

# Kunsten at stille stigen op ad den rette mur

Af Helle Dueholm

*"Hvis du altid forfølger, hvad der bringer dig lyksalighed, vil du altid have lyksalighed. Hvis du forfølger materielle goder, kan du risikere at miste alt. Forestil dig, at du hele dit liv klatrer op ad karrierens stige, og når du til sidst kommer op til toppen indser du, at den har været stillet op ad den forkerte mur hele tiden."*

Joseph Cambell

Hver gang jeg bliver spurgt hvorfor jeg foretog mit utraditionelle karriereskift fra karrierediplomat til psykoterapeut og alternativ behandler, skal jeg lige synke en gang inden jeg svarer. Ikke fordi jeg er i tvivl, ikke fordi jeg ikke kan huske det, men fordi det var en dybt personlig beslutning, og der er intet kort standardsvar. Oftest føles det svært at forklare fordi jeg bare på et tidspunkt vidste med mig selv at det var sådan det skulle være. Sådan i al sin uafvendelighed. Så jeg er holdt med at prøve at forklare, men der er da en historie jeg gerne vil dele.

Da jeg oprindeligt i 1987 søgte ind i Udenrigstjenesten direkte fra jurastudiet på Københavns Universitet, var det meget lidt kendskab jeg havde til de konkrete typer arbejdsopgaver og hele den livsstil som følger med. Ung og eventyrlysten lyder udstationeringer i udlandet fantastisk tiltrækkende, og for mig blev det da også et af de bedste aspekter ved tjenesten. Efter tre år i ministeriet i København blev jeg udstationeret som ambassadesekretær ved den danske repræsentation ved NATO i Bruxelles i 1990- 93. Det var en utrolig spændende tid politisk, og jeg var så privilegeret at sidde med ved forhandlingsbordene da alliancen skulle finde sin nye rolle efter murens fald. Sovjetunionens opbrud, balternes selvstændighedskamp, krisen i Jugoslavien

og Iraks besættelse af Kuwait, det var ikke drama og vedkommende politiske emner det skortede på. De år var for mig fyldt med historiske øjeblikke, møder på højeste politiske plan og timelange embedsmandsdrøftelser.

I løbet af min udstationeringsperiode steg antallet af ugentligt faste møder med 300 procent hvortil kom et utal af ekstraordinære møder på og under ambassadørniveau. Dagene gik i et utroligt tempo med mødedeltagelse, referatskrivning og indhentning af instruktioner til næste dags forhandlinger. Først når det blev tidlig aften, var der tid til at se på indholdet af den halve meter post og dokumenter vi dagligt modtog. Det lyder helt grotesk nu, men det var realiteterne i denne første omstillingsperiode efter den kolde krig.

Efter disse tre meget spændende, men arbejdsmæssigt hårde år, valgte jeg et karrieremæssigt sidespring og fik en stilling som sektionschef i personaleafdelingen frem for at forfølge min sikkerhedspolitiske ekspertise. Jeg havde været så heldig at have min partner med i Bruxelles hvor han arbejdede i EU-Kommissionen. Desværre var vi gået fra hinanden kort inden jeg skulle returnere til København, og jeg havde behov for mere tid til at finde min egen rytme igen end det var muligt at kombinere med ambitionen om en kontorchefstilling. Jeg havde også haft rig anledning til at iagttage hvilke krav der blev stillet til dem som blev udnævnt, og jeg var ikke sikker på at jeg var parat til at yde det nødvendige.

I 1995 blev jeg udsendt til ambassaden i London hvor jeg var tilbage i de mere traditionelle arbejdsfunktioner i diplomatiet. Posten i London er meget eftertragtet, og fagligt vil jeg tro at det er en af de mest interessante. Men uanset min begejstring for den nye udepost, blev det under min næsten fem år lange udstationering som ambassaderåd stadig mere klart at der bestod et for mig væsentligt modsætningsforhold mellem tjeneestens krav til prioritering af arbejdet og karrieren forud for personlige og familiemæssige forhold, og visse arbejdsbetingelser blev sværere og sværere for mig at acceptere.

