

HUSMODERLIV



SAMTALE MED KIT BALLERMANN

HUSMODER OG AKUPUNKTØR

AF METTE KOLD

HUSMODERLIV
Samtale med Kit Ballermann,
husmoder og akupunktør

Af Mette Kold / Time2be

Første udgave 2011, genlæst og kommenteret 2019

Grafisk tilrettelæggelse og fotos:
Mette Kold / Time2be



KIT BALLERMANN

Der er mange kvinder, der har en "det skal overstås" holdning til det huslige arbejde, så de kan komme i gang med dét, der er forbundet med høj livskvalitet. For at vi kan blive inspireret til at opleve, at det med at være husmor er værdi, mening og glæde, også midt i de såkaldt trælse opgaver, interviewede jeg én af mine veninder, der om nogen er eksempel på nydelse og glæde, også i den helt almindelige hverdag, der dermed aldrig bliver grå og trist. Hun er derudover et eksempel på den modenhed at erkende, at livet er i faser, og man bliver nødt til bevidst at prioritere fra fase til fase – for man kan ikke være og få det hele til alle tider.

Jeg lærte Kit at kende, da vi var medlemmer af en LC (ladies circles) klub i Aalborg. Vi var begge lige flyttet til Aalborg efter en del år i København. Kemien var straks god. Vi fik vort tredje barn nærmest synkront – og dannede sammen med to andre kvinder vores egen 'luxus'-mødregruppe. Det der danner baggrund for, at jeg interviewede hende er nu noget andet. Hun havde engang et oplæg i LC, hvor overskriften var: *LIVET ER I FASER. Vi kan ikke altting på én gang, vi må prioritere.* Og hun var en af de få, jeg kendte, som samtidig med alle fravalgene var sig bevidst, at hun var glad for det tilvalg, hun havde taget i sit liv. Hun peb ikke over det, hun ikke kunne. Men fokuserede på det hun opnåede med sin bevidste prioritering. Hun skippede nemlig sygeplejerskejobbet med faste arbejdstider, fast løn, kolleger og betalt ferie. Og realiserede drømmen om at blive akupunktør og selvstændig. Med et vist økonomisk tab i starten. Men dels gav jobbet dyb mening for hende, dels gav det stor fleksibilitet – og muligheden for som første prioritet at være husmor og mor. Kit er også særegen, fordi hun ikke har en "det skal overstås" holdning til det huslige arbejde. Hun insisterer på, at nydelse og glæde skal være grundfølelserne, mens de praktiske gøremål udføres, og på den måde bliver hverdagen aldrig trist og grå.



Kit, hvad er prioriteringen i dit liv...?

Min første prioritet er, at jeg er husmor. Næste er jeg akupunktør. Men jeg er da i evig dialog med mig selv om fordelingen mellem "profession husmor" og "profession akupunktør".

Men jeg er ikke i tvivl om mine værdier, så ubevidst laver jeg hele tiden en prioritering, hvor husmorlivet er førsteprioritet. Én side af mig ønsker at udleve en karriere, men i forhold til min værdi som husmor, så er den ikke vigtig nok. For der er så meget værdi i at være husmor. Jeg må se i øjnene, at husmor-livet er på bekostning af karrieren.



På nogle måder er jeg klar til at åbne en større akupunkturklinik centralt i Aalborg, altså fagligt set, men tidsmæssigt kan jeg ikke se mig selv i øjnene at prioritere det over husmorrollen. Det har jeg ikke lyst til – endnu. Men det kommer. Jeg peaker først på erhvervskarrieren, når jeg er 50. For så gider børnene mig ikke så meget mere. Jeg føler mig succesfuld med de klienter, jeg har. Og det giver selvfølgelig en vis ro – at jeg har et både / og liv. Men så længe jeg har mulighed for husmorrollen, så kan jeg ikke investere fuldt i en erhvervskarriere.

Kan ikke sige farvel til al den rigdom, som mit husmorliv er. Det er et bevidst valg.

Hvad er det, som husmorliv er og giver?

