

---

# Astrocoachen

---



– Alle har de ressursene som trengs for å nå egne mål, sier astrocoach Sophia Lea Kielland. Hun vil hjelpe oss å hente ressursene fram. Slik lykkes vi også bedre i samliv og kjærlighet. I november kan du møte Sophia på Visjon Expo Alternativmessen.

—  
TEKST: EIRIK SVENKE SOLUM

Hun er kledd i fargerik og elegant kjole og tar meg varmt imot, i fine lokaler på Solli Plass i Oslo. Det er her hun hjelper sine klienter til å få enda mer ut av livet – enten det handler om kjærligheten, arbeid eller å bli bedre kjent med seg selv.

Sophia er drivende energisk og engasjert. Det ligger til dem som er født i Løvens tegn, forteller hun. Astrologien kan lære oss det aller meste om mennesket, oss selv og livene våre, fastslår Sophia med det samme.

– Enten det er selvutvikling, karriere, egenfølelse og selvtillit, barndomsopplevelser og forhold til foreldre, ekteskap og kjærlighet, så avdekker astrologien det meste.

Sophia var ikke gammel da hun først ble

interessert i planetenes innvirkning på våre liv.

– Jeg oppdaget astrologien første gang da jeg var ni år gammel, og leste om mitt stjernetegn i en gammel astrologibok. Det var nesten skremmende hvor mye som stemte. Fra og med den dagen følte jeg at en ny verden åpnet seg. Jeg husker godt at det sto mye positivt om Løven, og vi er jo svake for smiger, så dette var muligens utslagsgivende for min interesse, ler Sophia.

– Senere begynte jeg å studere psykologi og leste Jung. Han praktiserte selv astrologi, som han kalte for «psykologien omkring himmellegemes innflytelse på menneskets sjel». For å undersøke om det finnes

forenlig berøringspunkter mellom horoskopene til ektefeller og uforenelige mellom skilte par, gjennomførte Jung en statistisk undersøkelse om astrologi og valg av ektefelle: Han analyserte fødselshoroskopene til 180 ektepar og studerte gjensidige konjunksjoner, kontra gjensidige opposisjoner, og fant signifikante sammenhenger. Jeg ble svært fascinert og leste alt jeg kom over av astrologisk litteratur.

## ASTROPSYKOLOGI

Ved siden av astrologien har Sophia studert psykologi, økonomi og har nylig tatt en masterutdanning i NLP (nevrolingvistisk programmering) ved Nordic Coach & NLP



### *Om Sophia Lea Hielland*

Astrolog, forfatter, NLP coach og kursholder, med spesielt fokus på parforhold, kommunikasjon og selvutvikling. Hun har studert psykologi, økonomi, NLP og astrologi. Sophia jobber som coach, astrolog og kursholder, og har utgitt flere bøker om astrologi og parforhold. Hun har dessuten deltatt i en rekke TV-programmer og debatter.

**21.-23. november kan du møte Sophia på Visjon Expo Alternativmessen på Lillestrøm.**

[www.sophialea.no](http://www.sophialea.no)





Academy.

– I møte med mennesker som kommer til meg bruker jeg astrocoaching. Med astrologien stiller jeg «diagnosen»; jeg ser hvem du er og hvor utfordringene ligger. Så bruker jeg NLP og psykologien for å bevisstgjøre muligheter og løsninger.

– *Hva er det folk gjerne kommer til deg med?*

– De fleste sliter med kjærlighetslivet. De opplever at det er vanskelig å finne en partner som passer deres idealbilde. Veldig mange i dag har en slik ramme for hva de søker, sier Sophia og viser en knøttliten firkant med hendene.

– «Du» skal passe helt inn der. «Du» forandrer deg om nødvendig.

Men vi kan aldri forandre en person, bare oss selv, og innstillingen vi har til vedkommende.

Det er ikke slik at det finnes stjernetegn som er umulige sammen, når det kommer til parforhold, mener Sophia.

