

Livet er for kort til dårlige råvarer og forkerte beslutninger



SUSY GRUNDHAL er en energibombe og minder om en alf. Eller en lille glad trolde.



OPBRUD: Helsekost og økologi var nærmest fremmedord i Esbjerg, da Susy Grundahl for fjorten år siden åbnede »Bønnespiren« i Torvegade, der i dag er en blomstrende forretning. Som Susy har valgt at forlade til fordel for en anden lidenskab. Næmlig kunsten.

Om det nu er fordi hun er vegetar og så vidt muligt kun spiser økologisk, eller om der er nogle andre og mindre jordnære magter på spil, er ikke til at vide. Men Susy Grundahl stråler. Ud af hele kroppen. Og endskønt hun ikke er større end tobak for en skilling, er hun en fortagssom dame, der hele tiden er i udvikling, og som lige nu står overfor endnu et vendepunkt i sit liv. Næmlig et skift fra helsekostvejleder til kunstterapeut, en titel hun kan skrive på sit cv til sommer.

Og det endskønt der mildest talt er Susy, der har været med til at revolutionere Esbjerg udi økologi og helsekost. **Varemangel** – Vi lavede en telefonkæde, når der var økologiske æg på torvet. Eller når nogen havde set noget ordentligt knækbrød i Brugsen, fortæller Susy om dengang hun uddannede sig til kostvejleder, og hun og de andre kursusdeltagere ikke kunne opdrive en økologisk gulderod i det vestjyske. – Vi vidste aldrig, hvad vi skulle have til aftensmad. For at være vegetar og le-

ve økologisk i Esbjerg, var nærmest håbløst den gang.

Eksem og allergi

Susy har hele sin barndom og ungdom været plaget af eksem, allergi og soroasis, og da hun under sin første uddannelse som zoneterapeut blev introduceret til kostvejledning og ernæringslære, skete der noget.

– Jeg fandt ud af, at man kan spise sig ud af stort set alle problemer. Og efter nogle år som økologisk vegetar, var Susys symptomer forsvundet. Og hendes behov for økologiske varer mæsigt.

– Jeg kunne simpelthen ikke få de varer, jeg havde brug for. Og så måtte jeg jo åbne min egen butik, smiler Susy og byder på urtete og smoothies.

Bønnespiren

Susy åbnede altså »Bønnespiren« sammen med sin mor Benny, i et lille lokale i Torvegade. Og i baglokalet boede Susy med sine to sønner Richard og Frederik.

– Der var godt nok ikke så meget plads. Men med puder, blomster og fyrfadsllys blev det rigtig hyggeligt. Og

PORTRÆT

Tekst & foto: Annett Bruhn
Tlf. 7912 4643, ann@lvdk



maden havde vi jo i butikken, fortæller Susy.

– »Det går aldrig«, sagde den første revisor, vi havde. »Der er ingen, der spiser sådan noget her«.

– Og der gik da også nogle år, før vi begyndte at tjene penge, fortsætter Susy, der finansierede sig selv og drengene med Iværksætterydelse i begyndelsen.

Vi er sundere

– Vi prøvede at lokke kunderne til ved at have en masse smagsprøver med tilhørende opskrifter stående fremme, husker Susy.

– Og vi serverede tang og græskar-suppe, griner hun højlydt. Ud over de økologiske grøntsager var der kosttilskud og naturcremer på hylderne i »Bønnespiren«, der for fire år siden blev flyttet til mere rummelige omgivelser tættere på torvet i Torvegade. Og som i dag er en blomstrende forretning med fem ansatte i selve butikken og endnu fem ansatte i søsterselskabet »Netspiren«, hvor man kan købe de samme varer som i butikken på internettet.

– Efter de første tre til fire år er det

gået støt fremad, og det toppe hvert år. Men folk har aldrig været så sunde som i år, lyder det begejstret fra Susy. – Det er simpelthen eksploderet.

Bønnespire til salg

Der er ingen tvivl om, at Susy har haft tiden med sig, og at interessen for sundhed, ernæring og almindelig trivsel aldrig har været større. Men ikke desto mindre var og er Susy Grundahl en trendsætter, der også har gjort det i dyrt genbrugstøj og alt mulig andet tøj, feminint, sundt. Og tidskrævende. Så Susy har efter mange overvejelser besluttet at sætte et komma i sit liv og har sat sit hjerte barn »Bønnespiren« til salg.

