

RIKKE HERTZ

”Spiritualitet handler om at lytte til din intuition”

Hvis du også drømmer om at blive bedre til at lytte til din intuition, giver vi dig nu en enestående mulighed for at blive vejledt af Danmarks mest efterspurgte spirituelle erhvervsrådgiver. Sammen med Rikke Hertz har vi lavet en masterclass, hvor du i løbet af januar både kan læse her i bladet om konkrete værktøjer og dels har mulighed for at komme med til et eksklusivt event. I denne uge møder du Rikke Hertz og tre af de erhvervsledere, hun har gjort en forskel for.

Velkommen til spirituel masterclass.

*Af MARIE-LOUISE TRUELSEN Foto FRANNE VOIGT, LISBETH HOLTEN OG PR/PRIVATE
Hår & makeup DENNIS KNUDSEN Styling CAROLINE SJORUP*

RIKKE HERTZ, 50 ÅR

Spirituel erhvervsrådgiver, coach, forfatter og underviser – og så er hun clairvoyant, healer og medie. Indehaver af Rikke Hertz Counseling, hvor hun yder spirituel erhvervsrådgivning og udbyder uddannelser og podcasts. Har udgivet 3 bøger om spiritualitet og medvirket i tv-programmet ”Nærkontakt”. Læs mere om spirituel udvikling og Rikkes online uddannelsesforløb på [Detspirituelleunivers.com](https://detspirituelleunivers.com). Gift med Michael Hertz Clausen. Har datteren Emilie, 27 og sønnen Oliver, 25, fra et tidligere forhold samt bonusdatteren Zandra, 31, som er datter af hendes første mand.





”Spiritualitet er en sans, som vi alle har, men som nogle er bedre i kontakt med end andre. En mavefornemmelse”

Du har den allerede i dig. Spiritualiteten. Spørgsmålet er udelukkende, hvor bevidst du er om den. Sådan siger Rikke Hertz, der igennem de seneste 11 år har haft det som sin mission i livet at udbrede kendskabet til, at spiritualitet er alt andet end hokuspokus. I hendes optik er spiritualitet et helt håndgribeligt værktøj, som vi alle vil have enorm glæde af at tage i brug. Rikke fik selv for alvor øjnene op for spiritualiteten, da hun stod i en kæmpe livskrise. Hun var blevet skilt fra sin mand, og hun var alene med to børn. Begge hendes adoptivforældre var alvorligt syge, og hendes nye kæreste var gået ned med stress. Samtidig havde hun et meget stressende job som management-konsulent, og til sidst kunne hun slet ikke mærke sig selv. Hun opsøgte en clairvoyant, som fortalte hende, at hun var ekstremt sensitiv og spirituel og kunne mærke alt uden filter. Fra den dag begyndte Rikke at lære alt, hvad hun kunne, om spiritualitet, energier og clairvoyance, og i dag er hun Danmarks ukronede guru indenfor alle disse områder, fordi hun har formået at bringe det ned på jorden.

– Jeg tror, det handler om, at jeg er jordbunden og helt almindelig, at man kan forstå det, jeg siger. Folk kan genkende de ting, jeg har været igennem, og de kan se, at det, jeg tilbyder, er noget andet, end at man skal konvertere til noget mystisk eller ligge på en måtte hver søndag og gøre noget underligt. De kan se, at man faktisk kan være et helt almindeligt, moderne karriere-menneske, der kan lide en god bøj og neglelak og samtidig være spirituel. Jeg tror, at jeg har stået for en fornyelse i forhold til alle de fordomme, der er omkring spiritualitet som noget, der forbindes med nervøs velour og røgelsespinde. *Hvad er spiritualitet så, hvis du skal definere det?*

– Spiritualitet er den måde, du lever dit liv på. Det handler om, hvad du tror på, hvilke



overbevisninger, du har, hvordan dit etiske kompas er indstillet, og hvad der er dit værdigrundlag.

