

A woman with long dark hair, wearing a white strapless dress with gold embroidery, is captured mid-jump against a bright blue sky with scattered white clouds. Her arms are raised high, and she has a joyful expression with her mouth open. The sun is visible in the top right corner, creating a lens flare effect. The overall mood is one of happiness and freedom.

Så tänder du
glimten
i ditt inre

Pippi power handlar om att frigöra sin inre feminina kraft. Det säger Gitte Jörgensen som är författare till boken "Pippi power". Boken inspirerar också till att återigen hitta glädjen och kreativiteten i sitt liv.

Text Monica Katarina Frisk
Bild Shutterstock
Foto Per Frisk



Gitte Jörgensen är författare, journalist och coach. Hon bor i Köpenhamn med sin 12-åriga son. "Pippi power" är hennes andra bok.



Vi träffar Gitte Jörgensen på ett hotell mitt i Köpenhamn. Hon kommer in som en virvelvind med ett vackert leende och ett hår som är mycket pippilikt och ostyrgigt.

Hennes nya bok "Pippi power" handlar om sju olika vägar att få tag på och frigöra sin inre kraft.

- Och sin egen Pippi Långstrump-kraft, säger hon leende.

Pippi power når man genom dessa sju vägar: inre kraft, skapande, passion, självkänsla, kreativitet, nätverk och njutning.

- Jag har skrivit boken för att uppmuntra till att få mod och styrka att göra det bästa av sitt liv. Vi kan använda det vi redan känner till, i stället för att läsa 25 självhjälpsböcker.

När Gitte föreläser om sitt budskap brukar hon ställa denna fråga till sina åhörare: "Vad skulle du göra i ditt liv om du vore Pippi?"

- Då tänds det en glimt och en antiauktoritär inställning väcks till liv inombords. Det är den här bokens mission att älska fram, ge näring åt och uppmuntra den här särskilda glimten.

Enligt Gitte finns i det kvinnliga psyket ett sätt att underordna sig för att bli omtyckt. Nu har vi allt det vi velat uppnå, materiellt sätt, då kan vi ta nästa steg och bli starka som kvinnor, med Pippi power.

PÅ SKOJ BRUKAR Gitte Jörgensen kalla ljusglimten för Pippi power, för hon har upptäckt att när hon talar om att vara och leva mer på "pippivis", då tänds det samma glimt av: "Yes, det skulle vara fantastiskt", i hennes väninnors, vänners och många andras ögon.

- Och det gör det också i mina egna när jag

upptäcker vad jag verkligen har lust med och vad som ger mig glädje.

- Jag tror på att om vi kan tända glimten och göra den större så kan den lysa upp vår kropp och vårt liv, och när vi börjar lysa kommer andra att komma närmare. De kommer att fråga vad som har hänt.

Kanske svarar vi att: "Det vet jag inte", med en lätt skakning på huvudet, säger Gitte.

- Och det är inte för att du vill vara kryptisk eller hemlighetsfull. Det är för att det inte går att sätta ord på. Det var bara något som satte igång den dagen Pippi väckte din själ och började viska till dig.

Vad är egentligen Pippi power?

- Pippi power är en inre kraft, ett uttryck för den sanna människan. Hon är en ren kraft. Hon tänker sällan på vad man bör göra eller andra tycker man ska göra. Hon får det bästa ut av det vi har.

- Mitt bästa svar är att det gör dig till en magisk skapare som kan förvalta energi och göra drömmar till verklighet.

För att få Pippi power ska vi blanda vår inre kraft, förmågan att skapa, passionen, självkänslan, kreativiteten och vår förmåga att skapa nätverk i ens liv med det som man själv hittar på och som är en själ.

- Då kommer du att ha goda förutsättningar för att göra det du har lust med och för att kunna dansa de steg som du själv och världen har behov av.

Pippi power handlar också om att vi kan skapa oss det liv vi vill precis där vi är. Vi behöver inte åka till Nya Zeeland eller ta ett sabbatsår, tycker hon.

