

# Tilbyr hjerterom i nytt husrom

**FLATEBY/YTRE ENEBAKK: Med Hjerteromsgalleriet vil Anett-Kristin Andersen motivere andre til å forløse indre vondter som har fastnet.**

GRO ARNEBERG THORESEN  
gro.arneberg.thoresen@enebakkavis.no  
452 77 727

Nyetablert med «Hjerteromsgalleriet - et bedre liv fra hjerte til hjerte» på Vågsenteret tilbyr Anett-Kristin coaching, healing og Feng shui-analyse.

## Løser blokkeringer

- I kroppene våre sitter det mange blokkeringer som er der på grunn av episoder vi har opplevd. Alt setter seg fast og kan slå ut. Ofte i sykdom. Jeg vil tro at mange ønsker å komme videre. Da må man også selv gjøre noe aktivt for å få det til. Gleder kommer innenfra, og derfor bør man rydde på innsiden, slår coachen fast.

- Hva er de vanligste plagene vi har?

- At man er utilfreds, på grunn av noe som bunner ut i selvfølelsen. Dette igjen skyldes gjerne noe som ligger tilbake i tid. Noen blir gående og plages, man har kanskje kjørt seg fast i et negativt spor, har klump i magen eller går med

konstant negativ tankegang. Kanskje tenker man heller ikke over at dette også påvirker omgivelsene negativt.

## La bort strikkepinnene

Mange vil huske Anett-Kristin Andersen (48 år) som klesdesigner med strikketøy, atelier og butikk på Flatebysenteret.

- Jeg la ned der og startet opp på Majorstuen. Det ble fort veldig mye arbeid og endte med at alt føltes feil. Jeg møtte veggen rett og slett, forteller hun ærlig.

- Jeg la bort strikketoynet, bestemte meg for at jeg aldri skulle strikke igjen, og tok etter en stund et introduksjonskurs på Feng shui-skolen, forteller hun om det personlige gjennombruddet.

- Jeg hadde vært lang nede, men greide å reflektere og endre kursen i livet mitt.

## Vil gi andre det samme

- Jeg fikk selv en personlig Feng shui-analyse, leget ut fra mitt eget fødselsøyeblikk. Et skjebnehoroskop som sa mye om ting som har skjedd i livet mitt. Jeg så at alt stemte så godt.

- For eksempel, forteller hun, har jeg selv alltid hatt en vond klump i magen. Da den endelig ble borte var det så rart. Skal ikke den være der?, tenkte jeg.

Anett-Kristin smiler. Det har vært en vanskelig tid på mange måter. Å ta farvel med strikke-



**COACH OG FENG SHUI-RÅDGIVER:** Anett-Kristin Andersen tilbyr coaching. - Det er samtaler, for å finne ut av hvor skoen trykker. Men de som ønsker en endring må også kunne være ærlige.

tøyet var også tøft, selv om hun så vidt har begynt å leke seg litt med garn igjen.

## Vil motivere

Nå ønsker hun at også andre skal kunne oppleve dette. Hun har utdannet seg til NLP-coach, og at hun starter opp lokalt er helt bevisst.

- Det jeg kjente på selv i den prosessen jeg har vært i har gjort meg trygg og sikker på at jeg kan hjelpe andre, understreker hun.

I Hjerteromsgalleriet benytter Anett-Kristin berøringsterapi som hjelpemiddel. Det er avslapningsteknikker som hjelper på energiflyten i kroppen.

Også i Feng shui dreier det seg om energier og råd.

- Tenk bare på hvor vanlig det er å sette en pult mot en vegg, både på barnerom og kontorer. Derimot skal energien kunne komme inn, og om man skal ha beskyttelsen, et skall, i bakgrunnen. En pult skal stå andre veien. Ha det åpent framover. Det er der framtiden ligger!



**JENTEGRUPPE?:** Kanskje blir det en egen i Hjerteromsgalleriet. Anett-Kristin er også i samtaler med Enebakk Sanitetsforening for et mulig samarbeid med unge, og mot for eksempel skjønnhetsyranniet..