

Mars-2014

Hej

Mars är här. Det är väl den första vårmånaden tror jag även om det inte är vår riktigt ännu. Men visst märks det att dagarna har blivit längre eller rättare sagt att det har blivit längre tid ljust på dagen. Visst är det konstigt att man känner olika beroende på hur saker sägs. Vare man säger dem till sig själv och då kanske bara tyst eller om någon annan säger det till en själv.

Hur säger du saker till andra? Är du alltid glad och trevlig? Ger du alltid ett leende till en annan person?

Hur är andra mot dig? Är de alltid glada och trevliga mot dig? Ger de alltid dig ett leende?

Troligen är det så att du inte alltid är glad och trevlig. Troligen är det så att du inte alltid ler till en annan person.

Troligen är det så att andra inte alltid är glada och trevliga mot dig. Troligen är det så att de inte alltid ger dig ett leende.

Om du funderar på hur du reagerar om någon är glad och trevlig mot dig och kanske till och med ler till dig. Hur känner du då? Blir du glad av det beteende som den andra människan har mot dig? Troligen är det så att du känner dig glad då. Det liksom smittar av sig. Så tänk om det skulle vara så att du kan smitta andra med ditt leende, genom att vara glad och genom att vara trevlig. Hur tror du att den andra personen känner sig då?

Om du en dag skulle göra ett experiment. En dag när du inte känner dig speciellt glad och trevlig. Skulle du kunna tänka dig att en kort stund välja att vara glad och trevlig och skicka iväg ett eller några leenden till de andra du träffar? Tänk om de blir glada av det och ger dig ett leende och tänk om det då skulle smitta dig så att du kanske känner dig mer glad och trevlig än du var när dagen startade. Hur skulle det kännas?

"**Leendet du sänder ut vänder åter till dig**" ska tydligen vara ett gammalt indianskt ordspråk. Hur sant är det inte? (en retorisk fråga)

Du är andras miljö som de vistas i och de andra är del av den miljö du vistas i.

Finns det mer att tänka på så att du och jag kan förbättra andras miljöer? Ja det finns massor. Vad vi säger till varandra, hur vi säger det till varandra. Det är så lätt att såra men det är också lika lätt att inte såra om vi tänker på vad vi gör och säger.

Uffe