

KRISTINA ESKILDSEN

Kristen i kvartvejskrisen

*Når forestillingerne om det rigtige liv
bliver rystet*

CREDO

Indhold

Til dig der er på vej **7**

Kapitel 1: Kvartvejskrisen **13**

Kapitel 2: Urolig for mit fremtidige jeg **21**

Kapitel 3: Du må gerne håbe **31**

Kapitel 4: Skammen over at livet ikke føles
som en succes **47**

Kapitel 5: Hvor er du Gud? **69**

Kapitel 6: Når fællesskabet bliver
smertefuldt **85**

Kapitel 7: Forventningspres fra
fællesskabet **101**

Kapitel 8: Vi trænger til nåde **117**

Kapitel 9: Et hverdagsliv med sindsro-
bønnen i hånden **133**

Til dig der stadig er på vej **147**

Tak **151**

Om forfatteren **152**

Til dig der er på vej

Bogen her er skrevet til dig, der synes, at du roder lidt med livet – eller at livet roder med dig. Den er til dig, som er på vej ind i voksenlivet. Den er til dig, der har en masse forestillinger om, hvordan livet burde være, og til dig, der allerede har fået nogle af disse forestillinger rystet. Den er til dig, der finder meget ro i, at Gud er med dig. Men den er også til dig, som måske har slået sig på Gud eller det kristne fællesskab. Den er til dig, der nogle gange føler, at du er den eneste i verden, som ikke har styr på livet, troen og det med at blive voksen.

Mit største håb er, at du med bogen får en oplevelse af, at du ikke er den eneste. For det er du ikke. Og uanset hvor ensom du føler dig i rodet, så er du ikke alene. Det håber og beder jeg om, at du vil opleve.

Og så er bogen ikke kun til dig, men til os. Os som fællesskab. For i nogle perioder kører livet bare derudad, og man kan nemt glemme, at det gør det ikke nødvendigvis for alle. Nogle gange kæmper vi måske ikke selv med livet, men så er der andre i vores fællesskab, som gør det. Nogle, der har brug for os. Ikke for vores medlidenhed, men for vores forståelse. Den forståelse er vi nogle gange gode til at vise i kristne fællesskaber, og andre gange er vi ikke. Derfor er bogen her også skrevet til os i de kristne fællesskaber, i håb om at vi bliver bedre til at møde hinanden med nysgerrighed i vores forskellige livssituationer, så vi spørger ind til hinanden fremfor blot at antage, hvordan andre har det.

For nogle år siden skulle jeg på en kristen sommerlejr holde et seminar om emnet "Når forestillingerne om det rigtige liv bliver rystet". Blot to dage før jeg skulle holde seminaret, havde den fyr, jeg var vildt forelsket i, sagt, at han alligevel ikke kunne forestille sig en fremtid med mig. Jeg var så ked af det. Også så ked af det, at jeg overvejede, om jeg i det hele taget kunne holde seminaret. Men der var bare så

mange pointer i det oplæg, jeg havde forberedt, som pludselig blev meget virkelige for mig. Jeg var på daværende tidspunkt 25 år og havde nok haft en forestilling om, at jeg på det tidspunkt i livet ville være gift – eller i hvert fald godt på vej til at blive det.

Men den forestilling var blevet rystet, og jeg fik brug for at sætte min lid til, at Gud var med mig, selvom det ikke føltes sådan. En pointe fra det seminar, jeg skulle holde, var, at intet menneske kan klare sig selv, og at det er vigtigt at lukke nogen ind i det svære. Det er lettere sagt end gjort, for det er ikke fedt at føle sig sårbar over for andre. I mit hoved vil der altid være en lille stemme, der siger, at jeg burde kunne klare det selv. Men nu havde jeg jo lige forberedt et seminar med pointen om, at det er der ingen, der kan, og det udfordrede mig til at række ud til nogen, jeg havde tillid til. Og jeg oplevede, at det hjalp. Smerten forsvandt ikke. Men det lindrede, og det gjorde det svære lidt lettere at bære.

Efter at jeg havde holdt seminaret, fik jeg mange gode snakke med folk, som kunne genkende sig selv i det, jeg havde sagt. De hav-

de også på forskellige måder oplevet at få deres forestillinger om det rigtige liv rystet. Det gjaldt eksempelvis drømmen om en tæt vengruppe, det meningsfulde job, den spændende uddannelse, de fede sabbatsår, børn, et liv uden sygdom, en hverdag med gang i, et virkelig fedt kristent fællesskab osv. Vi har allesammen mange forskellige forestillinger og drømme, og vi vil alle indimellem opleve, at de forestillinger og drømme bliver rystet.

