

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

Podcasten er sponsoreret af dig og mig, Hors Mobilselskabel Colmy.

Den bedste forbindelse af den, vi har med hinanden.

Du lytter til en podcast fra 24.07.

Nogen var bedre at kunne rumme og være sammen med nogen, der var mindre og perfekte.

Det her er en af mine bedste veninder, men hun bor med sin kæreste.

Og har super styr på alle sagerne altid og overskudder, træner og løber og laver lækker mad.

Jeg kunne ikke overskue hendes overskud.

Jeg vil heller være sammen med nogen, der er senglere og har et lidt dårligt forhold til mænd.

Kærester kommer at gå.

Venskaber består.

Det har i hvert fald hørt.

Derfor har jeg også altid haft det helt skamfuldt over, at jeg har mistet mindst lige så mange venner som kærester.

Måske genkender du følelsen af, at venskaber kan være både den stærkeste, skrøbliste, bedste og sværeste relation i verden.

Lige nu har jeg f.eks. både gamle venner, jeg håber på at vinde tilbage.

Nogen jeg helst vil glemme.

Venskaber, jeg drømmer om, bliver endnu tættere.

Og vendefalskelser i folk, der endnu ikke ved, at din dag skal være min ven.

Derfor har vi lavet denne her podcast, en slags venskabsambulance, hvor vi hver uge vil hjælpe dig med dine venskaber.

Og måske forhåbentlig selv bliver venner undervejs.

Mit navn er Ida Sofia.

Mit navn er Maria Jenssel.

Du lytter til 112 for venskaber.

Velkommen til.

Hej, Ida.

Hej, Maria.

Jeg har fået en besked fra en lytter, som har skrevet, at vedkomne simpelthen har slået op med sin ven,

efter langtidsovervejelse, ud fra opskriften fra vores, hvordan slår du op med din ven, afsnit.

Nå, okay. Det ved jeg.

Det er dejligt, at du kan bruge det, men også afsprængende måder, man har givet nogen med.

Jeg fik det også lidt...

Ja, okay.

Så har vi givet opskriften til det våben, som du har sprunget en bombe med herover på denne her restaurant.

Og der er i hvert fald én såret på den anden side.

Men jeg er ret sikker på, som jeg forstår beskeden, at lytteren ville slå op med sin ven lige meget værd.

Hun ville bare prøve at gøre det på den mest næsten, som...

Måde.

Og så derfor prøvede at lytte til de råd, vi har givet.

Og det er lidt interessant, fordi...

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

Vi prøvede jo lidt at slå op med hinanden-aktigt.

Du havde faktisk glemt det her, det der rigtigt.

Ja, og skrive sådan, hvordan vil vi gøre det, og sådan noget, hvordan vil vi sige det.

Men det er vores lidt tænkt eksempel, fordi vi gjorde det lidt generelt uden at komme med sådan konkrete ting.

Jeg tror, jeg skrev, du havde glemt min fødselsdag og sådan noget, ikke?

Og det havde du jo ikke.

Altså det var jo ting, vi havde fundet på.

Men lytteren her har sendt os det brev, som hun ikke det har sendt til sin ven.

Hun har slået op over brev.

Hun har slået op over, altså hun har ikke sendt et brev, men hun har skrevet det som et brev, og så har hun sendt det i en beskid.

Og hun har givet at slå ta'læste op.

Ja, vil du høre det?

Ja, det kan du da tro.

Jeg vil selvom, at det er meget underligt at zoom ind og forestille, som man er modtageren.

At der er en, der ikke, det faktisk har fået det her brev.

Det må være på et historisk museum på en eller anden måde.

Ja.

Jeg sender kærlighed til begge.

Også mig.

Okay, hun skriver til mig, tak for det her afsnit.

Og så siger hun, at hun synes, det var vildt rart med nogle konkrete eksempler på, hvordan det kunne gøre os, da hun selv stod midt i det.

Og hun sagde, at jeg lyttede meget til jeres podcast, det var en kæmpe hjælp.

Det er selvfølgelig stadig enormt svært at trykke sammen.

Og jeg forstod helt und i maven over det.

Jeg har selvfølgelig anonymiserede den, så håber jeg, at det kan bruges.

Jeg har også prøvet at blive slået op med på en meget voldsom måde.

Så jeg har tænkt meget over, hvordan jeg helst ville have, at det blev gjort mod mig i den gang.

Og forsøgt at gøre det sådan, hvis det giver mening.

Men hun skriver også sådan her.

Du har nok kunne fornemme, at jeg har trykket mig fra vores venskab på det sidste.

Måske en dag for et lang stykke tid siden.

Det er selvfølgelig ikke fordi, at de undskyldninger, jeg har givet dig ikke er sande.

Jeg har haft virkelig travlt.

Og jeg har haft tid til ufatteligt lidt ud over work.

Men der er også noget andet på spil.

Og jeg har længe gået af at tænke på, hvad det var, der stoppede mig i at tage telefonen og lave en plan med dig på de få dage, hvor der var tid til det.

Jeg har gruppet og gruppet både over, hvad det drejer sig om, men også for at vide, at jeg skulle sige det til dig.

Jeg tror egentlig, selvom det ikke er særlig sjovt for mig,

så synes jeg, at du fortæner at få en forklaring,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

også fordi jeg synes, at du er så pisse sød og god og nice.
Jeg tror, at jeg et stykke tid har tænkt, at vi ikke har så meget til fælles
og at vi ikke har så meget at snakke om mere.
Vi læser ikke de samme bøger, ser ikke de samme film,
har ikke den samme politik eller de samme interesser.
Jeg følte tit, at du tog initiativ til at ses
og at jeg synes, det var hyggeligt,
men at der er ligesom manglet et eller andet, som jeg havde,
og har svært ved at sætte ord på.
En energik måske, en eller anden form for kemi.
Så tror jeg, at det blev ekstra svært for mig,
da du valgte at gå tilbage til din kæreste.
Det var en handling, der er så dybt i strid med min grundværdige
og min livsstil, og selvom jeg selvfølgelig bare håber,
at du er glad, så kunne jeg også mærke, at det trækker mig væk fra dig.
Fordi en stor del af det er, at være venner
er for mig også at være venner med hinandens partner,
især når man begynder at stifte familie, og så videre.
Og jeg vil aldrig være i stand til at blive venner med ham.
Derfor kunne jeg se, at vores venskab altså kun kunne være pga. færd,
og jeg følte, at et press over, at du kan udtrykke for,
gerne ville være rigtig tætte og ses ofte.
Og i stedet for at sige noget, så voksede det presser stort
og fjernede mig yderligere.
Jeg ville ønske, at jeg havde sagt det noget før,
men det er bare fucking svært,
og det er stadig svært at sige det og skrive den her beskid.
Venskaber går jo op og ned,
og jeg håber, at jeg finder plads til at ses en masse med dig igen i mit liv,
hvor det giver mening for os begge.
Men jeg synes virkelig, at du er et helt igennemskønt menneske.
Jeg er så ked af, at jeg såger dine følelser,
hvilket jeg forestiller mig denne beskid gør.
Det fortjener du ikke,
men jeg synes, det var endnu værre og endnu mere undt
at holde dig hen i det uvisse.
Jeg prøver på at være så godt et menneske som muligt,
også når det er svært,
så tror jeg, at du på tross af alt kan mærke undskyld og mange knus.
Hvad tænker du?
Ej, det ved jeg faktisk ikke.
Altså, det er jo godt.
Hvad tænker du?
Jeg sidder og er overvældet.

