

TIL HELVEDE MED HØRFRØ

Så gjorde jeg det igen. For gud ved hvilken gang. Smed endnu en pengeseddel efter endnu en bog, der skal gøre mit liv endnu mere besværligt at leve. Jeg skal tilsyneladende til at tænke mig slank, lover den. Og den holder sikkert sit løfte lige så jævnt som den meter bøger, der allerede står på hylden. Og griner ad mig. Med god grund.

For flere tusinde kroner absolut ingenting står side om side med ranke rygge og minder mig om min egen utilstrækkelighed. Som kæreste. Mor. Eller bare kvinde. Som små irriterende giftpile stikker de dagligt til mig og mobber mig barnligt med alle de ting, jeg ikke når. Ikke gør. Bare ikke oooorker.

For slet ikke at tale om de 10 (til) bøger fra glade forfatterinder, der jublende og overkudsagtige tilbyder mig hundrede ideer til ligegyldigt bagværk, inspiration til super spændende børnefødselsdage (prinsessetemaer og sørøverstemning er sooo last year), den helt rette øko-spelt-hørfrø-antiglutten-menu (uden nødder, of course) til tusebrunchen – eller bare et aldeles knald-forrygende festfyrværkeri af et sexliv. Hvis jeg ellers nogensinde får tid til den slags udfoldelser. Eller ikke er faldet om af stress inden.

Men så er der heldigvis også hjælp at hente i bogreolen. Blandt sundhed og selvudvikling står den. Buttet, bleg, slidt og sat. Lidt ligesom mig. Med slatten rygrad og kedelig facade: "Stress – når kroppen siger fra". Den har jeg faktisk haft gavn af, må jeg sige! For det gør den jo. Kroppen. Siger fra. Når man altså har "Ryddet op i sit liv med feng shui", lavet en "Kernesund familie," fået "Høj puls og flot figur", mens man også lige snuppede endnu et optimistisk forsøg på at blive "10 år yngre på 10 uger". Hold nu kæft hvor bliver man stresset. Og træt. Især af sig selv.

Jeg fik jo alligevel aldrig rigtig ryddet helt op med feng shui. Og heller ikke uden, egentlig. Min familie blev mere skidesur end kernesund over de nye spille- og spiseregler, den flotte figur lod vente på sig, og min høje puls kom helt af sig selv, mens jeg, indrømmet (og det fortalte skemaet i bogen altså!), blev et herligt

halvt år yngre på kun én uge ved at drikke to glas vand mere om dagen, spise hørfrø på alt fra yoghurt til laks og så selvfølgelig lige overtrække kassekrediten – igen – så de allermest for-sekshundrede-kroner-livsvigtige kosttilskud også kom til at stå på mit bord. Som prangende prestige-symboler på dét overskud og dén selvkontrol, jeg i virkeligheden ønskede mig i dåbsgave. Eller bare, her små 40 år senere, i julegave, måske. Man vil jo så gerne være med på noderne, god dammit! Sende de rette signaler, du ved. Hørfrø-signalerne. Men nu gider jeg ikke mere.

Jeg har simpelt hen læst min sidste bog om selvudvikling (eller hedder det i virkeligheden indvikling?), regler, forbud og opskrifter på alt, fra indre fred til sundt daddel – "det smager bare fuldstændig som chokolade" – slik.

Tænk, hvad jeg er gået glip af. Af samtaler, litteratur og legepladser. Af muligheder, mennesker, børn og bacon. Vigtigheder. Alt imens jeg pløjede mig igennem den ene ligegyldige side efter den anden, sled mig igennem uundværlige lister af unødvendigheder og noterede mig de gode råd og – især – den dårlige samvittighed, der til gengæld har været en virkelig trofast – og lige så irriterende – følgesvend.

Så jeg har startet min egen barnlige revolution. Jeg forbeholder mig retten til et liv. Til rystekager, rigtigt sukker, nødder og nødløsninger. Til god samvittighed, gammeldaws chokolade, forkerte fødselsdagslege og jagten på den virkelige skat.

Jeg er ikke – og bliver såmænd nok aldrig – allergisk over for hverken mælk, mel eller mandler. Hvor uhipt det end måtte lyde. Jeg gider simpelt hen ikke drikke sojamælk eller spise spelt-hørfrø-anti-gluten-desserter. Fri mig for det. Det eneste, jeg er sådan rigtig allergisk over for, er mig selv. Når jeg igen hopper i med begge ben og spiser løftede pegefingre og gode råd til både morgen-, nat- og pjatmad.

Så nu vil jeg bruge tiden på selvaftvikling. Af den gode slags. Hvor jeg spiser, hvad jeg spiser, træner, når jeg vil, siger, hvad jeg mener, og – især – mener, hvad jeg siger. Også når jeg siger fra.



LONNIE KJER, 39 ÅR,
SKRIBENT OG SANGER

Dårligste vane:

Aldrig at sige nej.
Heller ikke til Gallup.

Største fejltagelse:

At runde en hjemmeafblegning af med en frisk firserpermanent.
Det skal man ikke.

Bedste beslutning:

At få børn! (... og at til-lade mig selv at kræve lidt mere af det hele).

Motto: Det bestemmer man da selv (og: "Alt godt kommer til den, der handler").



DORTHE KANDI, 43 ÅR,
REDAKTIONSCHEF



TINE BENDIXEN, 50 ÅR
JOURNALIST



JULIA LAHME, 35 ÅR,
FORFATTER OG ETNOLOG