### **Står min stige op ad den rigtige mur?**

Det blev klart for mig at en meget stor del af mit liv havde haft til formål at skabe sikkerhed, at træffe de 'rigtige og fornuftige' valg. Jeg læste jura, valgte ministeriel

ansættelse, købte forsikringer for dit og dat og alle mulige eventualiteter, ekstra sygeforsikring uanset et jernhelbred etc. Jeg havde i meget høj grad baseret mig på at kunne sikre mig mod livets værste øretæver. Et liv med livrem og seler. Også en stor del af min jobfunktion gik ud på at skabe sikkerhed. Forudsigelighed og pålidelighed var en højt værdsat kvalitet hos min arbejdsgiver, Udenrigsministeriet. Dette var gældende ikke blot for det arbejde jeg udførte, men også noget man ønskede fra mig som arbejdskraft.

Så blev jeg forelsket og forlovet med en engelsk mand hvis liv var meget anderledes end mit. Han kom med en bagage der bl.a. omfattede en datter og en livstruende blodsygdom. Vi besluttede at London skulle være vores fremtidige hjem, og jeg begyndte at se på mulighederne for at finde et arbejde udenfor Udenrigstjenesten da det ikke er muligt at blive på en udepost mere end tre-fire år.

Udfordringen at skabe orden i dette følelsesmæssige og praktiske kaos tacklede jeg ved at stramme grebet og kæmpede for at få hele mit liv til at hænge sammen både familiemæssigt og arbejdsmæssigt. Desværre blev presset for stort, og jeg røg ned med flaget fysisk. En morgen vågnede jeg og havde mistet min balanceevne fuldstændigt. Det var utroligt skræmmende i løbet af et øjeblik at blive forandret fra en aktiv person til at være fuldstændig hjælpeløs. Jeg kunne ikke engang vende mig i sengen og var helt afhængig af andre for at få mad og drikke. På stærk nervemedicin genoptog jeg mit arbejde efter næsten en måneds sygeleje, men der var mange bivirkninger af medicinen, og jeg var bange for om jeg var alvorligt syg. Efter nogle måneders undersøgelser stod det klart at der ikke var nogen fysisk forklaring, og mistanken om begyndende sklerose kunne manes i jorden. Forlovelsen kunne ikke holde til al denne tumult, og brylluppet blev aflyst. På overfladen så det ud til at alting kunne vende tilbage til det normale, men der var sket en forandring med mig gennem de foregående måneder, og Pandoras æske kunne ikke lukkes igen.

Jeg vidste at sygdommen som et symptom havde været et vink med en vognstang. De fleste har i deres arbejdsliv haft oplevelsen af at det er uudholdeligt at møde på arbejde. At nedtællingen til fyraften er den klare røde tråd gennem arbejdsdagen, og man kan overleve mangan en dårlig leder ved at have gode relationer til de øvrige kolleger. Man kan få meget damp lukket ud af systemet ved at sladre med sine kolleger om hvor hårdt og utaknemmeligt livet er. Men jeg havde fået nok af at kæmpe



imod en ledelseskultur jeg fundamentalt var uenig i, men ikke havde indflydelsen til at ændre. Nok af at høre på mine egne beklagelser som unægteligt var ved at blive lidt ensformige i deres tema. Pludselig var det ikke vigtigt hvem der havde ret, spørgsmålet var om jeg gad bruge min energi på at kæmpe mod vindmøller. Hvad skulle resten af mit liv bestå af? Hvordan skulle min hverdag se ud? Hvordan kunne jeg leve i bedre overensstemmelse med hvem jeg er som menneske og det som giver mig tilfredsstillelse? Jeg var sikker på at min stige var stillet op ad den forkerte mur. Så enkelt var det pludseligt for mig. Ikke let, men enkelt.

Klarheden af denne beslutning gav mig faktisk modet til at bryde med min ellers så tryghedssøgende adfærd. Alle de garantier jeg havde søgt at få ind i mit liv havde muligvis skærmet mig fra visse – hidtil stort set fiktive – økonomiske konsekvenser, men de kunne ikke sikre min lykkefølelse når jeg nåede toppen af stigen. Jeg var økonomisk sikker, men ikke lykkelig. Erkendelsen af at jeg ikke kunne vente på at få garantier for at mit karriereskifte ville blive en succes var et af de største grundlæggende skift i min livsopfattelse. Jeg blev nødt til at acceptere at livet ikke giver garantier, og hvis jeg skulle sidde og vente på at det blev sikkert og fornuftigt at forlade en 13-årig karriere og akademisk baggrund, ville jeg komme til at vente længe – rigtig længe.

