**Med känsligheten som vägvisare**

**Hon var ett högkänsligt och intuitivt barn som ofta tystades. Idag uttrycker Britt Berg sig genom målning och skrivande och som utmynnat i boken ”… ändå talar jag!” som nu ges ut av Förlagshuset Siljans Måsar.**

Vuxenvärlden ville inte veta av hennes känslighet. Trots det överlevde både den och Britt Berg och idag ser hon sin sensitivitet som en stor gåva som möjliggjort hennes skapande och som även gett henne en stor lyhördhet för de inre och yttre världar som är utom räckhåll för många av oss. Boken hon skrivit handlar ytterst om rätten att få vara sig själv, menar hon.

**Varför har du skrivit ”… ändå talar jag!”?**

– För att sprida tanken om att livet är så mycket större än det vi har framför ögonen. Jag har också velat dela med mig av min livsresa som visserligen inte varit så enkel, men som jag idag är tacksam över.

**På vilket sätt är tanken om livets storhet viktig för dig?**

– Jag känner att det är min livsuppgift att sprida just det budskapet. Sedan tidiga år och som högkänslig, har jag vetat att mycket är fördolt för många, vilket ofta beror på stress. I stunder av stillhet kan vi lyssna till vårt hjärta, få svar på frågor vi har och hela våra stressade kroppar.

**Vad i ditt liv skulle du säga har lett fram till boken?**

– Det är flera händelser. Min pappas bortgång, där han tog sitt liv, blev en livshändelse som gav mig helt nya värderingar. Yttre status i form av hus, bilar, fint jobb med hög lön och liknande, tappade helt sitt värde. Nu blev relationer med allt liv så mycket större. Vid ett annat tillfälle då jag var skolbarn, var jag ledsen och undrade varför jag inte dög och varför allt måste vara så tungt. Plötsligt hörde jag en röst som sade: “Ensam är stark. Ofantligt stark”. Det fanns ingen i närheten som kunde sagt orden, de fanns liksom i mitt huvud. Samtidigt spreds en lyckokänsla i min kropp. Nu kände jag mig stark och ostoppbar. En annan omvälvande händelse var när andeväsendet Saul tog kontakt med mig. Hans budskap kommer i form av dikter, men han påverkar även mitt målande. På Sauls uppmaning hade jag min första utställning i början av 2018, då jag samtidigt fick uppdraget att skriva en bok, vilket jag nu alltså har gjort.

**Hälsofrågor tycks vara ett viktigt tema i boken?**

– Ja, under hela mitt liv har hälsa och välmående varit ständigt närvarande. Har studerat och praktiserat mental träning, elitidrott, kost, psyke, anatomi och meditation samt en hel del annat. I allt jag gjort har jag inväntat mitt hjärta för att kompassens visare ska visa mig vägen.

**Finns det något du särskilt vill förmedla till dina läsare?**

– Att inte ge upp, att vi alla har möjlighet att finna vår egen unika väg. Vi har god hjälp av att stilla oss och låta hjärtat visa riktningen. Sedan gäller det förstås att lyssna till denna inre guidning, avslutar Britt Berg.

Gabriella Lücke