

A photograph of a man and a woman walking away from the camera on a dirt path through a forest. The man is on the left, wearing a dark jacket and light-colored pants. The woman is on the right, wearing a dark top and pants, carrying a bag. The path is dappled with sunlight and shadows from the trees. The overall tone is warm and intimate.

ÆGTESKABET

ET ENESTÅENDE VENSKAB

Lise og Frederik Berggren Smidt

LISE OG FREDERIK BERGGREN SMIDT

ÆGTESKABET
– ET ENESTÅENDE
VENS KAB

FOKAL

Indholdsfortegnelse

Forord	7
Indledning.....	9
Det nærværende venskab	14
Forventninger.....	21
Bedste venner	27
Forsonet forskellighed.....	33
En tryk base.....	40
Fælles skyld og ansvar.....	46
Det sårbare venskab.....	52
Legende venskab.....	57
Glæde og taknemmelighed.....	62
For venskabs skyld.....	67
Koks i kommunikationen.....	73
At kommunikere klart.....	81
Det ærlige og nænsomme venskab	87
Tid sammen	94
Arbejdskammerater.....	100
Den fælles historie	106
Det evige venskab.....	112
Litteratur	121
Om forfatterne	124

Forord

Det overraskede os, da vi for en del år siden i Kristeligt Dagblad læste en artikel, hvor ældre par blev spurgt om, hvad der gennem årene havde haft størst betydning for deres ægteskab. De fremhævede venskabet. Det var venskabet i ægteskabet, der, set over alle årene, havde været det vigtigste. For os var venskab noget vi forbandt med »alle de andre«, vi var venner med. Selv var vi kun kærestes, elskende og ægtefæller. At få fremhævet venskabet i ægteskabet som det vigtigste ansporede os derfor til at se på, hvad venskabet betød i vores eget forhold og i ægteskaber generelt.

Undervejs i vores samtaler og undersøgelser har vi indset, at vi uden at tænke over det med tiden er blevet hinandens bedste venner. Det er sket over årene og er et venskab, som stadig udvikler sig fra år til år og fra samtale til samtale. Når vi har talt med andre par om denne bogs tema, har det været interessant at opdage, at par, som har kendt hinanden længe, netop genkender betydningen af venskabet i ægteskabet, mens par, der har kendt hinanden kort tid, ofte forbinder venskab med noget, man har med andre end sin kæreste og ægtefælle. At lære sin ægtefælle at kende som sin ven er med andre ord en opdagelsesrejse, der varer ved livet igennem. Den gave

og den opgave, det er at have en enestående ven i ægteskabet, handler denne bog om.

Vi vil sige en stor tak til venner og familie for bidrag og inspiration til *Ægteskabet - et enestående venskab*. Tak til Anders Dalsgaard for korrektur og feedback tidligt i processen.

Vi vil særligt takke vores forældre, som er blevet sammen gennem mange livsfaser. Gennem deres venskaber i deres lange ægteskaber har de styrket vores tro på, at venskabet i ægteskabet er rigt og vigtigt at udvikle og bevare.

God læselyst og god fornyelse af venskabet i ægteskabet!

København, nytårsdag 2019

Lise og Frederik Berggren Smidt

Indledning

I *Ægteskabet - et enestående venskab* vil vi se på mange forskellige aspekter af det at være en ven for sin ægtefælle. Vi vil undersøge, hvad der fremmer og hæmmer venskabet i ægteskabet. Det er vigtigt, at vi har en god ven i vores partner, og at vi ikke føler os ensomme i relationen. Vi har brug for at vide, at vores ægtefælle vil os det bedste og være en ven, vi kan stole på og regne med. Vi har brug for hans eller hendes venskab for at kunne trives i en krævende hverdag. Derfor kan vi også have mange forskellige forventninger til dette venskab:

Han eller hun skal være en, som:

- vi følges med igennem livet
- interesserer sig for, hvad vi laver
- vi slapper af med
- vi åbner os for
- vi stoler på
- vi kan lave sjove ting med
- vi tør være sårbar over for
- er vores livsvidne
- vi har grundlæggende tillid til

Selvom det kan være svært at få opfyldt alle disse behov og ønsker, har alle brug for en god ven, og det venskab, vi kan få i ægteskabet, kan blive helt særligt, fordi vi bor sammen, får et hav af fælles oplevelser og lærer hinanden at kende på et dybt og intimt plan, som ingen andre venskaber tilbyder os. Vi mener, at venskabet er afgørende for, om vi oplever, at vi på langt sigt trives i ægteskabet. Derfor må dette venskab prioriteres.

