



En rosa resa!

Livet är en gåva!
Livet kan vara en fest!

Vill du dansa? Jag ler och tackar ja! Jag försvinner in i en dans, en underbar och omtänksam upplevelse. Du för och jag följer tätt in på. Jag känner mig nyfiken och jag känner hur du för mig till oanade höjder. Du stannar till och lättar på taget, det får mig att öppna mina ögon och våra ögon möts i ett stort leende. Inga ord behöver beskriva att vi är mitt i våra liv och upplever en underbar stund tillsammans. När dansen är slut låter vi närheten stanna kvar en liten extra stund som ett tack för att du finns och tack för upplevelsen. Vi släpper taget ser på varandra och säger tack för en underbar dans. Ibland är underbart väldigt kort, men där mitt i livet och allt jag känner är enbart tacksamhet och kärlek till livet.

Precis som en underbar dans vill jag forma mitt liv. Livet är en gåva, något stort och underbart som jag gärna vill vårda!

Livet är en gåva för mig att vårda, men vardagen lyckas ändå bara rusa på. Livet kan vara en fest, men ofta är det för många måsten. Även om jag har insett att livet är mitt och möjligheterna är mina så hinner jag inte riktigt få ihop mig och mitt liv. Men vad är meningen med livet, att det enbart ska rusas på?

När jag äntligen vågade dansa, så har kärleken till livet blivit större och jag känner hur livet är omtänksamt för både min kropp, knopp och själ. Alla möten med andra, alla väldigt nära möten med många då en underbar fox handlar om att föra och att våga följa varje nyans och känsla. Där närhet innebär en upplevelse tillsammans av omtänksamhet och tacksamhet det gör mig så oerhört lycklig.

Att våga släppa taget som följare och att som förare våga leda och lyssna. Det är en oerhört magisk stund och ibland stämmer allt, men ibland hamnar vi i också i en famn där vi inte kan hitta något annat än sura toner i vår dans. Livet är inte alltid en dans på rosor, men vi kan ändå göra vårt bästa och vem vet nästa gång vi ses kan tonerna ha ändrats och vi passar bättre ihop.

Livet är en gåva!

Har du någon gång tänkt så? Har du insett alla möjligheter som finns, men det är för oss att välja. Ibland

kanske vi säger att vi inte kan välja, men jag tror att jag kan välja även om det är mellan pest eller kolera. Vi väljer alltid även då vi inte väljer. Jag kan om jag vill göra livet till en fest även om vissa stunder inte är dom lättaste, men om jag utgår från här och nu och den situation jag befinner mig i. Vart kan jag då ta vägen och vart kan jag då gå?

Ingenting är omöjligt det tar bara lite längre att göra det möjligt ibland. Jag kan ha för bråttom och jag vill ta över när föraren inte hittar känslan eller kan hålla takten. Men så inser jag det igen, det är föraren som för, precis som livet och det är för mig att modigt följa och ta del av möjligheten.

**Livet är en upplevelse
Livet är magiskt
Livet är här och nu
Livet är något som kan
vara svårt att förstå!**

Ibland behöver vi bara släppa taget om alla våra tankar och låta livet få blåsa fart i våra tankar. Om jag väljer att vara exakt här och nu vem vet vilka omöjliga möjlighet som kan dyka upp precis där mitt i våra vanliga vardagsliv. En dag kom modet mitt i en vanlig vardag och helt plötsligt gjorde jag ett val jag anmälde mig till en danskurs.

En annan dag kom en uppgift en rosa uppgift och lades i min hand. Valet var mitt pest eller? Jag valde att uppleva denna resa med tacksamhet och glädje, men nyfikenhet och kärlek mitt i allt som händer. Mitt i livets berg och dalbana.

Livet är en gåva och det är när vi inser och förstår som vi kan göra en första förändring. Jag är tacksam att mitt i min rosa resa få uppleva nya äventyr och nya möjligheter. Vem vet var morgondagen innehåller, så jag lägger mitt fokus på tacksamhet och kärlek. Vilken underbar gåva vi har fått ett liv. Något oerhört magiskt och originellt.

Vill du lyssna på min föreläsning "Varför inte jag? En rosa resa!" så är det några orter kvar, sen går det också bra att boka den framöver. (Se annons)

Alla kan göra något! Hur rosa tänker du vara i oktober?

Hälsoinspiratören
Tina Persson

halsoinspiratoren@norrbottnen.se