

Med vinden som vägvisare



Hon drömde om vinden i ett decennium. När Stockholms största yogaaktör MADELEINE WILHELMSSON till slut fann sin plats högt över Stockholms takåsar tog det ett år tills det var möjligt att flytta in. Hela sommaren har Madeleine dessutom levt i ännu mer byggslammer. Nu öppnar hon sin fjärde yogastudio, vid Stureplan.

Text PAULINA BYLÉN Foto HENRIK NERO

”Ipsume en
dröm om att ha
en trädgård, vid
havet, i stan.”



EaBo. Tur? Adis excere non res andaecabor mos erora nemolor sum quatquodi vid quos eum hariam nem in porl.



De Ugias quid eatum as audiaessit autem sus vellitatuOccupatusda sequi quam quas non rem aut omnihil luptatus aligeni.

Vi letade i tio år. Jag visste exakt hur det skulle kännas när vi hittade rätt, säger civilingenjören Madeleine Wilhelmsson som 2010 sadlade om och nu blivit Stockholms största yogaaktör med sina fyra YogaMana-studios. När hissen långsamt stannar på översta våningen och dörrarna öppnas, kliver man rakt in i en kaskad av ljus. Här, i en klassisk vindsvåning på 166 kvadratmeter (144 kvadratmeter boa) byggd år 2000 i en fastighet från 1912 i Stockholm bor och lever Madeleine Wilhelmsson med sin familj – sambon Gustaf, sonen Oscar, tre år, och hunden Maya. Det var viktigt att hemmet skulle fungera praktiskt och smidigt med barnvagn, matkassar, hund, småbarn och två vuxna mitt i karriären. Men vindsvåningar är inte direkt kända för att vara praktiska, allra minst för barnfamiljer. Detta var en av anledningarna till att det tog lång tid att hitta rätt lägenhet.

– Vi ville ha allt på ett plan. Högt i tak, mycket ljus, rejält med förvaring, hiss hela vägen upp och terrass. Det är ovanligt för vindar, säger Madeleine.

Den lilla familjen fick allt det där och lite till, för här fanns både terrass i väst, balkong i öst, hyfsat bra förvaring – och tre badrum. Bra grund med andra ord. Men när de för första gången steg in i lägenheten var det inte mycket som andades vinds-oas. Det var furukök, gulnade golv, kupade fönster och en massiv brandvägg, en så kallad änglatrappa som delade av köket på mitten till två separata rum, vilket gjorde det svårt att få en öppen social yta.

– Det var verkligen den första stora saken vi tog tag i – att få bort änglatrappan.

FÖR ATT FÖRVERKLIGA hemvisionen krävdes envishet. Den stora klumpen gömde en rökkanal som fungerade som ventilation från gatuplan upp till vinden. Paret lät göra tryckprov i alla husets lägenheter för undersöka om de kunde ta bort den utan att påverka ventilationen. Lösningen blev att dra om ventilationskanalerna under golvet. Vilket visade sig vara en mer komplicerad historia än vid första anblick och något som drog ut på tiden och

naggade budgeten rejält i kanten.

De rundade fönsterkuporna associerade familjen till en båt, plus att rundningen inte gav optimalt ljusinsläpp. Fönstren gjordes därför raka och förändringen var verkligen värt besväret och fler liknade ingrepp staplades på varandra.

Renoveringen som skulle ta tre månader drog ut på tiden och tog istället ett helt år, där familjen bodde växelvis hos svärföräldrar och i Gustafs tidigare lägenhet (då ännu inte såld). Men resultatet är en luftigt, ljus bostad med takhöjd upp till fyra meter, öppna ytor och en väl avvägd färgpalett i grått, vitt och varma bruna toner.

Den putsade väggen i hallen, som syns direkt när man kliver in, har paret efter många försök fått exakt som de vill ha den – i en struktur och nyans som inspirerats av en bild fotograferad av Henrik Nero, som också tagit bilderna till detta reportage.

– Vi ville ha något tidlöst och samtidigt levande, en vägg som andas lugn, förklarar Madeleine.

Madeleine lyfter att lägenheten redan var bra planerad när det flyttade in men att de skruvat en aning på muttrarna för att få till det bästa av förutsättningarna. De har öppnat



upp till full höjd i taken, specifikt toaletter och hall och utökat förvaringen. De har hållit sig till färgskalan ljusgrått, mörkgrått, vitt och bruna balkar. Den ursprungliga tvättstugan har gjorts om till en stor walk-in closet och ytterligare garderober har byggts in i alla sovrum.

– Man kan aldrig få för mycket förvaring när man har små barn, säger Madeleine med ett leende.

Matsalsbordet, som dominerar köks- och vardagsrumsdelen, är ett fynd från Blocket – ett rustikt, massivt träbord som betsats flertalet gånger av en snickare för att matcha takets balkar. I soffhörnan bryter en senaps-gul soffa med rosa och orange kuddar av mot den lugna basen och skapar en ombonad, varm känsla.

– Det finns en röd tråd i hela hemmet – lugna, jordnära färger med några lekfulla färgklickar här och där. Det är precis så vi vill ha det – balanserat och välkomnande, förklarar Madeleine.