– Det handler om å tilpasse seg den andres behov og forventninger. Om å åpne seg for kreative innspill og være nysgjerrig på partnerens personlighet. Selv om partneren kan være en sjalu Skorpion, og du er en flørtete Tvilling. Eller en frihetselskende Skytte. Det er alltid noe som trigger deg, det er alltid en viss tiltrekning og det er de gode sidene du skal legge mest vekt på. De gode sidene kan

overskygge de mindre ønskelige.

Selv om soltegnet («stjernetegnet» ditt, red. anm.) ikke passer så godt med den andre, men kanskje Månen passer! Eller Merkur, at kommunikasjonen er god. Eller at kjærlighetsprinsippet og det følelsesmessige stemmer bra. Energiene, mental stimulering – det er alltid noe positivt hos alle mennesker vi møter. Alle er i besittelse av indre skatter, og du må bare finne nøkkelen til deres indre.

– *Du er en løsningsorientert astrolog?*

Jeg er veldig glad i mennesker. Alle har de ressursene de trenger for å nå sine mål.



– Veldig! Det skal veldig mye til for at jeg sier at jeg ikke ser noe potensial. Kun hvis det er voldelige aspekter eller noe annet destruktivt i forholdet.

Jeg er veldig glad i mennesker. Alle har de ressursene de trenger for å nå sine mål. Når jeg kombinerer astrologien med NLP og coaching, blir jobben min enda mer spennende og mer magisk. Jeg fokuserer mer

på handling og hjelper vedkommende til å komme i kontakt med egne mål, verdier og strategier.

Noe av det viktigste jeg har lært i NLP er å fokusere på løsninger og fremtiden, definere mål, frigjøre ressurser og finne de rette strategiene som hjelper en mot målet. Mennesker elsker å tenke selv og finne svarene og løsningene. Jeg bare «dytter» dem i riktig retning og lyser opp veien.

#### ASTROLOGI OG MILJØ

– *I hvor stor grad vil du si at det astrologiske preger personligheten vår?*

– Når du er født på et bestemt sted til en bestemt tid, så er det ingen andre som er født nøyaktig der du er. Hadde du fått en tvillingbror, ville han mest sannsynlig kommet noen minutter før eller etter. Og planetene beveger seg så fort at det gir stort utslag.

Jeg er nøye med klokkeslett i astrologien. Og det forteller hvilke muligheter du har. Samtidig er det selvfølgelig veldig avhengig av miljøet vi er vokst opp i.

Alle tegn har en skyggeside og vibrerer på forskjellig frekvens. Derfra kommer uttrykket at stjernetegn har et *høyere selv* og et *lavere selv*. For eksempel er Løven i den høyere frekvensen sjenerøs, hengiven, omsorgsfull og en god «konge», som tar vare på folket sitt. Mens Løven i de lavere frekvensene tenker

– Du må ha kjærlighet og respekt for deg selv før du gir det til alle andre. Mangel på egenkjærlighet er mangel på energi.



på seg selv først, er dominerende, egoistisk og selvcentrert.

Når jeg selv ser at noen er Løve, må jeg se hvilke frekvenser og energier som utspiller seg, høyere eller lavere. Det er her at *aspektene* og ikke minst intuisjonen kommer inn. Miljøet, dvs. hvor og når man vokser opp i verden, har også stor betydning for målsetting, kartlegging av muligheter, mål og strategier, forklarer Sophia.

#### VENUS

– Jeg er glad i Shakespeare og elsker hans sitat: «Life is but a stage». Hvis vi ser på horoskopet som et skuespill, er planetene skuespillerne, stjernetegnene de befinner seg i, er rollene de spiller. Planetariske hus er områder i livet hvor dette spilles, mens aspektene viser hvordan det spilles. Jeg elsker teater og astrologi!

– Alle er opptatt av Venus. Så hvor befinner Venus seg i horoskopet ditt; er det i et flørtete tegn, eller i et dominerende tegn, som Løven? Venus i Løven kan være veldig dominerende, men også veldig sjenerøs.

