



av familien til Marie. De satt utenfor porten vår og ventet på at jeg skulle kommentere noe. Jeg sa ingenting, vi visste jo ingenting. Jeg hadde ikke noe utbytte av det de ville ha av meg. Vi var selv helt sjokkerte og visste ingenting om hva som egentlig hadde hendt.

Gessle ser på historien de har hatt sammen som helt spesiell. Før Marie falt om på badegulvet var planen at de to skulle ut på turné.

– Jeg følte det som en forferdelig knockout. Jeg fikk en slags ydmykhet for alt etterpå.

– Hvordan har Marie Fredriksson det i dag?

– Hun har fått varige mén. Hun har dårlig balanse, deler av venstre øye er ødelagt og hun har mistet korttidshukommelsen. Men de gamle tekstene husker hun på rams.

– Er det snakk om å gjøre noe mer sammen, som Roxette?

– Det vil jeg veldig gjerne. Jeg har ikke valgt bort Marie. Hun har vært igjen noen vanskelige år, og sakte, men sikkert har hun begynt å finne veien tilbake til scenen igjen. Det kommer til å bli mer av Roxette, helt klart. Det trodde jeg ikke for et år siden.

Målbevisst. At han har solgt så mange plater, forundrer ham ikke. Han kaller det et målrettet prosjekt.

– Du er blitt kritisert for å ha for lette og banale tekster?

– Når jeg hører det, blir jeg sint. De som sier det, har ikke lest tekstene mine. Ingenting av det jeg har laget er overfladisk for meg. Jeg er ikke Joni Mitchell eller Bob Dylan. Det er ikke mitt språk. Jeg har mitt språk, jeg skriver populær popmusikk og jeg ønsker ikke å intellektualisere det.

Gyllene Tider, Roxette og egne soloplater. Som om ikke det er nok: Han har også åpnet et spa-hotell i hjembyen Halmstad. Dit drar han sammen med familien så ofte han kan. Gjestene kan få behandling etter ayurveda-metoden, på veggene henger kona Åsas kunstsamling. 300 millioner kroner har han brukt på å pusse opp hotellet, kilder karakteriserer ham som en smart businessfy. Per Gessle ser det hele klart for seg:

– Livet mitt og musikken kunne sikkert blitt en god musikal. Egentlig en genial musikal. En oppvekstshistorie fra en småby. Litt sånn som *Rocky*.

anette.aasheim@aftenposten.no

Anne Margrethe Lund

(1969–2008)

Ble blind to år gammel som følge av kreft i øyet

Utdannet sanger/musiker

Kombinerte konsert- og foredragsvirksomhet etter ny kreftdiagnose i voksen alder

Utga CD-en *Crushed Roses* i 2007

Dokumentarfilmen *Værekraft* følger Anne Margrethe Lund de siste årene av hennes liv. Filmen skal vises rundt om i Norge kommende halvår. Se hvor den vises på www.varekraft.no

Aftenposten LEVE



Pål Winsents og Erling Okkenhaug har laget filmen om Anne Margrethe Lund.

Anne Margrethe Lund ville spre ordet «værekraft». Hun syntes det var så viktig at hun på slutten av livet brukte alle sin friske tid på å formidle de livsholdningene som ligger i dette begrepet.

Arven etter Anne

VIBEKE BORGENSEN
KATRINE NORDLI (foto)

Alle som møtte Anne Margrethe Lund, får en ekstra glød i stemmen når de snakker om henne. Mange får tårer i øyene. Tirsdag denne uken ble filmen om Anne Margrethe vist offentlig for første gang. Parkteatret var like fylt nå som for to år siden da hun holdt slippfest for CD-en sin *Crushed Roses*.

Leve videre. – Det spesielle med Anne Margrethe var ikke at hun var blind og hadde kreft. Hun var ekstraordinær i kraft av sin personlighet, tankegang og innsikt. Hun var veldig opptatt av at dette med værekraften måtte leve videre etter henne.

Som mentor var Erling Okkenhaug en viktig person i Anne Margrethes liv de siste

årene. Han var involvert i alt fra foredragsvirksomheten hennes til konserter og CD-utgivelse.

– Vi arbeidet mye med hvordan hun skulle nå ut med budskapet sitt, sier han og forteller smilende at han lovet å være hennes 1. apostel. Løftet har han holdt ved blant annet å opprette nettstedet varekraft.no.

Menneskeverdi. Filmen er et annet «formidlingsverktøy» for å nå ut med Anne Margrethes budskap. Pål Winsents er regissør for dokumentaren. Han syntes først det var vanskelig å begripe dette med værekraft.

– Det var først da sønnen min Theo ble født, at jeg virkelig forsto den verdien et menneske har bare ved å være til, sier han.

For det er dette værekraft handler om – din egenverdi som menneske uansett hvem du er og hva du gjør.

– Når du blir klar over den kraften inni

Værekraft

Begrep oppfunnet av Anne Margrethe Lund.

Handler om din egenverdi som menneske, uansett hvem du er.

Aftenposten LEVE





Da Anne Margrethe Lund fikk beskjed om at hun ikke ville bli frisk av kreften, startet hun sin egen bedrift. A-magasinet fortalte historien hennes i desember 2007, bare kort tid før hun døde.

ARKIVFOTO: CARL MARTIN NORDBY

Margrethe

deg, står du bedre imot ytre belastninger, slik føler i alle fall jeg det.

