

Jeg føler mig som den største fiasko.
Jeg føler mig sammen med, og så føler jeg, at jeg ikke har styr på en skide.
Så kan jeg bare brave dig ud af, og alle elsker jeg.
Og jeg elsker jeg fucking ikke. Jeg kan ikke forstå det.
Kærester kommer og går. Venskaber består.
Det har jeg hørt, og derfor har jeg også haft det skamfuldt over.
At jeg har mistet mindst lige så mange venner som kærester.
Du kan genkende følelsen af, at venskaber kan være den stærkeste, skrøbliste, bedste og sværeste relation i verden.
Lige nu har jeg både gamle venner, jeg håber på at vinde tilbage.
Nogle jeg helst vil glemme. Venskaber, jeg drømmer om, bliver endnu tættere.
Og venneforældskelser i folk, der endnu ikke ved, at de en 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 sæt blive venner undervejs.
Mit navn er Ida Sofia.
Mit navn er Maria Jensel. Du lytter til 112 for venskaber.
Velkommen til.
Velkommen til Etter 2 for Venskaber.
Det står Ida Sofia-show, hvor det i dag kun vil være min stemme.
Og mig, mig, mig, det vil jeg tale.
Hvordan marier? Hun er her, men du har mit sted til stemme.
Det værste er, at det jeg virkelig ikke kan, det er grinen.
Det er grinen for mig til at gøre sådan her.
Det er blad svært, fordi jeg er så stemmeskæk.
Du er nemlig så skideskæk, for helvede.
Jeg sidder her, fordi du er god til at snakke, og der er vi vurderet.
Du kan godt page her, det her afsnit af 90 % på dine skulder.
Så kommer jeg ind for siden af gang mellem.
Hvad kan man lære, at det her marierer ikke, og det er det, der sker?
Hvad kan man lære, at det her marierer ikke, og tager på Amigo-barret om morgenen?
Ikke at tage hjem til sin syge medværd.
Ej, ej, ej. Det er ikke mig, der smider mig med det, du har.
Det var bare dagen efter, jeg fik det.
Du havde en syg baby også.
Men hvad fanden foregår det, jeg får sådan et voldsom udgave?
At være ind dig eller mit datter har haft, det er helt vildt uretfærdigt.
Så det er bedre bare at få den ned på Amigo-barret, der er den rene varme.
Det har jeg da haft lidt sjovet af det.
Men jeg tror også, at det, vi har snakket om, måske også.
Og det har du også selv skrevet om på din Instagram, at det måske også handler lidt om, at du har været meget stresset og presset, og din krop har taget det, som stresser den fra dig.
Det er det, du kan bruge til at stresse den nok nærmere, ikke?
Jo, altså, der er mange, der har sagt, at nu har jeg ligesom ikke formødet selv at holde fri i flere år.

Under alt, hvad der er sket i mit liv.

Og så til sidst, så er min krop sådan her.

Nu tager vi stemme fra dig.

Du kan gå syg på arbejde med alle alverdens sygdom og feber,
men jeg kan ikke optage uden en stemme.

Mm-mm.

Altså, jeg synes jo, at det er meget smukt, fordi, at hvis der er noget, der kan røre mig meget dybt,
så er det der med, at kroppen prøver at passe på én.

Ja.

Og gå i alarmberedskab og prøver at sige til én, inden man får et breakdown.

Nu skal du stoppe, nu skal du slappe af, nu tvinger jeg dig til at gøre noget, der er godt for dig selv,
sådan at du ikke brænder sammen.

Og jeg tror jo bare, at det, din lille krop har gjort.

Ja.

Maria, nu er vi ked af det, men vi skjører dig down for det næste måneds tid,
så vi er sikker på, at du ikke arbejder.

Ja.

Og det er bare, at det er rigtig sejt.

Det vil jeg bare sige.

Men i dag, der er vores tema jo, misønnelse.

Mm-mm.

Misønnelse, sådan på et ret generelt plan på sine venner,
fordi vi kommer også til sådan ligesom i nogle andre flere afsnit at snakke om misønnelse,
og sjelosi og sammenligning, hvor vi går mere ned i det med at sammenligne sin krop,
eller det med at være sjelopoetens venner for nye venner,
eller sådan nogle mere specifikke og konkrete ting.

Men i dag, der skal vi prøve at snakke sammenligning mere generelt,
når man sammenligner sig med sin vens liv,
og måske gerne vil have det liv.

Ja.

Noget, jeg kender rigtig godt til den slags følelse,
så jeg glæder mig til at snakke om det.

Sjelosi er angst for at miste noget, du allerede har.

F.eks. hvis du er bange for at miste din venne til en anden ven.

Misønnelse er, at der er noget, du ikke har, som du gerne vil have,
og som du ikke under den anden.

Det kunne være noget materielt, en succes, noget udsensmæssigt.

Og for at der opstår misønnelse, skal der ske en sammenligning.

I følelsevidenskab.dk'er misønnelse ret færdighedssans ikke det samme,
men de relaterede på den måde, at vi ofte mærker misønnelse i situationen,
hvor vi føler, at andre får en urimelig fordel.

Eller når vi mærker en sov over vores egen, dårligere situation i forhold til andre.

I Biblen er misønnelsen en dødssøn.

Så det er klart, at vi efter flere tusind år lang kulturelt tradition for at se misønnelse som

skamfuldre,
har svært ved at acceptere, at den er en helt naturlig del af os.
Men det er den.
Vi føler alle misønnelse.
Og faktisk har forskningen vist, at de fleste af os hellere vil tjene det halve, hvis bare næh.
Jeg elsker mennesker.
Folk er så dum. Vi er så dumme.
Men hvor er de så dumme?
Og faktisk har forskningen vist, at de fleste af os hellere vil tjene det halve,
hvis bare naboerne tjener endnu mindre, end vi vil tjene det dobbelte og have naboer, der tjener mere end os.
Vores lykke afhænger altså ikke af, hvad rige vi er,
men hvad rige vi er i forhold til de mennesker, vi sammenligner os med.
Og evolutionært giver det god mening for vores sociale status i forhold til andre i det store hiakki,
har historisk betydet meget for vores muligheder for at finde vores drømmepartner for børn.
Og faktisk bare at overleve.
Så skal vi i gang med vores vinskabsbarmeter.
Vores vinskabsbarmeter er både, hvordan vi har det i relationen lige nu,
om vi har udviklet os sammen og om vi har lært hinanden bedre at kende.
Og jeg kan da allerede sige nu, at en ting, jeg har opdagede,
som er meget forskelligt på os to,
at jeg er det stikke modsatte af dig, når du kommer til at gå syv på arbejde
eller lige at tvinge sig selv til at tage en ekstra dag eller knokke lige gennem,
eller et andet hvor jeg sådan,
lad os gå ind og lægge om mig, vågner op og er lidt det dårlige humør,
jeg må heller blive i dag.
Så der er vi i hvert fald meget forskellige.
Ja, det må man sige. Jeg har jo også bemærket det om dig.
Var det det du havde tænkt?
Nej, det var noget af mig.
Nej, det var noget sødere.
Nej, det var også fordi, at jeg har bemærket det, men jeg ikke ville bringe det op.
For hvis nu det ikke var noget, du selv så,
så ville jeg måske putte et karaktertræk nedover dig, som du ikke havde lyst til at have på dig.
Sådan en lille smule dårl,
en lille smule, nogen gange for at ikke lave et dagens gode gærning,
selvom du har altid mig i døgnnet.
Ja, men for mig skal du jo vide for det første.
Så synes jeg, at dårskab er på mange måder anti-kapitalistisk ting.
Og noget, som jeg synes, at vi, både du, men også min kæreste,
som har meget samme mentalitet som dig,
ser som et negativt gladt ord, hvor jeg er sådan en, excuse me,
men dårskab kan altså også godt være noget godt.
Det kan være en måde at give sig selv frirumplads-tid.

Og udover det også være en måde, hvor man bare står imod samfundets regs,
og jeg kan altså godt bare lige kære til fjernsyn hele dagen, hvis jeg har lyst til.
Så længe, at jeg selvfølgelig overholder mine aftaler
og tage sammen mit arbejde, hvad jeg nu har,
men nu har jeg jo ikke så alt meget arbejde for tiden.
Og det er der også imod min gode vildelige.
Og så tror jeg altså, at der er en mølle, der hedder,
når man først er inde i en tid, hvor der ikke er så meget at lave,
så bliver det svært at tage sig sammen til det, der er.
100 procent, kender du det?
100 procent, fordi hvis jeg er i...
Det er nemlig meget, det, jeg ser med dig.
Altså fordi du er jo sådan en sindssygt dygtig detal,
hvad du laver, og hver gang du sætter dig ned og skriver et eller andet,
så bliver det godt, og så videre og så videre.
Det er jo ikke fordi, at dig ikke er alt muligt kreativt og talentfulde i dig,
men det er mere, at det er med.
Okay, jeg har 10 minutter, imens min baby er så over.
Jeg skal nå på de her 10 minutter og gå i bad,
og så skal jeg skrive de her syv males,
og så skal jeg få betalt det der moms,
og så skal jeg ringe til et eller andet læge.
Og du er sådan her,
jeg har de næste to uger til at få ringet til,
så det kan jeg lige vente noget.
Det er sådan lidt selvfølgelig stærkning.
Jo, jo, jo, det er det 100 procent.
Men det er jeg hadet tænkt over.
Nu startede vi i afsnittet,
med at sige, vi ikke vender endnu.
Vi vil gerne være det.
Nu må vi se, hvordan det går.
Nu sidder vi i femte afsnit,
og så synes jeg bare godt, det kunne være sjovt.
Lige at tage en status på, er vi venner nu?
Altså hvad følger du, følger du,
at vi er blevet venner endnu, eller er vi stadig?
På vej til at blive venner?
Skal vi ikke bare tælle til tre at sige ja eller nej på samme tid?
Nej, hvor nøj.
Fuck, hvor nøj her.
Okay, det kan vi godt.
Er vi blevet venner nu?
En, to, tre, ja.