Eller hvis du har Venus i Skorpionen, er du veldig intens og kanskje litt sjalu. Og hvordan forholder Venus seg til Saturn, som representerer hindringer og lærdom i livet? Eller til Mars, som er energien og kraften din? Eller til

Merkur, som handler om hvordan du kommuniserer?

#### TOLKNINGEN

– *Kritikere mener at astrologien gjerne gir så generelle beskrivelser at alle kjenner seg igjen.*

– Det kan være slik i ukebladhoroskoper. Jeg råder alle som spør om seriositeten av horoskopene i ukebladhoroskoper til å se på det som ren underholdning.

Horoskoptolkning er avhengig av kunns-

.....  
Jeg kan ikke forandre livet ditt, men jeg kan vise deg måten du kan gjøre det på. Og vise deg spesifikke teknikker og skissere veien din fremover.  
.....



skapsnivå til astrologen. Går du til flere med forskjellig kunnskapsnivå kan du risikere å få forskjellige beskrivelser; det blir nesten som å gå til tre leger og få tre ulike råd, og i verste fall tre diagnoser. Samtidig har det også å gjøre med dine forventninger. Hva er utfordringen din? Hva vil du endre og hva er målet ditt?

Jeg kan ikke forandre livet ditt, men jeg kan

visе deg måten du kan gjøre det på. Og vise deg spesifikke teknikker og skissere veien din fremover. Coach betyr jo egentlig «vogn». En vogn som frakter deg dit du ønsker deg.

Vi kan ta tak i verdiene og ressursene og bygge deg opp slik at du kommer deg dit du ønsker.

