

## AndRum

Oktober 2010

**Jag har blivit uppmanad att skriva. Skriva om det som berör – om livet och livets villkor. Om utveckling och växt. Om hur vi använder vår tid och skapar ett meningsfullt liv. Ja, helt enkelt hur vi gör det bästa av den tid vi har här på jorden. Jag har valt att kalla forumet för dessa tankar AndRum – ett rum för dig, där du kan stanna upp och reflektera. Där själen och anden får ta plats en stund.**



Nu är hösten här! Träden skiftar i orange, gult, brunt och grönt i en härlig kaskad av färger. Luften är frisk och det är lätt att andas. Att gå ute i skogen just på hösten är något av det bästa jag gör. Förr, innan jag började driva eget företag, tänkte jag varje höst att jag skulle ta ledigt för att få uppleva allt detta vackra och stillsamma. Men av någon anledning gjorde jag aldrig det. Nu, när jag har all möjlighet att styra själv, tar jag mig tid att njuta av denna fina årstid även om jag har mycket att göra. Det är en ynnest och en gåva. Och det handlar ytterst om val och prioriteringar. Ett inre beslut om vad som är viktigt i livet.



Det som är viktigt för mig, behöver dock inte alls vara viktigt för dig. Jag tänker att vi har olika livsuppgifter, olika mening med våra liv. Utan mening blir det svårt att leva. Viktor Frankl, österrikisk neurolog och psykiater som överlevde de tyska koncentrationslägren under andra världskriget, beskriver i sin bok "Livet måste ha mening" just hur hans inre skapande av mening i det fasansfulla som hände honom var den faktor som bidrog till att han lyckades överleva. Att skapa en mening med livet är med andra ord viktigt.

Jag tror inte på slumpen, på tur och otur, utan jag tänker att vi i allra högsta grad är regissörerna i våra liv. Det gamla ordspråket "Det du sår får du skörda" tycker jag väl beskriver detta: Hur ditt liv gestaltar sig handlar i hög grad om din förståelse för och agerande utifrån orsak och verkan. Ett enkelt exempel från jordbruket: Om du vill att rågen ska växa på fälten måste du så rågrön. Om du istället sätter potatis och förväntar dig råg och blir förvånad när potatisblasten spirar har du missuppfattat denna grundläggande devis. Så enkelt är det. Och samtidigt så svårt. Som vi vet gror frön långsamt. Det kan ta veckor, månader och ibland år att få se sitt frö spira ovan jord. Kanske tappar du tålamodet och ger upp i din omvårdnad av det som ännu inte blivit synligt för blotta ögat. Fröet slutar gro. Du blir besviken över att resultatet inte blev som du tänkt. Otur? Nej, men brist på långsiktighet och uthållighet i det som är meningsfullt för dig i ditt liv. Så, vad är meningsfullt för dig? Sår du det som du vill skörda? Och inte minst: Har du det tålamod och den uthållighet som krävs för att lyckas?

Lycka till med höstsådden!

Varma hälsningar

Agneta Lundgren