



Den som intet våger, intet vinner

Sitatet fra Geoffrey Chaucer (1374) ser ut til å leve evig. Forfatter og coach Ellen Vahr har valgt det som inngang til sin nye bok «Våg livet».

I en villa i Asker har hun skapt et fristed for dem som – gjerne midt i karrieren – finner ut at de ikke lever ut sitt fulle potensial.

I løpet av kort tid har hun, gjennom bøker, foredrag og kurs, hjulpet hundrevis av kvinner og menn til å satse på sine drømmer. I Osloregionen har hele 32 prosent av befolkningen høyere utdanning. Oslo og Akershus ligger også i toppsjiktet i Europa når det gjelder forskning og utvikling (FoU).

– Det er en fordel å bygge seg opp i en region der folk er så opptatt av nyskaping, sier Vahr.

– Næringslivet i regionen er svært aktivt, også gjennom næringsråd og næringsnettverk, sier hun.

Turte å hoppe

Ellen Vahr tok selv steget ut fra en trygg jobb i finansbransjen for å hjelpe andre til å lykkes. En av hennes egne drømmer var å samle 20 års erfaring fra næringslivet og coaching i bokform. Men selv om hennes først bok het Drømmekraft (Gyldendal, 2011), handlet den ikke om ulne drømmer på bomullsskyer. Den handlet om hvordan man skulle omsette egne drømmer til virkelige handlinger.

Målet var å løse leseren gjennom prosessen med å realisere og leve i pakt med sine verdier og evner. Det handler om å leve sant, for drømmer tar aldri feil, mener Vahr. Det gjorde ikke Ellens egen drøm heller. Drømmekraft ble en såpass stor suksess at hun raskt ble bedt om å skrive oppfølgeren. Våg livet kom ut høsten 2013.

Frykt som veiviser

Hvorfor er det så vanskelig å følge egne drømmer og å satse på seg selv?

– Mange sliter med frykt for å hoppe fra stupebrettet, fordi vi har sluttet å stole på oss selv, sier Ellen Vahr.

– Og så skal du ikke nødvendigvis bli kvitt frykten, men bli venn med den, sier hun.

Vahr skiller mellom to former for frykt: den som hjelper oss å reagere når vi er utsatt for reell fare, og den som sitter i hodet og forteller oss at vi ikke er gode nok, og at vi ikke kommer til å lykkes.

– Det er den frykten du skal ta tak i og bruke som veiviser. Frykten er der drøm-

men din er, fordi det betyr så mye for deg, sier hun.

Frykten legger seg foran deg og viser deg hvor du skal gå.

– Også når du skal ta neste skritt, vil frykten legge seg foran deg og vise vei. Går det ikke som planlagt, er det ingenting å være redd for – fordi vi kan ta nye valg. Vi tar det så mye mer alvorlig enn det er. Det aller verste er å bli stående i et energitappende vakuum og lengte, sier hun.

Tre ting som hindrer hoppet

Vahr har gjort seg tanker om hvorfor vi ikke tør å hoppe.

– Du tror ikke at du vil klare å stå i resultatet, du tror at den smertefulle overgangen ved endring varer evig, og du får noe ut av å ikke gjøre det, sier hun.

Denne siste grunnen krever utvidet forklaring, men Vahr svarer med et spørsmål.

– Hva må du legge igjen på kanten før du hopper, spør hun.

– For mange ligger statusen i visittkortet. Du bør derfor tenke over hva du må legge igjen, og hva du får etterpå. Da først blir det et reelt valg, sier hun.

Derfor er også bøkene hennes fulle av konkretiseringer og oppgaver som tvinger deg til å tenke og fortea valg.

– Det blir ført for mye «støy i hodet». Man må få valgene ned på papiret. Det gir ro, sier hun.

Kvinnelige og mannlige gründere

Under foredrag i næringsnettverk og næringsråd møter Vahr ofte ulike typer gründere.

– Velger du å realisere drømmene dine, må du legge inn de timene det krever, sier hun.

– Du må holde fokus, ha en reell arbeidstid hver dag, være sulten, ville noe – og ha stayerne. Der har vi mye å lære av gutta. De er ofte raske til å våge og til å ta sjanser. De investerer i lokaler og markedsføring, mens vi kvinner har en tendens til å bygge stein på stein på stein på stein ... til vi sliter oss ut. Der gutta går rett på, venter vi ofte til vi føler at vi kan nok eller har det nødvendige støtteapparatet rundt oss. Det er ikke noe å vente på. Du har det du trenger i deg for å ta det første skrittet, sier hun.