Det lyder jo ikke spor hokuspokusagtigt?

– Nej, det er slet ikke flyvsk. Og det er det, jeg så gerne vil have alle til at forstå. For mig er spiritualitet en paraply, der indeholder det hele. Det, der foregår på det fysiske plan, på det følelsesmæssige plan, på det mentale plan og på det spirituelle plan. Spiritualitet er ikke noget ophøjet eller noget, som er nogle udvalgte mennesker særligt forundt. Spiritualitet er noget, vi alle har, og som vi alle kan bruge i vores liv. Hvis du føler dig rådvild eller i tvivl, så er spiritualitet en af koordinaterne til, at du kan finde hjem. Jeg vil så gerne have, at folk prøver at invitere spiritualiteten ind i deres liv, for jeg kan bare sige, at det er det, der har medført den største transformation i mit eget liv. Spiritualitet er hverken hokuspokus, nervøs velour eller ånden i glasset. Det er noget, der er allestedsnærværende, og som vi bare kan omfavne. Det eneste, det kræver, er, at vi drejer vores optik hen på det og stiller skarpt. Og så er det faktisk noget, der kun gør godt. Spiritualitet har ingen bagside. Ingen slagside. Det er alt andet end frygt og spådom. Spiritualitet er helt enkelt et navigationsværktøj, vi kan leve vores liv efter, og hvis vi tør følge det, får vi mere ro, harmoni, tilfredshed, glæde og lykke i vores liv.

Rikke gør meget ud af, at hun gerne vil give det, hun kan og har oplevet på egen krop, videre til andre. Det er det, hendes spirituelle uddannelser

Anne Guldhammer, 45, er selvstændig konsulent.



”Jeg sagde mit job op og blev selvstændig”

For Anne Guldhammer blev mødet med Rikke Hertz startskuddet til et helt nyt arbejdsliv som selvstændig.

- Jeg har altid været interesseret i det spirituelle, men indtil 2017, hvor jeg så Rikke Hertz i tv-programmet ”Nærkontakt”, havde jeg aldrig turdet gøre noget ved det. Men Rikke talte om koblingen mellem det spirituelle og forretningsdelen, og det tændte mig ret meget. Pludselig kunne jeg se, at man kunne bruge det spirituelle til noget praktisk og arbejdsmæssigt, og jeg meldte mig til Rikkens toplederuddannelse.
- Uddannelsen handler bl.a. om at tage lederskab over sig selv, for først når man kan det, kan man bruge det udenfor sig selv. Rikke har en lys og positiv energi, og det har jeg prøvet at lære mig selv at finde frem. Før var jeg ikke klar over, i hvilken grad jeg lod negative tanker overskygge alt det gode. Da jeg startede hos Rikke, var jeg i mental ubalance og var ikke særligt god ved mig selv, men det, Rikke har lært mig, har virkelig hjulpet. Forleden dag tog jeg mig selv i bare at smile over at være til. Uden nogen anledning. Det ville jeg aldrig have gjort før.
- Arbejdsmæssigt har det spirituelle også været et wake-up call. På papiret havde jeg drømmejobbet som administrerende direktør i en god arkitektvirksomhed, men pludselig kunne jeg se mit arbejdsliv i et helt nyt perspektiv, og efter et halvt år på uddannelsen sagde jeg mit job op og blev selvstændig.
- I dag bruger jeg alle de værktøjer, som Rikke har givet mig. Jeg sørger for at lade mig selv op med god energi og bruger bl.a. meditation meget. Jeg kan også finde på at spørge universet, hvis jeg er i tvivl om noget. Det kan virke underligt på folk, når jeg siger det, men jeg oplever gang på gang, at jeg ved at gøre det får en helt klar fornemmelse af, hvordan jeg skal løse et bestemt problem.



