

# DESIGNER I YOGANS TJÄNST

Ann Ringstrand har hela tiden haft yogan med sig på sin entreprenörsresa – nu ger hon tillbaka till yoga-communityt i form av nyskapande produkter och spännande samarbeten.

TEXT: SARA VALFRIDSSON FOTO: CAMILLA SVENSK

**Y**ogan gjorde entré i Ann Ringstrands liv när hon väntade sin son, som idag har hunnit fylla 18 år.  
– Jag ville föda naturligt, utnyttja den kvinnliga urkraften – det var väl mitt ambitiösa jag som slog till! säger hon med ett skratt.

Gravidyoga på Atmajyoti på Norrtullsgatan i Stockholm blev lösningen och efter graviditeten fortsatte Ann med yogan.

– Då var det ashtanga som fanns på menyn, och jag drog helt enkelt igång med det som stod till buds, säger Ann som gick på ett par pass i veckan.

– Jag kanske inte blev mindre stressad, men jag blev rätt så stark.

Under åren som följde kom och gick yogan i Anns liv. Hon följde med i trenderna inom yoga, efter ashtangan kom en period med yin och så småningom landade hon i hatha och pranayama.

– Jag har helt enkelt följt med mina värdar, när de har utökat från ashtanga har jag följt med och bjudit in olika yogaformer att ta plats. Nu kanske någon del av året får fokus på yin, någon månad senare blir det fokus på pranayama.

Men tillbaka till 2001 och förstagångsmammans höga ambitionsnivå som även visade sig i det faktum att Ann såg den kommande föräldraledigheten som det perfekta tillfället att starta företag, och eftersom de flesta idag känner henne som designern bakom modemarket Hope kan det konstateras att det blev en lyckad satsning.

– Yogan har hela tiden funnits med under min entreprenörsresa även om det förstås under åren har förekommit perioder då jag inte yogat. Symptomatiskt nog ofta när jag haft som mest och därför också egentligen hade behövt yogan som bäst...

I jobbet som designer har Ann fått resa världen runt, och hon älskar att besöka lokala yogastudios.

– Jag tycker resandet är otroligt roligt! När jag är i New York älskar jag att vakna tidigt, hitta en klass på YogaWorks – ser jag ”hatha flow” i schemat vet jag ungefär vad jag får – och sen bara köra. Jag tycker det är en häftig grej att yogan har som ett globalt språk, att vi genom yogan kan förstå varandra oavsett var i världen vi befinner oss.

## XXXX

Hope fick en succéartad utveckling vilket innebar full gas och mycket jobb och så småningom var man uppe i 100 anställda. Ann började känna att allt stod och föll med henne, hon var både VD och designchef.

– Jag var inte rädd för att falla, men jag kände samtidigt att OM något skulle hända så skulle allt jag byggt upp rasa – faller jag så faller Hope också. Det däremot gjorde mig väldigt rädd,



säger Ann som gick till styrelsen och bad dem ta in en extern vd.

”Det behövs väl inte”, tyckte styrelsen, men Ann stod på sig.

Sagt och gjort, nya personer kom in som kunde avlasta, men med dessa kom även nya krav och fler viljor. Omställningen blev jobbig och Ann hade svårt att släppa kontrollen. En måndagsmorgon vaknade hon med ett stresspåslag som inte ville ge med sig. Ann märkte att hon började få svårt att fokusera, på promenaderna till skolan med dottern befann hon sig i huvudet redan i nästa möte.

– Jag har alltid älskat mitt jobb och när arbetet blir nånting som är roligt är det lätt att det efter ett tag blir ... för mycket. Därför kände jag direkt att jag inte ville låta det här stresspåslaget vara utan tog det på allvar på en gång.

Ann visste att hon behövde dra ner på tempot och så hamnade hon återigen på Atmajyoti och mediyoga där.

– Mediyoga fungerade som balsam för själen, jag blev så lugn och lycklig!

Ann kände att hon ville lära sig att vara närvarande och gick därför till Akademibokhandeln och plockade på sig första bästa bok på temat. Det blev en åttaveckorskurs i mindfulness, där en av övningarna gick ut på att bara ligga på golvet och andas. I kombination med mindfulnessstråningen, som skapats av Jon Kabat-Zinn med en djupt vetenskaplig förankring, började Ann känna att hon var någonting på spåren. I samma veva förlängde hon pausen från Hope och började klura på frågan: ”Vad är Ann 2.0?”

– Jag kände att Hope fungerade alldeles utmärkt utan mig, jag kände att skeppet flöt, vilket jag såg som en chans att istället gå all-in och utforska en ny möjlig väg framåt.

Ann styrde kosan mot New York där hon träffade kompisar och yogade på studio.

– Jag kände att jag behövde ha något spännande i mitt liv, berättar Ann som under ett par års tid pendlade mellan New York och Stockholm för att kunna gå på styrelsemöten och finnas till för ledningen.

#### XXXX

Samtidigt kände hon att hon ville fortsätta med design och började därför undersöka vad det fanns för verktyg i yoga-världen. Ann började botanisera bland böcker, kristaller och Ganesha-elfanter på bokhandeln Vattumannen, där hon till sin förvåning fick trängas med reklamare och businessfolk som också verkade vara ute efter något mer.

– Jag har alltid älskat att köpa saker när jag är ute och reser men som så många andra har jag kommit hem med fynd som jag blivit häftigt förälskad i på plats för att med ens känna ”Hur tänkte jag?” när jag packar upp ett tyg med knallrosa lotusblommor.

Ann började känna att hon var något på spåren, och kände att det här kanske kunde vara hennes nya grej. Hon utbildade sig till natural parfumer i Kalifornien och fick snart användning för sin nya kunskap genom att skapa yogatillbehör, i form av dofter och malas tillverkade av halvädalstenar, som kunde koppla ihop flera sinnen till en helhet.

