde en skikkelig bra lærel

på barneskoene,

som hadde Petter,

som var sånn,

hvis du er igjen,

etter timen,

og i midten,

litt sånn,

i storlepliet, sånn.

Ja.

Og hoppet i prøve å komme på buken,

så skulle du få brus.

Ja.

Og da var jeg med,

og jeg kom aldri opp i buken,

men jeg fikk brus, da.

Ja.

Og så var jeg,

var det sånn,

tjenestefett, eller sånn.

Ja.

Og hvis du er med da,

og da var det sånn,

det var ofte,

skulle få noe for det.

Ja.

Jeg hadde,

jeg hadde begynt å bli lurt med,  
men jeg er ikke,  
jeg er veldig,  
litt interessert.

Ja.  
Tjenestefett,  
nu skal jeg også,  
det var sånn,  
skulle være med,  
og så skulle man finne,  
man skulle være lag,  
og finne sin plass.

Ja.  
Men sånn,  
nå ser jeg på,  
komponier lever litt,  
med deg og sånn,  
da,  
det synes jeg,  
ja, som,  
det synes jeg,  
ser ut som en marrigt.  
Det ser ut som en marrigt.

Ja.  
Er det fordi,  
alt er så veldig langt unna av deg,  
i målestokket,  
og så er det for høyt,  
nivå,  
fysisk.

Det er nok,  
det,  
ja,  
ja,  
det er kanskje det,  
og så er det kanskje,  
ikke like det så godt.

Nei.  
Kan ikke,  
det der,  
som aldri er så glad,  
og vi var så mye sammen,  
og det var ikke noe pauser,  
det var ikke noe nødtene mellom,

så at nå,  
jeg lever for de pausene.

Du lever for pausene?

Ja.

Småplatten.

Ja,

og inne der,

så er det jo ikke noe av det.

Nei,

så er denne platen her,

ikke noe vet der.

Nei.

Nei.

Det kunne vi ikke.

Det er denne platen vi har med deg.

Ja.

La hummerna oss huset.

La hummerna oss huset.

Ong, man random store,

uger-monimod i følelgesmiss,

ja.

Hun prøver.

Hvordan gjør du det?

Næ, ugal gi for eksempel å tølle,

å si hva man eigentlich føler.

Ja.

Det er ikke så god å tenke til privat,

at hun prøver det i jobben min.

Det er schon godt.

Og da lurere jeg på,

hvordan dIT med LC

har du noen,

som du kan si det til,

at...

At det elsker deg...

At...

..ikke noen romantisk, nee,

Men jeg sier, jeg elsker deg til andre, som en skapelig kjærlig.

Det er veldig heldig, da.

Er det her vi kommer inn på motel?

Hvem har du sagt med nå? Har du sagt noe som har gitt av denne infoen?

Eller er det så tydelig? Jeg lurere jo på det.

Hva er det her? Har du sagt at dette er veldig feig romantisk sett?

Jeg har ikke fått høre det. Jeg har heller ikke lest at noen har skrivet det.

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

Jeg lurer genuint på det selv.  
Ja, jeg er...  
Baseret på min offentlige kjenskap er det jeg har til LSE Kosthuset.  
Ja, det er superfeige.  
Og det synes jeg er litt spennende og litt trist.  
Og kanskje litt sort også.  
Er det sort? Skal vi ta fart og hoppe over?  
Nei, det er ikke noe. Det er hoppe over deg.  
Nei, dette er hvertfall en liten fartståmpare.  
Jeg vil jo si at jeg er lykkelig.  
Jeg er jo ikke den som...  
Jeg er vel inn som gråter i bryllupet når jeg kaster den bukketten.  
Eller gjorda for det før.  
For hvis du ikke fikk den.  
For det var ikke henne liksom. Der er jo ikke jeg...  
Men det er jo litt mer som en sånn...  
Altså, husker du den der...  
Det er en film med Jack Nicholson, hvor han ondskap enn hotell.  
Ikke at Kjellklinje utdager noe ondskapsskrivet hotell.  
Det er litt spent hvor du kan nå.  
Nei, jeg er mer som sånn minutt for minutt.  
Det er litt svak dag hvor du bare ser en flat jordel.  
Det er veldig... Det er ganske skjedelig.  
Men husker du ondskap enn hotell, så var det en sånn...  
Labellin.  
Ja, det er i korridoren.  
Det går jeg.  
Det går jeg. Og så er det noen i rundt der.  
Nei, det var ingenting der.  
Og så skvetter jeg litt, og så er det ingen som bare går rundt.  
Eller hvis vi ser på dronekamera, så ser jeg at jeg går rundt på bislett.  
Rundt, og MRK rundt som en sånn person som bare går rundt i ring.  
Men jeg møter ikke noe der.  
Og det er interessant for hvis du nå plutselig hadde møt noen  
som hadde bare slått helt beina under deg  
og blitt svømmet, fått hjerteklapp og helt nyforhjølska.  
Hadde du blitt skremt?  
Ja, helt sikkert.  
Ja.  
Ja, ja.  
Ja, ja.  
Hva skulle jeg gjort da?  
Helt litt er jeg så gøy at nå får jeg kjærlighet til å dafevne ikke.  
Ja, det her er interessant. Det her er veldig interessant.

