

# ”Naturen har allt som vi människor behöver”

När Agneta Nyholm Winqvist kom i kontakt med feng shui var det kärlek vid första ögonkastet. Hon vill också hjälpa andra att se det vackra och det enkla, det som vi människor och vår jord mår bäst av.

**D**ET VAR EN NÄRA-döden-upplevelse i 20-årsåldern som gjorde Agneta Nyholm Winqvist, författare och feng shui-expert, medveten om att det finns andra dimensioner i tillvaron, än bara den fysiska. När jag träffar henne sitter hon uppkruken i en soffa och möter mig med en vaken, men samtidigt lite skygg blick. Jag får känslan av att hon är lite hemlighetsfull, som om hon vet något som jag borde känna till.

Hon beskriver sig själv som lite av en ensamvarg, ointresserad av diskussioner och allmänna tyckanden, men säger att det är hennes inre vägledare som fått henne att börja skriva igen. Budskapet i den nya boken ”Feng shui för moder jord” är att människan har förmågan att vara delaktig i att läka jorden. Inte som en ny slags miljörörelse, utan genom var och ens medvetet andliga hållning.

– Det handlar om att återställa balansen, jordens naturliga grundvibration. Vi befinner oss i ett akut läge när det gäller miljön. Naturen har allt som vi människor behöver för att må bra och det är därför feng shui är så viktigt. Feng shui lär oss hur vi lever och samarbetar med naturen så att balans och harmoni uppstår.

**GRUNDTESEN INOM FENG SHUI** är att allt är energi. Om hur man kan förändra atmosfären i sin omgivning, vare sig det handlar om sitt eget hus eller i trädgården, har Agneta grundligt beskrivit i sina fyra tidigare böcker.

Den här gången kände hon sig dock manad att skriva om det som funnits inombords ända sedan hon den gången för nästan 20 år sedan var nära döden. Hon hade insjuknat i vietnamesisk tyfus i Thailand, när hon plötsligt en dag fick insikt om att det finns fenomen som människan inte alltid förstår eller kan se.

– Jag var som ett livlöst kolli. Lungorna var helt täckta av ludd på insidan och jag låg fastspänd i en säng.

Hon var som förlamad några dagar och för att rädda hjärtat fick hon dessutom andningshjälp med respirator under tre veckor. Hon tappade hår, hud och naglar.

– Jag var helt omtöcknad ett längre tag, men en dag var jag fullkomligt klarvaken en kort stund. Då ville jag helt enkelt ge upp. Döden kändes som den enda utvägen.

**TILL SIST SLÄPpte HON TAGET** och gled iväg in i en annan värld.

– I dag kan jag inte känna sorg när någon dör. Jag fick se en värld av oändlighet, en värld som liknar ett kalejdoskop, en värld full av möjligheter, en värld där inga begränsningar finns, där allt löses upp och man blir ett med allt. Jag kan inte nog beskriva hur fantastiskt detta ögonblick var, att få känna denna enhet och samhörighet med allt.

Hon vaknade till liv igen med insikten om att människan skapar sin egen verklighet. ▶



## Agneta Nyholm Winqvist

**ÅLDER:** 38 år.

**BOR:** I villa i Härnösand.

**FAMILJ:** Maken Mikael och två döttrar, Annie 12 år och Linn 7 år. Ett gäng händer, ett par ankor, några kaniner och döttrarnas hamstrar.

**YRKE:** Författare och feng shui-konsult.

**AKTUELL MED:** Nya boken ”Feng shui för moder jord” (Energica förlag).

## Agneta Nyholm Winqvist om ...

... **HÄLSA:** Jag tror att livsglädjen är det som styr hälsan mest av allt, trivs du och njuter av livet så får du automatisk bra hälsa.

... **KLIMATHOTET:** Mycket allvarligt, mänskligheten håller på att säga av grenen vi själv sitter på. Vi har inte tid att vänta på fler rapporter, vi måste handla omedelbart så att vi har något att lämna över till kommande generationer.

... **MAT:** Jag njuter av mat och dryck och är tacksam för att ha tillgång till ett överflöd av mat. Jag försöker att äta enkel och ekologiskt odlad mat så gott jag kan, men det händer ibland att jag slarvar och glömmar bort att äta.

