

- Det er meget lettere at snakke om det svære på en solskinsdag

Hun oplever, at hun ligefrem har »fået vokseværk i den tredje alder«. Hun øver sig i at gøre mindre og være mere. Og så har psykoterapeut Solveig Rosenkvist fra Herning købt sig ind i sine bedste-forældres gravsted i Skarrild, fordi det giver hende ro at vide, at det er her, hun hører til - engang



TEKST: LENE SEJERKILDE
les@herningfolkeblad.dk
FOTO: TOM LAURSEN
tom@herningfolkeblad.dk



LIVSHISTORIE Hun kalder helt bevidst de få kvadratmeter for »min lille have«.

- For det er jo det, det er. Det er først, når jeg dør, det bliver til et gravsted for mig, konstaterer hun helt uden dramatik i stemmen.

For nogle vil det måske lyde lidt dunkelt, at en rask kvinde i 60'erne, som stadig er aktiv som selvstændig på arbejdsmarkedet, og som sammen med banken har lagt investeringsplaner, der rækker, til hun fylder 95 år, har investeret i sin egen, kommende plads på kirkegården.

Men for **Solveig Rosenkvist** giver det ro.

Da hun i 2013 blev skilt efter et langt ægteskab, mærkede hun blandt de mange tanker også spørgsmålet: »Hvor hører jeg nu egentlig til henne?«

Et spørgsmål, som ikke på nogen måde væltede hende, men som hun for eksempel mærkede, når hun kiggede så langt frem i livet, at tankerne kredsede om dets afslutning.

Her vil jeg gerne være

I alle årene som gift havde Solveig Rosenkvist dårligt skænket det en tanke - for hun hørte jo helt naturligt sammen med sin mand og egnen omkring Skibbild, hvor de havde deres liv, og hvor de nok også helt naturligt skulle ende deres dage på kirkegården.

Men sådan var det ikke længere,

og tanken om at høre til dukkede op med mellemrum.

Indtil sidste sommer, hvor Solveig Rosenkvist pludselig vidste, hvor hun gerne ville ende engang.

Hun var taget på besøg på Skarrild Kirkegård - som ud over at være en helt almindelig gravplads også rummer en fint restaureret landsbykirke og en spændende historie om nedskydning af engelske fly under Anden Verdenskrig.

Midt på kirkegården er Solveig Rosenkvists mormor og morfar begravet. Morfaren har hun aldrig kendt, og hendes mormor døde, da hun var blot to år gammel. Men både i barndommen og som voksen har der været tilknytning til egnen via mostre og onkler, kusiner og fætre.

Nogle af disse fætre og kusiner har gennem alle årene passet besteforældrenes gravsted fint, og Solveig Rosenkvist blev ramt af en helt tydelig følelse af, at »her vil jeg gerne høre til«.

Hjælp fra havearkitekt

Men det er alligevel sin sag at få sig bragt i spil til den slags ønsker.

I første omgang tog Solveig Rosenkvist kontakt til graveren for at finde ud af det formelle om blandt andet regler, og hvem der havde retten til gravstedet. Derefter foreslog hun sine fætre og kusiner, at de mødtes til snak og brunch på det nærliggende Skarrildhus.

- Det var jo vigtigt for mig, at mit ønske ikke ville komme til at skabe uro i familien, forklarer Solveig Rosenkvist, der heldigvis oplevede stor imødekommenhed.

Og sidste sommer overtog hun gravstedsretten - og dermed forpligtelsen til at holde besteforældrenes sidste hvilested.

Månederne derefter blev brugt blandt andet sammen med graveren og en havearkitekt, som har hjulpet med at modernisere det traditionelle gravsted lidt og give den lille plet jord et præg, der passer til Solveig Rosenkvists personlighed.

Blandt andet var det vigtigt, at der skulle være plads til sommerfuglebuske, som Solveig Rosenkvist holder meget af.

Også sommerfuglene, der bliver tiltrukket af buskene, har hun et helt særligt forhold til, fordi de ud over at være elegante i luften også er et gammelt opstandelses-symbol. Og det harmonerer godt med den kristne tro, som er »et godt fundament under hele mit liv«, som hun udtrykker det.

Tag snakken en solskinsdag

Efterhånden som planerne tog form, skulle Solveig Rosenkvist også have fortalt sin lille familie om beslutningen og købet af gravpladsen i Skarrild.

- Men de er så vant til, at mormor indimellem får en skør ide, siger

hun først med et grin, før hun tilføjer, at det at tale om livet og døden aldrig har været svært i familien.

- Og min datter vidste jo godt, at jeg havde gået med de her tanker om at høre til gennem et stykke tid, så for hende gav beslutningen også god mening, fortæller hun.

Det med at tage livets både lette og svære samtaler ved hornene er noget, Solveig Rosenkvist altid har været tilhænger af. Og både privat og i sit arbejde som først sygeplejerske blandt alvorligt syge og i dag som terapeut har hun talrige eksempler på, at det kan være mere end godt givet ud.

- Jeg plejer at sige, at det er meget nemmere at snakke om det svære på en solskinsdag, forklarer hun og giver som eksempel, at samtaler i et ægteskab fungerer væsentligt bedre og mere konstruktive, mens man har det godt med hinanden, og at samtaler om døden skal tages, mens man er i live.

