

HEILSA

Valdi deyðan fram um lívið

- Vit vistu, at hon hevði tað í sær, og tí royndu vit í familjuni at stuðla henni so væl, sum vit megnaðu, sigur Lotte Stig Nørgaard og vísir á, at Gitte altíð verður ein partur av hennara lívi

Vilmund Jacobsen

52 ára gomul valdi systirin hjá Lotte Stig Nørgaard - Gitte - at taka sítt egna lív.

Í dag, fimm ár eftir ógvusligu hendingina, er Lotte komin víðari í lívi sínum - uttan at føla skomm ella vreiði yvir avgerðina hjá systrini.

- Vit finna ikki Gitte!

Soleiðis ljóðaði uppringingin frá sváginum, Carsten, hin 18. januar í 2011.

Tankin um, at Gitte kundi hava tikið sítt egna lív, stóð fremst í huganum hjá Lotte.

Og hon fekk rætt.

Stutt eftir telefonsamrøðuna, varð 52 ára gamla systirin funnin deyð. Hon hevði skorið lívæðrar av og lá í einum horni í urtagarðinum hjá sær.

Lotte Stig Nørgaard sigur, at Gitte altíð hevði verið nærtikin og sjálvskoðandi.

- Hon var eitt lætt offur fyri tíðarinnar gátuføru tulkingum og frágreiðingum um, hvussu heimurin hongur saman.

Byrjaði í tjúgunum

Gitte gjørdist fyrstu ferð tunglynd, tá hon var í tjúgunum, og tá royndi hon fyrstu ferð at taka sítt egna lív. Hon hevði skrivað eitt skilnaðarbræv og hevði eisini ta ferðina roynt at skorið lívæðrina av, men varð funnin á lívi.

- Vit vistu, at Gitte hevði tað í sær, og tí royndu vit í familjuni at stuðla henni so væl, sum vit megnaðu.

Tey næstu 30 árini í lívinum hjá Gitte hevði hon tað rímiliga væl. Hon fekk mann og sonin, Marcus, og hon var fegin um sítt arbeiði sum frisørur.

Seinni fóru hon og maðurin hvør til sítt, men hon fann sær ein nýggjan mann. Bæði Gitte og sonurin høvdu tó góð viðurskifti við fyrrverandi mannin og pápa Marcus.

Gitte hevði hollar vinir, og eitt sosialt trygdarnet hevði hon eisini. Tí, varð hildið, at lívið hjá henni var í einari góðari legu.



- Tak tað altíð ógvuliga álvarsligt, tá fólk tosa um at gera sjálmorð - eisini, tá tað verður sagt í “spølni”, sigur Lotte Stig Nørgaard

og visti, at mátin, eg best kom ígjøgnum sorgina, var við at handla. So, eg byrjaði at rudda upp í tingunum hjá Gitte og lærði nýggjar síður hjá henni at kenna, eitt nú, at hon var ein samlari.

Lotte Stig Nørgaard sigur, at Gitte átti ógvuliga nógv klæðir og ikki minst kruskur við sminku.

- Tað, sum sló meg, var, at flestu kruskur vóru tómar. Hon hevði goymt vanligar sminkukruskur og hevði ikki koyrt tær burtur, tá tær vóru tómar.

Ynskti frið og ró

Gitte hevði eisini skrivað dagbøkur.

- Seinastu tíðina fyri januar 2011 skrivar hon um, at hon gleðir seg til at fáa meira frið og ró. Tí eri eg ikki í iva um, at hon veruliga hevur lagt til rættis sítt farvæl til lívið.

Í dag livir Gitte víðari í Lotte, sum hevur innrættað sær eina lítla minnishill um systrina.

- Gitte fer altíð at vera í mínum lívi, og eg havi ongantið følt vreiði yvir hennara val. Kanska, tí eg faktist haldi, at fólk eiga rættin til at velja lívið frá, um tað er tað, tey ynskja, sigur Lotte Stig Nørgaard, sum sjálv hevur upplivað, hvussu trupult umheimurin hevur tað við at tosa við avvarðandi at fólk, sum velja at taka sítt egna lív.

Hon heldur, at sum avvarðandi skulu vit leggja upp til at seta orð á tingini um sjálmorð, tá vinir og onnur vilja tøgn í einari mis-eydnaðari roynd at hjálpa.

Aftur tunglyndi

Men, Gitte gjørdist aftur tunglynd eftir, at fleiri ymisk ting runnu saman í hennara tilveru.

Marcus var nú í einum aldri, har flestu ung flyta heimanífrá, og hann hevði

gjørt av at flyta. Samstundis var familjan eisini trýst fíggjarliga.

- Gitte kom aftur í sálarviðgerð, og tað tók ikki langa tíð, til tað aftur fór at ganga betri, sigur Lotte Stig Nørgaard.

Um vikuskiftið fram til dagin í januar, tá Gitte gjørdi av at siga lívinum farvæl, var Lotte á vitjan hjá systir síni, tí báðir synir hennara nú skuldu gista um vikuskiftið hjá systrini.

- Gitte virkaði so positiv

og glað, minnst Lotte, sum kortini hugsar um, at hon kanska ikki dugdi at lesa veruligu støðuna hjá systrini. Men, eg eri givin við at sláa meg sjálvan í høvdið og føla skyld og skomm. Eg eri von at arbeiða við mær sjálvari



- Gitte fer altíð at vera í mínum lívi, og eg havi ongantið følt vreiði yvir hennara val, Lotte Stig Nørgaard

Góðu ráðini hjá Lotte Stig Nørgaard eru

* Set orð á tína sorg - líkamikið, hvussu tikið verður ímóti tí. Nógv stúra fyri at tosa um sorgina og halda, at tey gera tær eina tænaðu við ikki at tosa um hendingina

* Minst til, at orð kunnu lekja

* Tak tað altíð ógvuliga álvarsligt, tá fólk tosa um at gera sjálmorð - eisini, tá tað verður sagt í “spølni”

Vit kunnu leggja aftrat, at Lotte Stig Nørgaard, sum www.helse.dk hevur skift orð við um systrina, sum tók sítt egna lív, er lektari við Institut for Farmaci á Keypmannahavnar Universiteti og er limur í redaktiónsbólkinum hjá www.helse.dk

vilmund@socialurin.fo