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

Har du hatt kjæreste før?

Hvilken klasse? Nei, eller etter barnsgården?

Ja, det er som voksen, ja.

Veldig bra. Så du har prøvd det.

Og du har ikke fått ansmak på det?

Nei.

Det betyr at du er oppen for innkommende samtaler, du?

Å oppen for innkommende samtaler som vel jeg aldri sa det.

Nei.

Fordi de sa det så veldig sånn.

Jeg ville sagt det, men du sa det også litt sånn stolt.

Og det er god på sånne korteskjeng, så er det helt helt bra.

Ja, det er jeg.

Men jeg er...

Og det vet at ikke man skal si så, men jeg er...

Jeg klarer. Jeg skjønner ikke...

Det er som å bygge et IKEA-møbbel.

Det er som å starte en L-bil første gang.

Det er som å prøve å reise seg når man skal stoppe vanski.

Jeg vet ikke hvordan jeg gjør det.

For alle de ting som du nevner nå, det er...

Det du fikk sammen.

Det du fikk sammen i blinde.

Ikke jeg, jeg er ganske god på faktisk.

Men alle de grene som du nevner nå, da...

De er jo... Det blir sånne her bilder på en fasitt.

Ja.

Stå på vanski, det er jo en sånn skru møbbel.

Det er forskjellige måter du prøver å komme opp vanski på.

Jeg skal prøve det etter hvert år, for jeg er klart ikke å komme opp fra vannet.

Og så fra Svabelg.

Og så fra Tre.

Alt gikk dårligere og dårligere.

Det gikk dårligere og dårligere.

Og du kjører båt.

Jeg er sånn som fortsatt tider seg om...

Og så imponerer du, du kjører båt uten å vokse.

Og så kom du til meg, du kjører båt uten å vokse.

Du er 42, liksom.

Du er...

Du er den voksne.

Du er den voksne.

Har du glemt å erkjenne at du er det?

Nå... Nei, jeg føler meg jo ganske voksne på mange gammel gader.

Men...

Det er vanskelig fordi noe av det er jo...

Det kan være overfladeske grunntapp, man ikke er særste.

Og så kan det være mer i dyperen selv.

Jeg synes det er lettere å være personlig...

Eller satsøtting når det er uforpliktende.

Sikkert redd for å bli avvist.

Jeg har opplevd å miste noen.

Redd for det.

Beskytte meg selv.

Også...

Det kan man lulle seg litt inni også.

Det er jo bare å prøve og møte noen nå.

Men jeg tror ikke at jeg kommer til å finne noen som elsker meg.

Tenk hvis du får rett.

Ja. Jeg var da.

At ingen kommer til å elsker deg.

Da går det bra det også.

Jeg skal ha...

Oppus X med Life is Life, som å kiste med Bergs ut uansett.

Jeg føler på mange måter...

At jeg... Jeg tror ikke at det er en usynlighet.

Det er at jeg lever livet veldig bra.

Men jeg har også hart bestemt på å være lykkelig.

Jeg får ikke det et valg.

Ikke det et valg å være lykkelig.

Er du ikke enig?

Jeg hadde lyst til at det skulle være litt i hvert fall.

