

Kærestesorg er kærlighedens pris

Pressemeddelelse udsendt 22. august 2022

"Sorgen efter et brud skal tages alvorlig," mener præst Lise Rasmussen, der leder kærestesorggruppe i Mariakirken

Det kan være svært at give slip på ekskæresten og forlige sig med, at I ikke længere skal være sammen. Beslutningen er ofte ikke gensidig, og kærestesorg vækker en sværm af følelser: vrede, sorg, afmagt, hævnthørst, jalousi. På samme tid skal du forholde dig til, at ekskæresten går rundt derude og måske har det godt – uden dig. Kærestesorg er kærlighedens pris – en pris, der kan slå den ramte aldeles omkuld, for vi glemmer ikke bare et menneske, vi har været kæreste med. Når forholdet slutter, så forsvinder kærligheden ikke, men kærligheden er i stedet blevet hjemløs, og hvor skal vi så placere den?

Mariakirken på Istedgade har en kærestesorggruppe, hvor alle svære følelser og tanker er velkomne. Gruppen er styret af præst Lise Rasmussen, som mener, at folkekirken kan spille en vigtig rolle for mennesker, der er ramt af ulykkelig kærlighed.

"I en meget diagnosefikeret tid tror vi på, at kristendommen og folkekirken kan give rum for en omsorg, som er diagnosefri. Der er plads til diagnoser og psykisk sårbarhed på lige fod med eksistentielle temaer og overgangskriser, men du er ikke nødvendigvis syg, du er også bare et menneske."

Kærestesorgsgruppen er med andre ord ikke en behandling, det er støtte gennem fællesskabet, ligesom det helt overordnet også er med kristendommen.

"I fællesskabet tjener vi hinanden ved at lytte til hinanden. Ved at være hinandens tjenere, formidler vi Guds kærlighed. Vi mødes om samtalen og fortæller, hvordan det går, og spejler os i hinandens oplevelser. Og så er det en fordel, at man ikke kender hinanden i gruppen, for man får ikke talt hinanden trætte, som man ellers ofte kommer til blandt vennerne og familien."

Kærestesorgsgruppen i Mariakirken blev oprettet i 2018 af journalisten Ayse Dudu Tepe, da hun selv gik gennem et brud, og siden 2020 har præst Lise Rasmussen ført gruppen videre.

Hvor de fleste kirker har traditionelle sorggrupper, mener Lise Rasmussen, at sorgen efter et kærlighedsbrud bliver taget mindre alvorligt, end den sorg, der rammer ved fx død eller sygdom.

”Mange tror, at man meget hurtigt kommer videre efter et kærestebrud, men heldigvis er mediernes fokus på kærestesorg vokset, og langsomt bliver den anerkendt som en reel sorg, der ikke bare sådan går over, og jeg mærker, at det bliver okay at tale om sorgen efter et brud med en partner.”

Lise Rasmussen mærker også en øget interesse for gruppen, som især voksede under corona, hvor mange nye startede. Dem, der gik, og dem, der blev forladt. Deltagerne varierer både i alder, geografi, seksualitet og længden af forholdene; nogle har måske været kærester i et par måneder, andre har været gift og har børn sammen.

”Der er noget om det, når man siger, at man mister sin bedre halvdel. Man mister noget af sig selv og skal derfor også finde sig selv på ny. Det føles ensomt i vennekredsen, som måske består af par, der er i fuld gang med at leve de drømme ud, man selv havde og stadig har. Hvem er jeg så nu, og hvad vil jeg med mit liv? Det er universelle tanker og følelser, som kan ramme uanset, hvor du er i livet.”