”Folk, der for eksempel er blevet mobbet eller har haft store kriser som børn eller unge, får de her evner aktiveret tidligere, fordi de har brug for at kunne fornemme, hvad der foregår”

går ud på, og det er det, hun gør i sit online uddannelsesunivers og med sine bøger, podcasts og foredrag. I virkeligheden vil hun i sidste ende gerne gøre sig selv overflødig, for hendes største ønske er, at alle lærer at bruge spiritualiteten selv. ALT for damerne har fået lov til at bringe uddrag fra hendes bog ”Spirituel – Din sjæl kan lede dig til succes” i denne og de kommende tre uger, og vi står sammen med Rikke bag en masterclass, der finder sted den 29. januar. Der er et begrænset antal pladser, så derfor indvilger Rikke glad og gerne i også at give en lille masterclass her og nu. Bevidstheden om spiritualitet kan inddeles i fire faser.

Hvis du skulle lære mig at integrere spiritualitet i min hverdag, hvad ville du så sige til mig?

– Så ville jeg sige til dig, at det ikke er noget, du skal integrere, for det er noget, du allerede har. Og det, du har, er en masse sanser. De fem kender du godt: Føle-, lugte-, smage-, høre- og synssansen. Og så er der den sjette sans, som er den sans, vi ikke rigtig kan definere på anden måde, end at det er noget, vi kan fornemme. Vi har alle den sjette sans, spørgsmålet er bare, om vi tør lytte til den. Om vi har lært at lytte til den. Eller rettere – om vi er kommet til at aflære at lytte til den hen ad vejen. Jeg ser det som min opgave at hjælpe med at fremkalde den sans igen. Jeg har noget ”fremkaldervæske”, jeg kan dyppe dig i.

– Hvordan vil du dyppe mig i ”fremkaldervæske”?

– Igennem nogle forskellige øvelser. Jeg vil bede dig om at huske og fremkalde nogle af de forskellige situationer, hvor du kan fornemme ting. Du har sikkert haft den oplevelse, at du ved, du ved noget, uden at vide hvor du ved det fra. Bevidstheden om den vished er første skridt på vejen, så fremkaldervæsken handler også om en bevidsthed om, hvad du allerede gør. Alle mennesker har den særlige fornemmelse for noget, og det er lige så særegent og særligt som vores fingeraftryk, vores iris og vores stemme. Vi fornemmer på forskellige måder, og derfor kan vi ikke sammenligne os med hinanden. Men vi kan blive bedre til at lytte til den særlige fornemmelse, vi hver især har. Et spørgsmål til dig kunne f.eks. være: Når du kommer ind i et rum, hvor du ikke kender nogen, kan du så mærke, hvilken stemning, der er i rummet? Ja.

– Det er første lille fremkalderdyp.

Tror du, at alle kan det?

– Hvis de er bevidste om det. Der er også nogle, der kommer ind i rummet og er så optagede af sig selv, at deres bevidsthed ikke er på det at fornemme rummet. Andet fremkalderdyp kan være en bevidsthed om sig selv i mødet med

verdenen. Hvad er mit eget, og hvad kommer fra andre? De, der kommer ind i rummet og er meget optagede af sig selv, har også en fornemmelse, men deres radar er bare ikke stillet ind på andre. Den er stillet ind på egne behov og forventninger. Egoet med andre ord.

Hvis man gerne vil blive bedre til at fornemme, hvad skal man så gøre?

– I virkeligheden kan du allerede fornemme, du har bare ikke din opmærksomhed på det. Så du skal flytte din opmærksomhed væk fra dig selv og hen på rummet. Det er ligesom når optikeren drejer på linsen til en synsprøve. Dut, dut, dut – sådan, og hov, så kan du pludselig se klart.

Det er det samme, du kan gøre med din fornemmelse. For nogle tager det fem minutter, fordi de skal stille skarpt på det hele, for sådan en som dig, der er vant til at tune ind på folk, når du laver interviews, er det der med det samme. At blive opmærksom på, at man overhovedet har evnen til at fornemme og tune ind, er det, jeg kalder fase et.

