

Ansvarshavende chefredaktør: **Lisbeth Knudsen** / lkn@berlingske.dk
Livsstilsredaktør: **Nina Rolfe** / nin@berlingske.dk
Redaktør: **Marchen Jersild** / mje@berlingske.dk
Layout: **Henriette Vabø** / hv@berlingske.dk
Udgiver: **Berlingske Tidende**, Pilestræde 34, 1147 København K
Tlf.: 33 75 75 75. Mail: indag@berlingske.dk
Annoncer: **Berlingske Media Annoncesalg**
Tlf.: 33 75 00 00 / 33 75 28 24. Fax: 33 75 20 01
Alt annoncemateriale sendes til: annoncer@berlingske.dk
Tryk: **Trykkompagniet A/S**
Forsidecollage: **Henriette Vabø**



indhold



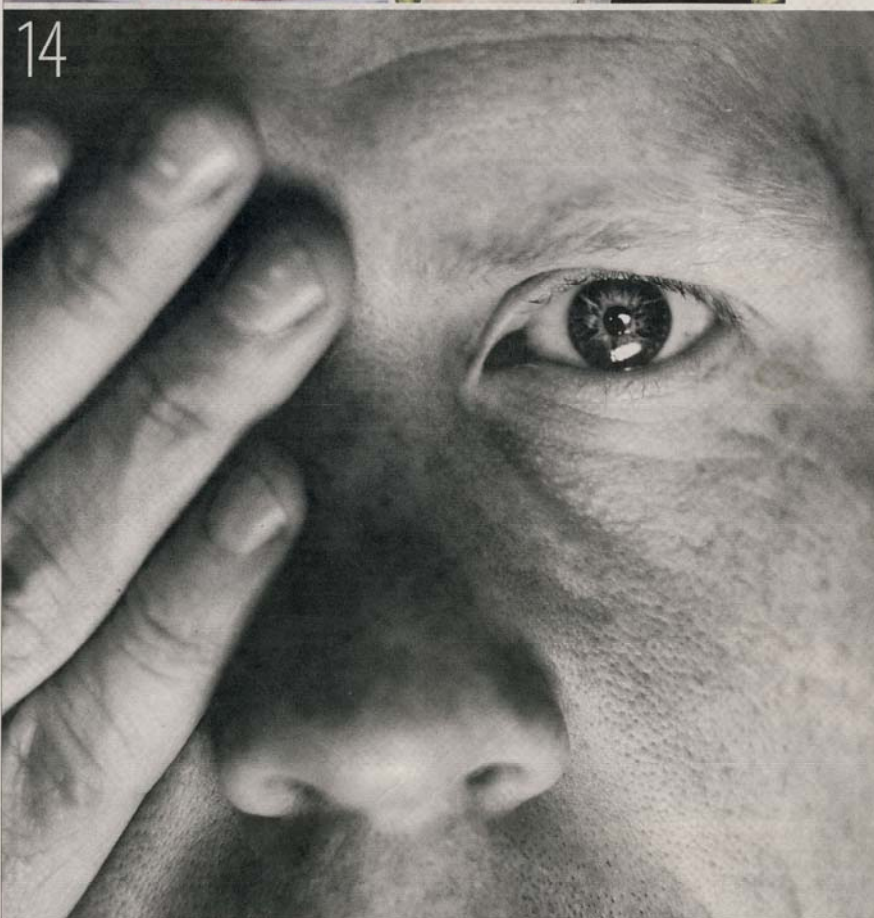
20



10



16



14

06 SÅDAN MOR

Det boomer med bøger om moderskabet. En ny generation af kvinder forsøger at finde sin måde at være mor på, hvad enten det skal være på den kaotiske eller den perfekte måde eller et sted midt imellem.

10 HUN FIK SIN REIMER

Journalist Pernille Rahbek gik utraditionelt til værks i jagten på Reimer Bo Christensen. Det lykkedes og parret blev gift i Farum Kirke.

12 GENNEMSIGTIG KUNST

I sit værksted på Roskilde Havn støber, bøjer og puster glaskunstneren Skak Smitker alt fra fæde, glas til blomster og indskraver sig dermed i en årtusind gammel håndværks-tradition.