Det er helt klart muligheden for *at skabe*. Skabelse på det mest fundamentale plan. "Hele" børn. Lækkert fyldigt brød med mandler i. Atmosfære. Indhold i livet. F.eks. i går havde min datter en veninde på besøg, som overnattede. Her til morgen tager jeg mig selv i at gå direkte hen og tage tændstikkerne og tænde lyset. Fordi det er virkelig vigtigt, at her er dejligt at være. De andre gør det ikke. Men det er også okay. Jeg kan selvfølgelig tænke, om det kun er mig, der bemærker det varme lys, den gode stemning? Det tror jeg så ikke; jeg tror, at det gør dem godt.

Som mor vil jeg gerne videregive den der "back to basics" sunde livsstil - kontra det samfund, hvor vi kan købe alt færdigt og usundt. Jeg vil holde fast i, at når man laver det hjemmelavet, så er næringsværdien i den grad anderledes. Og det

behøver ikke være sværere. Illustrere for børnene, at det kan lade sig gøre, og at det er dejligt at lave sin egen mad.

Husmorliv var i tidligere generationer overlevelsesebaseret. Det er i dag mere værdibaseret. Vi kan gå ned og købe færdigretter 5 gange om ugen, hvis vi vil. Det kunne vore mødre ikke. Behovet for at lave mad fra grunden er måske også et oprør mod at hoppe på bølgen, at alt skal være hurtigt og nemt. For mig er det langt større værdi - det skal ikke nødvendigvis være svært - men god mad tager tid.

Hvad så hvis du ikke gør det? Gør de andre det så? Eller med andre ord: Hvornår bliver husmorliv et åg?

Arbejdsfordelingen på vores adresse er, at det er mig. Og det er en kæmpe frihed at have den eneansvarlighed. Dermed har jeg også selv ansvaret for at foregribe, at det bliver et åg. Det sker i det øjeblik, hvor rutinerne fylder så meget i hverdagen, at de skygger for den lykke og frihedsfølelse, det er at være i det, jeg selv har skabt. Det er meget tidskrævende at være mor, og det er på hele familiens præmisser. Så det er en udfordring at finde det tomme rum, der giver energi, så jeg opretholder det rette fokus. Og det er en udfordring ind imellem at bryde rutinerne.

Hvordan bryder du rutinerne?

Selvom det er mig, der iscenesætter og beslutter, hvad der skal laves, så prøver jeg at komme ud af min eneansvarlighed ved at give især børnene og til dels min mand opgaver. Fordi jeg gerne vil have, at de også føler sig ansvarlige. Føler ansvar for at vi er en gruppe. For mig at se ligger der meget vigtig opdragelse/ modning/ socialisering af børnene i netop de fælles husop-gaver. Altså, uddelegering er én af nøglerne.

En anden ting er, at jeg har et stort behov for enerum en stund hver dag. 10 minutter eller ½ time. Med en kop kaffe, meditativ tænkning. Åndedrætsfokus. Men en tid hver dag, hvor jeg mærker mig selv.



Er dele af dine husmoderaktiviteter meditative / højkvalitets-aktiviteter? Eller sagt på en anden måde: Hvor meget af det, du gør, gør du, fordi du holder af at gøre det?

Der er flere svar til det. Det ligger meget i blodet, det er nedarvet fra min mor altid at være i aktivitet. Så det at være i gang og aktiv er naturligt for mig. Ingenting skal som sådan overstås. Det er nok hele clouet af, at jeg holder af at være husmor. Ikke dermed sagt, at jeg ikke tit tænker, at det er en trædemølle. Men, alle rutine-tingene er definitionen på at være husmor.

Det lyder egentlig både banalt og lidt dilemmaagtigt. F.eks. tænker jeg, at jeg vil faktisk gerne have en til at gøre rent for mig - fordi jeg vil gerne være husmor på en endnu mere nærværende måde. Spille spil med børnene. Finde en balance, så mine mange aktiviteter ikke forstyrrer nærværet. Nærværet forsvinder, når jeg skal for meget.

