

Tro&Spiritualitet

Denne side er redigeret af Michael Sørensen

LEVENDE KRISTENDOM Firmaet Heartfulness Spiritual Life Management tilbyder både virksomheden, familielivet og privatlivet et spirituelt eftersyn. Målet er blandt andet at hjælpe folk med at finde tilbage til deres tro

De coacher spiritualiteten frem

AF NANNA SCHELDE

Kan man coache troen og spiritualiteten frem i folk?

Det mener Benjamin Williamson-Westerman og Hannah Epstein, der i snart et år har haft firmaet Heartfulness Spiritual Life Management, beliggende i København.

Målet er gennem coaching, vejledning, øvelser og foredrag at få både privatpersoner og virksom-

heder til at udvikle sig hen imod mere harmoni – heartfulness, som de kalder det. Det kan for eksempel være at finde tilbage til – eller bare finde – den kristne tro, der har været væk. Mange mennesker i Danmark savner en tro, men de fleste har mulighed for at få den igen, mener Benjamin Williamson-Westerman, der er psykoterapeut og spirituel underviser.

– Der er så mange, der er på

jagt efter den og ønsker den, men deres muligheder er blevet taget fra dem. Folk har det virkelig svært med at komme til os og sige: Jeg har brug for hjælp. Der er en opfattelse af, at hvis du ikke kan det hele selv, er du en fejl. Det er næsten ulovligt i samfundet at have en tro, og du kan opleve at blive mobbet. Hvis det ikke var socialt forbudt, ville mange flere stå ved deres tro, mener Benjamin Williamson-Westerman.

Den 35-årige underviser har også selv været på lidt af en spirituel rejse. Han voksede op i England med en jødisk mor og en katolsk far, men var ikke døbt, så han måtte selv finde ud af, hvad han ville. Efter både at have været forbi buddhisme og hinduisme vendte han alligevel tilbage til katolicismen og blev døbt.

– Jeg vidste, at jeg selv havde brug for en kærlig forbindelse med Helligånden. Nu hører jeg under kirken, og Helligånden

passer på mig, forklarer han.

Heartfulness er også imødekommende over for folk med andre religiøse overbevisninger end den kristne.

– Vores grundmotto er at hjælpe folk tilbage til deres egen tro. Selvom min tro er fuldt og fast katolsk, så har andre personer andre ord for den samme forbindelse. Mit ønske er at hjælpe folk til at finde deres eget ord for den forbindelse, fortæller Benjamin Williamson-Westerman.

– Vi er åbne for alle mennesker, for de fleste er trosløse. Det er mit indtryk, at de, der har troen i forvejen, ikke har så megen brug for hjælp, fordi de allerede har forbindelse med Gud og kærlighed til sig selv, uddyber han.

Rent praktisk kan arbejdet mod mere heartfulness og personlig harmoni foregå på forskellige måder. Der er både private terapi-sessioner og kurser, hvor folk kan lære at tackle deres egen mening om, hvad Gud betyder, lige-



▲ Psykoterapeut og spirituel underviser Benjamin Williamson-Westerman fra virksomheden Heartfulness vil sammen med sin kollega Hannah Epstein hjælpe folk til at finde troen og spiritualiteten igen. Selv er han katolik. – Foto: Malene Korsgaard Lauritsen.

som der også er mulighed for foredrag, diskussion og debat om emnet.

– Det handler om, hvad vi gør

som mennesker. Vi skal lære at vise respekt for hinanden og hjælpe hinanden. De egenskaber begynder vi ofte at miste, når vi

siger nej til tro, siger Benjamin Williamson-Westerman.

schelde@kristeligt-dagblad.dk

kristeligt-dagblad.dk