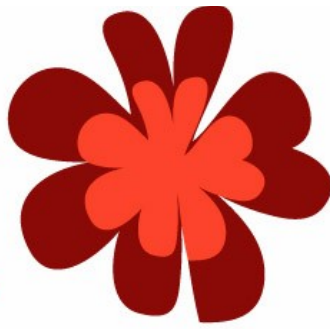


# visa vägen



## COACHING & KONSULTING

nyhetsbrev, mars 2009

Hej!



Vi är fixerade vid **etiketter**. Dagligen sätter vi tusen etiketter på oss själva & varandra; på företeelser & händelser. Några av de vanligaste är "bra", "dålig", "gillar", "gillar inte", "vill ha" och "vill inte ha". Det sker mer eller mindre **automatiskt**. Så vad händer när vi blir **medvetna** om alla etiketter vi klistrar på allt och alla?

[Visa Vägens livscoaching](#) syftar till att öppna ett **utrymme** där alla de etiketter vi identifierar oss med får fladdra fritt i vinden. I det utrymmet öppnar vi oss för **vårt hjärtas röst** – och vi kommer ut från coachingen stärkta, med förnyad klarhet, glädje och självkänsla... Våra steg på gatan känns lättare och

det glittrar mer i våra ögon.

Vad **är** då "livscoaching"? Det är bara en etikett, det med! Jag är utbildad till det som etiketterades "certifierad coachande terapeut" - och jag har valt att kalla mig för "livscoach". Att förklara för någon vad livscoaching är, utan att denne någon trasslar in sig i etiketter, är nästintill omöjligt. Det enda sättet att verkligen förstå vad livscoaching (eller något annat) är, är genom sin **egen erfarenhet**.

I ord (=etiketter) kan jag inte mer än **försöka** förklara. Och jag experimenterar med **olika** etiketter... I detta nyhetsbrev kan du därför läsa både om "livets egen coaching" och "ljuset i cirkeln". Men allt handlar om **en och samma sak: Att kontakta hjärtat**.

**Varma hälsningar från Svante**



### Livets egen coaching – föredrag 3 tisdagar

10/3, 24/3 och 7/4, kl 19-21, [Konstgjutarv 14, Stockholm](#).

**Livets egen coaching** är namnet på ett föredrag. Men det är mer än så. Det är något som vi alla kan öppna oss för och få tillgång till. **Hur** vi ska göra det kan inte beskrivas i ord. Därför kan du se föredraget som en **dörr**; en dörr till den del av dig själv där du redan **vet** hur du ska få tillgång till livets egen coaching...

Föredragen skapas till stor del ur stundens ingivelse, så det går bra att komma vid mer än ett tillfälle utan att det blir tråkigt! Anmälan till Svante per [telefon eller sms](#) senast kvällen före respektive föredrag. Avgift, 100 kr, betalas på plats på [mottagningen vid Globen](#).



## Ljuset i cirkeln – livscoaching i grupp

**Ljuset i cirkeln** är namnet på en grupp som kommer att träffas en kväll i veckan för **livscoaching i grupp**. Då alla befinner sig på olika platser i livet och sig själva, skapas en kraftfull dynamik som är den största tillgången i gruppcoaching. För du kan inte förhålla dig till någon annans upplevelser och synpunkter utan att samtidigt förhålla dig till dina egna... [Kontakta Svante](#) för att anmäla ditt intresse. Gruppen startar när **sex deltagare** anmält sig.



## Vila i Frid – en bok om möjligheten att leva livet djupt och lustfyllt avspänd

Jag har tidigare skrivit [9 krönikor](#) för webbsajten [Hälsobygget](#), på temat vila. Jag har nu redigerat dessa krönikor och till varje krönika fogat ett antal **frågor**, avsedda att inspirera dig att närmare utforska det som väckts inom dig vid läsningen. I **boken Vila i frid**, har de 9 krönikorna fått sällskap av en tionde, skriven direkt för boken. Boken kommer inom kort att finnas till försäljning via [Vulkan](#). Jag gör ett **särskilt utskick** så fort den finns tillgänglig.



## Visa Vägens transformation

Vad ska det bli av Visa Vägen? Jag vet inte riktigt. Och det är **skönt!** För när Visa Vägen är som bäst, strömmar verksamheten direkt ur mitt eget **hjärta**. Jag formar det som vill formas när jag lyssnar inåt – och **det**, precis som livet självt, är något **ständigt föränderligt** som man inte **kan** veta någonting om.

Just nu är Visa Vägen i en förändringsfas som avspeglas på internet. Precis som jag skriver på [www.visavagen.nu](http://www.visavagen.nu), kommer verksamheten framöver att fokuseras på två typer av tjänster – relaterade till å ena sidan **livscoaching** och å andra sidan **text & skrivande**. Detta beskrivs på <http://enpersonligcoach.blogspot.com>. Och sedan har vi den **ursprungliga leken**, den som är en av [grundstenarna](#) för Visa Vägens Blogg. Jag har hittills lekt på ideell basis, men man kan aldrig så noga veta vart leken tar vägen... Vi får se. Allt är ett äventyr! En **kär lek...**!



## Välkommen till Visa Vägens Blogg!

**ALLA** är nu välkomna att skriva **gästlägg** (och kommentarer) i [Visa Vägens Blogg](#). Och de får handla om vad som helst. **Visste du det?**

Jag hoppas att bloggen så småningom kan få en forumartad karaktär. Att den kan bli en plats för dialog om det som berör oss mest – för **det** är i grunden detsamma för oss alla. För att **det** ska förverkligas, behöver vi utbyta erfarenheter kring **det**; vi behöver utmana och beröra varandra; vi behöver lyssna och känna... Varmt välkommen att läsa och skriva i bloggen!



## Visa Vägen tipsar...

...om [världens första relationsmessa](#) som hålls i Stockholm den 13-15 mars. Svante kommer att vara där och dela ut lite reklamlappar för vår allra **viktigaste relation** – den med vår eget själv!

**Om detta nyhetsbrev:** Känner du någon som du tror vill ha Visa Vägens nyhetsbrev? Känn dig då **fri att vidarebefordra**. Om du samtidigt skickar en kopia till mig, så lägger jag till adressen i utskickslistan. **Om du inte vill ha** fler nyhetsbrev, svara på detta mejl med ett "nej tack".