

Ærlighed med K

© Helen Eriksen, erhvervspsykolog, foredragsholder, forfatter,
Grundlægger, stress- og trivselsekspert www.going-beyond.dk

"Hvordan bærer du dig egentlig ad med at holde din hue så absolut højtrød".

De sad dér.

Lige for øjnene af mig.

Med ryggen til mig og behageligt tilbagelænet opad et henkastet halmknappe.

Optaget af deres samtale, havde de ikke hørt mig komme op af trappen.

Og skal jeg være ærlig,

var jeg også meget tidligere på den end vanligt.

Tidligere på den end vanligt. Med risengrøden. Til dem.

Temposkift, at gøre nye ting, ting på nye måder,

er mange gange en rigtig god og inspirerende ting.

Det er som om at det influerer på andre af ens øvrige adfærdsmønstre,

der så også begynder at forandre sig.

Det skaber plads til begejstring

- inden og udenpå.

At forandre sig.

"**Kanelisk begejstring**", lød svaret.

Der blev meget stille oppe på loftet.

De kiggede tavs, dybt eftertænksomme på hinanden.

"Kanelisk begejstring", spurgte den første.

Hvordan er det lige, at det kan holde din hue så imponerende højtrød hele tiden.

Den er jo altid sådan. Og nu næsten mere end nogensinde.

Og se lige min, den er ligeså gammel som din, men den holder sig ikke lige så godt.

Og den er lavet af det samme materiale også, lavet af det samme menneske.

Gider du så ikke godt forklare mig hemmeligheden ved kanelisk begejstring,

for tager du patent på det, så kan du da gå hen og blive en holden nisse skulle jeg mene?".

Den anden nisse tav lidt for ligesom at samle sin koncentration

om det klareste mulige svar på dette intense spørgsmål.

Så tog den en dyb indånding og svarede:

"Hemmeligheden ved

at kanelisk begejstring kan holde min hue konstant og absolut højtrød er,

at det slet ingen hemmelighed er.

Det er en sandhed, som du kan samle op hele tiden, overalt.

Men at gribe, favne, lade sig åbne op af kanelisk begejstring,

det kræver stort mod og ærlighed overfor sig selv og andre.

Vejen til modet er ærlighed overfor dig selv.

Vejen til ærligheden er til gengæld en slags hemmelighed.

En hemmelighed, der til enhver tid ligger gemt det mest hellige sted.

"Og det er ", ville den første nisse vide.

"I kærligheden til dig selv og din højtrøde nissehue", var svaret.

"I kærligheden til mig selv og min egen højtrøde nissehue",

gentog den første nisse spørgende hen for sig selv.

"Ja, hvor ellers er der plads til at gemme en så rummelig hemmelighed", spurgte den anden.

Og den fortsatte: "Så det egentlige svar er faktisk, at det er **ærlighed med K**, der holder min hue så konstant og absolut højtrød".

"Ærlighed med K" – gentog den første nisse og prøvesmagte virkelig på ordene

– det var for alvor ved at være tiden for at spisde sine ører indenunder dens nissehue.

"Ja, det er **ærlighed med kanelisk begejstring**", forklarede den anden nisse.

"Jamen, hvad er så lige kanelisk begejstring?"

"Kanelisk begejstring er stor, intens og umiddelbar glæde ved risengrød.
Taknemmeligheden over at kunne spise sig mæt i den hver dag.
Sansen for, glæden ved og taknemmeligheden for kanelets vigtighed.
Kanelisk begejstring er, når glæden over risengrøden mødes med sansen for kanelets nærmest ophøjende effekt på grøden og dens væsen.
Risengrød er fantastisk i sig selv.
Men med kanel på – er totaloplevelsen virkelig ligesom at komme hjem.
Blive båret hjem.
En tilstand af at kunne alt.
Den syvende himmel,
broen til julemanden, om du vil".
Den anden nisse sad og fik vejret efter sin egen udladning af egentlig kanelisk begejstring.

Hvorpå den første nisse atter tog ordet:

"Siger du med andre ord, at ærlighed med K er broen til julemanden?"

"Yep", svarede den anden nisse begejstret, kort og godt.

Mens hans nissehue bare blev stadig mere højrød og lysende set derfra, hvor jeg stod.

"Ærlighed med kanelisk begejstring = kærlighed og

Ærlighed med kanelisk begejstring = broen til julemanden.

Uden ærlighed med K kan du hverken rigtig tro på julemanden eller se ham.

Det kan bare ikke lade sig gøre på den samme måde.

Når ærlighed med K er på banen

– så føler du dybere, tænker klarere, har det sjovere – simpelthen.

Og så sker der noget forunderligt", fortsatte den anden nisse,

"andres huer har en tendens til også at blive mere højrøde,

når de udsættes for ærlighed med K".

Det var nok ikke helt løgn, tænkte jeg helt spontant,
for derfra hvor jeg stod, havde jeg nemlig observeret,
at den første nisses hue gennem deres dialog
faktisk var blevet mere højrød.

Uden at den havde opdaget det.

Jeg skyndte mig så lydløst, som det kunne lade sig gøre,

at sætte min medbragte skål risengrød på loftets gulv foran mig.

Og hvor var jeg glad for at jeg lige netop havde givet grøden et ekstra drys kanel.

Og på vej ned af trappen slog det mig,

hvor højrød min egen indre nissehue mon var?

Jeg kunne mærke,

hvordan mit ansigt spontant løsnede op i et smil ved dette spørgsmål.

Fordi svaret ganske enkelt var: MERE HØJRØD END FØR.

Jeg havde ganske enkelt fået færtten af intet mindre end

- **ærlighed med K.**