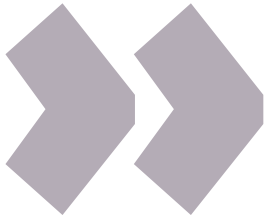


Tá Mika er fimm vikur gamal, verða foreldrin stúrin um hann, tí hann ikki klárar at halda ørm-unum uppi. Tey fara til lækna við honum og verða síðani send beina leið á Landssjúkrahúsið. Mika verður kannaður og seinni



Tað varð tosað niður á ein, og eg fekk ofta at vita, at eg als ikki var í ordan at spilla so nógvar tímar um dagin til sovordíð tvætl

verður tað staðfest, at Mika hevði Spinal muskelatrofi typu 1, ið er ein arvalig sjúka, ið er mett at vera ringasta slagi av vøddasvinni, ið er.

– Vit máttu innrætta lívið eftir støðuni, vit vóru í. Eg tók farloyvi frá arbeiðinum fyri at verða saman við familjuni og passaði Mika heima við teimum hjálpitólunum, ið honum tørvaði. Tea var eisini illa fyri tá, og tað var øgiliga kaotiskt, tí vit vóru í eini pressaðari støðu, greiðir hann álvarsamur frá.

–Bara ein til tveir tilburðir verða skrásettir av hesi sjúkuni í danska kongaríkinum um árið. Seinastu ferð, at eitt slíkt tilfelli varð staðfest í Føroyum var, tá beiggi mín fekk staðfest hesa somu sjúku, sigur hann.

Mika doyði 13. desember í 2014, tá hann var eitt hálv ár.

– Vit eru takksom fyri ta tíðina, vit finga saman við honum, hóast vit sum foreldur ongantið koma yvir tað. Vit læra tó at liva við støðuni, sum hon er, staðfestir hann.

Allar hesar sváru upplivingarnar hava tó verið við til at mynda Gunnar, og hann greiðir frá, at hann setur stóran prís upp á lívið, tí hann veit, at tað ikki skal nógv til, áðrenn alt fellur undan einum.

Raðfesti familjuna

Gunnar royndi at taka venjingina upp aftur í 2015, men hann sigur, at hann als ikki var klárur, tí hann og familja hansara høvdu upplivað nógvan mótgang og sorg.

– Hóast eg vandi alla tíðina, so var eg ikki til staðar mentalt, tí familjan tørvaði meg, sigur hann.

Árið eftir royndi hann aftur, men var so óheppin, at hann fekk ein álvarsaman skaða í lærið, og fekk tí ikki fullgjørt ætlanirnar.

– Tað var ein tíð, har familjan hevði stóran tørv, og tað var ikki eg, men heldur samanhaldið í familjuni, sum skuldi raðfestast tá. Eg

var ikki til staðar, tá eg vandi, og tí vandi eg bara av og á, og eg tók steðgir, tá familjan hevði tørv á, at eg var har, sigur hann.

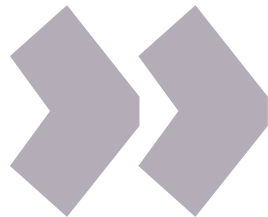
– Jú longri ein livir, jú meir skal ein leggja aftur um seg, og siga farvæl við. Í dag hava vit tað sera gott sum familja, og kunnu gleðast um lívið. Og tá mann sum eg hevur mist fleiri av sínu allarnærmastu, so sær mann, hvussu bráðliga lívið kann broytast ella fáa enda. Tað eru dagar, har saknurin til míni kærur ger um seg. Vit eiga bara hesa lötuna, og tí ræður um at njóta hana og hyggja frameftir. Tað er umráðandi at seta sær nøkur mál sum familja og eisini at seta sær nøkur persónlig mál, sigur kann kensluborin.

Nú er hann farin í gongd aftur, og spurdur um, hvat tað er, sum ger, at hann nú sum 53 ára gamal aftur fer at stilla upp og kappast í bodybuilding, sigur hann, at hann hugsar um tær góðu løturnar.

– Eg haldi fast í nøkrum positivum og góðum upplivingum. Tí velji eg aftur at seta mær mál og at gjøgnumføra tey. Tað eri eg drigin at sum persónur, sigur hann.

– Hesin sporturin hevur givið mær so nógv og hevur verið ein so stórir partur av mínum lívi, at eg ikki kann halda hann uttan fyri hurðina meir. Eg má lata hurðina upp og viðurkenna, at soleiðis eri eg, sigur hann.

Ein av stóru orsökunum til, at hann nú enn einaferð vil royna at vinna heiðurin sum danmarkarmeistari er, at hann ynskir at halda fast í tí persóninum, sum hann er.



Eg var fullkomiliga bergtikin av hesi ítróttageinini.

Eg søkti ráðgeving allastaðni frá og seyg alt til mín, so eg kundi fáa tann optimala kroppin

– Eg eri tann, eg eri. Eg fáir ikki førka meg sjálfan til viks. Tað er umráðandi ikki at lata seg ávirka av meiningum hjá øðrum um aldur og heilsu, men at stríðast fyri tí, sum ein trýr uppá, tí tað er ein sjálvur, sum skal verða í fokus, sigur hann.

– Eg geri hetta als ikki tí, at eg



haldi meg vera nakað, men tí at eg kenni meg ikki heilan, um eg ikki venji. Sum menniskja, so fylgjast fysikkur og psyka at. Um eg ikki havi tað gott fysiskt, so havi eg tað heldur ikki gott psykiskt, og øvugt. Og um eg ikki kenni meg heilan sum persón, so fáir eg ikki verið tað

fyri konu, børn og tey nærmastu, sum eg ynski at vera, sigur hann

– Eg eri vísur í, at tað sita mong fólk kring landið við einum dreymi, sum tey kundu hugsað sær at gjøgnumført. Og tað er tann neistin, sum eg vil halda fast í, sigur hann álvarsamur.