Det gad jeg bare godt have været forberedt på. For så havde jeg måske ikke følt mig helt så forkert, da *mine* forestillinger og drømme blev rystet på vej ind i voksenlivet.

I de kristne fællesskaber tror jeg, at vi kan blive bedre til at støtte og opmuntre hinanden, når livet er svært – eller bare former sig anderledes, end vi havde forestillet os. Derfor drømmer jeg om, at bogen kan indlede en samtale om, hvordan vi bliver bedre til at rumme forskellige forestillinger om og ønsker til, hvordan livet kan være. Jeg drømmer om fællesskaber, hvor vi møder hinanden med nysgerrighed og respekt. Fællesskaber, hvor vi er medmennesker, der løfter hinanden, og hvor

vi tør vise sårbarhed. Det er helt sikkert svært, men det betyder ikke, at vi skal give op. En bog kan ikke ændre en kultur, men så er det jo heldigt, at den er skrevet til *mennesker*, der faktisk kan være med til at skabe forandringer.

Bogen er skrevet på baggrund af guldkorn fra andre bøger, samtaler og egne oplevelser. I løbet af bogen vil jeg komme med eksempler, men føl dig fri til at medtænke andre eksempler, der passer til dig og dit liv, og til at tage det ind, som du kan relatere til, og gå hurtigt hen over det, du ikke kan spejle dig i.

Og til dig, der lige nu synes, at du roder meget med livet, eller føler, at livet roder med dig: Jeg ved godt, at en bog ikke kan fjerne det svære, det usikre, det forvirrende, det grimme og det mærkelige ved livet. Men jeg håber, at den kan give dig mod på at møde det. Og mod til at lukke nogen ind, så du ikke skal møde livets udfordringer alene.

God læselyst fra en kristen søster, som selv er på vej.

Kvartvejskrisen

Måske har du hørt om begrebet midtvejskrisen. Du ved, når voksne midt i livet føler, at livets højdepunkt ligger bag dem, og så synes, at de skal til at genopfinde, hvem de er. Men hvad så, når man er på vej til at blive voksen – eller lige er blevet det – og måske ikke engang ved, hvem man gerne vil være?

Engang begyndte voksenlivet lige efter konfirmationen. Allerede her kom man ud på arbejdsmarkedet og begyndte at slå sig ned. Men i dag er der blevet tilføjet et nyt livskapitel, nemlig ungdommen. Man går ikke længere direkte fra barn til voksen, men fra barn til ung og dernæst fra ung til voksen. Det er en periode, som for mange varer et til to årtier, og som psykolog Mette Bratlann kalder kvartvejskrisen.¹ Dermed hentyder hun til den uro og tvivl, der kan opstå i overgangen fra ung til voksen,

1 Mette Bratlann, *Kvartvejs – Om at finde vej ind i voksenlivet* (København: Gyldendal, 2019), s. 10.

og frygten for, om man nu får opbygget “det rigtige” fundament for det lykkelige voksenliv.

Nogle vil kalde sig voksne fra den dag, de fylder 18 og bliver myndige, mens andre stadig kalder sig unge, selvom de er i 30'erne. Nogle forbinder voksenlivet med det at få fast bopæl, stifte familie og arbejde, mens andre mennesker viser, at der heldigvis også findes mange andre måder at være voksen på.

I en gammel Bølle Bob-film synger de:

Vi er ikke rigtig voksne

Vi er ikke rigtig børn

Vi er både-og og hverken enten-eller.²

I dag vil mange kvartvejs i livet måske i stedet sige: “Vi er *både* rigtig unge, *og* vi er rigtig voksne.” For overgangen fra ung til voksen er en kompleks tid, hvor der skal være plads til at være på vej og være begge dele på samme tid.

Overgangen fra ung til voksen er en tid præget af mange livsvalg, begivenheder, muligheder og oplevelser. Man kan føle, at målet er at få

2 “Vi er ikke rigtig voksne”, sang af Bølle Bob.

mest muligt ud af livet og skabe sit eget succesfulde livsprojekt. Modsat midtvejskrisen, hvor livets højdepunkt ligger bag en, føler de fleste i kvartvejskrisen, at livets højdepunkt ligger forude. Opgaven er derfor at skabe sig et solidt fundament for lykke, at holde alle døre åbne og samtidig lige huske at nyde hvert et øjeblik.

Problemet er bare, at det er umuligt.