Nej, hvor ubehageligt.
Nej, hvor tavligt.
Ja, du sagde ja, kørte du?
Ja, jeg sagde nej.
Jeg tror, for det første,
så var det måske lidt for the drama,
og fedt, fordi jeg troede godt,
at jeg vidste, du ville sige ja,
og så var jeg sådan,
kunne det ikke være det sjovt,
hvis jeg sagde nej.
Men så tænkte jeg over, så var jeg sådan,
jo, altså ind i mit hoved, ja, vi er venner,
men der, hvor jeg forestiller mig,
at vi skal hen i det her eksperiment,
der synes jeg slet ikke, at vi er noget til.
For så tror du, at det er mere på den måde.
Lige nu er du med en meget nye vinde,
men jeg tror, fordi
at den måde, vi også har mødt hinanden mest på,
har været her i det her studio,
og meget arbejde i det her sådan noget,
så følte jeg, at der er mange ting,
vi ikke ved om hinanden nu,
mange snakker, vi ikke har haft,
mange øjeblikkes,
det, som jeg føler, er sådan nogle, man skal have for at være
sådan der venner, som vi ikke har haft,
men som jeg sikker på, vi nok skal få.
Så derfor var jeg sådan,
jeg tror, at vi siger nej,
fordi jeg forestiller mig, at der er mange ting
ind i mit hoved i det her eksperiment,
og i den her relation, som skal ske,
for at jeg vil være sådan der, nu er vi der.
Men jeg synes det er sjovt, fordi
jeg føler egentlig, at vi venner os på vej derhen.
Sådan føler jeg det mere sådan.
Men jeg har også, jeg har tænkt ret meget over det,
på det sidste, fordi
at vi jo netop også arbejder sammen.
Og så er jeg bare tænkt over, hvad gør det ligesom
ved en relation, at man også er kollegaer.
Og der har jeg tænkt, at jeg har ligesom taget en beslutning

for noget tid siden, om at det var vigtigt for mig
at sætte venskabet over arbejdet.
Og det synes jeg, har lykket godt for os.
Og det er egentlig derfor, jeg siger ja,
fordi jeg synes, at først så blev du syg,
og var syg ret lang tid, og havde det mega dårligt,
og kunne ikke rigtig lave noget,
og ville blive nødt til udskud og optagelse.
Og jeg blev nødt til at optage i weekenden,
og komme hjem til dig om søndag, og sådan noget.
Og det ville jeg måske ikke gøre,
giv mig min kollegaer.
Så ville jeg tænke,
jeg skal ikke arbejde i weekenden,
eller du ved, et eller andet,
have nogle mere faste regler om ting.
Men der tænkte jeg meget hurtigt,
det er vigtigt for mig at se dig som min ven,
og at du blev syg,
og du har det dårligt,
og jeg må rykke rundt på nogle ting,
for jeg vil lige passe på dig.
Og så blev jeg syg bag efter.
Og så har du været så sød og forstående,
og så er du modig,
og vi har snakket rigtig meget om,
hvordan vi har det mere end egentlig vores arbejde, synes jeg.
Og det har gjort for mig,
at jeg har tænkt,
at vores venskæmpe faktisk har kommet før
kollegerskabet i den sidste tid.
Altså, jeg har jo ingen hjælp,
hvad du siger.
Og jeg tror også,
at jeg synes selvfølgelig,
at vi vinder.
Men jeg tror for mig,
det er der spørgsmål,
der er vi der nu.
Det mere er det,
jeg tænker, hvor jeg er sådan,
nej,
jeg har lige nogle øjeblikket, nogle ting at sære,
som jeg nærmest også ved,

at vi allerede har planlagt og sådan noget,
hvor jeg lige skal føle,
en bestemt følelse i maven for,
er sådan der,
nu er du min veninde,
nu kender du mig.
Så jeg tror også,
det er der med at tage lidt væk,
og så sidde en dag uden en bagkant,
og så snakke om alt muligt,
hemmel og jord.
Og ligesom følelsen,
Gud, nu er vi her sammen,
uden at det handler om nogle podcast.
Men det ser hinanden,
og kender hinanden.
Ja, det tror jeg sådan,
at den mangler er lidt stadig væk.
Ja.
Men selvfølgelig er du min veninde,
altså det er ikke sådan,
at du nu må gå herfra,
og tænke sådan,
jeg kommer hen med en veninde,
jeg gik herfra ude i en ven færdigere.
Men jeg synes,
der er en meget sånne sjov billede på det,
fordi du jo,
også i afsnittet,
der fortalte vi,
at jeg havde skrevet steget fuld,
på min første fulde aften,
og det var sådan,
podcasten var startet,
og forleden,
så skrev du til mig lidt fuld,
og jeg kan lige finde beskeden.
Fordi det...
Jeg synes ikke meget mere over,
hvad jeg skriver til dig,
fordi du tager altså min beskæd,
og med ind i ven og på skat.
Og forleden skrev du denne her beskid,
om du er en veninde til mig,

og det er det,
hvad jeg lige læser op der.
Det var lige der,
hvor du bagtalte hende rigtig meget,
og jeg bare lige citere,
at der er her kæmpe kælling,
og det var jo,
hvad jeg havde hende.
Nej,
nej, der sker det,
at du har lavet et oplæg,
på politikken,
og elst sig selv,
som man har.
Og imens har du stedet at føle,
at du har hovedet ikke,
særlig godt kunne lide dig selv,
og du synes hovedet ikke,
du var god nok,
så skriver jeg til dig,
hvad den gik det i dag,
og så siger du,
det er bare gået helt vildt dårligt,
jeg har været rigtig ked af det,
og føler bare en fiaske og følelse.
Og så skriver vi lidt fremmest bag,
og så begynder jeg at skrive alle de ting,
som jeg synes, du er god til.
Men,
på et sidde punkt, så skriver jeg,
du er også god til at danse,
ud af rigtig mange ting.
Og så griber du fat i den,
og skriver, danse, spørgsmålstegn,
ha ha ha, hvad mener du?
Så siger jeg, det har jeg set på en story.
Du var ude med Anna-Lin,
og så var der en helt lille koreografi,
du lavede på en dansestory.
Og det kan jeg stadig huske tydeligt.
Ja, men det var sku da ikke en koreografi.
Det var da en koreografi.
Det var 50 whisky sauer,
og pisco sauer,

det lignede, du lavede en rigtig koreografi,
og det så flot ud,
og derfor så skriver jeg, du er god til at danse.
Så går der mange timer,
så klokken cirka to...
Som der jo gør med mig, når man skriver med mig.
Præcis.
Så klokken cirka to om natten,
hvor jeg har sovet i otte timer eller et eller andet.
Så skriver du,
lige kommet hjem lidt fuld.
Jeg tænkte på vej hjem,
hvor sjovt sidde du er at skrive,
jeg kan danse.
Tak.
Jeg tænkte, vi er snart på et drikkeres fulde samme kø.
Det lyder lidt som om,
at det er lige præcis de der situationer,
som du snakker om nu.
Det er i hvert fald, det, jeg har forestillet mig,
det der med sådan,
at det er jo ikke fordi, at alkohol skal være...
Altså, det behøver ikke,
fordi vi skal drikke os fulde,
men mere det der med...
Hvis man aftaler det med nogen,
så ved man også, som regler,
fordi man har en helt affner nært sammen.
Og det er jo det, der er det dejlige.
Så du ved, det kan også iskoget være en getaway,
eller tage på sprayophold eller sådan noget,
men det der med, at man kan være uforstørret sammen,
uden det handler om arbejde.
Og ligesom tale ordentligt.
Lad mig så lige få én ting slået fast her. Jeg kan ikke dansk.
Og det synes jeg bare, at vi ikke skal diskutere.
Jeg bliver sådan lidt afsøget over,
at du læser det op igen nu,
som om, at jeg faktisk tror, jeg kan dansk.
Jeg kan ikke dansk.
Kender du det der,
lige end man skal sove,
hvor man ligger og kommer i tankerne noget,
der er sket for mange år siden,

og så bliver man flår på sin egen vej.
Når man nærmest, så tager og sæt sin hende op til hovedet,
fordi man bliver så pinlig her.
Det, og så kan man ikke sove resten af natten,
fordi man bliver ved med at gentrere det.
Jeg har jo sådan øjeblik ret den gang,
jeg gik meget på klub, rigtig meget på klub,
hvor jeg troede, at jeg var god til at dansk.
Og hvor jeg virkelig gav den gas på dansk og gulvet,
lidt som moderne dans og hip-hop,
og incupereret nogle ting,
jeg havde været altså sålke skolen.
Stop, du er også nogen's mor,
så du får sød på en eller anden måde over for mig nu.
Det er sådan til mig om sådan.
Du bør jo ikke at sige, at det er der, jeg skal færdig på helt.
Altså, det er hvad jeg vil sige,
at så står jeg derude på dansk og gulvet,
fucking girer den gas, danser helt vildt.
Og så kan jeg huske, det kommer nogle andre piger over til mig,
og så er jeg sådan,
Øj, wow, går du til dansk?
Du er rigtig god til at dansk.
Nej.
Og jo, jo, men det fede er,
mig færder ikke en hæt.
Ved jo den dag, i dag, heller ikke, om de mener det.
Man tror, det er neppe.
Og jeg er sådan her,
nej, men tak, danser,
hver og hver tak det er.
Og danser, giver skolen lige en notch op,
og danser endnu vildere resten af aften.
Og seriøst, det slår mig bare frem til lang tid siden,
efter at du har skrevet det der lort.
Så lå jeg bare,
og så var jeg sådan, ej, ej, ej, har jeg egentlig helt med, det er jo,
det er troet, at jeg var god til at danse,
og så sådan, når folk har prøvet at lave en tidsdag.
Og jeg var sådan, er det også, det du gør,
holder alle mig fra navn, prøver folk at sige,
jeg er god til at danse, for får mig til at danse mere,
fordi jeg er så dårlig.
Det står, hvad mener.

Og for helvede.

Ja.

Ej, hvor er det sjovt.

Det er bare for at sige,

jeg kan sku ikke danse,

altså, og,

men jeg kan godt lide det, når jeg får den.

Men du skal ikke diskutere det med mig,

jeg kan godt synes, at du er god til at danse, så kan du synes du ikke, om du kan ikke sige, sådan er det.

Et video bevis,

hvor du lavede en kograffi,

og du var god til at lave den.

Det er min subjektive holdning.

Okay, men den kan du så få lov til at have,

så jeg har en af og en af på den her planet,

sammen med min egen mor, måske.

Vi bliver langt ofte at vende med vores kollegaer en tidligere.

Det skriver Jobindex.

Analysen Danmark har lavet en undersøgelse, der viser, at 3 ud af 4 lønmodtagere opfatter deres forhold til deres kollegaer, som nært og personligt.

Og halvdelen ser om, at mindst én af deres kollegaer er, som en nærvendt.

Bare 10 år tidligere,

var det kun omkring 10 % at såge sine kollegaer udenfor arbejdet.

Og i følgeartiklen kan det faktisk betale sig på flere måder,

og blive gode venner med, når man arbejder sammen med.

Hvis venskabet er godt harmonisk,

vil man nemlig arbejde bedre og mere effektivt sammen.

Også, selvom man bruger en del af tiden på at hygge og slemme dig.

Så skal vi i gang med vores veninde på.

Du har fået en masse spørgsmål inden du læst mange af dem op sidst.

