

# Der skal held til

– en gammel mands oplevelse af sin verden

Af H.C. Rasmussen

*Den blandt meget andet tidligere Jægerspris Børneforsorgsseminarium rektor og arkitekt bag socialpædagoguddannelsen i 50'erne, socialpsykolog og nu reflekterende 80-årige pensionist H.C.Rasmussen, har gennem nogle år sørget for altid at have papir og blyant indenfor rækkevidde. Også når han kører i bus på sit mimrekort.*

*Det er der kommet en mængde af de såkaldte "sudelsedler" ud af, inspireret af og opkaldt efter den gamle tyske Göttinger professor Georg Friedrich Lichtenbergs "Sudelbücher". Små sedler med nogle stikord på handlende om alle livets forhold. Som i hjemmets fred og ro er blevet bearbejdet og udformet til mere afrundede billeder og tanker om en privilegeret gammels liv.*

*H.C. Rasmussens sudelsedler blev udgivet i Atreums monografiserie (nr.10, 2000), med støtte af Veluxfonden. Det følgende er uddrag fra denne monografi.*

## **Den kommende tid**

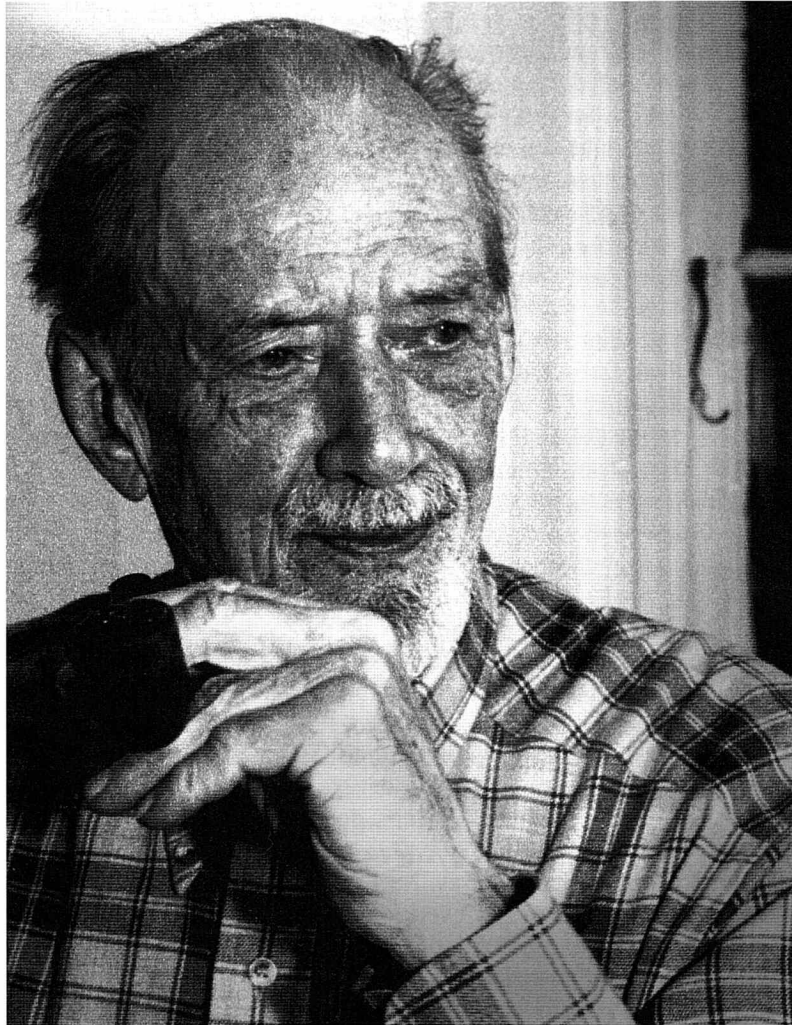
At blive gammel er en succes og et problem. Lad os studere de faktorer, der fortsat fører til successen, lige så meget som dem, der fører til problemer.

En privilegeret gammel mand vil sige én, der lever godt med ægtefællen uden økonomiske problemer i en god bolig, hvis børn har det godt, som er rørig, som har interesser, der holder ham igang, og som har et rimeligt fungerende hoved. Han har ikke andet at bruge sit angstpotentiale til end at frygte sygdom og dens konsekvenser, og det gør han så.

Den tredje alder begynder for den enkelte, når den erhvervsaktive periode slutter definitivt. Den er karakteriseret ved:

- Skift i social situation.
- Ændringer i tidsperspektivet.
- Mere eller mindre hurtigt forløbende fysisk forfald.

