



En mörk och iskall välkomstrit i England

Året 2021 hände det mesta i mitt liv som var riktigt tufft att hantera, men ett av de riktigt trevliga minnena jag har från det året är från ASHA, i Gloucestershire, sydvästra England.

EU/Erasmus stod för en 10 dagars utbildning i **Stories for Life: Intercultural Storytelling for Personal Growth**, samt kost och logi på en helt underbar plats med en stor trädgård, en ström från en närliggande källa som porlade nära häcken och en uggla som hoade på kvällarna. Allt detta kunde vi lyssna till i vårt rum på kvällarna med halvöppet fönster (i +10 grader, och annars blev det fuktigt.) Ca 30 deltagare + utbildare + 4-5 personal med bufféfrukost, lunch och middag med efterrätt samt vår lilla bubbla mitt i Covid (nej, vi fick inte gå till puben, affären m m) men väl källan, trädgården, skogarna runt och mycket gjordes utomhus. Government Locator inkl vaccinationspass samt obligatoriskt test dag 2 och ingen blev sjuk. Erasmus stod för 80% av reskostnaderna. Hyfsat lyxigt och en otroligt duktig lärare – Ellie.

Vi var i åldrarna 67 till 21 från en himla massa länder. Polen, Turkiet, Sverige, Grekland, Tyskland, Danmark, Estland, UK, Belgien och sedan varifrån vi var på riktigt ökade mängden mångkultur. Mexikansk-brittiska Johnny bor i Dalarna, en från Iran i Örebro, rysk-svenska Tatiana och jag (finlandssvenska i förskingringen) bodde med en brittisk shaman som gått i peruansk lära. Gissa om det var häftigt!

Nåväl. Alla har installerat sig, packat upp och fått middag. Nu ska vi umgås, utomhus. Det är mörkt, max 11 grader (brittisk vinter) och ingen vet något om vad som väntar. Genom rosenträdgården, en växtportal och sedan leks det tre och tre. Vi lär känna varandra då det på tid, vinnare utses m m. Vi drar oss mot den inre mörkare delen där vi hittar en labyrint. Av med skorna och så ska vi gå i rader i den, varv efter varv under meditativ tystnad. Jag har strumpbyxor under och hinner inte strippa, så jag placerar sockorna i skorna och hänger dem runt halsen. Nästa moment är att gå över strömmen på dess bredaste ställe.

Kylan var inget större problem, men de halkiga stenarna och sedan en ohittad stig uppför andra sidan mot ett hus dit vi skulle gå. Vi hade också fått en liten flaska som skulle fyllas på med källvattnet. Jag forcerade mig fram genom naturen, slog mig på åtskilliga delar av fötterna och svor på finska. Försökte som alla andra fylla på den pyttiga behållaren, men det visade sig inomhus över en varm chokladkopp att inte mycket vatten hade runnit in. Vi fick tillfälle att sista kvällen fylla på flaskan med aska från elden, jord och källvatten.

Isen var bokstavligen bruten och alla pratade i mun på varandra. Nästa morgon började utbildningen kl 9. Innan dess hade ryskan och övriga badat i St Anthony's Well, som blev en verklig ritual för många. Jag tvättade ansiktet 😊



Shamanskan höll en kväll i trumresor både uppåt & neråt. Filosofinnan om existentiella frågor, så vi har upptagna med någon slags happening varje kväll. Extatisk dans med DJ, yogamorgnar, mina lunchpromenader då jag träffade grekinnan som kunde en del finska och tjeckiskan som praktiserat med rensamer utanför Luleå. Både hon och jag visste att det fanns tre sorters olika och i SE, FI, NO, RY, till de flestas förvåning (inkl svenskar.) En kväll hade de hyrt in ett proffs på storytelling. Herregud! Inte en knappål hördes, vi satt som tända ljus och bara försvann in i sagornas/myternas keltiska världar. Andlöst magiskt.

Vi skulle pimpa lokalen innan detta, så rask uppdelning i fyra grupper – jag hamnade i blomstervarianten. Ut i trädgården, beckmörkt, italienaren som höll ficklampan medan han pratade och gestikulerade så jag klippte mest i mörkret, på olika avsatser och bråttom hade vi till 1.000. Men det blev himla snyggt. En grupp hade ordnat med stolar, kuddar och estrad. En annan prytt med ljus uppför trappan och in i lokalen, en plockat äpplen och plommon. Och så vi med blomsterprakt i olika stora vaser. Ett äventyr som slutade lyckligt under mycket skratt och gemenskap. En av mina nya specialkompetenser – plocka växter i mörkret.