Mange mennesker opfattede min beslutning om at forlade Udenrigstjenesten til fordel for en usikker drøm som meget modigt. I begyndelsen kunne jeg ikke rigtig opfatte det på den måde. Jeg vidste jo at der under det rolige ydre sad en skrækslagen embedsmand og bed negle og tegnede skrækscenarier på indersiden af bevidstheden. En dag gik det dog op for mig at de havde ret, det var modigt. Mod er faktisk ikke at handle uden frygt for konsekvenserne, mod er at handle på trods af frygt. Uroen gav mig faktisk en målestok for hvor betydningsfuldt et spring dette var.

## Det nye liv

*"Vi har den frie vilje; vi har ret til at skifte mening. Vi kan åbne vores bevidsthed og hjerte, men det er ikke gjort ved blot at læse en bog om det eller modtage vel-signelser fra en spirituel leder. Det er hårdt arbejde – ligesom alt andet."*

Richard Gere

Så i sommeren 1998 besluttede jeg at ændre mit livs kurs. Der var gennem hele perioden mange gode mennesker omkring mig. Nogle forstod fuldt ud hvad jeg forsøgte at gøre, og de gjorde hvad de kunne for at hjælpe. Andre forstod måske mindre, men hjalp alligevel fordi de holdt af mig og respekterede hvad jeg prøvede at opnå. Uden den støtte og opbakning ville det have været ulig meget sværere – måske endda umuligt.

Især tre møder med nye mennesker og ideer blev afgørende for mit nye liv. Først kom jeg i kontakt med det komplementære behandlingssystem, gruppen af alternative behandlere. Efter ganske få behandlinger fik jeg min balanceevne fuldt genoprettet uden traditionel medicin og dens alvorlige bivirkninger, men det gav mig også en indsigt i hvad de såkaldte alternative behandlingsformer havde at tilbyde. Så var der min yogalærer som – udover at lære mig kunsten at stå på et ben og at gå baglæns på lige linje med lukkede øjne selv om universet svimler rundt – også bibragte mig en utroligt befriende forståelse for buddhistiske principper for et lykkeligt liv.

Endelig blev jeg præsenteret for et fantastisk redskab til selvindsigt og spirituel vækst Enneagrammet som blev mit redskab til øget selvindsigt, mit pejlingspunkt gennem omstillingsfasen og nu en væsentlig del af mit arbejde. Enneagrammet beskriver ni meget forskellige personlighedstyper med fundamentalt forskellige måder at tænke, føle og agere på. Vores 'type'/personlighedsstruktur har typisk tjent os godt gennem mange år, men den repræsenterer ikke vores inderste væsen. Vores sjæl findes dybere inde. Gennem selvobservation kan man finde ind til denne kerne, og Enneagrammet giver en form for vejkort til at få denne indsigt.

Det var ikke svært at finde min type, og jeg fik derigennem en meget dyb afklaring af min inderste motivation og mine værdier. Med den viden faldt mange spørgsmål og megen tvivl væk. Da jeg i sin tid besluttede mig for at læse jura, havde psykologi været en anden option, og på et tidspunkt var jeg også tilmeldt filosofistudiet indtil snusfornuft og en stigende studiegæld motiverede mig til at få afsluttet juraen.

Gamle udtalelser fra arbejdsgivere, og lange lister over hvilke arbejdsoplevelser som havde været mest tilfredsstillende, meningsfulde og succesrige for mig blev et vigtigt arbejdsredskab til at få mine ideer konkretiseret. I løbet af de sidste par måneder inden min udsendelse til London, var der sket to tragiske ulykker hvor kolleger eller deres nærmeste pårørende var omkommet på voldsom vis. Gennem min

involvering i håndteringen af disse sager var jeg kommet i kontakt med et personligt engagement hos mig selv som jeg ikke tidligere havde oplevet. Der er intet behageligt over at opleve andres personlige tragedier tæt på, men det blev utroligt afgørende for mig at hvad der nødvendigvis måtte gøres, blev gjort på den bedst mulige måde for de pårørende. Det blev et meget meningsfyldt arbejde.