Ja, jeg valgte det.

Og det synes jeg bare var det, der kom tættest på vores første gang, som du ikke ville snakke om.

Beskriv dit første køs.

Okay, vil du ikke starte?

Jo, det kan jeg godt.

Jeg havde virkelig skulle tænke, fordi jeg havde overvejet, at det var det, det er her.

Jeg havde prøvet at lave en tidslinje, fordi jeg kødset ret meget ret tidligt.

Er du smetunge?

Ja.

For en år?

Jeg tror, jeg var 12.

Nævret med nogen?

Ja.
Hold dig op.
Jeg synes, du har et verdøgende blik i din øjne.
Nej, jeg er overrasket.
Men jeg er cirka 12 år gammel, og jeg ligger i telt ude i min venindens hage.
Vi ligger tre piger, tre gode veninder, og vi ligger med hver vores dreng, som også er 12 år.
Er I 12 år lækker I telt?
Ja, vi holder slipover, og vi har ligesom, ja, vi har ligesom hver vores slags kæreste.
Jeg har så ikke kæreste med ham her officielt på det her tidspunkt, men vi fløter også.
Men det er meget uskyldigt.
Lager lege, og virkelig er børn, det er ikke fordi det er et bolletelt på nogen måde.
Nej, nej.
Vi ligger ude i den der baghav, det er mega hyggeligt, vi har været ind og spise hos faldene, og så er vi besluttet for at vi skal ud og sove i telt.
Og sådan som jeg husker det, så er de kærester med deres drenge for klassen.
Og jeg har ikke med min, men han var meget romantisk.
Han var sådan en...
Han var en gentle man, sagde han.
Er I 12 år forhældet?
Ja, men han var...
En romantisk tål.
Er I undskyldt?
Han var min taske.
Han sagde, vi skal ikke bære din taske.
Han kaldte mig baby.
Ej, den stopper det der.
Skal jeg bære din taske baby, sagde han.
Og jeg var så nervt, du er et andet...
Jeg vil sige, du er lige nødt for dig, var det ikke det?
Det fuldstændig ligner for mig, og han sat mig bag på sin cykel, og så cyklede han mig til skole og sådan noget.
Han var fucking sød og meget i orden, og meget kærlig, og klog, og sjov, og var bare en virkelig ekstra dine dæk, så jeg lå i drenge.
Og hende min indvindenden, som jeg løbte siden af, hun havde allerede været kærester med ham, der havde hun også været rigtig sød.
Og hende min indvindenden, hun blev faktisk kærester med ham efter mig, så vi var alle sammen igennem ham virkelig, virkelig søde person.
Men det, der sker ud i teltet, det er, at jeg ligger med ryggen til ham, og han lejer den, der lejer, hvor han tegner ting på min ryk, og jeg skal give et hvad der.
Og så begynder han at skrive, og så skriver han, skal vi være kærester.
Og det er op til lyder som om, du er med i en film?
Ja, og det er så, at jeg forstår det, så vinder jeg mig om, og så siger jeg, ja, og så kører så vi.
Med tunge?

Med tunge, og så stikker han den så langt ned i halsen på mig,
at det er sådan her,
Jeg har nogen stemme.
Ja, præcis.
Og jeg tænker, at det her, det er en underlig ting at gøre.
Det er det sådan her, man gør.
Det var den der, helt ned i halsen, og helt op på tandkødet,
og helt rundt i hele møn.
Men meget, meget langt tung, og det var sådan,
jeg elskede ham med det samme, så jeg tænkte, at han var...
Må viede også på grund af det?
Nej, bare fordi jeg elskede ham på grund af, at han sagde baby og var sød.
Og bare din task, ja.
Men jeg var sådan her, wow, tænkte jeg sådan her, man gør.
Så fandt jeg først lang tid senere ud af, at det ikke er, hvor sådan alle gjorde.
Men det var først efter, at vi slog op.
Jeg skulle til at sige, at vi videre om det var der for din veninde,
også havde slog op med ham, hvis han var så perfekt og så...
Hun har bare været sådan, det kan man reselse nu af.
Og så slog du op uden at informere din veninde.
Den tredje veninde, så havde hun også sagt, det kan godt være, det er det, der skete.
Men en meget cute første køs.
Ja, hvad med dit?
Jeg kan huske, at der var 12, der havde jeg også en kæreste, der havde Sebastian,
men vi gøds ud kun sådan, og vi gøds ud kun i Aspel og K.
Når der var andre, der sagde, vi skulle bare bruge på det ret sjovt igen,
hvor sindssygt forskelligt vi to er, for hvis han bare blev det mindste klister borge,
jeg kan huske, at han på et tidspunkt havde købt en nøglering med hjem til mig fra en ferie, han
havde været på,
som var en hund, som man kunne trykke på, og så kom der lort ud og numsen på den.
Det var det, der er slim at løbe, ikke?
Og jeg kunne slet ikke klare, at jeg havde fået en gave af ham.
Så jeg gik hjem og klippede den i små stykker.
Jo, fordi jeg var sådan...
Fy fae!
Jeg skal ikke have en hun gave af, jeg skal ikke have noget af klart.
Det har jo altid været svært for mig at være sårbar og vise følelser og alt sådan noget.
Det var noget, jeg første har lært, efter jeg blev voksen.
Eller så har jeg altid godt kunne lide at have meget af tyde at være sådan en sej, akte.
Okay.
Men i hvert fald, så synes jeg bare, det er sjovt,
Det var så romantisk og søde, at jeg skal kalde mig baby.
Sebastian gav mig en hund, der kunne skide, at jeg klippede den i små stykker.
Du skal aldrig give mig en gav igen.

Mit første køs var med en, der hedder Johannes.
Jeg synes, han var rigtig sejt.
Lidt krøllet hård og tåvskinder var meget tøn og høj.
Jeg gik i noget lidt sejt tøj, synes jeg. Lidt koppebukser, skjørder og nogen, som var der.
Jeg fik hårdt i øjne og forhånd, og så blev han meget hurtigt.
Nogle af mine venner var der også slipover.
Vi var altså fjorden.
Vi holdte sodavandsfest i en af vores venner, hvor det var billigere at anlægge.
Det var faktisk bare en sodavandsfest. Så måske jeg ikke var fjorden, fordi der dækker mange øl.
Jeg var i hvert fald meget fuld som fjorden.
Han har nok været 13, 13 år, så han sagde, Gud, du har ret.
I hvert fald var der den her slipover.
Så hygger virkelig huskede Johannes og mig, at vi flytter hele aftenen.
Det holder i hånden og sådan noget.
Så hører vi hele tiden Craig David med Walking Away.
Så hver gang jeg hører den, så er jeg sådan, det er min køsesæng.
Så kommer vi op og skal sove, og på sovværelset er det sammen.
Vi kan få en masse adresse på guldets, og Johannes og mig ligger ved siden af hinanden.
Så er det i mørkret. Så køser vi bare.
Så køser vi hele en anden.
Og så næste dag så siger jeg til ham, ja, det var det. Det var rigtig dejligt.
Men jeg kan huske, at det var næste dag, at du skal ikke sige det her til nogen.
Det gad jeg være her.
Igen nok noget af mine toxiske, mærkelig følelse med at sige uårig stemelse oven i hovedet.
Jeg var jo i hvert fald bare sådan...
Nej, det var det ikke. Det handler meget mere om, at jeg følte nok, at jeg var lidt tajere end Johannes var.
Nå, for lidt mere populær.
Og jeg ville ikke skuffe alle mine sejvedmer ved at sige, at jeg havde købt så mye vand.
Jeg ved det ikke. Der var nok også bare en skam over at have køstet.
Jeg skulle lige selv fortælle til folk, at jeg ville ikke have elsket at vide det også noget.
Jeg ved det ikke. Det var sådan en kontrollsæng, men i hvert fald.
Da jeg pænede at vide, at det skulle han ikke fortælle til nogen.
Nej, selvfølgelig ikke fortæller jeg ikke til nogen.
Og så kan jeg huske, at jeg gik rundt derhjemme, og så fik jeg en besked fregne af mine venner.
Som også var fællesskrimer, og det ville jeg godt have, at han skulle blive med.
Jeg havde været så ond. Og så var han bare sådan her, undskyldt.
Men hvorfor har Johannes lige fortalt til alle drengene, at du har snadet med ham i nat-emissions?
Og så var jeg bare resten. Jeg kan huske, at så kan jeg bare få besked for hele byen.
Du var sådan sådan en brød i sådan en lille by, så ved alle lige sådan noget.
Altså, der var ikke nogen, der var tavlige eller noget, der var bare mig, der synes, det var flot.
Du havde altså snadet fortalt til drengene, at de ville ned og spille splatterkrig, ned og troldeskolen.
Selvfølgelig.
Ja. Vil du ikke, man jo godt kan forstå?

Ja. Det er han også alt ret.
Det er han også alt ret.
Så er det alt det godt, han tilgiv.
Så det var et rigtigt godt første køs.
Alle synes, vi ville have det så fucking nice, og altså, det var bare mig, der skulle komme ned for min prinsesse tron.
Det ved jeg ikke, hvem jeg havde troet, at mit første køs rigtig skulle være med.
Justin Bieber, eller en eller anden.
Næste gang, han kom til Hunestød.
Ja, næste gang, han lige kom forbi, og vi er i Hunestød-hallen og smider i koncert.
Så kunne jeg stå klar.
Åh her.
For helvede.
Vi skal til at lytte til dagens spørgsmål fra en af jer, der lytter med her i podcasten.
Men først vil jeg altså lige sige, at jeg har taget min dagbåge med i dag.
Eller min computer, hvor jeg har skrevet noget dagbåge på i hvert fald.
Og der har jeg fundet noget, der handler om netop det her emne fra i sommer.
Hvor jeg var i sommerhus og var meget meseundlig på min veninde.
Og så har jeg indtænkt det, og så kommer vi til at klippe små uddrag for dagbågen ind i afsnittet løbende.
Sådan, at det kommer lidt hen af vejen.
Men allerede først så skal vi til det vigtigste, nemlig dagens spørgsmål.
Hej Maria og Ila Sofie.
Jeg håber, at de måske kan hjælpe mig med mit dilemma.
Som er, at jeg bliver enormt sjæle på min veninde og vennerne og de forkærester.
Fylder jeg sammen med dem.
Får baby, bliver forlået, går på deres drøm uddannelse.
Det er mere, når man har vundet i lødesklerter, hvis jeg selv skal sige det.
Jeg bliver sjølup på min veninde, når jeg tænker over, at jeg er hver anden tredje weekend til at hjem til min forældre.
Og hygger sammen med dem, og ikke har nogen kærester at komme hjem til.
Og nogle gange rammer det mig som et løn.
For det er et resultat, at jeg får et mændselt breakdown, hvor jeg ligger i min seng og græder.
Fordi jeg ikke finder mig lige så sej, og lige så går på mod min veninde.
Jeg elsker min veninde enormt meget.
Men jeg kan virkelig ikke overskure at høre om deres forhold, deres kærester.
Helt enast vil jeg ønske, at det hele samme var at synge dig.
Det er som mig, og jeg ved, at det er enormt egoistisk og pisset dumt, men jeg er så pisset sjølup på deres liv.
Så mit spørgsmål til jer er, at det er normalt at have mødetur på, når man ser. Jeg elsker min veninde og har det, som man gerne selv vil have.
En af grunden til, at vi har taget det her dilemma med, og fordi det faktisk er noget, der fylder ret meget for dig, stadig især.
Vil du ikke bare prøve at starte noget, og sætte lidt op på, hvordan misundelse i venskaber har fyldt

for dig i dit liv?