Fase to handler om at kunne mestre evnen til at fornemme og tune ind.

– Og det vil sige, du skal kunne skille ad, hvad der er dit eget, og hvad der foregår blandt andre. Hvis du kommer vildt stresset ind i et rum, er det så dit eget stress eller rummets stress, du mærker? Her er et helt konkret ➤



redskab at tage tre dybe vejrtrækninger og rette din opmærksomhed mod dig selv. Typisk hjælper det lige at lukke øjnene. På den måde får du stilnet hovedet. Og du får stilnet dig selv. Og så kan du adskille dig selv fra det, der foregår hos andre. Når vi træner det på mine uddannelser, gør vi det typisk ved en kort meditation. Når man så har fået skruet ned for sit eget, kan man ”dreje på linsen” og begynde at fokusere på, hvad der foregår i rummet, og så vil man kunne mærke rigtig, rigtig meget. Nogle mennesker tror, at de ikke vil kunne mærke noget som helst, men jeg har en øvelse, der viser det modsatte. Den går ud på, at jeg beder dig om at sætte dig ned, lukke dine øjne og fokusere tankerne på, at du gerne vil være i fred. Så beder jeg en anden om at stille sig bag dig og brede armene ud og langsomt lade dem nærme sig dig. Den person, der står bag dig, ved ikke, hvad jeg har bedt dig om at tænke, men hun vil helt tydeligt kunne mærke, at hendes arme kan komme til et bestemt punkt og så ikke en centimeter tættere på dig. Hvis hun kommer tættere på, vil det være ubehageligt for hende, fordi hun overskrider din grænse, og du vil samtidig få det fysisk ubehageligt. Selvom du ikke kan se hende, og selvom hun ikke ved, hvad du tænker. Der er SÅ meget kommunikation i det fornemmelsesfelt, og fase to handler om at mestre den kommunikation, der ligger der, og blive bedre og bedre til det.

Hvad går fase tre så ud på?

– I fase tre begynder du at fortolke. Du kan fornemme noget, men hvad er det, du fornemmer? En ting er at fornemme okay, her er en dårlig stemning, men hvad handler den dårlige stemning om? Er det overhovedet en dårlig stemning, eller er det i virkeligheden en ked-af-det-stemning? Måske er der to kvinder i rummet, som er rigtig kede af det. Det kan du lære at tune ind på. Du kan så at sige ”skrue op for varmen” af fornemmelsen og blive skarp til at

finde ud af, HVAD det er, du fornemmer. Den sidste fase – fase fire – er den clairvoyante fase. Det er der, hvor vi faktisk kan fornemme noget, som ikke engang er i rummet.

Okay, de tre første faser lyder jo i virkeligheden meget hands-on og relativt nemme at gå i gang med, men den fjerde lyder som noget, mange vil stå af på?

– Ja, men det handler om øvelse. De fleste af dem, der kommer på mine uddannelser, kan nærmest ikke mærke sig selv, når de begynder. Men syv måneder senere sidder de overfor hinanden og kan fornemme ting, som de ikke har en chance for at kunne vide på andre måder end via det spirituelle. Det har de bl.a. lært gennem nogle af de energiøvelser, jeg laver med dem. F.eks. den øvelse, jeg lige beskrev før. Jeg lærer folk at have nærvær på den person, de sidder overfor, på samme måde som jeg selv har, når jeg laver mine *readings*. Ved en *reading* sætter jeg mig selv helt til side og stiller mig hundrede procent til rådighed for dig og fornemmer, hvad der kunne være godt for dig at få at vide. Og så kommer der nogle svar, tanker, idéer og