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

Altså, jeg er bare overvældet.
Jeg har sumet helt ind i det der,
og lige pludselig fortsætter man, at det var mig, der fik den,
og jeg tror, at det er derfor, at jeg lige blev helt stille,
for det første, så vil jeg sige, at jeg synes,
jeg er rigtig glad for, at vi må høre sådan en besked.
Så er jeg sådan, at jeg synes, at det er
tydeligt at se, at personen, der har skrevet den,
kommer et virkelig godt og kærligt sted fra.
Men jeg tror ikke, at jeg var blevet rigtig i et tag,
hvis jeg selv havde fået den.
I at se også, eller er det kedere?
Måske begge dele lidt, men jeg tror, at det er fordi,
jeg har en ting, som sådan nogle gør beskeder,
og det er, når folk begynder at forklare, hvorfor de gør det.
Står du hvad jeg mener?
Det er jo bare at være i en god version,
og det er det bedste menneske,
og det håber, at du kan forstå os noget.
Den kan trække mig lidt, for det er sådan...
Det kan du også for mig.
For det gør det lidt for din skyld,
og hvorfor er det vigtigt for dig at fortælle mig det?
Det er jo, at jeg egentlig røg har mig lige klart med,
hvad du bruger på.
Du slår op med mig.
Og det negligerer lidt min banehalde.
Men jeg kan også godt forstå,
at man føler sig som en dårlig person,
og man sender sådan en besked,
og derfor har man brug for at positionere sig selv på den måde.
Det er jo bare sygt svært.
Ligeegyldigt, hvordan du gør det.
Og det er også derfor, at vi har taget den med,
fordi det bare er virkeligheden.
Det er bare fuldstændig en konkret eksempel på,
hvordan folk slår op i vandskaber.
Jeg tror heller ikke, at den perfekte besked findes.
Det er bare et rigtig godt eksempel,
og jeg synes uanset,
at hun ikke har været været.
Men også de har fattet lidt tabunds i mig,
eller hvad man siger.
Så er det jo bare rigtig godt,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

at hun gør, at hun gør hende, der har selv besked.
Hvis det er sådan, hun har det,
og som hun selv siger,
så er det jo altid bedre i talesætte,
end at trække det ud,
og folk skal gå hen i det uvisse.
Så rigtig meget respekt for det i hvert fald.
Ja, man får lov til lige så,
at kig ind og nøgle holdet på,
hvordan sier andre mennesker tingene.
I hvert fald reflekterer lidt over,
hvordan gør jeg det i forhold til det her?
Hvad vil jeg, at det her synes var fedt?
Hvad vil jeg ikke, synes var fedt?
Og der bliver det bare nemme at forholde sig til,
når det er konkret.
Jeg håber, at beggepart er okay.
Ja, jeg sænder virkelig også en kærlig tanke
til begge steder,
og i sig selvfølgelig,
til hende, der er blevet slået op med,
fordi det er alt andet lige
det sværeste sted at stå,
hvis der følger noget ensamhed med,
og noget sov,
og noget forskelligt.
Vores tema i dag,
vil du fortælle det, hvad det er?
Eller skal jeg gøre det? Det må du godt gøre.
Du har aldrig kommet,
jeg er bange for, at jeg ikke kan huske det helt.
Du har formulerede det sådan her.
Må man være en røv over for sin veninde,
når man er ked af det.
Det lyder som noget,
du vil sige.
Og du har faktisk ingen gang skrevet ked af det,
når man er ked.
Det er meget dejligt skrevet.
Ja,
og det er det,
vi skal snakke om i dag.
Vi har fået et konkret dilemma fra en af jære,
som oplever at blive ret færdig behandlet af sin veninde,

fordi hun har jæret sov.
Og det skal vi snakke meget om lidt.
Din jærene har svært ved at skældne
mellem afvisning og død.
Og jeg følger, at det er tre,
at det er en af grunderne til, at smerten ved
kæreste sov kan føle så ekstremt voldsomt.
Menskede er socialt væsen,
der historisk set altid har haft brug
for sin flok for at overleve.
Hvis du blev udstødt og var alene,
var risikoen for at dø enorm.
Og så meget har jærenen bare ikke
udviklet sig siden stenalderen.
Det er svært.
Men først, så skal vi lige
svare på vores veninde på.
Og så skal vi sige, at det er en svært
spørgsmål, der har kommet ind i dag.
Altså i hovedet spørgsmål
eller vores veninde på spørgsmålet.
Nej, hovedet spørgsmålet, der tror jeg.
Men hvad hedder det?
Vores veninde på? Ja.
Jeg synes også, det var rigtig svært.
Og rigtig sjovt også.
Ja, men jeg viser godt, at du vil elskere.
Det er også faktisk meget for din skyld.
Jeg valgte det.
Det er sådan et yndlingsspørgsmål.
Også fordi du er jo en navneperson.
Det er lidt mere gronk.
Og jeg er Ida Petersen.
Ida Sofia med Binderstreip Petersen.
Ja, men det kan vi så lige tale lidt om.
Ja, okay.
Spørgsmålet lyder i hvert fald sådan her.
Hvis I skulle hedde noget andet,
hvad skulle det så være?
Fulle navn.
Og hvorfor?
Og hvad synes I, at den anden skulle hedde?
Der er meget.
Og jeg føler, at du allerede har forberendt,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

der måske du var ind på Google,
og du har noget, som du tænker.
Det har jeg ikke, men jeg har i hvert fald
tænkt og født.
Men var du start eller?
Det kan jeg godt.
Det sjov er, at da jeg tænkte,
hvad vil jeg gerne hedde.
Fordi jeg tænkte,
jeg havde svært ved at mærke.
Griner du, fordi jeg sidder
sendeaktig med lukket øl.
Jeg havde svært ved at mærke,
hvad for et navn er jeg.
Mere end jeg blev ved med at vente tilbage til,
hvad vil jeg gerne være?
Hvad synes jeg er flotte navne?
Og der bliver jeg ved med,
og det er jo det, der er sindssygt ved,
og har fået en datter.
Jeg har jo rullet min flotte navne.
Jeg har jo købt dem til hende.
Så jeg blev ved med at føle sådan her.
Jeg ville jo gerne hedde Penelope.
Ja, men det føler jeg også godt, du ville hedde.
Ja.
Og min datter, hun hedder Penelope,
Attene, Diamantie,
Fjernsel.
Det er det mest ekstra navn i verden.
Og det syge var,
da jeg skulle tænke, hvad skal Maria hedde,
så tænkte jeg, hun skal hedde Diamantie.
Og så var jeg sådan, hvorfor tænker jeg det?
Nå, det skulle du for det eneste, der hedder.
Det var også i forvejen, men også fordi du er atym,
der godt kunne hedde Diamantie.
Diamantie betyder diamant på græsk.
Min virksomhed hedder Diamantie.
Det er det, alle fakturerer til.
Når jeg laver podcast.
Så kan jeg købe nogle flere diamanter.
Fuck, det er sjov.
Sjov, Arne.

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

Gid, du kan være så vel.

Nej, du kan ikke ny.

Den her sofa-collective.

Den hedder ISP.

ISP.

Det var hvad, det kunne blive til.

Det er sgu mindre viser, der har fundet for det.

1,4 meter sådan en dag.

Det er det tørste navn.

Men det ser også sejt ud, faktisk.

ISP.

