

Från äventyrlig pojkflicka till  
*drottning av*  
**Mullingstorp!**



Denise Lagercrantz har alltid varit sådan som vill hjälpa andra, ibland på gränsen till självutplåning. På självutvecklingskurser på Mullingstorp lärde sig Denise att sätta gränser, och få ett sunt förhållningssätt till hur man stödjer andra bäst. Nu har hon äntligen hittat hem som verksamhetsansvarig på kursgården.

Text Monica Katarina Frisk Foto Per Frisk



När Free träffar Denise Lagercrantz för en intervju är hon på plats strax före mig. Över en kopp te och en frukostmacka berättar Denise frispråkigt om den brokiga uppväxten på Lidingö till ägare av Mullingstorp, en av Sveriges mest framgångsrika kursgårdar.

- Nu har jag äntligen förstått vitsen med juridiken. Juridiken, liksom kurserna på Mullingstorp, är till för att kunna fånga upp människor som sitter fast i sina känslomässiga mönster.

För nästan ett år sedan tog Denise Lagercrantz och Otto Runmark över kursgården som startades av den i mångas ögon kontroversiella läkaren Bengt Stern på 1980-talet.

Denise och hennes man möttes via sitt gemensamma intresse: amerikanska 50-talsbilar. Ett intresse som Denise fick i unga år då hon, främst kanske mot sin pappas önskan, valde att gå fordonsteknisk linje på gymnasiet.

- Jag har nog alltid känt att jag är lite annorlunda, säger hon fundersamt. Vi bodde till exempel i det risigaste huset på hela Lidingö, tror jag.

Denise Lagercrantz växte upp med en sju år äldre halvsysster, frånvarande hemmapappa och en ständigt arbetande mamma. Ombytta roller således, vilket tidigt präglade Denise.

- Jag och min mamma har alltid haft ett tajt förhållande, hon har alltid stöttat mig på både gott och ont.

Men ibland har Denise dock känt det som om hon blivit lämnad åt sitt eget öde.

- Det var först senare när jag själv fick barn som jag lärde mig sätta gränser för hur mycket man ska ställa upp för varandra.

**DENISE, SOM ÄR DOTTER** till den kända brottmålsadvokaten Kerstin Koorti, har alltid gått sin egen väg. I tonåren meckade hon med bilar och byggde sin egen hot-rod-bil. Efter gymnasiet jobbade hon som bilmekaniker på Corvette Sweden och några år som besiktningsman på Bilprovningen. Vid flera tillfällen kommenterade Denise pappa och släkten hennes yrkesval, med att hon väl kommer sluta som gatso-pare eller något liknande.

- Och när en av mina besiktningskollegor skulle gå i pension slog det mig att nu har jag

fyrtiofem år kvar till pensionen. Det kan ju inte vara det här med att kolla den ena bilen efter den andra, som jag ska hålla på med dagarna i ända. Nej.

Så hon läste in några ämnen och började plugga till jurist i 20-årsåldern, samtidigt som hon hjälpte till som sekreterare på sin mammas advokatbyrå och bokade in klienter. För att slippa ta studielån fortsatte hon som timanställd besiktningsman, tidiga morgnar före sina föreläsningar på universitetet.

Under tiden jag lyssnar på Denise inser jag snabbt att framför mig har jag en aldeles särskild administrativ begåvning. En engagerad och äventyrlig ung kvinna som helt naturligt håller koll på mycket samtidigt. En egenskap som kommer väl till pass som nybliven vd för kursgården.

”Juridiken, liksom kurserna på Mullingstorp, är till för att kunna fånga upp människor som sitter fast i sina känslomässiga mönster.”

Sin egen väg har Denise också gått vad det gäller kärleksförhållanden. Hon har alltid haft mycket äldre pojkvänner, som har varit både tio och trettio år äldre.

- Mamma släppte till exempel iväg mig till Thailand när jag var 16 år. Jag åkte med min dåvarande pojkvän som var 32.

Det var tack vare en rättslig tvist, som hennes mamma hamnade i om ett advokatarvode, som Denise träffade sin blivande man. För att skaffa fram pengar till sig själv och modern beslöt sig Denise för att sälja sin svarta ameri- ▶

## DENISE LAGERCRANTZ

Ålder 30 år.

