

Livet er mer...

For mange av våre forgjengere som allmennleger, var jobben nesten hele livet. Identiteten var direkte knyttet til profesjonsutøvelsen. For noen var legeyrket nærmest et kall – på godt og vondt. I min generasjon av fastleger, er jobben fortsatt en stor og identitets-skapende del av livet, men vi ser også en ny trend: I større grad enn før prioriterer leger familieliv og fritid. De fleste av oss «trenger noe» i tillegg til jobb og forpliktelser; en fritidsaktivitet eller hobby der vi får brukt andre sider av oss selv og ikke minst blir eksponert for andre mennesker og andre miljøer. Vi trenger kort sagt noen sykdoms-, behandlings- og kanskje legefrie soner der våre behov for avkobling og adspredelse settes først. Mye av vår hverdag består i å gi hjelp og støtte til andre, men de fleste av oss trenger å lade egne batterier også – for å bevare vettet, helsen og humøret.

Slike aktiviteter gir i utgangspunktet egen glede, de gir verdifulle avbrekk fra hverdagens prestasjonskrav, men likevel både mål og mening. At enkelte av oss kan drive slike aktiviteter til et prestasjonsnivå som også kan glede andre – som for eksempel å spille et instrument, fotografere eller å glede andre med å male eller tegne – er et fint og beundringsverdig pluss, men det behøver ikke å være noen målestokk for den som er tilfreds med å glede seg selv.

Blant våre allmennlegekolleger er det heldigvis mange som er aktive på fritiden, på så mange og forskjellige måter. Redaksjonen i *Utposten* ønsker å formidle og fremvise noe av dette mangfoldet i vårt kollegiale korps. Tema for årets

julenummer er derfor «ikke bare lege». Vi er nysgjerrige på hva som gir opphav til nye tanker, begeistring og energi – ja, rett og slett overskudd og arbeidslyst.

Jeg tenkte faktisk litt på dette selv tidligere i høst. Som korpsmusiker i perioder av livet deltok jeg nylig på 70-årsmarkeringen for den røde armers frigjøring av Finnmark fra den tyske okkupasjonsmakten i oktober 1944. Vi hadde celebret besøk i Kirkenes: Kongen, statsministeren, utenriksministrene fra Norge og Russland samt veteraner fra frigjøringen og andre. Korpsset mitt hadde spilleoppdrag hele formiddagen – ute. Gradestokken pekte under nullpunktet, det var sur vind og snøfjerner i luften på slutten, men heldigvis også gløtt av sol. Det er lenge siden jeg hadde vært så kald i forbindelse med en spillejobb – og dette til tross for fire lag med ull under uniformen. Da vi hutrende stod ute i kulda og ventet på å spille den norske og den russiske nasjonalsangen lurte jeg litt på om dette egentlig var artig, men jeg visste at etter noen timer ville det være flott å tenke på det vi nettopp hadde gjennomført. Og slik ble det også – etter en time i badstua tenkte jeg at det er flott å spille ute i minus tre grader og snø, og at det faktisk gir både påfyll og glede.

Utpostens redaksjon håper at vi med årets julenummer kan minne hverandre om hvor viktige og livgivende fritidsaktiviteter kan være både for å hele seg selv og skape balanse i tilværelsen. Vi vil samtidig benytte anledningen til å ønske våre lesere en riktig god jul.

MONA SØNDENÅ