– Det har været et svært, for jeg elsker jo »Bønnespiren«. Men alle valg indebærer forval og jeg kan mærke, at det er en rigtig beslutning, siger Susy med overbevisning i stemmen.

Familie foretagende

Susy fortsætter med at være indehaver af »Netspiren«, der bestyres af hendes papson Christian Trovatten. – Og min anden søn Frederik hjælper for øjeblikket med at lægge pro-

dukter på nettet, og Richard er ved at lave en Bachelor-opgave om »Netspiren«. Så de er stadig involveret, lige som da de var helt små og næsten ikke kunne bære grøntsagerne ind i butikken, smiler Susy, der altså ikke er helt færdig med kosttilskud og urtecreme. Og absolut ikke med økologisk vegetar-mad.

To verdner mødes

– Vi bruger utrolig meget tid på at lave mad derhjemme. Og vores herre hundler også i høj grad om mad og madlavning, fortæller Susy, der på herre år er gift med Christian Grundahl, der ud over at være indehaver af et autoværksted, er passioneret jæger.

– Så jeg er faktisk begyndt at spise vildt, smiler Susy. – Vi har fundet ud af, at kombinationen af det bedste fra vores to forskellige verdner giver et fantastisk resultat. – Men vi spiser ikke ko og gris. Og jeg kunne ikke drømme om at købe mælk, fortsætter Susy.

F Rovdrift på køer

– Vi driver rovdraft på vores køer, og de får yverbetændelse, fordi de skal levere

DRIVHUSET Susy Grundahl nyder eftermiddagssolen og sidder her i sit drivhus blandt chili-frugter med familiens hund af samme navn. Næmlig chili.



LÆS I BØGGOT I MORGEN HJEMME HOS SUSY

så meget mælk. Debatten om netop mælk er jo hysterisk. Voksne mænd, der påstår, at de er afhængige af mælk. Vor herre bevar os. De er vel ude over samme stadiet, griner hun.

– Jeg kan ikke holde ud, når noget bliver fanatisk, og jeg er blevet mindre fanatisk, end jeg har været. Og mere tolerant. Hvis man gerne vil gøre noget i hverdagen, behøver man ikke være så fanatisk, som jeg har været. Og jeg spiser og drikker det, jeg får serveret.

Gode råvarer

Men Susy er alligevel fantastisk over, at mange anser indkøb og madlavning, som noget, der skal overvindes. Og at det ikke må koste noget.

– Vi bliver ikke sundere, end den mad, vi spiser, konkluderer hun, og tilføjer, at det ikke behøver at være dyrt at leve sundt.

– Bare kig ned i din indkøbskurv, og sorter det fra, der ikke indbefatter mælk, såsom chips, cola og fastfood. Så er der både plads og råd til økologiske varer, lyder det bestemt fra Susy.

– Og hvis det så er lidt dyrt, skal du bare indtil der dukker noget andet op. Så handler om.

Og selv om det fysiske helbred altid har været omdrejningspunktet for 47-årige Susy Grundahl, er de indre værdier kommet mere og mere i højsædet. Og til sommer færdiggør hun sin uddannelse som kunstterapeut.

Processen

– Måske kan noget, som intet andet, fortæller Susy med julelys i øjnene.

– Det er fantastisk, hvordan man gennem uddannelsen som kunstterapeut kommer tilbage til at være i processen, og ikke altid være så målrettet, som jeg altid har været det i »Bønnespiren«. Og når jeg maleder far, for den dags skyld, fortæller Susy.

– Når man ikke længere lever i øjeblikket og kan nyde vejen til målet, er der noget galt, fortsætter hun.

– Jeg har længe mærket, at jeg ikke længere kan arbejde både i »Bønnespiren« og med kunstterapien, fortæller Susy og tilføjer,

– Når man brænder for mange ting, måler det med, at man brænder op. Og der er ingen tvivl om, at Susy har fundet en ny sfære, hun kan brænde sig indtil der dukker noget andet op. Så handler om.