



**GLAD IGJEN:** –Etter at jeg oppsøkte Annette har livet mitt blitt godt igjen og jeg er den samme gamle glade jenta, forsikrer Laila.

**Healer-  
Annette  
hjalp  
Laila**

# Hun ga meg livsgleden tilbake

Ingenting var som det skulle i livet til Laila Egner (44) fra Sørumsøen utenfor Oslo. Hun var sliten, lei og hadde smerter. –Jeg kjente at jeg trengte hjelp. Annette ga meg tilbake overskuddet, forteller Laila.



**HJEMMETREPORTASJE**  
Tekst: Lise Rossow Foto: Jørn Grønland

–Når arbeidet kun blir rutine, blir det kjedelig. Skuldrene trekker seg helt opp i nakken og smertene kommer. Når man har både fysiske og psykiske plager, blir gleden over både arbeidet og livet generelt borte. Jeg kom til et punkt der jeg rett og slett må-

te ha hjelp. Sant nok hadde jeg fått hjelp for de fysiske plagene jeg hadde, men det var ikke nok: Noe av gleden i livet mitt var borte.

Laila bor på et småbruk med mannen sin. Den eldste av tre barn har flyttet hjemmefra.

–Det er et godt liv å bo på landet, med dyr rundt seg. Da barna var små, ønsket jeg å være mest mulig hjemme sammen med dem. Det kombinerte jeg med økologisk dyrking av urter, som jeg foredlet og solgte. Tre kvelder i uken var jeg babysvømmeinstruktør. Det var en god tid.

## Mistet energien

For rundt ti år siden begynte Laila å jobbe som selger. Hun likte jobben til å begynne med, men litt etter litt kom forandringene snikende, uten at hun helt forsto hva som skjedde. I desember i fjor kjente Laila tydelig at ikke alt var bra i livet hennes. Det var tungt å gå på jobben. Oppgavene følte mer og mer som rutine, og hun fikk smerter i skuldre og nakke. Hodet kunne hun ikke bevege uten å bevege hele kroppen. Så ille var det at hun til slutt ble sykmeldt. En kiropraktor ga henne god hjelp, og skuldrene ble litt bedre. Men ikke humøret.

–En kiropraktor kan fikse kroppen, men han gjør ikke noe for sjelen. Jeg kjente mer og mer at jeg måtte ha hjelp til å gjøre livet mitt morsomt og spennende igjen. Kreativiteten, pågangsmotet og gleden over å nå målene på jobben var borte.

I januar i fjor satte Laila seg ned og søkte på nettet etter noen som drev med rådgivning. Der fant hun Annette Lervik Irvung, som også drev med healing.

–Jeg har aldri vært hos noen alternativ behandler før, men Annette så ut til å være en seriøs dame. Jeg sendte henne en mail, fortalte litt om livet mitt, og at jeg egentlig hadde mest lyst til å si opp jobben og finne på noe helt annet, og så bestilte jeg en time hos henne.

## Fikk styrke

Det første møtet var svært vellykket.

–Først hadde vi en lang samtale, der Annette stilte spørsmål som gjorde at jeg måtte tenke over hvor jeg sto i

livet mitt. Ved hjelp av slike samtaler settes tankeprosessen i gang, og med veiledning fra Annette, er det meningen man skal finne løsningene selv.

Da jeg lå på benken kjente jeg hvordan energi ble sendt inn i kroppen min. Jeg kjente at det strømmet rundt, men ble stoppet noen steder på grunn av fysisk smerte, eller et psykisk misforhold i sjelen min. Annette ga meg styrke til å klare å jobbe med det. Det er som å være med på en reise i sin egen kropp.

–Jeg fortalte at jeg helst ville bruke resten av livet på noe annet enn å være en overarbeidet selger, og Annette følte hvor mye stress og låsninger jeg hadde i skuldre, nakke og hode. Jeg ville finne ut av hva jeg kunne bruke mine egenskaper til, og vi snakket om det. I tillegg til samtale og healing, fikk jeg råd om å begynne med yoga. Jeg er glad i å trene, men mest jogging, ski og styrke. Yoga ble en positiv overraskelse, og det driver jeg fortsatt med.

## Begynte å synge igjen

Laila følte at samtaler fikk noe til å skje med henne. Etter noen dager merket hun at hun var gladere enn vanlig.

–Jeg sang mens jeg vasket gulvet. Skuldrene verket ikke lenger.

Laila var hos Annette omtrent en gang i måneden, og bedringen gikk gradvis. Men hun kjente at kroppen ble mykere og bedre.

–En stund tenkte jeg mye på om jeg skulle kutte jobben tvert og begynne med noe helt annet. Hundemassasje for eksempel, for jeg elsker hunder. Men Annette fikk meg til å kjenne etter og finne ut hva som egentlig manglet. Jeg hadde jo vært veldig glad i jobben min til da, var det noe som hadde forandret seg? Først måtte jeg sette ned tempoet, og jeg gikk blant annet ned i 80 prosent stilling en periode. Og når stresset ble mindre og smertene slapp taket, ble hverdagen bedre. Snart gikk jeg tilbake til full stilling med friskt mot og et klart mål om å videreutvikle meg i selskapet. Jeg er så heldig at jeg jobber i et stort firma med varierte karrieremuligheter. I august søkte jeg på talentskolen i firmaets regi, og var en av 12 heldige som fikk plass.

Annettes gode rådgivning hadde fått opp øynene mine for hva som egentlig tynget

meg. Jeg trivdes i firmaet, men jeg trengte både nye rutiner og utfordringer. Jeg måtte ut av komfortsonen min, tørre å gjøre noe nytt. Nå gleder jeg meg til å ta fatt på studier.

## Ny glød i forholdet

I februar var Laila hos Annette igjen. Denne gangen var det ikke forholdet til jobben som ble bedre. Samtalen kom til å dreie seg om henne og ektemannen hun hadde vært sammen med i 25 år. Plutselig så

hun hvor mye han egentlig gjorde bare for å glede henne, og hvor mye han betydde for henne. Det hadde hun ikke tenkt på på lenge.

–Alt føles mye lettere etter at jeg skjønte det. Hverdagen min er egentlig ikke så annerledes enn før, men rutinene er endret. Jeg er klar for nye studier og jeg nyter kjærligheten. Livskvaliteten og livsgleden er tilbake, og det takker jeg Annette for, sier Laila. ♦

*lise.rossow@egmonthm.no*

## Medfødte evner

Allerede som barn følte Annette Lervik Irvung (45) fra Stabekk det på seg når andre ikke hadde det bra. Senere bestemte hun seg for å gjøre et levebrød av denne evnen, og kaller seg nå healer og livsveileder, med klinikk i Oslo.

Vil du vite mer, kan du gå inn på hjemmesiden hennes: [www.annetelervikirvung.no](http://www.annetelervikirvung.no)

Annette er også en av healerne som er intervjuet i boken «Healere – Tolv healere forteller», der norske healere forteller om evnene sine, og om hvordan de bruker dem for å hjelpe folk. Boken er gitt ut på Z-forlag, og du finner mer informasjon om den på forlagets hjemmeside: [www.z-forlag.no](http://www.z-forlag.no)



**NY ENERGI:** –Jeg kjenner hvordan energi strømmer fra hendene dine, det gir meg nye krefter, sier Laila til Annette.

