

# LA DANESA

La revista danesa en España  
Det danske magasin i Spanien

OKTOBER 2010

## Kris Stadsgaard

Málaga Club de Fútbol's La Liga-mandskab tæller nu to danskere, og med købet af den 25-årige Kris Stadsgaard har sheik Al-Thani ofret 16 mio. euro på nye spillere inden transfervinduet lukkede.

- Interviews
- Nyheder
- Bolig
- Finans
- Udflugter
- Sport
- Fakta
- Kultur
- Profiler
- Politik
- Mode
- Helse

### MÅNEDENS TEMA

· BOTOX FOR BEGYNDERE OG BEVARINGSVÆRDIGE PENSIONISTER

### INTERVIEW MED MICHAEL LAUD

· OG BORTSET FRA FODBOLD

### AMIN JENSEN

· HANS FØRSTE SHOW PÅ COSTA DEL SOL

### MÅNEDENS UDFLUGT

· LA CUEVA DEL TESORO OG MACHARAVIAYA

### INTERVIEW MED LINE LYSTER

· TAKNEMMELIGHED KAN ÆNDRE DIT LIV

### JESPER HERTZ

· MØD 20- OG 25-ÅRS JUBILAREN

# Taknemmelighed kan ændre dit liv

“Gratitude Art” er skabt af den 38-årige dansker Line Lyster som et resultat af at opleve, hvordan hendes egen livskvalitet steg i takt med taknemmeligheden. Line opdagede, at jo mere taknemmelig, hun følte sig i sin hverdag, jo bedre blev livet. Hun følte sig mindre deprimeret, mindre stresset og mere tilfreds, og som følge heraf, begyndte hun at tiltrække mere overflod på alle områder. Nøglen - og udfordringen var at holde fokus på følelsen af at være taknemmelig - hver dag.



Taknemmelige mennesker er lykkeligere og bedre i stand til at håndtere belastninger i hverdagen.

Af Helle Espensen



“Der er masser at være taknemmelig for; var jeg ikke kørt forkert i Madrid, var jeg nok aldrig kommet hertil. Havde min mand ikke været en typisk cubaner med et veludviklet doven-gen, havde jeg nok ikke opdaget, at han var mig utro - og så var jeg måske blevet i et forhold, som, jeg godt vidste, ikke burde vare evigt. Ja, og sådan kunne jeg blive ved. Hver aften, når jeg ligger i min seng, tænker jeg på 20 ting, som jeg er taknemmelig over. Det fungerer rigtig godt, for det tvinger mig til at fokusere på det positive, og så får jeg en god søvn, og er frisk og glad, når jeg vågner. En kædereaktion. Det er super simpelt - vi skal bare mindes om det en gang i mellem. Derfor skabte jeg Gratitude Art.”





Jeg har kendt Line i mange år. Faktisk lige siden dengang, hun var marketingchef i et stort ejendomsrådgiverfirma, og kom til os i Norrbom Marketing for at få omsat sit design til flotte brochurer, der skulle trække et internationalt klientel ind på det spanske boligmarked. Det var i 2002. Vi sludrede løs om stort og småt, hver gang vi mødtes over tryksagerne. Lines mor var død af kræft, da Line blot var 17 år, og da min egen mor på det tidspunkt var syg og senere døde af samme sygdom, hentedede jeg masser af støtte hos Line. Hun vidste, hvad jeg talte om og forstod, hvad jeg følte. I dag ved jeg, at hun instinktivt guidede mig igennem en af livets svære perioder.

Jeg møder Line på en café nær hendes hjem og firma (Redline Company) i Nueva Andalucía. Vi krammer og hun fortæller, at hendes far har lungekræft. Det er noget rigtig skidt, bliver vi enige om.

“Jeg tager hjem til ham om en uges tid. Min mors død tog meget hårdt på min søster og mig - og på vores far.”

Hvis I tror, at Line er sådan en smiley-style, glad-i-lågetype, der overskudsagtigt missionerer overfor alt og alle om selvhjælpsteknikker og positivt tænkning, tager I fejl. Med begge ben plantet på jorden har Line levet sit liv med åbent sind, søgt hjælp, når der var behov for det og lært af oplevelserne. Og hun har været vidt omkring, inden et sammenfald af begivenheder bragte hende til Costa del Sol.

Efter sin mors død og en overstået studentereksamen rejste Line til Argentina.

