

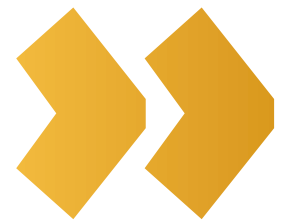
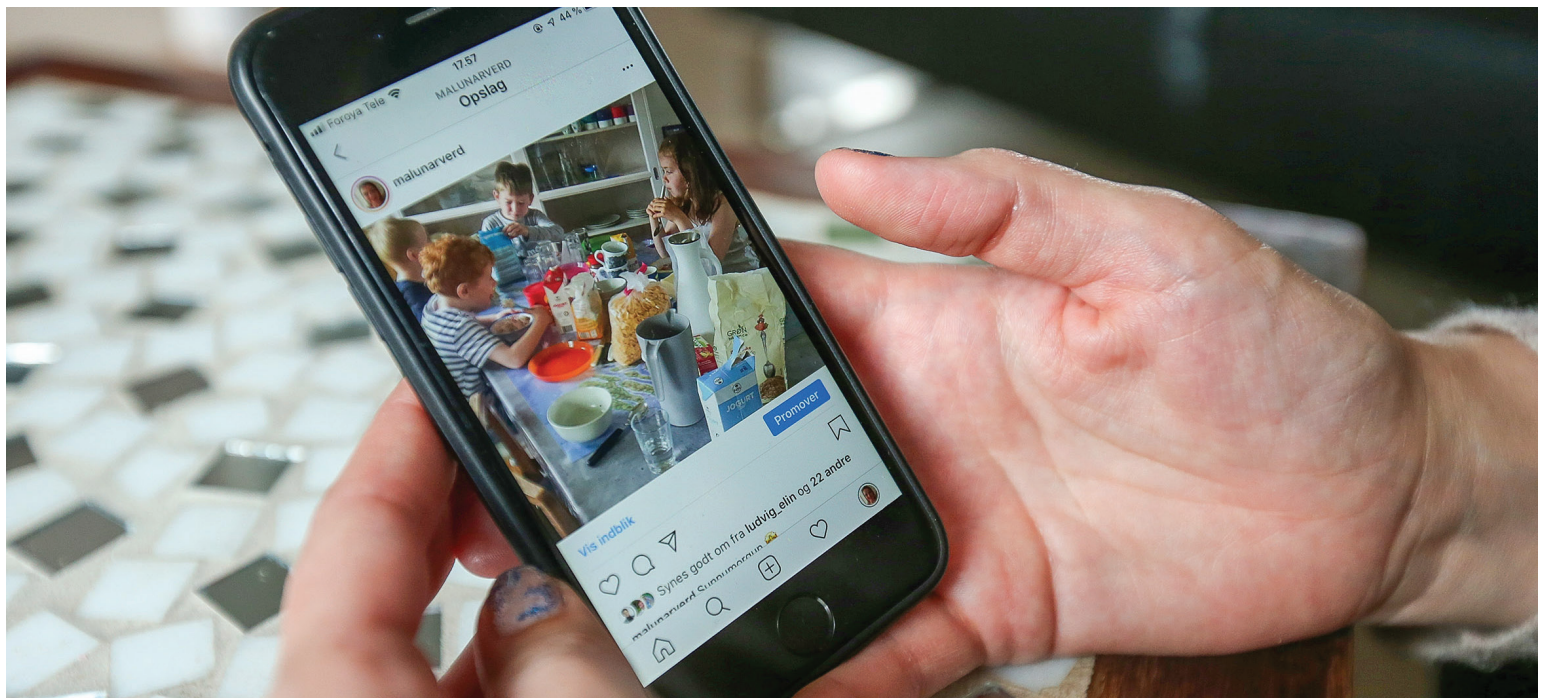
Sjálv fylgir Malan Ludvig fleiri útlenskum og føroyskum bloggarum á Instagram. Hon er serliga áhugað í profilum, sum lýsa mammu- og familjulívið.

– Eg havi fingið eyguni upp fyri eini nýggjari verð. Mær dámar væl at síggja, hvussu ymisk lívini hjá okkum øllum eru. Summar vísa tað filtreraða og poleraða, og aðrar vísa bæði og eru umskyldandi, tá man sær óruddið, sigur hon.

– Tað gerst onkuntíð torført hjá mær at halda fokusið á óperfekta gerandisdegnum, tí eg síggi so nógv annað eisini á Instagram og verði ávirkað av tí ljósareyða, sum eg onkursvegna eisini vil, men tá má eg má minna meg sjálva á, at tað er ikki eg, sigur Malan Ludvig, men greiðir frá, at hon eisini onkuntíð leggur idylliskar myndir út fyri at vísa á, at gerandisdagurin – við øllum tí ráa og veruliga ruðuleikanum – onkuntíð eisini er idylliskur.