Med en bakgrund som civilingenjör i industriell ekonomi hade Madeleine en trygg bana i näringslivet, men efter en allvarlig bilolycka i Los Angeles 2006 med påföljande svår utmattning vände hon livet åt ett helt annat håll.

– Det tog nästan två år innan jag kunde

fungera normalt igen. Yoga och helhetshälsa blev min väg tillbaka.

Hennes drivkraft att starta YogaMana var att skapa det hon själv saknade under sin återhämtning – en plats där vetenskap möter yogisk visdom, där varje individ får verktyg att påverka sin egen hälsa.

– Jag hade ingen startbudget när jag började 2010. Jag hyrde in mig en timme i veckan i en sjukgymnastiklokal och köpte filtar för tio kronor styck. Den första klassen kom två personer till. Men jag gav aldrig upp, och la allt jag tjänade tillbaka i företaget.

YOGAMANA HAR VUXIT organiskt utan investeringar och är i dag Stockholms största och växande yogakedja med fyra studios. Den senaste tillskottet öppnar i september på Grev Turegatan 18, vid Stureplan, mitt i ett av Stockholms mest högprensterande kvarter.

– Vi är en motkraft till stressen och perfektionismen som finns här i kvarteren. Hos oss är det okej att komma som man är, att tycka om sig själv inifrån och ut. Vi vill att det ska uppfattas som tufft och trendigt att vila, att lyssna på sig själv och inte vara en kopia av någon annan.

Pandemin blev en utmaning, men också en möjlighet. Madeleine var snabb med att

ställa om till onlineklasser och utvecklade sitt unika Självläkningsterapeutprogram – en utbildning i medicinsk yoga, kost, närvaro och livsstil där deltagarna utbildas av läkare, närings terapeuter, yogalärare och forskare – en utbildning som i dag har certifierat över 400 terapeuter.

– Under pandemin förlorade vi många intäkter, men vi hittade också nya vägar. Det blev en kraftfull påminnelse om att våga gasa när andra bromsar.

YogaMana satsar på terapeutisk yoga och självläkning med en stark vetenskaplig förankring. Fokus ligger på andning, närvaro och återhämtning – verktyg som gör skillnad för både kropp och sinne.

– Vi vill hjälpa människor att hitta lugn och närvaro mitt i livet. Hos oss handlar yoga inte om flexibilitet eller styrka, utan om att må bra.

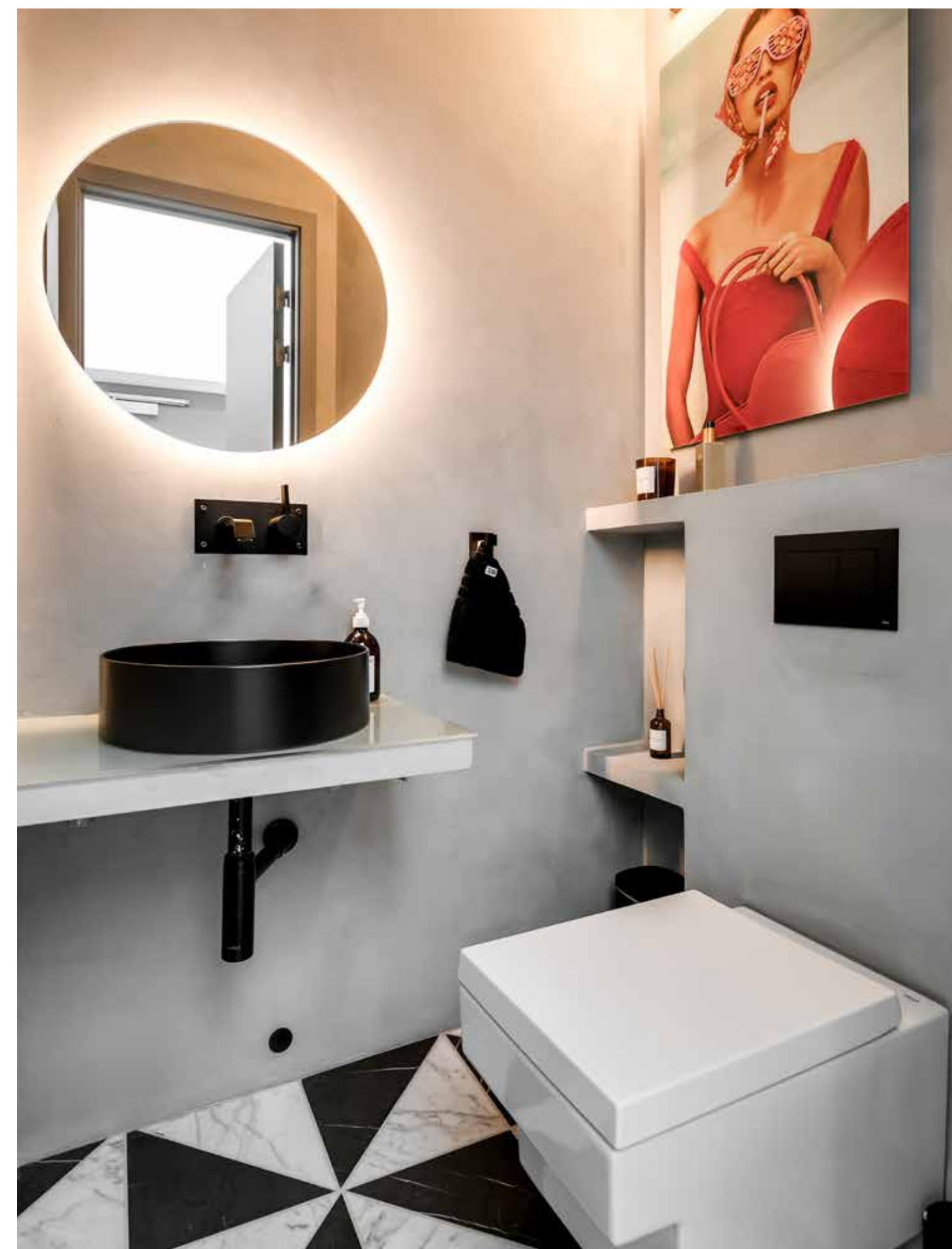
Det nya konceptet på Grev Turegatan kommer ha sin bas i YogaManas lugna och terapeutiska signumklasser såsom medicinsk yoga, yin och restorative men utbudet av klasser i yogalates och pilates – där efterfrågan snabbt har ökat – är också inplanerade. I studion finns en vacker yogasal med varmt trägolv och speglar med inbyggd belysning som skapar en varm och inbjudande atmosfär.



