

”Man kan välja hur man lever sina liv”

Författare, konsult och terapeut. Doris Dahlin är en mångsidig person, när hon inte skriver på nya bokmanus eller håller i ledarskapsutbildningar, kopplar hon av genom meditation och långa promenader vid sommarhuset i Harkskär.

– Jag är så uppe i varv i Stockholm, här påverkar naturen mig och gör mig lugn, säger hon.

Rekommendera

22 personer rekommenderar detta. Bli den första bland dina vänner.

Det gamla trähuset ligger längst ner på en grusväg i Harkskär. Här tillbringar Doris somrarna samt flera höst- och vårhelger. Det är en vacker sommardag och från verandan har man utsikt över havet, som glittrar strax nedanför.

– Visst är det underbart! Jag har en liten skriparstuga här på tomten och flera av mina böcker har blivit till här. Jag skriver mycket för hand, då gillar jag att sitta och titta ut över havet med anteckningsboken redo.

Hon njuter som bäst av fem veckors efterlängtat ledighet och har tillsammans med sambon Janne flyttat från lägenheten på Kungsholmen i Stockholm ut till sommarhuset. Dagarna fylls med simturer, promenader i skogen och långa stunder i hängmattan, som hennes son köpt på en resa i Latinamerika.

– Den är min favoritplats just nu, en stor härlig matta som jag kan rulla in mig helt och hållet i, säger hon förtjust.

Doris har gett ut sju böcker, både facklitteratur och romaner. Hennes senaste roman "Till mamma på mors dag", kom ut i maj i år. Utöver författarskapet, jobbar hon med ledarskapsutveckling och konflikthantering, något hon har över 20 års erfarenhet av.

– Jag verkar på arbetsplatser där det finns problem i relationerna. Vi människor har en tendens att krångla till mycket, som finns under ytan. När den krackelerar, blir det en kris. Min roll är att hjälpa till att identifiera och lösa problemen.

Doris debuterade som författare redan 1971, strax efter att hon gått ut gymnasiet. Sedan gick det över 30 år innan självbiografiska "Skammens boning" blev till. Där skriver Doris om sin egen uppväxt i en fattig familj i Härnösand.

– Pappa var alkoholiserad och mamma var deprimerad i perioder. Vi hade utedass och brunn på gården, vilket jag skämdes mycket för när jag var liten.

Efter gymnasiet flyttade Doris från Härnösand till Umeå, där hon pluggade beteendevetenskap. Trots att hon hade lovat sig själv att aldrig flytta tillbaka till hemstaden, blev det så i alla fall.

– Jag började jobba med information på Landstinget i Härnösand men trivdes aldrig. Jag kände en skyldighet att vara nära min mamma som mädde dåligt, men idag kan jag se att det var rätt korkat av mig att återvända.

Doris träffade en man som hon skaffade två barn med. Efter några år, när barnen gick i skolan, kände hon att det var dags för en förändring och familjen flyttade till Upplands Väsby och senare till Stockholm.

– Jag gick i terapi och kände instinktivt att jag inte ville upprepa de destruktiva mönster jag fått med mig av mina föräldrar och till slut sade min terapeut till mig: Men vad gör du i Härnösand?

Det var även under terapin som hon började skriva på manuset till Skammens boning, som kom ut 2007.

– Det dök upp ett obehagligt barndomsminne, som jag förträngt och jag kände ett behov av att skriva av mig för att bli fri från mitt förflutna. Samtidigt hade min mamma gått bort och jag hade inte samma behov av att skydda henne som jag tidigare haft, berättar hon.

Doris plockar fram ett exemplar av boken och visar en bild på insidan av pärmen med kärleksbrev som hennes pappa skrev till henne mamma när de var unga, och som hon hittade efter moderns död.

– Jag blev förvånad att pappa hade skrivit så fantastiska brev till mamma, och jag hade ett behov av att lägga pussel och se hur det kunde bli så eländigt som det faktiskt blev.

