

Lars Ekkelund "kropsterapi"

Interview



Lars bor på Nørrebro og arbejder i en stor IT-virksomhed på syvende år. Han er afdelingschef og projektleder i konsulentafdelingen, og så er han ved at uddanne sig til kropsterapeut.

Men hvad får en forretningsmand med en succesrig karriere til pludselig at melde sig til en kropsterapeut-uddannelse?

Jeg mødte Lars en søndag formiddag i ManuVision Huset, hvor undervisningen foregår. Jeg fik lov til at høre hans historie om, hvorfor sådan en som ham lige netop lander her?

Som 25-årig begyndte jeg at døje med en meget spændte skuldre, og det endte med, at jeg blev sygemeldt i 8 uger.

Før sygemeldingen havde jeg virkelig shoppet rundt hos forskellige behandlere: fysioterapi, psykolog, kiropraktor, akupunktur, akupressur, healing etc. Ingen behandlingsform var effektive nok til at holde mine smerter fra skuldrene nede, og de blev bare værre og værre. Ingen var tilsyneladende modige nok til at sige, at det kunne være stressrelateret, før jeg mødte en overlæge på Bispebjerg hospital.

Men jeg slog det hen. "Stress? Mig? Nej jeg er i hvert fald ikke stresset". Jeg ignorerede fuldstændig advarselslamperne og er i dag taknemmelig for, at det trods alt endte godt, og at jeg er kommet ud af den dårlige stress uden varige mén.

Mit stress var relateret til mit arbejde, men også pga. min private situation med et akut økonomisk problem, en dårlig boligsituation og et svært kærlighedsforhold.

Der var virkelig lagt i kakkellovnen til en god krise. Den lange sygemelding og min virksomheds opbakning gjorde dog, at jeg gradvist fik ro og styrke nok til at kunne rejse mig og komme videre.

I forbindelse med et coachforløb i 2005, hvor jeg egentlig kom for at få karrieresparring, endte det pludselig med at handle om LARS og hvad han gerne ville. Det blev klart for mig, at jeg manglede mig selv i mit liv, og at jeg ikke fik brugt alle de mange andre potentialer, jeg også besidder. Jeg kunne tænke mig at komme i gang med at arbejde med mig selv, samtidig med at jeg meget gerne ville lære at bruge mine hænder og krop til andet end sport og tastaturarbejde.

Sidste sommer, sådan lidt tilfældigt, stødte jeg så på Søren Christensen, som er kropsbehandler, og en del af gruppen bag ManuVision Huset og deres kropsterapeutuddannelse, og pludselig tog det ene det andet, og det endte med at jeg blev optaget på deres 2-årige uddannelse, endda uden at have prøvet behandlingsformen inden.

Man kan måske undre sig, at jeg gik i gang med en nystartet uddannelse med en behandlingsform, som jeg ikke kendte til inden, og i dag er jeg heller ikke helt sikker på, hvor det kom fra, måske jeg bare turde lytte til mine følelser?

Det har været et meget berigende år, men også et år der har draget nogle store veksler på mig undervejs. Uddannelsen baserer sig på, at vi elever lærer at behandle ved at behandle hinanden, og derfor får vi utrolig meget behandling. Det har i perioder

været særdeles hårdt, da det til tider går meget dybt. At give behandling til et andet menneske har også været grænseoverskridende for mig, for lige pludselig står man med en person, som man skal turde "røre" og give en indfølelse behandling.

Helt konkret er jeg blevet meget mere tilstede i mit eget liv og nyder hver dag frugten af det arbejde, der bliver lagt i uddannelsen og i vores træning. Livet er blevet lysere og smukkere. Jeg har endnu ikke haft tid og overskud til at tilbyde elevbehandling, men jeg har da behandlet et par venner, som er meget begejstrede.

Mine omgivelser kan tydeligt mærke den indre ro og overskud, jeg har fået ud af at gå på uddannelsen. Det er gået stærkt, og det har været voldsomt, men omvendt så har jeg nok også været klar til at tillade forandring. Det skal man være for at kunne nyde frugten af arbejdet.

Jeg har aldrig klaret mig så godt på arbejdet, som jeg har gjort den seneste tid, hvilket jeg i stor grad tilskriver som en meget positiv effekt af, at jeg er startet på uddannelsen. Jeg bruger ikke massagen eller andre teknikker vi har lært på mit arbejde, men som leder er jeg blevet meget mere rummelig og afslappet. Jeg er blevet meget bedre til at lytte og 'se' mine kolleger.

Nu er der snart sommerferie og jeg glæder mig meget til 2. år. Jeg er bestemt ikke færdiguddannet som behandler, og som menneske er der endnu meget, jeg kan lære, og sådan vil det nok være resten af livet. Heldigvis.