Vi kan jo starte med, at jeg jo havde et hurtigt siden på dig.

Ja, det snakket vi lidt om. Jeg har jo snittet.

Kom ikke så meget ind på, hvad det var, det handler om.

Andet end, at du havde en note, hvor der stod, du gerne ville have noget om hjertesår på et tidspunkt.

Ja, og så følte jeg, at du havde taget hele min fremtid fremme.

Det er jo ikke helt det sammen lige med os der, fordi vi er jo ikke veninder på det tidspunkt.

Vi kender jo ikke hinanden, at samle med en veninde her eller noget.

Men det er jo stadig, at se nogen, der har noget, man gerne vil have, og så prøver at finde fejl på dem.

Eller blive vrede på dem over et eller andet andet svagt, fordi så kan man få det bedre med sig selv.

Og så er de ikke så perfekte, som man føler, de måske er.

Det er jo det samme, men nogle gange kan finde på at gøre med sit eller jeg i hvert fald kan finde på at gøre med min veninder.

Hvis jeg er rigtig slem.

Det har jo 100% også været noget af det, der har været med dig.

At jeg ikke kendte til dig andet, end at jeg har set, at du har lavet en masse ting, og det har lignet at ude fra i hvert fald.

Du har haft et dejligt knidningsfritt liv, hvor at dig altid var god humør og gode vibes.

Og der skete en masse dejlige ting, når jeg har været ind og været spøgelsestråker på dine profil.

Og jeg tænkte sådan, der er jo ikke nogen, der kan være så glad hele tiden.

Og der er jo ikke nogen, der kan have sådan et sindsygt brulop eller sådan noget.

Og så kan jeg sidde og blive lidt irriteret over det.

Og så ramlede det jo meget for mig, der vores karriere klassisk udskud.

Det gjorde det jo ikke.

Mit hoved har bare haft en nedsmeldning over, at jeg har gået fedtet rundt.

Og det er jo apropos, at vi taler om tidligere i det her afsnit.

Der har du måske et større drive til bare at få nogle ting ud i verden, hvor jeg har sværere vidte, da jeg glemmer aldrig den dag, hvor jeg vågner op der og bare ser sådan, så er den ud.

Podcasten min podcast er ud, men det er en annen. Det er den forkerteverde, der er på.

Og du ved, der var det lille hoven, jeg måske havde i siden på dig i forvejen.

Bare sådan for dobbelt på en side.

Og det, der er aflig med den slags situationer, er jo, at så begyndte jeg at bare bruge så meget energi på at gå

og være irriteret på den podcast, at lytte det jo faktisk ikke til den,

før du skrev til mig, om vi skulle lave en podcast sammen.

Det er virkelig vildt.

Jeg er bare sådan, det kan vi da gøre.

Skriv virkeligheden bare så uklædeligt at gå og have så und i røven.

Men ud over det er det også bare så menneskligt.

Det er bare vigtigt at sige.

Det er nogle af de mest menneskelige følelser i verden, at gå og samle en som med nogen, som har noget, man gerne vil have, eller har fået en samme idé, som man måske havde,

men har været langt dygtigere til at få den ud i verden.

Eller hvad ved jeg, men det er der mest, at der er så meget skam på bunden med, ikke at kunne være glade på andre menneskers vejne, at det ikke er noget, man tager med nogen om.

Og det gør det bare 500 gange mere ensomt at have det sådan.

Man føler sig jo så dum og unsvær og lille med den slags følelser.

Men jeg synes, det vigtigste, det er sådan, at finde ud af, hvorfor har jeg det sådan.

Fordi det er jo ikke noget med den her person, der gør det.

Den her person passer jo bare sin egen butik.

Så alt den vrede, eller alt den hårdige siden, eller alt den irritation,

som man har omkring et menneske, i det her tilfælde, som man ikke engang kender, det er jo altid noget, du kommer ind fra mig.

Hvad skal jeg gøre af alle de her følelser, at det er noget, jeg kan overskuret gå ind i?

Eller er det nemmere at bare sige, at det marinerer dig en irriterende type?

Det er jeg.

Jo mere bedre man begynder at gå og blive,

og jo sværere man får ved at være glade på andre menneskers vejne,

jo vigtigere er det jo virkelig også at se ind af og være sådan en prøve her.

Der er jo en grund til, at jeg ikke kan være glade på andre menneskers vejne, fordi jeg ikke selv er glade.

Men så er det det, man skal fokusere på, som måske brune mere som sådan en pejlemærke,

for sådan, okay, jeg vil være ved med at blive sjælup på alle dem,

der rejser til Sø Frankrig og kører på Vespa.

Ja.

Kudte være, at jeg skulle prøve det selv, så i stedet for at sidde og være sur over, at nogen andre gør det, ikke?

Med dig, der har jeg faktisk tænkt over en ting, som var lidt sjov, fordi at...

Altså som du har samlet en eller anden?

Nå, sjov.

Ja, og mit søndag, som er måske den ting, du kan mindst, mindst lige omkring dit liv.

At du har for meget tid, og at du overtænker og føler rigtig meget, og du bliver ked af det, og du skriver de her tekster.

Du laver sådan nogle ugenlige tekster på Instagram,

hvor du skriver om, hvordan ugen har været,

og ofte så er det sådan noget, hvor du har følt en masse...

Du ved meget små, sådan hyperfokuserede følelser på et eller andet,

som så har vokset så stort, og du har brugt en masse energi og tid på det,

og det, jeg savner allermest, det er at være en lille person.

Altså, jeg føler mig som den store hele tiden, både fysisk.

Jeg er meget større fysisk, end jeg var før jeg fik børn,

men jeg er også altid den store, der er altid en meget mindre person,

som også grader, og som jeg skal passe på.

Så jeg har aldrig tid til at følge, at jeg føler min følelse og være den lille,

den, der bliver passer på, og da vi bare var kæreste af mig af pælle,
der var jeg den lille, jeg også tog, og tit mig, der fulgte mange følelser
og blev passet på, og når du skriver de der tekster,
så kan jeg, selvom at jeg er totalt talt vorligt,
at det ikke er sjovt at lægge de følelser, så savner jeg at have mulighed for det.
Jeg savner ham at være den lille, som jeg fortsætter mig,
du er den lille, de der Simons forhold, og han er den der klippe,
der kan passe på dig og trøst dig, og du kan føle alle de her ting.
Og hvis jeg føler alt muligt, så det bedste pælle, jeg kan gøre for at passe på mig,
det er at passe på børnene, så jeg kan gå en tur og være léen.
Så hvis jeg skal være lille, så skal altid være léen.
Så det, min søn, er rigtig meget siden rummet for at være den lille,
og den sover bare den følelse om.
Det er sødt, du ser. Så siger jeg, at jeg vil gerne være den lille.
Og så har jeg lagt mærke til, at du altid kalder mig lille ven.
Ja. Føler du, at du er den lille?
Jeg er også to.
Jeg føler virkelig, og jeg føler også fysisk, vi snakker om på et tidspunkt,
så sagde jeg, du er jo meget lavere end mig, så sagde du, vi er lige høj.
Jeg føler, at jeg ser dig som en meget lille person.
Og jeg tror, at det er fordi, at du er sådan, så følelser mig, så sover jeg bare,
og det er som om, du kan blive passet lidt bedre på.
Jeg føler heltid, at jeg kan være passet på nogen andre.
Ja, det kan jeg faktisk, jeg kan sagtens forstå det der, jeg kan også godt forstå.
Jeg synes, det er meget rørende faktisk, det der med, at du siger, du savner at være en lille.
Altså sådan, at blive passet på.
Du siger, at det går lige hjertet, det er meget, meget nuttet,
og sødt og sover bare beskrevet.
Og det kan jeg så godt forstå, fordi der heller ikke noget,
jeg elsker mere i verden, end at blive passet på af andre.
Men jeg tror også, at du ser noget på en måde, som måske ikke er 100% sådan.
Fordi jeg heller ikke, altså jeg går jo ikke bare rundt og føler,
eller forstår du, at jeg mener at kigge på bladene, der søger.
Nej, som følelser for mig.
Ja, ja, jeg har jo egentlig også ting, jeg laver og gør og skatter,
men det tror jeg jo, at vi, jeg tror virkelig også, at det må være en ting,
det der med, efter man får børn, bare generelt,
at der er jo så meget tid til en selv der, der forsvinder.
Og så er det faktisk vigtigt sjovt, du ser det der,
fordi det er tit noget, jeg har tænkt over i forhold til sådan noget med børn,
at altså det er svært, at jeg kan godt lide at være lille,
noget af den der sådan barndaktighed,
og jeg kan godt lide at have mit rum, hvor jeg kan holde øje med verden,
og se ting og sådan noget, som er de der mikroskopiske små ting,

som jeg går og kigger på, og føler noget omkring,
og tænker noget over og har tid til, og sådan noget.
Og det er tit sådan noget, hvor det også kan gøre mig nervøs omkring børn,
og altså i virkeligheden så, at jeg tror nogle gange,
at jeg er sådan en for stor egoist,
det er svært at skulle til en del både min krop og min plads,
og alt muligt andet med et andet barn,
men altså så har jeg jo hørt, at man kommer til at elske dem rigtig højt,
og det er derfor, man godt kan holde ud.
Kære dagbog, forleden var jeg i en meget dårlig humør,
og det er der jo sådan ikke rigtig noget mærkeligt ved for mit vedkomne,
eftersom at jeg indenvælde mig op med den der følelse af,
at det er ud med os alle sammen,
og jeg er lige så godt derfor, at de ligger i min seng,
hvor det rent faktisk forholder sig sådan.
End i hav, så havde jeg altså en af de der dage forleden,
og tænkte over hvorfor.
Jeg kom mere eller mindre ret hurtigt frem til,
at jeg var med søndig på min veninde.
Det skal jeg jo tit, at jeg bliver lidt småbitter over,
at nogle i min omgangskris er bedre til noget,
end jeg og jeg, eller at det går dem måske lidt bedre,
end jeg synes, at det går mig selv.
Og det er jo også på disse kanter ikke nogen hemligheder,
at jeg er det mest af mit liv,
og har brugt energi på at øve mig i at unde andre mennesker de ting,
jeg ikke selv har, men gerne vil have.
Og i stedet for at være platt og lille,
og sige ting som, ej, men hun har skudt os altid været så pæs i etterne,
og synes du ikke også, at hun plejer at være alt for fuld?
Så vær jeg en overskudsperson,
og sige det, jeg jo virkelig mener,
og er med søndig på, så som ej,
har jeg ikke lagt mærke til, at hun altid smiler og er i godt rumør,
og dufter hård produkter,
eller synes I ikke også, at det er vildt fedt,
at hun er syv år unger,
end os alle sammen og allerede har landet tre virkelig flede jobs.
Men veninde, som har valgt at leve sit liv på en anderledes måde end mig,
gav mig totalt form over, at jeg ikke levede i hendes romantiske forhold,
og fik mig til at føle, at mit eget var forkert og kedeligt.
Det forholder sig jo nemlig sådan da på,
at min kæreste og mig i flere måneder nu har levet i sommerhuset,
og så let i lejligheden i København.

