SKRIBENT
KITT ANDERSEN

FOTOGRAF
RASMUS BLUHME

Mød Christian Bitz

PERFEKT AT VÆRE UPERFEKT

I stedet for blot at bruge ét år på et Røde Kors-projekt har Christian Bitz forpligtet sig i fem. For når han gør noget, gør han det 100 %. Det har han også gjort med sin karriere som både ernæringekspert og model, men ikke altid med et perfekt resultat.

I maj måned var ernæringsekspert Christian Bitz sammen med sin kæreste, Lisette, afsted på sin første tur til Malawi i forbindelse med et nyt projekt i samarbejde med Røde Kors.
Normalt plejer den slags projekter at strække sig over et år, men som med det meste Christian Bitz går ind i, gør han det helhjertet og med en ambition om ikke bare at gøre det godt, men helst lidt bedre end både han selv og andre forventer.
"Jeg har den her lyst til at gøre en forskel og skabe forandring. Og så har jeg det der "gøre mig umage"-gen – det skal gøres ordentligt. Derfor har vi forpligtet os til et femårigt samarbejde," fortæller Christian Bitz.
Han har hevet parasollen hen til bordet, så der bliver kastet lidt skygge over på villaens terrasse i Taarbæk, hvor vi sidder. På en af stolene ligger et håndklæde fra tidligere på formiddagen, hvor han har været nede at bade. Det er ikke blot noget, han gør her i den varme sommer. Han hopper i bølgerne året rundt fra den lille badebro, der ligger på den anden side af vejen. Udover den lille livlige bomuldshund, Vitus, er der stille i huset, der ellers i det daglige rummer både Lisette og deres fire sammenbragte piger i alderen ni til tretten år.

> JEG HAR DEN HER LYST TIL AT GØRE EN FORSKEL OG SKABE FORANDRING

Nødhjælp forpligter. Christian Bitz er uddannet cand.scient. i human ernæring og er fast tilknyttet Bispebjerg og Frederiksberg Hospital, hvor han er involveret i udviklingen af maden til patienterne. Han har desuden medvirket i adskillige TV-programmer, skrevet flere bøger og har en ny på vej om at få kræsne børn til at spise sundere, og så har han ikke mindst lavet en del velgørenhedsarbejde.
Men bag det nye Røde Kors-projekt i Malawi ligger nogle andre ambitioner end tidligere, da han undervejs har lært, at nødhjælp forpligter. Derfor har Christian Bitz forpligtet sig til at gøre en forskel de næste fem år med projektet Kusintha, der betyder forandring på et af de mange sprog, der tales i et af verdens fattigste lande, Malawi.
Målet er, at der over de næste fem år skal indsamles mere end 1.250.000 kr. til at finansiere brønde, børnehaver, mulighed for skolegang og mad. Det skal bl.a. ske gennem donationer og salget af en helt ny linje i Christian Bitz' egen serie af bl.a. stel, glas og bestik, som han har lavet i samarbejde med sin kæreste.
"Jeg har lavet meget velgørenhed gennem årene i mange forskellige afskygninger. Og jeg har altid →

ment, at hvis det der kendis-noget skal bruges til noget fornuftigt, så skal det være at hjælpe andre," fortæller Christian Bitz.
"Det er også planen, at vi vil have vores børn med, så de også ser, hvordan et liv kan være, uden det de opfatter som helt basale behov. Vi håber, de vil få en bedre forståelse for livsforhold, og hvordan vi kan hjælpe de mange mennesker, som har så lidt."

Aldrig helt tilfreds. Det med at gå hele vejen og lidt længere er for Christian Bitz noget, der ligger dybt i ham, og som han tror stammer helt tilbage fra hans barndom, hvor han havde travlt med at gøre andre tilfredse i stedet for at fokusere på, hvad der egentlig gjorde ham glad.
I løbet af hans karriere som både model og ernæringsekspert har der også været en rastløshed og lyst til at nå nye mål, som han hele tiden har fodret med mere og mere arbejde og nye projekter, og det var bl.a. baggrunden for, at han skrev bogen "Uperfekt", der tog form gennem nogle år og udkom i 2014.

Nu har jeg fundet ro, og det var jo også det, der var hele konceptet omkring "Uperfekt" – at det måske er det perfekte, når man faktisk er i stand til at nyde tingene, som de er.

Som model var han på et tidspunkt ved at nærme sig en spiseforstyrrelse, fordi han ikke følte sig specielt pæn i forhold til de andre modeller og blev meget kropsfikseret, og som ernæringsekspert har han været meget kompromisløs både i sin tilgang til sundhed og til sin karriere i det hele taget.
"Problemet var, at jeg aldrig var tilfreds. Jeg hvilede aldrig rigtig i mig selv. Jeg havde hele tiden nye ambitioner. Nu har jeg fundet ro, og det var jo også det, der var hele konceptet omkring "Uperfekt" – at det måske er det perfekte, når man faktisk er i stand til at nyde tingene, som de er. I virkeligheden bare slappe lidt af i forhold til altid at skulle det hele på den halve tid eller altid at skulle gøre alle tilfreds," forklarer Christian Bitz, der også har taget til sig, at der er flere måder at leve sundere på. Bare det at man gør noget, er et godt skridt på vejen.

I MANGE ÅR HAVDE JEG EN NO NONSENS TILGANG TIL SUNDHED

"I mange år havde jeg en no nonsens tilgang til sundhed, og mit mantra var: Luk munden og let røven. Men det er også en uforskammet tilgang netop til sundhed og det at skulle tabe sig. Jo mere erfaring og jo klogere jeg selv er blevet, jo mere er jeg også blevet bevidst om hvor kompliceret, det faktisk er. Og hvor forskellige vi er. En løsning som skal passe til alle, det tror jeg ikke på mere."