

nyheter och reflektioner från nordresurs december 2010

Det lackar mot jul och nu sitter jag samlar ihop året och funderar på var receptet för den dubbelgravade laxen finns och vilka julklappar jag skall köpa.

När det närmar sig slutet av året kan jag konstatera är att det har varit ett händelserikt år för Nordresurs och mig. Resor – utbildningar - nya lärdomar det som gör livet värt att leva. Man lever så länge man lär eller man lär så länge man lever !

Jag har haft många spännande uppdrag - avslutat några och påbörjat några – mött många fantastiska människor som bidrar till min växt och utveckling.

Några ord som följt mig under året har varit

” LIVET LEVES FRAMLÄNGES OCH FÖRSTÅS BAKLÄNGES ”

Kirkegaard

Jag tycker det är extra viktigt att tänka på detta så här när vi avslutar ett år och går in i ett nytt år. **Jag skulle önska dig** att du ger dig tiden och sätter dig en stund på nyårsafton i lugn och ro. Ta några djupa andetag och registrera att du andas – ett tips är att du räknar till tio och sedan börjar om igen och kanske sitter så i fem min. Det hjälper dig att komma till nuet – om det dyker upp mycket tankar kan Du konstatera att det gör det och sedan vända åter och räkna dina andetag. Ofta hinner man inte till tio eller så kommer man till femton och det är helt ok.

Efter denna lilla stund kan du plocka fram din almanacka och se efter vad du har gjort och klarat av 2010. Att göra ett **bokslut** över året - fokus skall vara det du är glad, stolt över, skriv ner det och känn efter i hela kroppen vad du klarat av och kanske ger det dig någon ny insikt – förstås baklänges. Sen funderar du också på vilken **riktning** ditt liv skall vara 2011. Det kan vara en mening eller ett ord som betyder något för dig.

Vill du - kan du be de personer du fira nyår med berätta när Ni äter en middag tillsammans om vad dom har gjort bra detta år och hur dom vill att nästa år skall utveckla sig – en i taget och glöm inte att lyssna på varandra - det gör att alla känner sig goa i hela kroppen när det nya året rings in.

Det är min förhoppning att dessa tankar kan påminna dig om det du vet och vara till hjälp för dig att reflektera över en liten stund eller som jag ibland säger

”Ta in det i munnen – tugga – **spotta ut** om det inte stämmer för dig **eller svälj** om det stämmer för dig – det är Du som väljer.

NYHETER

Titta gärna in på hemsidan www.nordresurs.com och se de nyheter som jag vill inbjuda dig till 2011.

Workshops i april och maj ”Att hålla som ledare” - se bifogad pdf

Ledarskapsutbildning ”Hållbart Ledarskap” för chefer med inre och yttre perspektiv som startar i hösten 2011.

Jag vill önska Dig en riktigt fridfull jul och ett spännande 2011

Varma hälsningar

