



Varför inte jag?

Del 4

Det otroliga är när vi förstår att idag är möjligheten så mycket större är omöjligheten och då fylls mitt hjärta med fullständig tacksamhet!

Äntligen vad skönt det var att få komma tillbaka till jobbet, men jag kände också att jag hade missat "livet" under 5 veckors tid. Det kändes som jag hade befunnit mig på en annan planet och livet där ute i vanligheten hade fortsatt utan mig. Det var en märklig känsla, men det var ju sant jag hade befunnit mig på en annan planet. Jag hade levt i en liten bubbla för att orka och där jag hade mitt fulla fokus på den uppgift jag hade fått.

Nu hade jag också öppnat dörren på vid gavel genom mina krönikor och många härliga och positiva reaktioner dök upp. Stående frågan hur jag mår och mått, men också vad har du gjort med all tid?

Allt beror på hur man mår och hur jag vill ta tillvara på tiden? För egen del har jag mått bra trots alla hjärnspöken som skrämte mig, men som jag också tagit hand om. Jag har också haft förmånen att få träffa människor som blev min förebild då deras uppgift varit tuffare än min, men där det fanns en enorm livsglädje som inspirerade mig.

Resan börjar nu och fortsätter livet ut. Det är upp till var och en om vi vill vara delaktiga i livet eller bara åka med

Vad har jag gjort då gjort med all tid?

Min första dag dök Svea upp och hon tog mig med till pysselterapi med två avdelningar. Den ena där kunde du göra bla knivar något som jag hade tänkt göra, men konstigt nog räckte inte tiden till. Jag fastnade istället i andra rummet där jag gjorde överlevnadsarmband eller inspirationsarmband som jag kallade mina. För en rätt "opysselmänniska" hade jag otroligt roligt och pysslade gladeligen på.

Du har alltid möjligheten, men frågan är om du vågar?

Vid måltiderna hade jag ett eget val där jag någon gång valde ett eget litet bord för två och bara fanns till och åt min mat, men jag kunde också välja ett stort eget bord och se vem vill komma hit? Ibland tog jag även möjligheten att sätta mig vid en person jag sett men inte pratat med, men som satt vid ett bord där möjligheten fanns för fler. Kom du vid rätt tillfälle så blev du helt enkelt bara invinkad till ett bord, där ett härligt gäng redan satt och du fick ta del av deras gemenskap.

Träning!

På hotellet fanns ett litet gym som jag besökte, men mest blev det promenader. Jag ville passa på att upptäcka Umeå och absolut detta är en stad jag tänker återvända till, men inte av samma orsak som nu.

Använd även din tid till att vila

Det är viktigt att ta vara på tiden och vila! Så att sova, vila och meditera har också tagit mycket av min tid, men det är ju också meningen.

"Jag släpper taget!"

En av dom övningar jag gjorde av många. Så enkelt men ack så svårt, för vem vet vad jag släpper taget om och vad jag släpper in i mitt liv?

Fira på din väg!

Under mina veckor har jag också firat som när 8 av mina 16 behandlingar var avklarade, då jag gick ner på stan shoppade och käkade gott. En måndag när jag kom ner gick jag och köpte mig en bukett tulpaner för att förgylla mitt rum. Jag hittade ett dansevenemang på fejan och skulle jag våga? Oj, vilken härlig kväll jag fick. Gissa om jag var "danshög" när jag återvände till hotellet.

All min tid!

Jag hade satt upp mål att våga vara nyfiken, upptäcka nya sidor av mig själv och delta här och nu! Jag tycker nog att jag har lyckats rätt bra.

Så varför inte jag?

En dag fick jag beskedet "Tina du har bröstcancer". Det tog ett tag innan polletten föll på plats. Jag? Men jag känner mig ju inte sjuk! Det var svårt att förstå att man kunde va sjuk när jag kände mig så frisk. Här och nu, tiden går ändå fort! Så med tacksamhet och oerhört mycket kärlek till livet har jag tagit ett steg i taget och mina nästa steg är återbesök och årlig kontroll, men också att under 5 år äta en tablett för att minimera återfall. En resa tar oftast aldrig slut utan fortsättning följer.

"Precis här och nu är jag den jag ska vara och jag är precis där jag ska vara just nu i mitt liv"

God och Glad Påsk!

Hälsoinspiratören
Tina Persson

halsoinspiratoren@norrbottnen.se