



”Är det bara jag själv som mår underbart härligt eller superdåligt under december och julen?”

KRÖNIKA

Tina Persson

Årets julkalender!

Vad är en julkalender?

Kan en julkalender enbart innehålla ord?

Som jag skrev i min förra krönika ord kan vara omtänksamma och kärleksfulla, men ord kan också skada oss otroligt hårt och illa, men det är inte alltid lätt att ha koll eller hur? Så använd ord både till andra och oss själva med kärlek och omtänksamhet även när stundens hetta slår till.

Vad sägs om det?

Så i år tänkte jag sätta fart på en julkalender, med omtänksamma ord. Vad sägs om det? Visst har ni sett att varje vecka så finns en femma i Luleå Gratistidning? Den har nu funnits i drygt två år och det är jag som skriver texten, men det är LG som ser till att den blir så vacker varje vecka. Jag säger vacker för även om jag skriver orden, så är det LG som fixar det där lite extra. Det är LG som lyfter fram det jag vill säga mellan raderna med en magisk bild och varje vecka blir jag så otroligt glad. Det är som en present även till mig då jag inte kollar korret på just dessa femmor. Jag vill vara nyfiken och få en present och det får jag varje onsdag precis som många andra som upptäckt femmans vardagsinspiration.

Men julkalender? Kolla dagens femma och så upptäcker du texten.....
Idag fyller jag mina tankar enbart med..... till/i mig själv!

Onsdag: Kärlek

Torsdag: Omtänksamhet

Fredag: Tacksamhet

Lördag: Glädje

Söndag: Nyfikenhet

Måndag: Omsorg

Tisdag: Lugn

Alla dagar fyllda med omtänksamhet och kärlek till oss själva!

Varje vecka så erbjuds du enkla, men så kärleksfulla ord som du kan använda för dig själv. Varje dag ett nytt ord som du kan suga på som en syrlig karamell både för kropp, knopp och själ! Vad sägs om det?

Hur ofta använder du omtänksamma ord i din tankar för dig själv?

Jag vet det är inte lätt och negativa ord har alltid förmågan att snärta till när som helst, men varför? Varför är det så mycket lättare att tänka hmhm, än idag fyller jag mina tankar enbart med kärlek till mig själv! Är inte det en underbar karamell att suga på, kanske med en smak av jordgubb?

December

Vi vet att december månad är en underbar månad, men också en otroligt stressfylld månad. Det är så otroligt mycket press på oss eller varför egentligen? Varför sätter vi sådan enorm press på oss själva? Många har sina måsten, men måste vi göra alla måsten? Jo, vi har alltid haft så här och så vill alla ha det! Men är det verkligen så eller kanske det är bara jag själv som tror det och så kör vi på det och så är det egentligen ingen som vill ha det så?

Mobbing - Jämställdhet - Omtänksamhet - Tacksamhet

Ensamtid - Storhelger - Vardagslyx

Dom två tidigare femmorna vecka 46 och 47 skickade jag med samtalsämnen som kan tas upp både hemma, på jobbet eller bland vänner och varför inte även ta upp december och julen? Våga lägga korten på borden, men med kärlek och omtänksamhet. Våga lägga bort mobilen och delta i en möjlighet för hela gemenskapen irl och inte med någon annan som ett störande brus. Våga satsa på en omtänksam och kärleksfull helg tillsammans där alla får vara med och delta.

Är det för mycket begärt egentligen?

Så varför inte hitta nya möjligheter med december och julen och våga bryta mönster? Våga anta utmaningen december och julen enbart med kärlek och omtänksamhet. För precis som pannkakor och plättar vad betyder julen för dom omkring dig? Vad betyder advent för dom omkring dig? Är det bara jag själv som mår underbart härligt eller superdåligt under december och julen? Bara för att vi alltid gjort så här, så kanske det är dags att bryta mönster för att få en ny tradition fylld enbart med kärlek och omtänksamhet.

Varför inte dra i handbromsen och andas för en stund?

Varför inte dra i handbromsen och lyssna mellan raderna för en stund?

Varför inte dra i handbromsen och inse och förstå tacksamheten och glädjen som december månad innehåller?

Varför inte dra i handbromsen och upptäcka glittret över december?

Varför inte dra i handbromsen och upptäcka glittret över december?

Varför inte dra i handbromsen och upptäcka glittret över december?

Varför inte dra i handbromsen och upptäcka glittret över december?

Varför inte dra i handbromsen och upptäcka glittret över december?

Varför inte dra i handbromsen och upptäcka glittret över december?

Varför inte dra i handbromsen och upptäcka glittret över december?

Varför inte dra i handbromsen och upptäcka glittret över december?

Varför inte dra i handbromsen och upptäcka glittret över december?

Varför inte dra i handbromsen och upptäcka glittret över december?

Varför inte dra i handbromsen och upptäcka glittret över december?

Varför inte dra i handbromsen och upptäcka glittret över december?

Varför inte dra i handbromsen och upptäcka glittret över december?

Varför inte dra i handbromsen och upptäcka glittret över december?