Ja, men da synes jeg...

Da synes jeg man på en måte...

Frenkling i det som er livet.

Da tenker jeg at jeg er umiddelbart på alle de som ikke er lykkelige.

Og som gjør alt for å være lykkelige.

Og det er den erfaringen jeg har med at...

Allerfølgelig vil jo ha det bra.

Vil få hjelp. Vil å ha opptatt overblivet møtt.

Og kjempe for det.

Og likevel er det ikke alt det går.

Jeg skjønner hva jeg mener.

Eller jeg får drama Queen.

Nei, jeg føler deg på den.

Det er mange som prøver hart å få det til.

Og vi har en sånn søken i oss etter å ha det bra.

Men bare tenk på, du har opplevd noen utrolig ferdige ting i livet.

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

Nå kjipe ting i livet.  
Og så er det da andre som har opplevd mindre ferdige ting.  
Som du synes er mindre lykkelig enn deg.  
Ja, det tror jeg...  
Har du ikke noe sammenheng?  
Det tror jeg kan være. Det tror jeg er så forskjellig.  
Jeg tror det er flax.  
Det er flax.  
Også at jeg har vært Sabla Helli.  
Jeg hadde en kjempevin barndom.  
Målen min døde i selve mål, da jeg var 11 år gammel.  
Jeg kom fort til etter en veldig fin barndom.  
Og det er at jeg er så privilegert med en fald som sitter og citerer,  
gang på gang, som er veldig nære.  
Og jeg har fått tilbud og mjelp.  
God økonomie.  
Det er jo bare å helt sånn fris, men født på riktig sted.  
Det ordner seg.  
Så å flaxes meg til at jeg selv ikke blir så lettleg i meg.  
Ja.  
Så det tror jeg...  
Det er jo...  
Det er litt sånn...  
Jeg synes det blir litt hårdt å se til et valg.  
Fordi jeg synes det er at man også fordømmer.  
Jeg synes også at du fordømmer de som ikke er noe glad.  
Er du med meg?  
Absolutt.  
Men jeg føler deg i den måten at jeg prøver å til etterlegge for å være glad.  
Men en vende vil kanskje sagt at du fyller livet ditt med alle mulige ting,  
for du ikke kjenner på at du er ensom.  
Det er også riktig.  
Men jeg føler at jeg kunne fylte med hverje ting.  
Ja.  
Du er ganske aktiv i at du skulle skape en fin tilverelse for deg selv.  
Andre ville nok kanskje kunne lente seg tilbake og si at det ble sånn for meg.  
Jeg får bare tåle det så godt jeg kan.  
Men det er ikke en holdning som hadde passet deg til det.  
Nei.  
Men jeg er også...  
Det som er hvor man sitter og prater i en studie er ikke helt eirlig.  
Jeg prøver å... Jeg er også selvmedligende.  
Veldig.  
Og sint.

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

Mange ting som jeg ikke er helt overhyttet over selv.  
Og det synes jeg er litt deilig.  
Jeg er en god evnet til å glemme og...  
La det som også jeg føler meg noen ganger litt overfladesk.  
Og det mener jeg noen ganger.  
Dette var veldig koselig.  
Man skal ikke i tiden å ha stikk.  
Men jeg synes det er vanskelig å komme inn på.  
Synes du det?  
Altså, hvis...  
Er det sånn at jeg føler at jeg gjør sånn?  
Nei.  
Og så ser jeg ikke hitt, men ikke lenge.  
Når jeg får en opplevelse av at du beskriver... Dette er den delen av else.  
Og dette er den delen av else. Og så er det den åpne modiet.  
Den er litt på jobb.  
Og så er den litt mer lukkaforsiktig på privat.  
Og det er ikke et poeng at vi skal åpne opp hele esken og rote rundt.  
Men det er vanskelig vite hvor man skal åpne den.  
Ja.  
For det...  
Det er som en hindeløpe i en kompanie.  
Ikke sant? Og den kommer veggene opp der.  
Startskudde går, og det er bare å prøve å feile og prøve å feile igjen.  
Jeg vet ikke, men hvordan kommer det der, og hvordan må noen dytte det bak deg?  
Helt noen har fant ut at det faktisk også er en teknikk.  
Men da må man lenge seg bakover når du skal framover.  
Og det er jo litt sånne som på vanskelig.  
Det er litt sånn motsatt logikk.  
Så når man får tak i at det er en teknikk.  
Men...  
Er det noe sted i livet eller så hvor du kunne ønske at du var med i modi?  
Du var jo inn på det mest konkrete.  
Det er jo det kjærligste livet, for det er nul modi.  
Jeg tror det er...  
Jeg tror det er...  
Sånn en gang jeg hadde sett noe som sier til meg at jeg var slik å komme inn på.  
Og da...  
Jeg tror vel...  
Jeg tror det handler om at livet er hit på noen bekymringer.  
Jeg tror, og det tror jeg at det er vanskelig å gjøre noe med.  
Jeg ser litt som en else som banker på en dør, for at hun skal inn der,  
og så er det noe som åpner, og så bare broer og smeller døren rett inn i seg på deg.  
Det er lille shocker som kommer da.

