



Skilsmissen fik mig på HJERTETS VEJ

Majbritte Ulrikkeholm kender følelsen af at være fravalgt og uelsket. Hele sit liv har hun arbejdet på at finde sig selv. »Når verden ramler, kan du vælge at gå ind i dit lys,« siger kunstneren, der i to år har været pilgrim i hjertet.

AF IRENE STILLING > FOTO: SIF MEINCKE

Pludselig lå den der. En kæmpestor konkylie på en bund af muslingeskaller. Majbritte Ulrikkeholm stirrer betaget. I to år har hun været på en pilgrimsrejse i sit eget hjerte. I to år har hun undersøgt kærligheden på kryds og tværs. Og netop som bogen er færdig, og den sidste solokonzert afviklet, står hun på en strand i Nordjylland – fuld af muslinger.

– Min veninde var taget med, og pludselig fik vi bare lyst til at stoppe bilen og gå ud på den her strand. Og ved du hvad. Det var meget mærkeligt. Lige pludselig stod vi bare i muslinger. Hele stranden var overdækket med muslinger. Der var ingen sten og intet sand, bare muslinger.

Hun rejser sig fra sofaen og henter en lille krukke. Bunden af krukken af dækket af fine små muslingeskaller – alle helt intakte.

– Der er snart ikke flere tilbage, for jeg giver dem væk. Men du skal også have én.

Jeg vælger den største og flotteste, jeg kan finde i skålen.

– Den her må du ikke få.

Hun rækker mig en konkylie, der er så stor, at jeg knap kan lukke hånden om den.

– Bum. Så var den der bare. Lige neden for mine fødder. Jeg troede, det var noget, jeg drømte.

VENTEDE OTTE ÅR PÅ MANDEN

Vi er i hendes haveforeningshus på Amager. Kun de lange hvide haler fra fly i det fjerne bryder den blå farve på himlen. Fra

de store stuevinduer skinner solen ind. Sangerinden og forfatteren, der i 90'erne blev kendt for sine spirituelle sange, engle og erindringsromaner om at finde sig selv trods svigt, har åbnet dørene til en snak om livet og kærligheden og sin nye bog *Pilgrim i hjertet*.

– Min bog er den musling, jeg henter hjem efter pilgrimsrejsen. Folk går Caminoen og henter en musling med hjem som symbol og minde. Jeg har hele tiden haft billedet af, at jeg var på en pilgrimsrejse.

Vi drikker nescafe af grønne krus. Huset er fyldt med engle, instrumenter og malerier, hun selv har malet. I arbejdsværelset står en statue af Jomfru Maria arvet efter hendes oldemor, i spillerummet

står et hvidt klaver, en guitar og en børneharmenika, der har tilhørt hendes moster. I en sofa sidder en kæmpe cremefarvet bamse med et sørgmodigt udtryk i øjnene.

Hendes rejse mod hjertet startede for to år siden efter en skilsmisse fra en mand, der boede i Jylland. Pludselig gik det op for hende, at hun i de otte år, forholdet varede, havde stillet alle drømme på hold.

– Essensen af det forhold var venten. Om et år, når vi flytter sammen, vil vi have et forlag. Når vi flytter sammen, skal vi have en hund. Når vi flytter sammen, skal vi lave retreats. Det år blev hele tiden gentaget.

Der gik otte år med den venten.

Hun fortæller om bogen, om hvordan hun forpligtigede sig til at skrive én time hver dag i halvandet år, lægge teksterne på Facebook og til sidst samle hele mosaikken til en bog med essays, digte og fortællinger. Temaet er kærlighed. Hvordan man kan opleve kærligheden og åbne sit hjerte uden at blive elsket af et andet menneske.

ALENE MED KÆRLIGHEDEN

– Den sidste myte, jeg skulle gøre op med, var at møde en idealpartner. Den holdt jeg godt nok fast i. Urmyten om, at hvis bare jeg møder den helt rigtige person, så forsvinder al smerte, og himmelporten vil

springe op, og lyset vil vælte ud, og jeg ved gudhjælpemig ikke hvad. I dag har jeg helt andre følelser for kærligheden.

Vores blikke mødes. De blå øjne ser trætte, men glade ud. Hun er uden makeup, bortset fra lidt mascara.

Det lange smukke hår filtrer mere end normalt. Paraderne er nede.

– Det bliver ikke til meget søvn for tiden. Der er bare så meget arbejde. Nogle gange tænker jeg: Hold da op. Nu er klokken 12 om natten, og jeg kan bare se et bjerg, og jeg er ikke færdig.