”Folk kan se, at man faktisk kan være et helt almindeligt, moderne karrieremenneske, der kan lide en god bøj og neglelak og samtidig være spirituel. Jeg tror, at jeg har stået for en fornyelse i forhold til alle de fordomme, der er omkring spiritualitet som noget, det forbindes med nervøs velour og røgelsespinde”

fornemmelser til mig, som jeg kan give videre. Det er faktisk ikke så svært. De fleste går rundt og gør det hele tiden. Og som journalist laver du jo f.eks. nærmest ikke andet end at sidde ”og være nogle andre”. Du fornemmer intuitivt, at der er noget, du skal spørge om, og du har lært at følge den fornemmelse i stedet for at holde dig slavisk til de 48 spørgsmål, du har forberedt, fordi du kan mærke, at der pludselig er noget helt andet, der er meget vigtigere. Det er den evne, jeg taler om. Det er en evne – sans, som kan trænes og bruges i alle sammenhænge. Arbejdsmæssigt og privat. Jeg vil så gerne have, at folk skal blive klar over, at de har den, og at de kan blive gode til at lytte til den, men vigtigst ►



Karsten Højer, 55, Founder af CapMon A/S & KonsensIT A/S. CEO i CapMon A/S og forfatter til bogen ”På trods”.

”Via meditation har jeg fået trænet og skærpet mine kompetencer”

Karsten Højer er ordblind og har hele livet været vant til at fornemme andre mennesker. Det er han blevet endnu bedre til efter at have lært om spiritualitet.

– Inden jeg kom ind i Rikke Hertz’ univers, vidste jeg godt, at jeg havde en evne til at fornemme, hvordan andre havde det, og at jeg kunne mærke andres energi omkring mig. Det har jeg i hele mit voksenliv brugt aktivt. Disse evner troede jeg, at jeg havde, fordi jeg er ordblind og hele livet har været vant til at opfatte andre mennesker og være opmærksom på, hvordan andre modtager det, jeg kommunikerer. Rikke bekræftede mig i, at jeg har spirituelle evner, og at jeg reagerer meget kraftigt, når jeg kan mærke, at andre ikke har det godt.

Via meditation har jeg fået trænet og skærpet mine kompetencer, og jeg har lært at stole på dem og agere ud fra dem. Men jeg har også lært, at jeg kun skal agere, når jeg synes, det giver mening, og når jeg beslutter, at jeg gerne vil hjælpe. Det er ikke alle mennesker, man skal hjælpe, og man skal ikke tro, at man kan redde hele verden. Så meditationerne hjælper mig både med at skærpe mine sanser, men også til at beskytte mig selv.

– Via Rikkens uddannelser og foredrag har jeg lært en masse om ego versus sjæl. Jeg har lært om taknemlighed, kærlighed og fornemmelse og om intuition, synkronisitet og energier. Jeg har lært, hvad meditation kan gøre for mig, og hvordan jeg i hverdagen kan sætte alle disse kompetencer i spil både privat og som erhvervsleder.

– Et konkret eksempel er, at jeg har lavet et wishboard – et ønskekort, som beskriver nogle mål og drømme. Et af mine mål er at komme til at optræde i en TED Talk, og det kan umiddelbart virke ret umuligt. Men for nylig blev jeg kontaktet af en norsk kvinde, som også er ordblind, og hun fortalte mig, hvordan jeg kan få udgivet min bog om ordblindhed, ”På trods”, på engelsk. Bogen handler om at lykkes, selvom man er ordblind, og den norske kvinde satte mig i kontakt med en New York Times-bestsellerforfatter, som skal hjælpe mig med at få oversat bogen og få den udgivet. Så måske bliver det vejen til, at jeg en dag står i et TED Talkshow.

af alt, at de også lærer, at de kan stole på det, de ”får ind”. Jo mere vi over os, jo mere tør vi tro på, at vi kan regne med det, vi fornemmer, og jo mere vi overgiver os til det, jo bedre ”kanaler” bliver vi. Det er ikke hokuspokus. Og i virkeligheden har langt de fleste mennesker allerede oplevet det. *Hvordan?*