... **KÄRLEK:** För mig är kärleken det som driver mig att arbeta och kliva upp ur sängen varje dag. Den villkorslösa kärleken och Gud är samma sak för mig, det finns inget som är viktigare för mig.

... **PENGAR:** De skapar frihet och det gillar jag, men sann rikedom kan aldrig skapas av pengar. Jag känner mig rik då jag kan välja hur mitt liv ska se ut och då jag kan dela med mig av det jag har till andra.

... **ANDLIGHET:** Jag är helt övertygad om att alla religioner i grund och botten har samma källa. Jag tror också att andlighet och vetenskap inom kort kommer att mötas på en helt ny nivå med revolutionerande upptäckter.



Till hönorna har Agneta Nyholm Winqvist ett mycket speciellt förhållande.

▷ – Vi människor har faktiskt ett val.

Den här upplevelsen omkullkastade hela Agnetas världsbild. När hon väl blev frisk så grät hon floder över sin dittills begränsade föreställning om hur livet skulle vara. Hon hade levt sitt liv med facit i handen, tyckte hon. I stället väcktes en längtan i henne att försöka leva med den här oändligheten och visdomen. Så snart hon kommit hem påbörjade hon en friskvårdsutbildning och hon experimenterade med sig själv.

– Jag lärde mig kontrollera andningen så att den kunde styra energin i min kropp, jag provade allt jag kom i kontakt med.

Hon läste böcker, hon utforskade och jämförde olika religioner och filosofier. Hon började söka efter nya förhållningssätt till livet.

– Jag ville lära mig komma längre in i kalejdoskopet för att kunna navigera mitt liv dit jag önskade. Jag ville verkligen satsa på allt som hade med lust och liv att göra.

– Det var då jag kom i kontakt med feng shui och det var kärlek vid första ögonkastet. Feng shui var svaret på min längtan efter skönhet och det som är vackert i livet. Feng shui bekräftade också det vackra jag hade fått uppleva i kalejdoskopet.

Agneta kan bli upprörd över fula miljöer, över miljonprogrammen i storstäderna och hus byggda i betong, utan en tanke på dem som ska bo där.

– Man vet i dag att i fula miljöer mår människor sämre. Skönhet är inget man kan rationalisera bort, det kostar i längden mycket mer i form av sociala problem.

Hon brinner också för att vi ska återupptäcka den tidlösa skönheten. I boken ägnar hon flera kapitel åt att beskriva bland annat det gyllene snittet och helig geometri. Den skönhet som människan alltid tyckt har varit vacker och balanserad.

– Den tidlösa skönheten hittar du främst i naturen. Se på ett lövs undersida till exempel. Där finns de rätta proportionerna in i minsta detalj. Där finns ingen ordning. Det är därför naturen är så viktig inom feng shui.

**AGNETAS BÄSTA RÅD** för större välbefinnande handlar om att stanna upp och fundera på vad vi mår bra av, vad som är realistiskt och hållbart på sikt.

– Vem som helst skulle ju bli tokig om vi försöker verkställa allt som feng shui talar om. Det finns också en grad av vidskeplighet inom vissa delar av feng shui, och som saknar grund i vår kultur. På Bali till exempel

vill alla sova med sitt huvud rakt inåt ön, för där finns det heliga berget Gunung Agung.

Ibland går helt enkelt inte sådana råd att förverkliga, för förutsättningarna finns inte där man bor. Hennes recept handlar mer om att förenkla och rensa både själsligt och fysiskt.

– **FÖRSÖK ATT OMGE DIG** med sådant du trivs med och sådant som du njuter av. Man ska göra så gott man kan med det man har, där man är. Det räcker.

Agneta Nyholm Winqvist tror att det största problemet för många är att vi har för mycket omkring oss. Både i vår inre värld, i våra tankar och den yttre världen. Det viktigaste som hon lärt sig inom feng shui är att förenkla, förenkla, förenkla.

– Att komma fram till vad som är viktigast och vad vi mår bra av. Det gäller inte bara saker utan också människor i vår närhet. Kanske har någon för många relationer att hålla kontakt med. Det kan till och med vara bra att göra sig av med några telefonnummer eller städa i sin adressbok.