Ja, det er lidt VIP også.

En røde pris i stedet for mig.

P.Yes.

Peter Snetter Sofia.

Okay, ja.

Men i hvert fald, så det, ja.

Det var ligesom det, jeg blev ude med at vente tilbage til.

Jeg har jo valgt.

Jeg har sammensat det navn, jeg synes er fløttest.

Jeg tænkte, at jeg skulle skabe min datters navn sammen med Pelle.

Der er penelope, synes jeg, enormt smukt.

Jeg synes, det er virkelig et smukt navn.

Det ser smukt ud, når det er skrevet.

Jeg synes, det er lyd og smukt.

Det kommer også fra Ålgræs.

Så der er også noget græsk i det, det kan jeg godt lide.

Men det var egentlig primært, fordi jeg bare synes, det var virkelig et fint navn, som jeg ikke kendte faktisk nogen, der hed.

Og så ville jeg gerne have, at der kom noget styrke ind.

Så er jeg sådan...

Jeg googlede rigtig meget græske godænder.

Jeg fandt selvfølgelig ud af, at det skulle være Atene, som er sådan den stærkeste, mest kræftfulde godænde, både for intelligens krig, fred og kunst.

Alt muligt fedt.

Og diamantit, det var egentlig...

Der skulle lige være noget X-factor på en eller anden måde.

Der skulle lige være noget, der brød dem.

Men det var også fordi, at diamanten er pælde som et kærlighedssymbol.

Så hver gang, hvis vi har været uvenner,

eller hvis vi bare vil fortælle hinanden, at vi elsker hinanden,

så tænker på hinanden, så sender vi en diamant til hinanden.

Så det har ligesom været vores symbol, helt fra vi mødtes første gang,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

som blev forældsket, så det synes jeg bare,
var cute og vi elsker diamant, der er mange ting.
Men altså...
Og så selvfølgelig igen, som vi har sammensat,
som bare symboliser kærlighed for mig.
Så...
Du kunne også godt ældre sig med Sødes.
Gud, det kunne jeg også.
Ja, er det rigtigt?
Det kunne jeg sagtens, og jeg tænkte over det,
det er så nye og tjugende, at hvorfor er der ikke nogen,
der har kaldt mig med Sødes?
Så kan jeg ad Volvo.
Men det er sjovt, du siger i Volvo.
Ikke fordi, at jeg tænkte, at det var det, du skulle høre.
Nej, der var også en halo.
Men jeg prøvede sådan at mærke,
hvad er du for en?
Så du har lukket øjen igen.
Jeg er meget spændt nu, der er blevet mærket efter, kan jeg mærke.
Og det, at i hvert fald helt sådan følt,
det var, at lydden eller sådan følelsen af lydden,
er ord med ord.
Jeg føler 100% du er en ordperson.
Snod Olivia, Molly, Morten.
Nej, altså snod, jeg blev ved med at vende tilbage til snod Olivia,
eller Molly, eller Olli.
Men det er faktisk sjovt, du siger ord,
fordi nu er du, er you a clever end?
Er du der?
Jeg føler, at jeg ser på hukstedet ord.
Min lillebror hedder Oliver,
som barn, der har valgt det, fordi det var min ønglingsnavn.
Ja, du ville være en Oliver,
hvis du var dørre, derfor jeg siger Olivia.
Og mit ønglingsnavn, nu til Pia, er gro.
Ej, hvor sjovt.
For det er lidt sjovt.
Men hvis jeg kunne vælge det lige nu, så ville jeg godt hedde Ivan.
Ivan?
Ja, det er sådan et navn, jeg besatter.
Ja, det ved jeg ikke om.
Men vi lever i en kunstfri verden efterhåndens,
og det er jeg glad for, og jeg var godt hed Ivan.

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

Men så kunne du da også godt hedde Olli?

Ja, men det hedder min lillebror, så det gider faktisk ikke at sige noget.

Det bliver formærktet.

Formærktet over Olli for vejen.

Jeg føler mig derfor mangelsen.

Fyrer, som jeg ikke rigtig identificerer mig med, der finder ord, der kan være selvfølgelig årlage.

Så jeg er Ivan.

Ivan, det hedder en vild hest,

ude på min røde skole, som altid kaster mig i.

Hvad er dit fulde navn, så?

Ivan.

Nej, så var jeg faktisk rigtig godt.

Jeg hedder Breitholds.

Det er et svensks slags navn,

slags navn, som vi har, som er adligt.

Og som kun min mormors, eller altså min morsfamilie må hedde.

Og der er jeg nærmest ingen, der hedder det.

Breitholds, med set til sidst.

Det er et svensks...

Ivan, Breitholds.

Vi har et våbeskjold.

Er det ikke sejt?

Nej, jeg skal faktisk sejt.

Jeg har ikke...

Ha det.

Det vil rigtig godt hedde det.

Ja, det forstår jeg godt.

Så kommer våbeskjolden her.

Kunne du ikke...

Altså, hvis du ikke føler,

der er klar til at skifte rigtigt navn til Ivan Breitholds.

Kan du så ikke ægte skifte navn til Ida Sofia Breitholds?

Jo, det har jeg også tænkt mig.

Fordi det er jo vildt flot.

Ja.

Og har en superfine symbolværdi,

og er meget mere jeres eget på en eller anden måde, end Peterson, som mange hedder.

Jo, men det er jo fordi min far hedder Peterson.

Ja.

Og siden jeg var barnet sådan,

far er det jo lidt røv, sygtighed, Peterson.

Ja.

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

Hvorfor hedder jeg ikke noget sejre,
så er min far helt tørst,
så er man hernede om Tom Peterson.
Der er ingen, der er en, der hedder en navn.
Se, der er også et ord.
Ja, det er rigtigt.
Jeg kan fornemme det.
Og så siger han,
Tom synes, er jo også et af min yndlingsnavn.
Ja, men det kan jeg også rigtig godt lide.
Men med far, han siger til mig, når jeg står der med benmåden,
og altså, det står, at jeg ikke har et sejt navn.
Så siger han,
men prøv at høre om 20-30 år,
det her er jo så, at der var barn.
Ja.
Der er ikke nogen, der hedder Peter sådan længere.
Der har jeg fortråbt mig at lave deres efternavn om,
til et eller andet sejt,
lidt at sejt.
Og så du er den eneste, der hedder det her,
og det her, så er det lige pludselig, der er der specielt.
Og så blev den boluget i.
Og der er faktisk godt tænkt lidt over,
hvis jeg bare har noget.
Hvor lang det kommer.
Længe nok.
Der går lige 30 år endnu, tror jeg.
Ja.
Men så kunne jeg godt forsove,
at mange har giftet sig ud af Peter sådan,
og Jensen og sådan noget, ikke?
Ja.
Altså, også mig simpelthen skulle gifte.
Fællighed er jo også Jensen.
Altså, der er i hvert fald én færere, det er jeg ikke.
Ja.
Det er det.
Jeg vil være i hvert fald god,
med noget med Mercedes Diamante til dig.
Tak.
Jeg havde du så næsten i forvejen,
og jeg vil godt have Ivan Breitholdt.
Jeg følte til, at jeg besætte navnet Ivan,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