- Vi kan förbättra vår eget liv just där vi befinner oss i livet. Det är en inspirationsbok.

ENLIGT GITTE VET MAN ALDRIG vad som händer med kvinnor som får tag i sin egen pippikraft.

- Det frigör en enorm kraft. Du blir väldigt glad av att få fatt i din pippikraft, helt enkelt!

Gitte är övertygad om att det aldrig är för sent att förändra något. Hon tycker vi ska säga till oss själva att alltsammans just håller på att börja. Allt förändrar sig hela tiden. Cellerna i vår kropp är inte desamma i morgon som de är i dag, och det behöver vår föreställning om oss själva inte vara heller.

"Pippi power är en inre kraft, ett uttryck för den sanna människan."

- Du kan besluta dig för att ditt nästa andetag ska vara det första i en lång rad av nya, och att vart och ett av dem ska vara fyllt av små partiklar av Pippi power. Du kan föreställa dig att du fyller dig med denna kraft, och så småningom, lite i taget, blir den.

Även om kraften är sådan som omständigheterna är i ditt liv just nu, bara en gnista eller en svag glöd, eller en väldigt liten brasa, kan gnistorna och glöden bli större när du får inspiration till hur du kan åstadkomma det.

- Det är det som är avsikten med bokens budskap: Att ge dig idéer till hur du kan utveckla och leka med din Pippi power. ▶

Inre kraft

Pippi power kan leda dig in i ett gränslöst land av kvinnlig kraft och styrka. Ett land med magiska nätter och himmelska höjder. Ett land där du dansar ut din poesi och din vildhet när du har lust till det. Mitt på förmiddagen, långt ut på natten. Där du går ut genom en dörr när du vet att du är tvungen till det och ringer på en annan dörr när du vet att det är nu du ska göra det. Där dina sinnen leder dig på vägen i den riktning som är rätt för dig och du obekymrat och oförfärat följer vägledningen, för vad är det värsta som kan hända? **Utdrag ur boken "Pippi power".**

Jag har upptäckt att när jag föreslår de kvinnor jag möter på min väg att göra något som de inte brukar göra, men som de skulle ha en stark lust till om de hade haft modet, då få de en särskild glimt i ögonen.

Något tänds.

Något börjar pulsera och rumstera i deras inre.

Något väcks till liv.

Små gnistor av "yes, det här kan bli fantastiskt" flamar upp och en hon-djävulsk blick kommer fram - på det positiva sättet.

Tänk om du skulle lämna mannen och barnen och tvätten och ta in på hotell i ett dygn tillsammans med en väninna?

Tänk om du skulle anmäla dig till den där kursen du alltid har drömt om?

Tänk om du skulle säga till chefen att hon får det arbete hon har beställt två dagar senare?

Tänk om du skulle hitta en älskare?

Tänk om du skulle säga till släktingarna att de ska ta med sig en rätt vardera till lunchen, för att barnen har hållit dig vaken hela veckan?

Tänk om du skulle säga de ord som tränger sig på?

Tänk om du skulle ta på dig två olika strumpor?

Tänk om du skulle börja dansa?

Tänk om ...

Kan du känna den?

Det är den här bokens mission att älska fram, ge näring åt och uppmuntra den här särskilda glimten.

På skoj brukar jag kalla ljusglimten för Pippi power, för jag har upptäckt att när jag talar om att vara och leva mer på "pippivis", då tänds det samma glimt av "yes, det skulle vara fantastiskt" i mina väninnors, vänners och många andras ögon som jag möter omkring mig. Och i mina egna, när jag upptäcker vad jag verkligen har lust med och vad som ger mig glädje.

Och glimten kan bli till glöd, som kan bli till lysande flammor.

Och de kan göra oss levande.

