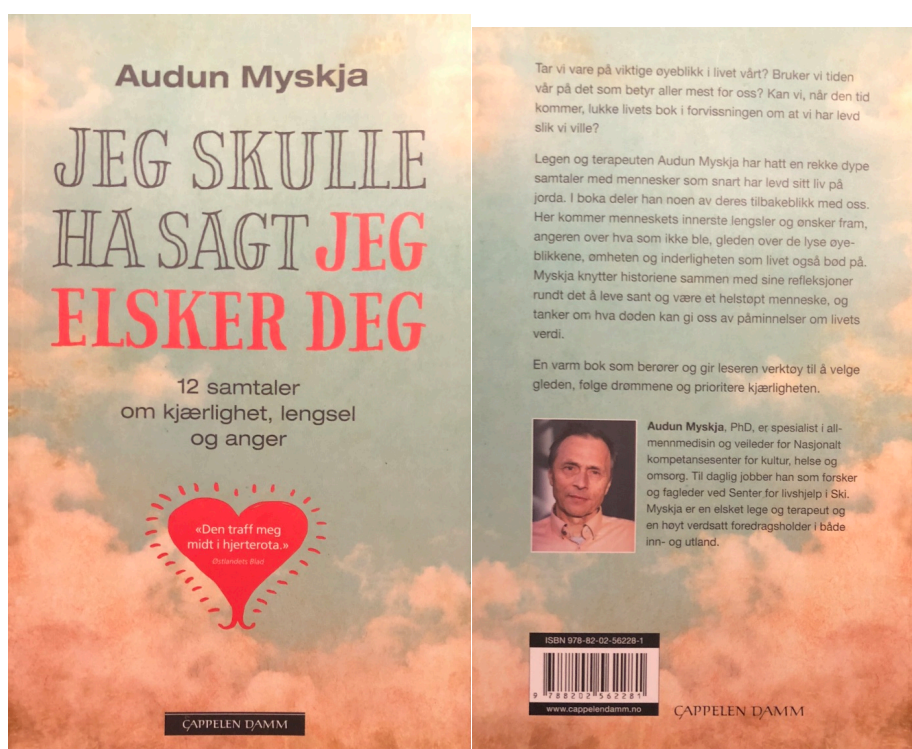


# ***Jeg skulle ha sagt at jeg elsker deg.***

***Forfatter Audun Myskja.***

***Cappelen Damm***

*12 samtaler om kjærlighet, lengsel og anger. Audun Myskja er en norsk forfatter som har skrevet en rekke bøker. I denne boken beskriver han menneskene i deres siste dager og hva deres tanker er om deres eget liv. Er det tanker og gjerninger som skulle vært annerledes? En dyp bok som gir mye ettertanke. Har igjen skrevet ned hvor i boken viktige hendelser omtales. Du vil også oppdage at mange viktige poeng er utelatt i denne beskrivelsen av boken.*



Boka vil formidle hva som er viktig i livet mitt.

Side 9

## **1 JEANETTE**

Hun forteller om hvor opptatt hun var av hva andre mente.

Om hun hadde hun sagt noe feil? Det er i dag ikke viktig.

Side 13

I dag har Jeanette barnebarn. Hun er godt voksen og ser med letthet hva hun skal gi av gode råd. Hva hun skulle gjort om hun var ung.

Side 18

Hun har et prosjekt i form av et strikkepledd lagd av kjærlighet til Hvert barnebarn. Først da kan hun dø.

Side 20

Jeanette stiller spørsmål om selvutvikling er positivt for barn, ektefelle og andre som kanskje ikke vinner.

