

Artikel från Trelleborgs Allehanda fredagen den 17 augusti 2012

LIVETS MILSTOLPAR

Hon hittade lugnet B8



Birgitta vågade leva sin dröm

■ Hela sitt yrkesverksamma liv hade Birgitta tillbringat inom vården. Och hon älskade det. Hon tog sitt arbete på stort allvar. För stort allvar. Så mycket för stort att det drabbade henne själv.

Birgitta var inte observant på de signaler som hennes kropp försökte ge och till slut blev det för mycket. Hon fick ont i hela kroppen och kunde inte sova. I ett år var Birgitta sjukskriven. Vändningen kom när hennes syster Christina gav henne ett presentkort på massage och floating, där man ligger och flyter i varmt saltvatten.

– Vilken värld! Den hade jag helt missat. Jag förstod att om jag skulle orka fortsätta jobba måste jag få träffa en människa i taget och få känna lugn och inte springa vidare utan att tänka mig för. Under massagen varvar både jag och den som får massage ner. Båda vinner på situationen, förklarar Birgitta.

Under sex månader utbildade hon sig till diplomerad massör. Hon skaffade en lokal på ett lokalt gym där hon trivdes fantastiskt bra, men pulsen runt omkring blev för hög i längden.

– Nu kan jag stänga av allt runt omkring, men det är för att jag jobbat så mycket med mig själv, fortsätter Birgitta.

Hon började fundera över vad det var som fattades och kom ganska snart till insikten att hon under sin utbildning lärt sig massagetekniken men inte helhetssynen på människan. I Stockholm kom hon i kontakt med Mikael Dahlström, ett möte som förändrade hela Birgittas liv.

– Han är leg. kiropraktor, kinesiolog och grundare av svenska KINOPraktikskolan och det är han som fått mig att våga satsa på min dröm. Min sambo Bengt Stenman har stöttat mig mycket, men han är inte terapeut, säger Birgitta som själv utbildat sig till KINOPraktikterapeut.

Hon känner att det hjälpt henne att hitta sin potential och nu vill Birgitta hjälpa andra att hitta sin.



FAKTA

Birgitta Björkman

- Ålder: blir 50 år nu i augusti
- Bor: I Rängs Sand
- Milstolpe: Gick in i väggen, omskolade sig och startade eget

– Mikael har gett mig tänket att kroppen är självläkande och att det gäller att stärka det, att hitta balans mellan kropp/sinne, arbete/fritid, ljus/mörker och snabbt/långsamt. Yin och yang.

På Harmonigården har Birgitta skapat den balansen åt sig själv. Bostadshuset ligger bakom företagsdelen och för henne har det varit en förutsättning för att få ihop arbete och fritid.

– Huset har varit min resa, det var jag som startade det men jag har haft stor hjälp på vägen, annars hade det inte blivit. Jag känner att här finns balans i alla hörnor, säger Birgitta och ser sig om i sitt ljusa behandlingsrum.

– Jag tycker om den här livsstilsformen.

För henne har människorna och mötena med dem hela tiden varit det viktigaste. Trots att de tre första åren

varit tunga. I år känner hon att det har vänt.

– Genom en kund fick jag höra talas om Birgitta Thewlis som jobbar med BARS. Det är 32 olika punkter på huvudet som man håller på, det ser komplicerat ut, men det är enkelt och det startar om hela systemet. När jag insåg att bars och KINOPraktiken kompletterar varandra blev det en stor bekräftelse för mig. Det finns så mycket vi inte vet om, men vi blir mer och mer medvetna.

Birgitta hade aldrig trott att hon skulle lämna vården men konstaterar samtidigt att hon på sätt och vis är kvar, bara i en annan form. Hennes Må bra-hus är ett av få privata som har avtal med Region Skåne.

– Här kan jag forma vården som jag vill, inom ramarna för de regler som finns.

Hade Birgitta inte vågat göra valet att leva sin dröm hade hon själv kunnat vara en av de människor som söker sig till Harmonigården. Men hon skulle inte vilja vara utan sjukdomsperioden.

– Jag har dragit lärdom av det jag varit med om. Man ska vara rädd om sig själv och andra, ta sig själv på allvar. Om man inte vågar följa sina drömmar sitter man en dag på hemmet och tänker "det kanske hade gått...".

Under grundskolan i Svedala var Birgitta en tyst tjej. Nu sprudlar hon och orden rinner som en porlande bäck när hon berättar om sina upplevelser.

– Vad är egentligen framgång, frågar hon och svarar snabbt själv – det är den person du blir på vägen.

TEXT: NILLA OLSSON

nilla.olsson
@trelleborgsallehanda.se



Fotnot: KINOPraktik är en manuell behandlingsform som betonar kroppens helhet och självläkande förmåga.



I Rängs Sand har Birgitta Björkman, med hjälp av sambo, barn, andra terapeuter och sin personal, förverkligat sin dröm Harmonigården.

FOTO: RIKARD NILSS