

Jyderup, Danmörku á aðventu 2018.

Til íslenskra vina og ættingja nær og fjær!

Jólabréf! Hvernig skrifar maður jólabréf og annál á ári þegar allt hefur farið upp í loft og einhvern veginn lent, en maður (kona) er í árslok ennþá í millibilsástandi og veit ekki enn hvert leiðin liggur?



Hvenær í lífinu veit maður (kona) hvert leiðin liggur? Við teljum okkur vita það á stundum þegar allt er gott og stöðugleiki einkennir líf okkar. Þegar við erum á toppnum og hamingjan virðist ekki ríða við einteyming, þegar allt gengur okkur í hag. Þá erum við full af krafti og jákvæðni.

Við teljum okkur líka stundum vita hvert leiðin liggur, þegar allt virðist svart og eina leiðin sem maður (kona) eigir er leiðin niður í svartasta myrkur. Það er svo auðvelt að mála skrattann á vegginn þegar þrengir að. Þá þrengist sýnin. Þá eigir maður (kona) ekki möguleika. Þá hvíslar þúkinn stöðugt í eyrað. Það eru leiðinlegar, ljótar og niðurdrepandi hugsanir sem þúkinn kveikir í höfðinu. Hvað er þá til ráða?

Ég hef ótal oft á liðnu ári þurft að taka á stóra mínum, til að hrinda þúkanum af öxlinni. Hann er svo þrjóskur og talar út frá ótta. Hann er svo hræddur við öryggisleysi. Hann er svo hræddur við peningaskort. Hann er svo hræddur, að hann getur ekki sagt orð af viti.

Þúkinn er arfleifð okkar, hann er óttinn við hið ókomna, óttinn við allt það, sem mögulega, hugsanlega getur gerst ef allt fer á versta veg. Þessi ótti stoppar okkur í að þora að lifa lífinu hér og nú. Stoppar okkur í að lifa og njóta þess sem er; dagsbirtunnar, stundarinnar, andartaksins, heilsunnar, vinanna, fjölskyldunnar, kærleikans og alls þess sem er allt um kring, dásemdarnar í náttúrunni, fegurðarinnar í hinu stóra og hinu smáa, almættisins sem umvefur mann.

Ég hef átt dásamlegar stundir á liðnu ári. Toppurinn var fæðing Ísaks míns, sonar Heiðrúnar Örne og Laurits Borg 16. maí. Það hefur verið draumur að fylgjast



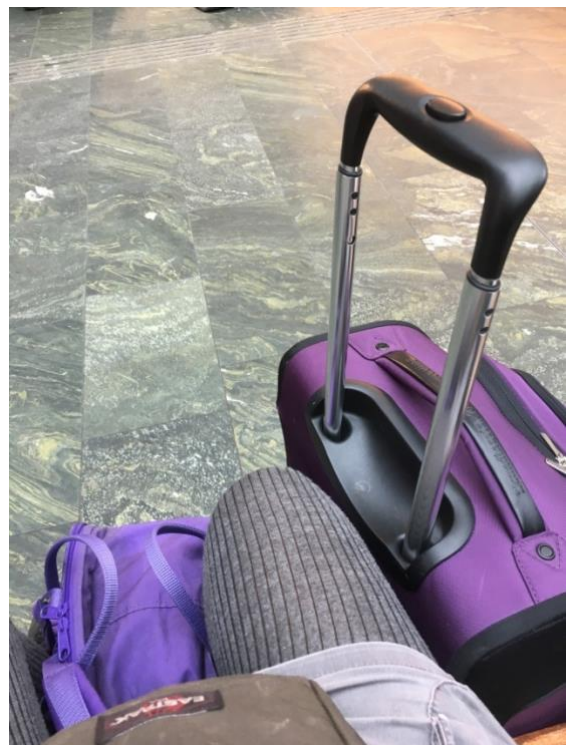
með honum þessa fyrstu sjö mánuði lífs hans. Hann er ákveðinn, státtinn og sterkur dugnaðarsnáði, með ríka athyglisgáfu og söngelskur mjög. Það er langt í það að hann fari að segja ömmu frá öllu því sem hann er að hugsa og velta vöngum yfir. Ég hlakka til að kynnst honum betur og nýt hvers augnabliks í hans návist.



