



Hitta din egen väg

Hur hittar du din egen väg i livet? Det är en av de frågor som huvudpersonen brottas med i en ny bok. Några av svaren finner hon på en pilgrimsvandring.

FOTO: THINKSTOCK

Den 80 mil långa vandringen längs pilgrimsleden El Camino i Spanien, blev första steget till en rad förändringar i bokaktuella Camilla Davidssons liv.



Lev ditt liv

Testa de frågor och råd som hjälpt Camilla på vägen till det liv hon vill leva.

- ✓ Våga titta på vad som ligger bakom det du vill, kommer det inifrån eller utifrån? Varför vill du göra det du vill?
- ✓ Våga befinna dig i tystnad och din smärta om du mår dåligt. Lyssna på vad som vill ut, istället för att tysta ner rösterna inomkroppen som vill säga dig något.
- ✓ Vandra i naturen, utan musik.
- ✓ Ställ rätt frågor till dig själv. Fråga dig: Vem vill jag vara? Hur vill jag leva? Hur ska en vanlig dag i mitt liv se ut för att jag ska må bra?
- ✓ Tänk dig att du är två år framåt i tiden. Du tittar på dig själv där du är i dag. Vilka råd skulle du ge till dig själv?
- ✓ Våga prova nya saker. Små myrsteget i rätt riktning kan mynna ut i stora förändringar på sikt.

I höst debuterar Camilla Davidsson med boken "Under vintergatans alla stjärnor". Den handlar om den sönderstressade Emma som levt ett hektiskt liv i Stockholm på jakt efter framgång och snabba kickar. Efter en misslyckad kärleksaffär får hon ett infall att gå 80 mil på pilgrimsleden El Camino, till Santiago de Compostela. På vandringen finner hon några av svaren på

vem hon egentligen är och varför hon försökt prestera så mycket för att duga. Det är som en bok i personlig utveckling, förtäckt i romanform. I Emma finns även mycket av författaren själv.



– Jag trodde jag skulle bli lycklig bara jag var lyckad. Jag levde intensivt och jagade rätt titel, rätt kläder och rätt man. Jag

sökte yttre kickar, men blev bara mörkare och mörkare inomkroppen. Till slut kände jag att jag inte orkade, jag var på gränsen till utbränd och deprimerad, berättar Camilla Davidsson.

HON VANDRADE EL CAMINO och gjorde sedan succesivt under några år flera förändringar i sitt liv. Hon gick en ettårig kurs i personlig utveckling och tänkte bli coach, men fick sedan ingivel-

sen att dela med sig av sin livsresa i en roman.

I dag lever hon ett helt annorlunda liv. Hon, hennes man och deras tvillingar bor i Åre. Under tre månader på somrarna driver hon ett Bed and Breakfast på Fårö. På den inkomsten lever hon resten av året. Hon gör av med lite pengar för att hon ska kunna skriva resten av året.

– Mitt Bed and Breakfast är ett medel att leva det liv jag vill ha. ✘