Verð at fylgja sambært Maluni:

@mammulig
@mammurumpa
@honumamma
@mammu_loturnar
@rebekkaosa
@mammusa_og_eg
@krakumamma
@bjarta_a_rogvi
@bjarnamma



Malunarverd er ein roynd upp á at broyta hesi tingini, umframt at tað er terapi fyri meg sjálva. Eg vildi vísa umverðini, at tað ber ikki til at vit skulu knekka av at skulu liva upp til nakað, sum ikki kann livast upp til

sum eg havi havt, sigur hon og leggur aftrat, hon so gott sum ongantíð leggur nakað út um parláðið.

– Bloggurin snýr seg um meg og mítt persónliga stríð. Tað sum eg navigeri við. Onkuntíð kemur sjálvsagt okkurt hjartasuff um makan ella børnini. Maðurin vil ikki innblandast, og børnini eru ov lítil til veruliga at skilja, hvat tað snýr seg um.

Hon greiðir frá, at hóast hon ikki dregur mannin við í smálutum á blogginum, hevur hon dyggan stuðul bæði frá honum og øðrum í familjuni.

– Tað kann tykjast, sum eri eg einsamøll og havi stýr upp á alt heima, men tað er tí, at vit eru so ymisk. Eg seti tingini í gongd, og tá eg gevi orðar, so ger hann tað. Hann hevur als ikki sama tørv, sum eg havi. Og tað er gott at viðurkenna tað. Eg fái góðan stuðul – bæði til at blogga á Instagram, men eisini

til at gera tað, sum eg havi tørv á fyri at minka um strongdina í gerandisdegnum, sigur hon.

– Høvdið hjá mær verður lætt ov fult. Tí stuðlar hann mær eisini í at fara gongu- og rennitúrur, so eg fái løtt upp aftur við orku, leggur hon aftrat.

Profilurin brýtur grensur

Spurd, hvussu tað kennist at loyva fremmandum fylgjarum innum og luta persónligar tankar og myndir av óruddi og vaskiklæðum, sigur hon, at tað brýtur grensur.

– Í fyrstuni fór tað yvir um mark hjá mær, men tað er samstundis eitt slag av terapi, tí eg eri ein sera privatur personur. Tá eg var sjúkrameldað, vildi eg næstan ikki fara út, tá børnini vóru á stovni, tí eg var bangin fyri, at fólk hugsadu um, hví eg var har. Hóast eg hevði tørv á at fara út fyri at koma meg, sigur hon síðani.

– Onkuntíð kennist tað, sum eg havi útleverað meg sjálva ov nógv. Tað havi eg følt meir í seinastuni, tí eg veit ikki, hvørjir allir mínir fylgjarar eru, og tey vita meir um meg, enn eg veit um tey. Men tann tankan skumpi eg vekk, tí eg vil vera við til at siga, at tað ikki skal vera flovisligt at siga, at man hevur ilt í sálini, staðfestir hon.

– Nú havi eg valt hetta, og tað vil eg ikki stressa um, leggur hon aftrat.

– Boðskapurin er, at tað er í lagi, at vit ikki altíð eru okay. Man skal ikki føla seg noydda at liva upp til nakað, sum man ikki kann. Man skal eisini í nógvum førum lækka ambítiónirnar. Vit eru ikki meir enn menniskju, sigur hon síðani umhugsin.

Instagram og perfektu myndirnar

Men líkamikið hvussu vit venda tí, so er Instagram á tremur við

perfektum myndum av øllum hugsandi lívsins viðurskiftum – og tað er eisini í lagi, um vit nýta tað til íblástur, heldur Malan Ludvig

– Tað kann tó verða farligt, um vit trúgva, at veruleikin sær soleiðis út. Tað gevur okkum skeiva mynd av gerandis-lívinum. Verður tú bombarderað við myndum, sum gera, tú ikki passast inn, so kennir tú teg skeiva, sigur hon.

– Eg haldi tó ikki, at man ikki skal kunna vísa tær fulkomnu myndirnar – tær skulu bara fylla minni. Eg sakni meir gerandislív, sigur hon.

– Gongur man høgt upp í at rudda og smyrja sær, skal man gera tað. Tað er óivað onkur, sum altíð hevur tað ruddiligt rundan um seg, men vandin kemur, tá man heldur, at øll hava tað soleiðis, leggur hon síðani aftrat.

Sjálv er Malan Ludvig serliga áhugað í tilfari um familjulív

á Instagram. Men perfektu myndirnar kunnu elva til, at man kennir seg illa.

– Man skal læra seg at vera realistiskur og gera, sum man sjálv megna, sigur hon

Og hetta ávirkar okkum mammur á ein annan hátt, tí tá vit hugsavna okkum um, hvussu hini síggja okkum, kunnu børnini gerast eitt projekt við merkisklæðum, sum skulu avrika, greiðir hon frá.

– Man skal ansa eftir, at børnini ikki verða sett til vikis, tí man skal náa so nógv annað, at man ikki hevur tíð til at vera.

– Malunarverd er ein roynd upp á at broyta hesi tingini, umframt at tað er terapi fyri meg sjálva. Eg vildi vísa umheiminum, at tað ber ikki til at vit skulu knekka av at skulu liva upp til nakað, sum ikki kann livast upp til, sigur hon til endans.