Bækket sted igennem går lige nu i en større renovering,
og det viser sig, at den der sege med,
hvordan livet af en træben utarborat passer rigtig godt på undertegnet,
i forhold til, at hvis et af de der taboratben er i uorden,
så er man lige pludselig ikke så meget i balance for at sige det på den pæne måde.
Så går man rundt og har det pæsepræs og superfokken i et tabel hele tiden.
De tre taboratben er vidst kærlighed, bolig og økonomi,
og eftersom jeg vasker op i en brose og spiser pizza tre gange dagligt,
og lukker håndværker ind i min lejlighed, hvor der ikke dør på soveværelse,
eller få toilettet hver morgen omkring kl. 6.30,
så vil jeg våber på, at stå, at mit boligben er fuldkommen ikke eksisterende.
Gå ud fra, at det er med den slags taboratben,
som dør sammen med andre ting her i livet.
Hvis man mangler komfort det eneste,
så påvirker det så ret hurtigt også de andre,
som i det tilfælde kan være kærlighedsbenet.
Jeg har altid samlinet mig meget med andre mennesker.
Jeg kan huske allerede, for der var barn,
at jeg samlinede, hvordan min mor så ud med,
hvordan andre mennesker, min veninder, så ud,
og jeg tænkte meget over, hvordan der så ud hjemme hos folk,
kontra hvordan der så ud i mit hjem.
Jeg tænkte over, hvad for noget madpapir folk havde med,
og så samlinede jeg det med, at hende der, hun har sølpapir med,
jeg har til der snusket madpapir med,
hende der, hun har sin melkesnit i, jeg har en gulderod,
de må være rigige, jeg er fattig, de er mere værd med mig.
Det var vidt at lidt sådan, at hjernet fungerede.
Madpakken var det sygest eksempel på samlinning i Folkeskolen.
Og det samme, når man kom hjem til folk, så kiggede jeg mig altid,
hvis jeg var hjemme i sådan nogle hjem, hvor der var meget lyst og vidt,
og store IKEA-sofa'er, og altid så nyt og vidt ud,
så kan jeg huske, at jeg også var sådan,
wow, de må være rigtig rigige i dem, der bor her,
eller de må have et rigtig godt og problemfrit liv.
Og så hjem hos mig, som kom fra et virkelig skønt hjem,
og den dag, jeg så sjov min forældre,
og bor virkelig nice, men da jeg var barn, så synes jeg,
det var sådan lidt, at vi havde mange genbrugsmøbler,
og store chateau'er, og vi havde ad for min olle mor,
og min mor malede dem en funky farve,
og der var bøger og plader over det hele,
og sådan mærkelig kunst og sådan noget, ikke?
Det her, der skal vi ikke være, vi skal hjem til, det var dejligt,

fint videre hjem, hvor der var så her fonsafte vand,
og fri broer tips, hvad var sådan, ikke?
Og sådan, at det egentlig startede,
og så tror jeg, at den dag i dag,
der mærker jeg det meget mere på, som hun siger her, lytter hun.
Jeg sammenligner så lidt mit parforhold,
med min veninders parforhold,
og ellers karriere, så er det klart, det, der føler mig mest for mig.
Og så tror jeg, at lige den der single vs. kæreste,
og baby vs. ikke baby ting,
skal vi lave et helt afsnit for sig selv omkring.
Vi har lavet et afsnit om at være en, som føler,
ikke til venner for svænderen, og når man er blevet mor,
så prøv at tage den fra den anden side.
Ja, det skal vi nemlig.
Men kan du også få følelsen, fordi det, som Lyttern jo også siger,
det her med, er det en følelse, at ikke have lyst til at høre på det.
Altså, når en søvendende snakker om deres kærester,
deres forlæelse, deres børn, deres fede drømmestudier,
deres drømmedjops, deres nye lækre, et eller andet lejligheder,
så er hun ikke lyst til at snakke om det.
Og hun har faktisk mest all lyst til, at de skulle være singleer.
Altså, det er der med, at ikke have undendet dem det,
og ikke har lyst til at snakke med dem om det.
Henting er, hvad der foregår op i ens hoved,
at man sidder og sammenligner sig og forstiller sig,
giv jer også af det.
Men det kommer også ned til ens ægte relationer,
men så er sammen, hvis man ikke kan.
Hvis man ikke kan følge den glæde, eller vise den,
eller være i de samme taler.
Det er virkelig noget, som har fået nogle rigtige græmme
og tabuplagte følelser op i mig, hvor jeg har været sådan...
Man kunne da godt sidde og ønske sig lidt,
at telefonen ringede, og der var nogen, der grad.
Fordi, at der var nogen, der var blevet forlagt.
Altså, sådan har jeg haft det.
Jeg har jo vidtet et sådan mærket glæde,
nogle gange, da jeg var yngre,
og mine veninder har fortalt mig, at de har slået op med deres kærester.
Fordi det er hårdt at stå alene,
og så hvis man endda, som det lyder, som om Lytton her har,
har et ægte ønske om at få det samme,
så er det jo dobbelt så hårdt.

Og jeg synes også, at det er så færre,
ikke at kunne overskue og høre om kæresten og romantiske færre
ophæser lort, undskyld mig, når man sidder og selv...
Det er bare det eneste, jeg ønsker mig.
Og jeg ved ikke, hvordan du har det.
Synes du, at det er færre nok at sige, og jeg gider altså heller ikke lige at høre om det for tiden?
Eller synes du, at det er...
Jeg synes, at det er så fint og smukt,
og respekt fuldt over for hinanden, at tage hensyn til, hvor man er.
Og hvis du sagde til mig,
Hvis du får et nyt job i morgen,
kan du så ikke lige vente mig at sige det til mig,
fordi den her uge er helt fucked,
så vil jeg aldrig tænke noget andet end fedt, du siger det.
Det er dejligt, du fortæller mig det,
og jeg vil føle, at vi var en lille smule til dig.
Jeg har det på samme måde,
og jeg er jo også...
For mig, der har jeg jo sådan en,
at de mennesker, som betyder allermest for mig,
det er dem, som jeg altid vil gå ind i de mindste detaljer i vores relationer i,
fordi jeg ved, at så kan vi passe på dem.
Så det er også derfor, at jeg kan også godt være lidt en munful nogle gange,
fordi jeg vil godt høre, hvorfor gjorde du det,
eller hvorfor sagte du det på den måde,
eller tænkte du egentlig i for tre uger siden, da jeg sagte det der,
fordi jeg er bange for, at jeg måske kom til det eller...
Men det er med sådan et tale om ting,
og også sådan noget her,
altså jeg vil kun blive glad, fordi jeg vil tænke sådan,
okay, det er fordi du godt gider mig,
det er fordi, at vi er så gode venner,
at du føler dig tryk nok til, at du kan sige det.
Ja, og fordi du ikke vil have, vi glæder for hinanden.
Præcis.
Fordi du gerne vil have det godt, når vi er sammen.
Hvad så vil jeg sige, at det her er et eksempel på én,
som måske ikke får en kæreste i de næste 4-5 år.
Altså hvor længe kan man gå og sige,
du må ikke fortælle om din børn,
eller du må ikke fortælle om din kæreste,
eller, fordi man på et eller andet siden,
må man have også noget til at tale om den slags sammen,
for at kunne blive sammen, hvis der er et eller andet tvivl.

Ja, men jeg synes egentlig,
at jeg tror, at der kan være en stor forskel på,
hvordan man så gør det efter sådan en snak.
Fordi hvis den er veninden ved,
der er en periode her, hvor jeg frisklæt ikke kan lyse til lige at høre om kæreste,
kan vi ikke snakke om andre ting,
kan vi ikke snakke om vores drømmen for vores arbejde,
eller noget sjovt, en sjov film vi har set,
eller vores felt, eller hvad det nu kan være,
som vi har tilfældes.
Så når der er gået en vis tid,
så kan de begynde at opfinde en ny måde og snakke om det på.
Altså hvor det også netop kan være,
det svære ved er børn, det nødderen ved,
og jeg kan kæreste det.
Du kan jo sagtens snakke med din veninde,
om alle mulige ting, som ikke bare er,
ved at du hører om, hvor sindssygt fantastisk seks jeg havde i går,
efter jeg fik syv givere,
og en kærlighedseklæring, og en stor meta.
Altså, men så kan de finde et nyt språk for,
hvordan de kan snakke sammen.
Det er så at opfinde en måde, som man skal bære i det på,
eller tale sammen på,
og at tage mest muligt hensyn til,
hvor man er i livet på det tidsenspunkt.
Også selvfølgelig, når man tager løbende sammen,
så kommer man jo hurtigt ind på,
så nu har det sådan her, så nu kan vi sagtens.
Altså sådan, man...
Handløbende samtidigt.
Altså, at det ikke er én stor snak, hvor du siger,
du må aldrig sige noget om det, og det,
men at sige, det her, det trækker noget i mig, det her, det gør.
Så det kan godt være, at jeg kommer til at sige,
på Ejnhuset, lige at få det sådan her,
og at det er noget, man løbende kan tage vendt i.
I og med min kæreste, og jeg er flyttet for Hamburg,
tilbage til to byggepladser, bestiller vi faktisk ikke andet,
end at gå i seng og købe sko nat på sådan en lidt francamir-agtig måde,
for derafter, at stå op og foretage også noget praktisk.
Altså, jeg vil jo ønske, hvor typen, der renoverede
med sådan en seksuet passion, som du gør i filmen,
hvor det lige maler lidt, og så snaver lidt,

