

Kan man løbe sig fra eller flygte fra den sorg, det er at miste sit barn? Kan man løbe sig ind i sorgen og bearbejde den selv i stedet for professionel hjælp og støtte? Kan man løbe sig til bedre at mindes og fastholde erindringen om sit døde barn? Kan man løbe så hurtigt og langt, som forfatteren gør det, fordi smerten fra løbet aldrig når niveauet som smerten ved at miste sin datter, eller som den smerte, han ved, datteren har gennemlevet inden sin død? Disse og mange andre spørgsmål stiller man sig selv undervejs, når man læser bogen *Jeg løber* af Anders Legarth Schmidt. Nogle af disse spørgsmål stiller han sig selv i bogen. Nogle af hans spørgsmål åbner for flere spørgsmål, og andre besvarer han med sine meget personlige refleksioner. Med andre ord er det en velskrevet bog, der åbner for refleksioner og mulighed for debat.

Bogen *Jeg løber* af Anders Legarth Schmidt er en række tekster om forfatterens tanker, oplevelser og refleksioner efter, hans datter i en alder af seks år dør af kræft. Få timer efter datterens død tager Anders løbeskoene på og begynder at løbe. Ikke som en bevidst eller målrettet handling i sin sorgbearbejdning, men med løbet oplevede han, at føle sig let, fri og forbundet med sit barn. Han råbte hendes navn mod himlen. *"Lige i det sekund var jeg fri, savnet var til at bære. Jeg var stærk. Men følelsen forsvandt, da jeg stod stille igen efter 10 kilometer"*.

På en helt igennem både poetisk og nøgtern måde skriver og løber Anders Legarth Schmidt sig igennem sin sorg over og savn til sin datter. Med små personlige beretninger inviterer han læseren ind i sorgen, livet og døden og især i den forandring i sorgen, han gennemlever. *"Hendes mor sagde det rigtige: Nu er Ellen blevet en følelse"*.

Som indledningsvist nævnt stiller forfatteren sig selv, og indirekte også læseren, flere spørgsmål, og det er her bogen viser sin styrke; han reflekterer over sine egne spørgsmål og svar, hvilket synes mere givende end svarene i sig selv. Er hans løb en flugt fra døden og sorgen? *"Uden løb og bevægelse var jeg blevet til stenen, der rammer vandoverfladen og hvirvler mod bunden og dyndet"*. Et åbent, poetisk og refleksivt svar på et ellers lukket spørgsmål, der giver læseren mulighed for egne billeder og egne svar.

I arbejdet med denne boganmeldelse måtte jeg bare selv tale med Anders Legarth Schmidt og tillod mig denne metodefrihed. På mail havde vi aftalt et telefonmøde på en bestemt dato og tidspunkt. Som noget af det første fortalte Anders åbent, at *"i dag er det min levende datters fødselsdag"*. En udtalelse, der på én gang understreger tragedien og styrken til at ville leve med tragedien.

Oprindeligt have Anders Legarth Schmidt ikke en plan om at skrive en bog om sin sorg, om sin datter, om løb eller om kræft. Teksterne var oprindeligt skrevet som blogindlæg i Dagbladet Politiken, og han begyndte dette arbejde ca. to år efter datterens død. Teksterne er skrevet i en slags dagbogsformat og i en meget poetisk og selvreflekterende form.

Bogen er således en stærk personlig skildring af sorg beskrevet igennem løb i et meget højt tempo og har ikke et umiddelbart et præcist ærinde, andet end teksterne og refleksionerne i sig selv. Bogen er fri for løftede pegefingre af andres måde at håndtere sorg på, og ligeledes er den ikke en opskrift på en sorgproces, der kan eller skal overføres til andre i lignende situationer. Forfatteren beskriver sin egen sorgproces, der ikke var tænkt og planlagt som en sorgproces, men blot at han gjorde det, han magtede og det, der gav ham mening midt i det ubærlige. Samtidig træder budskabet frem om, at sorg ikke er en periode eller en proces, man skal igennem eller overstå, og så er alt godt og faldet på plads på den anden side. Sorg handler i stedet om at finde lys i mørket, og om at man kommer til at leve med sorgen resten af livet. Poeten (en løbemakker) siger til ham: *"Du løber ikke fra sorgen over, at din datter er død. Du løber med sorgen over, at din datter er død"*.

Bogen henvender sig til et meget bredt publikum. Den kan læses af professionelle behandlere som en påmindelse om, hvor personlig sorg er, og at der ikke kan findes en fælles manual for sorgbearbejdning. Den kan læses af dem, der gennemlever sorg og savn, og fortælle dem, at sorg netop er personlig og kan bearbejdes på mange forskellige måder. Den sorgramte skal finde sin egen mening i den meningsløse sorg. Den kan læses af løbenørder, der har modet til at se løb som andet en blot løb og det at vinde eller konkurrere mod sig selv. Men at løb også kan have en helbredende effekt på noget så ubærligt som det at miste sit barn. Den kan læses af sorgramte, der indirekte opfordres til at finde deres alternativ til løb for bedre at kunne håndtere sorgen. Den kan læses af pårørende til sorgramte, og alle andre som en forberedelse til sorg, der en dag vil ramme os alle, som en påmindelse om, at respektere alle forskellige måder, at overleve sorg på.

Anders Legarth Schmidt har været indstillet til Cavlingprisen for disse tekster om løb, sorg og savn. Bogen har som nævnt været præsenteret som blog i Politiken. Endelig har bogens indhold været og bliver opført på Det Kongelige Teater og er blevet rost af anmeldere. Stykket vil i foråret 2018 blive sat op landet rundt og genopsættes på Det Kongelige Teater til efteråret.

Bogen er helt sin egen. Anders Legarth Schmidt skriver om sig selv, om sorg og savn på en helt egen og autentisk måde. Ud over at være yderst velskrevet og absolut læseværdig, giver bogen læseren langt mere end blot beretninger om sorg og løb.

*Af Tom Steen Jensen, Erhvervspsykolog & Projektleder*