– Når jeg spørger ud i salen til mine foredrag, hvor mange der har oplevet at vide noget, de ikke kunne vide, så rækker alle fingeren op. Så alle har jo prøvet på et tidspunkt at have den fornemmelse af noget, der vil komme til at ske, og så sker det. Alle kan det allerede ubevidst. Det er bare et spørgsmål om at gøre sig lidt mere bevidst, hvis man vil bruge det konkret, og sige, okay, nu sætter jeg en ramme for, at jeg kun vil være til rådighed for at fornemme noget, som er det reneste, højeste og bedste for den, der sidder overfor, og som kan give den person noget viden, inspiration og indsigt, som kan bringe personen videre. Når du siger det, stilner din hjerne af, og så vil du med det samme kunne få en fornemmelse af ting, som du kan give videre. Og nej, du har ingen jordisk chance for at vide, om det er sandt, men du må have tillid til, at det, du fornemmer, må du give videre. Det er sådan, jeg arbejder.

Ifølge Rikke fornemmer rigtig mange mennesker ting, som de ikke siger højt.

– Og derfor kan de aldrig bevise det overfor sig selv. Når jeg sidder her med klienter, optager jeg alt, hvad jeg siger, så det er dokumenteret. Og så kommer folk igen og siger, okay, Rikke, det du sagde til mig for en uge, fem uger, tre måneder eller et år siden, det skete faktisk. Normalt, når vi skal sige noget, vil vi gerne være sikre på, at vi ved det, vi siger. Så min allerstørste læring er at aflære. Når jeg skal lære folk noget, så skal jeg først aflære dem noget af det, de plejer. Og det er, at de plejer at have kontrol, og at de ikke plejer at udtale sig om noget, før de ved, hvad de siger. Men når de kommer her hos mig, siger jeg: ”Nu skal du faktisk bare sige, hvad der kommer, du skal ikke dømme det, du skal ikke bedømme det, ikke validere det, ikke faktatjekke det – bare sig

det, for så kommer der faktisk lige præcis det, du har brug for.”

– Der er nogle i min branche, der slår sig op på, at de altid har været et medie, og til det kan jeg kun sige – ja, det har du, men det har vi andre også. Der er ikke nogen, der er særligt ophøjede eller udnævnte. Men ja, der er nogle, der får aktiveret deres evner tidligere, fordi de har brug for dem. Folk, der for eksempel er blevet mobbet eller har haft store kriser som børn eller unge, får de her evner aktiveret tidligere, fordi de har brug for at kunne fornemme, hvad der foregår.

– Min pointe er, at spiritualitet er en sans, som vi alle har, men som nogle er bedre i kontakt med end andre. En mavefornemmelse. Når vi f.eks. taler erhvervsliv, så vil enhver topchef sige: ”Hvis jeg ikke lytter til min mavefornemmelse, kan jeg ikke lede en 1000 mand stor virksomhed, for jeg kan ikke få nok data eller informationer til at kunne det. Den ene siger et, den anden noget andet. Jeg må tage en masse information ind, og så må jeg lade min intuition filtrere informationen, og på den måde kan jeg træffe beslutninger.” Ingen kan træffe beslutninger, uden at det kan føles et sted.



SPIRITUEL MASTERCLASS

ALT for damerne afholder i samarbejde med Rikke Hertz en spirituel masterclass den **29. januar i København**, se mere på side 27. I de kommende fire uger får du i ALT for damerne et eksklusivt uddrag af bogen ”Spirituel – Din sjæl kan lede dig til succes”, se det første uddrag på side 16.