og så drikker lidt kolde høl og laver kamik i garagen,
og så klipper hækker krammer og griner og ruller rundt på græset,
og aftenen bader og spiser en iste sær til solnedegang,
og taler om alle de smukke tider, de går i møde,
mens deres øjne stråler, rener, skær, kærlighed og lyst. Det er jeg ikke derupå, min øjne skinner
ikke en skid,
og hvis de siger noget, så skrier de nærmere, lad mig så for helved være.
Men jeg er typen, der står op kl. kvart over elvedenskiye,
og så har jeg fundet en pensel, der har blevet helt hård,
som jeg har glemt at skylde, og siger så til min kæreste,
at hvis han prøver at køse mig, du lukter.
Som om han altså ikke har børstet sine tænder,
og så be efter, så træsker jeg ud til en af de der heldige dage,
jeg ikke fik malet færdigt dagen for enden,
og fortsæt at arbejde uden at vide, hvem jeg er,
eller hvilket årstalt vi befinder os i,
fordi jeg så den ud og første tilbage, når en kæmpe søg begynder at lide noget, der kan mening igen.
Jeg har bare godt kende kendt den der følelser af, at ligge hjemme hos sine forældre,
en eller af, nu ved jeg selvfølgelig ikke, hvor gammel hun er,
men en eller af, hvor man føler, man er for gammel til det,
og være der på weekend, mens alle andre er sammen med deres familier eller kærester,
altså familier deres selskabte familier eller deres kærester, og den slags.
Og så man ligger der og føler, man er med i England, Romcom.
Det kan jeg i hvert fald også virkelig godt kende kendt.
Altså jeg har oplevet også, jeg havde altid forestillet mig,
at jeg skulle være mor som 27 år i,
fordi min mor fik mig i dag om at være 27,
og så blev jeg så slød op med som 27 år i.
Så jeg blev senke,
og jeg var uden risikoespondent på det tidspunkt,
og boede, jeg er i udlandet,
og så flyttede jeg så hjem til Danmark,
skulle finde ud af, hvad jeg skulle der,
og jeg havde lavet min lejlighed i længere tid i Danmark,
fordi jeg havde troet, at jeg ville være væk i længere tid,
så havde ikke noget lejlighed til at komme hjem,
og jeg havde selvfølgelig ikke noget barn eller noget,
så lige pludselig så havde jeg ligesom hjemløs,
sinke, arbejdsløs, barnløs,
og havde ikke nogen økonomi,
og der brugte jeg så meget tid sammen med mine forældre,
og jeg kan virkelig godt genkende, hvor svært det var i den periode,
og være sammen med mine veninder, fordi det eneste jeg havde lyst til,
at vi skulle lave, det var at se Harry Potter,

i sofaen, spistip, slæve mad,
snor meget trykket sagtige ting,
og lidt senere at tage ud,
altså der var lidt lille videre i min hjertesår,
og sætte sig ud og fæste og sådan noget,
og de ville gerne nogle andre ting,
altså de ville gerne tænke os sammen med deres kærester,
eller sådan en par ting, eller en dag med deres baby,
eller sådan noget, hvor jeg var sådan, det er slet ikke.
Altså det er slet ikke det, jeg gider.
Og der tror jeg, jeg begynder at identificere i hvert fald meget
af nogle ting, som kunne gøre det værre,
eller kunne forstærke det,
som jeg tænker at lytte, og der måske ikke kan lægge mærke til,
når den her sielus, eller den her misøllen, så kommer.
Om der er nogle konkurrerende elementer i deres relationer,
for det kan der også være mellem en eller anden,
at man kan sige nogle ting,
fordi man, det kan være den her veninde,
selv har jeg nu sikkert over noget,
og er rigtig glad for, at hun endelig har fået en kæreste.
Så snakker hun meget om, du skal nok også få en kæreste,
eller du ved, altså sætter sådan nogle ting ind i ens hoved,
hvor man det bliver gjort meget klart,
det er forkert lige nu, at jeg ikke har en kæreste,
jeg skal nok få det på et tidspunkt, så jeg kan få det lige så fedt som dig.
Nogle gange bliver der talt sådan nogle sandheder op,
fra dem, som har det lidt bedre, eller er lidt federe af stedet,
at man så pludselig føler, gud ja,
jeg ligger jo også bare her hjemme hos mine falder,
det er jo også helt forfærdeligt.
Altså jeg havde for eksempel en veninde,
som for mange år siden,
da jeg lige havde fået en ny kæreste,
og hun var lige blevet sengel, og det skete lige oven i hinanden,
og så var vi på ferie sammen.
Og jeg kødsede med min kæreste hele tiden,
og holdte hinanden på lovende, og kræmme, og grinede, og fløttede,
og alt muligt, og hun var ligesom med mig,
og hun sagde, altså jeg tror, det var et dator, eller sådan noget,
var hun sådan her, det der, det skal stoppe lige nu.
Nej.
Jeg kan simpelthen ikke holde ud og være med,
altså enten så tager jeg hjem,

eller også så styrer du dig med den der ny forældskelse,
fordi det skær mig lige i hjertet,
og det er som om det er en hund, og vi hovedet på mig, det er sådan, det føles.
Og så var jeg jo bare sådan her, fuck det forstår jeg godt,
fordi hvis der er noget, der har gjort mig ulykkelig i løbet af mit liv,
så er det hjertesår, så jeg sagde til min kæreste,
med det samme, vi skal køse meget mindre,
vi køser kun, når hun ikke er der, og så gik der nogle år,
og så da jeg fortalte om det, jeg var 27,
og mistede det hele på en gang, så havde jeg været ude med hinanden,
og vi havde været i byen, og så sagde hun på et eller andet så spunkt til mig,
og jeg kan ikke huske præcis, i hvert fald en kontekste kom,
og hvordan hun sagde det, men hun fik i hvert fald sagt,
at hun mest var i byen med mig for min skyld,
fordi jeg var single,
og hun behøvede jo ikke rigtigt til at byen, for hun havde en kæreste,
og det var mest single, at der brug for at tage i byen,
og der blev vi nødt til at have den omvendte samtale, som at snær,
det må du aldrig sige til mig igen.
Du må aldrig selv hvis du er sammen med mig for min skyld,
fordi jeg kodede af det for tiden, så plislæg sig det til nogle andre end mig,
og hvis jeg prøvede at isolere det, så var det faktisk en af,
det var noget af den fedste tid i mit liv.
Jeg havde ikke noget ansvar over nogen.
Jeg hyggede mig så meget med min familie.
Jeg ved ikke, hvordan Lytterne har det med sin familie,
men det lyder som om hun åbner, at der har en relativt god relation,
sådan nogle gødre, og til hjem, og være sammen med sine brugere og sine valgter.
Jeg elskede min familie, og jeg synes, det var en gav at have tid til at være sammen med dem,
som jeg savner helt vildt meget, for pludselig har man sin egen lille, nye etablerede familie.
Men Maria, synes du også, det var en gav at være sammen med din familie,
der du var 27, og lå deroppe sofræn?
Ja, men det er splittet, fordi hvis jeg isolerede alle forventninger
for at samfunde om, hvornår man skal have børn, og hvornår man skal kærester,
og hvis jeg isolerede netop det, jeg snakket om med denne her konkurrer,
jeg har netop de følelser, som jeg kunne få fra mine veninder, som sagde,
skat, du finder ham lige om lidt, eller du skal nok få det der job,
eller et eller andet, hvor jeg blev stræst over.
Hvis jeg så ikke gør det, så er det ikke godt, eller så er jeg bagud.
Hvis jeg tager alle de ting væk, så hyggede jeg mig f*****g meget.
Men hvis du kan, så også prøv ikke os at bide dig fast i en sannhed om,
at det er hvor du er en taberagtig situation.
Det er bare et tidspunkt i dit liv, hvor du er mellem nogle ting,
og det kan være på mange måder det vigtigste stadig overhovedet i dit liv,

fordi du har en mulighed for at finde ud af, hvad du rigtig gerne vil.
Og hvis der er noget, jeg savner rigtig meget, så var det jo netop det der med,
at blive passet på, og hvis der er et sted, jeg føler, at blive passet på,
så er det hjemme hos mine falder.
Og jeg savner godt nok at have tid til at tage derhjemme hver weekend,
og lægge på sofaen, og hygge med dem.
En dag så har man ikke sine falder længere, så hvis du kan, så prøv virkelig også
at se det som en vinder ting, at lige nu, der er et sted,
hvor mange af din veninder måske også savner,
den tid, hvor de havde lidt mere frihed, og tidsnok, så skal du nok få alt andet.
Og så vil du måske savne lidt af det, du har lige nu.
Jeg er fuldstændig enig.
Altså, jeg kan også gå tilbage til dengang, jeg lå på sofaen,
og hos mine forældre har tænkt, hvem helvede er jeg,
og hvad skal der ske, og hvorfor ligger jeg her en lørdag aften,
med mine to forældre, der sidder ude i køkkenet og drikker kaffe,
og ser på frimærker, og jeg ser ingen ordentlig film på TV2,
og jeg vil gerne noget andet med, hvad det er, eller sådan...
Så kan jeg da godt nu sidde og tænke, sådan,
ah, der var der ret den aften, dejligt belysning.
Jeg siger ikke, at det var en fantastisk tid,
jeg havde hjertesorg, jeg var ked af det, og jeg var bange for,
hvad der skulle ske.
Finder jeg kærlighed, finder jeg et godt sted at bo,
får jeg et nyt drømmetjop, alle de her ting,
men min poing, det er bare, at det er jo meget frygten.
Det er den der ide om, hvad man skal have,
der gjorde det så uledeligt.
Det synes jeg, at man kan gøre en lille smule ved at lægge mærke til,
hvordan man snakker med f.eks. sine venner, om det er os liv.
Fordi hvis man kun snakker om det, som om det her,
det er bare en vendig position, selv hvornår jeg får dit liv,
så har man allerede etableret et meget uli foran.
Ja, det er 100 % rigtigt.
Jeg bliver pissemissuldt på min veninde.
Fordi den anden dag, der er så lov på sængen i sommerhuset,
spiser et stykke ruprød med færdiglade fiskefrikkedeller,
der fik hele køleskabet til at lukke det A.C. Frobrudt,
så skøber min veninde.
Hende som altså er voksten, ligesom mig,
men på en måde stadig har formået at oprettholde livsknisten,
og på derhverandet tidspunkt befandt sig i Südfrankrig,
hendes kæreste.
De havde altså bare haft verden stegligste dag forleden,