**Familj** Förlovad med Otto Runmark och 5-åriga sonen Eldor, samt tre bonusbarn. Mor och far och en äldre halvsysster.

**Bor** Mullingstorps kursgård, Vikbolandet, utanför Norrköping.

**Yrke** Advokat.

**Aktuell som** Vd och verksamhetsansvarig på Mullingstorps kursgård.





En musikfestival för att bevara världens vildmark

## 9 - 11 AUGUSTI 2012 Festival i Orsa med musik, kultur och miljö



Arrangeras av föreningen Världens mitt i samarbete med Naturskyddsföreningen och Orsa Kommun

### Musik förenar världen

**Rock Reggae Worldmusic Trance House Techno**  
**Konstmaraton Karneval Eldshow**

#### Workshops

Gitarr, Fiolspel, Kulning, Didgeridoo, Djembe, Samba, Cirkus & Gycklarskola

Ekologisk mat, Solenergi, Ekoby, Naturvandring, Turridning,  
Solfångare, Bygg miljövänligt, Odlar ekologiskt

Traditioner, Myter, Sägner & Folklore - Möt världens ursprungsbefolkningar



Rainbow Fields värnar om världens vildmark - en del av festivalens vinst kommer att gå till att friköpa skog och mark runt om i Sverige. Denna mark kommer att bevaras som orörd vildmark till kommande generationer.

### Festivalbiljetter

Tre dagar 755 kr En dag 355 kr

**Biljettförsäljningen sker via Tickster och Siljan turism**

Camping & parkering finns bredvid festivalområdet på Orsa Flygplats

Information om boende, anmälningsblanketter för utställare, workshops, funktionärer, konstmaraton, promotion scen och karneval finner du på vår hemsida - [www.rainbowfields.se](http://www.rainbowfields.se)

Tel: 076-794 10 30 [info@rainbowfields.se](mailto:info@rainbowfields.se)

Sponsorer:

free

DRUM AND DANCE

kanska älsklingsbil. Hon vände sig till bilföretaget där hon köpt bilen några år tidigare. Hos Otto.

- Men han betalade för lite, så jag sålde till en annan. I stället för att det blev affär av, så frågade Otto om han fick bjuda på middag.

Och så blev det, dagen därpå åt de en lunch tillsammans som varade i tre timmar. Sedan dess har de varit ett par.

Några år senare under en resa till USA, efter att sonen Eldor fötts, kom Denise fram till att relationen till hennes mamma var aldeles för gränslös. Hon bröt kontakten under en tid.

- Nu när jag hade egen familj, såg jag bättre mina egna mönster och att jag alltid varit sådan som vill hjälpa andra, och ställde upp för min mamma, ibland på gränsen till självutplåning.

**DENISES ERFARENHETER AV** hur myndigheter agerar och hur man arbetar inom advokatvärlden, där vanliga människor ofta kommer i kläm, gjorde att hon sökte något annat. Hon ville jobba med människor på ett nytt sätt.

Hennes man Otto, hittade en annons om Mullingstorp i en kvällstidning. Otto, som är egen företagare, hade sålt sitt företag och började fundera över sin roll i livet. Själv funderade Denise på meningen med sin juristutbildning. Vad tjänade det till?

Mötet med Mullingstorp blev avgörande.

- Jag blev frälst av kontakten med mina egna känslor. Och kursen stärkte verkligen min och Ottos relation.

Denise Lagercrantz hoppade av sitt jobb på den egna juristfirman, efter att hon gått sin första kurs.

- Under övningarna blev jag medveten om hur min barndom påverkat mina känslor och vilket mönster av känslor jag upprepade i mitt liv på olika sätt.

Efter att Denise stängt den egna juristfirman hittade hon dock tillbaka till sin mamma och började jobba hos henne igen. I dag tar hon som advokat bara på sig sådana uppdrag som hon brinner för.

Denise insåg att hennes egna klienter troligen aldrig skulle ha hamnat i den situation de befann sig i om de lärt känna sig själva bättre. Och hon förstod också att många inte fick den hjälp de faktiskt behövde.