Men altså, dilemmaet opløses, når nærvær og opgaveudførelse bliver ét.

Den fulde forklaring på, at jeg ikke har købt hjælp til hjemmet er, at jeg som sagt har stor værdi på at gøre huslige opgaver til en grundlæggende del af mine børns opvækst. Familien er i et flow, hvor de også gerne skal føle, at de spiller en rolle. Mit forbillede er min veninde Eva Maria, som har en skøn evne til at skabe hyggeligt fællesskab ud af lørdag formiddag rengøring.

Børnene skal lære at tage del i det praksisfællesskab, en familie er – og nyde det, være tilstede i det. Det eneste jeg ville opnå ved at få rengøringshjælp var at købe mine børn fri.

Der ligger så meget nedarvet mønster i mig, kan jeg mærke. På min mors og mormors tid hyggede kvinderne sig med opvasken – jeg husker stemningen og den hyggelige snak. Mændene hyggede sig med kortspillet i stuen. Så det er på en måde naturstridigt at købe sig fri af husmor-opgaverne.



Hvorfor har du så alligevel besluttet dig for (måske) at få rengøringshjælp?

Jamen jeg gør det nok ikke alligevel (smiler). Det er jo mig, der har valgt at bo i det store hus, som vi bor i.

Du sagde for nogle år siden, at du ikke ville være husmor på din mors måde?

Jamen jeg savnede min mors nærvær/ro. Hun var altid i aktivitet, forståeligt nok med 4 børn og fuldtidsjob. Jeg forsøger i højere grad at skabe rum til ro, nydelse og sanseoplevelser.

Hvad giver du dig selv? Nu snakker du om, hvad du vil give børnene? Hvad får du ud af det?

Rigdomsfølelse! Jeg kan ikke komme i tanke om noget, som kan give mere mening...

Som hyppig gæst i dit hjem ved jeg, at du holder af at bruge en hel dag på gæstebud?

Ja! - men kun én gang hvert kvartal. Ved særlige lejligheder elsker jeg, at maden virkelig kommer i højsæde.

Vi skal snakke lidt om din have...

Haven er meditation! Haven og naturen er det bedste middel til at være her lige nu. Den er sanseberigende!

Er den husmorliv, eller kategorielt noget andet?

Da jeg formede haven, havde jeg neo feng shui tankegangen med. Mønstret at tilrettelægge haven efter. Og egentlig også hjemmet. Såvel hus som have er en forlængelse af mine tankemønstre og værdier og overbevisninger. Jeg er af den overbevisning, at alle elementer skal være tilstede. Der skal være balance mellem ild, vand, jord, luft og metal.

Her hvor det er lykkedes mig at planlægge en hel have selv, er det vidunderligt at mærke en meditativ tilstand, når jeg arbejder og er i haven. Frodigheden er et andet billede på det at skabe. Opfostre børn, lave mad, skabe have. Frodighed i et nyt perspektiv. Det udspringer af det samme.

Haven er pejlemærket for årets gang. Den er 100% afhængig af sæsonen. Den er jo et billede på en kort cyklus.

Så du synes ikke, at vinter er træls?...

Nej, jeg holder af alle sæsoner. Vinteren runder året af og er optakten til forårets fantastiske frodighed. Det at forblive boende i DK er en overgivelse til årets gang, en kærlighed til sæsonerne.

Er du tilfreds med din prioritering, når du ser det i et længere perspektiv?

Jeg føler mig heldig. Mit mål har fra starten været at tilrettelægge mit liv således, at der er balance imellem karriere og husmorliv. Jeg forvalter selv min tid, jeg nyder frihedsgraderne i at være selvstændig.