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

Når du får den for mange ganger, så har du ikke lyst å banke på enda en dør.  
For muligheten for å der smelle kommer vi enda en gang.  
Og sånn er det litt i kjærligeste livet.  
Du sier jo at du har mistet nære og viktige mennesker for deg,  
og som du har vært knyttet til.  
Og det skal håndtere seg etterkant.  
Og så skal man melde seg på flere forhold.  
Men det er en unskylling.  
Jeg vet ikke om det er en unskylling.  
Jeg tror det kan bruke som en unskylling, men det kan like fullt være en forklaring.  
Men hvis det går oppe fra unskylling til forklaring, kan man begynne å gjøre noe.  
Men hvis man faståler at det er en unskylling, så er det det der.  
Det går fint om å forklare hvorfor...  
Jeg forstår det godt da, at når du har fått noe som da smeller av livet,  
så er det litt kostbart å skulle prøve enda en gang.  
For da var vi tilbake til det som du sa i stedet.  
Det å bli avvist.  
Ja, men jeg har lagt noe forhold til det ikke.  
Og da snakker jeg jo utrolig mye om at jeg er lov til å leve videre.  
Jeg har jo en far som har en samboer nå,  
og som har to kunder før da, og begge døde.  
Men jeg tror det er villigheter til å leve videre da.  
Jeg har vel sagt til meg en gang at han ikke kan være noen museumstriktør.  
Fordi jeg kan stå og sortere i minner.  
Jeg kan rydde i boden.  
Jeg er også hårdere, men det er en annen podcast.  
Så jeg har jo...  
Jeg holder på å drukne i ting, liksom.  
Så jeg har jo noen sånn...  
Ja, du er inne på noe.  
Hvis du har lagt et program som tar kommandene til kjørelivet,  
så har det jo stillt deg på den.  
Jeg vet ikke helt.  
Nei, du vil sette han konseptet litt. Ikke sesong igjen.  
Nei, det kommer jeg opp på.  
Nei, jeg synes ikke man skal være...  
Jeg blir ganske barselig, hvis jeg oppfatter noe som er strengt.  
Men jeg minner meg om sånn, når jeg var på sånn...  
Spidelær, det var litt sånn.  
Og så var det den der...  
Og da måtte du ut i vegeholdet.  
Du måtte ut i vegeholdet.  
Og det var jo det.  
Men jeg var så gledes fra for å få den boomen i hovedet.

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

Og den fikk jeg selvfølgelig uøy, liksom.

Og du måtte ut og paddele.

Og det skulle bygge egen gapark, og jeg sa at jeg fattet meg.

Hvorfor var du alltid med på Spidelær?

Det var så ydmykende at du lå i teltet ved siden av meg, huden og hele pakketet.

Og så sa han, Ælse, du var jo så gledd.

Og det er det sånn...

Jeg tror det der, etter fysisk er veldig usikker.

Ja.

Du fikk ikke noe umildet med streng på det når du var liten.

Du ble bare dyttet ut i forskjelløvelser, uten pakket.

Jeg fikk noe misting der.

Men det er sånn, når du går tredje til veldig 20 meter å bakke med rødness.

Og jeg har fem og tyve sånne tauferie å sikre meg.

Jeg er sikker på at dette skal dø.

Det hørske.