Til gengæld oplever hun »helt vildt kærlighed.«

Jeg er blevet bevidst om, at hjertets dør åbner indefra, ikke udefra.

MAJBRITTE ULRIKKEHOLM er

sanger, komponist og forfatter. Født 1964. Debuterede i 1997 med erindringsromanen *Ind i min himmel*.

Hun har udgivet 14 CD'er og 10 bøger – fagbøger, erindringsbøger og romaner. Senest *Pilgrim i hjertet* i efteråret 2013, der er en samling af essays, digte og fortællinger.

Sideløbende med den kunstneriske løbebane driver hun kursus-virksomheden Ulrikkeholm Seminar, hvor hun afholder kortere og længere kurser i bl.a. kreativitet og stemmens kraft. Bor i dag i et haveforeningshus på Amager sammen med hunden TAO.
majbritteulrikkeholm.com

– Det er helt overdrevet. Det er det virkelig. Jeg ser kærligheden mange forskellige steder, i naturen, med min hund, sammen med andre mennesker. Jeg kan opleve enormt meget kærlighed i fem minutter, hvis jeg snakker med en, jeg ikke kender. Det er meget stærkt at kunne stå helt alene med sin kærlighed.

Det er det, hun gør nu. Står alene med al sin kærlighed. Det handler om, hvor man leder vandet hen, siger hun og laver igen vilde fagter med armene.

– Jeg havde en tendens til at være et menneske, der blev totalt fortabt i ét andet menneske med det resultat, at jeg lod alt mit vand løbe ind i dem. Så opdagede jeg ikke så meget kærligheden andre steder. Da jeg så lagde det ind som en disciplin ikke at finde en anden, men i stedet opdage kærligheden. Så mærker jeg den hele tiden. Den der følelse af at sidde i min have og bare mærke total kærlighed. Jeg tror, kærlighed er følelsen af at være forbundet.

Hun sænker stemmen og kigger væk.

– Men den der forbundenhed skal starte indeni. Hvis jeg ikke føler mig forbundet indeni, kan jeg ikke forbinde mig med noget andet. Hele min proces de sidste to år har været, hvordan kan jeg opleve kærlighed uden, at jeg bliver elsket af en anden.

HAR SLUPPET FORÆLDRENE

Frihed og uafhængighed er hendes tema. Hele sit liv har kun kæmpet for at få lov at

være sig selv, Majbritte Ulrikkeholm, på godt og ondt. Kæmpet for sin uafhængighed. Hun voksede op i Odense, skiftevis hos sin mormor og morfar i et faldefærdigt hus med koldt vand og lokum i gården og hos sin psykisk syge mor.

Når hun var hos moderen, følte hun et ansvar for at holde hende i live. Som om hun ikke havde ret til et selvstændigt liv. Det smertefulde forhold til moderen og ikke mindst til faderen, der forsvandt ud af hendes liv, da hun var ti måneder, og som hun kun har set én gang som voksen, har hun dog bearbejdet.

– Der kan ikke koges mere suppe på den høne. Den rygsæk har jeg smidt, siger hun og stikker gafflen hårdt ned i et stykke melon, mens en engel kigger ned fra en standerlampe i nærheden.

Bogen er symbolet på hendes totale frigørelse. For at få mere luft på siderne, mere tomhed mellem de mange ord, har hun valgt selv at udgive den, og fra det lille arbejdsværelse i forlængelse af stuen pakker hun selv sine bøger ind i rødt cellofan og sætter et klistermærke-hjerte på, inden de sendes af sted til læseren.

– Jeg snakkede med mit gamle forlag om denne bog, og så sagde én: »Gad vide, om man kan få boghandlerne til at tage sådan en bog hjem.« Og så kunne jeg bare mærke. Den snak gider jeg ikke at tage. Det er min 10. bog. Ved I hvad, jeg starter en boghandel selv. Og det gjorde jeg.

VERDEN ÅBNER SIT HJERTE

Det sidste år har hun realiseret alle de drømme, hun havde i de otte år, hun ventede på manden i Jylland. Blandt andet ar-

rangerer hun retreats for kvinder, der gerne vil finde deres egen kreativitet og livsglæde. Hun mærker en spirende spiritualitet vokse frem alle steder.

– Mange mennesker er vågnet op til at se, at livet handler om livet. Livet handler ikke om at krydse dødens felt og være grænseoverskridende med stoffer og al den slags ting. Det åndelige er blevet mainstream. Og det er på tide. Folk tager deres liv alvorligt. De tænker meget over de dybere kvaliteter.

Hun tager et stykke melon og kan knap vente med at fortsætte, til hun har tygget af munden.