hvor de havde kørt rundt i en rød væspa i bjavnøjer,
og spist is og druk viner, og haftes så filmagtigt.
Og deroppe var jeg svager.
Pludselig så så jeg mig selv ud fra at lægge der kl. 1830,
som en voksen baby og spis fiskefrikkedeller fra Netto og Sudin, Brigtuset, stadig Sødsealand,
mens min bedste veninde hun kørte i en, hvad det så endde betyder, rød væspa.
I nogle franske bjave og var hovedrådene i en romantisk movie,
hadet mig selv at følge det spildt med liv,
og gik løb af de bedste år med min kæreste i et f***** sommerhus.
Tog mig sammen og skrev, at det lødte bare så fantastisk,
og at jeg selv har hjemme at være udviklet mig at tage en par selvhusperson,
der går op i bredet til terrassen og griller pølser,
og drikker sukkerfri sod og vand,
køber spot var at høre noget til mine havumøbler i Netto,
og renter fliser med grundrens,
men så hører jeg på fire og går i h2, som daler med to forskellige sukker i.
For ikke at glemme mig, at jeg ser programmer med lene bajer som værd,
og taler om ting, som at nu skal vi også huske at købe mykkesprøg i morgenen,
og om vi mange kalone en trailer af min kæreste svares kones børn,
fordi vi skal på genneprostationen med et bordbenkesæt.
Hadet håbet på et svar, der ville lydde noget, eller ej, skat,
du er stadig mega rock'n'roll, det er bare en fase,
men jeg fik i stedet et svar, der var sådan, he, he,
guld emoji hovedet med en lille presse torre,
og så lidt mere info om sydfrankrig.
Tænk det så, at hvis ens bedste, men end en gang længere,
kan fortælle, at man ikke er en par selv huspige,
så er man det fanden med.
Og så tror jeg, at en ting, som i hvert fald kan være så meget befriende for mig,
nogle gange, at ting går, det er, at nogle gange så bruger man oceaner af tid.
Altså, jeg har næsten lyst til at sige, at man spiller oceaner,
at tid på at bekymre sig over noget, som når det så sker,
så sker det på 3 sekunder, eller på en dag, eller sådan noget.
Hvorfor så du med?
Jeg gik i to år og var sådan, hvorfor fuck har jeg ikke fået en kæreste?
Og havde det præcis, som hende det her har skrevet ind,
og var sådan folk irriterer mig med deres kærester,
folk føler sig samle deres kærester, det er ulykkert, det er klamt,
det er et tænkt ikke at høre om det fjern, jeg fremmer,
og så samtidig gjorde jeg, at det var ulykkelig over,
og jeg følte, at der var noget i vejen med mig, så jeg ikke kunne få det til at køre om en kæreste.
Og så lige pludselig, videre lidt på en aften,
så ændrer hele mit liv, så møder Simon ud af blå,
og så blev vi kærester.

Og noget af det, jeg tænker på i dag, er jo netop, hvorfor møder jeg ikke de to år lidt mere? Hvorfor gav jeg ikke mig selv lov til bare at være mig, i stedet for at gå og samle ind med andre, og være ked af, at jeg ikke var som dem? Altså fordi, så ville jeg egentlig have haft nogle fantastiske år, fordi det var sjovt, det var godt, jeg gik i byen, jeg festede, jeg havde gode venner, jeg købte med en masse smøge mænd, jeg havde et arbejde, jeg havde min egen lejlighed, og det var sådan nogle af de mest unikke år mit liv, som man aldrig får tilbage, men 50-60% af tiden brugte jeg på at slå mig selv ordentlig i hovedet, fordi jeg ikke var sådan, jeg følte, at normalt ikke anvældte, at jeg skulle være. Både som du siger det der med at alavare mig sig til sig selv, man bør være i et sted, fordi man føler, at man skal være der, på grund af samfund og omgangskris, men også ellers bare prøve at sige til sig selv, at sådan alt hvad, i hvert fald, ofte meget af det, man går og bruger energi på at bekymre sig, og om det skal ske, og om det kan det ikke snart, og kunne det ikke godt, og af hvad de tager, at det ikke skal for mig, og sådan noget, så lige fuldstændig så skal det bare, så skete det, og så var alt den der tid, hvor man bare gået slået sig selv ordentlig i hovedet, bare så fucken onsvag, ej, hvor dejligt at tænke på, at måske imorgen er vundet op, så det der er bare bif, har fået det dyrt op, jeg gerne vil have, og det er sket så mange gange, så det er lidt altså underligt. Tænk går altid meget hurtigere, når de pludselig skærer, en man har forestillet sig, man forestiller sig, så skal vi møde sig, skal vi date et halvt år, så bliver vi kærestes, skal vi være kærestes i et år, før vi flyttede sammen, så skal vi være sammen i to år før han frier, pludselig er der gået 10 år før, at jeg står og har en mulighed for at få et barn, det er bare ikke virkeligheden, tænk skærer bare lige pludselig overnæt, så glemmer man os ikke så tilbage. Men alligevel så kommer jeg hjem for 14 dage siden, efter jeg har været til teori-team med min veninde Anna, som er jo også en person, jeg startede ud med at samle en med meget med. Anna Lindt, som for det første er 6-7 år yngre end mig, og for det andet er en person, som jeg opdagede, hvem var der, hun skulle være værd på kænderlyttypen, hvor jeg lige havde sagt, mit job op og var sådan, fuck det her lort, hende der, hun er 6-7 år yngre end mig, nu skal hun være værd på et eller andet største tv-vokrommere, og jeg ligger her og krøder røv i Hamburg og skal videre engang, hvad der skal ske med mig og min team. Og var bare sådan, det kan ikke være rigtigt, hvad jeg har gjort forkert her i livet siden, at nu dem, der er så meget yngre end mig, skal til at have så meget succes. Der skal jeg hevel mange ting, det går rigtig godt,

og det gør det jo egentlig også for mig, men jeg har bare ingen anden ting,
end i mit hoved, der er sådan mere,
og så sammenligner jeg med nogen lidt med dig eller med Anna,
eller sådan noget, hvor det går endnu bedre for jer.
Eller forstår du, hvor man ikke nærmest har endnu flere, der vil have fat i jer.
Og så har jeg lige haft en periode, hvor jeg har mistet tre jobs,
der egentlig skulle have været lukket,
og da jeg så skal hjem,
jeg går til Kørkort med Anna,
og da jeg så skal hjem for den teori-team,
hvor jeg føler, at Anna hun lige har fortalt om alt muligt at sejre optagelser,
hun er i gang med at spænde projektene på DR og sådan noget,
og jeg sidder der inden teori-team, og har fået lukket to podcast,
altså på den dårlige måde, de blev ikke til noget, at lige være,
og så skulle hjem og komme ud og åbne en mail for et tredje kampanjejob,
jeg skulle have lavet, hvor de sådan ikke alligevel så begynder jeg seriøst bare at hylge.
Ja, du slår ikke af den med godt.
Og hvad hedder det? Uppnåddøreren og Simon er der hjemme,
og så er jeg bare sådan,
jeg føler mig som den største fiasko.
Jeg kan ikke mere, jeg gider ikke det her mere,
jeg kan ikke finde ud af en skid,
alle andre er fucking dygtige, det går fucking godt for alle, synes jeg.
Altså både dig og Anna, men også beilet.
Jeg var sådan, alle mine veninder, de har de bedste jobs, de så siger,
og jeg kan ikke en skid at folk, de lukker jobs i hovedformer,
som jeg troede, jeg skulle have,
og det må være fordi, at jeg er det største måde i verden.
Det har vidtet lidt sådan en følelse, jeg havde.
Jeg tror egentlig bare, at min point er, at selv nu den dag i dag,
hvor jeg godt ved det der med, at man skal så prøve at være med at bekymre sig,
og man skal så prøve at flytte sig fra de der dårlige tanker,
og man ikke skal samle en som andre,
fordi det er altid af en side af den anden historie,
og bla bla bla sådan noget, så kan jeg bare stadig godt blive ramt,
som altså er et lyn tål i smasken,
og så kan jeg bare ikke tabe ud af de der følelser.
Jeg var jo ked af det en uge, hvor jeg bare sådan faktisk kunne have det sådan lidt svært,
med at skulle se nogle af dem, som jeg synes det går allerede bedst for med karrieren.
Jeg var nærmest sådan, uha dig eller Anna, eller nogle af mine andre veninder,
sådan, jeg ved en gang, hvornår jeg gider at se igen.
Fordi, fordi hver gang jeg så mere sidder,
jeg bare føler, at jeg sådan lille hånden tål, der ikke har styr på en skid,
og så kan jeg bare sådan der brav dig ud af, og alle elsker jeg, faktisk.

Og jeg elsker jeg fucking ikke.
Jeg kan ikke forstå det.
Så synes jeg jo netop, at det der, der kommer en kæmpe styrke i at sige det,
at det kan få en tættere på en anden.
Har du også haft oplevelsen med at sige det?
Ja, det har jeg også.
Fordi det er jo, som sagt, noget, jeg har haft simpelthen.
Det er jo også, at jeg havde en veninde, som jeg arbejdede med ude på The Voice,
på et tidspunkt, hvor jeg synes, at alt, hvad hun lavede, var sejre,
og hun havde kry, hun havde The Voice åbent,
som hun ligesom har startet sin egen radistation,
der er sin separat radistation, man kan streame,
og indføre sit eget program, og sådan noget.
Der sad jeg også igen, og havde en lille smule und i røven over,
hvor dygtig jeg virkelig, hun bare synes, hun var,
og hvor meget folk var oppe at køre over det her program,
og det her format, og hende, og sådan noget.
Og samtidig var der også, at fik hun også et job på et plads,
og havde selskab, og alt muligt, og jeg sad jo bare, at det her var sådan...
Men der kan jeg tydeligt huske, at vi faktisk havde en samtale,
og det er et eksempel, hun tit hiver oppe at have den, når vi ses,
hvor jeg bare sagde til hende, at hun måtte undskylde,
hvis jeg havde svært ved at sige til løge, og være glad på hendes vejne,
men at det havde jeg, fordi jeg kunne mærke, at jeg på en eller anden måde
også ville have alt, det hun havde, og at jeg synes, at...
Hvilken måde jeg brugte over uret færdigt, men jeg var sådan,
men jeg vil også...
Jeg er misundelig, altså, jeg vil også altid have tænkt,
at jeg synes, at det er fucking nice,
og jeg synes ikke selv, at jeg rigtig er så glad, at det er, hvor jeg er, måske.
Og den, der i dag, så siger hun, at det er den eneste gang,
der nogle, der egentlig har i talelse, at det er derovre for hende,
fordi man er jo heller ikke dum, når man er på den anden side.
Altså, man kan jo godt mærke, når folk sidder og taler ens succesoplevelse med.
Man kan jo godt mærke, hvis folk trækker sig.
Man kan jo godt mærke, hvis folk ikke kan finde ud, at være glad på hendes vejne.
Men det kan jo, som sagt, godt være en samtale,
som jeg tror, størrelsen af folk ikke tager.
Særligt, hvis man er på den side, hvor man bare kan mærke det,
men det er jo ikke meget, der har et problem.
Nej.
Så det er heller ikke mig, der skal i talelse det.
Jeg synes, at de følelser, som hun har,
hende, som har skrevet ind alle følelserne,