14 BLIND MED BOLDØJE

Kan man være blind og have et godt boldøje? Søren Holmgren kan. Han er tidligere OL-guldvinder i goalball, supersælger, coach og nu forfatter med budskabet »husk dine succeser«.

16 JORDBÆR FOR SJØV

Søren Frank går om bord i en overraskende god mousserende rødvin i ugens vintest.

20 FROKOST I DET GRØNNE

Tag ud i det grønne i Pinsen med en frokostkurv og et tæppe under armen. Nanna Simonsen giver opskrifterne og Søren Frank giver råd om drikkevarer.

22 FRISPARK

Han har ledt efter den længe. Nu har Jens Rebensdorff endelig fundet den indre ro.

23 LØRDAGSKRYDS

Verden set med ANDRE ØJNE

Som 17-årig fik Søren Holmgren at vide, at han ville blive blind, men det knækkede ikke hans optimisme og kampånd. Han har siden vundet OL-guld to gange og været årets bedste nyansatte sælger hos IBM. Nu har han skrevet bogen »Blind tillid«, som både er en selvbiografi og en selvudviklingsbog. Et af hans råd lyder: Husk dine succeser. »Hver morgen, når jeg vågner ved siden af min kone, står det 1-0 til mig,« siger han.

Af Henrik Dannemand Foto: Michael Bothager

»Du vil gradvis miste synet og blive blind.«
For de fleste af os ville den besked være som at blive pricket på skulderen af Døden. Kan man forestille sig noget meget værre? Ikke at kunne se foråret, det blå hav og andre mennesker? At blive ramt af mørket? Sådan var det ikke for Søren Holmgren, da han som 17-årig fik beskeden af en øjenlæge i København. Han følte en indre tomhed, skriver han i sin nye bog, måske var han også et øjeblik i chok, men på forunderlig vis følte han også lettelse.

»Selvfølgelig skulle jeg forholde mig til, at mit liv dramatisk skiftede retning. Jeg tænkte: »Hvad skal jeg blive til og hvad med pigerne?« Men da jeg gik ned ad Strøget og havde sundet mig, så tænkte jeg også: »Det er jo det, som er forklaringen! Jeg er ikke klodset, dum eller anderledes.«

Som barn og ung var Søren Holmgren vant til, at han var klodset og havde svært ved at spille fodbold og cykle som andre drenge. Han vidste ikke hvorfor. Med øjenlægens diagnose havde han nu forklaringen. Han led af tunnelsyn og ville gradvis blive blind. Han så, som han selv forklarer det, verden gennem et paprør fra en køkkenrulle.

»Indtil jeg fik stillet diagnosen, troede jeg selv og andre, at mit syn var normalt. Det er ret ufatteligt. Nu havde jeg fået at vide, at det var det ikke. Men, tænkte jeg, hvorfor skulle jeg ikke kunne fortsætte med at klare mig? Jeg havde jo et godt liv. Jeg gik på HF og havde gode venner. Jeg var ikke så god til fodbold, men så lavede jeg noget andet. Jeg var vild med computere og kunne godt lide musik og piger. Og så brugte jeg meget tid på at rende rundt nede på gaden og spille basketball. Vi spillede om, hvem der var bedst ud af fem skud, for så kunne jeg jo se kurven.

Det brugte jeg meget tid på. Jeg har – selv om det lyder åndssvagt – et godt boldøje.«

I onsdags udkom hans bog »Blind tillid«. Her fortæller han både om sit usædvanlige liv og de »værktøjer« og »livsfilosofier«, der har været med til at give ham succes både i sport og på jobbet. Det er meget opløftende læsning om en mand, der på trods af blindhed – i dag kan han kun skelne mellem lys og mørke – har fået et helt og succesfuldt liv.

»Jeg har det bedste liv, jeg er lykkelig, jeg har min dejlige kone og skønne børn, jeg bliver udfordret erhvervs-mæssigt – og nå ja, jeg kan ikke se, men det ser jeg mere som et praktisk problem,« skriver han i bogen, som både er selvbiografi og selvhjælp-bog. Nctop dencn kombination giver Søren Holmgrens råd om personlig udvikling og selv-motivation en særlig autoritet. De bygger ikke på teori, men på hans egne erfaringer som både blind, elitesportsmand og ansat i erhvervs-livet.