Jeg blev klar over at min store og årelange interesse for psykologi kunne blive til mere end en hobby. Enneagrammet havde for mig klart vist sit værd som et utrolig præcist og rigt redskab til menneskelig indsigt og spirituel vækst, og jeg besluttede mig for at læse psykoterapi og studere Enneagrammet videre.

## Velkommen til realiteternes verden

*"...vejen ER målet."*

Buddha

At få økonomien til at hænge sammen med tid til studier var den store udfordring forude. Min kapacitet for at skræmme mig selv med hvor galt det kunne gå var fænomenal. I bagklogskabens lys var det den evne som gjorde det hele mest svært og pinefuldt, nemlig skrækken over hvor galt det kunne gå ikke hvad der rent faktisk skete i realiteternes verden.

Der var ingen tid at spille da først jeg var klar over den nye retning i mit liv, og jeg kastede mig over udbuddet af weekendkurser og uddannelser i London og i USA i mine ferieperioder. Jeg var heldig at få forlænget min kontrakt med ambasadens med et otte måneders vikariat der umiddelbart sikrede mig indtægt og bolig. Det var enormt stimulerende pludselig at kunne bevæge mig fremad mod mine nye mål i stedet for at føle mig låst fast i en situation hvor jeg var led og ked af det hele. Jeg oplevede det som at blive barn igen og være sluppet løs i en kæmpe legetøjsbutik. Ideer og impulser væltede rundt, og friheden ved at have taget et stort spring ud i det usikre betød også at jeg jo faktisk stod helt frit stillet. Fantastisk følelse!

På nogle punkter ville det have været lettere at vende tilbage til København end at blive i London, men efter at have været udstationeret i otte ud af de sidste ti år, føltes

den sociale tilknytning til Danmark mindre stærk. De fleste danske venskaber havde været knyttet til kolleger inden for tjenesten, og nye venner var naturligvis i London. Men der var også en kulturel faktor. Det engelske samfund er generelt ikke så materielt velstående som det danske. Der er en større gruppe af veluddannede som lever på en anden måde og med andre prioriteringer end i Danmark. Det var oplagt at mine kommende år ville blive økonomisk anstrengte for at sige det mildt, og jeg ville klart bryde med det typiske mønster for en statsansat akademiker i aldersgruppen 40+. Pensionsopsparing, fast ejendom og eksotiske sommerferier var ikke noget der stod på mit budget, og jeg var overbevist om at det ville være svært for mig at holde modet oppe omgivet af jævnaldrende som sikrede sig økonomisk mens en del af mig endnu følte at jeg satte al fornuft over styr.

Mit blik faldt tilfældigvis en dag på en brochure om uddannelse til holistisk massage terapeut, og uden at vide hvor meget det ville føre med sig, tog jeg uden at betænke mig yderligere et introduktionskursus. Jeg var solgt, og ni måneder senere afsluttede jeg uddannelsen som holistisk massage terapeut. Forståelsen af de komplekse forudsætninger for fysisk sundhed og forbindelsen mellem krop, psyke og spiritualitet gav mig en stor tilfredsstillelse og hang godt sammen med mine studier til psykoterapeut. Jeg havde utrolige oplevelser af at alting pludselig faldt i erkendelsesmæssigt hak for mig. Det var nogle år med ret mange aha'er hvilket hele tiden bekræftede mig i mine valg. De døre jeg erkendelsesmæssigt gik igennem havde ikke håndtag på den anden side, så der var ingen vej tilbage til mit gamle liv.

På det tidspunkt er jeg sikker på flere af mine gamle kolleger mente at det var slået helt klik for mig. Springet fra det professionelle diplomatliv med deltagelse i aften- og theselskaber på Buckingham Palace til at massere andre menneskers halvnøgne kroppe efterlod mange mundlamme og forundrede. I takt med at denne afstand mellem min arbejdsprofil og mine meget personlige valg øgedes, blev jeg bare mere bekræftet i at jeg havde fat i den lange ende.

En god ven tilbød at jeg kunne starte på hendes klinik i Vestlondon på utroligt fordelagtige økonomiske vilkår, og sådan startede min karriere som selvstændig alternativ behandler. I maj 2000 forlod jeg min stilling på ambassaden, men fik en deltidsstilling på informationskontoret på Danmarks Turistråd i London. Det var en meget positiv arbejdsoplevelse med gode kolleger og en fantastisk samarbejdsånd.