Side 21

## **2 MARTIN**

Han forteller hvordan det var å miste Elin, et av sine to barn.  
Han har lidt under selvbebreidelse gjennom hele livet. Side 25

Martin nærmer seg slutten og uttrykker sorg over dagene han har utvist smålighet, hevntanker og bekymring. Side 27

Han uttrykker sorg fordi han ikke forsvarte en annen som ble mobbet på jobb. Side 30

En mentor må ikke være feilfri guru. En mentor skal ha et overblikk.  
Et fugleperspektiv som føres videre. Side 32

Han vet ikke om han vil leve videre etter døden, men uttaler at han lever videre i etterveksten. Side 32

## **3 LILLIAN**

Foreldre skal være mentorer for sine barn. Det var ikke min mann og jeg. Side 36

Hun forteller om hvordan hennes sønn først ble borte for henne pga stoff. Deretter tok han en overdose og døde. Hun ble tilkalt før de flyttet ham fra trappeoppgangen. Som et barn lå han der og hadde så ut til å trenge mors kjærighet. Side 37

Lillian var svært urolig, spesielt etter sønnens død. Fant roen først når Hun praktiserte meditasjon. Side 39

## **4 BJØRN**

Bjørn opplevde foreldrenes skilsmisse. Smerten gikk over. Side 46

Sin egen skilsmisse gikk greit. Hadde nær kontakt med sin fraskilte kone. Side 47

Bjørn er psykolog. Praktiserer som gammel mann.  
Angrer ikke på noe. Alt gjort. Side 48

Bjørn sier han skulle fulgt mer med på de små enkle tingene.  
Han trodde det var andre ting han så etter. Side 50

De store hendelsene i livet har ikke betydd mer enn de små tingene. Side 52

Den dagen vi ikke mottar impulser og læring er vi gamle.  
Uansett om vi er 20 år eller 90 år. Side 53

I vår kultur som dyrker ungdommen er det behov for de eldre som skaper en motvekt. Side 53

## **MYSKJA`S GENERELLE BETRAKTNINGER:**

En person er fullstendig hel når det har maskuline egenskaper som tydelighet og handlekraft, og feminine egenskaper som omsorg og lytteevne. Side 53

Eldre jeg møter er mer opptatt av selvavvikling enn selvutvikling. De ser seg selv i en større sameksistens. Side 54

Den modne livsfasen gir andre gode kvaliteter.  
Med- og motgang for å bygge livserfaring.  
Lytte til ting som ikke passer.  
Finne- og vise sin visdom. Side 55

## **5 WIVI**

Hun ligger på dødsleiet. Forrige møte var hun frisk og sunn. Side 58

Hun ønsker aktiv dødshjelp men Audun, hennes partner vil ikke det. Side 62

Hun benytter pusteteknikk for å få ro uten smerte. Side 63

Om hun levde på nytt ville hun inspirere og motivere i større grad. Side 65

Ville oppfordret folk til å våge å leve og elske. Side 65

Ville tatt bedre vare på vennskap og relasjoner. Side 65

Ville funnet kjærligheten uten å rømme fra den. Side 65

Nå strømmer kjærligheten fra alle rundt meg, men jeg makter ikke å ta den i mot. Side 66

Det er ikke de gode resultatene og arbeids-opdragene som nå betyr mest for meg. Det er menneskene. Side 66

Kristin sin beskrivelse av å miste Wivi. Side 68

## **6 ASTRID**

Mor Astrid sin beskrivelse av å miste to av sine voksne barn Helge og Wivi. Side 70

Energien i tapet av en nær person er drivkraft videre i livet. Side 76

Pusteteknikk for å bli kvitt sorg og vonde følelser. Side 77

## **7 TRINE**

Vi må dø for å lære og leve. Side 79

Vi må ha kniven på strupen for å endre livsmønster. Side 81

Skulle vært mer frigjort og ikke fulgt alle regler. Side 84

Tenker på alle turene jeg kunne gått, som jeg ikke gikk. Side 85

Da jeg gikk tur med barna. Hvor var jeg. I andre tanker? Side 85

Hvorfor har jeg ikke forstått de viktige ting i livet før nå? Side 86

Hver generasjon må finne sin visdom. Ikke kopiere de gamle. Side 86

Den største gaven vi kan få inn i døden er en forsoning til mennesker vi har vært i utakt med. Side 90