der havde jeg senteret det i Robinson lige nu.
Han havde også sej.
Jeg fortsætter mig bare,
at jeg begynder at kalde dig det.
Altså, jeg begynder at kalde dig Ivan.
Det må man godt.
På en eller anden måde sådan...
Men samtidig er jeg også lidt overvejere,
når jeg simpelthen skal børne på et tidspunkt,
hvis jeg får en dreng.
Jeg havde et navn.
Men det vil jeg faktisk ikke engang se.
Nej, lad være.
Lad være.
Så kunne jeg også godt...
Skulle vi få flere kalde det for Ivan?
Det er dumt, hvis du selv skal høre det.
Du skal have det som backup til,
når du en dag virkelig føler.
Du skal gennemfinde dig selv.
Men det hedder...
Du er også rigtig meget dig, faktisk.
Det er jo kaldt, men nu.
Jamen, det ved jeg.
Og det, hvad hedder det?
Det kan jeg godt se.
Du kunne sagtens høre, du er også...
Mener du også meget om Ida, ikke?
Jo.
Eller sådan...
Og så ligner jeg selvfølgelig også,
du er lige på lidt.
Det gør du nemlig.
Du har en duali på energi.
Tak.
Nå, tak for det.
Ivan og du er faktisk også lidt sammen med energi,
føler jeg.
Det føler jeg ikke.
Der er meget saft, og saft i begge show.
Nå.
Lad os lukke det ned med sædes.
Kom videre.
Okay.

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

Vi skal i gang med Danes dilemma.

Jeg kan lige løse det op.

Ja.

Hej Maria.

Hej.

Og Ivan.

Det hedder vi skulle ikke.

Hej.

Jeg har et dilemma, som jeg håber ikke at hjælpe med.

Min veninde ringede i sidste uge hulgne.

Hendes kæreste havde slået op med hende.

Kæmpe chok.

Hun var stadig dybt forælsket.

Jeg var på mit studio, men smed alt jeg havde i hænderne og spurte mod hendes hjem.

Jeg kom derhjem og krammede, trøstede, lyttede

og forstod bare så godt, det hele var krise og hårdt.

Jeg lavede også mad, selvom jeg slet ikke kan finde ud af at lave mad.

Hvor en ægte hjertesofs-doktor til solen gik ned.

Siden da har jeg blot oplevet, at hun ikke har været så cool over for mig.

Hvilket måske er fær i begrænset mængder i kærecesofsprocessen?

Spørgsmål.

Hade en aftale med hende i søndags, som hun helt køligt skriver, at hun ikke kan.

Lige inden jeg regnede med, at vi skulle ses.

Jeg lavede den bare forbi passere.

Hun er så trist, tænker jeg.

Og hun har så haft brug for at være sammen med en af sine andre venner.

Den går også lige.

Det skriver hun ikke til mig, at hun var, men det ved jeg, at hun var.

Jeg kender hende, og jeg ved, at det ikke er fordi hun bare ligger under dynen.

Hun er sammen med en anden venne og venner.

Og jeg er så forvirret over, at det lige pludselig ikke er mig, der bliver prioriterede.

Samt irriteret over, at jeg har skrevet til hende hver dag, om hun er okay, om hun er brug for noget.

Og informeret hende om, at jeg har telefonen på lyd om natten, så hun altid kan ringe.

Og så videre, og jeg mærker ingen form for taknemlighed.

Måske er det bare fordi jeg aldrig selv har været i et breakup.

Er der en uskraven regel om, at man må behandle ens venner, som det passer ind, når man bare er ulykkelig nok?

Og er det mig, der er helt ufølsom og respektløs?

Jeg forstår hende og gav hende min enderliste forståelse,

men jeg synes bare ikke, man skal miste respekten for andre og deres tid,

om man så er i hjertesorg.

Det skal lige sige, at vi normalt er sammen ofte, og har været hinandens allertætteste.

Og nu føler jeg slet ikke, at jeg kan mærke hende, eller hvor vi står i vores venskab.

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

Hvad skal jeg gøre?

Den er svær.

Ja.

Hvad dine umiddelbare tanker?

Min første tanke er helt klart også, at den er svær.

Jeg kan sagtens spejle mig i begge sider.

Jeg kan sagtens spejle mig i, og har hjertesorg, og bare blive egoistisk.

Og det kan jeg ikke forholde mig til lige nu.

Jeg kan ikke forholde mig til dine søvede følelser over, hvor meget du gerne vil ses, eller den taknemmelighed, du forventer at få, eller...

Jeg kan ikke give noget.

Så hvis du vil give noget, så giver du det 100% gratis.

Og den følelse kan jeg sagtens få.

Også især med min familie, hvor der på en eller anden måde er sådan...

Man har endnu længere, eller endnu mere endnu skrev en regel om, at man kan behandle hinanden lidt dårligt i perioder, end man trods alt kan med sin venner.

Så den følelse kender jeg godt,

men jeg har også sagtens følelsen af,

og være den person, der smider alt, jeg har i hænderne,

sætter alt på standbejde, melder mig selv syg for arbejde,

aflyser alle, aftaler ikke kalenderen,

og så pludselig står der en veninde på den anden side og siger,

ej fuck det, jeg lige, du ved, det lige meget,

eller kan jeg ikke lide, eller et eller andet.

Og man så tænker, kan jeg blive sund nu?

Eller det kan jeg jo ikke.

Eller at have nogen i overhovedet bedt mig om at gøre alt det her.

Og det er i hvert fald noget,

som jeg tænker lige at snakke lidt om,

fordi jeg synes,

og det tror jeg også, man kan pege over i mange andre situationer,

i venskaber, men det her med,

hvad man gør for andre, som de ikke har bedt om.

At jeg synes, der er forskel på på en eller anden måde,

hvis den her veninde havde sagt,

jeg vil gerne have, jeg har brug for nu,

at du er min tætteste person.

Jeg har brug for, at du sætter alt andet på lavt blus,

fordi jeg har brug for, at du er der 24 timer i døgnet.

Vil du ikke nok have dine telefon på lyd om natten?

Vil du ikke nok lave hver med at lave andre aftaler,

som ikke kan aflyses, fordi hvis jeg pludselig er helt ud og skede,

så har jeg brug for at vide, at jeg kan komme hjem til dig,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

når som helst.

Jeg har brug for alle de her ting, at hun så gør det, og så bliver brand af på den der måde.

Så vil jeg sige, det måske ikke i orden.

Men spørgsmålet er, hvor meget den her lytter.

I virkeligheden gør det, fordi det er det, at hun selv vil ønske at få, hvis hun havde hjertesorg.

Altså, at man kan projektere sin egne ønske, eller det, man selv gerne vil have over på nogen andre, og måske er det ikke det, som den ven i virkeligheden har brug for.

Altså, jeg får sådan en i, at man selvfølgelig, når man er ked af det,

eller når man har en ven, der er ked af,

at det godt kan finde på at gøre den slags ting, fordi man tænker, at det er, hvad jeg vil have brug for.

Men jeg tror også, at når man er ked af det,

kan man jo også godt have svært at sige, hvad man har brug for, og derfor har man jo ofte en tendens til,

som en af de næreste venner,

at være sådan, okay, hvad forestiller jeg mig personen har brug for?

Og så gør jeg de.

Men her synes jeg også, at det er lige ved at lydes mig,

at der er blevet bedt om hjælp i hvert fald i den første omgang, og at jeg har haft en aftale, som så er blevet aflyst,

men hvor der er en anden, der træt ind i billedet.

Og jeg kan godt forstå, at lige præcis den lille konkrete situation har gjort ekstra undt i hvert fald.