Blandt andet derfor har Solveig Rosenkvist også for længst døbt et særligt, hvidt ringbind for »sommerfuglemappen«. I den ligger papirerne på gravstedet i Skarrild, men også et testament og det, der af mange vil være kendt som »min sidste vilje«, som er et dokument, hvor man kan skrive ønsker til for eksempel sin begravelse.

- Jeg bryder mig egentlig ikke om udtrykket »sidste vilje«. Man

○ 68-årige Solveig Rosenkvist har det seneste årti slået nogle kolbøtter i livet. Det har givet hende det, hun selv med et smil kalder »vokseværk i min tredje alder«. Blandt de mange tanker, hun har handlet på, var en sikkerhed på, hvor hun hørte til efter en skilsmisse. Svaret på det er blandt andet blevet et køb af fremtidigt gravsted.

kan jo ikke pålægge andre noget, når man er død. Så jeg kalder det »sidste ønsker« i stedet, lyder den pragmatiske kommentar.

Vokseværk i tredje alder

Sommerfuglemappen og gravstedet er kun et meget lille fragment af det, der er sket og forandret for Solveig Rosenkvist gennem det seneste årti - ikke mindst mentalt:

- Jeg plejer at sige, at jeg har det, som om jeg har fået vokseværk her i min tredje alder, konstaterer hun med tilfredshed, selv om nogle af erkendelserne og de nye færdigheder er kommet som gaver i knap så pæne indpakninger.

Ud over skilsmissen i 2013 blev hun året før ramt af en blodprop i hjernen, som blandt andet ødelagde evnen til at tale.

- Det var ikke sjovt. Men nu er



○ Solveig Rosenqvist har aldrig kendt sin morfar, og hun var kun omkring to år, da hendes mormor døde. Alligevel ved hun instinktivt, at det er på deres gravsted i Skarrild, hun hører til, når hendes liv en dag er slut.

○ To opstammede fuglekirsebær står nu ved bedsteforældrenes gravsten. Derudover har Solveig Rosenqvist prioriteret et bed med sommerfuglebuske, som er en af hendes yndlinge, og et bed med azalea, der om sommeren giver farve og resten af året står med stedsegrønne blade.

det trænet op igen. Det samme er min forlighed, og det eneste, der er tilbage, er lidt ekstra træthed, forklarer Solveig Rosenqvist.

Hun måtte dog sidste år igen se ind i alvorlig sygdom, da hun blev akut hjerteopereret, og har siden øvet sig i en mere hjertevenlig livsstil.

- Det har helt klart skærpet min opmærksomhed på, at livet er lige nu. Men det kræver opmærksomhed, hvis man skal ændre vaner, så derfor har jeg droslet ned arbejdsmæssigt, og jeg over mig i at gøre mindre og være mere - blandt andet sammen med familien og mine nære relationer. Her er mine børnebørn en hjælp uden lige, for i barnets land går det ikke så stærkt, fortæller hun med mormorglæden lysende i hele ansigtet.

Det med at drosle ned for det pligttopfyldende gøre-menneske for at give bedre plads til være-mennesket Solveig handler blandt andet om noget så lavpraktisk og konkret som, at arbejdsugen er blevet på fire dage i stedet for fem, og at der skal være plads til en middagssøvn hver dag.

- Det er den medicin, der ikke fås i tabletform, men som klart øger mit almene velvære, siger hun.

Familietur med quiz

Selv om der det seneste år er brugt mange tanker og timer på gravste-

det i Skarrild, er det ikke sådan, at Solveig Rosenqvist kommer der i tide og utide i dag.

Hun forestiller sig, at det nok bliver til et besøg hver tredje eller fjerde måned nu, hvor rammerne er på plads, og pasningen er lagt i hænderne på graveren.

Men forleden havde hun arrangeret en helt særlig tur med sin datter, sin svigersøn og sine to børnebørn, som for første gang skulle se »haven«.

Sammen med selve turen havde hun også arrangeret en fortælling om sine bedsteforældre og brudstykker af den historie, der er knyttet til både dem, kirken og egnen - og en lille quiz af hensyn til opmærksomhed og konkurrencegen hos de yngste, som Solveig Rosenqvist godt kan lide at forestille sig har en viden om det sted, hun engang skal være.

○ Og så havde mormor og børnebørn hjemmefra lavet små sommerfugle i perler, som blev bundet på en gren og taget med til kirkegårdsbesøget.

- Det var en fin dag. En rigtig fin dag, konstaterer Solveig Rosenqvist og afrunder samtalen om sit fremtidige hvilested.

For nu, hvor der er faldet ro på tankerne om, hvor hun hører til engang i fremtiden, er der som sagt så meget andet i livet, hun har appetit på at undersøge, opleve og være i.

SOLVEIG ROSENKVIST

Er uddannet sygeplejerske i Herning i 1976 og har gennem 30 år arbejdet på kirurgisk afdeling, i hjemmeplejen, i psykiatrien og på hospice.

2008 færdiguddannet som psykoterapeut. Har siden drevet praksisen Nova Mentiz - der skulle betyde »mod til at leve« - hvor hun tilbyder samtaler og terapi. Allerede under uddannelsen arbejdede hun med samtaler som en del af tilbuddet i Åben Kirke i Herning.

68 år. Stammer fra Bølling ved Skjern, men har en stor del af voksenlivet boet i Skibbild-Nøvling og siden Gødstrup. Blev skilt i 2013 og flyttede til Herning.

Mor til en voksen datter, der bor med mand og to børn på 10 og 12 år i Ikast.