## Alting har en pris

*"Når du forenkler dit liv, bliver universets love også mere enkle; ensomhed er ikke ensomhed, fattigdom ikke fattigdom og svaghed ikke svaghed."*

Henry David Thoreau

Det var ikke let at forlade min dejlige tjenestebolig i Vestlondon og sælge min MG-sportsvogn for at finansiere studierne. Jeg måtte sælge eller forære de fleste af mine ejendele bort da det efter en hurtig udregning stod klart at de årlige opmagasineringsudgifter ville blive astronomiske i mit budget, og boligpriserne i London tillod ikke unødige kvadratmeter. I en søvnløs nat inden jeg flyttede, lå jeg traditionen tro og skræmte mig selv med altings umulighed og spekulationer om hvor jeg skulle gøre af dit og dat. Der skulle jo i hvert fald være et skab til mormors smukke porcelæn og... Med ét kunne jeg høre vanviddet i mine spekulationer og måtte indse at mit kommende spring ikke kunne realiseres med en kæmpe rygsæk fuld af jordiske ejendele. Og jeg ville ikke acceptere at mormors suppetallerkener skulle holde mig tilbage fra at forfølge min drøm. Fra da af blev hele smide-ud-processen meget nemmere. Jeg begyndte at betragte det sådan at hver ting jeg skilte mig af med bragte mig nærmere målet. Det var en meget hjælpsom måde at anskue det på, og hele processen blev faktisk meget befriende.

Så jeg flyttede med resterne af mit habengut ind i en lille lejlighed som jeg delte med en anden kvinde. 14 kvadratmeter med fem reoler, klædeskab, seng, skrivebord, tv og masser af flyttekasser. Stort set manglede jeg bare to mumificerede katte og en pose sand for at mit værelse ville have mindet om et egyptisk gravkammer. Heldigvis var det også måneder med rigtig gode oplevelser. Med mit program med yoga, meditation, tai chi i Hyde Park, massagepraksis, studier og Turistrådet var der ikke mange tomme timer at tilbringe i Gravkammeret. Jeg var i USA for at træne i Enneagrammet, og mit liv føltes meget meningsfyldt og rigt. Jeg oplevede en fantastisk frihedsfølelse og en stor taknemmelighed overfor mig selv for at have turdet satse på mine drømme.



## Og lige da det lovede så godt

*"Hvis vi er villige til at opgive håbet om, at usikkerhed og smerte kan undgås, kan vi finde modet til at slappe af i situationens grundløshed."*

Pema

Efter fem måneder i lejligheden ønskede min bofælle at flytte, og jeg indledte jagten på en ny. Jeg kan stadig blive helt træt ved at tænke tilbage på den tid. Gennem flere måneder kom der en lind strøm af potentielle bofæller, men ingen slog til. I et grotesk parallelunivers havde min ellers fleksible andelsboligforening hjemme i København kort forinden besluttet ikke længere at tillade mig at fremleje min bolig og jeg blev ekskluderet af foreningen. Så min sikkerhed med boligen hjemme i Danmark var røget, og det så ud til at jeg ikke kunne nå at finde en ny bofælle i London og således selv måtte ud og lede efter ny bolig igen. Jeg kunne se frem til en årrække med konstante boligskift indtil jeg var færdiguddannet og fik opbygget en praksis som tillod at købe fast ejendom. Min boligsituation hvilede på en mere usikker grund end jeg havde villet indse.

Min psykoterapeutuddannelse gik utroligt godt. Det var et godt institut og meget professionelle undervisere, men pludselig blev vigtige moduler af min uddannelse udsendt på ubestemt tid. Og tid var en vare som jeg følte mig meget i underskud med. Når jeg ser tilbage, var tidsfaktoren hele vejen igennem en akilleshæl. Jeg var i et kapløb med tid og kassebeholdning, og min løbende økonomiske indtjening rakte ikke til udgifterne ved at bo i London og tage en stor uddannelse.

