KENDTE LIV: INTERVIEW MED 'DEN SKALDEDE KOK', CARSTEN OLSEN

Kunstnere, journalister og andre i formidlende professioner arbejder til dagligt med at bringe historier til verden om mennesker, samfundet og livet. Men beretninger fra deres personlige liv kan også ofte vække refleksion, genkendelighed og genklang hos mange. Artikelserien 'Kendte liv' – som tidligere hed 'Stemmer fra Siden' – har fokus på offentligt kendte personer, som har det til fælles med hinanden og mange andre, at de på nært hold kender til, hvordan et problematisk forbrug af rusmidler kan påvirke livet.

Foto: Thomas Lekfeldt/Ritzau Scanpix

”Jeg har altid været sådan et menneske, der går lige til grænsen … og så lige tager et skridt videre”

Under kaldenavnet ’Den skaldede kok’ er Carsten Olsen kendt af de fleste danskere som en mand med pondus og succes både i restaurationsbranchen og som tv-kok. Men privat kæmpede han i mange år med et alkoholforbrug, som var tæt på at koste ham livet.

AF KARINA LUISE ANDERSEN

Karina Luise Andersen er
cand. mag. og redaktør på STOF

”Jeg drak ikke på mit arbejde eller i det hele taget om dagen. Jeg drak først om aftenen, når familien var gået i seng. Jeg kunne nå at drikke en treliters paprødvin plus to flasker vodka på halvanden times tid. Så gik jeg i seng, men vågnede i løbet af natten, når alkoholniveauet i blodet dalede, og så tog jeg hul på den anden dunk papvin, jeg havde stående lige ved siden af mig ved sengen, tog en tår og faldt i søvn igen. Så stod jeg op om morgenen og tog på arbejde, og der var jeg selvfølgelig skidefuld. Og jeg fik det jo ikke bedre i løbet af dagen. Mellem kl. 15 og 17 fik jeg som regel abstinenser ad helvede til, og så kørte jeg hjem. Hvis jeg skulle noget om aftenen, så sørgede jeg altid for, at det var tidligt på aftenen, så jeg kunne komme tidligt hjem og nå at drikke og sove, inden jeg skulle på arbejde igen. Sådan foregik mit liv i de år,” fortæller Carsten Olsen om de mange år, hvor hans alkoholforbrug nåede højder, der ikke alene stressede ham personligt i dagligdagen, men også tærede voldsomt på hans helbred og førte til, at han flere gange blev indlagt på sygehuset og var tæt på at dø.

Carsten Olsen, som fylder 57 år til november, beskriver sit alkoholforbrug som noget, der begyndte i en festkultur i kokkefaget, som han godt kunne lide, men som endte med at eskalere til et personligt overforbrug.

”Det er 40 år siden, jeg kom i lære som kok, og restaurationsfaget var et andet sted dengang. I dag er kokkefaget en uddannelse med skolegang og en på mange måder akademisk tilgang, men sådan var det ikke dengang. Da var det rødder og folk, der ikke rigtig kunne noget andet, som blev kokke. Øl, vin, sprut og drukture var en meget stor del af vores hverdag. I dag er det så i stedet desværre stofferne, der styrer mange steder i branchen,” siger Carsten og tilføjer, at hans alkoholforbrug dog ikke havde taget overhånd på det tidspunkt, og at han på alle tidspunkter i sit liv har været meget ansvarlig og dedikeret i forhold til sit arbejde.

Men fra 2005 og frem blev han meget presset, både af sygdom i familien og på grund af sin restaurant i Tivoli, først kaldet ’Perlen’ og senere ’Den skaldede kok’. Restauranten var plaget af det ene problem efter det andet og måtte til sidst lukke. I den periode eskalerede hans alkoholforbrug voldsomt. Men Carsten Olsen vil helst ikke finde årsagen til sine alkoholproblemer i andet eller andre end sig selv, forklarer han:

”Man kan jo give mange ting skylden for, at man drikker, men en ting er jeg helt sikker på: Det er min egen skyld, hvis jeg drikker. Jeg har aldrig brugt det der med at hænge min hat på, at jeg var presset i den periode. Jeg ved godt, hvor problemet kommer fra, og det er fra mig selv. Så kan man jo selvfølgelig sige, at det blev et middel for mig til at håndtere presset på – en virkelighedsflugt for mig på en eller anden måde – fordi jeg havde også rodet mig ud i alt mulig lort med for mange kvinder og en for hård livsstil i det hele taget, som blev for meget.”