Man må ikke så gerne være selvcentreret i vort samfund, men man er det, og vi gamle har god tid til det. Vi kan så camouflere det ved at skrive om den fortid, vi har oplevet, og vade godt rundt i vor egen fortræffelighed i en selvbiografi. Mine



Modelfoto: PELLE RINK

sygdomme kan også bruges. Det er legalt i vores samfund. Men jeg vil hellere være skamløs og samle min interesse om mig selv og mine nu og fremover. Det er sjovere, og den kommende tid skal ikke blot give sig af med kroppens nedbrydning, den skal også handle om udvidelsen af ens åndelige liv.

Der er problemer med at komme af med sin adrenalin, fordi der stilles rolleforventninger til en ældre herres opførsel:

- En gammel mand farer ikke op.
- En gammel mand når sine mål ved at være roligt smilende.
- En gammel mand skal være passende ubehjælpssom, men ikke for meget, så han lægger beslag på for lang tid.
- En gammel mand må ikke være for skarp logisk.
- En gammel man skal beundre, hvad de unge finder frem til, uanset om han er enig eller har vidst det samme længe.

Vi er på tilbagetog, og vi ved, det ender med et nederlag. Men derfor kan vi godt gøre det elegant.

### **Trends**

Jeg oplever nu en række alderstrends. Herved forstår jeg nogle udviklingstendenser på det mentale område, der gradvis betyder en svækkelse af funktionerne. Den dårlige hukommelse for navne stifter vi tidligt bekendtskab med. Nu melder den sig også på andre områder. Endvidere dukker tendenser til mindre effektiv analytisk tænken op. Der kommer tendenser til gentagne fejlhandlinger, som man er længe om at bemærke. Jeg ved ikke, om det kan modvirkes. Man aner undertiden i det små den begyndende senilitet og ved således lidt om, hvad det vil sige, når den virkelig slår igennem. Men man skal selvfølgelig passe på, at der ikke bliver tale om en selvopfyldende profeti.

Jeg kan godt til en vis grad se, hvordan mit dagligliv vil udvikle sig, og hvad det er for ting, jeg ikke gider gøre ordentligt om nogen år. Det er dem, jeg allerede idag skal overvinde mig selv til at få udført. Det gælder fx sengeredning og hygiejne og fænomener i forbindelse med oprydning. Jeg er ikke rigtig klar over, om det også gælder mentale foreteelser. Men jeg kan dog se, at der allerede er stof i avisen, som jeg indtil for nylig læste, men som jeg ikke gider læse idag. Jeg kan aflæse, hvad der stadig interesserer mig, ved at iagttage, hvilke artikler i avisen, jeg læser, når jeg er småtræt.

### **Tiden**

Tidsbegreberne ændrer sig i disse år. For det første synes jeg, at alt går enormt hurtigt. Det bemærkes især, når jeg i dagliglivet skal vente. Før oplevedes en halv times overgangstid på en banegård som noget ubehageligt uendeligt. Nu er den nærmest hyggelig, og den er gået, inden jeg får set mig om. Det gælder dog ikke altid, fx ikke i venteværelset på et hospitalslaboratorium.

De faste tidsrammer skrider. Før havde jeg week-enden som et omdrejningspunkt og på næste niveau helligdage og ferier. Jeg registrerer dem stadig, men de spiller ingen rolle som tidsafgrænsninger. De er ikke mere de skodder, der deler tilværelsen op. Det hele glider undertiden ubehageligt ud i et.

Helt kan jeg ikke undvære nogen landmarks. Nu bruger jeg så fx at se frem mod en operationsdato eller en rejseperiode på det overordnede plan eller fx et selskab eller en teaterforestilling på det lavere niveau. På mikroniveauet spiller de heldigvis stadig uændrede måltider en rolle sammen med postens desværre noget uregelmæssige ankomst og TV-avisen. Søvnrytmen kan jeg ikke mere bruge til noget. Den er blevet for uregelmæssig. Strukturerne er ikke så faste som før.

Nuet går hurtigt. Den kommende tid er usikker. Den nærmest foregående tid forsvinder hurtigt i tågen.

Hvad der gøres hjemme mellem de store ydre begivenheder, er væsentligt. Men det gælder også om at få oplevet så meget som muligt så hurtigt som muligt ude. Du kan aldrig vide, hvor megen tid, du får til det. Får du megen, er der nok at tage af, men derfor kan du godt tage det væsentligste først.

“Lad os nu se”, er blevet en af vore hyppigt forekommende sætninger i dagliglivet. For nok lever vi en tryk tilværelse i vort miljø, men der er nogen usikkerhedsfaktorer, der spiller en større rolle nu end før: Den aktuelle helbredstilstand, træthedsfænomener og en vis dovenskab, som ikke er den samme snydedovenskab som før, men snarere en almen sløvhed.

Det er solid erfaring, at mange ældre har svært ved at få tiden til at slå til. Det siger de i hvert fald. Det skyldes nok i mange tilfælde, at de i virkeligheden er bange for at have for meget af den, hvorfor de sørger for at fylde deres kalender med mere eller mindre væsentlige aftaler.