Vi skulle också ta med oss en saga/myt/historia från vår egen kultur. Jag tog med mig **Vintergatan** av Zacharias Topelius på engelska (krävdes viss googling för att hitta den.) Gav också en bakgrund, sjöng en av verserna och jämförde med den japanska Tanabata Festival som Topelius på något sätt måste ha läst om då historierna liknar varandra väldigt mycket.

Ett par kvällar upptäckte vi den stora skogen nära området. Ved, snacks, tevattnen m m bars upp och sedan tränade vi på våra historier, upptäckte omgivningen och satt runt elden. Att ta sig nerför berget i mörkret var en upplevelse och inget för våghalsade.

Gunns Mill, en ruin från 1680 ligger precis bredvid ASHA och restaureras sakta men säkert så fort det finns pengar. Vetgiriga jag fick förstås besöka byggplatsen med ett par deltagare.

I oktober åker jag tillbaka om gud vill, byxorna håller och Covid inte slår till igen! En till 10 dgrs utbildning + 2-3 veckors utlovat volontärande. Kök, biodynamisk trädgård eller admin är mina områden. Vill också besöka Stroud och Glastonbury. The ASHA Center ligger mellan The Forest of Dean och Cotswolds. Ute på vischan, 15 km utanför staden, otroligt vackert område som få känner till.

Alltför få svenskar vet också om att ASHA existerar och pga BREXIT kommer de inte att få mer finansiering från 2023 vilket är oerhört synd. Jag blev själv inbjuden av en ukrainsk kontakt.



Länkar för vidare studier

ASHA – <https://ashacentre.org/>

St Anthony's Well – <https://www.megalithic.co.uk/article.php?sid=15230>

Gunns Mill – <https://www.fodbpt.org/gunns-mill---home.html>

Ellie/Eleanor Buchan – <https://www.eleanorbuchan.com/storytelling2>

Sarah Mooney – <https://sarahmooney.co.uk/about-me/>
<https://www.youtube.com/watch?v=WQYJ6nrF6KE>

Vintergatan – <http://www.nykarlebyvver.nu/sidor/texter/poesi/zt/vinterga.htm>

Tanabata Festival – <https://kultursmakarna.se/2020/07/07/tanabata-en-fest-tillagnad-tva-alskande/>

Gloustershire – staden har en mycket fin katedral, gott bageri, det var vad vi hann med innan tåget tillbaka till London. Några avstickare på vägen godkänns inte.

Zerbanoo Gifford – kvinnan bakom ASHA, född 1950 i Indien, i en zoroastrisk familj. Bor i området. Skulle nog svimma om jag träffade henne. Starstruck!

<https://www.zerbanoogifford.org/>

* **An Uncensored Life**, skriven av Farida Master om hennes otroligt färgstarka liv. Brittisk politiker, volontär, känner gud och hela världen, fått saker gjorda.

* **Thomas Clarkson and the Campaign Against Slavery**, brittisk politiker som jobbade hårt emot slaveriet.

* **Confessions to a Serial Womaniser: Secrets of the World's Inspirational Women**. Based on interviews with 300 exceptional women from 60 countries, for which Zerbanoo received a NESTA (National Endowment of Science, Technology and Arts) Fellowship. Målningar av dessa kvinnor hänger li den yttre köksdelen.

Inge-Mo Haraldh

ICF-Associate Certified Coach, ACC;

Specialiserad inom:

- Hypnosterapeut, SE
- Certified in **Solution Focused BRIEF Coach**, DK
- **PQ Coach** – Mental & Emotional Fitness, USA
- Certifierad **Hälsocoach**, SE
- Diplomerad **Kost- och Näringsrådgivare**, SE
- Certifierad handledare i **Sorgbearbetning**, SE



Livserfaren, empatisk, inlyssnande och mycket mån om klienten. En skriftlig överenskommelse samt egenskrivna återanvändningsbara dokument enligt klientens behov ingår alltid. Boka tid eller hör av dig om du har frågor En investering i din egen utveckling, framtid, hälsa, samt fysiska och psykiska mående.

iMo Coaching – min coachinggrupp på Facebook –

<https://www.facebook.com/groups/206375779486588/>