Da han havde fået beskeden af øjenlægen, fik han en socialrådgiver, som skulle hjælpe ham i hans nye situation. Vedkommende fortalte, at han havde mulighed for at komme på pension.

»Det var ret skræmmende. Tænk, hvordan mit liv havde set ud, hvis jeg havde sagt ja til det.«

Søren Holmgren sagde nej tak til pension. Han ville have en uddannelse. Helst ville han være sælger, men det kunne han ikke, fik han at vide, fordi han ikke kunne få kørekort. Derfor gik han i gang med at uddanne sig til programmør. Samtidig begyndte han at spille goalball, som er et boldspil for synshemmede, hvor bolden kan høres, fordi der er klokker inde i den.

»Jeg valgte en holdspil, fordi jeg godt kan lide at få ting til at fungere sammen med andre, og fordi jeg så en mulighed for at mødes med an-

»Jeg valgte en holdspil, fordi jeg godt kan lide at få ting til at fungere sammen med andre, og fordi jeg så en mulighed for at mødes med andre i samme situation som jeg selv og som kunne svare på nogle af de spørgsmål, jeg gik rundt med. Hvordan ved man, hvilket tøj man har på, når man er blind? Hvordan flirter man med pigerne? Og hvordan laver man frikadeller? Det er sgu svært.«

dre i samme situation som jeg selv og som kunne svare på nogle af de spørgsmål, jeg gik rundt med. Hvordan ved man, hvilket tøj man har på, når man er blind? Hvordan flirter man med pigerne? Og hvordan laver man frikadeller? Det er sgu svært. Det var fedt at dyrke en sport på lige vilkår, og at jeg så også havde talent, var jo bare et held.«

SØREN HOLMGREN BLEV grebet af sporten, som han kalder »meget kraftfuld, macho og utrolig sjov«. Holdets ambitioner blev lidt efter lidt skruet i vejret, og ved VM i Madrid i 1998 kvalificerede det sig til OL i Sydney i 2000. Det blev til guld – med Søren som topscorer. Han opsagde herefter sit job for at kunne koncentrere sig om sporten, og i 2004 var han igen med til OL i Athen, hvor det også blev til guld.

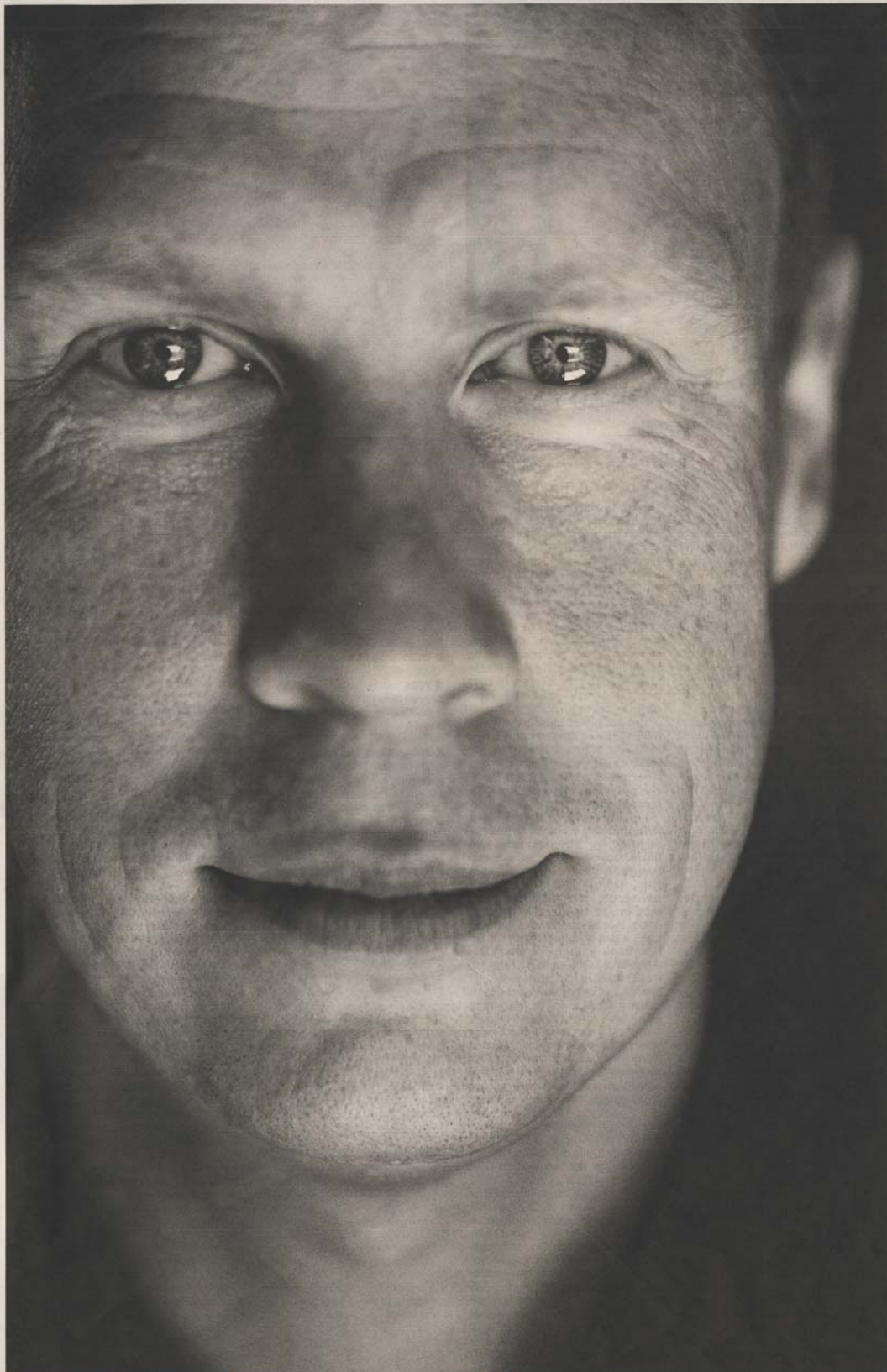
»Vi var behårdede og havde lagt en strategi for alt. For træning, forbedrelserne inden de enkelte kampe, mentaltræning og kost. Plus at vi ændrede kampstrategi afhængig af modstanderen.«