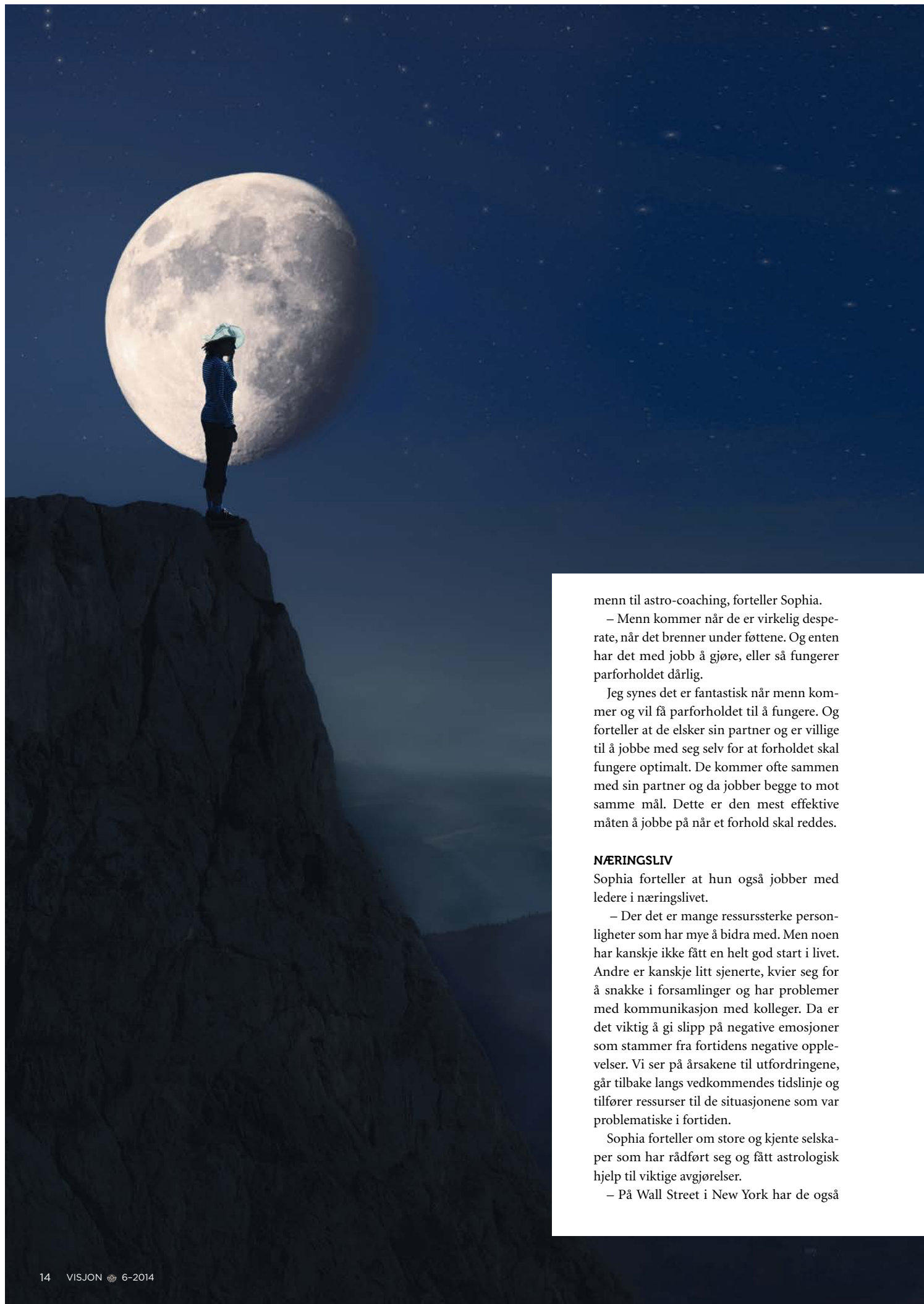
#### KJÆRLIGHETSKRAFTEN

Det er klart at det er flest kvinner som oppsøker Sophia. Hun holder til og med kurs «Finn din egen kjærlighetskraft» bare for kvinner på den franske rivieraen, i regi av reiseselskapet Jomfrureiser. Som også er et reiseselskap bare for kvinner og av kvinner.

– Det er vi kvinner som sliter mest med å finne egen kjærlighetskraft. De fleste har lært å gi omsorg og kjærlighet til alle andre enn oss selv. Du må ha kjærlighet og respekt for deg selv før du gir det til alle andre. Mangel på egenkjærlighet er mangel på energi. Jeg møter ofte selvutslettende kvinner

som bare gir og gir, setter seg selv på sidelinjen og glemmer egne behov. Det er viktig at vi kvinner lærer å gi slipp på de følelsesmessige barrierene som hindrer oss i å føle kjærlighet til oss selv. Jeg tror på tiltrekningsloven – det du sender ut, vil du få igjen. Men for å sende kjærlighet og få kjærlighet, må du først ha kjærlighetskraften i deg.

I noen spesielle situasjoner kommer også



menn til astro-coaching, forteller Sophia.

– Menn kommer når de er virkelig desperate, når det brenner under føttene. Og enten har det med jobb å gjøre, eller så fungerer parforholdet dårlig.

Jeg synes det er fantastisk når menn kommer og vil få parforholdet til å fungere. Og forteller at de elsker sin partner og er villige til å jobbe med seg selv for at forholdet skal fungere optimalt. De kommer ofte sammen med sin partner og da jobber begge to mot samme mål. Dette er den mest effektive måten å jobbe på når et forhold skal reddes.

#### **NÆRINGS LIV**

Sophia forteller at hun også jobber med ledere i næringslivet.

– Der det er mange ressurssterke personligheter som har mye å bidra med. Men noen har kanskje ikke fått en helt god start i livet. Andre er kanskje litt sjenerte, kvier seg for å snakke i forsamlinger og har problemer med kommunikasjon med kolleger. Da er det viktig å gi slipp på negative emosjoner som stammer fra fortidens negative opplevelser. Vi ser på årsakene til utfordringene, går tilbake langs vedkommendes tidslinje og tilfører ressurser til de situasjonene som var problematiske i fortiden.

Sophia forteller om store og kjente selskaper som har rådført seg og fått astrologisk hjelp til viktige avgjørelser.