Selvom venskabet i ægteskabet er en gave, er det også en opgave, der kræver arbejde og opmærksomhed. Ingen kommer sovende til et godt venskab. Jo mere, man giver, desto mere får man. For at bruge et billede fra planteverdenen kan man sige, at venskabet skal plejes og gødes for at kunne spire og gro. Vi er nødt til at behandle vores ægtefælle, som vi vil behandle andre gode venner. Vi er nødt til at lægge energi ind i forholdet, og vi er nødt til at sætte god tid af til venskabet, skabe hyggestunder og møde de forskelligheder og uoverensstemmelser, vi oplever undervejs i et langt ægteskab, med både interesse og overbærenhed.

Vores forskelle og nogle gange meget forskellige forventninger til ægteskabet kan få os til at tvivle på, om det nytter at være sammen. Vi kan opleve, at vores venskab har trange kår. Det er der som regel en bagvedliggende årsag til. Der er grunde til, at venskabet i ægteskabet kommer under pres. Det kan skyldes, at vi er ramt af en eller flere af følgende problemer:

- vi har for travlt
- den anden tages for givet

- vi er ikke længere nysgerrige i forhold til hinanden
- vi har hyppige skænderier
- den ene misbruger den andens tillid

Her er der brug for, at vi stopper op og får samlet op på de problemer, der over tid har hobet sig op imellem os, så vi ikke længere kan få øje på den ven – som ellers skulle være vores enestående ven! Venskabet i ægteskabet skal der arbejdes på, og vi kan begynde med Søren Kierkegaards grundlæggende tanke om

»At man, når det i sandhed skal lykkes en at føre et menneske hen et bestemt sted, først og fremmest må passe på at finde ham der, hvor han er og begynde der. Dette er hemmeligheden i al hjælperkunst. Den, der ikke kan det, han er selv en indbildning, når han mener at kunne hjælpe en anden.«.

Her rammer vi et centralt punkt ved definitionen på venskab. Nemlig at det i høj grad handler om at hjælpe den anden, interessere sig for den anden og besøge den anden i hans eller hendes verdensbillede. Det handler om at være i en vekselvirkning mellem at dele ud af sit eget verdensbillede og livshistorie og være på besøg i den andens. På den ene side kan vi lidt humoristisk sige, at det er den person, som ærligt siger, når jeg har spinat mellem tænderne, men samtidig på sin kærligste måde fremmer

og opmuntrer mig til at turde udvikle mine bedste sider og bekæmpe mine værste.

I den Nikomacheiske etik skriver den græske filosof Aristoteles, at vi har brug for venskabet for at kunne lære os selv bedre at kende og for at blive bedre mennesker. Venner er nogle, der elsker en så meget, at de vil påpege uhensigtsmæssig adfærd hos os. Din ven hjælper dig til at blive en bedre udgave af dig selv. For at det kan lykkes, må du være villig til at tage imod belæring, i tillid til at din ven vil dig det bedste.

I det bibelske venskab er vi i venskabet for at elske hinanden, som Gud har elsket os, og styrke hinanden, som Gud har styrket os. På flugt fra kong Saul bliver den senere kong David i sit skjul i ørkenen opsøgt af sin ven Jonathan, som vi læser om i Første Samuelsbog. Her beskrives det, at Jonathan hjalp David til at finde nyt mod hos Gud. En ven opsøger og hjælper dig til at finde nyt mod hos Gud.

Det græske syn på venskab kredser primært om personlig vækst, hvor det bibelske syn først og fremmest er opofrende kærlighed. Vi tror, at begge forståelser af venskab kan hjælpe os med at vokse som personer og som fællesskab, så venskabet i ægteskabet kan folde sig mere og mere ud livet igennem.

Vi har her i bogen forsøgt at afdække venskabet i ægteskabet ud fra både praktiske og teoretiske vinkler. Vi trækker både på psykologer, filosoffer, teologer, forskning inden for samliv og ægteskab, samt vores

egne erfaringer fra mere end 20 års ægteskab og 15 års fælles arbejde med parsamtaler og ægteskabskurser.

Hvert kapitel i bogen indeholder en eller flere cases fra virkelighedens verden, de fleste anonymiserede ved hjælp af andre navne, samt eksempler fra litteraturen og fra filmens verden. Vi håber, at mange vil blive klogere på sig selv og hinanden gennem bogens temaer, eksempler og cases og få nyttig viden og vigtige refleksioner med sig på vejen videre som venner i ægteskabet. Vi har forsøgt at gøre kapitlerne korte og letlæselige, så et kapitel er nemt og hurtigt at komme igennem. Bogen kan derfor med fordel læses sammen som højtlesning, hvor man efterfølgende taler om temaerne.