Altid at gå til grænsen og over

Carsten Olsen fortæller, at tendensen med at drikke for meget alkohol, at være sammen med mange kvinder, spise store mængder af mad eller indtage mange piller hænger sammen med, at han har følt sig som en alt eller intet-type.

”Jeg har altid været sådan et menneske, der går lige til grænsen … og så lige tager et skridt videre. For eksempel begyndte jeg på et tidspunkt pludselig at ryge igen efter ikke at have røget i 25 år. Den første dag, jeg tog en cigaret, røg jeg 40 smøger. Dagen efter røg jeg 60. Og dagen efter igen røg jeg 80. Og jeg kan godt fortælle dig, at den eneste grund til, at jeg ikke røg 100, var simpelthen, at jeg ikke kunne nå det. Så jeg har ikke haft det der filter, som mange andre mennesker har, som gør, at de kan være moderate. Hvis jeg gør noget, så gør jeg det helt deroppe, hvor det kan mærkes tydeligt, og hvor det bliver for meget,” forklarer Carsten Olsen og uddyber, at det også er én af årsagerne til, at han helt bevidst har holdt sig fra hårde stoffer, for han kender sig selv godt nok til at vide, at han meget hurtigt ville ende med at ”sniffe hele Istedgade”, som han formulerer det.

Men selvom han på mange andre områder af sit liv havde kendskab til at gå over grænsen, så kalder han alligevel sit alkoholforbrug for vanvittigt. Han vurderer, at han ugentligt drak omkring 21 liter vin og 18 liter vodka, og siger, at det var vigtigt for ham at holde forbruget skjult for sine venner og kolleger. Derfor isolerede han sig meget i de år.

”Jeg vidste godt, jeg var helt ude i hampen, og jeg ville ikke have, at nogen skulle vide det. Jeg var virkelig ikke stolt. Men jeg vidste også, at jeg ikke var færdig med at drikke. Jeg kunne ikke slippe det. Jeg var ikke klar,” fortæller Carsten Olsen og

Foto: Hans Ole Madsen

forklarer, at det i sidste ende var kærligheden til sin kone, som fik ham til at stoppe med at indtage alkohol fra den ene dag til den anden.

”Lægen havde givet mig mellem tre og seks måneder at leve i, hvis jeg fortsatte med at drikke, så selvfølgelig var det også en medvirkende faktor. Men egentlig frygtede jeg ikke døden. Den største motivation for mig var, at min kone var ked af det. Derudover endte jeg med at være så træt af mig selv som menneske og over at være årsagen til, at hun var så ked af det,” siger Carsten og fortsætter:

”Jeg var jo godt klar over, at hvis jeg skulle stoppe med at drikke, var jeg også nødt til ikke at være tørstig mere. Og der skal man jo også finde ud af med sig selv, hvornår man ikke er det længere. Jeg vidste, at alkoholen ville slå mig ihjel, for den havde næsten taget livet af mig to gange før. Men hvordan det påvirkede min kone, Helle, var det vigtigste. Hun har aldrig sagt, at jeg ikke måtte drikke, eller skældt mig ud for mit druk. Og det ville heller ikke virke for mig. Tværtimod. Men hun har gjort det meget klart for mig, at det påvirkede både hende og vores liv sammen. Og oveni skete der det, at jeg pludselig blev farfar midt i det hele. Så jeg kunne se, at jeg havde nogle andre ting at leve for end bare at skulle sidde og drikke mig fuld og tage livet af mig selv ganske langsomt.”

’Alt eller intet’ er også en måde at stoppe på

Carsten Olsen og hustruen sad en aften og talte tingene grundigt igennem, og Carsten ender med at sige, at han stopper med at drikke med det samme. Derefter gik parret i seng, men Carsten vågnede om natten og havde det meget dårligt.

”Jeg havde det edderfløjtme skidt, så jeg blev nødt til at vække Helle, og hun vidste med det samme, at det var alvorligt, når jeg gjorde det. Jeg troede seriøst, at min krop var ved at stå af,” fortæller Carsten Olsen og siger, at hans kone googlede sig frem til på internettet, at det kunne være farligt at stoppe så brat med at drikke, og at man i stedet skulle trappe ned lidt efter lidt. Der var ikke meget alkohol i huset, kun nogle alkoholsodavand i køleskabet, som Carsten drak, men det var ikke nok til at dæmpe hans abstinenser. Helle gik ind til naboen og fik fat i seks øl, som dog heller ikke var nok for Carsten. Så det endte med, at Helle midt om natten måtte køre fra parrets bopæl i Espergærde til et værtshus i Helsingør for at købe noget whisky. Da Carsten havde drukket det, faldt han til ro.