I hennes liv är de två dottrarna viktigast just nu. Därför väljer hon ibland bort andra relationer.

## 3 röster om Agneta



**Ulf Ramenberg, bror:**  
– Agneta är snabb i handling – när något skall ske, skall det ske nu eller strax innan. Med andra ord vill hon inte

vänta.

– Hon har många planer och över huvudet taget mycket på gång och är en levnadsglad person.

– Ibland har hon en oförmåga att inte se att tiden räcker till det hon skall göra eller att det är för mycket – ja, hon är lite tidsoptimist.

– Ibland är hon som ett saltkar, strör saker omkring sig.

– Hon är öppen, spontan, ärlig. Alltid hjälpsam. En lyssnare. Trygg i sig själv. Kreativ. Förverkligar många av sina idéer



**Christina Granström, äldsta och närmaste väninna:**

– Agneta och jag har känt varandra i 22 år. Vi gick i samma klass på gymnasiet, och efter skolan delade vi lägenhet med allt vad det innebar. En fantastiskt rolig tid som vi har många härliga minnen ifrån!

– Som människa är hon väldigt kärleksfull och hon är en njutningsmänniska. Vi tar gärna en fika på stan eller

träffas för en videokväll hemma, fast filmen ser vi sällan ... Vi pratar i stället!  
– Hon är en tidsoptimist, vill mer än vad det finns ork till. Hon har ett kontrollbehov som är för stort för hennes välbefinnande och talar ibland utan att tänka efter före ... men vem gör inte det?

– Hon har en klokhet och en livsinsikt som är bejakande. Humorn är en stark sida och hon skrattar gärna åt sig själv vilket är befriande. Den starka viljan har fört henne långt och hon sätter upp mål som hon alltid når!



**Christina Moraesus, kollega och föreläsare:**

– Agneta är snabb och effektiv, med en otrolig verksamhetsiver. En riktig igångsättare. Jag smittas av hennes entusiasm.

– Hon är varm som människa. Som min vän och kollega är hon rak och ärlig med en egen riktning i tanken som hon inte gör avkall på. Ibland är det intensiva tempot svårt att följa. Kanske skulle hon behöva bättre balans i sitt engagemang, spara lite på sin kraft som är överväldigande.

– Hon är också positiv och har underbar humor. Naturlig och spontan. Agneta har en genuin vilja till förändring i världen.

## ”Man ska göra så gott man kan med det man har, där man är. Det räcker.”

– Jag måste på något sätt ordna så att de får ta plats i mitt liv. Det är på samma sätt med våra hem. Har vi för mycket prylar så tar de vår uppmärksamhet och energi.

**SOM BARN KUNDE AGNETA** hypnotisera hönor. Hon lade dem på en grusgång i en rak linje och drog fingret kors och tvärs över ryggen på dem och sedan ner över huvudet så att det blev ett imaginärt streck framför näbben på dem – då låg de blickstill till hon suddade ut strecket.

– Jag kunde få tio hypnotiserade hönor på en rad. Då tyckte jag det var jättespännande, men i dag så ser jag tydligt vad som verkligen händer. De trodde att de var uppbundna på något osynligt sätt.

Agneta blir väldigt engagerad när hon berättar. Hon ser det som sin mission med sitt arbete inom feng shui:

– Jag vill kunna sudda ut strecket framför näsan på folk och få dem att uppleva långt mycket mer än vad man någonsin tror är möjligt. ✿

Text MONICA KATARINA FRISK

Foto CAROLA HARRISON HOLMBERG

### » Vill du veta mer?

Böcker av Agneta Nyholm Winqvist: *Leva med feng shui*, Prisma 2007. *Feng shui för själen*, Prisma 2005. *Feng shui för svenska trädgårdar*, Prisma 2003. *Feng shui för svenska hem*, Prisma 2001. Hemsida: [www.nordic-fengshui.com](http://www.nordic-fengshui.com) Agneta Nyholm Winqvist berättar om sin nya bok *Feng shui för moder jord* på Vattumannen bokhandel i Stockholm, den 4 december, kl. 17-19.