– Jeg tror faktisk, at verden er ved at åbne sit hjerte, gumler hun.

– Det kommer indefra. Tidligere talte man om, at et oprør skulle komme nedefra, et klasseoprør. Jeg tror, at det her kommer indefra – som en stærk kollektiv proces.

Desværre misforstår nogle mennesker det og tror, at det er en narcissistisk, egoistisk proces, men det er fordi, man ikke har set og forstået, at den proces kræver noget af den enkelte.

Jeg kigger over på hendes store bogreol og ser navne som Morten Nielsen, Dalai Lama, Ulrik Wilbek, H.C. Andersen og Haruki Murakami foruden hendes egne bøger.

– Der er stor forskel på at række ud fra kærligheden og at række ud efter kærlighed. Mange mennesker forsøger at stå så meget i sig selv, at de rent faktisk har noget at tilbyde, noget at bidrage med i stedet for bare at ville have hele tiden. Er du åben fra hjertet, så giver du noget. Jeg ser flere mennesker, der gerne vil åbne det rum.

Hvordan åbner man sit hjerte?



Majbritte Ulrikkeholm modtog i 1998 Statens Kunstfonds treårige arbejdslegat for sin evne til at få det danske sprog til at blomstre og skabe billeder.»

– Det er vigtigt at blive meget bevidst. Det er ikke noget mirakuløst. Hvis jeg bare finder den rigtige mand, får det rigtige job eller får et barn. Man skal blive bevidst om, at hjertets dør åbner indefra, ikke udefra.

LORTEN I ZENHAVEN

Den lærdom fik Majbritte Ulrikkeholm allerede som helt lille. Hendes sang gjorde moderen deprimeret, og for at beskytte sig selv og sin livslyst låste Majbritte sig inde på sit værelse, når hun sang.

– Når min mor gik helt ind i sit mørke, kunne jeg have gået med. Men jeg lærte, at når verden rabler, så kan du vælge at blive stående og gå ind i et endnu stærkere lys. Jeg har altid mærket, at jeg havde et lys indeni.

Hun fortæller om hunden TAO, og om hvordan han lærer hende om livet og kærligheden.

– Jeg har haft brug for en stringent orden i mit liv. Det har været en del af min meditative praksis. Jeg anlagde en zenhave et sted, hvor jeg havde mine hellige relikvier, planter og stearinlys. Der kunne jeg sidde om aftenen og meditere. Det var som et

ydre symbol på den indre tilstand af ro, og så får jeg denne her hundehvalp, der karter rundt og bider i gulvtæppet og gør, når jeg skal meditere. Og så skider han ude i den her zenhave, lige ved siden af min buddhafigur.

Latteren er høj og hæs, næsten hekseagtig.

– Jeg kiggede på den store lort. Den var i tre etager og lignede en softice med top. Jeg troede, det var løgn. Han lærer mig virkelig at bevare roen, at leve med en lort i sin zenhave. Det er naturelementet, der er kommet ind.

INDSIGT KRÆVER JORDFORBINDELSE

Livet har lært Majbritte Ulrikkeholm betydningen af god jordforbindelse. Engang levede hun i et 'prinsessebur' og kunne hverken lave regnskab, tage på værksted med bilen eller betale en regning på netbank.

Det kan hun i dag, men på hendes kurser møder hun mange kvinder, der må tilmelde sig via mandens mailadresse, fordi de ikke har deres egen.

– Så tænker jeg: »Hvem er Palle Andersen?« Vi mødes i et stort forløsende grin.

– Du kan ikke lære det store i livet, sjæleligt set, hvis du ikke kan betale en regning eller har din egen mailadresse. Det mener jeg er en illusion.

Selvom tiden ikke er til et parforhold lige nu, har hun ikke opgivet håbet om en dag at leve med en mand på en ny måde – uden afhængighed. Forelskelsen har allerede været der.

– Det er fantastisk at opleve en forelskelse, som man ikke handler på. Man står på tærne og kigger ind ad døren og tænker: »Nej, jeg lukker lige døren igen. Der er nogle ting, jeg skal lære endnu for at undgå at gå i de gamle spor.

Jeg lukker hoveddøren efter mig. Kan stadig mærke varmen fra det knus, hun gav i afskedsgave. På vejen hjem tænker jeg på den store konkylie og muslingestranden. Om at jeg gerne selv vil på en pilgrimsrejse. Caminoen eller 'bare' ind i mit hjerte. Tiden må vise.

Klokken 00.54 samme aften tikker en mail ind: »Hov, du glemte din musling!« ■