Søren Holmgren forklarer sin konkurrence-talenter og målrettedet med to forhold. Det ene er nødvendighed. Som blind er han nødt til at være systematisk og målrettet. Når han skal lære et nyt computersystem at kende, er det tvungende nødvendigt, at han er koncentreret og systematisk. Det andet forhold er hans barndom.

Han er vokset op i København. Da han var 12 år gik hans mor og stedfar fra hinanden. Derefter boede han alene med sin mor på Vesterbro. Hun var bryggeriarbejder på treholdsskift, og i weekenderne arbejdede hun som servitrice på beværtinger. »Vi var vel det, man kan kalde fattige,« siger Søren Holmgren, der ofte var alene hjemme og måtte klare sig selv, fordi hans mor var på arbejde.

»Der er ingen tvivl om, at min mor har været med til at give mig den holdning, at man skal kæmpe for tingene, og at det er ens eget ansvar at få det bedste ud af hverdagen og livet. Min konkurrence-talenter skyldes, tror jeg, at jeg som barn på grund af mit synshandicap måtte kæmpe hårdere end andre. Jeg har været tvunget til det, og det har formet mig. Jeg er nødt til at tænke meget målrettet og struktureret. Jeg opstiller målsætninger, som jeg opdeler i undermål-sætninger, og så husker jeg at fejre mine succeser.«

Når man ser Søren Holmgren gå hen ad gaden i et område, han ken-



»Når folk møder mig, tænker de først på mig som blind. Men når de så har kendt mig lidt, ser de mig som en helt almindelig mand med kone, børn og job – som forresten er blind,« siger Søren Holmgren.



ANDRE ØJNE FORTSAT FRA SIDE 15

der, så er det kun hans hvide stok, der afslører, at han er blind. Han går atletisk og afslappet, og hvis mobilen ringer, så taler han, mens han går. Når man sidder overfor ham glemmer man hurtigt, at han ikke kan se. Hans øjne er rettet mod en, og han er en meget nærværende samtalepartner.

»Når folk møder mig, tænker de først på mig som blind. Men når de så har kendt mig lidt, ser de mig som en helt almindelig mand med kone, børn og job – som forresten er blind. Jeg har været ude for, at nogen har kastet noget til mig, som jeg skal gribe,« siger Søren Holmgren og griner.