### **Planlægning**

Min planlægning bliver mere og mere kortsigtet, og jeg trækker mig vist i stigende grad ind i mig selv, skaber en verden, der er mere afgrænset end før og beskæftiger mig mere med her og nu. Det er muligt, at jeg er lidt mindre nysgerrig, end jeg har været. Det kan

bekymre mig, men på den anden side har jeg oplevet for meget til, at jeg kan lade mig engagere og ophidse af hvad som helst. Det har med træthed at gøre. Jeg bliver hurtigere træt. Trætheden er taget gradvis til gennem de senere år. Jeg er nu nødt til at skrive ned, hvad jeg ønsker at foretage mig, så jeg kan finde balancen mellem, hvad jeg vil, og hvad jeg kan. En klogt prioriteret anvendelse af eksisterende kræfter er fornuftig. Men udefra opleves den af dem, der kun har med mig at gøre på områder, hvor jeg trækker mig tilbage, som tegn på generel alderdomssvækkelse. De ser ikke dem, hvor jeg kører videre for fuld damp.

Det værste bliver, når man ikke længere har kræfter til at gøre det, der er nødvendigt for at opretholde selvværdigheden, fx de helt nære ting som orden og hygiejne.

Vi gør en del ud af at snakke om, hvordan vi gerne vil have vore sidste år til at gå. Vi ved aldrig, hvornår det er slut. Vore forhold er så ukomplicerede, at et testamente er overflødigt, men vi har lavet et papir, der indeholder vore ønsker, fx om begravelsessted og forløb. At fordele efterladenskaberne overlader vi til de to børn. Papiret indeholder også en oversigt over konti, pensionsordninger, forsikringer, skøder m.v.

Dette er terminalplanlægningen. Men der er også en del ting, vi skal have taget stilling til undervejs. Skal vi opgive sommerhuset, som vi har haft i 45 år? Hvordan skal vi gribe det an, hvis vi fx på grund af sygdom skal forlade huset, vi bor i? Hvor vil vi flytte hen? Vil vi prøve at komme ind hos Lions? Hvad skal vi gøre ved alt det, der er i huset. Her håber vi, at den aftale vi har med børnene, holder. Vi tager det med, som vi kan og vil have, når vi flytter. Så tager de sig af resten. Hvad de vil gøre med det, er ikke vor sag. Vi vil bare ikke vide for meget om, hvad de gør.

Men der er også andet. Hvor længe kan vi blive ved med at rejse. Hvilke grænser sætter helbred og penge her?

Vil vi bruge privathospitaler?

Hvor længe vil vi have bil? Det er også både et helbredsmæssigt og økonomisk spørgsmål.

I hvilket omfang kan vi opretholde den selskabelige omgang med vore mennesker?

Hvor megen kontakt forventer vi med børnene?

Hvad nu, hvis en af os eller begge bliver senile?

Hvordan skal den, der overlever, gribe tingene an?

Der er sikkert flere spørgsmål, og selvfølgelig kan sådan noget ikke planlægges i detaljer, men det giver tryk i fællesskab at have tænkt det igennem, så vi ikke bliver overrumplet.

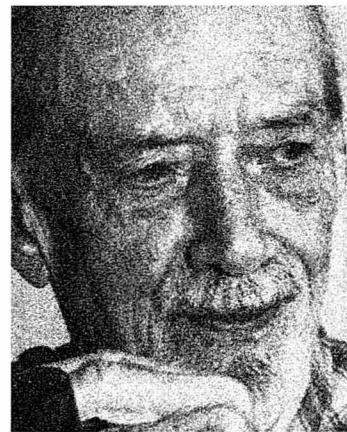
### **Arbejde**

Jeg er glad ved at få  $\frac{2}{3}$  af min tidligere løn uden at bestille noget. Men det passer jo ikke, at jeg ikke bestiller noget. Jeg bestiller bare noget andet, og jeg har nu ligesom før prioriteringsproblemer, men vægtningen er en anden.

Når dagligdagens praktiske gøremål er overstået, er resten af tiden for os gamle fritid. Det er svært at prioritere blandt alt det dejlige, man så kan give sig til. Det var lettere tidligere i livet, da arbejdet satte rammerne, og man kunne glæde sig over at snyde sig fra det og lave det, man helst ville. Nu er der ikke noget man kan snyde fra.

Det er nu nødvendigt at udnævne nogen af sine aktiviteter til at være arbejde for at kunne pjække til nogen andre af samme slags. Det er kunstigt, og tænker man over det, er det svært at gøre troværdigt for en selv.

Med mellemrum må man arbejde med at skubbe aktiviteterne et niveau ned og få mest muligt ud af det nye niveau.



