

Telefonen er min ven

Af: Claus Ambjørn Christophani

Bortset fra små lukkede rum der lukkes udefra, har jeg egentlig kun frygtet telefonen. Det at ringe til folk har været en særdeles ubehagelig opgave. For med telefonen var jeg fuldstændig afhængig af mit sprog. Det er andre mennesker også.

Men til forskel fra de fleste har mit sprog været knust, underkuet og i store træk uanvendeligt i en telefon. Dette forhold har ofte forledt mig til at udskyde telefonopringninger i dagevis. Som andre der stammer har jeg tvunget mig selv til at foretage telefonopkald. Mit stakkels hjerte begyndte sædvanligvis at slå med 3-dobbelt takt, så snart jeg løftede telefonrøret.

Mit blodtryk steg så øjnene var ved at blive presset ud af mit ansigt. Sveden drev af mig, og jeg havde det værre end skidt. Men nu er det okay. I løbet af en dag foretager jeg 60-100 telefonopkald i mit arbejde som phonar i Århus.

At helbrede stammen som voksen

For et år siden fik jeg venstre tommeltot i klemme mellem en blok bøgetræ og jernbunden af en hydraulisk brændeflække-maskine. Derved fik neglen et tryk, og neglens rod blev ødelagt. Efter et halvt år var helingen kommet så vidt at jeg tabte den døde negl, og neden under lå en halv og meget blød ny tommelfingernegl.

Denne nye negl krøb frem til fingerspidsen 6 måneder senere. I alt tog neglens helbredelse 12 måneder. Den nye negl er i øvrigt mere kantet end den oprindelige negl.

Helbredelsen af stammen hos voksne kan meget vel strække sig over mere end 12 måneder, for stammen er mere kompliceret end en ødelagt negl. Hvor lang tid vil du bruge på at helbrede din stammen? (Nu antager vi at du er voksen og stammer). 12 måneder? 12 år? At helbrede voksne for stammen kræver megen vilje.

Nogen tid, og lidt held. Desuden man skal gøre det hele selv, fordi man er blevet voksen.

At have et sår i sjælen

De fleste mennesker har i sjælen et sår, der er lige så belastende som stammen.

Men da det ikke ytrer sig så tydeligt som vores stammen, tror vi måske at vi er de eneste der virkelig lider i verden. Det er vi ikke.

Trafikuheld. Seksuelle overgreb. Vold i ægteskabet. Omsorgssvigt som barn.

Desperat angst og ensomhed. Kroniske mindreværdskomplekser. Generel forvirring og mangel på en mening med tilværelsen. Din nabo stammer måske ikke, men sandsynligvis har også din nabo et sår i sjælen.

For at helbrede vores sjælelige sår må vi give slip på stammen. Tænk et øjeblik på tommelfingeren.

Det er ikke den ødelagte negl der giver slip. Det er fingeren der slipper neglen. Sådan må også vi der stammer give slip på vores stammen. Og heldigvis er det sådan, at inde i mennesket er der ingen der stammer. Det ved vi, der stammer. I rolige omgivelser, måske alene med en hund, stammer vi ikke. Vi taler flydende inderst inde.

At lære at lytte som voksen stammer

Stammen skyldes i praksis, at man ikke kan høre sig selv og heller ikke andre mennesker.

For at lære at tale flydende oftere og oftere, skal man træne sig i at lytte. Når man lytter er man rolig og afslappet. Man har ikke hovedet fyldt med uvedkommende tanker såsom "Åh nej, bare jeg nu ikke stammer". Man er afslappet og gør egentlig ingenting.

For at erobre denne afslappede tilstand, der allerede findes i dig, kan du være opmærksom på alle de muligheder du har for at finde fred og ro.

For de fleste mennesker er det vanskeligt at sidde stille i 10 minutter med lukkede øjne og foretage sig ingenting. For de fleste stammere er det nærværd umuligt.

Men jo mere det stammende menneske øver sig i at være afslappet og være tilstede i verden uden bekymring, jo mere vil dette menneske være i stand til at høre. Og så kommer den flydende tale frem som en blomst i bunden af skoven. Den flydende tale holdes nemlig nede af den uro og forvirring, der præger det stammende menneske.

Hvis det stammende menneske giver slip på uroen og blot er tilstede, da vil stammen blive helbredt. Automatisk. Når du giver slip på uroen, vokser roen og styrken frem i dig. Som en ny tommelfingernegl, helt afsig selv.

At arbejde som phonar

Når man som stammer har øvet sig i at lytte, da får man en ubændig lyst til at tale flydende. Og da er flet godt at øve sin flydende tale, for man vil måske i nogen tid være lidt i tvivl. Holder det nu? Kan jeg virkelig tale flydende?

Gennem 3 måneder har jeg arbejdet med telemarketing i Århus. Jeg har talt flydende med 2-3 tusinde mennesker. Min tale er stadigvæk kantet, som en negl der har fået et klem, men er vokset ud på ny. Telefonen er min ven.