

---

## Nøkkelen til livets siste fase

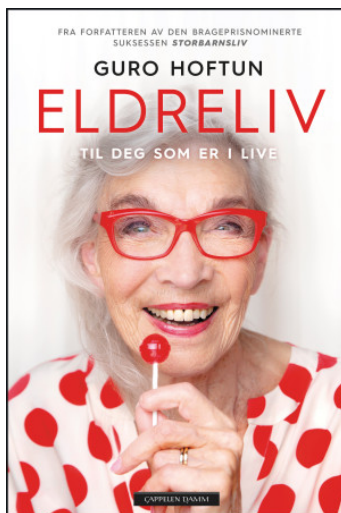
---

### ANMELDELSER

STEIN HUSEBØ

Pensjonert lege, Verdighetsenteret – Omsorg for gamle  
Bergen Røde Kors Sykehjem, Sandviken

---



---

Guro Hoftun

Eldreliv

Til deg som er i live 347 s. Oslo: Cappelen Damm, 2019. Pris NOK 399

ISBN 978-82-02-60225-3

---

Guro Hoftun er journalist og forfatter og kjent blant annet for sin Bragepris-nominerte bok om ungdom *Storbarnsliv* fra 2015. Hun har skrevet en rekke bøker, også om brorens selvmord og om ungdom, en bok som ble nominert til Brageprisen i 2017.

I sin nye og aktuelle bok *Eldreliv – til deg som er i live* fra 2018 viser hun stor og sjelden begavelse. Hun lykkes med tanke på alle målgrupper. Hun har her nøkkelen til de gode samtaler: De som åpner dører og frigjør tanker. De som belyser skjebner og ryggsekker. De som bærer, når livet er på hell. De som gir oss hverdagens pusterom.

Hele vår kulturhistorie er basert på tre hovedmotiver: liv, død og kjærlighet. De fleste av oss, i vårt land, får en grandios og kjærlighetsfylt start på livet de første timer, dager og år. Noen av oss får det ikke. Livets største utfordring er døden. En utfordring som gjenspeiles i all kunst og litteratur.

Våre erfaringer i møte med mennesker på slutten av de gamles liv viser oss at åpenhet og forberedende samtaler er forutsetningen for en optimal tid på slutten av livet. Samtidig vet vi mye om at disse samtaler sjelden skjer. Dersom de finner sted, har vi mange eksempler som viser at legene og pleiepersonalet ofte har manglende kompetanse på slikt, og at det er potensial for forbedring. Denne boken kan være nøkkelen.

Hoftuns partnere i samtaler om livets små og store spørsmål er mange og ukjente. Noen er hverdagshelter. Noen er nære pårørende. Noen er veldig nær. Forfatterens dialoger og prosesser med sin mor Vesla er en ledetråd i boken. De gir et glitrende bilde av konflikter og gleder vi alle møter innenfor de fengsler og oaser vår familier gir oss gjennom livet.

Vi blir også fortrolig med Olav Thons ektefelle. Og vi møter personer i innland, by og land, med helt spesielle og «vanlige», men unike livshistorier.

Ved første øyekast er dette en familiebok for alle som har gamle personer i nær familie. Men den har en større målgruppe. Barn og ungdom, voksne og gamle vil finne gode og informative intervjuer og samtaler om viktige livs- og samfunnsspørsmål. Bokens undertittel peker tydelig på bokas egentlige hovedtema: *Til deg som er i live*.

Denne er en bok som bærer nøkkelen til livets siste fase. Denne nøkkelen trenger vi for ikke å gå glipp av fortrolighet og gode samtaler. Boken åpner dører for deg og meg som er i live. Boka er en formidabel hjelper for oss alle til å se det vi gjennom våre siste årtier har sett uten å forstå det vi trenger å forstå.

---

Publisert: 30. mars 2020. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.20.0041

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 9. juli 2026.