Jeg havde lettere ved at snyde for mine arbejdsforpligtelser i gamle dage, for da var det andre, jeg snød – ikke mig selv.

Jeg har svært ved at vænne mig til den store ferie, der aldrig holder op. I den grad har mønstret med arbejde og fritid sat sig fast.

### **Pligten**

Gennem store dele af den erhvervsaktive tilværelse, har jeg været plaget af den pligtfølelse, som jeg er opdraget med. Den har dog dannet en god ramme om min tilværelse og har kunnet få mig til at gøre det, som erhvervsarbejdet krævede, men som jeg ikke havde lyst til. Nu har jeg været på pension nogen år og tro mig, om den ikke bliver ved med at plage mig i den grad, at jeg ligefrem søger noget, jeg kan være forpligtet over for.

Pligtrammen giver tryghed og er dejlig at have at skælde ud på. Er der ikke opgaver nu, hvor pligten stiller krav, har jeg det skidt. Jeg søger så ligefrem noget stort eller småt, som jeg kan være forpligtet overfor, så jeg atter kan lade mig plage og stresse af pligten.

I vor kultur bliver man hele tiden redet som en mare af pligten. Du har pligt til at gøre det og det, holde den og den aftale, opføre dig i overensstemmelse med normerne, tro på det rigtige osv. Det er mange af os undervejs blevet stressede af, og selv nu kan en dato, til hvilken noget skal være færdigt, også selvom det egentlig ikke er særlig vigtigt, og jeg let kan nå det, være en belastning.

Det plager mig lidt, at jeg ikke er håbløst bagefter med alt muligt. Da jeg var erhvervsaktiv, havde jeg så meget at lave, at jeg måtte prioritere hårdt, så der var altid noget, jeg ikke havde fået gjort. Det blev en tilvant tilstand for mig. Det ikke-gjorte var let at fortrænge, men jeg vidste at det ventede. Da jeg blev pensionist kneb det for mig at undvære den livsform, og det var måske en af grundene til, at jeg påtog mig så mange opgaver, at jeg stadig kunne have den. Det varede mange år, inden jeg kom ud af mønstret.

Jeg har ikke noget at have min dårlige samvittighed i mere. Den gav baggrund for megen, spændende intensitet. Nu flakker den sært rundt uden mål og med og er til besvær. Men forsvinde gør den ikke.

Før var jeg nødt til at lade kalenderen bestemme over mit liv. Det er jeg fri for nu, selv om den er svær at slippe, og måske er det en ganske god ide om søndagen at finde ud af, hvad den kommende uge skal gå med. Jeg er kovendt. Før kom pligten først. Nu kommer det sjove først. Jeg skal i hvert fald nå det sjove.

### **Det farlige**

Som gammel kommer det farlige indefra, ikke som før især udefra. Det gælder både det fysiske og det psykiske.

Der følger to farlige sætninger: "Det gør såmænd heller ikke noget." "Det er såmænd også ligemeget." "Det bliver nok ikke i min tid." Underforstået, hvorfor så interessere sig for det. Vi gamle har for mange flugtveje, når vi vil knibe uden om enten at gøre noget eller tage stilling til noget.

Vi kan spille på træthed, sygdom, manglende forudsætninger m.v. De yngre er ofte villige til at acceptere dem. De svarer til deres billede af gamle mennesker og giver dem frihedsgrader til at handle. Men accepten er nok ikke særlig sund for os, hvis vi vil holde os igang.

At skulle præstere noget i vores alder kræver selvdisciplin, for der er ingen der bemærker, hvis jeg ikke gør det. Det forventes næsten, at jeg ikke mere kan.

Det er stadig nødvendigt at prøve sine grænser af. Men nu er man selv nødt til at bringe sig i situationer, hvor det kan ske. Der er ikke andre, der giver mig dem mere. Enten på grund af repressiv tolerance, eller fordi det ikke har deres interesse, da man jo ikke mere betyder noget for magtpillet i deres verden.

### **Illusionstab**

Af natur er jeg pessimist, men jeg har brugt et langt liv til med held at snyde mange af

mine pessimistiske forventninger. Selvforagt er for mig noget nyt, men jeg oplever det af og til, fx når vi har været ude og jeg igen ikke har kunnet lade være med at æde og drikke alt for meget, og når jeg har været for diskussionsråbende.

### **Misantropi**

Er jeg ved at blive en hieronimus? Jeg lader mig fx ofte irritere af urolige og højroastede medpassagerer. Men larmede jeg ikke også i toget på grupperejser, og drak jeg ikke også sprut støjende med de andre på hotelværelserne, – egentlig til ganske højt op i alderen? Væn dig til larmen og mobiltelefonernes betroelser.

.....