Jag tror på att om vi kan tända glimten och göra den större så kan den lysa upp vår kropp och vårt liv, och när vi börjar lysa kommer de andra att komma närmare. De kommer att lägga märke till att vi har förändrats, och de

kommer att fråga vad som har hänt.

"Det vet jag inte", kommer du att svara med ett lätt skakning på huvudet.

Och det är inte för att du vill vara kryptisk eller hemlighetsfull. Det är för att det inte går att sätta ord på. Det var bara något som satte igång den dagen Pippi väckte din själ och började viska till dig.

Men vad är Pippi power? undrar du.

Mitt bästa svar är att det är den kraft som gör dig till en magisk skapare som kan förvalta energi och göra drömmar till verklighet.

För att få Pippi power ska du blanda din inre kraft, din förmåga att skapa, din passion, din självkänsla, din kreativitet och din förmåga att skapa nätverk i ditt liv med det som du själv hittar på och som är du. Då kommer du att ha goda förutsättningar för att göra det du har lust med och för att kunna dansa de steg som du själv och världen har behov av.

Wow! Låter det inte fantastiskt?

Jo, svarar du kanske lite tveksamt.

För du kan känna dig lite tveksam till om du kan göra så här.

Om du inte är lite för vanlig, om du verkligen kan hitta ditt mod och om det inte redan har gått lite för många år för att ditt liv ska kunna bli magiskt bara sådär.

Och mitt svar är, att så är det inte och det kan du visst.

Det är aldrig något som är för sent. Säg till dig själv att alltsammans just håller på att börja. Allt förändrar sig hela tiden. Cellerna i din kropp är inte desamma i morgon som de är i dag, och det behöver din föreställning om dig själv inte heller vara! Du kan besluta dig för att ditt nästa andetag ska vara det första i en lång rad av nya, och att vart och ett av dem ska vara fyllt av små partiklar av Pippi power. Du kan föreställa dig att du fyller dig med denna kraft, och så småningom, lite i taget, blir den.

Kanske är kraften sådan som omständigheterna är i ditt liv just nu, bara en gnista eller en svag glöd, eller en väldigt liten brasa, men gnistorna och glöden kan bli större när du får inspiration till hur du kan åstadkomma det. Det är det som är avsikten med den här boken: Att ge dig idéer till hur du kan utveckla och leka med din Pippi power. Anne Mølleskov (som har gjort den grafiska utformningen) och jag har samma mission medan vi skapar den här boken. Vi tränar och övar oss också. Vi blir bättre och bättre på det. Vi är, precis som du, en del av samma rörelse som pågår i världen, som handlar om att det är dags att vi upptäcker vilka resurser vi har inom oss och ger oss själva och varandra lov att utveckla denna potential och bli känslomässigt fria. Så välkommen att dansa med ut i detta nya "Pippi-land". ☺

Plus mer

"Pippi power – 7 vägar till kvinnlig kraft", *Gitte Jörgensen* (Ica bokförlag 2010)
Kontakt med Gitte: www.gittejoergensen.dk

Nyckelord för vad som bland annat kännetecknar en Pippi:

- Hon gör de saker hon vill och de saker hon har lust till
- Hon är en rebell
- Hon går emot samhällets oskrivna regler och normer
- Hon söker det bästa för sig själv och andra människor
- Hon tänker otraditionellt
- Hon är okonventionell
- Hon är anti-auktoritär
- Hon ifrågasätter hur man brukar göra saker
- Hon är sann mot sig själv
- Hon är stark och hon vågar vara det
- Spontan
- Rättvis
- Hon tar inte livet så allvarligt
- Och hon bekymrar sig inte för "i morgon"
- Hon gör en massa bakochframvända saker
- Hon är modig och självständig
- Hon bryr sig inte om vad andra tycker
- Hon går sina egna vägar
- Hon vågar säga ifrån och säga till
- Hon gör det hon tänker
- Hon är fantasifull och kreativ och pro aktiv
- Nyfiken
- Hon har humor och fantasi