Jeg er helt med på, at når man er helt nede i kuldkælderen,

og uderskidet, og fucking ked af det over hjertesovre,

så er det begrænset, at hvad man overhovedet kan give tilbage, så er det netop bare, så modtager man 100%.

Det er man på et tidspunkt og på overfladen,

at jeg kan være sådan her, tak fordi du var der for mig i den periode.

Men der hvor det lige klipper lidt for mig,

det er bare stadig lidt tagligt at få nogen til at komme

og være der for én. Det synes jeg ikke, at jeg kan tagle det.

Det synes jeg bare, at man skal.

Men også lave en ny aftale i borgen,

og så er det pludselig være sådan,

at jeg er faktisk helt sammen med en anden,

og så måske ikke aflyse på en ordentlig måde,

og så kan jeg godt forstå, at man står tilbage, som lytter den her,

og føler sig måske en lille smule udnyttet,

eller i hvert fald føler sig lidt dum.

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

Okay, så jeg kunne bruges i folkårs,
men jeg kunne ikke bruges i dag.
Og du har ikke rigtig givet mig nogen grund.
Du siger bare, at du ikke kan overskule det,
eller hvad ved jeg?
Men jeg ved, at du er sammen med andre,
men du vil ikke se mig.
Det er der, hvor den for mig klipper lidt,
fordi jeg er helt enig i,
men man kan gøre nærmest hvad der passer ind,
når man er rigtig ked af det, og er i sorg.
Og der kan man også godt aflyse,
og man kan også godt sige,
at jeg har lidt mere lyst til at være sammen med den her person,
men man er stadig nødt til at kommunikere
bare en lille smule til folk,
hvis man får lyst til at se en anden,
end den, man havde en aftale med, synes jeg.
Ja, fordi den store forskel ligger selvfølgelig i,
at hun har ikke aflyst for at være alene,
og græde at ligge først og stille i.
Hun er aflyst, fordi hun gerne vil se en anden ven.
Men samtidig så tænker jeg også,
jeg kender virkelig godt især, i jeg er i det sorg,
følelsen af, hvorpå virkelig man er,
de mennesker man er sammen med,
og at man kan mærke i forskellige humør,
og forskellige sindstillestandene,
hvor man lige er i sin proces,
hvem det vil være godt for en at være sammen,
og hvem det ikke vil være.
At jeg har både veninder,
hvor det er rigtig godt,
hvis jeg er helt bare ved græde,
og snakker om hvor forfærdeligt det er,
og hvor ulykkelig jeg er,
og se film, eller du ved,
og så kan de værre,
og de kan trøste, og de kan kramme,
og lidt som hun beskriver,
lave mad, pass på mig.
Der er også tidspunkt af hjertesorn,
hvor jeg ville være bange for at være sammen
med den samme person, som var perfekt i den situation,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

fordi jeg selv er et sted,
hvor jeg har brug for at måske at få at vide,
fuck ham, det er fuldstændig lige,
gylte et prøv at se din fede karriere,
og hvad skal vi otte ved,
og en der er lidt mere energi på en eller anden måde.
Min vanske har også forskellige energi,
og det har jeg jo,
jeg tror også, at jeg er en,
som man måske kan have mest lyst til i en del af processen,
og ikke når man lige har rykket sig et skridt videre,
eller hvad det nu kan være,
og der kender jeg i hvert fald selv,
og det kan være virkelig farligt,
at gå imod sin umiddelbar intuition,
omkring hvem man gerne vil være sammen med,
fordi hvis man så er sammen med den person,
som man kommer lidt i et tristets humør med,
at så kan man komme tilbage,
blive skudt tilbage i sin process,
og at hvis man havde brugt dagen med den her person,
som man ved har en kæmpe energi,
eller et eller andet noget konstruktivt,
eller hvad det nu kan være,
at så var man måske lige rykket sig lidt frem,
og man har ikke råd til at rykke sig tilbage,
fordi man er så skrøblig og sårbar,
og det kan jo være vildt svært at sige til en ven,
at jeg kunne godt bruge dig i går,
men lige nu har jeg brug for det,
som Ida giver mig,
fordi Ida kommer hen,
og så har hun købt en flask vin med,
og så er hun sådan her,
og så tager de den op på, at vi skal i byen,
og det er det, jeg har brug for lige nu,
og jeg ved, at du er en anden type,
og det er der ikke noget galt ved,
og så er man i den sov,
og så kan man ikke overskue,
og skulle forklare det,
og potentielt have en eller anden form for konflikt,
men man skal simpelthen betyde vildt meget for en,
og så tænker man, at det eneste,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

jeg kan overskue, det er bare at aflyse,
og så skal jeg bare passe på mig selv,
og det gør jeg ved at se den her anden ven.
Jeg er meget enig,
og jeg er sikker på, at det er noget,
eller det der er sket,
altså det der med,
at når man er nede i koldkalleren,
om man har hjertesål,
om man er syg på den ene eller anden måde,
eller i sov,
det er der, hvor alt,
jeg virkelig er det mest overskule i hele verden,
altså jeg kan kun tænke tilbage på dengang,
under min egen depression,
for eksempel hvor jeg jo ikke engang kunne overskue,
og åbne min egen påskas,
altså hvor jeg ikke gik forbi,
og så hvordan der er stakk flere ting,
og så er jeg ude af den hver dag,
og jo mere det håbet så op,
jo sværere blev det at
tage stilling til,
og tage en svar for på en eller anden måde,
og det kan man jo også godt prioritere lidt over i sådan noget,
hvor at det starter med,
og bagefter tænker man,
det kan man få dårlig som vigtighed,
og ordentlig sige dårlig selvhverm,
når man lige er blevet slet op med,
og så kan man være sådan,
det kan jeg ikke overskue,
og sige undskyld for,
eller at forklare mig for,
så er det nemmere bare lige at holde
den her person lidt ud i strakt arm,
og så se nogen andre,
og så er det på sig håbet, at det så overbliver,
så med påskasen,
så får man dårligere og dårligere som vigtighed,
eller hvorfor man gør,
det kan man ikke overskue,
og så bliver den der person lige pludselig
sådan en lidt undig mavenaktig,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

som man prøver at holde ude selv,
at det ikke har noget med personen at gøre,
men at det er fordi man selv godt ved,
at man lige var lidt røv,
men at man ikke har overskudet energien,
eller ansvaret til,
at du kan gøre noget ved det,
fordi man er der, hvor man er i sit liv,
det husker jeg i hvert fald,
og jeg kan huske et ret konkret eksempel fra,
da jeg var ude på den anden side,
og den der virkelig toksiske lortererelation,
som du fortæller om i 112,
kan du sige, er der?
Og hvor jeg så var der,
altså, min depression startede jo allerede
i 17, og var jo i et par år,
faktisk.
Jeg fandt min psykolog ud af,
og når jeg tænkte tilbage på den periode,
kan jeg også godt huske, at der var nogle veninder,
som jeg tog noget afstand fra,
og det startede faktisk nok,
ligesom du sagde,
at der var nogle,
jeg bedre kunne rumme og være sammen,
men nogle, der var mindre og perfekte,
nogle, der ikke var så satte steder i deres liv,
nogle, som jeg ikke samlede,
men de kan jo også sagtens være sådan noget,
hvor jeg var sådan,
det her er en af mine bedste veninder,
men hun bor med sin kæreste,
og har super styr på alle sagerne,
altid overskud og træner,
og løber og laver lækker mad,
og så starte mig vel så gerne,
at være der for mig,
men jeg kunne ikke overskuge hendes overskud,
og jeg var sådan,
jeg vil heller være sammen med nogen,
der er lidt ligesom mig selv,
er sengler,
og har et lidt dårligt forhold til mænd,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