– Jag ville ta fram verktyg så att man skulle kunna skapa sin egen sinnliga miljö hemma, en vrå som passar in i vår egen skandinaviska design, så det finns utrymme för de där paus-ögonblicken även hemma. Att kalla det för ett altare blir kanske att gå för långt, men med en plats som rymmer en kudde, ljus och en fin bild på sig själv eller någon man gillar kommer man långt.



Det viktiga är att den här vrån alltid ska kunna få vara framme, och bli en del av hemmet där vi kan hitta det efterlängta lugnet. Där pulsen går ner och man får en chans att ta vara på sig själv.

Även många studios har idag ett renare koncept där den skandinaviska designen går igen, rent estetiskt söker man sig bort från det annars så färgstarka bildspråk som traditionellt förknippats med yogan.

– Jag ville vara med och bidra till att det finns ett hållbart alternativ för den som är ute efter en lite mer avskalad miljö, oavsett om det gäller en yogastudio eller yogahörnan i hemmet.

Det här la grunden för flera samarbeten, bland annat med Yogiraj vars vd Jacob Sachs kontaktade Ann med en önskan om att skapa något gemensamt. Det här blev början på en jättespännande designresa inom yogavärlden och nu i höst har de första produkterna äntligen fått se dagens ljus.

De första produkterna Ann riktade in sig på var meditationskuddar och bolster.

Tidigare kanske man rullade ihop sin matta och tryckte in meditationskuddar och bolster bakom en dörr – jag ville skapa något som man ville ha liggande framme. Då var yogaprylar just yogaprylar, det gick inte att använda dem till något annat. Och även det omvända – ville jag sätta mig och meditera i tio minuter funkade det sällan att bara plocka en kudde från soffan. Min idé blev att skapa funktionella yogaredskap i vackra tyger vars design verkligen passar in i ett hem och känns fin och modern. Med färger och material som passar väl in i hemmet eller studions övriga inredning ökar också chansen för att kuddarna och bolstren även ska hitta hem till soffor och fåtöljer och på så vis få bli en del av vardagslivet.



*TIDIGARE KANSKE MAN RULLADE IHOP SIN MATTA OCH TRYCKTE IN MEDITATIONSKUDDAR OCH BOLSTER BAKOM EN DÖRR – JAG VILLE SKAPA NÅGOT SOM MAN VILLE HA LIGGANDE FRAMME.*



Anns design präglas av en rå enkelhet, med neutrala färger och sinnrika smådetaljer. Att komma i mål med Yogiraj-samarbetet har varit en lång process, båda parter har gett det tid. Parallellt driver idag Ann även sitt nya varumärke ANN RINGSTRAND med doft, doftljus, smycken, keramik, yogaväsikor och kläder; bland annat en meditationsbyxa som även går att beställa via Yogagrossisten och som funkar lika bra i vardagen som på meditationskudden.

– För samarbetet med Yogiraj började jag med att ta fram tre färger/mönster i samarbete med ett indiskt företag som är hållbarhets-certifierat på flera nivåer, både när det kommer till social hållbarhet men även att själva materialet är GOTS-certifierat.

Det var ett måste för att kunna förverkliga mina idéer.

Två av tygerna är mer neutrala, i linne/bomull, med kuddar och bolster i beigemelange. Det finns även en bomullsvariant i svartgrå-melange med lite ojämna garner för den som är ute efter en lite mörkare färgskala i sin studio eller för yogavrån därhemma. Det finns även ett mönster som sticker ut lite från övriga, där Ann har jobbat med en stiliserad version av symbolen "tree of life".

– Det är en stark symbol med en cirkel som innesluter ett träd med rötter vilket symboliserar det slutna kretslopp som är livet, berättar Ann som i sin version av tree of life har jobbat mer grafiskt, med cirklar och halvcirklar.

#### XXXX

För två år sedan blev Ann även erbjuden att gå en 200-timmars yogalärover utbildning.

– Det här var inget jag hade planerat, men kände instink-



tivt att det var något jag verkligen ville göra och ganska snart vidareutbildade jag mig även genom att gå en MBSR-utbildning (mindfulnessbaserad stressreduktion) eftersom jag kände att jag ville fördjupa mig.

Ann älskade att få möjlighet att djupdyka i yogafilosofin och grötta ner sig i vad yoga egentligen är.

– Jag är övertygad om att det som är unikt med yogan är att det inte bara handlar om fysisk träning utan att vi genom yogan kan ge oss själva en stunds eftertanke. För mig blev det en aha-upplevelse att yogan kunde hjälpa mig bli mer kreativ som designer. Yogan har även hjälpt mig bli tydligare i min intention och ifrågasätta vad jag säger ja till så att jag kan göra det jag verkligen vill.

Idag håller Ann två lunchklasser i hathaflow på Atmajyoti på Sigtunagatan i Stockholm varje vecka.

– Eftersom jag står med ett ben i varje värld vet jag hur det är att komma med andan i halsen direkt från jobbet till en lunchklass, så jag vill ge andra möjligheten att få landa på mattan för att sedan komma ut med mer energi efter att ha jobbat igenom kroppen. Jag ser det här som mitt bidrag till yogavärlden.

Det här återspeglas även i de ord Ann väljer att dela med sig av under sina klasser.

– Jag vill ge något mer än bara "peace, love & understanding". Samtidigt tror jag att allt har sin plats, jag kan själv njuta av att gå på en klass av typen "Shaman Princess" där det spelas trummor och man får gå upp i sig själv, men en tisdag lunch – då behövs något annat. ☯