

Strongd



Jógvan Zachariassen **BLOGGAR**

JÓGVAN ZACHARIASSEN ER DOKTARI Í GUDFRØÐI, TÓNLEIKARI OG RITHØVUNDUR.

HANN STARVAST DAGLIGA SUM SAMKOMULEIÐARI Í LÍVDINI Í HOYVÍK

Friðsæli lívstíllurinn hjá ræktingarmanninum og útróðrarmanninum er horvin, og nýggi lívsstíllurinn hjá familjum, sum hvønn morgun skunda sær í allar ættir, er nýggi normurinn: Instant kaffi, fast food, manglandi svøvnur, áhaldandi larmur, rópanði miðlar, truplar relatióinir. Legg so afturat fíggjarligt trýst, trupulleikar í skúla, krevjandi arbeiði, ósvaraðir teldupostar, støðugt ringjandi telefon, junkmail, missskiljingar í samskipti, fundir, møti, venjing, brotnar familjur, grátandi børn og drepandi kenslan av einsem. Legg so afturat tí, óttan fyri kriminaliteti, neyðtøku, ráni og misnýtslu. Plussa hetta við 365 dagar um árið, og tú hevur...STRONGD!

Orð sum undran, gleði, hvíld og frælsi eru vorðin ósannar eftirlíkingar av tí, sum lívið bjóðar. Tíð er ein náðleysur tyrannur í staðin fyri ein eggjandi vinur. Gleði verður nakað, sum vit finna seinni. At spæla verður nakað, sum bert børn gera. Undran er eitt hugtak, sum vit undrast yvir. Og vit steðga við at droyma, tí vit hava ikki orku at koma hagar, har dreymarnir gerast veruleikar í lívinum.

Men strongd kann vera góð og mennandi. Tey einastu, sum als onga strongd hava, eru tey deyðu. Rætti hugburðurin til strongd, er at finna í javnvág millum lívsvirðir og lívsstíli. Sálarsjúkúlæknin Victor Frankl segði: "Vit standa við eitt vegamót hvønn minutt, hvønn tíma, hvønn dag og taka avgerðir. Øll val, ið vit gera, verða gjørd í ljósinum av, hvørji lívsvirðir ella hvørja virðisskipan vit hava valt at stýra lívsstíli okkara í mun til. Við at velja virðisskipan hava vit tikið eitt tað týðningarmiklasta valið, vit kunnu taka í lívinum." Hava vit eina virðisskipan, sum myndar lívsstíl okkara – sjálvt í strongdum umstøðum – so fara vit at hava frið, gleði, undran, hvíld og frælsi sum regluligar gestir.

Jesus var ein maður, sum altíð var undur trýsti frá øðrum. Brotin menniskju kravdu stundir hansara. Sjálvdan fekk hann frið at vera einsamallur. Aftur og aftur, varð hann órógvður. Menniskju missskiltu, høvdu at og spottaðu hann. Lív hansara var mangan hótt av strongd. Men hyggja vit nærri at lívi Jesusar, síggja vit, at hann hevði ongantíð skund, hann var ongantíð ov upptikin til at steðga á, fyri at hjálpa einum blindum ella spidølskum. Hann tók sær stundir at lurta, umfevna og tala lívgevandi orð. Undran, gleði, hvíld, frælsi og friður eyðkenddu lív hansara, sjálvt um hann livdi í einum áhaldandi trýsti av strongd. Hví?

Jesus kendi seg sjálvan – hann visti hvaðani hann kom og hvagar hann fór! Um ikki vit vita, hvørji vit eru so fer onkur annar at siga okkum, hvønn tey halda, vit skulu vera.

Jesus visti, hvønn hann ynskti at gleða – faðir sín. Um ikki vit vita,

hvønn vit ynska at gleða, so fara vit at stríðast á trimum økjum: Kritikk – tí vit hugsa um, hvad onnur siga um okkum. Kapping – tí vit eru bangin fyri/stúra um, at onnur klára seg betur enn vit. Stríð – tí vit tola ikki tey, sum ikki eru samd við okkum. Jesus vitsti hvat hann vildi útyнна – at bjarga menniskjum! Vit mugu raðfesta fyri at náa málinum, sum vit hava sett okkum fyri. Um vit einki mál hava, hava vit einki, ið definerar leið okkara og raðfestingin verður hareftir – tí torført er at leggja eina kós, um einki mál er at leggja hana eftir.

Jesus gjørdi ikki alt sjálvur – hann útvaldi sær lærisveinar. Hví royndu vit at gera alt sjálvi? Hví hava vit so torført við at bjóða øðrum inn í lív okkara at hjálpa okkum? Tvær orsøkir: Perfektionisma – ein sjálvsøkin hugsannarháttur, sum sigur, "Eingin kann gera tað so gott sum eg." Og ótti – sum sigur, "Hvat nú um onnur gera eitt betur arbeiði enn eg?"

Jesus dugdi at vera stillur – í bøn! Tøgn, stilli og friður koma ikki av sær sjálvum. Ein vatnfløska við grumsi í, sum ongantíð sleppur at standa still, fer ongantíð at hava reint vatn. Sleppur fløskan at standa í frið, so fellur grumsið niður á botnin, so vatnið gerst spegilsrárt.

Jesus tók særstundir til at njóta lívið – hann át saman við tollarum, elskaði brúðleypsveitslur og fylgdist við teimum, sum eingin annar vildi fylgjast við. Vit hava øll líkamligar, sálarligar, mentalar, og andaligar tørvir, og øll hesi umráði tørvu at hvíla og at verða endurnýggja. Hvíld – svøvnur – og endurnýggjan – líkamlig venjing – er ikki eitt val. Tað er ein treyt.

Einaferð segði Jesus: "Frið lati eg tykkum eftir, frið mín gevi eg tykkum. Hjarta tykkara óttist ikki og missi ikki mótið!" Hugsa tær at fáa slík orð mitt í allari strongdini, sum vit mangan eru í. Neyvan er tað lívið hjá ræktingarmanninum og útróðrarmanninum, vit ynska at koma aftur til. Kann nakar okkara siga seg friðan fyri tørvinum eftir tí friðinum, sum Jesus átti og sum hann bjóðaði okkum lut í?