Jeg er blevet forbistret rethaverisk, og det er det modsatte af, hvad jeg ønsker at være. Folk skal holde reglerne, ellers brokker jeg mig. Jeg kan ikke styre mine aggressioner her. Man skal holde sig i køen, og man skal lade være at ryge i ikke-ryger afdelingen osv. Jeg er det ofte på en måde, som jeg griner af, når det er andre, der gør det.

.....

Jeg låses mere og mere fast i vaner. Endnu kan jeg godt lide at gå ind i noget nyt, men de faste pladser ved bordet, mit rødvingsglas osv. binder mere og mere. Er det aftagende fysisk energi, der gør vanen besparende, eller er det mental træthed. Det er nok en blanding.

.....

Ændrer min psyke sig i disse år, eller er det bare nogen træk, der alle dage har været der, som nu træder tydeligere frem, fordi en række barrierer i form af angst for sociale konsekvenser forsvinder.

### **Tankevirksomhed**

Jeg kan godt få ideer, selv om jeg er blevet gammel. Jeg kan også godt få dem formuleret skriftligt. Men jeg skal ud i verden for at få dem. Jeg skal fx på mimrekort ud med bus og tog, sidde og kigge på mennesker og landskaber. Så kommer ideerne, og har jeg så papir ved hånden, og det sørger jeg for altid at have, så bliver de nedfældet til senere brug.

.....

Hver gang jeg ikke kan huske et navn, er jeg bange for, at det skyldes en Alzheimer.

### **Standardhistorierne**

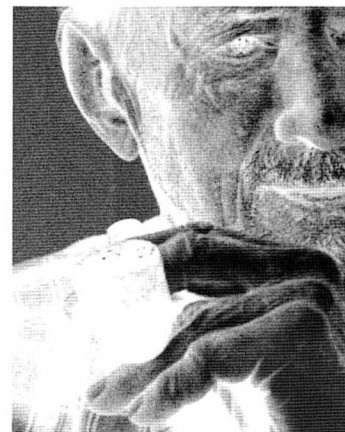
Jeg er irriteret på "repertoiret". Det er den faste bestand af historier fra den tidligere tilværelse, som jeg ikke kan lade være med at aflevere, når situationen giver anledning dertil, dvs når emnet giver muligheder derfor. Jeg håber, at dem jeg er sammen med, ikke har hørt dem før.

De bliver slebet mere og mere til og bliver færre. Der er ingen fornyelse, selv om der er stof nok til det. De er der og som præfabrikerede lette at gå til, så lette, at jeg ikke kan lade være med at skyde dem af, selv om jeg burde. Det ærgrer mig meget, når jeg nogen timer senere må sige til mig selv: Nå, nu igen.

Jeg har alle dage været slem til at prale, ikke mindst over for mænd, jeg konkurrerede med og over for kvinder, jeg skulle gøre indtryk på. Det er ikke blevet væsentligt bedre nu. Det må være lidt idiotisk at høre på fx for vore hustruer, når en bekendt og jeg fortæller hinanden om alt det, vi udretter. Men det bliver nok ikke bedre. Det er tilsyneladende et basalt mønster.

### **Angsten**

Jeg oplever nok mindre angst nu end på noget tidligere tidspunkt i min tilværelse.





Statusangst, økonomisk angst, angsten for at partneren skal forlade en for en anden, meget af sygdomsangsten, for man ved jo, at man skal slutte med en eller anden sygdom, er væk eller reduceret, uden der er kommet lige så graverende ting i stedet.

Det er lidt tilfældigt, hvad jeg er bange for. Jeg vælger 2-3 faktorer i tilværelsen ud og bruger tid og energi på at frygte dem. Jeg kunne lige så godt have valgt nogen andre af det utal af muligheder, der er.

.....

I gamle dage var det penge, der forhindrede mig i at købe og æde hvad jeg ville. Nu er det sukkersygen og frygten for vægten.

### **Bekymringer**

Tilværelsen bliver ikke lettere af, at jeg får færre problemer at løse. Så gør jeg bare de små, der bliver tilbage større og mere belastende. Bekymringernes byrde er nogenlunde konstant, indtil man får en alvorligere sygdom. Så samles de om den.

Jeg har nu for få ting at bekymre mig om, så de kan ikke balancere hinanden af.

Det drejer sig ikke mere så meget om at bekæmpe lysten til en ting eller en rejse, som at få lysten til den.

### **Vedligeholdelse**

De siger, jeg skal drikke et par liter vand om dagen. Jeg nøjes med et par glas.

De siger, at jeg skal børste tænder morgen og aften. Jeg klarer mig med en enkelt gang.

De siger, at jeg skal nøjes med et enkelt glas rødvin om dagen. Jeg klarer mig med tre.