Mens bærekraft er samfunnets ytre evne til selvoppholdelse, er værekraft menneskets indre tilstand av det samme.

Engasjement. Anne Margrethe hadde stor tro på at engasjerte mennesker, mennesker som har funnet sin værekraft, kan forandre verden. Etter at hun fikk kreftdiagnosen som voksen, skjønte hun at hun måtte hente styrke fra sitt eget indre og finne sitt oppdriftspunkt i livet. Alle må det, mente hun – det er det som gir kraft og energi. Hun dannet selskapet «Hearts of hearts», uttrykket betyr menneskets innerste indre. Til tross for at hun var, og i perioder følte seg veldig syk, syntes hun det ga henne styrke å ta oppdrag som sanger og foredragsholder. Det er ikke bare for meg selv jeg skal leve, jeg skal bety noe for noen, sa

hun. Hun var opptatt av hva som gir energi og hva som tar energi, hva som gir håp og verdighet.

Refleksjon. Fordi hun hadde gått igjennom alle lag i seg selv og virkelig følt på værekraften, hadde hun en innsikt som ble til stor ettertanke for dem hun delte den med – det gjaldt uansett om det var næringslivsledere eller helsepersonell som satt på tilhørerbenken.

– Filmen gir samme refleksjoner som foredragene og konsertene hennes ga, mener Erling Okkenhaug. Han er enig når regissør Pål Winsents sier at alle typer mennesker vil ha godt av å se filmen. Anne Margrethes innstilling og klokskap er noe vi trenger i dagens samfunn, der alle er så utsatt for ytre belastninger. Da kan vi trenge værekraften som en plattform for å finne gjørekraften.



Nicolas Sarkozy tar siste innspurt på løpeturen opp trappen til presidentpalasset. Ellers satser han mye på mellomkjøtt-trening.

FOTO: SCANPIX

Frankrikes president Nicolas Sarkozy er en drømmeelev. Alltid klar og motivert. Og så er han flinkt til å trene perineum.

Passer på mellomkjøttet

LIVET I PARIS

Trening

Selv en president må av og til tenke på bekkenbunnen.

VIBEKE KNOOP
RACHLINE

Paris

Det er Julie Imperiali, Sarkozys personlige trener, eller coach som det heter på godt fransk, som røper det, til avisen Le Parisien. Den 27 år gamle tidligere aerobicinstruktøren hadde allerede ivaretatt Carla Brunis fysiske og mentale form i fire år da sistnevnte ble Frankrikes førstedame. Det varte ikke lenge før Imperiali føyde Sarkozys navn til sin allerede lange liste av kjendiselever.

Vognfører. Kjendis eller ikke kjendis: «Alle» i Frankrike har sin coach nå. Vel, kanskje ikke absolutt alle, men i hvert fall de som teller. Fenomenet er selvsagt internasjonalt, og for en gangs skyld har franskmennene bare tatt etter amerikanerne, uten å nøle. De hevder imidlertid at ordet stammer fra fransk cocher, eller cochier, vognfører. Man kan coaches i nær sagt hva som helst, men det vanligste er som for ekteparet Sarkozy, nemlig veien til bedre fysisk og mental velvære.

Så langt vil mange i Norge sikkert kjenne seg igjen. Der er det ganske vanlig å skaffe seg en coach, så lenge man har råd. Noen blir tilbudt en på jobben, for det øker jo arbeidsiveren at både sinn og kropp er i topp stand. Det var sikkert derfor Frp spanderte det på Siv Jensen. Og kronprinsesse Victoria bør være sikret en lang regjeringstid med Daniel ved sin side.

Men norske eller svenske coa-

cher følger neppe Julie Imperialis imperativ: Pass på perineum, for ikke å si mellomkjøttet, i bekkenbunnen. Hun maner Carla og Nicolas Sarkozy og alle andre elever til å trene akkurat den vesle, men så vesentlige muskelbunten. Hvis den er for slapp kan man få kjedelige lekkasjer og andre ujevne plager.

– Man må restrukturere kroppens base. Den må bygges på et solid fundament. Perineum er det anatomiske gulvet i huset vårt. Ryggen og skuldrene er taket, og magemusklene og den nederste delen av ryggen er veggene. Ved å trene mellomkjøttet blir alle andre kroppsdeler forsterket, forklarer Julie. Hun røper ikke akkurat hva treningen med sine mest berømte kunder består i, men hvem som helst kan få adgang til metoden for én euro dagen på hennes nettside. Kiloene skal visstnok fordunste fortere enn svint i samme slengen. Sarkozy har gått ned to buksestørrelser allerede.

Skjult agenda. Alt dette fokuset på mellomkjøtt kunne selvsagt ikke gå engelskmennene hus forbi. De luktet andre underliggende motiver. Det dreier seg tross alt om froskespisende franskmenn, og da tippet The Guardian at to og to ble sex. Ganske riktig, trening av mellomkjøttet er viktig også på det området, særlig for menn. Det samme gjelder nybakte mødre. Fransk trykdekasse betaler faktisk ti timer med fysioterapeut for å trene mellomkjøttet etter en fødsel, og for å forhindre ufrivillig vannlating.

Nå er ikke Imperiali den eneste som har funnet opp kruttet. Et eget perineumsenter har nettopp sett dagens lys i Paris. Det er tilsynelatende mer medisinsk, men mottoet er sikkert det samme: Frihet, likhet og perineum!