

# frimodigt

Sanya Raaj

NIFT KB



## Att älska livet precis som det är

### 1. Vad jobbar du med?

- Jag skulle kalla mig själv för en mångfaldig person. Jag, likt många, bär på flera lager av intressen, förmågor, ambition och komplexitet. Jag är en facilitator, passionerad mamma, kreatör, mentor, föreläsare och modell. Jag älskar att skapa, att sjunga, skriva texter och dikter. Men jag älskar också att upptäcka nytt. Nytt om mig och min omvärld, vilket lett mig till att vara med i uppstarten av organisationer inom talteknik och ledarskap samt kvinnligt företagande. Huvudsakligen driver jag ett evenemangsföretag sedan 2003 med hälsa och livsstil som koncept.

### 2. Varför valde du det?

- Det är svårt att egentligen nämna en konkret anledning. Många faktorer har lett till att jag ska komma in på och fortsätta med detta yrke. Det är ett forum som tillåter mig att arbeta med saker jag njuter av så som skapande och kreativitet samt vara kring människor. Dessutom tilläts jag utöva och bygga ledarskapsförmågor samt testa mina gränser. Detta har lett till en hel del utveckling på personligt plan ...

## Om Sanya

**Namn:** Sanya Raaj.

**Familj:** 2 barn.

**Bor:** Göteborg.

**Astrotecken:** Vågen.

**Min inspiratör:** Mitt liv och mina barn.

**Gör jag helst:** Skrivar och sjunger.

**Bästa bok:** "The Black Swan" av Nassim Nicholas Taleb.

**Motto:** Lev själv och låt andra leva.

**Hemlig talang:** Skrivit 270 dikter hittills.

**Aktuell med:** Livsstilmässan i Göteborg 2019.

**Kontakt:** [www.livsstilmassan.info](http://www.livsstilmassan.info)  
070-345 63 12.

### 3. Vad ger det till andra?

- Tanken är att skapa en mötesplats vilken bidrar till tillhörighet och gemenskap! Att kunna inspireras av andras idéer för att kunna främja ens egen hälsa och livsstil. Det byggs även ett forum där man får en chans att återförenas med sina gamla vänner och förhoppningsvis skapa nya vänner och skapa minnen med sin släkt och familj. Även som företagare får man en miljö att marknadsföra samt bedriva sina verksamheter. Det blir som ett win-win-koncept för alla.

### 4. Lever du som du lär?

- Absolut. Kunskap utan handling är som konst utan konstnären!

### 5. Vad säger du om healing?

- Healing för mig är användningen av den kosmiska energi som är allestädes närvarande, som ska utövas för att hela sig själv samt hela andra.

### 6. Vilken behandlings- eller terapeutisk metod betyder mest för dig?

- Ayurvedisk massage, ayurveda är min sak.

### 7. Vad kan man göra för att få balans och välbefinnande i livet?

- Jag vill påstå att balans inte bär på en absolut definition, utan att det snarare är något subjektivt, något individuellt. Enligt mig är balans att lära känna sig själv. Att lära känna mina egna reaktioner till önskade och oönskade situationer, att lära känna det jag njuter av och inte njuter av, att förstå mig själv. För att åstadkomma detta så är en daglig meditation och att utöva medveten andning goda verktyg! Dessutom vill jag bygga en mindset som hjälper mig avskilja mig från situationer och relationer jag inte vill bli påverkad av på personligt plan.

### 8. Vad är det viktigaste i livet för dig?

- Att älska ... att älska livet precis som det är. Över åren har jag börjat förstå att, utöver familj och nära relationer, är faktiskt jag själv

*"Kärlek är är ett tillstånd där man med vilja bara ger."*

den viktigaste personen i mitt liv. Jag behöver lika mycket uppmärksamhet och kärlek, om inte mer, som någon annan jag älskar i min omgivning. Genom att förstå vikten av tacksamhet och ödmjukhet tillsammans med att förstå behovet och vikten av kärleken inombords, tilläts jag nu skapa äkta relationer. Både med mig själv och med andra som är centrala i mitt liv nu. Över åren har jag fått förståelse av hur synkronisering mellan relationer är a och o för ett harmoniskt liv.

### 9. Vad är kärlek för dig?

- Kärleken är gränslös, kärleken är gudomlig! Kärlek för mig betyder en frivillig ström av energi från det ena till den andra. Det är absolut ingen transaktion. Det finns inget ge och ta, det är ett tillstånd där man med vilja bara ger ... Som hur livet så osjälviskt bara ger och ger alla levande ting, något så simpelt men ändå så viktigt varje dag; ett andetag. Utan andning finns det inget liv. Det är ren kärlek.

### 10. Vilken livsfråga önskar du att Frees läsare bör fundera över?

- Vi föräldrar skapar framtiden, vår roll är så viktig för att utvecklingen ska gå åt rätt håll. Därför är det viktigt att rannsaka hur man vill bära denna roll. Så jag skulle säga att en fråga av en ständigt hög angelägenhet är "Vad är föräldraskap?"