



”Det är drygt 20 år sedan jag insåg och förstod att livet var mitt, möjligheterna var mina...”

KRÖNIKA
Tina Persson

50+

Det ska va gôtt å lev!

Att fylla 50 år är en milstolpe och året jag fyllde 50 bestämde jag mig för att ge mig själv flera härliga presenter. En av dom var att vara tjänstledig 5 dagar i månaden och göra precis vad jag ville.

En annan av dom var att åka på en två veckors underbar må bra resa till Paleochora på Kreta. Men jag gav mig även många små presenter som också fick mig att känna att det här var mer roligt än superjobbigt.

För min del var 30 och 40 års strecket en fasa och absolut inget för mig. Men den här gången tänkte jag här ska preppas hela året och jag måste erkänna någon 50-årskris dök inte upp utan jag hade istället lust att fira vidare.

Det ska vara kul att fylla år och det ska vara härligt att leva! Så fyll dina födelsedagar, speciella år och dagar med speciella och roliga gåvor till dig själv. Även om det enbart är en liten sak, men speciell för just dig för att du uppskattar den du är en underbar och så härlig människa.

Så enkelt, men ändå så svårt!

Uppgradera livet till 5.0+

Nu har det gått ytterligare ett par år och livet rullar på. Men det jag förändrade ytterligare ett snäpp när jag fyllde 50 det var att jag bestämde mig för att våga mer, njuta mer, ha mer kul, vara mer nyfiken och vara modigare än tidigare.

Det är drygt 20 år sedan jag insåg och förstod att livet var mitt, möjligheterna var mina, men även ansvaret och just det här med ansvar vad innebär det för mig? För mig är det att försöka leva meningen med mitt liv. Stora ord, men när jag bryter ner dom orden innebär det för mig att se livet som en utbildning och modigt låta mig växa genom livets utbildning. Att vara nyfiken och medvetet inse och förstå att livet är en underbar gåva, där jag kan välja att endera delta medvetet eller låta livet enbart rulla på.

Att ta ansvar är för mig själv är att ta hand om min egna hälsa både till kropp, knopp och själ.

Det är för mig att vara en medmänniska jag själv skulle vilja att andra också var.

För mig är ansvar att inse och förstå att jag är där jag är just nu, för det är just här jag ska vara och hur kan jag ta vara på allt detta?

Att ta ansvar är att våga öppna munnen och ställa frågor istället för att tro att så här säger en annan människa eller så här

skrivs det. Jag ser ju själv, så här står det eller hur?

Men hur många gånger har jag inte först läst något i ett mail och jag blir irriterad och sedan väntar jag en stund och så läser jag igen och läser något helt annat.

Visst stämmer det eller?

Att ta ansvar är att jag tar ansvar för mitt liv och hur jag betar mig både mot mig själv och andra.

Att ta ansvar är att varje morgon och säkerligen flera gånger om dagen kolla vart har jag min inställning och så ser jag till att bemöta både mig själv och andra med omtänksamhet och kärlek.

Jo, då jag är inget proffs på detta ännu, men jag försöker och ibland behöver jag söka inställning flera gånger om dagen.

Det är så lätt att det blir slentrian och en vana. En vana som jag måste lära mig att bryta, en vana som vi måste uppmärksamma och göra något åt.

Så att inse och förstå och sen bara acceptera tycker jag inte är så bra.

Utan när jag inser och förstår att det här är faktiskt inte bra varken för mig eller någon annan då är det dags att bryta eller hur?

Kan du tänka dig lilla jag kan faktiskt göra framtiden och kulturen bättre?

Jag lyssnade på en föreläsning om att jag så enkelt kan vara med och förändra framtiden och kulturen, inte bara för mig själv utan också för andra. Allt beror på hur jag väljer att bete mig mot mig själv och andra. Så enkelt, men ändå så svårt!

Det ska va gôtt å lev!

Det är fryksdalska mitt modersmål och det är så jag försöker leva mitt liv idag.

Det ska vara gott att leva! Visst låter det underbart och det är faktiskt möjligt om jag inser och förstår möjligheternas magi.

Jag kan faktiskt vara med och göra framtiden och vår kultur till en bättre plats att leva på.

Lilla härliga jag! Vilken otrolig spännande möjlighet eller hur?

I höst kommer jag fortsätta att skriva om att det ska va gôtt å lev!

Hoppas du vill hänga med?

Hälsosinspiratören
Tina Persson