



Guruen der vågnede med en kakerlak på foden

Verden er god, og det er alle mennesker også. Men vores tanker blokerer vores evne til at se det, siger amerikansk new age-stjerne, hvis nye bog udkommer i morgen.

Hun ønskede bare at dø. Hun sov på gulvet på den psykiatriske klinik, for hun følte ikke, at hun fortjente bedre. Byron Katie var 44 år og tidligere succesfuld ejendomsmægler med højt hår og den rigtige omgangskreds. Nu var hun angst og vred og havde tabt sin formue. Hun dulmede sit miserable indre med sprut, cigaretter og kodein, mens hendes ydre voksede sig federe end 100 kilo af de litervis af is, hun skovlede ind.

En morgen vågnede hun op, og hendes verden var lys og god.

»Den morgen kravlede en kakerlak hen over min fod. Jeg åbnede øjnene og så, at mørket var forsvundet. Det var væk. Væk,« fortæller den nu 63-årige Byron Katie om sin åbenbaring.

Superstjerne i selvudvikling

Hun kiggede på foden og kakerlakken og fandt dem uendeligt smukke. Hun accepterede virkeligheden, som den var, og gav sig til at grine og grine. Hun havde set lyset, for nu for en gangs skyld at bruge en dækkende floskel.

»Jeg så, at når jeg troede på mine tanker, led jeg, og når jeg stillede spørgsmålstegn ved dem, led jeg ikke. Og jeg har fundet ud af, at de spørgsmål, jeg så tydeligt i det øjeblik, er sande for alle,« siger Katie, der i dag er en superstjerne inden for den store vide verden af selvudvikling.

Hun giver telefoninterview fra et luksushotel i Belgien mellem en to måneder lang USA-turné og en måned gennem Europa, der flankerer hendes nye bog, 'Behøver jeg din kærlighed?', der ud-



BYRON KATIE holder kurser over hele verden for tusindvis af tilhængere.

kommer på dansk i morgen.

Kernen i hendes lære er fire spørgsmål (se faktaboks, red.), også kaldet The Work, der er en metode til at acceptere realiteterne, som de er. For som en af hendes punchlines lyder: 'Når du argumenterer med virkeligheden, taber du - men kun altid.' Vi oplever fred uden forestillingen om, hvordan livet burde være og uro ved konstant at længes efter at drøm-

me skal gå i opfyldelse. Hvilken opfattelse giver mest magt over dit eget liv: 'Min kæreste skulle ikke været gået fra mig' eller 'Min kæreste gik fra mig. Hvad er mine muligheder nu?'

Byron Katie delte sin livsfilosofi i sin hjemby, ørkenbyen Barstow i Californien, og med tiden voksede tilhørende til både en non-profit organisation, The Work Foundation, til fordel for fængsler og sko-

ler, en profitorganisation med hovedsigt i Manhattan Beach og et europæisk hovedkontor i Holland. Den velplejede dame holder kurser over hele verden for sine tusindvis af tilhængere. Nogle steder er kurserne godkendt som videreuddannelse af socialrådgivere og sygeplejersker. Efter sigende har hun samlet en kreds af celebre fans, der rangerer fra skuespillerne Richard Chamberlain til metalrockmusikkerne i Slipknot og Korn. Også i Danmark har hun trukket fulde huse de sidste tre år. Og dem, der ikke har råd til weekendkurserne til omkring 2.000 kroner, kan hente grundbogen gratis på hendes hjemmeside.

Overfladiske svar

For hende er hver en smertelig følelse som vrede, had, angst og sorg en krig mod Gud.

»Vi diskuterer med fortiden. Smerten ændrer ingenting, men blokerer bare for at se al den skønhed, der kan komme ud af det skete. Jeg kalder smerte en alarm, der minder mig om, at det er på tide at stille spørgsmål til mit sind.«

Oplever du aldrig selv de smertelige følelser?

»Det er mange år siden. Men jeg er åben for det.«

Kritikere kalder din metode for et overfladisk, amerikansk gimmick. Hvordan svarer du dem?

»Folk, der ser The Work som overfladisk, har ikke tænkt dybere over spørgsmålene og funderet over svarene. Hvis vi svarer overfladisk på spørgsmålene, får vi overfladiske svar,« siger hun.

»Jeg har kun mig selv som bevis. Jeg har sammen med tusindvis af venner fundet ud af, at hver gang vi stiller spørgsmålstegn ved vores tanker, bliver vi bedre mennesker.«

MARIA KENTORP

BYRON KATIES FIRE SPØRGSMÅL

- Er det sandt?
- Kan du være helt sikker på, at det er sandt?
- Hvordan reagerer du, når du tænker den tanke?
- Hvem ville du være uden den tanke?

Læs mere på www.thework.com eller www.thework.dk

→ Gratis arrangement 8. juli klokken 19 på Arkitektskolen i København. Workshop 9.-10. juli samme sted. Pris 1.900 kroner. Der er 200 kroners rabat til studerende.