Men selvfølgelig møder han også problemer. Hvis han er ude med sin kone og stiller et spørgsmål til en person, har han været ude for, at vedkommende svarer hans kone. Han har også været ude for, at hans ledsager får spørgsmålet: »Vil han have mere at spise?«

»Når jeg bliver negligeret på den måde, kan jeg mærke, at det gør nas,« siger han.

I SIN BOG bruger Søren Holmgren ord som at være i »øjnehøjde« og »så langt øjet rækker«. Som seende virker den slags udtryk lidt højtråbende, når man taler med en blind. Er det i orden at bruge den slags ord?

»Personligt, og her taler jeg ikke på vegne af andre blinde, bliver jeg stødt, hvis folk laver om på deres sprog, når de taler med mig. Hvis de gør det, udstiller de den forskel, som de synes, der er. Man studser lidt, når en siger »så du fodbold i går?« og så ændrer det til »hørte du fodbold?«. Blinde siger også »vi ses« og »så du fodbold?« til hinanden. Det kan godt være, at jeg ikke »ser« fodbold som sådan, men jeg går til fodbold på Lyngby Stadion, lige som jeg går i biografen med min kone, venner og børn. Det er vigtigt at deltage i sociale aktiviteter, som ikke er baseret på, at jeg er blind, for ellers kan folk ikke holde ud at være sammen med mig i længden. Plus, at det er vigtigt, at jeg bliver stimuleret og ved, hvad der foregår i den seendes verden.«

Efter OL i Athen ventede Søren Holmgren og hans kæreste Nadia (som han mødte ved en firmafest, og som først troede, at det var en joke, da han ude på dansegulvet fortalte hende, at han var blind) deres første barn. Derfor ville han have et fast job. Han drømte om enten IBM eller Novo

Nordisk og ringede først til IBM. Til sin store overraskelse blev han stillet direkte ind til personaleledertøen.

»Det kom så meget bag på mig, at jeg ikke vidste, hvad jeg skulle sige. Så det blev noget med: Hej, jeg er programmør, har to OL-guldmedaljer, vil gerne arbejde hos IBM – og så er jeg forresten blind.«

Han kom til samtale og fik et job som sælger – det, som socialrådgiveren havde sagt, var umuligt for en blind – og efter et år blev han Rookie of the Year, en pris, der gives til årets bedste nyansatte sælger i Europa, Mellemøsten og Afrika.

»Jeg var blevet indstillet af en af mine chefer og vurderet af ledelsen i USA. Der vidste de ikke, at jeg var blind, og det var jeg glad for. Prisen bliver uddelt på baggrund af faktuelle, målbare ting som salg og sociale kompetencer.«

I marts sidste år forlod Søren Holmgren IBM for at blive investeringsrådgiver, men desværre kom finanskrisen på tværs, og sammen med en sner andre ansatte blev han fyret. Han har nu etableret sig som selvstændig foredragsholder med store private og offentlige virksomheder blandt sine kunder. I denne uge har han holdt ni foredrag for det internationale firma, Mercuri International i Oslo, og hen over sommeren skal han bl.a. holde foredrag i Sverige, Tjekkiet og Slovenien.

Han taler bl.a. om motivation, et emne han i kraft af sit handicap selv har arbejdet meget med. Han bruger power point-præsentationer ved sine foredrag, og utroligt nok kan han, skønt han ikke selv kan se dem, hitte rede i dem og skifte frem og tilbage afhængig af, hvad hans tilhørere spørger om. Og så er humor, siger han, en vigtig ingrediens. Engang bad han tilhørerne om at række hånden op, hvis de havde noget at spørge om. Et øjeblik var der helt stille, så brød publikum ud i et stort grin.

»Det, som jeg oftest hører, er, at min tilgang til verden er meget positiv, selv om man måtte forvente, at den er negativ. Det er slående for folk, at jeg ikke er bitter. Det, som vækker mest gehør, er min scoreboard-model, der går ud på at lave en liste over, hvad der er vigtigt i ens liv. Hver gang, man så opnår en af de ting, får man et punkt. Det er en såre simpel måde at huske sine succeser på og at være opmærksom på de ting, man er glad for. For min eget vedkommende

SÅDAN FÅR DU SUCCES

I sin nye bog »Blind tillykke« giver Søren Holmgren en række værktøjer til at skabe personlig udvikling og motivation. Her er hans fire bedste råd...