Som husmor har jeg friheden til at gå ud i haven, gå en tur med hunden i dagslys. Det er lige så meget den måde, jeg har tilrettelagt mit liv, frihedsfølelsen, at jeg forvalter min tid selv, der gør mig glad. Det er vel den frihed, der gør, at jeg elsker det. Frihedsgraderne, ja. Og det har jeg jo valgt 100% bevidst. Jeg har fravalgt et arbejdsskema tilrettelagt af andre. Det ville jeg ikke kunne nyde. Hvis husmorliv skulle være presset ind mellem 17 og 21, vil jeg ikke kunne det. Så ville husmorrollen blive sekundær. Der ville ikke være tid til nydelsen. Det har jeg været helt målrettet om fra starten. At sådan skulle det ikke være.

Nogle ville tænke, sikke et offer karrieremæssigt!

Nej, det har føltes som maksimal selvudvikling. Og tilfredsstillelse i at nå det mål, der var mig for øje: At fravælge sikker fast job i det offentlige. Og tilvælge at jeg selv bestemmer og fordeler mine arbejdsopgaver, herunder husmorliv. Jeg kunne

med sindsro opprioritere at være husmor. Det der har gjort det nemt for mig, har også været, at Jørgen har hele tiden respekteret og opbakket det. Ellers var det ikke muligt.

Mine prioriteringer er oven i købet forstærket af hans prioriteringer. For bevidst at undgå at danne samme mønster, som jeg kender fra min barndom, med to travle udearbejdende forældre. Jørgen



arbejder meget og har altid gjort det. Så det var også et nødvendigt valg, hvis ikke børnene skulle blive institutionsbørn. Altså, når han prioriterede karriere og lange arbejdsdage – så blev mit valg ikke et offer, snarere en chance, for så kunne jeg i en periode arbejde mindre og mere fleksibelt. Og han tog sig af at tjene flest penge. En familie er en vægtbalance.

Det har hjulpet mig at have en mission helt fra starten: At have tid til at være husmor. Det har givet mig et fokus. Og det er berigende, at det nu er lykkedes. Det var en proces. Jeg har skabt mig det albuerum at få den hverdag, jeg ønskede. Jeg har fået en harmonisk hverdag ud af det.

Altså det er vigtigt i processen at føle, at det er ok, det jeg gør. Jeg har været heldig at have en mand, der elskede mig for, at jeg var mor / husmor. Har mærket, at jeg var påskønnet for det, jeg gjorde. Det er mit held, min lykke.

Men du er vel selv medbidragydende til hans påskønnelse? Altså, du har været sikker i dit valg, og du føler ikke ambivalens.

Jeg forventer opbakning, ja. Men vores værdier og prioriteringer har heldigvis spillet sammen.

Hvornår synes du, man skal tage sine valg om husmorliv (hvis det er det, man ønsker)? Mens børnene er små, eller måske vente til, at de er større?

Det er jo forskelligt fra kvinde til kvinde. Min svigerinde overlod småbørnslivet til en anden kvinde. Havde karriere. Og nu hvor de er lidt større, har hun droslet ned. Det var det rigtige for hende. For mig ville det have været 10 år for sent. Man skal være meget bevidst om sine valg. Det er helt essentielt.

Moderskabet er en af de ganske få ting, der ikke kan gøres om. Der bliver det for sent, uafvendeligt. Men karrieren kan gøres senere.

Jeg har stor respekt for, at hele livet er et flow. Nogen har den indbyggede blokering, at det stopper ved 40. Jeg kan jo dybest set ikke vide, om min mission med klinikken bliver udført – men pyt med det. Lige nu er det vigtigt at have dét mål, der kan afløse mit fokus på husmorlivet. Så der kommer ikke et tomrum bagefter, om 5 år eller 10 år. Vi får det hele, vi når det hele, alle mulige-derne - hvis

vi vælger dem. Jeg er nok ikke endt i en midtlivskrise, fordi emnet selvudvikling tager først fart nu for mig. P.t. gør jeg meget for at give slip på begrænsende overbevisninger, er i gang med to coachingbøger i øjeblikket...

Heri ligger, at det er ikke børnene, der er din betingelse for livsmening og lykke hele livet igennem?