### KURSER OM FÖRSONING OCH LÄKNING

Mullingstorps kursgård grundades av läkaren *Bengt Stern* i början av 1980-talet, på hans fädernegård. Bengt Stern gick bort i cancer 2002, då hans hustru *Viktoria Eriksson* tog över verksamheten.

Kurserna handlar om de egna känslorna och barndomens påverkan på vuxenlivet. Ett av de mer kontroversiella inslagen på Mullingstorp går ut på att mana fram känslominnen och möta sin egen smärta och ångest i en läkarövervakad födelseövning. I övningen kommer deltagaren ofta i kontakt med känslor som ensamhet, panik och dödsångest. Enligt kursledningen är det smärtsamma känslor som till stor del påverkar på våra liv och de val vi gör. Meningen med övningen är att paniken inte ska få ta över eller styra, utan att man ska möta den och försonas med sig själv.

Att försonas med sina känslor innebär en läkning, både psykiskt och fysiskt, eftersom stressen, och bland annat vår rädsla för känslor, markant minskar. Det vittnar de flesta deltagares utvärderingar om, inklusive reporterns egen. Om effekten av kurserna på Mullingstorp finns att läsa i läkaren *Lotta Fernros* avhandling vid Karolinska institutet, läs mer om studien: <http://publications.ki.se/jspui/handle/10616/40196>.

- Jag tog mig an fall med omhändertagande av barn, vårdnadsärenden och brottmål.

I flera ärenden hänvisade hon sina klienter till terapeuter så att de kunde få hjälp med de bakomliggande orsakerna och de känslor som hade bidragit till den situation de befann sig i. Det, i kombination med en juridisk process, ledde alltid till något gott.

- Det var då jag äntligen förstod vitsen med juridiken. Juridiken är ett normsystem för människor som är omedvetna om sina känslor. Juridiken är till för att kunna fånga upp människor som sitter fast i sina mönster, och för att i förlängningen kunna slussa dem vidare.

**LIKNADE TANKEGÅNGAR** är religionspsykologen *Cecilia Melder* vid Uppsala universitet inne på. I sin avhandling om existentiell folkhälsovård visar hon att det går att nå stora samhällsvinster (med liknande verksamhet som till exempel den Mullingstorp erbjuder, red anm.), genom att erbjuda insatser som bygger upp och fördjupar individens existentiella hälsa.

- Existentiell hälsa handlar om att man känner mening, hopp och samhörighet i kombination med att man har någon övergripande hållning i tillvaron. En livshållning som till exempel kan vara andlig, religiös eller politisk, säger Cecilia Melder.

Enligt Cecilia Melder är det många som sak-



nar något att förhålla sig till, vilket kan leda till existentiell ohälsa. Denna ohälsa påverkar hur människor mår såväl psykiskt som fysiskt och resulterar också i en social ohälsa.

Ett halvår efter sin första kurs gick Denise också steg två på Mullingstorp, vilket påverkade hennes sätt att uttrycka sina känslor.

- I dag förstår jag att jag själv haft hämnd- och revansch känslor som drivit mig till att försöka bevisa för min pappa att han hade fel. Mitt förflutna har påverkat mig mer än jag någonsin kunnat ana och mer än vad jag varit medveten om.

Tidigare i år deltog Denise mamma Kerstin på både steg ett- och steg två-kurserna på Mullingstorp, trots att hon länge varit mycket skeptisk.

- Det var som att få en helt ny mamma, säger Denise. Nu förstår vi varandra så mycket bättre. 🍷

## Plus mer

Hemsida: [www.mullingstorp.com](http://www.mullingstorp.com)

"Att må dåligt är en bra början", *Bengt Stern*.

Förlag: Mullingstorp.

## UNIKT HÄLSOVATTEN NU I SVERIGE

- Förklarades som hälsovatten år 1838
- Naturlig hög halt av litium, kalcium och magnesium
- Belönat med 28 medaljer för sin utsökta smak

**BESTÄLL PÅ [www.santoli.se](http://www.santoli.se)**

alltid fri frakt och 10 % rabatt om du anger rabattkod 183811

**SANTO Li+**