Stelpurnar mínar eru dugnaðarforkar sem hafa allar unnið með námi hér í Danmörku. Steinunn Björt og Heiðrún Arna hafa á árinu 2018 lokið mastersnámi, hvor í sínu fagi, og Árdís Björg fylgir fast á eftir þeim, hún mun ljúka sínu námi vorið 2019, ef allt fer sem horfir; engin ástæða til að reikna með öðru.

Ég fór í skemmtilegt ferðalag í mars, tveggja vikna InterRail lestarferð um vestari hluta austur-Evrópu. Ég hafði skipulagt ferðina nokkrum mánuðum áður. Ég fór um margar borgir og var á ferðalagi um fimm lönd á meðan einn af stóru „skjálftunum“ hristi tilveru mína heima fyrir. Tímasetningin var tær snilld. Ég upplifði ævintýri, sem ekki verða talin upp hér. Fésbókarvinir fengu úrdrátt öðru hverju.

Ég þurfti ekki, meðan á ferðalaginu stóð, að vera mitt í hringiðu viðburða heima fyrir. Ég þakkaði iðulega almættinu fyrir tímasetningu ferðalagsins. Ég kom endurnærð heim, tilbúin að bregðast við breyttum aðstæðum.





Sumarið kom, eitt það heitasta og sólríkasta í danskri sögu. Ég naut þess að hjóla í hitanum, stakk mér títt til sunds, bæði við ströndina og í vatni nokkra kílómetra frá Jyderup. Vindkælingin góð meðan hjólað var, en svo kom svitasprengja innan frá við minnsta stopp! Svo ég bara hjólaði áfram ...

Ég fékk góða gesti í heimsókn á árinu og átti snilldar sextugs afmælisdag með yndislega fólkinu mínu á Bakken, þar sem ég fékk margfalt adrenalínkikk í öllum helstu tækjunum, búst fyrir lífið, mikið fjör og mikið gaman, Selma systir fær sérstakt lof fyrir að koma og samgleðjast mér á þeim góða degi.



Ég átti tvo góða túra til Íslands í haust, fyrst í september og svo aftur í nóvember. Yndslegt að eiga góðar stundir með vinum og fjölskyldu og gera góða hluti á Íslandi sem fóstrar svo dásamlega kraftmikið og gott fólk, en er svo glatað þegar kemur að pólitíkinni. Mér finnst alltaf eins og á Íslandi búi tvær ólíkar þjóðir og á milli þeirra verði sífellt stærri og dýpri gjá. Ég þekki bara aðra þjóðina, hina er mér fullkomleg fyrirmunað að skilja.



Eins og sést af ljósmyndunum sem fylgja þessu jólabréfi hef ég átt dýrðarinnar stundir á liðnu ári og hef ekki yfir neinu að kvarta, ef ég bara man að minna mig sjálfa á að njóta líðandi stundar.

Minn akkilesarhæll er, ef svo má segja: öryggisleysið ... axlarpúkinn hoppar fyrirvaralaust upp á öxlina og byrjar að mala. Kvíðinn er ásækin, óttinn við að ná ekki endum saman. Stundum verður sá ótti yfirsterkari lífsgleðinni. Þá fellur í skuggann allt það sem mestu skiptir. Ég bý við dásamlegt heilbrigði, bý í yndislegu umhverfi þar sem ég get gengið um í náttúrunni tímunum saman, uppgötvað fegurðina í hinu smáa og stóra.





Búseta mín til frambúðar er óviss, en ég veit að ég á fyrir húsaleigu næsta mánaðar. Ég hef fulla starfskrafta og veit að sú gáfa sem ég hef þroskað með mér er mikils virði. Hana vil ég nýta. Starf mitt felst í því að hjálpa fólki til sjálfshjálpar. Að styðja fólk í því að efla eigið heilbrigði, hjálpa því



að láta sér líða betur og finna sinn eigin innri styrk. Þakklætið sem ég fæ er dásamlegt og ríkuleg laun, þótt það dugi skammt þegar kemur til hnífs og skeiðar.

