

# Refleksjoner fra modne menn

Frøydis Lilledalen  
psykologspesialist og ufør

I boken *Harde fakta* utveksler to menn fortellinger om kjærlighet, savn, identitet og sorg, men også om betydning av vennskap som bærer når annet brister.

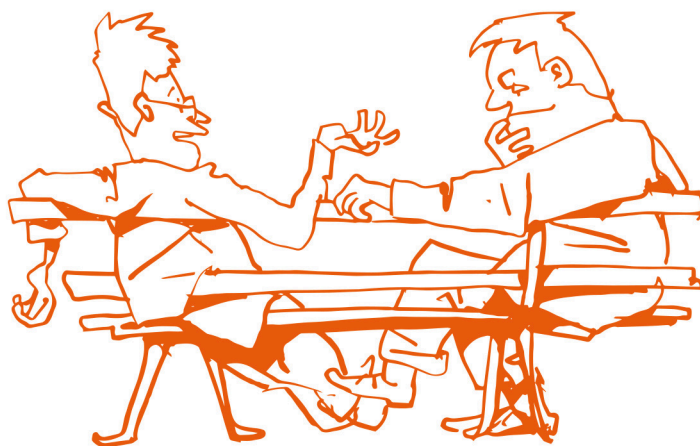
# FRODE THUEN

---

# BENT SOFUS TRANØY

## HARDE FAKTA

OM LIVET, DØDEN OG KJÆRLIGHETEN



*Livsutfordringer, fascinerende forskning og overraskende funn*

CAPPELEN DAMM

**FRODE THUEN# OG BENT SOFUS # TRANØY** *Harde fakta # om livet, døden og# kjærligheten*, Cappelen Damm, 2018. 304 sider

**Dette er en bok** der to modne menn deler raust av sitt liv og sine kunnskaper. Hvert avsnitt innledes med en fortellerstemme som oppsummerer innholdet i kapittelet, og vi veksler mellom å følge Thuens og Tranøys fortellerstemme. I hovedsak er formen lagt opp som en samtale der vi følger mennene gjennom skjellsettende livshendelser og deres refleksjoner rundt dem. Samtalene er ispedd et bredt spekter av diverse psykologiske studier, med innsmettet av både filosofiske og økonomiteoretiske referanser, og en og annen skildring av natur og omgivelser.

## Utvalgt forskning

Thuen og Tranøy er åpne om at de har valgt forskning som har fasinert dem personlig, og ikke nødvendigvis hva som er mest i vinden, eller som tradisjonelt har hatt mest innflytelse på hvordan vi forstår samliv, samspill, indre og ytre kriser. Det er en viktig avklaring, og bidrar til at de kan tillate seg å vie mer tekst til tema som «om å tenke med noe annet enn hodet», «forskning på lapdance», «hvem vi pynter oss for», og «frykt og sex» enn til f.eks. studier og teori rundt tilknytningsteori. Disse valgene er legitime ut fra forfatterens avgrensning og medfører at boka får økt underholdningsverdi og et bredere publikum enn bare terapeuter og psykologer.

Noen ganger oppleves det dog som at underholdningsverdi går på bekostning av viktig relevant informasjon om begrensninger rundt enkelte studier, og at konklusjoner trekkes på noe svakt grunnlag. Flere steder brukes én valgt studie som bakgrunn for å si noe generelt om kjærlighet eller menneskelig atferd, uten diskusjon eller referanser til studier som viser noe annet. Valget er mulig å forstå ut fra bokas avgrensning, form og brede målgruppe, men gjør at boka til tider fremstår med mer bredde enn dybde.

## Vekker nysgjerrigheten

Flyten i overganger mellom samtale, studier, selvrefleksjon og skildringer er varierende. Noen ganger fremstår skifte i tema naturlig og intuitivt, andre ganger fremstår det mer tilfeldig og søkt. Dette er likevel ikke noe som forstyrrer leseropplevelsen nevneverdig. At jeg ofte ønsket mer dveling og diskusjon, vitner om at de har vekket nysgjerrighet og engasjement.

De to forfatterne nærer en dyp respekt for og kjærlighet til hverandre, og deres rosende ord om sin beste kamerat får mye plass i boka. Vi får fortellinger om kjærlighet, savn, identitet og sorg, men også om et solid vennskap og betydning av relasjoner som bærer når annet brister. At rosen noen ganger er repeterende, tåles greit når forfatterne i tillegg byr raust på sin egen sårbarhet.

*At jeg ofte ønsket mer dveling og diskusjon, vitner om at de har vekket nysgjerrighet og engasjement*

Fra mitt perspektiv er den siste delen av boka den beste. Studier som prøver å si noe om lykken og det gode liv, og forfatterens refleksjoner rundt hvordan oppnå og beholde lykke, er etter mitt skjønn gode. Thuens gjenforening med Sonja er rørende beskrevet uten å være glorifiserende eller utleverende. Å trekke linjer mellom sin egen historie og Zigmund Baumans beskrivelser av det moderne mennesket, Hylland Eriksens begrep «øyeblikkets tyranni», utfordringene ved vår tids ubegrensede valgmuligheter, forventningers betydning, gevinst med mindfulness og sammenhengen mellom å være et lykkelig og et godt menneske, er etter min vurdering et ambisiøst, men vellykket stykke arbeid.

## Selvinnsikt

På bokas siste side står det: «... kanskje har denne lille boken også hatt verdi for deg som leser [...] For det er først og fremst gjennom større selvinnsikt og selvforståelse at vi kan bli bedre og klokere utgaver av oss selv, og dermed også bli bedre medmennesker.» Boka inviterer til selvrefleksjon, og Tranøy og Thuen har vist hvordan deres kriser har endret – og forbedret dem. På tross av at en del studier vil være kjente for psykologer, inviterer mennenes tanker og perspektiver til å reflektere rundt disse på nye måter. Det boka mangler knyttet til å dykke ned i og problematisere, tar den igjen med god fortellerteknikk, underholdning og tidvis berørende beretninger.

Oppsummert anbefaler jeg de som ønsker kunnskap, underholdning, inspirasjon og økt kjennskap til forfatterne i en og samme bok, å lese *Harde fakta om livet, døden og kjærligheten*.