Og han sa sånn, det er begrenset av hvor lite kan gå.

Og så jobbet jeg tilbake. Det må du slutt å si, for det må kan å dø.

Det ble så veldig klippet bort.

Men den lykkefølelsen du får etterpå da, den er jo veldig kort.

Den er kort. Stor menn kort.

Ja, men veldig kort.

Veldig kort.

Ja, så det er veldig myndsats for veldig, veldig lite oppdur.

Nei, men de gangene jeg har fått meslingsfølelsen, er jo faktisk mer rødness.

Fordi den er jo veldig tommodig.

Jeg vet at de får betalt det som en veldig tilmodig til å være.

Og det er jo også vil jeg å få tyne høyre sester med noe.

Ok, du nevner bare TV-exemplar, men det er fordi jeg...

Da er man uttvang.

Ja, du må jo.

Du må jo.

Men det motor som du nevner om kjærlingslivet,

man skal stille et spørsmål som bare er godt ment.

Og det er jo sånn illevarslende, ikke sant?

Fordi at nå understrekker at nå kommer et spørsmål som kanskje kan stikke.

Farenlinn hadde sagt at det er lov til å leve videre.

Får han det til bedre enn deg?

Ja, ja, ja. Det var det jeg tenkte.

Ja, han er mye, mye bedre.

Ja.

Hva tenker du om det?

Det... Det vet jeg.

Jeg... Men jeg...

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

Det er to forskjellige mennesker, så det er ikke bedre å være liksom farenlenn.  
Nei, men jeg bruker det, men det er jo bare fordi...  
Han er ganske tydelig, og han er jo siu alltid til meg.  
Du må være tydelige.  
Du må være tydelige. Det er den tydeligste kommandoen jeg har fått i mitt liv, da.  
Du må si noe annet enn nullestres.  
Du må si hva du føler.  
Ja.  
Men jeg føler jo det. Nei, men jeg blir ikke sånn til...  
Åh, åh...  
Åh, helvete, han er mye... Det visste jeg.  
Men jeg vet ikke akkurat hvor den skal...  
Hvor går skille med noe tydelig og ærlig?  
Jeg vet ikke. Nei, det er interessant.  
Fordi, og der er farenlenn et poeng, det får helst ut.  
Farenlenn, når han sier at du må være et mer tydelig,  
så har det brått litt med ærlighet til dere.  
Fordi når vi bruker for mange ord, hvis vi blir litt utkydelige,  
da er det så godt som det er mulig å være ærlig.  
Når vi er utkydelige. Prøv å være utkydelig og ærlig.  
Det er en litt vri enn oppgave, altså.  
Så derfor spør jeg, hvor går skille mellom tydelig og ærlig?  
Og det som er ærlig, den vanskeligste ærligheten vi driver med,  
er ofte den som skal gå til oss selv.  
Det som er ærlig med seg selv.  
Hva borde jeg være ærlig med seg selv om?  
Følsen din, da?  
Ja, hva, da?  
De som er der.  
Alle følelser?  
Nei, nei, nei.  
Men når du har følelser i relasjon,  
hva skjer hvis du setter k-jord foran ærlig?  
Sjærlig.  
Det er ikke lov.  
Det er for enklere jeggler, der.  
Men det er bra. Det er stert, sagt.  
Når du har kjærlighet, brorparten av det ordet er å bygde på ærlighet.  
Hvis ikke det er ærlighet, er det for noe. Det er ikke kjærlighet.  
Så da skal vi være mer ærlig, hvis jeg liker noen, når du sier.  
Og ærlig, hvis jeg er ensom.  
Og være tydelig på det, og ringe til noen da og si at du er inviteret på besøk,  
eller så er jeg inviteret på besøk til deg, for nå er jeg ensom.  
Og det er... Nei, vet du hva? Det er ikke så god til.

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

Men jeg... Jo, da.

Men ikke hva det romantiske gjør det.

Nei, for hvis noen av vennene dine, eller noen av de du kjenner,

som ikke er romantisk med,

hvis noen av de sier at det kan være vanskelig å komme inn på deg,

så kan du gange det med tre, fire da, når det handler om romantikk.

Men man kan være lykkelig alene.

Nå ser LCK Svure sittet på meg,

og pekefinger er jeg.