- 1 Vær ikke bange for at prøve nye ting. Det er på den måde, at man finder større potentiale hos sig selv.
- 2 Lad være med at tage kritik og uheldige oplevelser personligt. Husk, at der er forskel på »du er dum« og »det var dumt«.
- 3 80 pct. af al succes er forberedelse. Jo bedre du har kontrol over en situation, jo bedre kan du styre begivenhederne.
- 4 I stedet for at stræbe efter lykken, så vær lykkelig, mens du stræber.

BLÅ BOG

■ 37 år, født i København og opvokset på Vesterbro.

■ Fik som 17-årig konstateret en øjensygdom, som gradvist har gjort ham blind.

■ 1992 Uddannet edb-assistent. Har siden arbejdet som lærer og datakonsulent på Blindeinstituttet, driftsopporter og afdelingsleder hos Debitel.

■ OL 2000 og OL 2004 Vinder guld i goalball.

■ 2004 Starter som sælger hos IBM, hvor han bliver udnævnt til bedste nyansatte sælger, Rookie of the Year, blandt IBM-kolleger i Europa, Afrika og Mellemøsten.

■ 2008 investeringsrådgiver i Acta Kapitalforvaltning. Arbejder nu som selvstændig foredragsholder med emner som motivation, personlig udvikling og teambuilding.

■ 2008 Tildes Junior Chamber Internationals pris, The Outstanding Young Persons Award. Prisen gives til en person, som igennem entreprenørskab, iværksætterånd, lederskab og engagement kan inspirere andre.

■ Er gift med Nadia (29), som bliver færdig som pædagog om nogle få uger. De har sammen to døtre, Isabella Malou og Anna Caroline, på henholdsvis fire og et år.

■ Se også www.itold.dk

er det f.eks. min hustru. Hver morgen, når jeg vågner, så står der 1-0 til mig. Jeg er vildt glad for hende. Det samme gælder mine børn, og hvis jeg hører noget bestemt musik, som jeg elsker. Eller hvis jeg har et godt kundemøde eller holder et godt foredrag. Hvis der så er nogen, som råber af mig i trafikken, eller hvis jeg går ind i en cykel på fortovet eller træder i en hundetung, så er det da irriterende, men jeg tænker så, at der er så mange gode ting. Det ændrer min måde at tænke på.«

NÅR MAN BESØGER Søren Holmgren og hans kone i hjemmet i Lyngby i Nordsjælland bemærker man ikke, at han er blind. Han bevæger sig ubesværet rundt i huset og haven, og når børnene kommer hjem fra daginstitution, løber de far i møde og giver ham et knus og fortæller, hvad der er sket i løbet af dagen, inden de skal ud i haven for at gynge på det gyngestativ, deres far lige har bygget til dem.

»Det er hårdt at grave stolperne 70 cm ned,« siger han og ser temmelig stolt ud.

Netop hans børn er et ømt punkt. Anstregelserne og besværet med at færdes i trafikken og med at lære nye ting udenan, fordi han ikke som andre kan støtte sig til notater, er praktiske problemer. Men med hans to døtre på fire og et år er det selvfølgelig noget helt andet.

»Jeg er fuldstændig ligeglad med, hvad verden tænker om mig og mit syn, og jeg mener faktisk, at jeg kan klare hvad som helst. Men er der nogen, som kan få en utilstrækkelighedsfølelse frem i mig, så er det mine børn. Når min store datter kommer med en bog og spørger: »Skal vi ikke læse den?« bliver jeg virkelig ramt dybt ind i hjertet. Der ville jeg virkelig gerne kunne være den perfekte far, men det er jeg ikke på det punkt. I stedet for at læse op fortæller jeg dem historier. Jeg gør de samme ting med mine børn, som andre fædre, men der er også nogle ting, der er anderledes. Jeg ville da ønske, jeg kunne se mine børn. Den lille er 20 måneder. Hun gestikulerer og smiler, men har endnu ikke et sprog. Hende vil jeg virkelig gerne kunne se.«

Søren Holmgren – fortalt til Henriette Bendix: »Blind tillykke. Forlaget People's Press, 299 kr. Et udkommet.

ma@berlingske.dk