eller i hvert fald,
dem, som de skal være i romantiske relationer med,
og godt kan lide at drikke
toft og frihel og lørdag.
Det er også det, vi snakker om i den sidste sengelige vennergruppen,
afsnittet, det er der mad pludselig at føle sig som
hver en eller i bens, eller et eller andet,
fordi, at jo mere du spejler dig
i det, du drømmer om,
eller det, du var,
og så ser dig selv i kontrast til det,
for nu er jeg bare lige blevet forlagt,
at så kan der komme en historie i hvert fald
ind i dig selv om, at jeg er milevidt fra det.
Min virkelig hedder en helt anden,
jeg er jo bare sådan en, der
er alene, kan drikke mig full,
skal på dating-app.
Det var jo i hvert fald meget sådan, at jeg havde det
med et par af mine venner,
og det var jo dem, der havde mest overskud
til at være derfor mig på en søndag og god måde,
men hvor jeg mere havde behov for,
at være sammen med de mennesker,
jeg kunne spejle mig i, der hvor jeg var i mit liv.
Og derfor
kom til at være lidt en røv
overfor nogle af mine andre venner,
fordi jeg tog mere og mere afstand fra dem,
og hvor det så ender med at være der,
hvor de et par gange så fattig mig,
hvorfor spørger du aldrig om, at jeg kan ses,
og jeg kan ræve op,
og min kæreste kan tage over og soves nogle andre,
og se film og alt sådan noget.
Hvor er jeg ikke rigtig vist, hvad jeg skulle sige,
men hvor jeg samtidig fik dårlig som vildighed,
og hvis der var noget, jeg fucking ikke kunne overskue,
det er stedet, hvad jeg var i mit liv, så var det,
jeg også kunne have mere på min skuldre,
som fik mig til at få det dårlig med mig selv.
Ja, og flere svære samtaler,
eller flere ting.
Det, du gør lige nu, hvor du så gerne vil hjælpe mig,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

er virkeligheden bare rigtig meget hvad jeg har,
fordi jeg kan ikke rigtig altså sådan overskue
at fortælle dig,
hvorfor tingene er som de er,
men nu forrører det dårligere,
at det bliver til en større byl på en eller anden måde.
Jeg kan i hvert fald også sagtens set mig ind
i det der med, at man kan være en røv,
når man ikke har det godt.
I følge informationen ender flere og flere
venskaber i et brud,
eller det tider popkulturen, film, podcast
og sociale medier i hvert fald på.
For her er der en stigende gradfokus
på venskaber, og ikke mindst,
hvad når og hvordan vi afslutter dem.
I følge en filosofahistoriker, som information
har taget med at skyldes det bl.a.
at vores identitet i højere grad
hænger sammen med vores venskaber i dag,
end hun gjorde tidligere.
Og at vores venner skaber, hvem vi er.
Hvis vores venner ikke kan forenges
med det, vi gerne selv bevæger,
er vi derfor tilbøjelige til at slå oppe med dem.
Men jeg kunne godt, på tross af
vindepression,
at jeg håndterede det der anderledes.
Hvad gjorde du? Hvornår snakkede du
nogensinde med dine venner om det?
Eller ventet du bare lige så stille tilbage
på et trosspørg.
Jeg visste jo ikke, at jeg var deprimeret.
Det fandt jeg først ud af,
da jeg ligesom
kom til psykologen og blev sygmelt
og fik noget hjælp.
Og det, jeg tror, er, at det gik
op for mange, når
altså, okay,
så har der også været en grund.
Altså, så har der mange bedre forholdser
til det, når der så er det pludselig
sådan en, når Ida er lige nu ret

syg egentlig, og har måske været det i lang tid, og har derfor ikke haft et overskud. Så der har jeg også været heldig, at der er bare nogle meget kærlige mennesker i mit netværk, som virkelig er sådan om, så kan vi godt... Så kan vi forstå det, så kan det mening, så havde det ikke noget, vi skal tage personligt, og jeg mennes ikke, at jeg har sat mig ned efterfølgende og sagt, det må i virkelig jo en skyld eller noget, men mere sådan, at vi bare har møttes i en forståelse for, hvad det egentlig er, der har skete kommet jo også bag for mig, jeg var også sådan... Så havde man sgu lige en impression, det var lidt specielt. Altså sådan, og der var det jo mere der, så var det udtalet, og så kunne folk være der for mig på en anden måde folk. Og jeg havde en større forståelse, og så kunne vi mødes i det, og så var det som om, så arbejderer vi mere fremad, end hun måtte forholde os til, den der stillstand, jeg havde været i et par år efterhånden. Så nej, jeg sagde ikke noget, jeg ikke sagde noget, men jeg tror, at folk forstod det mellem linjerne der, og at det var rest bare at være sådan der, nu laver vi clean sheet, og så opfører vi os alle sammen over for hinanden, eller hvad man siger. Men jeg ville det godt, og det kan jeg kun opfordre folk, der har i hvert fald bare den det mindste snert af overskud til det, ønske, at jeg havde sagt noget, fordi som det også er med postkassen, eller som det er med ting, man går for dårlig, som vi tager over, så vokser det sig kun stærre, og man bruger mere mere tid af energi på at gå og tænke over det, og få und i maven over det, i stedet for at tage tyren ved hånden,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

og bruge de ti minutter, det måske tager tømme på at skasse natto tal med sin veninde på at så få noget sred i sjælen.

Det var i hvert fald også, når det er min sjokolog, så jeg er allermest i.

Og det er jo en generelt ting, om man er deprimad eller i sorg, at mennesker har en tendens til at bruge meget mere tid på at være nervøse eller have und i maven, eller overting noget på at gøre det hurtigt og få det ud af verden, ikke?

Ja, ja, ja.

Nej, det synes jeg slet ikke.

Men jeg tænker, at selvfølgelig så er det kun noget procent en god ide hvis man står på den anden side af det her dilemma, og har noget form for overskud at kommunikere med sine venner.

Men vi kan jo ikke sige, hvad hun skal gøre.

Vi bliver nødt til at på en eller anden måde

at sige, hvad kan Lyttern gøre, ikke?

Hvad kan hun gøre i den her situation?

Jeg tænker, at jeg kan godt genkende mig selv rigtig meget i, at mit også lidt kærlighedsbrug i venskaber er også det dermed, at slæb alt, jeg har i hænderne.

Det har vi også snakket om mange gange.

Og det er også,

fordi jeg godt kan lide, at det er derfor igen.

Det er jo det, jeg elsker mest med min venner, det jeg kan mærke.

Men der kan gå lang tid,

hvor man ikke lige ses,

eller man ikke har tid, og man har travlt, og du ved alle vores

levede liv. Men

hvis jeg ringer graden kl. 2 om natten, så kommer du faktisk i den følelse.

