

Tekst til hverdagslivspalten i TA lørdag 04.04.15

Av Beate Alstad

HØYTIDSENSOMHET

Høytidsensomhet er ikke et ord du finner i norsk ordbok, men et ord jeg har “snekret” sammen for anledningen. Dessverre er følelsen veldig reell for de som opplever å være ensomme i høytidene, og nå er det påske...

Ensomhet er Norges største folkesykdom, og ensomheten blir mangedoblet i høytidene. En dame sa en gang: «ensomhet er å ikke ha noen som bryr seg.»

I følge kirkens bymisjon er påsken den høytiden hvor flest kjenner seg alene og ekskludert. Nordmenn blir da spesielt private og reiser til hytta på fjellet eller sjøen med sine nærmeste. I motsetning til julehøytiden hvor vi er inkluderende med både oss selv, ribba og riskremen er det ingen tradisjon på å invitere fremmede eller bekjente med på hyttetur, lammelår og skiturer med kakao i sekken.

I kirkens bymisjon i Trondheim har de gjort noe med dette, og inviterer til påskemåltider og fellesskapsopplevelser i Vår Frue kirke gjennom hele påsken. Der skal det være gudstjenester, gratis konserter og måltider fra pølser til lammegryte.

For det er nå engang slik at ensomhet kureres kun ved å bli sett, bekreftet som menneske, og være en del av et fellesskap. Ensomhet er noe alle kjenner på før eller siden i livet. Den går på tvers av alder, bakgrunn og personlighet.

Det gjelder oss alle fra “Jørgen hattemaker til kong Salomo”.

Frivilligsentralene er viktige bidragsyttere for å stille den ensomhetsopplevelsen mange har, men vi kan alle bidra til dem vi møter i hverdagen, og kanskje også overfor dem vi ikke kjenner.

Generelt er vi nordmenn veldig private, engstelige for å ta kontakt med ukjente og ikke minst redd for at det blir feil hvis vi bryr oss. Men litt nysgjerrighet kan mangedoble den sosiale kapitalen.

Min lillesøster Hanne har fra hun var liten beriket vår familie med økt omgangskrets. Det har vært alt fra haikere i veikanten som har tilbrakt

julaftener hos vår kjernefamilie, til en nederlender på pilegrimsreise til Nidaros som ble i flere år før han igjen tok pilgrims staven fatt.

Hanne har vært med på å bidra til at vi andre i familien har fått større forståelse og ikke minst raushet til andre mennesker.

Ikke alle er så heldige at de har en inkluderende og nysgjerrig lillesøster, men du kan gjøre mye selv også bare ved å gi et smil, trykke en hånd, si noen gode ord, uttrykk som viser at du ser den andre.

Kjære leser her kommer en oppfordring fra meg til deg; istedenfor å poste bilder av egen påske lykke på sosiale medier i år, bruk tiden til å sende en SMS, MMs eller ring en telefon samtale til noen du vet er alene.

Ta kontakt og inviter venner, naboer og familie på et måltid. Det trenger ikke å være gourmetmiddag, for appelsin og kvikk lunch ute på en benk fungerer like bra.

Ingen skal behøve å være ensom. Alle trenger vi en venn.

Det handler om å stille opp for hverandre både i høytidene og ellers i året.

Ønsker dere alle en varm og inkluderende påske høytid.