

## Om kærlighed

Der står i Biblen, at der er tro og der er håb og der er kærlighed, men størst af de tre er kærligheden. Så Biblen siger, at det gælder altså os alle – at kærlighed er det vigtigste, men det er ikke altid, at vi giver kærligheden nok plads i vores liv.

I mit eget liv har der været et andet stort K, der på et tidspunkt fyldte meget – nemlig karriere. Indtil en dag da der skete noget alvorligt i mit liv. Det gjorde mig opmærksom på, at hvis mit liv sluttede nu, ville det jeg ville tænke på jo slet ikke være alt det, jeg gik og knoklede med. Jeg ville jo ikke tænke: ”Yes – i 1995 blev jeg forfremmet og fik lønforhøjelse eller ”Whau – 2005 var året vi fik den nye Peugeot etc”.... men jeg vil tænke på de mennesker, der har betydet noget for mig, de mennesker jeg enten har kendt i kortere eller længere tid, og som har betydet noget for mig. Og for mig er det kærlighed – det er ikke bare kærlighed mellem kønnene, jeg tænker på – men kærlighed til børn, til venner, til mennesker jeg har mødt og som måske har været med til at ændre mit liv.

Det er det, der giver mit liv mening i dag. – At der er mennesker i mit liv, der er vigtige for mig. Og at jeg har haft betydning for *andres* liv. Det er det, der giver mit liv dyb mening – jeg behøver ingen anden mening end den.

Selv om jeg ikke er troende, så giver det mig dyb mening at læse om, hvad Jesus siger om den ubetingede kærlighed. Han taler om, at Gud elsker os ubetinget, men det der for mig er vigtigt er, at han, som selv var menneske, taler om hvordan vi mennesker kan og skal elske hinanden, nemlig ubetinget – dvs. uden betingelser.

Han siger: ”Elsk din næste som dig selv” – dvs. elsk *først* dig selv – accepter og rum dig selv som det menneske du nu er med de styrker og de svagheder der er. Først derefter kan du elske – kan du rumme og acceptere andre mennesker med de styrker og svagheder *de* har.

Er det ikke det, der er vores opgave som mennesker. Når vi elsker os selv på den måde, og når vi bliver elsket af andre på den måde – så er det en kærlighed, der sætter os fri. Fordi vi ikke skal gøre noget bestemt for at føle os ok, men vi kan hvile i os selv og være den, vi er.

Den betingede kærlighed derimod – den med ”hvisset” – jeg elsker dig hvis – eller jeg elsker dig ikke når – den skaber afhængighed, den skaber ufrihed. Jeg kendte engang en kvinde, der, da hun skulle give et godt råd om det at være mor, sagde: ”Du skal bare fryse dine børn ud engang imellem, så vil de altid elske dig”. – Den kvinde brugte den betingede kærlighed helt bevidst og nærmest sadistisk – til at binde sine børn til sig for evigt – men ikke i kærlighed – men i afhængighed efter at få kærlighed og accept.

Forældre evner ikke altid at elske deres børn ubetinget. Oftest fordi der er så mange ting i deres eget liv, fra deres barndom og deres forældre, som er smertefuldt, og som de ikke har gjort op med. For det er svært at se virkeligheden i øjnene, for det gør ofte ondt. – Så er det lettere at lukke øjnene, og lade smerten gå videre til sine børn.

For mig er det at arbejde terapeutisk med sig selv og at arbejde terapeutisk med mennesker noget med ubetinget kærlighed at gøre.

At hjælpe et menneske med at komme til troen – til troen på sig selv. At hver enkelt kommer til at omfatte sig selv med kærlighed og accept som det særlige og specielle menneske som, hvert enkelt menneske er.