

Bogen er både en personlig og ærlig fortælling om, hvad forfatteren selv gennem livet har kæmpet med, men også en fortælling om (noget af) vejen "ud på den anden side" med hjælp fra professionelle samt den indsigt, retrospetivt på livet unægtelig giver.

Bogens titel indeholder hovedbudskabet i bogen, der opfordrer læseren til at møde verden med hjertet forrest, hvilket bl.a. vil sige at turde elske en anden, før han elsker dig, og dermed uden en garanti for den andens kærlighed til dig – for så er kærligheden til dig ikke betinget, eller afhængig, af deres.

Dén tilgang til livet har forfatteren ikke altid haft, da hun erklærer at have lidt af "behagesyge", som har medført, at hun i høj grad har levet andres liv frem for sit eget, hvormed hun ikke har været tro mod egne behov, værdier og sig selv, som hun er, og er endt med at være plaget af depression og angst. Kærlighed skal du derfor først og fremmest kunne give dig selv, advokerer forfatteren for, og medgiver, at det kræver mod og afkræver personlig ansvarstagen at møde verden med hjertet forrest, og dermed i skudlinjen.

Ved hjælp fra bl.a. terapeuter, præster, forskere og Camillas personlige erfaring med bl.a. depression, angst skilsmisse, tab og anden modgang i livet deles ud af den visdom og indsigt, som har hjulpet hende selv til at slippe en evig, men også evigt skuffende, jagt efter det perfekte liv og at være det perfekte menneske, fordi hun har erkendt, at det ikke findes.

Forfatteren er selv lykkedes med at opnå en lettere måde at være i livet på og med sig selv såvel som andre og håber med bogen at kunne hjælpe andre til også at acceptere og omfavne livets, og sine egne, mere komplekse og uundgåeligt smertelige sider, for at opnå større livskvalitet, frihed og kærlighed.

Bogen placerer sig således i kategorien med andre "selvhjælpsbøger" og er en letlæselig af slagsen, der primært henvender sig til den modne kvinde, der kan genkende sig selv i ovenstående udfordringer og ønsker input til, via en andens "kamp" med livet og sig selv, at forstå, acceptere og arbejde hermed.

*Af Randi Hvid Poulsen, aut. psykolog*