jeg kender seriøst til dem allesammen.
Og det gør, at du jo i virkeligheden også tænker, ikke?
Og jeg synes ikke, at der er nogle af dem, man ikke må have.
Altså, det hele handler jo virkelig bare om, hvordan man håndterer dem.
Lurser der og fulgte mig forkert og kedelig for en størn ind til,
at Google'et Vesper har fandt ud af, at det fucking er en knallot
og ikke en kabrylis, som jeg har forestillet mig ind i hovedet.
Hjælp på en måde lidt, fordi det mindede mig om,
at jeg aldrig har drømt om at sidde to voksne mennesker på en scooter,
og at jeg faktisk slet ikke er en Vesper-pi, eller en Parcellhus-pi,
men en Comfy-kabrylige pi, der lige nu ordner et hus,
men snart er ude på den anden side, klar til fucking og køre rundt uden tag.
Ved ikke, om det giver mening, der er på.
Men på enkel må være, at man nogle gange samler ene sammen med andre
og føler sig forkert og fornødt tur på.
Men at man, når man gør det, ofte glemmer sig selv
og tror, at man vil have det, andre har, fordi man er forblendet af noget,
men tror, at man ved, hvad er.
Men når man så skraper lidt i overfladen, så finder man hurtigt ud af,
at man egentlig er glad nok for det, man har.
Vigtigst alt er det nok også at lavere med at gøre, som jeg gjorde,
og gå i panik og tænke, at jeg er ind på den forkerte hylde.
Jeg vil heller have alt det, du har.
Det tror, jeg sker ret tit, når ens tabu ret ben af lidt vagtelvånene.
Og så skal man bare have den stabiliseret igen, for at kunne se klart.
Og det er jo bare en del af livet, så ingen grund til panik.
Hvis vi lige tager udgangspunkt i den fortælling fra din dag på,
som du har læst op, så kan jeg jo genkende alle følelserne.
Men det sjov er, at jeg tror, at imens du har kigget på hendes liv.
Altså, så har jeg jo kigget på dit og set fuck et sygt liv.
Købt et sommerhus og en kæmpe lejlighed på et ekspert i to etager,
som I lige også har råd til at totalrenovere, så det bliver fucking lækkert.
I har ingen børn.
I kan bare være vågen lige så længe i vil, lige så sent op.
Bare gå netop der og renoverer i en geestring og en t-shirt,
og være lækre imens, og drikke glas vin, og hygge os, og så tud med vores venner senere.
Det er jo sådan, jeg har set det.
Det er liv, som du, altså, imens du har siddet i det og kigget på hendes hende.
Futsændig nødnest afboak, de eller seksende city,
de maler jo fadem altid i en nødtøj, og så er det sekset på en eller anden måde.
Men det er jo slet ikke det, der er sket.
Min kæreste, der bare ser ham ikke for morgen til aften,
fordi han bare står og graver huller og kører på lådsepladsen,
når han er i starka og hjælper håndværker og sådan noget.

Men det er rigtigt det jo så sjovt, at du så har kigget ud fra,
og været sådan, ej, hvad satte dig i det?
Du sidder ude fra, og forstiller dig en kaprolinde,
og hun skriver, at vi er spændende.
Og jeg sidder ude fra, og forstiller mig den her grøn og boller bag,
efter man har malet aktige energi i renovering.
Den rige og sekset renoveringsenergi.
Og det har været noget helt andet, ikke?
Og så sidder du og kigger på mig og forstiller dig det der.
Fantastisk smukke bryllup, og jeg har fået to børn,
så fucking hurtigt, jeg kan ikke snakke af syge og all alord.
Det er en cirkel, hvordan Miel ser på hinanden.
Det virkelig virkelig er en cirkel.
Og det gode er, at jeg skrev det her,
men jeg talte jo også med min veninde om det, da hun kom hjem.
Hvad sagde hun til det?
Jeg huskede hun grine, fordi hun syntes, det var sjovt, at hun var eksempel.
Men også, at hun godt ved, at jeg godt kender hende.
Jeg ved godt, at min veninde, hun har alle mulige ungledere med grine.
Og hun har altid undimelt, at jeg har nogle ting med maven.
Og så romantisk og perfekt, som jeg forstiller mig, det der var.
Det var det måske for hende i et kvarter, fordi så lige pludselig,
så hun kunne tage mig til at køre hjem, fordi så fik hun grine.
Og det ved jeg.
Så jeg sidder her og romantiserer hendes færre af, og jeg snakker bare, hvad er det?
Snid, man. Hun bare kan køre rundt der på, eller i, en rødvesper,
som jeg jo troede, det var, og stakkels mig, der bare ligger her.
Det var også fucked up, når man kender hinanden så godt.
Du kan se på hjerneskindinger, når du bliver besøgnelig.
Lige det sted i hjernen, hvor også moraliske overvejelser er.
Det har et Japan-studie i Følgevidenskab.dk vist.
Forskningen viser, at vi kun oplever med søndelse over,
hvor en der har eller er noget bedre i forhold til os selv,
hvis altså det er relevant for vores egen situation.
For eksempel, så er det de færreste ærester af mit søndelige betrådningen.
For vi sammenligner os ikke med hende.
Vi har altså størst risiko for, at mit sønden mennesker, der ligner os selv,
og som vi kan spejle os i.
Forskningen viser også, at hvis en person, vi med sønder,
oplever et nederlag, så aktiverer vi.
Hvorfor synes du, at det er så sjovvæltidigt?
Det ser vi, hvis mig er alt det her.
Forskningen viser det også, at hvis den person, vi med sønder oplever
et nederlag, så aktiverer vores nødelsesenter i hjernen.

Den følelse, som forskere vil katacryse os om.

Som skadefrog.

Jeg føler, at jeg er psykolog og er i gang med at lære noget for mig selv.

Det er jo så sygt, dermed, at forskningen viser,
at hvis en person, vi med sønder, oplever et nederlag,
så aktiverer vores nødelsesenter i hjernen.

Den følelse, som forskere vil katacryse os om, er så stærk en følelse i os mennesker,
at vi kan føle nødelse, når det går et andet menneske dårligt.

Vi har været på en nederlag, og vi har været på en nederlag,
og vi har været på en nederlag, og vi har været på en nederlag,
og vi har været på en nederlag, og vi har været på en nederlag,
og vi har været på en nederlag, og vi har været på en nederlag,
og vi har været på en nederlag, og vi har været på en nederlag,
og vi har været på en nederlag, og vi har været på en nederlag,
og vi har været på en nederlag, og vi har været på en nederlag,
og vi har været på en nederlag, og vi har været på en nederlag,
og vi har været på en nederlag, og vi har været på en nederlag,
og vi har været på en nederlag, og vi har været på en nederlag,

Hvis man ikke får hanteret sin misundelse på en konstruktiv måde, kan det skabe en klyft i
vendskabet og måske i sidste ende ødelægge.

Derfor får du her nogle råd til, hvad du kan gøre, hvis du oplever misundelse i din venskaber.

Nr. 1. Møde dig selv med forståelse. Mange er også kommer til at dømme mig selv for at følge
misundelse selvom det i virkeligheden er meget almindeligt og menneskeligt at føle.

I stedet for at være så hård ved dig selv, så øvder jeg at give plads til det du føler og husker man
ikke kan styre hvad man føler, men når man til gengæld har en indflydelse på hvordan man vil
håndtere de følelser der kommer.

Nr. 2. Hvad nysger jeg på misundelsen og bruger den til noget konstruktivt? Fordi misundelse er en
så udskaeldt følelse, kan det måske være svært at se at der skulle være gennem noget konstruktivt i
den.

Men det er der. Hvis vi er villige til at blive misundelsen og undersøge hvor den kommer fra, kan
den peges i retningen af nogle af de drømme, ønsker og mål vi har for vores egen fremtid, som vi i
bund og grund ser i vores ven, vi misundler på.

Hvis du for eksempel bliver misundelig på, at din ven har fået nyt og spændende arbejde, er det
måske på tide, at du venner blikket indad og forlader det karriersgift du altid har drømt om.

Eller hvis du misundler på din venst evne til at tale med nye mennesker, kan det måske være
motivator for at du selv træder ud af din komfortzon og begynder at tage en teativ til at snakke med
mennesker, som du møder for første gang.

Misundelse kan bruges som et slags livskompass, der holder os på sporet af de ting, vi selv drømmer
om og opnå, hvis vi er altså villige til at lytte til den.

Nr. 3. Bruger misundelsen som en mulighed for at styrke vennskabet?

Vi har en tendens til at holde misundelsen hemmelig for dem, vi misundler på, fordi der er et kæmpe
tabu for bundet med følelsen.

Men når vi holder det hemmeligt, kan det desværre end med at skabe en større distans i vennskabet.
At fortælle om sin misundelse kan give vennen en indsigt i, hvorfor man måske har været
afstandstagende eller i et tabelige periode.

Det kan være vildt svært at åbne den samtale, og det er selvfølgelig nemmere sagt end gjort.

Det er ikke alle, der har behov for at sige det højt, og det er også okay.

Nr. 4. Øv dig i at skifte fokus. Anerkend følelsen af misundelsen, men undgå at fodre dig selv for meget med tanker om hvad andre har, som du ikke selv har.

Overvej de ting, som du allerede har i dit liv, og de enskaber, som du allerede besider.

Egentlig meget banal måske, men husk også at tænke på det, du har frem for at kunne tænke på det, du ikke har.

Jeg føler, at vi kunne tage dig om det her for evigt.

Altså, jeg har sådan noget. Nej, ved han, jeg har noget mere. Jeg gerne vil sige helt fedt.

Vi skal lave mange afsnit, hvor vi dykker ned i sådan mere specifikke dele af misundelse og sjaloci og sammenligning.

Det skal vi 100%, men nu skal jeg tis.

Hos mig.

Jeg glæder mig til at vende spændende stue med mere stemme.

Ja, spændende om du gør. Eller så kan det være, du begynder at gå og blive misundelig på min.

Det er altså 100%, jeg har allerede misundelig på din.

På en eller anden måde kan jeg godt lide, når folk er misundelig på mig. Lad os bare slutte på det.

Hvis du har et vinskæbsbørsmål, 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 Ita Sofia.

Og så er det hun 12 for vinskaber i lyttesfælde.