Der er så meget de siger, at jeg skal og ikke skal, at det er uoverkommeligt. Jeg har fundet ud af, at hvis jeg gør lidt af det, er det tilstrækkeligt. Forskrifterne er næsten altid overdreven forsigtighed, i enkelte tilfælde kamoufleret magtudøvelse. Men der er som regel en kerne af sandhed i dem.

### **Troen**

Hvad naturvidenskaberne har fundet frem til, betragter jeg ligesom religionerne, som spil, som jeg bruger time efter time på at finde ud af. Jeg er nok mest bange for naturvidenskabernes udvikling og det deraf følgende forbrug af ressourcer og synes, at religionerne har givet mig de fleste positive oplevelser, selv om jeg ikke tror på myterne. Men nu som gammel kan jeg da se, at vi på en helt anden måde er troende. Jeg tænker ikke på sekter og lignende, men på at naturguderne efter et monoteistisk mellem spil er erstattet af de naturvidenskabelige guder og forbrugsguderne. De dyrkes intenst, men efter andre ritualer end tidligere. Pillerne har erstattet Jomfru Maria og et udvalg af helgener. De er måske lige så effektive. Hvornår begynder vi at sende takketelegrammer til la Roche? Nu skulle der ikke mere være nogle formelle autoriteter, der kan gøre mig utryk, fx chefer eller regler. Men det savner jeg nok også. Nogen bruger Vorherre i den situation. Det er en del af troens styrke. Jeg må se at få en sag, jeg kan tro på.

Den tiltagende skepsis får mig til at miste dele af min ideologi. Tabet af fremskridtstroen vejede tungt. Men det er jo gået os godt. Bliver man sortseer af for megen medgang, – for lidt at kæmpe mod eller kæmpe sig frem til.

### **Før og nu**

At følge med tiden vil primært sige ikke længere at undre sig over, at tingene ikke længe er, som da man var yngre.

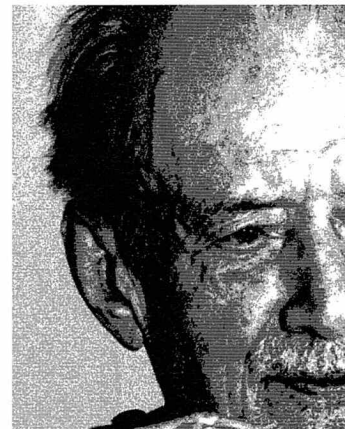
Der er meget, der opleves mere intenst end tidligere. Det skyldes måske, at du værdsætter oplevelserne højere, nu hvor du ikke har så mange i vente.

Jeg er igen ved at blive en iagttager, ligesom jeg oplevede, jeg var, da jeg var ung. En, der står lidt uden for og kigger på. Jeg kunne egentlig rigtig godt lide rollen. Senere blandede jeg mig meget i, hvad der skete omkring mig. Nu kan jeg godt træde lidt tilbage

igen og bliver ikke alt for ophidset, hvis Statsbanerne eller de Radikale laver noget, jeg synes er idiotisk. Men det er nu stadig svært at dy sig. Jeg synes, det er et fremskridt i min alder, at jeg i stigende grad kan.

.....

Nu læser jeg ikke faglitteratur for at forberede mig på fremtiden, men for at få et overblik over nutiden, som jeg kan bygge min aktuelle tilværelse på. Før var min læsning af fagligt stof en langtidsinvestering, og jeg bekymrede mig meget om, hvor meget af det læste, jeg kunne huske. Nu er det mere et spørgsmål om øget glæde ved den verden, jeg lever i. Derfor skal faglitteraturen også være velskrevet, og det er der egentlig ikke så meget af den, der er.



### ***På vej ud***

De ydre opdagelsers tid er forbi, nu gælder det de indre opdagelser.

Jeg oplever mig ikke længere som en del af udviklingen. Jeg kan bruge enkeltdele af den fx af teknisk art (tekstbehandlingsmaskinen). Men helheden bliver mig i stigende grad fremmed (Internettet). Grunde til at jeg er ved at glide ud af helheden er bl.a.:

- Der er fysiske skader, der spiller ind, fx dårligere syn og hørelse og meget hurtigere indtræden af mental træthed.
- Manglende motivation. Der er for lidt perspektiv i at følge med i alt muligt.
- Fastlåsthed på grund af det tidligere indlærte. Før skiftede jeg min viden hyppigere ud. Når jeg nu ikke tilegner mig så meget nyt, bliver det tidligere indlærte for dominerende og gammeldags.

Dette giver en fornemmelse af at være her på lånt tid. Det hele er midlertidigt. Men jeg vil da stadig gerne opleve noget mere.