“Det var sindssygt hårdt at miste min mor, og jeg måtte finde ny mening med livet. Jeg følte ikke, at jeg skulle finde den i Danmark, så jeg rejste langt væk - helt til Buenos Aires. Her fik jeg job som tjener. Jeg fattede ikke en bjælde af, hvad folk sagde, men gentog i baren, det kunderne havde sagt. Og så gik det jo, og spansk fik jeg hurtigt lært. Jeg tog tilbage til Danmark, men kunne stadig ikke trives der, så turen gik til Tyrkiet som rejseguide, og senere fik jeg job på et krydstogtskib.”

Line ville imidlertid have sig en uddannelse, kom ind på Niels Brock på et studie, hvor eleverne skiftevis var tre måneder på skolen og tre måneder i erhvervslivet. “Min praktikplads på Helsingør Kursuscenter var fantastisk. Alle mine kolleger var jo lærere, så stillede jeg blot det mindste spørgsmål, fik jeg en hel uddannelse som svar. Jeg var en haj til computere, lavede grafik og underviste i fx Word hos Ældre Sagen og i Excel hos Nationalbanken.

Bagefter fik jeg job hos JAI Glostrup - Det var det fedeste sted og mine kolleger var dejlige mennesker. Det var i denne periode, jeg mødet Jorge. Min cubaner. Hans mor havde giftet sig med en dansker, hvilket havde bragt ham dertil. Jeg var helt vild med ham, og da hans visum var ved at udløbe, ja så giftede vi os. Et par dage senere. Jeg turde ikke fortælle det til min far og søster, så kun en veninde var med på Frederiksberg Rådhus. Det var simpelthen så morsomt, og vi var ved at dø af grin, da embedskvinden på engelsk med slet skjult københavneraccent sagde: I now pronnouce you... Jeg fik en JAI-termokande af mine kolleger, da de opdagede, at jeg var blevet gift. De var bare så søde.”

Det var umuligt for Jorge at finde job i Danmark, og turen gik til Spanien, hvor sproget i hvert fald ikke var en barriere for nogen af dem.

“Jeg var egentlig færdig med at rejse, men hvad skulle vi gøre?”

Efter et kort ophold i Madrid rejste vi her til Costa del



**Altid stort udvalg af biler til salg**

**BILUDLEJNING BILER**

**Nem og personlig billeje på Costa del Sol siden 1997**

**RING ANGÅENDE FORDELAGTIGE LANGTIDSTILBUD**

- Enkle og overskuelige priser
- Nu også nyt kontor i Nerja (Balcón de Europe)
- Dansk modtagelse direkte i lufthavnen (uden shuttlebus eller ventetid)
- DANSK GPS, 15 EUR / uge

P

- Indendørs/udendørs parkeringsservice i Málaga lufthavn og Fuengirola

**GRATIS:**

- Lufthavnslevering ved lejemål over 1 uge
- Medførere (max 3)





[www.costabiler.dk](http://www.costabiler.dk) **BOOK ONLINE**

**e-mail: [info@costabiler.dk](mailto:info@costabiler.dk)**  
**eller ring: +34 952 105 700**

**Mob.: 609 501 700 • Fax: 952 196 267 • [info@costabiler.dk](mailto:info@costabiler.dk)**  
**FUENGIROLA • MÁLAGA LUFTHAVN • NERJA**



**AssurandørGruppen**  
- uafhængige forsikringsmæglere

**Deres personlige forsikringspartner, også i skadestilfælde!**



**Ny Forsikring? - Så ring til AssurandørGruppen Gratis og uforpligtende tilbud på forsikringer**

<p><b>Preben R. Martin:</b> Tlf. 649 957 470 Fax 952 446 269 <a href="mailto:info@ag-gruppen.com">info@ag-gruppen.com</a> <a href="http://www.ag-gruppen.com">www.ag-gruppen.com</a></p>	<p><b>Kontakt AG-Gruppen og hør mere om...</b> den gode tryghed til helt nye fordelagtige priser. En forsikring specielt til os i Spanien. <i>Aftal tid for et besøg, hvor vi gennemgår Deres forsikringer</i></p>	<p><b>Jan Wolfgang:</b> Tlf. 629 925 226</p> <p><b>Henrik Andersen:</b> Tlf. 607 843 833</p>
--	--	--



Gratitude Art minder mig om at være taknemmelig i mit daglige liv. Det unikke sortiment af produkter er blevet kærligt og individuelt kreeret med stor omhu og opmærksomhed, for at minde dig om at være taknemmelig i din hverdag. Når du læser meddelelsen på en Gratitude Art magnet, en notesbog, et lærred eller et krus, vil du føle dig inspireret og fokuseret på at være taknemmelig og derved modtage masser af gode ting til gengæld.