”Ipsume en dröm om att ha en trädgård, vid havet, i stan.”

De Ugias quid eatum as audiaessit autem sus vellitatuOccuptatusda sequi quam quas non rem aut omnihil luptatus aligeni.

De Ugias quid eatum as audiaessit autem sus vellitatuOccuptatusda sequi quam quas non rem aut omnihil luptatus aligeni.



”Ipsume en dröm om att ha en trädgård, *vid havet*, i stan.”

De Ugias quid eatum as audiaessit autem sus vellitatuOccuptatusda sequi quam quas non rem aut omnihil luptatus aligeni.

De Ugias quid eatum as audiaessit autem sus vellitatuOccuptatusda sequi quam quas non rem aut omnihil luptatus aligeni.

MADELEINE
WILHELMSSON

Vem Madeleine Wilhelmsson

Bor Vindsvåning,
Östermalm, Stockholm

Familj Sambon Gustaf,
sonen Oscar (3), hunden Maya

Yrke Grundare och VD
för YogaMana, utbildare
inom självläkning

Aktuell med Öppnar sin
fjärde yogastudio, YogaMana
Grev Turegatan 18,
den 1 september 2025

Signaturstil hemma

Ljusgrått, vitt och trä med
färgstarka accenter i textilier
och konst

Favoritdetalj i hemmet

Köksön – "Det är vårt nav."



De Ugias quid eatum as audiaessit autem sus vellitatuOccupatusda sequi quam.

”Ipsume en dröm om att ha en trädgård, *vid havet*, i stan.”

Det stora meditationsdraperiet i YogaManas signumfärg dusty pink, gör det möjligt att enkelt växla salens utseende till med eller utan speglar för att passa stilla meditation eller fysisk träning såsom pilates och flow. I nya studion finns även en ombonad lounge där man kan koppla av över en kopp te.

– Vi har valt bort digitala skärmar och satsar på analoga verktyg. Det ska vara ett vattenhål för vila, en plats att landa på.

MADELEINE KOMMER FRÅN en entreprenörsfamilj och beskriver sin företagsresa som en livsstil. Med sin bakgrund inom industriell ekonomi har hon stor respekt för kostnader och intäkter, men också förmåga att ständigt förnya sig.

– Jag har alltid haft passion för det vi gör och använder mina styrkor för att nå ut till



människor. Det är inte bara ett jobb, det är en livsstil och en del av vem jag är.

Att bygga YogaMana från grunden, utan investerare, har krävt hårt arbete och uthållighet. Men också en stark tro på att det går att skapa något unikt genom att vara konsekvent och våga tro på sin vision.

– Jag hade kunnat jobba extra med vad som

helst för att få min dröm att bli verklighet.

Det handlar om att vara prestigelös, hitta lösningar, se till att likviditeten håller, köra och sälja, men framför allt inte fastna i perfektion eller planering.

Tillbaka i lägenheten som speglar den livsstil Madeleine vill förmedla. Här finns utrymme för familjen, för arbete och vila, med en inredning som både är varm och funktionell.

– Det är viktigt för mig att känna mig hemma, att det är en plats där energin kan flöda. Här kan jag hämta kraft för allt det som händer i mitt företag och i livet.

Från den lilla starten med två deltagare i yogaklassen till att bli en av Sveriges mest inflytelserika yogaaktörer har Madeleine Wilhelmsson visat att det går att nå sina drömmar med passion, envishet och en stark tro på sig själv. ♦