– På Wall Street i New York har de også



## OM ASTROLOGISK COACHING

### Astrocoaching er en kombinasjon av astrologi og NLP-coaching.

Coaching skal veilede, motivere og bringe deg videre mot målet ditt, sier Sophia Lea Kielland. Den plasserer deg som hovedaktør i ditt spillefelt og hjelper deg til å bli den beste utgaven av deg selv. Astrocoaching er personlig og skreddersydd etter dine unike ressurser, verdier, evner og ferdigheter, og sikrer mot å bevistgjøre dine muligheter til å oppnå egne mål. Astrocoaching kan hjelpe deg med:

- Personlig horoskop
- Kommunikasjon
- Selvutvikling
- Selvtillit
- Relasjoner
- Parforhold
- Bevisstgjøring
- Egenart og stil

sin egen finansastrolog. Flere tusen finansmeglere abonnerer på nyhetsbrevet til astrologen Arch Crawford og hans finansbaserte forutsigelser.

I Norge ligger vi litt etter på denne fronten. Vi er mer skeptiske overfor det nye og vi ønsker bevis. Likevel har det vært noen selskaper i Norge som har gått offentlig ut med informasjon om at de har benyttet seg av astrologenes visdom: Det er mange som vet at Ingebrigt Steen Jensen har fått hjelp av en astrolog for å velge riktig dato for etablering av hans selskap Dinamo.

Dag Swanstrøm i ostefabrikken Synnøve Finden vurderte å selge selskapet i 1993, men ble rådet av en astrolog til å la være – for Synnøve Finden ville bli suksess.

#### UNIVERSET

Arbeidet med mennesker gir en følelse av takknemlighet og en forbindelse til det store hele vi alle er en del av, sier Sophia.

– Det er viktig å ha en jobb hvor jeg føler at noe gis tilbake til universet. Og hvert menneske er et univers i miniatyr – et mikrokosmos. For å kunne forstå eksistensens mysterier, må vi først forstå oss selv og vårt sanne vesen. «Som oppe – så nede,» sa tidenes største fysiker og matematiker, sir Isaac Newton. Han mente at det er en harmoni i verden,

slik at et mønster i universet blir reflektert i et tilsvarende mønster blant menneskene. De fleste astrologer liker å referere til Newton, da hans definisjon av tyngdekraftloven støttet troen på astrologi fordi den viste bl.a. at universet ble holdt sammen av sterke, men usynlige krefter.

Mange har så mye fokus på problemer at de glemmer å se helheten. Jeg pleier å oppfordre klientene mine til å hente seg selv ut av

All kunnskap og alle  
ressursene du trenger sitter  
inne i deg selv. Jeg kan være  
et redskap som er til hjelp.

situasjonen og se tingene fra et annet ståsted. Bokstavelig talt betyr dette at vi kan oppleve tingene fra andre perspektiver:

Du går «ut av deg selv» og betrakter tingene utenfra. Du kan velge om du vil betrakte problemstillingen sittende på for eksempel Jupiter, eller fra en annen persons ståsted.

I NLP-coaching har man funnet frem at bevisst bruk av dette er meget nyttig i bl.a. konfliktløsning og problemhåndtering.

#### SPIRITUALITET

– Har du med deg et spirituelt perspektiv i din coaching?

– Jeg ser meg selv som et spirituelt vesen, som opplever et jordisk liv. Selv om jeg alltid prøver å være nøytral. Og se hva klienter egentlig sliter med, hva er det som ligger bakenfor utfordringen. For det trenger ikke egentlig å handle om parforholdet, selv om det er derfor de først kommer. Årsaken og konflikten kan stamme fra barndom og oppvekst. Kanskje vedkommende ikke ble sett som barn, ble ikke anerkjent og føler seg ikke verdifull per i dag i forhold til partneren. Eller ikke klarer å stille krav, sette grenser, verken for seg selv eller andre? Da fungerer heller ikke parforholdet.

I en coachingkonsultasjon kommer veldig mye til overflaten som man kanskje ikke har tenkt på. For meg er det viktig å finne årsaken og bevisstgjøre mulig løsning til utfordringene.

