

Joulukalenteri, luukku 10

Persoonan keventäminen

Monia omia tapojaan ja toimintamallejaan on hyvä pysähtyä välillä miettimään. Erityisesti näin joulunaikaan moni raataa itsensä puolikuoliaaksi piparien, torttujen, joulusiivouksien, lahjamurheiden, joululaulujen, kotitekoisten laatikoiden, kinkun ynnä muiden jouluaskareiden kanssa.

Jouluna, jolloin olisi aika hiljentyä ja rauhoittua, tavataan sukulaisia, joiden kanssa ehkä vähiten viihdytään. On pakollisia kukka- ja lahjaviemisiä, epämiellyttäviä glögihetkiä ja muita askareita, joita joulun nimissä on ikään kuin velvollisuus suorittaa.

Eräs ystäväni avautui muutama vuosi sitten marraskuussa siitä, kuinka ahdistunut oli joulun tuloon. Kun kävimme läpi hänen ahdistustaan, kävi ilmi, että joulupöytään piti tehdä kaikki ruuat alusta lähtien itse. Porkkanat, punajuuret ja lantut piti ostaa kuoritavina juureksina, joista sitten ystäväni teki laatikot ja rosollit. Kalat hän osti kokonaisina kalatiskiltä ja graavasi ne perkauksen jälkeen. Pöydässä piti olla jouluna suuri, itse paistettu kinkku, puhumattakaan sitten kaikista joululeivonnaisista ja -puurosta. Kysyin, kuinka moni nelilapsisen perheen silloisista teineistä näitä ruokia arvosti. Ei kukaan! Entäpä mies? Inhosi kuulema kaikkia jouluruokia ja hänelle piti tehdä siksi vielä erillinen jouluruoka.

Miksi ystäväni sitten valmisti valtavat määrät näitä jouluperkkuja? ”Koska niin kuuluu tehdä”, oli vastaus. Heillä lapsuudenkodissa äiti oli toiminut samoin ja tehnyt selväksi, ettei oikea joulu tule mistään puolivalmiista. Voitte arvata, millainen joulusiivousperinne heillä myös oli. Erittäin perusteellinen ja uuvuttava.

Olisiko järkevää muuttaa perinteitä, joita kukaan ei arvosta, vähiten tekijä, joka raataa itsensä täysin uuvuksiin?

Tuona samaisena jouluna ystäväni sitten osti pienet joululaatikot kaupasta, joihin hän lisäsi kermaa, voita ja siirappia. Joulukalojen määrä puolittui eikä rosollia tehty saattikka ostettu. Joulukinkku korvattiin valmiskalkkunalla eikä jälkiruokaakaan ollut kuin kahta lajia. Sielläkin perheessä oli silti joulu ja kaikki olivat tyytyväisempiä kuin koskaan, sillä äiti jaksoi osallistua myös joulunviettoon.

Joissakin perheissä puolestaan ahdistusta herättävät jomman kumman appivanhemmat omine vaatimuksineen. Olen sitä mieltä, että vieraat tyytykööt siihen, mitä tarjotaan sekä niihin tapoihin, joita isäntäperhe noudattaa. Jokaisella on oikeus muodostaa omat toimintatavat niin arjen kuin juhlan suhteen. Muiden ideoita voi aina kuunnella, mutta omaan käyttöön kannattaa valita vain ne sopivimmat.

Mikä tekee yksinkertaisesta asiasta niin monimutkaista? Se, että asetamme usein itsellemme kohtuuttoman suuret odotukset. Meidän on kyettävä mielestämme täyttämään kaikkien toiveet, myös omamme. Toiveet ovat usein ylimitoitettuja, suhteettomia ja kohtuuttomia. Ymmärrämme tuon tavallaan, mutta emme silti ikään kuin kykene antamaan periksi omille tavoitteillemme. Mittaamme itseämme niillä mittareilla, joita olemme elämämme varrella keräilleet; osa niistä syntyy lapsuudessa ja nuorudessa, osa muiden tekemisistä, osa yhteiskunnasta, ihanteista ja esimerkeistä, markkinoinnista ja mainoksista.

On synnitetty illuusio kaikkeen kykenevästä, väsymättömästä, kauniisti pukeutuneesta ja onnellisesti hymyilevästä perheenäidistä lapsineen tai onnellisista isovanhemmista, jotka vilkuttavat iki-ihastuneina hiljaa leijailevien lumihitaleiden saatellessa lapsia ja lapsenlapsia valtavalta jouluaterialta. Uskokoon, ken tahtoo.

Elämän kuuluu muuttua, kun se kulkee eteenpäin. Samat toimintatavat eivät ole koko-aikaisesti järkeviä. Eri elämänvaiheissa viisas valitsee, mikä toimii parhaiten. Voi olla aika, jolloin joulupiparien leipominen on mukavaa tai joulukortteja on ihana askarrella. Ei se kuitenkaan tarkoita sitä, että niin täytyisi aina olla. Voi olla aika, jolloin kinkunpaisto kruunaa joulun tai saunanpesu tuo valtavaa tyydytystä. Joku toinen kerta saunapöytä vastaa joulun jälkeen kohti kevättä kuljettaessa, jos silloinkaan.

Sitä, että kykenee joustamaan omasta vaatimustasostaan, kutsun persoonan keventämiseksi. Elääksemme mahdollisimman hyvin sujuvaa arkea, meidän tulisi kyetä tarkastelemaan omia pakkojamme ja tinkimään niistä niin, että se tuntuu harjoittelun myötä luontevalta.

Harjoitelkaa persoonan keventämistä aina, kun sille tarjoutuu hyvä mahdollisuus. Ei ole pakko, mutta kannattaa 😊

Jouluhalein
Sirpa Tahko

