

fingrarnar á hondini



FRAMTÍÐIN LIÐUG

– Tað er sjálvandi ringt at spáa, men eg havi tó gott mót upp á framtíðina. Hinvegin so er ikki nógv eftir av framtíðini hjá mær: Eg eri skjótt 60 ár, og um 10 ár eri eg 70 og ein lutvist gamal maður. Hatta er bara veruleikin, og tí má eg bara brúka sum mest av tíðini til tað, sum hevur mín áhuga, sigur 59 ára gamli John Reynbú úr Funningi

kemur ikki úr stað.

Fyri ein vaksnan mann er hetta einki lív, og hann hevur tí mangan sett sær spurningin, hvat eitt normalt lív er.

– Men sum tíðin gongur, lærir tú at fylgja sjúkuni upp, ella hvussu ein nú skal siga tað. Eg veit ikki, hvussu eg skal forklára tað, men eg royni í øllum førum at lirka mær eitt nøkulunda normalt lív til.

Doyggja av sjúku

John Reynbú er ikki einsa-

» **Veðrið hevur verið sera ringt í vetur, men tað hevur, so løgið tað enn ljóðar, ikki ávirkað meg stórvegis**

siv fólk.

Hesi fólkin vita alt um, hvussu døgnrútman er

broytt; hvussu bundin tey eru av at taka heilivág hvønn einasta dag, og hvussu ringt tey hava tað, tá tey eru longest niðri.

– Man kann ikki rættiliga forklára hetta fyri fólk. Man kann sjálvandi yvirleva undir slíkum umstøðum, men man kann so sanniliga eisini doyggja av tí, slær hann fast.

– Nógv orka simpelthen ikki meiri, tí trupulleikarnir

Gleði meg til skeiðið

Aftur í ár skipa Stuðuls-tænastan hjá Nærverkin-um og Føroya Fólkaháskúli fyri háskúlaskeiði fyri fólk við sálarligum órógv. Skeiðið verður í døgnum 18. til 27. apríl.

Endamálið við háskúlaskeiðinum er, at luttakarnir fáa høvi til at royna seg í ymiskum virkseimi undir vardum umstøðum, har dentur verður lagdur á førleikar, heldur enn avmarkingar hjá teimum luttakandi.

Á skránni eru millum annað bindi-, glas-, smíð- og leirverkstaðir umframt skriviverkstaður. Eisini eru túrar, svimjing, ríðing, bovlíng og kvöldsetur á

skránni.

– Eg havi verið her triggjar ferðir áður og umhugsu at fara aftur í ár. Eg haldi, at tað er fantastiskt at kunna koma saman við øðrum, sum eru í sama báti sum eg, og sum veruliga skilja ta støðuna sum ein er í.

– Tey behøvast ikki at hava somu sjúkuna sum tú, men tey kenna og vita, hvussu tað er at vera sjúkur og hava soleiðis eina felags grund at tosa út frá.

– Jú, eg gleði meg til hetta skeiðið, sigur John, sum ætlar sær at taka útgerðina at mála við á skeiðið.

Munur á depresjón

Sum ein maður, ið hevur stríðst við slíka ógvusliga sálarsjúku sum depresjón leingi, veit John Reynbú alt um, hvat hon inniber, og hvussu hon fer við fólk.

John er tó sannførdur um, at hann skilir væl at fólk ikki heilt kunnu fata, hvussu henda sjúkan fer við fólk, og hvussu ringt tey í roynd og veru hava tað.

– Tá ein hoyrir prátið manna millum í dag, so verður ofta tikið til, at tey eru deprimerað, hava ein ringan dag ella kanska hava ein niðurtúr.

Fyri 59 ára gamla funningsmannin er sera stórur munur á at vera

deprimeraður og tað at vera depressivur. Báðar sjúkurnar eru ógvusligar í sjálvum sær, men tað er kortini munur á.

– Tað má næstan upplivast at vera so depressivur sum eg havi verið. Tað kann næstan ikki forklárast við orðum.

Hinvegin kann hann so gleðast um hvønn tann einasta góða dag – sum hesin mikudagurin í farnu viku, tá umboð fyri tíðindatænastuna vitjaði í Funningi.

– Hesin dagurin er sera virðismikil fyri meg. Tað kann ikki beskrivast, hvussu gott tað er at hava ein slíkan góðan dag.

vaksa teimum upp um høvðið, og tá kann tankin so skjótt koma, at ein bara vil sleppa sær burtur úr øllum hesum.

– Eg veit um nógv, sum simpelthen stilla kalosjurnar av hesi orsök og gera so stutta prosess, og so er alt liðugt.

– Eg havi eisini verið heilt harúti sum krákurnar venda, men eri so altíð komin livandi aftur hagani. Eg haldi, at eg eri betri við lívið enn so. Men

innanífrá skilji eg væl hesi fólkin, sum eru heilt harúti í togunum. Tá eru tey farin so langt út, at eingin útvegur var at hóma beint tá.

– Tað ringasta er, at ein sær ikki altíð á fólk at tey eru depressiv í tí dagliga. Men tá so tað ógvusliga hendir tá spyrja fólk, hví tað hendir. Tað er næstan so sum orðatakíð sigur – at eingin kennir mein í annan mans bein.

snnorri@sosialurin.fo