All kunnskap og alle ressursene du trenger sitter inne i deg selv. Jeg kan være et redskap som er til hjelp, sier Sophia Lea Kielland. ☯

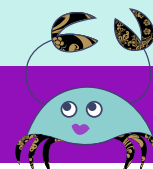
*Få Sophias astrologiske kjærlighetstips på neste side!*

# SOPHIAS

## ASTROLOGISKE KJÆRLIGHETS-TIPS



Stjernetegnene er delt inn i de fire elementene – jord, luft, ild og vann. Slik kan vi se grunnleggende trekk hos stjernetegnene, forteller Sophia Lea Kielland. Og hvordan dynamikken kan være i kjærlighetslivet.



### TEGNEGENES HOVEDEGENSKAPER

#### ILD

##### VÆREN, LØVEN OG SKYTTE

Frihetselskende, lidenskapelige, entusiastiske, idealistiske. Ildtegn liker oppmerksomhet og elsker reiser og eventyrlige opplevelser. Det er viktig for dem å ha noe å se fram til.

#### JORD

##### STENBUKKEN, TYREN OG JOMFRUEN

De er stabile, trege, reflekterte og forsiktige. Jordtegn trives i etablerte og seriøse forhold. De er sensuelle, praktiske og er opptatt av sanselig nytelse. Deres ekstreme tålmodighet kan resultere i dovenhet og ubøyeleg stahet.