Des-interessen er ved at sætte ind. Hvorfor skal jeg stifte bekendtskab med alle disse data i aviser og medier? Jeg får jo ikke brug for dem. Jeg skimmer og bevarer et vist overblik, men jeg går kun ned i artikler nu, hvis det er noget, der har min særlige interesse, og meget af det, jeg ser om politik og mode på alle områder fx briller og biler, virker mere og mere latterligt. Det er ikke mig mere. Hvis jeg vil sige det, så det virker pænt, kan jeg jo sige, at jeg er blevet mere selektiv. Før var det lidt af en forfængelighed hos mig, at jeg ville vide så meget som muligt om så mange områder som muligt.

### ***At nyde***

Vi gamle skal lege. Vi har friheden til at skabe gennem leg. Den skal ikke bruges til noget. Børns leg er træning i at bemestre tilværelsen, vores er leg for legens skyld.

Lysten er ikke væk, og det gælder alle livets områder, men grådigheden er borte. Men gad dog vide, om det ikke gælder mere på sexområdet end på madområdet.

Hører eller ser jeg noget, der berører mig emotionelt, giver det tårer. Er det ved en koncert, til opera, eller hvis der er nogen, som udfører store og gode gerninger, rinder de. Det er lidt besværligt. Det er vist almindeligt i vor alder, men vi synes ikke det er socialt acceptabelt, så vi prøver at skjule det. Går det, der sker, for meget under huden i biografen, spændingsmæssigt eller følelsesmæssigt, skal jeg tisse her og nu. Det er endnu mere besværligt.

Jeg elsker at kigge på damer, påklædte som bare med alle deres forskellige anatomier. Der er om sommeren gode muligheder for det på Lyø, men jeg undgår omhyggeligt at kunne blive beskyldt for at være kigger. Er jeg en gammel gris? Vel ikke mere end de yngre, der gør det. Jeg dyrker den visuelle nydelse og er ikke ude på erobringer. Den kvindelige krop er æstetikens målestok. Derfor er non-figurativ kunst ofte kedelig. Det er dejligt, at de viser sig frem, så længe de tør. For mange vil det ikke vare så længe. Alle de hel- eller halvfede koner må jo komme et sted fra. Vi gamle nyder Skønheden,



hvis vel at mærke vore safter ikke er helt udtørrede, og det bliver en trist dag, hvis den kommer. Vi kan jo ingen fortræd gøre. Tværtimod må det være en kompliment. Det er rart at være lidt vinpåvirket. Så bliver en togrejse, selv med S-tog dejlig. Det hele glider let og blødt og hurtigt forbi dig, du slapper helt af og glemmer alt om brok og det sære i maven, som du ikke ved, hvad er.

Det første glas vin, den første frikadelle, det første stykke fyldt chokolade, det første maleri på udstillingen, det første musikstykke i koncerten oplever jeg med størst intensitet, herefter aftager den gradvis, og nu hvor jeg er blevet gammel, går det hurtigere end før.

At have det sjovt ved hjælp af hovedet koster ikke noget.

### **De andre og mig**

"Mine mennesker", altså de mennesker, jeg udveksler mest med om alt muligt og ikke især om fag, spiller en stadig større rolle for mig. Det behøver ikke at være og er sjældent de fine faglige samarbejdspartnere fra arbejdslivet. Dem skal jeg ikke måles med fremover. Det er mere familiemedlemmer og mennesker, som jeg har kendt længe og tit været sammen med i dagligdagen, men også nogen som kan give én intellektuelle udfordringer. Menneskene bliver det vigtige og ikke de mere abstrakte ideer og den faglige kunnen. Man lærer at skelne mellem de ægte og uægte venner, ikke fordi de uægte er onde mennesker, men de har bare været interesseret i os af ensidige grunde, fx faglige, ikke i hele mig. Interesserne kommer efterhånden også til at handle om mennesker, fx i forbindelse med ældrespørgsmål eller kulturhistorien.

### **Medleven**

Ældre menneskers ulykke, går mig ikke så hårdt på mere, eller også hykler jeg mindre.

I hvilket omfang har vi gamle egentlig medfølelse. Jeg vil godt hjælpe nogen, der er i vanskeligheder, men føler jeg med dem? Jeg observerer og handler, men de skal være meget tæt på, inden det involverer dybere følelser. Min mor følte heller ikke med de andre gamle og deres vanskeligheder, da hun var på plejehjem. Snarere godtede hun sig lidt, når én af dem skred.

Jeg tror ikke på den med, at lidt mere friske gamle skal tage sig af de svage gamle. Gør de det, er det ofte for at udøve magt over for en anden, fordi man ikke har andre muligheder herfor. Husk det selv, så du ikke forventer hjælp fra den side. Vi var ikke vilde med at tage ind til gamle venner, der både psykisk og fysisk var mere låst fast end os. Den eneste man virkelig kan stole på i denne forbindelse er ægtefællen. Man kan ikke lide at se andres svaghed, for man ved, at turen snart kommer til en selv.