Personligt var der også ved at opstå et vist pres. Min mor som boede i Danmark, havde været indlagt på hospitalet et par gange i løbet af efteråret, og det var et dilemma at sidde langt væk. I hvad der følte som en nedsmeltning blev jeg nødt til at revurdere hele situationen og blive klar i mine prioriteringer. For at kunne bevare det overordnede mål, måtte jeg ændre nogle af delmålene. Det var smerteligt at se det i øjnene, men min prioritet var at blive psykoterapeut, men ikke nødvendigvis at være i London.

Så jeg rejste tilbage til København i april 2001 og forsøgte at bevare troen på at alt ikke var tabt. Min arbejdsløshedskasse ville oprindeligt ikke anerkende min dagpengeret da jeg selv havde sagt min stilling op, men jeg var så heldig at have verdens



bedste veninde som gæstfrit lod mig bo på ubestemt tid i hendes gæsteværelse med udvalgte dele af mit jordiske gods, tøj, papirer og computer. Jeg var nu nede på tre-fire flyttekasser. Jeg havde ingen bolig, intet job og ingen indkomst. Få timer efter jeg var landet i Kastrup fik min mor en blodprop i hjertet og døde kort tid efter.

## Hvad så?

*"Uanset hvilken stilling den fysiske krop indtager, er der tidspunkter, hvor sjælen er på knæ og beder."*

Victor Hugo

Der er én utrolig god ting ved at ramme bunden af sit liv: der er intet at miste og kun vejen fremad. Forankringen i mig selv og mine inderste værdier var ikke forsvundet. Jeg fik meget positiv feedback på den viljestyrke hvormed jeg alligevel fortsatte mod mine mål omend tårerne til tider sprøjtede ud af øjnene. Flere sagde direkte til mig at de måske nok havde givet op på det tidspunkt hvis de havde fået den hånd i kortspillet. Men jeg kunne ikke forstå hvad det overhovedet betød at give op. Når du ikke har noget i hænderne, hvordan kan du så give slip? Der var jo ikke noget at holde op med eller lade være med. Når vejen bag dig er forsvundet, kan du kun gå fremad.

Dertil kom at jeg pludselig kunne mærke det utrolige spirituelle fundament jeg faktisk havde fået grundlagt i de foregående år. I midten af al kaos var der en vished i mit liv om, at der var en kraft at have tillid til. At når jeg var kommet hertil i mit liv, ville det aldrig blive tabt på gulvet. At der var en overensstemmelse mellem alt hvad der var sket, en forståelse for, at hvad der for få måneder forinden havde følt som en meget svær og frustrerende beslutning, nemlig at flytte fra London, pludselig i en større sammenhæng var det bedste der kunne være sket. Jeg kunne være hjemme hos min mor i hendes alvorlige sygdom og vi fik en svær, men meget meningsfuld tid sammen inden hun døde. Selv den lange periode med arbejdsløshed var på en måde en god ting, for jeg havde virkelig tid og rum til at sørge og få taget mig af mig selv på en ordentlig måde. Jeg oplevede at der var mening med galskaben, og så er det lettere at komme gennem den.

## Opstigning

Det første jeg gjorde var at finde et institut hvor jeg kunne fortsætte og færdiggøre mine studier til psykoterapeut. Det var vigtigt at bevare fokus på fyrtårnet i det oprørte hav af følelser. Næste skridt var at finansiere min eksistens og forhåbentlig min egen lejlighed. Det skulle vise sig at være betydeligt sværere at finde beskæftigelse end jeg havde troet. Overbevist om mine mange forskellige evner og kapaciteter så jeg mig selv som passende til mange forskellige mulige jobs, men jeg blev vurderet som enten overkvalificeret, som en for skæv profil eller for ustabil da jeg jo klart var ved at skifte væk fra det jeg tidligere havde beskæftiget mig med.

Første lektie var at en 13 år gammel relativt ubrugt juristuddannelse ikke er meget værd. De mange års erfaring som fuldmægtig i Udenrigsministeriet viste sig heller ikke at være en stor fordel. Lønmæssigt lå jeg tungt, og resortministerierne opgaver havde jeg ingen erfaring med der kunne stille mig bedre end en nyudklækket og lønmæssigt billigere udgave. Jeg er ikke blind for at min professionelle profil på dette tidspunkt unægteligt så meget individuel ud, og jeg mærkede klart fraværet af et godt netværk, men det var dybt frustrerende at overkvalificeret var lig uegnet. Ved anskaffelse af de fleste ydelser er man kun glad for at få noget ekstra med i posen, men ikke når det gælder ansættelse af en gammel og erfaren akademiker.