Man kan være lykkelig alene.

Og sier at man er lykkelig alene.

Jo, det kan man. Det kan man.

Det kan... Nei, det er...

Det var sånn fas i tullet. Jo, det kan man.

Det er som å ringe hvilken pd, ja.

Men det kan være de som har et godt forhold med å tilse selv.

De kan finne å drives alene.

Du sier egentlig nå at du er bedre på følelsen det er.

Det er utrolig. Jeg tror du er bedre på telekanter, disiplin,

og teknikken som er også bedre på følelsen.

Og du snakker om å dømme noen, for det rakker den altså.

Du er bevdre av følelser.

Det er et kompliment.

Ja, ja. Og takk. Jeg har...

Når jeg jobber i forsvarer, så er det ikke alltid som i følelser

som kommer til uttrykk,

men det ligger jo nær følelser i det å utøve jobben.

Så jeg har også fått trenne på å sette ord på følelser.

Og jeg har blitt en voksenmann, så nå har jeg fått god tid til å trenne.

Men jeg tror på det å trenne.

Også det å bli tydelig og ærlig med følelsene sinne.

Og gjerne i møte med andre.

Ja. Det skal jeg.

Det sa Else at...

Det lekset jeg har fått nå.

Det var det lekset du fikk nå.

Det å så trenne på å være tydelig, for det tydelig høyt å ha med ærlig til å gjøre.

Og først nå blir vi ærlig.

Hvordan har du noen du elsker i livet ditt?

Hvordan var det du sa det til den personen?

Hvordan jeg sa det til den personen?

Da sier jeg rett ut at jeg elsker deg.

Jeg ser ved kommunen å si jeg elsker deg.

Det er fantastisk kraft.

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

Men første gangen, når du skulle få noe kontakt, så hadde du ikke gett på å elsker deg.  
Hva sa du da?  
Da er det jo...  
Skal vi være ærlig med KJOD-forjaan? Kjærlig.  
Ja. Jeg snakker her med folk først, som jeg liker.  
Også innleder med samtaler.  
Også utvikler de samtalen seg til å bli mer privat.  
Og etter hvert kommer dukkel følelsen opp, og så er det bare å klinke til.  
Ja.  
Du er veldig.  
Jeg vet ikke om du skal snakke i samme person.  
Så det var ikke på første dag.  
Du tuller ikke bort følelser i?  
Nei.  
Man kan gå tullet med følelser når det er helt åpenbart at det er det vi driver med.  
For eksempel i jobben din.  
Så sikker du veien for å tøyse mye følelser.  
Men når det gjelder else,  
så er det skummelt å tøyse det bort,  
fordi det handler om å bli litt utydelig.  
Hvordan kom man frem til?  
Hvordan kom du frem til alt dette?  
Jeg har googlet mye. Nei, jeg har ikke det.  
Men jeg har vært veldig nysgjerrig på livet. Hvordan er livet skrudd sammen?  
Hvordan funker folk?  
Hvordan funker folk alene?  
Hvordan funker de sammen i gruppe og i par?  
Så jeg har fått tenkt litt på dette.  
Og så synes jeg det er veldig veldig ordentlig når folk lykkes da egentlig med seg selv, eller sammen to eller flere.  
Fordi det er noe fint å kunne høre til noen som blir en liten flokk.  
Om det er to eller fem eller så.  
En liten flokk. Så slipper man å kjenne på at man er alene.  
Det er jo selve livet da.  
Men hvis ikke man lykkes i kjærlighetslivet, så kan du absolutt få den følelsen av flokk uten.  
Ja. Absolutt.  
Og det føler jeg veldig.  
Og det prøver jeg å dykke.  
Og har man gode venner, og det har jo du.  
Jeg har også mennet også det å ikke glemme at man kan bety noe for noen.  
Du ikke kjenner også at du kan være...