Jeg kan rigtig, rigtig, rigtig godt lide

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

at gøre mig meget tryk. Og derfor er det også meget, at det, jeg har givet i mine relationer, når der er kriser, så er jeg der. Så du ved, laver jeg den ko, og stiller den fonddør, og skriver den noget besked hver dag, og kommer med motivation, og tilbyder i alt hjælp i verden, og melder mig syg fra arbejde, hvis det der skal til aflyse ting med min mand og min børn, fordi jeg er der for dig, det nu det gælder, og jeg ved det nu, du har brug for det. Og derfor er det nu, jeg er der. Det er også lidt ligesom, når man prøver at rade en mand. Altså, kender du det? Når man bliver for alt skridt en eller anden, så man føler, man kan rade, ikke? Og så er han i virkeligheden en bad boy, som ikke vil eller kan rade, i hvert fald ikke af mig, og så kaster jeg alt min kærlighed på mig, så forstår jeg ikke, hvorfor jeg ikke får det tilbage. Og jeg tror, jeg har jo blevet mange gange at blive skuffet over, ikke at få det sammen tilbage, eller hvorfor er du ikke nok taknemmelig, eller hvorfor betyder det ikke så meget for dig, som det gør for mig, det er jo et helt afsnit, det der også. Ja, 100%. Men der kan jeg i hvert fald mærke, at hvis det var mig, der stod i hendes situation, så tror jeg, jeg blev nødt til meget hårdt og skal jeg op for mig selv, hvorfor er det, jeg gør det her, og hvad forventer jeg for igen? Hvis jeg skal holde min telefon på lyd,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

hvis jeg skal skrive, så er det beskudet hver dag,
hvis jeg skal være der og tilbyde mig selv,
hvis jeg skal lave aftaler velvidende,
at de kan blive afløs på to sekunder,
så skal jeg gøre det med en forståedighed
om at forvente indtilbage i
eksempel uger
under et eller andet, og ligesom
at sige, det er bare, det er noget, jeg kun giver,
det er frivilligt arbejde.
Der kommer ikke noget tilbage,
hvis der gør, så er det en kæmpe bonus,
men det er ikke noget, jeg forventer,
fordi så snart, at man,
jeg har en følelse af,
hun skal blive glad for det,
hun skal være taknemmelig, hun skal
tage mod det, hun skal prøve til at
få nogle forskellige ting,
selvom det måske er små ting,
og hvis der ikke var hjertesår,
ville det være fuldstændig færre,
så har jeg sat mig selv op til,
også at blive såret, og blive skuffet.
Der er for meget sov i den der
relation, allerede til,
at der er nogen, der kan rumme,
at de også nu har en konflikt,
altså det er ikke tidspunktet, følge jeg.
Nej, man kan i hvert fald ikke overskue,
som den, der i forvejen er, den triste veninde,
at der er lige pludselig en anden,
men dermed ikke sagt,
at jeg er 100% enig,
det du siger det der med, at
jeg kan også sagtens sætte mig ind i,
det der med, at man lige pludselig følger,
man giver mere end man får,
og det er jo også noget, vi har talt om før,
så er det, som jeg har følt nogle gange,
med at jeg har følt, at jeg har taget
mere interaktiv i min venenskab,
eller jeg har følt, at jeg har lavet mere med dig,
eller hvad ved jeg?

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

Men hvor jeg også har kommet frem til,
eller vi har kommet frem til de gange,
de man forventer at få det tilbage igen,
det skal jo være noget, man skal gøre,
fordi det giver en noget godt,
eller fordi man selvfølgelig godt vil give det til andre,
fordi det er ikke slet ikke sikkert,
at der ikke er nogen af mine veninder,
der har bedt mig om at imitere behaftens mad,
og bare fordi jeg gør det,
så skal jeg jo ikke forvente,
at så plejer vi jo også nu til at imitere,
og det har hanget mig rigtig meget fred,
at finde ud af, at jeg har overskuddet,
jeg kan godt lide at lave mad,
jeg har økonomien til det,
og jeg har lyst,
og de gør mig glad at få gæster.
Og det lille virkelig også det,
jeg tror, at hun skal mærke efter,
har du lyst til at gøre det her,
fordi hvis du ikke har lyst,
så bare laver.
Altså så la hende række ud,
så skal hun nok, der er masser af venner,
som ikke gør sådan noget her.
Det er helt normalt,
der er masser af mennesker,
som når deres venner har hjertesån,
som ikke slipper alt de her hænderne,
det er for voldsomt,
du har brug for at få noget tilbage,
så laver og gør det.
Og så vand på, at hun ringer,
og siger, nu har jeg brug for det her,
og så kan du se, om du har lyst til det,
og så har du sikkert mega meget lyst til det,
fordi du kan mærke,
der er et behov, der er derfor også intergennemmeligheder.
Men mærke efter, har du lyst til at gøre det,
uanset, eller har du kun lyst til at gøre det,
hvis du får noget igen,
for så laver.
Det lyder måske provokerende,

og partoksal, når det er kærlighed,
der måske har knuset i første omgang.
Men jeg taler ikke om romantisk kærlighed,
som medicin,
bare kærlighed helt generelt.
I følge det psykologiske site,
udeforsk sendet,
kan selvkærlighed,
en morskærlighed,
kærlighed mellem venner,
eller lignende hele dit knusste hjerte.
At føle sig anerkendt,
og accepteret af andre,
hjælper os med at ligne vores
knusste hjertet sammen igen,
fordi vi kan mærke, at vi ikke er alene.
Faktisk bliver vores hjertet
stærkere af modgang.
Det kalles modstandsdygtighed,
og er evnen til positivt at tilpasse os
vanskelig forhold.
Så tror jeg bare,
hun skal huske lydøren,
at det godt kan være overvældende
om at modtage så meget om sorg.
Altså, at man er et sted,
og pu her,
og hvilke ben skal jeg stå på,
og jeg er lige blevet forlært.
Og at der er nogen, der fortæller,
at jeg har sat min telefon på lyd,
så du kan ringe om natten.
Det er jo simpelthen en kærlighedserklæring.
Det er så fantastisk,
jeg er virkelig den bedste veninde.
Men også overvældende at få vide,
fordi man lige pludselig,
det ville jeg godt kunne føle.
Lige pludselig, at jeg skulle udnytte,
at min veninde, forstår du hvad,
men hvis man vundet mig om natten,
så er det bare ikke ens bedste veninde,
man har brug for at tale med.
Så kan det godt være,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

det er egentlig en gammel folkeskolen,
fordi det sidste, man så dem,
så var det lige præcis det,
man talte om med den her fyr,
eller hvad ved.
Altså, så er der jo,
eller at man vogner,
man egentlig ikke lyst til at ringe,
og så kan det være,
man ikke har lyst til at sige til veninde,
og overøse folk med,
hvor meget man godt vil være der for dem,
på en overvældende måde i hvert fald,
eller i hvert fald så ikke blive skåret fed.
Jeg tror det er meget det, det handler om.
Altså at sige, hvis jeg gør det,
så gør jeg det bare,
sender det ud i universet, uden at forventere for noget tilbage.
Jeg følger ikke op på,
hvorfor du ikke ringede om natten,
eller hvorfor aflyser du,
eller jeg giver det bare,
fordi jeg har det overskudet.
Og hvis du bliver ked af det over,
og hun skal nok selv bære mig hjælp,
altså så gør det i meget mindre grad,
så bare sige, hey, jeg er der.
Og så tror jeg virkelig,
at du som skriver,
som lytter,
skal vide,
at det har højt sådan synlig
indet personligt,
med dig at gøre,
eller at I er ikke lige så tætte veninder længere,
eller at hun ikke har lyst til at være lige så meget veninder,
eller noget,
men at hun er et så skrøbligt sted,
og hun mører hendes energi, hendes udvikling,
hendes hjertesortsproces,
er dybt dybt dybt på opvirket af,
præcis hvad hun laver,
hvem hun ser, alt kan ødelægter på en dag.
Det kan jo ødelægter bare,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