Efter knap et års arbejdsløshed havde jeg i begyndelsen af 2002 taget tilstrækkeligt mentalt tilløb til at tage tyren ved hornene og blive selvstændig. Hellere føre an i paraden end sidde og vente på at blive budt op. Med professionel bistand fra en coach fik jeg konkretiseret hvad jeg kunne kaste mig over. Det blev i første omgang til et lille konsulentfirma i Personal Organizing hvor min venstre hjernehalvdel kunne boltre sig med at organisere og strømline forretningsgange og papirflow for små selvstændige erhversdrivende. Det tiltalte min store ordenssans og jeg havde fået blod på tanden af min egen store oprydning i mit jordiske gods.

Massagen lå heller ikke langt væk. Under en juleferie i USA var jeg ude at klatre i bjerge der rummede gamle indianerruiner, og jeg blev meget grebet af den særlige stemning og respekt for naturen og dens kræfter som de tidlige indianerstammer demonstrerede i deres levevis. På vej hjem i flyet læste jeg for 117. gang om en massageform kaldet LaStone Terapi som jeg kendte fra London og som er udviklet netop i dette område bl.a. på baggrund af gamle indianske traditioner. Jeg kunne pludselig



se at det var en terapiform som kombinerede alt hvad jeg i årenes løb havde lært om massage, healing, kroppens energifelter og psykologisk indsigt. Få uger senere tog jeg tilbage til London for at uddanne mig som en af de første danske LaStone terapeuter, og i maj 2002 åbnede jeg sammen med en kollega et center for alternative behandlinger i København, Den Indre Gård, hvorfra jeg kunne praktisere.

Alle erfaringer siger at det tager et-to år at starte en praksis som terapeut. Og det er sikkert rigtigt omend jeg aldrig har villet indrømme det. Det måtte være muligt at gøre det hurtigere, og den overbevisning er sikkert en forudsætning for at nogen overhovedet kaster sig ud i det – tiltroen til at sådanne gennemsnit gælder for andre, ikke for mig. Så det var en sej start hvor min indkomst i perioder måtte suppleres af jobs som rengøringsassistent og pædagogmedhjælper. Mange ideer blev lanceret, udbudt og faldt til jorden igen. Og endnu flere ideer blev aldrig realiseret før de blev afløst af andre i tankestrømmen. For det har været en absolut positiv sidegevinst - generhvervelsen af min kreativitet. Ikke som kunstner i snæver betydning, men i min konstante iderigdom som var nyttig når jeg skulle hive mig selv op ved nakkehåret og finde en ny måde at vende et afslag eller et underskud til nye muligheder.

Centeret Den Indre Gård kører godt nu. Vi har en god kreds af mange forskellige kompetente alternative behandlere og har åben alle ugens syv dage. Min oprindelige LaStone Terapi-uddannelse er suppleret af flere specialiserede kurser, og jeg har en god gruppe af faste klienter som kommer for konkret smertelindring, afspænding eller stresshåndtering.

Fokus for min psykoterapeutiske praksis er en kombination af mange ting, men fællesnævneren er mennesker der ønsker at finde sig selv i livet, finde en mening eller vil skifte retning professionelt. I det arbejde spiller mine egne personlige erfaringer selvfølgelig ind, for jeg ved at det kan lade sig gøre at vende 180 grader. Jeg ved at det koster, og det er min erfaring at det er det værd. Enneagrammet er for nogle, som det var for mig, et nyttigt redskab dels på det praktiske plan, men også på et indre mere spirituelt plan, når spørgsmålene handler om at finde mening i det liv man lever.

Jeg ved bedre end at tro at alting nu forbliver statisk i mit liv. Gudskelov. Der kommer nok ikke flere omlægninger i denne størrelsesorden, men som professionel

terapeut vil der altid være mere at lære og mere at give videre. Der er kurser jeg gerne vil holde, studiekredse jeg gerne vil være med i, og masser af nye ting jeg gerne vil lære. Optimismen og overbevisningen om at der er meget mere derude som venter, består.