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

Jeg føler at du må ikke glemme hva vi betyr for hverandre i det store fællesskapet.  
Som jeg er like opptatt av som et eget kjærlighetsliv.  
Og om det kanskje er noe pensering fordi jeg ikke har det, så beit på en måte.  
Men jeg mener det er viktig. Det er merket at vi noen glemmer da.  
Vi skal huske det å være god med hverandre.  
Og om vi har en kjæreste eller ikke, så har vi alltid behov for.  
Og alltid behov for...  
Men skal jeg egentlig få en lekse der nå på slutten?  
Ja. Og det er...  
Som vi sa, den tydeligheten, som Farnin også allerede har gitt deg en lekse,  
har så mye med ærlighet å gjøre.  
ærlighet.  
ærlighet. ærlighet med deg selv.  
Og andre.  
Ja, og andre også, men hvertfall med deg selv.  
Og bruk hjernes spørsmålet.  
Er det sant?  
Og det kan du stille deg selv inn i hovedet til stille også,  
så vil du få oss å være en der det ikke er sant til seg.  
Oi, da vil jeg si noe annet. Shit.  
Ikke sant? Og så.  
Så ærlighet med seg selv.  
Og med to bokstave foran nå, så blir det jo kjærlig.  
Det var veldig gøy. Det var blomket ved liket, for det var så godt sagt.  
Og det var godt sagt.  
Og så var det godt tatt imot, da. Det så jeg.  
Åh.  
Så dette er veldig bra.  
Else, tusen hjertelig takk for at du hadde lyst til å ta en samtale med meg.  
Det er det for det. Jeg ville bare li' møte deg, ja?  
Ja.  
Så jeg, dette er jo som en ståker, ikke sant?  
Ja, det er det, ja.  
Ja, så jeg trodde at du så ja takk, men så var det helt annet igjen, da.  
Nei, jeg sa ja takk for. Jeg synes det er veldig hyggelig prat med meg.  
Men hva er du fornøyd?  
Dette har gått veldig bra. Vi har vært innom utrolig mange spennende temer,  
alt fra det er litt sånn lattermiljøtt til det dønne seriøse.  
Også er det godt å legge merk til at Else har et bevist forhold til kjærlighet.  
Det er jeg veldig glad for.  
Har jeg det?  
Ja, ja. Det har du.  
Bevist forhold.  
Ja, bevist forhold.

## [Transcript] Ta Kommandoen med Geir Aker / Else Kåss Furuseth

Også er det den romantikken, da, som jo du må få valgt det sånn som du ønsker.  
Det er det jeg må bli bedre på.  
Ja, og da er det desværre det også å være litt mer tydelig og litt mer ærlig, da.  
Så lykke til med det. Jeg har fått oppratt.  
Lykke til med det.  
Lykke til med det.  
Ja, det er så at du skal bli kjærligt gul i også.  
Ja, det får vi se, da.  
Nå har vi... Du får ringe meg om et halvår, og så får vi se hvordan det har gått.  
Eller inviterer meg i brylluppet. Hjør det.  
Ja, men da har du sånn at du kan vige.  
Nei, det har jeg ikke enda.  
Det er bare et kurs.  
Det er bare et kurs.  
Jeg mistenker at du ikke tar det kurset før jeg kan gjøre det.  
Men hvis du gjør det nå, og så tenker jeg sånn, for da er du veldig populære sånn, så det er veldig...  
Du vet det, jeg har sett en sånn måning at han er noe som et populære mann, visste du det?  
Nei.  
Ja.  
Så han tar med den hjerte dit.  
Det må jeg ta med.  
Jeg har sett en offentlig undersøkelse.  
Ja, hvordan føles det?  
Ja, det er helt nytt for meg.  
Dette må jeg ta inn.  
Ja, det er noe som et populære mann.  
I all ferd.  
Så da nå hakker du tid, da, til sommeren.  
Men jeg tenker liksom sommeren 2024, da.  
2024?  
Ja.  
Da blir det, men det blir et helt enkelt bryllup. Ja, men det er greit.  
Men det blir nok Nelle forra, det blir nok Itali.  
Ja.  
Ja, for han har ikke taget Jensk.  
Ja.  
Carl nå setter han.  
Carl nå setter han.  
Carl er fuld av kjærlighet, og elsker Else og helsitt hjerte, og tilbake han.  
Da skal jeg gå ut igjen, det vil jeg at jeg skal gå opp.  
Tusen takk, Else.  
Og til alle dere som har lyttet av også, husk og tørrevare ærlig med følelsene deres, og tidligere.  
Dette kan gå bra også.