

Jeg er skuffet, fordi jeg skal holde jul helt alene

Af Poul Henning Krog 29. nov. 2019/48



Salmisten David udtrykker to vigtige principper: Der kommer en gang imellem svære ting i livet.

Men vi skal ikke skal campere i dødsskyggens dal.

Kære Poul Henning

Jeg skal være alene juleaften og i juledagene. Min søn har ikke villet se mig, siden min kone og jeg blev skilt for 2 år siden. Min datter er sammen med sin svigerfamilie og har også meget arbejde i juledagene.

Det er første gang, at jeg skal prøve at være alene juleaften. Jeg er ked af det og skuffet. Jeg føler mig svigtet og alene. Det gør det ikke nemmere, når jeg taler med

mine kollegaer, de har et vældigt program i december og i juledagene med familie og venner. Har du et godt råd?

Kærlig hilsen

Jonas

Kære Jonas

Træls og øv – ja, det er ikke nemt. Vi kender alle til at blive skuffet. Det er en del af menneskelivet. Det er især følsomt, når samværet med vores nærmeste ikke lykkes. Det er ekstra følsomt i juletiden, hvor forventningerne er skruet op, og alle ser ud til at feste.

Det er mange skuffelser, der for dig klumper sig sammen særligt i juledagene. Skilsmissen, dette at være alene, dine egne svigt, din søn der ikke vil se dig, din datters optagethed af hendes øvrige familie og arbejde.

Hvor skal vi starte? Du har vist brug for et samtaleforløb og meget forbøn. Du har brug Guds trøst og lægedom.

I terapeutisk sammenhæng taler vi om begrebet fusion eller sammensmeltning. Vi mennesker sammensmeltes ind imellem med vores dårlige tanker og følelser i en så høj grad, at vi mister fodfæste og livet i nuet, som også er en virkelighed.

Der findes en udvej

Grundtanken i denne terapi er at anerkende sin svære virkelighed og samtidig forstå, at livet rummer mere end det svære. Bibelen underviser os om de samme principper.

”Skal jeg end vandre i dødsskyggens dal, frygter jeg intet ondt, for du er hos mig”
(Sal.23.4)

Salmisten David pointerer her to ting:

Der kommer en gang imellem svære ting i livet.

Vi skal ikke skal campere i dødsskyggens dal.

Campering handler her om sammensmeltning – fusion. Vi slår teltet op midt i det svære, vi går i stå, vores vandring stopper, vi overvældes af problemerne.

Jesus siger: ”I skal vandre, mens I har lyset, for at mørket ikke skal gribe(indhente) jer” (Joh.12:35)

Ikke nok med at vi opsluges i skuffelsen og mørket, men vi mister også det gode liv i nuet. Det er altså dobbelt øv.

Ved Guds nåde kan du befries fra fusion og få øje på livets nu. Få øje på den vandring og de små handlinger, som giver helt nye perspektiver. I en fusion er der en tendens til, at vi samler os om alt det, der ikke kan blive anderledes.

Jeg vil opmuntre dig til i bøn at kaste din byrde på Herren. Jeg vil opmuntre dig til i bøn af få afklaret følgende.

Hvad kan du gøre noget ved?

Hvad kan du lige nu ikke gøre noget ved?

Vi mister let modet, når vi arbejder forgæves. Nogle ting må vi minimum for en tid lade ligge.

Jeg har tillid til, at Gud vil sende sit lys og vise dig små veje, du kan vandre på.

Julens budskab handler netop om, at Guds kærlighed finder vej selv i en gedelugtende stald i Betlehems flække.

Måske du kunne være sammen med din datter i en weekend i december. Måske du kunne gøre en indsats for andre juleaften. Måske du kunne invitere dine venner. Du ønskes en glædelig jul midt i livets mange udfordringer.

Kærlig hilsen Poul H.