Jeg bryder mig ikke om at besøge syge mennesker. Det går, hvis jeg kan lade som ingenting og føre en almindelig samtale. Det kan de syge ofte godt lide, og de reagerer normalt på det. Men jeg har ikke let ved det, hvis jeg skal vise medfølelse. Jeg kan godt have den uden at kunne vise den. Jeg kan også godt vise takt. Hvad er det, der gør mig usikker? Er jeg bange for at komme i en lignende situation?

Jeg ser mange, pludselige, fatale sygdomme omkring mig, men oplever dem egentlig ikke følelsesmæssigt så intenst, føler mig ikke truet af dem. Jeg ved godt, hvad der sker og at jeg spiller i et lotteri.

En af mine venner bliver syg. Det forbliver jeg mærkeligt uberørt af. Men jeg spiller berørt, hvis der er andre til stede. Jeg kan godt lide manden, men når vi er i vores alder, er sygdom noget forventeligt. Vi skal jo igennem flere eller færre af de situationer, inden det bliver vores tur.

### **Generationerne**

Vi gamle synes, at unge ser ekstremt selvsikre ud. Det skyldes ofte, at de ikke er det.

Jeg har lært at holde min kæft og ikke sige: Det gjorde vi allerede i 40'erne. Hver generation skal opdage deres egen psykologi og pædagogik. Den har stort set samme indhold som vores, men ordene er oftest nye.

Ret tit kommer jeg ud for i debatter, hvor der er mange yngre med, at jeg ved, jeg har ret, blandt andet fordi jeg af gode grunde har baggrundsviden, de ikke kan have. Tidligere ville jeg have kastet mig ud i kampen. Det gør jeg ikke så tit mere. Jeg har ikke mere så megen brug for at sejre. Men synspunktet er lidt farligt. Det kan få mig til at sløve hen, og selv om man ikke skal tillægge sin viden og meninger for stor betydning, kunne det, jeg mente at have ret om, være noget, der var væsentligt for nogen mennesker.

.....

Det er ubehageligt at skulle indrømme det, men jeg kan undertiden godt forstå, når de unge griner lidt af mig, hvis jeg er for ivrig efter at være med. Det, jeg har at komme med, svarer ikke til deres aktuelle behov, jeg kan ikke rigtig sproget mere, mine manerer er ikke in, heller ikke tøjet. Lad mig holde mig til de jævnaldrende.

### **Vennerne**

Jeg får færre og færre ligestillede, der kan udfordre mig. Det er både på det fysiske og det psykiske område. En af dem kan ikke længere gå, en får en hjerneblødning, en får kræft, der hæmmer udfoldelsen og ændrer perspektivet.

Det er alvorligt for dem, men også for mig. Min verden bliver sløvere. Jeg tænker med lidt bekymring på, hvor mange af de ikke alt for talrige sammenligningspersoner, der glider ud, inden turen kommer til mig. Den kommer måske blandt andet af denne grund tidligere.

Jeg har bemærket, at andres død ikke berører mig så meget som tidligere. Det er måske sundt, for det vil forekomme stadig hyppigere og må ikke ødelægge den tilværelse, jeg skal leve. Det hjælper jeg ingen ved.

I det hele taget berører bekendtes død mig ikke så meget som før. Vi er ved at vænne os til, at det er noget, der jævnligt sker. Man tænker lidt over, hvad der vil ske med en selv, og når jeg snakker død med hustruen, og det gør jeg jævnligt, er det mere end ens bekendtes egen død, det drejer sig om.

Hvis jeg selv kan slippe rimeligt let ud af det, er det såmænd ikke så slemt at tænke på, – i hvert fald ikke for tiden. Om det holder, hvis man får dommen, er svært at sige.

Det er dog den, der bliver tilbage, det drejer sig om. Hvilket liv vil denne få? Vi oplever begge, at det hurtigt kan tage slut, men at der også er mulighed for mange gode år med børn, barnebarn, venner og interesser foran os. Vi tror på, at den, der bliver tilbage, kan få noget ud af tilværelsen, fordi vi har haft det godt. Vi mener ikke at sidde tilbage med skyld, men vil selvfølgelig komme til at sidde med savn, for det er en stor del af en selv, der forsvinder med partneren.

Jeg er begyndt at kigge i nekrologer, officielt for at se, om nogen jeg kender forsvinder, men egentlig også for at se, hvor gamle de var, da de skred. Der er omtrent så lige mange, der er yngre end mig nu, som der er ældre. Det vil ikke være flovt at forlade verden nu, men jeg bliver gerne ved, så længe det ikke er forbundet med større ubehag, men med mange glæder. Dog har jeg bemærket mig de mange, der sidder i rullestol, og hvis hjerne fungerer mere eller mindre trægt.