## **8 LISE**

Er døende og ble fenget av boken «kunsten å dø». Side 91

Hun er danser og levd et liv med anoreksi og beskriver når døden nærmer seg. Side 91

## **9 ØYVIND**

Han var et fyrtårn i lokalmiljøet i Nord-Norge. Han gav Audun selvtillit til å stå frem med sine dikt, sanger og viser. Side 115

Øyvind sin bråe død 35 år gammel gjorde sterkt inntrykk på Audun. Side 116

Audun ble drevet av Øyvind sin vilje til å fortsette med sang, dikt og foredrag. Side 116

Det kan virke som kraften og energien i avdøde går videre i de nærmeste pårørende. Side 117

Barn kan oppleve at avdøde viser seg for dem. Spesielt når barnet har behov for hjelp. Side 119

## **10 KRISTIAN**

Han får lungekreft og har aldri røkt. Er overbevist om at det er de arbeidsmessige bekymringer, rettssaker og problemer som har gjort ham syk. Side 122

Han har fått det udefinerte krigsseilersyndromet. Side 123

Oppsøker helhetsterapi i USA og blir frisk. Side 125

Får tilbakeslag etter noen uker hvor han har fått beskjed om ny rettsak. Immunforsvaret brytes raskt ned og han dør to uker senere. Side 126

Kristian fortalte at han hadde det Audun kaller «slangen i øret». Det han hadde var ikke bra nok.	Side 128
Når han ble syk forsvant slangen i øret.	Side 128
Det er lett å forveksle drivkraften til stadig å bli bedre med følelsen av å ikke være bra nok.	Side 129
<b>11 JULIE OG ANDREAS</b>	
Audun forteller om Julie sin forvandling fra å være ungdom til å bli eldre.	Side 134
Audun forteller at Julie og Andreas var deler av et snøre i en vev som reddet ham fra de unge døde.	Side 139
Julie anklager Audun for å forårsake sin datters livsproblemer.	Side 139
Audun ringer til Julie for å forklare sin versjon, men Andreas forteller at Julie døde for kort tid siden.	Side 139
Audun våknet for sent.	Side 140
Vi finner oss selv i den andres ansikt.	Side 141
<b>12 ANDREAS</b>	
Han forteller om sin jødiske opprinnelse, tap av sin far og besteforeldre i Auschwitz.	Side 142
Han møtte Julie og fikk barn.	Side 145
Når Julie ble syk og hadde det vondt var han ikke tilstede emosjonelt.	Side 147
Hans krigsopplevelser var alltid verre en det Julie og hans barn opplevde.	Side 148
Ved dødsleiet til Julie klarte ikke Andreas å si det han tenkte.	Side 150
«Jeg elsker deg. Du er alt for meg». Dette er ordene som gjentar seg i sinnet til Andreas etter Julies død.	Side 150
Våre stengsler, fordommer og begjær tar vår oppmerksomhet bort fra det som virkelig betyr noe. Porter står åpne men vi går ikke inn.	Side 151
Vi dyrker det unge, friske og velfungerende. Vi skyver vekk døden.	Side 151
Det er aldri for sent å våkne opp.	Side 152

## **RESYMÉ**

Hva kan vi lære av døden?

Tren deg på å gi slipp på det du kan klare deg uten.

Hva kan du legge bak deg.

Side 154

Skjelne vesentlig fra uvesentlig? Hva er viktig i et perspektiv på 50 år?

Prioriter riktig.

Side 155

Hva vil du bruke tiden til din siste dag?

Side 155

Utvid de siste øyeblikk. Kan oppnås gjennom meditasjon.

Side 156

Bry deg om de nære relasjoner.

Side 157

For å kunne tilgi kan det være en øvelse å forestille seg at

vedkommende er død. Da blir uenigheten en bagatell som du vil overse. Side 160

*Boken er stappfull av temaer som vi ikke snakker om. Forfatteren gir leseren indirekte beskjed om å ta samtalene til et nytt nivå i god tid før vi forlater denne verden. Boken anbefales på det varmeste for unge og eldre mennesker.*