

# Gaven i maven

Af Suzanne Tram  
suzanne.tram@nordijske.dk

"Gina har en teknik, som er så speciel, at den slår alt andet, jeg har oplevet. Der kommer hele tiden nye ting frem, fordi hun snyder bevidstheden, så man ikke kan kontrollere det. Jeg tror, hun henter tingene samme steder, som vi henter vores drømme".

Sådan beskriver skuespiller Anne Louise Hassing Gina Asbjergs teknikker, der har til formål at flytte mennesker fra at være ofre for deres følelser til at leve mere efter hjertet og derigennem blive bedre til at mestre egen tilværelse.

Gina Asbjerg har skrevet sine teknikker og tanker ned i en bog "Gaven i maven", der hævdes at være det redskab, der straks kan sikre alle absolut ro i krop og sind.

Gina Asbjerg inviterer sine læsere med på en personlig udviklingsrejse, der illustrerer, hvordan enhver uanset

alder og oplevelser gennem livet, kan lære at håndtere negative følelsesmæssige hændelser i tilværelsen.

Teknikken går ud på at lære sig at mestre sine negative følelser for at få ro i krop og mave, så man bedre bliver i stand til at følge sit hjerte.

En lang række cases godtgør, at det kan lade sig gøre, og at det virker.

Gina Asbjerg er sygeplejerske og har arbejdet på medicinske, reumatologiske og ortopædkirurgiske afdelinger i sundhedssektoren. Hun har med sine teknikker koblet elementer fra kinesologi, tankefelt-terapi, akupunktur og zoneterapi.

Bogens løfte til sine læsere er, at der hurtigt kommer skred i en omfattende personlig udviklingsproces, når man bliver bevidst om alt det, der er lagret i maven som ubevidst men tung bagage.

Gina Asbjerg

## GAVEN I MAVEN

– Bliv Mester  
i dit eget liv

griffle

"Gaven i maven" - bliv mester i dit eget liv, Griffle Forlag, 191 sider, 249,95 kr.