Nej, men jeg er mig bevidst, at lige nu lader jeg dem i høj grad være det. For det er lige nu, at de er der. De er ikke ansvarlige for min lykke resten af mit liv – det er jeg selv. I takt med, at børnene bliver selvstændige og løsriver sig, vil mit fokus ændre sig. Andre "aspekter" i mit liv, venter på, at jeg dyrker dem. Men lige nu er det helt ok, at børnene mærker, at jeg er der.

Jeg hviler meget i mit husmorliv, fordi min profession giver meget mening for mig. Identitetsmæssigt – og det er en del af min fremtidsvision.

Så der er et sundt forgrunds- baggrundsforhold de to størrelser imellem? Lige nu er familieliv i forgrund, job i baggrund – og om nogle år skifter det forhold? Børnene blive jo aldrig uvigtige...

Netop!



2010 & 2019

På interviewtidspunktet, som var i 2010, er Kit i starten af 40'erne. Årstallet for interviewet oplever jeg som stort set ligegyldigt, fordi det vi taler om er tidløst, i hvert fald set i lyset af de sidste adskillige årtier, hvor vi kvinder har haft temmelig stor valgfrihed omkring karriere og familieliv – samtidig med at der ligger et stort socialt pres og forventning om, at en kvinde kan være en succes på alle parametre. At vi bliver nødt til at vælge, hvad der er vigtigst fra livsfase til livsfase, er for mig utvivlsomt et faktum, hvis vi skal trives og have både ydre og indre rum til at gøre det, vi finder vigtigst.

Vi skriver nu 2019, for kort tid siden fyldte Kit 50. Jeg beder hende om at give en kort opdatering på, hvordan tilværelsen er her knapt et tiår senere:

»Hvor ER det altså morsomt at læse 10 år efter. Sidder med følelsen af `mission completed`.

Klinikken er fully booked. Jeg er stolt af min succes som akupunktør. Og, ja husmoderlivet fylder minimalt i forhold til mit job den dag i dag. Hvor er det egentlig fantastisk. Og det er jo rent faktisk din gamle fortælling / interview, som gør det soleklart, at det hele var en plan fra starten, som nu er completed. Dét er da noget :0)«

HUSMODERLIV

Samtale med Kit Ballermann, husmoder og akupunktør

En www.time2be.dk fortælling på print.

Vi kvinder har temmelig stor valgfrihed omkring karriere og familieliv. Næsten. For samtidig med at moderskabet er vigtigt for de fleste kvinder, når de får børn, så er der et stort socialt pres og forventning om, at en kvinde kan være en succes på alle parametre samtidig livet igennem.

At vi er nødt til at vælge, hvad der er vigtigst fra livsfase til livsfase, er for mig et utvivlsomt faktum, hvis vi skal trives og have både ydre og indre rum til at gøre det, vi finder vigtigst.



Jeg interviewede ét af mine forbilleder i livsprioriteringsbalance; en kvinde der hæger om, at hverdagen er vigtig og skal være fuld af liv, nærvær og glæde. En kvinde der tillægger husmoderliv værdi, mening og glæde – og lod karriere-drømmene være i langsom vækst, da børnene var små, og så satte fuld skrue på karrieren, da rummet dertil blev naturligt større, da børnene blev større. Kit sagde engang 'Livet er i faser' – og hun har om nogen vist i det levede liv, at man ikke kan altting fuldt ud på én gang, men man har altid valget at vælge at gøre det vigtigste med fuldt nærvær, uden at begræde det, man først kan gøre senere. Kit har i de to årtier, jeg har kendt hende, været tro mod sine værdier i det udlevede liv.

Time2be er et overflødigshorn af inspirationer, udfordringer, udforskninger, redskaber og viden inden for emnerne psykologi, meditation, mindfulness, yoga, simple living, friluftsliv, brainfood, soulfood, sanselighed, nærvær og kærlighed i relationer.



Redaktør Mette Kold, cand. psych., ph.d. i sundhedspsykologi og Chopra Center certificeret meditationslærer, har skabt www.time2be.dk.

Platformen er skabt ud fra værdierne: Nordisk rå ægthed, sundhedspsykologisk faglighed og en spirituel forholdemåde til livet.

TIME2BE