Jeg har mange gange oplevet, at en chef f.eks. er kommet tilbage og har sagt: ”Da jeg rekrutterede den medarbejder, vidste jeg bare, at det var forkert, selvom alle tests og papirer var rigtige. Vi ansatte ham, men vi måtte fyre ham igen. Ikke på grund af fagligheden, men på grund af personligheden”. Sådan en fornemmelse lærer jeg mine deltagere at reagere på i fremtiden. *Men man skal også lære at turde stole på fornemmelsen?*

– Ja, jeg lærer folk at skille intuition og frygt ad. Folk blander nemlig ofte intuition sammen med frygt. De tror, at når de har en dårlig mavefornemmelse, så er det lig med intuitionen. Men det er det ikke. Det er egoet, der forsøger at beskytte dig, så du ikke laver fejl. Men når vi lader egoet styre, er vi altid bange. Det er det, der er sket med vores præstationskultur. Alle skal præstere, og derfor fylder egoet mere, og det spirituelle – intuitionen og sjælen – kommer til at fylde mindre. Når du lytter til egoet, lytter du til frygten, men hvis du lytter til sjælen, lytter du til intuitionen og alle de gode informationer om, hvordan du skal finde vej, og hvad er den rigtige beslutning. På den måde kan du blive bedre til at være her i verden og gøre dit bedste, uden at du skal sammenligne dig med andre. ■



Tinnamaria Marlou Larsson-Bertelsen, 52, Global Public Sector Leader i Deloitte.

”Før i tiden handlede alt om at vinde for mig”

Tinnamaria Marlou Larsson-Bertelsen har indført meditation og energibarometer i det globale revisions- og konsulenthus Deloitte, efter at hun har været på kursus hos Rikke Hertz.

– Jeg var nået til et sted, hvor jeg ikke kunne mærke mig selv, og hvor jeg ikke kunne mærke, hvilke beslutninger der var rigtige for mig. Jeg havde læst om Rikke Hertz i Børsen, og jeg meldte mig til hendes toplederuddannelse, hvor jeg for første gang nogensinde mødte en, der kunne bidrage med noget helt andet end al mulig ledelsesudvikling, som jeg ellers havde været igennem. Jeg havde aldrig mediteret eller noget som helst før, jeg var totalt konsulent oppe i hovedet, og i starten syntes jeg, at det var vildt underligt, at jeg skulle betale for at sidde og lukke øjnene. Men efter lidt tid kunne jeg mærke, at jeg fik ro i hovedet, hvilket jeg ikke havde haft i mange år. Pludselig kunne jeg mærke mig selv igen, og jeg kunne mærke, hvad der foregik omkring mig. Det er uden sammenligning det kursus, jeg har været på, hvor jeg har oplevet størst personlig udvikling.

– Før i tiden handlede alt om at vinde for mig. Alt var en konkurrence. At vinde, blive hørt og få ret fyldte meget, men det fik jeg vendt 180 grader. I dag handler det om at blive hørt og være sikker på, at mine perspektiver på tingene kommer med. Og hvis der så ikke er plads til det i den endelige løsning, er det okay. Jeg er også blevet meget opmærksom på, hvad jeg bringer til bordet til et møde, så det bliver mindre konfliktfyldt. Jeg kan være med til at opildne konflikten, eller jeg kan være med til at få svesken på disken på en omsorgsfuld måde. Efter jeg er begyndt at bruge Rikkens værktøjer, oplever jeg, at folk ofte kommer til mig og takker for et godt møde. Sådan var det ikke for fem år siden, der var det bare head to head, og den, der nåede struben først, vandt.

– I Deloitte har jeg indført meditationer, vi giver hinanden feedback, og jeg har indført et energibarometer. Det er vigtigt, at vi italesætter energier, for vi påvirker hinanden, hvis vi er sure eller i dårligt humør. Normalt taler man ikke om den slags, men nu har vi en model for det, og det er også en del af vores medarbejdersamtaler, at vi taler om, hvilken energi man bærer ind i rummet. Jeg vil gerne have, at folk ved, at de selv har nøglen til at løse deres egne problemer. Det er den største gave, jeg selv har fået fra Rikke.