



Och nu då?

Nu har det gått en dryg månad sedan jag kom hem från min sista behandling i Umeå. Jag har kommit igång med jobbet, träningen och jag känner mig mer eller mindre på banan igen, men ändå är livet i ett stadie som helt klart är konstigt.

Är jag fortfarande sjuk för jag är ju inte frisk!

Vad ska jag säga när folk frågar hur jag mår och hur det går? Människor som inte ens vet om resan jag gjort kan också bli tysta då jag berättar vad jag varit med om.

Allt känns lite mitt emellan något som jag inte riktigt kan förklara, inte ens för mig själv.

När jag var i Umeå var jag verkligen mitt i min bubbla och jag blev omhändertagen av personal och jag pratade med flera människor som var i samma bubbla som jag. När jag sen kom hem blev jag utsläppt från min bubbla och jag insåg att här stod jag på ett sidospår, men nu var det dags för mig att kliva på vardagslivet igen. Det var en märklig känsla lite som Bambi på hal is. Jag visste inte åt vilket håll jag skulle gå och..

Skulle jag vara orolig eller nå? Eller nå!

Vi människor är en makalös manick, så när något dramatiskt händer är det inte konstigt att både kropp, knopp och själ reagerar på konstiga sätt. För mig händer det nästan dagligen att både tankar och känslor dyker upp och ibland blir dom lite överväldigande och skrämmande. Jag försöker lugna mig och andas ända ner i magen och inse att det här det är en naturlig läkningsprocess.

Jag känner att människor som peppat mig under Umetiden nu verkar ha gjort sitt för nu är det ju över. Visst eller?

Jag är tacksam att jag har den erfarenhet jag har och dom verktyg jag har, för jag tänker på dom som inte har arbetat med sig själv och har hittat ett sätt att lyssna inåt. Hur skulle jag då ha tagit hand om den här uppgiften med det som erbjuds idag? Vissa människor har rätt människor omkring sig och vissa människor går bara vidare och det går bra. Men allt som händer både i kropp, knopp och själ behövs bearbetas och om du lägger det i din ryggsäck så kommer det upp förr eller senare.

Jag förstår upplägget i processen vi genomgår och absolut jag har fått viss information, men som Bambi på

hal is hur går jag vidare? Det är något som saknas eller har jag kanske missat något?

För min del väntar jag på mitt återbesök på Sunderby Sjukhus som ska ske efter 3 månader. Det känns oerhört långt borta och jag undrar vad kommer hända då och sen då? Det är helt klart intressant mitt i allt det tragiska och jag lär mig hela tiden något nytt om det som fungerar och vad som jag saknar. Jag lär mig också hur vi människor fungerar och reagerar...

Så hur skulle du reagera när någon i din närhet skulle berätta?

"Hej! Hej! Hur är det? Jo det är bra nu, men i höstas hittade jag en pärla i mitt bröst som innebar operation och därefter strålningsbehandlingar i Umeå, men allt har gått bra och jag mår bara bra. Så det är bara att hoppas att det håller sig borta." Jag sitter här och funderar själv vilka ord som skulle komma ut ur min mun om någon skulle berätta och jag inte själv varit med om det. Jag har också alltid varit rädd för ordet med det stora C, men om personen säger det med en positiv känsla så vill jag försöka ta vara på den känslan även i mitt svar.

"Oj vilken resa, men vad skönt att du känner att det går bra. Ja, idag är ju möjligheterna så mycket bättre. Vad glad jag är för din del." Men att även våga säga "För mig är det fortfarande lite skrämmande och det gör mig orolig när någon berättar. Men vi borde inte vara lika skräckslagna och nu när jag möter dig och du lägger fram det så här, så inser jag att idag är det många som går igenom detta och sen lever ett mycket inspirerande liv. Tack för att du berättade för mig."

Tänka sig vilka uppgifter man får i livet, min kanske lika som din, men ändå inte riktigt. Vissa känner sig hemma i det jag skriver och andra inte. Jag hoppas att med en positiv vinkling ska ha fångat ämnet så fler förstår och inser att även mitt i allt så livet går vidare, så även mitt!

Hälsoinspiratören
Tina Persson

halsoinspiratoren@norrbottnen.se