”Og så har jeg ikke drukket siden,” siger Carsten og uddyber:

”12. januar i år er det fire år siden, at jeg blev ædru. Efter episoden der om natten havde jeg en uges tid, hvor jeg havde det virkelig skidt. Men jeg har ikke taget antabus eller er gået til AA-møder, og jeg har ikke haft psykologer inde over eller noget som helst. Jeg tog simpelthen en ”kold tyrker”, og det har virket for mig. Jeg drikker bare ikke mere. Det er alt eller intet. Enten stopper jeg med at drikke, eller også gør jeg ikke. Men jeg har jo også min kone, som er en stor støtte. Og hun er god til at fylde vores liv med gode oplevelser og en masse, vi skal. Så vi har byttet mit alkoholforbrug og den måde, det påvirkede vores liv sammen, ud med noget andet og meget bedre, kan man sige.”

Carsten Olsen fortæller, at han ikke frygter at falde tilbage til at drikke igen. Han holder sig helt fra alkohol og kunne ikke drømme om at røre endog bare et enkelt glas vin nu.

”I den første periode havde jeg jo trangen hele tiden. Men så sagde jeg til mig selv, at hvis jeg drikker et glas vin, så har jeg jo selv valgt at komme tilbage dertil i livet. Jeg kan jo ikke komme til Helle bagefter og sige: ”Hov, der faldt jeg sgu lige i vandet”. Det ville jo være mig, der havde valgt at hoppe i vandet. Det er ikke noget med at ”falde” i. **Og så husker jeg mig selv på, hvordan i morgen ville blive, hvis jeg drak det glas rødvin i dag. For jeg ved jo, at jeg ikke ville kunne nøjes med det ene glas. Mit fokus ville ændre sig, og jeg ville igen gå til det som alt eller intet. Og det har jeg ikke lyst til. Jeg har ikke lyst til at ødelægge mit liv, og jeg har ikke lyst til at ødelægge Helles liv.** Vi er hinandens livs kærlighed, og det ville jeg jo smadre fuldstændig. Så for mig bliver det et afgørende valg, jeg træffer: Vil jeg livet med Helle, mine børn og mine børnebørn, eller vil jeg ikke?”

I medgang og misbrug

I november 2020 udkom bogen ’Den skaldede kok – i medgang og misbrug’, hvor Carsten Olsen fortæller om sit liv og om alle de mange gode oplevelser, de gode mennesker og den megen medgang, han føler, han har haft og mødt i tilværelsen, men også om, hvordan det store forbrug af både alkohol og mange andre ting har præget hans liv og hans omgivelser. Han havde egentlig slet ikke lyst til, at bogen skulle skrives,

men det endte med at blive en gave for ham at dele ud af sig selv og sin tilværelse til andre mennesker.

”Min bedste ven i hele verden hedder Pia Brixved, og det er hende, der har skrevet bogen, og det er også hendes idé, at der overhovedet skulle komme en bog om mig. Men jeg sagde nej gennem flere år, fordi jeg ikke havde lyst. Til sidst sagde jeg ja for at få fred,” griner Carsten Olsen og fortæller, at han endte med at blive virkelig grebet af processen og det at grave ned i sin egen historie og fortælle den til gavn for andre:

”Jeg har fået mails fra rigtig mange folk, jeg ikke kender, som er dybt berørte af bogen. Så det har vist sig at være verdens bedste idé at skrive den her bog, fordi den rører og flytter noget hos andre mennesker. Og det er jeg bare så stolt og rørt over. Det gælder ikke kun mennesker, jeg ikke kender personligt, men også nære venner og familie. Jeg fik blandt andet en meget lang besked fra min lillebror, efter han havde læst bogen. Selvom vi altid har været tætte, så var han nødt til at skrive til mig i stedet for ringe eller stå over for mig, for han var bange for at bryde sammen, når han fortalte mig det, han gerne ville sige. Og sådan har den berørt flere mennesker. Fx også min mor, der ellers var bange for at læse bogen. Men hun er rigtig glad for den og følte, at hun oplevede en anden side af mig og fik indblik i nogle ting, som jeg nok ikke ville kunne sige til hende personligt, fordi jeg altid har svært ved sådan noget. Det har altid været vanskeligt for mig at dele ud af mine tanker og følelser. Så også på den måde har hele processen med bogen bare været fantastisk og givende. Og jeg plejer gerne at sige til folk, at jeg synes, at alle bør sætte sig ned og skrive deres historie.”