



Kärleksbrev till LIVET

Varje dag ger mig en ny möjlighet och jag inser att ju mer jag har min mentala inställning på rätt frekvens desto mer kan livet erbjuda mig. Jag var så mentalt avstängd och jag var så totalt ihopfrusen i min själ, men en dag gick jag sönder och allting inom mig brast.

Vilken resa, jag är så oerhört tacksam och jag kommer att fortsätter min resa en dag i taget. En resa som är min egna och inte som är någon annans, min resa har blivit en annorlunda och inte någon självklar som brukar vara vanlig. Är jag annorlunda eller bara helt vanlig, men med en lite annorlunda väg i mitt liv? Det är något jag ofta tänker på, för vem är annorlunda och vem är helt enkelt vanlig egentligen?

Jag älskar livet!

Jag älskar verkligen livet, jag är oerhört tacksam för livet, jag är "hiskilig" glad att jag har ett fungerande liv, jag är kärleksfullt tacksam att mitt liv tar mig framåt ett steg i taget och ibland med ett jättekiv. När jag inser att med kärlek kan jag ta vara på livet så mycket bättre och när jag föder det som gör ont med kärlek så ger det onda vika.

Kärlek i livet innebär så oerhört mycket, kanske bara att ta sig genom dagen eller att den fylls med människor som jag tycker om att umgås med. Kärlek och tacksamhet är att ha ett arbete att gå till, god sömn och mat för dagen. Kärlek kan ibland vara lite kantig och hård, men den är menad med värme för kärlek är som en varm och härlig gosetöja i våra liv.

Jag älskar livet och jag älskar livets berg och dalbana. Vad ska jag lära mig idag, vilka erfarenheter får jag idag? Möjligheterna hur kommer dom se ut idag? Kommer jag vara den samme ikväll när jag somnar som jag var idag när jag vaknade? Livet kan bli helt magiskt eller en rejäl utmaning, men med kärlek kommer den bära mig genom dagen även idag.

Den jag vill vara

Så är jag den jag vill vara? Varför inte? Jag har insett med livet att jag vill faktiskt vara den vän jag själv skulle vilja ha. Jag har insett att när jag släpper taget och är öppen för möjligheterna så kommer jag att få vara den jag ska vara precis här och nu. Vilken otroligt häftig känsla!

Precis här och nu är jag den jag ska vara och jag är precis där jag ska vara just nu i mitt liv.

Ofta tycker vi att vi är på fel plats i livet, men när jag förstår att jag är precis där jag ska vara så är det lättare att gå vidare i livet och utvecklas till den människa jag vill vara.

Varför är jag då inte den jag vill vara?

Vad är felet? Utgå från din plattform och konstatera att så här ser livet ut just nu och så här är jag just nu. Är jag nöjd så eller är jag inte nöjd, men förstår inte att jag faktiskt kan ändra allt.

Mitt liv är faktiskt mitt ansvar!

Jag tycker det är en sund tanke i livet idag, men många vågar inte och tycker det är för svårt. Vad kommer att hända det kan ju bli värre eller? Tänk om det blir bättre? Nä, det kan inte vara sant så jag stannar kvar i min tristess. Jag har det bra som jag har det fast jag hatar allt!

Att inte våga eller våga, men ibland tar livet och kastar omkull dig så du måste våga du har inget val och vi inser inte förrän då varför vågade jag inte det här tidigare. Tänk all tid som försvunnit från min tid på denna jord bara för att jag feget.

När tiden är mogen så händer det varken jag vill eller inte, men det är alltid roligare om jag är med och själv är villig.

Dagen idag är en underbar dag. Dagen är din helt och hållet din. Det finns inga måste, men vissa saker är bäst att vi gör. Livet är en gåva något skört och ömtåligt. Vissa lever och bryter ner sig själva och fasar för morgondagen. Vissa lever och bryter ner sig själva för en dag då pensionsåldern då blir det bättre. Vissa lever inte alls och andra vågar leva och njuta av dagens möjligheter.

Jag vill tacka livet, för det liv jag fått leva och får leva varje dag.

Jag vill tacka livet för den väg jag fått vandra, för den har gjort mig till den jag är idag.

Fortsättning följer nästa gång, men vill du inte vänta finns hela boken på min hemsida.

Tina Persson
Hälsoinspiratören