at du får at noget er udsolt
nede i en netto, som du havde planlagt at købe,
og så er hele resten af dagen ødelagt.
Det bliver min nu, uden at jeg er der så.
Præcis, og så gang det lige op.
Altså hvis du så er sammen med en person,
hvor at hun måske det kan være,
at du er god til virkelig at tal
ind i alle de følelser,
hun har omkring den her kæreste,
og hvad de var, og hvad hun drømte om,
og at hun ikke har lyst til,
at hun ikke har lyst til det,
at hun ikke har lyst til at snakke om det nu,
at hun ikke har lyst til at græde,
at hun har lyst til at brække sig full,
eller snakke om noget helt andet,
eller grine rigtig meget,
og at det ikke er den energi i oftest er i,
når hun er ked af det,
fordi du måske spørger meget ind,
eller siger, hvordan har du det?
Det kan hun ikke overskue.
Altså, og der er ikke nogen,
der spørger mig, hvordan jeg har det,
for så begynder jeg at græde,
og jeg gider ikke græde i dag,
så nu ser jeg den her veninde,
som jeg ved, at jeg har en hele energi.
Altså det kan være så mange ting,
og det kan også være,
at dit liv er,
altså dig, der skriver ind,
at dit liv er for meget noget,
hun drømmer om lige nu,
til at hun kan overskue og være tæt på det.
Og så med,
at så snart hun er lidt længere i sin proces,
så skal I nok finde tilbage til hinanden,
og få det samme vendskab.
Men spillereglerne er lidt
sat ud,
når man er i den her
akutisensjok tilstand,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

som nu er det lige skete.
Det er bare sjovt, du siger det der,
fordi nu har jeg tænkt mig om,
så har jeg både i den der
defrosionsperiod og hjertesortsperiod,
mit liv faktisk mest tænkt ud,
altså det var nogen,
jeg så mest var nogen,
som nærmest startede venskaber op med,
fordi det var som om,
at det var helt klart 100% nemmere,
og hænge ud med nogle mennesker,
der ikke rigtig kendt så meget til,
hvem jeg var en gang,
eller hvordan jeg plejede opføre mig,
så jeg ikke skulle søge til ansvar over,
for på samme måde,
som jeg bare kunne hænge ud og hygge med,
og snakke om ting, der foregik lige nu,
og ikke skulle gå ned i dybden,
eller ikke kendt jer sammen så meget,
fordi det føler jeg også kan være svært,
at du kendte ham jo også,
og når du kigger på mig,
så føler jeg, at du ser os ham,
og det kan være onikøbet, du ved noget,
altså det kan være, at du står i følge,
at jeg ham på Instagram,
man har nogle fælles venner,
altså der kan være rigtig meget, der er forbundet,
hvor at man forbinder sine venner med,
vi var jo også et par venner,
vi spiste jo alle fire,
nu er det jer to og mig,
det er så mange usynlige ting,
som påvirker i forhold til,
hvem man lige præcis kan overskue,
og se, når man er allerede,
eller mest følsomme, ikke?
Jo, det er i hvert fald bare,
jeg er meget enig i, at jeg tror ikke,
at hun overhovedet skal tage det personligt,
hende som har skrevet til os,
fordi, at man godt kan være en røv,

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

når man har et dårligt,
altså spørgsmålet er altså,
hvor langt man må tage den,
det er med at være en røv,
når man har det dårligt,
fordi det er egentlig, at man tænker på sig selv.
Og det spørgsmålet om, hvad skal hun gøre?
Altså, der har vi jo sagt i hvert fald,
mærk efter,
har du lyst til at give alt det her,
uden at få noget tilbage?
Hvis svaret er nej, så laver og gi det,
så vent på, at hun selv rækker ud,
og bør om noget, og så gi det.
Har du lyst til at gi det hele,
og du kan mærke, at det vil jeg gerne,
så sløb nogen som helst form for forventninger,
og bare gi det,
laver med at tage en snak om det nu?
Ja, det er også mit rød nummer 1, faktisk.
Jeg har godt forstået, at man har lyst,
men laver med at begynde
at skrive, at Miu og Piu,
og sådan noget,
fordi det er det,
sidste man ikke har overskoet,
når man har det dårligt.
Vent til at se, om hun ikke,
når hun får det lidt bedre selv,
kommer tilbage,
og hvis der går et halvt år i stedet,
i overhovedet ikke ses eller et eller andet,
så kan man give hende lige
plads til, at hver f**k en ked er det.
Et halvt år i et lang tid.
Ja, det er vores definition
at få, hvor lang tid man må være kære,
og så nede. Jeg siger også et halvt år.
Du er max, max, max, 3 måneder.
Ja, jeg vil også sige, at nogle måneder,
så kan jeg godt forstå, at man får lyst til,
at jeg ikke har hørt fra dig,
jeg har sagt, at jeg sover med min telefon på lyd.
Jeg vil sige et halvt år.

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

Det første halvår er, at jeg er smadret.
Det er helt klart, at man godt må være ked,
så det slår ikke noget. Det må man være lang tid.
Men hvis du godt må kære som nærvendende,
her er en af de bedste,
måske begynder at være sådan,
kugelig kug.
Jeg har godt tænkt mig at se dig,
og jeg synes, det er lidt underligt, at du ser alle mulige andre.
Jeg er helt forstået.
Det må du selv.
Du kan tage i dig salamidrådet.
Tidsperioden må du lige selv vurdere.
Og så har vi jo også lavet
et afsnit om sov
sammen med Julian, din kog ven,
og vi har også fået marcos klog
op på,
hvad man skal være opmærksom på,
når man er en ven
til en, der er i sov.
Så det er et afsnit,
kan du lytte til,
og høre, hvad han siger der.
Hvad Julian siger, for han kommer også med en maskorød.
Ja, det gør han. Så derfor har vi heller ikke markomage.
Det er et afsnit.
Skal vi sige forvælde og tak?
Ja, så skal vi sige, at jeg vil gerne sende
noget,
kærlighed til både såfølgelig personen,
med hjertesvær,
men altså til hende, som at smide alt, hvad hun har i hende.
Nu er det trist, fordi hun ikke må give det.
Jeg kan kendere altså godt den der følelsag,
man står lige, når man føler sig lidt som en klog.
Så er man med en film,
hvor man kaster alt,
og nu skal vi spise is i sovfagen,
og jeg har sagt,
jeg har selv slået op.
Og nu er vi tilbage.
Det er bare en sårbar situation,
og så stilles jeg selv lige faktisk.

[Transcript] 112 For Venskaber / MÅ MAN VÆRE EN RØV I HJERTESORG?

Det er så meget.

Det er ikke ret.

Men kaste den kærlighed på nogen andre imens.

Ja, fuldstændig.

Så godt vil jeg hjem og have det hjemme og lave mulighed, selvom det ikke er god til at lave mad.

Tak for i dag.

Jamen selv, faktisk.

Tak for i dag.

Hvis du har et vnskebespørgsmål, du gerne vil være hjælp med her i podcasten, så send det til en af os på Instagram.

Så kan det være, at det er dit spørgsmål, som vi tager op i næste uge.

Mit navn er Maria Jansal,

og mit navn er Ida Sofia.

Du har lyttet til 112 forvendelskaber.

Vi lytter sved.

Tak for i dag.