#### LUFT

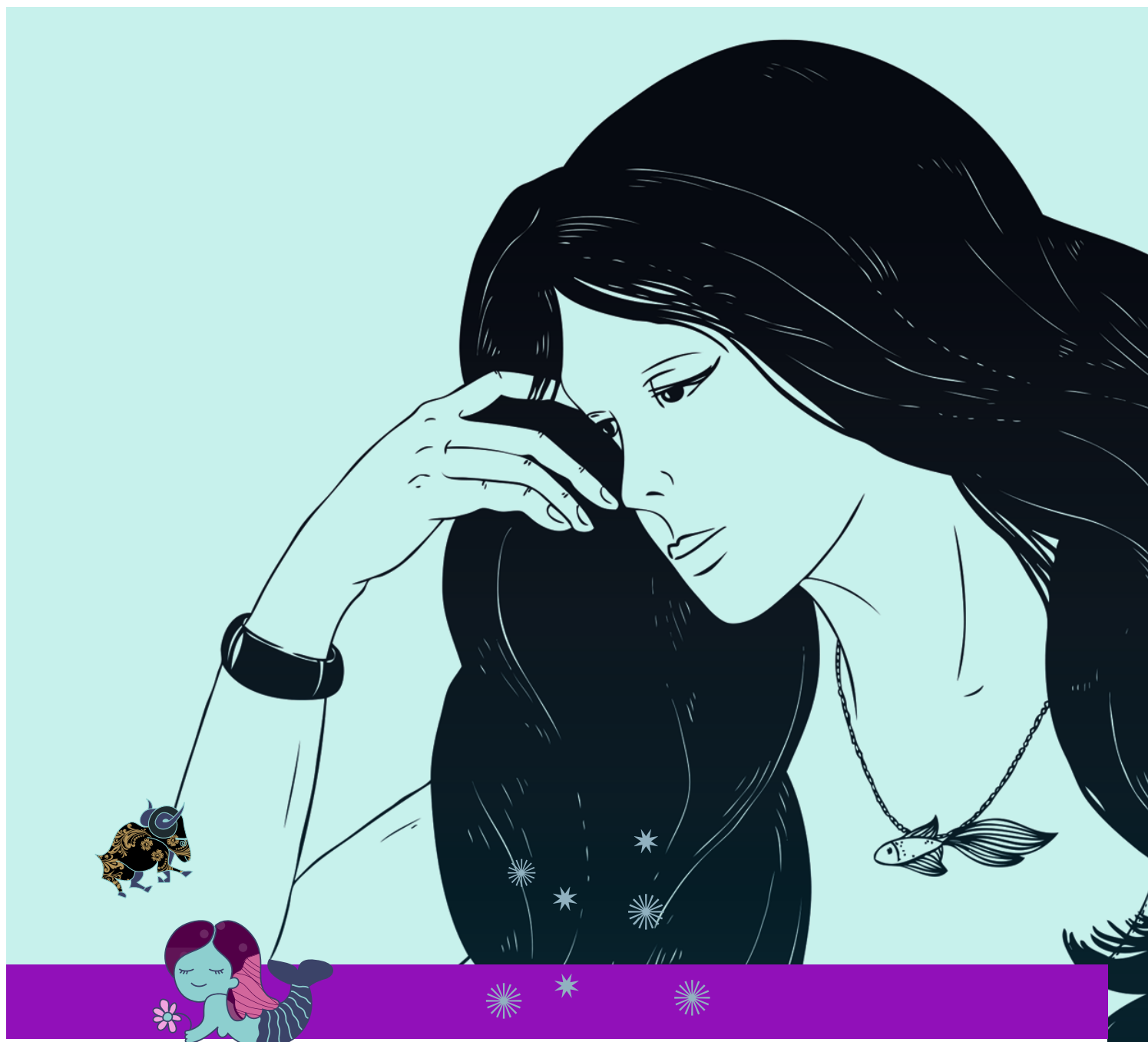
##### VANNMANNEN, TVILLINGEN OG VEKTEN

Nysgjerrige, oppfinnsomme, rastløse. De har sterke mentale evner og intellektuelle interesser. De lever i sin egen tankeverden og liker å bli stimulert mentalt. Lufttegn trenger variasjon og spenning.

#### VANN

##### FISKEN, KREPSEN OG SKORPIONEN

Romantiske, følsomme, fantasifulle, idealistiske og mystiske. Vanntegn er medfølende, humørsjiktende og kan ha urealistisk syn på tilværelsen. Mennesker født i vannelementet kan leve og ånde for kjærligheten.



– Ild og ild passer best sammen, selvfølgelig. Jo mer ild, jo mer brenner det. Ild og luft passer også bra. Siden luft gir energi til ilden.

Mens luft og vann kan lett skape bølger og uro, sier Sophia.

– Jord og vann passer veldig godt sammen. Vann gir næring til jord, samtidig som jord sørger for at det ikke blir oversvømmelse. Er man veldig drømmende og fantasifull, så kan det være bra med en partner som er praktisk og jordnær. På samme måte kan et jordtegn veldig lett bli for realistisk og pessimistisk, og da er det oppmuntrende med en romantisk og medfølelse vanntegn. Jord og vann utfyller hverandre.

Det kan også være spennende dersom et jordtegn treffer et lufttegn, eller et ildtegn

som treffer et jordtegn. Motsetningene tiltrekker hverandre og man har mye å lære av en partner som har mye av det du mangler selv. Det er ikke alltid at man vil være sammen med en speilrefleks av seg selv. Det kan fort bli kjedelig.

Det er sjeldent at vann og ildtegn trives i lengden: muligheten for at vann slokker ild er alltid der.

Men selv om soltegn ikke passer, kan det ligge noe felles i de andre planetene som fødselshoroskopet består av. I et fødselshoroskop vil astrologen se også på planetens posisjon i forhold til hverandre (aspekter) og deres plassering i såkalte planetariske hus. Det kan ligge møtepunkter i følelseslivet, kjærlighetslivet eller seksualiteten. Man kan alltid finne

en tiltrekning og vilje til samarbeid, så lenge man elsker hverandre.

La oss si at man er en traust Stenbukk eller Jomfru, som vil se på TV etter jobb på fredag og slappe av litt. Og hans elskede er en eventyrlysten Skytte-dame, som vil helst reise og oppleve noe spennende i helgen. Det er fullt mulig å inngå kompromiss, tilpasse seg til hverandres behov og planlegge for eksempel å reise bort til en spennende destinasjon neste helg. Da blir Stenbukken fornøyd, og Skyttekvinnen får noe å se fram til.

Nøkkelord er samarbeid, initiativ og kompromiss. Det finnes ikke umulige stjerntegekombinasjoner! sier Sophia.