Ég hef unnið mikla grunnvinnu í litla fyrirtækinu mínu, ég hef góða stjórn á öllum þáttum rekstursins, lifi lágstemmt hversdagslega og reyni eftir bestu getu að muna eftir að þakka að kveldi fyrir liðinn dag og að morgni fyrir enn eitt tækifærið til að njóta og gera góða hluti. Ég flutti fyrirtækið mitt um set, yfir lestarteinana yfir á Járnbrotarveg, þar sem ég er sjálfstæðari, sýnilegri og hef betra aðgengi. Þar nýt ég þess að taka á móti viðskiptavinum gef þeim heilðræna meðferð.



Það er svo margt sem hefur breyst á árinu 2018. Margt það sem ég taldi stöðugt lék á reiðiskjálf. Ég hafði ekki stjórn. Tilveran var ekki bara trunta, hún var eins og ótemja.

Ótemja !? Upp í hugann kemur mynd af villtum hesti, ímynd frelsisins. Hvað er fallegra en frjáls hestur sem virðist frekar fljúga en hlaupa, með faxið bylgjandi og taglið reist. Frelsið er dásamlegt og breytingar boða ætíð möguleika!

Sjáið þið hvert verkefnið mitt er? Ég velti því títt fyrir mér hvort ég sé á kafi í skóla lífsins. Að námsefnið sé að læra að fást við lífið eins og það er, ótryggt þegar horft er til framtíðar, en iðulega dásamlegt ef maður nær að hrinda púkanum af öxlinni og njóta þess sem er? Kannski er lífið bara að kenna mér, svo ég verði færari í starfi mínu? Að anda rólega, leita jafnvægis, ýta burtu óttanum, leita leiða, finna lausnir svo ég geti haldið áfram að hjálpa öðrum til sjálfshjálpar með því að stunda heildræna meðferð, hjálpa fólki að vinna bug á heilsufarslegum vandamálum og finna styrkinn sinn. En þá vil ég gjarna segja við almættið: „Ég er búin að fatta þetta ... nú máttu bara fara að láta klingja í kassanum, ég hef pláss fyrir fleiri kúnna! Ég hef þörf fyrir flæði gegnum fyrirtækið mitt, heyrir þú það almáttka orka?“ ☺

Jólin mun ég halda að óhefðbundnum hætti í Berlín með Árdísi minni. Við höfum pantað jólamáltíð á veitingastað sem býður upp á hátíðarmatseðil í „Jamaica fusion style“. Heiðrún Arna og fjölskylda halda heilög jól í Vancouver í Kanada, þar sem Laurits sinnir starfi sínu sem sjúkráþjálfari íshökkílandsliðs Dana. Steinunn Björt og Christian halda gleðileg jól með fjölskyldu Christians í Kongens Lyngby. Allt er eins og það á að vera!

Ég hef haft möguleika á að ákveða hvernig ég sjálf bregst við aðstæðum. Ég held áfram að treysta á hjarta mitt, hlusta eftir innri röddinni, fylgi sannfæringu minni og kveð þar með axlarpúkann í kútinn. Það er endurtekið efni! Ég stend með sjálfri mér og leita leiða. Suma daga upplifi ég sem dásamlega, aðra daga er púkinn erfiður viðureignar. Ný verkefni bíða í upphafi næsta árs og kannski kem ég sjálfri mér á óvart og geng í kór! Þá munu sumir hlæja. Hlátur er góður, gleðin lyftir okkur hátt! Samgleðjumst hvert öðru, styðjum hvert annað! Ég hef bestu væntingar um hið nýja ár! Ég verðskulda nefnilega velmegun, hamingju og velferð á öllum sviðum. Það gerir þú líka! Komdu svo góða ár!

Ég þakka þér sem hefur lesið allt til enda ... minntu mig gjarnan á framhaldsbréf að ári liðnu, ef þig langar að fylgjast með ☺

Gleðilega hátíð kærur vinir og ættingjar nær og fjær!
Megi komandi ár reynast okkur öllum gæfuríkt og gott!

Ykkar,
Þorgerður Mattía