Förutom det egna författarskapet har läsning en stor plats i Doris liv. Som barn flydde hon in i böckernas värld när verkligheten blev för jobbig.

– Litteraturen innebar en trygghet för mig som liten och blev till en livlina och ett sätt att fly in i andra världar. Det behovet finns fortfarande kvar.

Doris senaste roman, "Till mamma på mors dag", handlar även den om nedärvd skuld och problematiska familjerelationer, främst mellan mor och dotter. I början av juli var hon på Peace and love-festivalen i Borlänge och höll ett samtal på temat "mor är rar".

– Det var så häftigt att komma till ett nytt sammanhang, och många unga killar kom fram och ville diskutera föräldrarelationer. Mötet med läsarna är oerhört viktigt och ett kvitto på att det man skrivit betyder något.

Trots att Doris gått igenom svåra perioder i livet, utstrålar hon livsglädje och ett slags inre lugn, något hon själv menar stämmer. Meditationen hjälper henne att vara harmonisk i vardagen, likaså promenaderna och morgondoppen. Och det finns en vilja att ständigt förändra och förbättra.

– När jag var ung var jag politiskt aktiv, och idag skriver jag böcker och jobbar med relationer på arbetsplatser. Men det är samma engagemang. Jag vill förmedla en känsla av att man kan välja hur man lever sitt liv, att man genom medvetenhet kan bryta beteendemönster och bli fri.

Röster om Doris

Kerstin Monk, vän och sommargranne i Harkskär

– Vi har inte känt varandra särskilt länge jag och Doris, men det känns som hela livet. Att träffa Doris är alltid ett äventyr, antingen inåt eller utåt och det blir mycket skratt.

Christine Smidt, nära vän, Stockholm

– Doris är en trogen vän, som jag känt länge och inte vill vara utan. Hon är en rak och ärlig person som alltid ställer upp, och vi har hemskt roligt ihop. Hon är också en väldigt kulturell person, som är uppdaterad på vad som händer.

Sara Sparby

026-15 93 50

sara.sparby@arbetarbladet.se

Annons



Artikelbilder



Doris trivs vid havet i Harkskär och börjar ofta dagen med ett morgondopp.

Fotograf: Gun Wigh



Doris trivs vid havet i Harkskär och börjar ofta dagen med ett morgondopp.

Fotograf: Gun Wigh



På verandan med utsikt över havet, brukar Doris sitta och fundera med anteckningsboken nära till hands.

Fotograf: Gun Wigh



Doris skriver böcker om problematiska familjerelationer och jobbar även med konflikthantering. – Jag vill förmedla en känsla av att man kan välja hur man lever, att man genom medvetenhet kan bryta sina beteendemönster, säger hon.

Fotograf: Gun Wigh

Fakta

Doris Dahlin

Familj: Sambo Janne, samt två vuxna, utflugna barn

Ålder: Fyller 59 år i slutet på sommaren

Bor: Kungsholmen i Stockholm, Harkskär på sommaren

Gör: Författare och konsult. Har tidigare jobbat som terapeut och bibliotekarie.

Aktuell: Gav ut romanen, "Till mamma på mors dag" i maj 2011. Kommer under hösten att åka runt i landet och leda samtal utifrån boken.

Intressen: Läsna böcker, måla, promenera och meditera.

Favoritförfattare: Joyce Carol Oates

Gillar: Möten med människor

Äter helst: Skaldjur, gärna havskräfter från fiskrestaurangen i Harkskär

Dricker helst: Ett gott vin

Motto: Genom medvetenhet blir vi fria

Tre ord om sig själv: Impulsiv, otålig, positiv

Koppling till Gävle: "Jag har arbetat mycket som konsult i Gävle, bland annat på Sandvik och med Gävle kommun. En period var jag så mycket i staden att folk började fråga lite retfullt vad det var jag hade där egentligen. Sedan träffade jag min sambo Janne, som är Gävlebo i grund och botten, och vi sommarbor i Harkskär."