Lines seneste projekt for Gratitude Art har været at designe en workbook sammen med Dr. Susan Phoenix. Bogen indeholder emner som liv, u dødelighed, kærlighed, glæde, energiuudveksling og meditationer. Dr. Susan Phoenix er bestselling forfatter af bogen "Out of the Shadows - En rejse ud ad sorg."



**Taknemmelige mennesker sover bedre, fordi de aktivt tænker positive tanker, lige inden de går i seng. Så en "Attitude of Gratitude" er en væsentlig ingrediens for at forbedre dit liv.**

Sol for at besøge en af mine veninder. I SUR in English så jeg en stillingsannonce - Ocean Estates søgte en grafisk designer. Jeg mailede min ansøgning på vej til stranden, kom til samtale og fik jobbet. Vi tog hjem og pakke alle mine ting ned i 21 flyttekasser, som blev sendt af sted med en flyttemand, som blev sendt af sted med en flyttemand, som blev faktisk fandt i dit blad, Helle. Sjovt som tingene udvikler sig. Jeg havde aldrig forestillet mig, at jeg skulle bo på Costa del Sol. Det var da bare det klammeste sted. Sådant noget

med pølsevogn i Torremolinos... Nu elsker jeg det! Jobbet hos Ocean Estates var genialt, tiden var med os og snart var vi 300 medarbejdere. Jeg blev gradvist forfremmet og endte med at være chef og køre rundt i en BMW. Men, jeg ville prøve selv og sagde jobbet op for at etablere Redline Company. Det var i november 2004."

Kort efter firmaets opstart blev Line skilt fra Jorge, og er pt. single. "Man skulle tro, at det var nemt at finde en livsledsager på kysten, da her jo er alle nationaliteter og typer, men faktisk er det svært. Det kan være total kultur-clash... Om jeg gerne vil have børn? Ved du hvad, jeg håbede, at jeg en morgen ville vågne op og synes, at det var en god idé. Det er ikke sket endnu. Nej, det nyeste i mit liv er mine to kattekillinge. De er bare vildt cute, og det er første gang, jeg har dyr. Og så brænder jeg for min virksomhed, der heldigvis går rigtig godt."

Vejen frem til Gratitude Art's lancering i 2008 har været en lang og spændende rejse gennem livet.

"Det har været en lærerig opdagelsesfærd i en søgen efter, hvad livet drejer sig om, og hvordan jeg hele tiden kan forbedre min situation. Jeg har læst og studeret og suget til mig fra bl.a. Louise L. Hay, Dr. Wayne Dyer og mange andre. Gratitude Art kom ud af denne søgning. Ord er meget, meget kraftfulde, og selvom det lyder banalt, så fokuser fx på "Enjoy Life"... Det er enormt stort. Lidt for sjov begyndte jeg at skrive sedler, som jeg hængte op rundt omkring for at minde mig selv om at fokusere på gode ting. Det udviklede sig til, at jeg lavede et stort plakatsbyk og pludselig var der én, der spurgte, om

han måtte købe min ord-plakat. Og så var jeg i gang. Nu sælges mine krus, magneter, bogmærker, kort, notesbøger, billeder etc. i BookWorld España's butikker samt hos Anni's Vitalshopper langs kysten - og så har jeg en online shop. Jeg er så glad for det, nyder det virkelig. Forleden var der en dame fra London, der bestilte et stort billede. Hvor flippet er det? Det er jo mig, Line, der har lavet det, og nu er det pludselig i London. Arbejdet med Gratitude Art er en rolig proces. Ikke forretningsorienteret som med Redline. Med Gratitude er jeg et helt andet sted, og måske hjælper jeg folk bare en lille bitte smule. Og det er fedt!"

"Udover ultrakorte besøg hos familien har jeg ikke rigtigt nogen kontakt til Danmark. Jeg følger slet ikke med i, hvad der sker der oppe. Tænk dig lige, at jeg havde Jørgen Ege som kunde - jeg anede jo ikke, hvem det var. Det grinede mine veninder meget af. Fremtiden? Det ved jeg ikke. Lige nu har jeg det fantastisk her og med det jeg laver. Jeg er ikke typen, der planlægger så langt frem. Også da jeg var helt ung, købte jeg kun en halv liter mælk, for hvad nu hvis..."

**For mere information om Gratitude Art og for at se Lines unikke produkter: [www.gratitudeart.com](http://www.gratitudeart.com) eller ring 0034 952 816 678.**