NÅR LIVET RODER

Indimellem kan vi føle, at livet roder med os. Nogle gange laver vi selv fejl, nogle gange laver andre fejl, og nogle gange er man bare uheldig. Og når livet roder, eller hvis man begår fejl, er det nærliggende at tænke, at man har fejlet som menneske. Nogle gange skal man træffe valg, der indebærer fravalget af noget andet, for eksempel når man vælger, hvad man vil studere, hvor man vil bo, og hvem man vil gifte sig med – hvis man altså vil studere, slå sig ned eller gifte sig.

Livet indebærer hele tiden mange valg, ikke mindst når man er ung. Derfor kan overgangen til voksenlivet være fyldt med meget tvivl om, hvorvidt man nu træffer de "rigtige" valg. Man

kan blive stresset over alle de muligheder, man føler, man bør skabe for sig selv, for tænk nu, hvis man går glip af sit livs chance. Måske bliver man ramt af tanker om, hvorvidt Gud har en plan for en, og hvad den plan i givet fald går ud på. Det kan gøre, at man som kristen bliver endnu mere bekymret for at træffe et valg, for tænk nu, hvis man vælger noget andet end det, der var Guds plan. Og i en periode, hvor livet roder, eller hvor man bare ikke helt ved, hvad man skal stille op med sit liv, kan man blive trist over ikke at have det lige så fedt, som alle andre har det – eller virker til at have det, når man scroller gennem deres stories på Instagram.

At være kvartvejs i livet er forbundet med meget glæde, spænding og mening. Men det kan også indimellem være hårdt, svært og forvirrende. I nogle perioder er det måske bare fedt at være til. Og andre gange er det bare svært. I nogle perioder svinger det, og andre gange er det bare sådan lidt midt mellem og leverpostejstigt. At være kvartvejs er en tid med mange tilvalg og fravalg. Men det er også en tid, hvor man mærker, at man ikke altid selv

har valget. At der faktisk er noget, man ikke kan kontrollere. At man ikke er usårlig eller udødelig, og at man ikke kan styre alt. Måske er det kvartvejs i livet, at man indser, at man er et menneske – med alt, hvad det indebærer på godt og ondt.

Med begrebet krise henviser jeg til en udfordrende forandringssituation, ofte forbundet med de områder af livet, hvor man ikke selv har kontrol, og hvor der altså er tale om noget, man ikke selv vælger til og fra. Der er imidlertid stor forskel på kriser, fordi begrebet både anvendes om små hverdagsituationer (eksempelvis en tøjkrise) og eksistentielle kriser, der kan være altafgørende for den eller de ramte. Kriser kan både være individuelle som livs- eller troskriser, og de kan være kollektive, for eksempel finans- eller klimakriser.

De bagvedliggende årsager er ligeledes meget forskellige. Det kan handle om det at blive ældre, at skulle træffe valg eller erfaringen af sygdom, tab, ulykke, flytning, kærestesorg eller andre udfordringer i ens liv eller blandt ens nærmeste. Andre gange kan man ikke udpege en specifik årsag. I tiden, hvor krisen fylder i

ens liv, vil man sikkert opleve ikke at have de samme ressourcer og det samme overskud, som man før havde, og mange skal lære andre strategier til at håndtere den nye situation, fordi de vante strategier ikke længere opleves virksomme. Kriser er forskellige og opleves selvsagt også forskelligt, alt efter hvem man er som person. Og det er netop den enkeltes oplevelse, der skal tages alvorligt, og som jeg har fokus på i denne bog.

At gennemgå en krise er ikke ensbetydende med at være gået i stykker, selvom det kan føles sådan. Men det er en tid forbundet med udfordring og utryghed, som heldigvis også kan medføre udvikling og læring. En krise kan give dig livserfaring, men kan også byde på oplevelser, som du helst havde været foruden. Nogle bump på vejen kan vi forsøge at *undgå*, andre kan vi *lære af*, og nogle skal vi lære at *leve med*. Men vi er ikke blevet lovet et liv uden bump på vejen. Derfor handler det i kvartvejskrisen om at finde livsmod til at vælge glæden og hverdagen, på trods af at det til tider er hårdt, svært og forvirrende (jeg vil dog understrege, at det er helt okay, at man ikke altid er i stand til at

vælge glæden til). Når du kigger rundt og ser, at alle andre tilsyneladende har styr på livet, skal du vide, at der er ingen, der *altid* har styr på livet. Selvom du måske føler, at det kun er dig, der en gang imellem kludrer rundt i livet, er du ikke den eneste. Og uanset hvor meget kludder du laver, og uanset hvilke bump du møder på vejen, så vil Gud ikke forlade dig. Du er ikke alene i kvartvejskrisen.