

REN KOS

BREV FRÅN SJÄLEN



FRÅN UTANFÖRSKAP TILL FÖRFATTARE I EGET LIV..

Under större delen av min uppväxt gick jag omkring och önskade mig ett eget "tjejjgäng". Ett sammanhang där jag hade min garanterade plats och roll. En plats där jag var självskrivnen och kände på en gemenskap och tillhörighet.

Jag tillhörde aldrig en sån grupp. Istället skulle jag få uppleva utanförskap och psykisk mobbning från lågstadiet fram till gymnasiet.

Lyckligtvis har jag alltid trivts i mitt eget sällskap. Det var också det som skulle bli min räddning. Faktiskt så styrkte det mig och blev mitt livs viktigaste verktyg dvs relationen till...mig själv! Hur orättvist livet än upplevdes till tider, så klarade jag faktiskt av att fokusera på det jag istället "tvingades" att odla och bli bra på dvs att lära känna mig själv helt på djupet.

Så när jag var 18 år och började höra "rösten" som gav mig plötsliga och starka besked om viktiga val i livet så förstod jag att jag var mer än bara mina tankar och föreställningar fram tills då. Jag hade fått kontakt med mitt djupaste väsen; min själ och intuition.

Jag tog studenten och började resa utifrån var "rösten" tog mig. Sista stoppet blev Schweiz, där jag skulle träffa min man. Livet tog oss så vidare till Stavanger.

Plötsligt och i lång tid blev denna "rösten" borta. Det blev fokus på mer världsliga ting som att skaffa sig en karriär, skapa ett hem och en egen familj. När jag hade fyllt 32 år och blivit mamma till två kom "rösten" tillbaka. Starkare, klarare och tydligare än någonsin. "Rösten" klarade av att sätta ord på det jag bara kunde känna och ana men inte finna orden på för mig själv. "Ett lyckligt liv för dig är inte detsamma som alla andra runt dig strävar efter" sa den. Jag ville inte helt höra på. Jag hade ju heller inte tid utan behövde ju fokusera på mina barn och arbetskarriär,



tänkte jag. Kort därefter blev jag utbränd, efter att ha försökt jonglera den inbitna rollen som "prestationsprinsessa" till max. Jag blev tvungen att verkligen börja lyssna inåt på mig själv..igen! "Rösten" fick nu min fulla uppmärksamhet.

Jag behövde lära känna mig själv helt på nytt. Den "nya" versionen jag hade blivit genom livets upp-och nedturen och inte minst genom att axla rollen som mamma. Jag insåg att om jag inte hade det bra med mig själv, tillät mig att leva ut den jag innerst inne är och uttrycka det mitt hjärta är fullt av, vilken förebild vill jag då vara för mina barn? Hur skulle jag kunna uppfostra våra döttrar till att bli två starka individer som kan stå upp för sig själva om jag inte gör det för mig själv? Det vill alltid vara människor som inte vill förstå eller uppskattar dem vi är eller det vi gör av olika anledningar.

Det största sveket vi kan göra mot oss själva är att inte tillåta oss att leva på ett sätt som får oss att utvecklas och må bra, i rädsla för att inte bli omtyckt eller accepterad av de runt oss. Människor vill alltid ha olika åsikter, tycke och smak om i princip..allt! Inte minst vill det också förändras, från en tid till en annan. Det bästa vi kan göra är att finna utav hur vi själva önskar må, vara och verka i denna världen utan att det samtidigt ska gå på beskostnad utav andras lycka och välmående.

Idag driver jag REN KOS AS helt på egen hand, precis såsom jag vill ha det och där kan jag vara 100% mig själv i mitt arbete lika mycket som i mitt privatliv. Det har varit ett av de stora målen med att driva för mig själv. Jag behöver inte längre prova att passa in i en box, utan kan och vågar visa mig fram, som den jag är. Jag tar min plats, låter min röst bli hörd och tar för mig av livet utan att trampa på andra för att få det till. Faktum är att när livet ger oss de hårda och smärftfulla upplevelserna kan vi själva välja hur de ska vara med och forma oss vidare.

Min egna barndom och uppväxt har blivit till en enorm drivkraft med en önskan om att göra denna världen till en bättre plats att leva på, för alla! REN KOS AS är mitt bidrag.

Ensam kan man vara superstark, men tillsammans är vi ännu starkare! Vi behöver alla en trygg plats och ett sammanhang där vi kan vara helt oss själva, där vi kan växa och få stöd i livets alla skeenden, i de goda som dåliga dagarna, också av andra människor. En plats där vi är fria från dömmande och istället kan lära utav varandra och våra unika livsöden. Idag är jag omgiven av en helt underbar tribe av fantastiska vänner i olika åldrar, med olika bakgrund, nationalitet och yrken.



Det dem alla har gemensamt är att vi respekterara varandra, pratar inte bakom varandras ryggar och har förståelse för att vi är olika men ändå så lika och att vi är i konstant förändring. Vi håller varandra genom livets hårda stormar som solskensdagar.

Att större delen av min tribe med soulsisters skulle dyka upp, en efter en, först i vuxen ålder är jag så enormt tacksam för. För plötsligt dök de upp och var mer än allt det jag någonsin hade vågat drömma om! Visst tog det sin tid och de kom heller inte förrän jag började stå upp för mig själv, mina värderingar, prioritera min egna hälsa och visa mig fram som den jag innerst inne är. Jag började att ta ansvar, och forma mitt liv såsom jag önskade leva det. Jag började lyssna och agera utefter mitt inre stämning istället utefter vad alla andra menade och sa runt mig. Jag började att äga mitt egna livsöde! Efter det har jag aldrig vänt mig om. Val vi tar från hjärtat vill nödvändigtvis inte vara lätta eller något alla andra vill förstå sig helt på, men dem vill eftervert alltid kännas och bli riktiga tillslut.

DIVINE WOMEN

CIRCLES är en trygg men samtidigt lekfull plats mitt i Stavanger centrum för kvinnor att mötas IRL som en naturlig del av sin vardag. DIVINE WOMAN CIRCLES är öppen för alla som känner en kallelse för att bli med, skapa och ta del av den magi som naturligt uppstår när kvinnor samlas för att styrka både sig själv och andra i sin personliga utveckling. Vi samlas kring teman som bl.a:

DIVINE WARDROBE

DIVINE ART

DIVINE HOMESTYLING,

DIVINE NATURE

DIVINE MAKE UP

DIVINE BEAUTY RITUALS

m.m



DIVINE WOMEN CIRCLES

Vilken tid? Onsdagar kl 18.30-20.30

Var? REN KOS Kirkgata 13, 5 etg

Pris 490kr/person

För registrering, datum, vett & etikett och mer info besök:

www.renkos.no

och läs mer under EVENT/KURS

OBS! Begränsat antal platser i varje cirkel

20.e september startar första cirkeln med "DIVINE ART"

För frågor och funderingar sänd gärna mejl till:

sara@renkos.no

Jag glädjer mig till att se Dig!

Stor kram// Sara

