



” Jag kan erkänna att mitt självledarskap inte är det bästa ännu

KRÖNIKA
Tina Persson

Vad är ditt recept?

I förra krönikan skrev jag om när livet ger oss citroner, att vi ska ta vara på dom och göra något gott. Så hur har det gått? Vad har du gjort med dina citroner? Insåg du att även citroner kan bli något uppfriskande och fräscht för livet?

Idag vill jag fortsätta att snurra fart på dina tankar, med att ställa frågan vad är ditt recept? På citroner, kanske du tänker eller vad menar hon nu då? Det jag undrar över är hur ser ditt recept ut för ditt självledarskap?

Självledarskap? Hur du leder dig själv? Vem är det som leder dig? Varför då? Det jag insåg för många år sedan var just detta att livet är mitt, möjligheterna är mina, men även ansvaret. Så varför inte ta reda på hur ditt recept ser ut för dig och ditt liv?

Det är så otroligt många, som försöker styra och ställa över många andra, men sig själva hur har vi det där? Det är många som har svårt att säga att dom älskar sig själva, men om vi vrider till det och säger hur är du i ditt självledarskap?

Hur tar du hand om dig själv både till kropp, knopp och själ? Om livet är ditt, möjligheterna är dina, men så även ansvaret. Hur tar du då hand om dig själv? Det är så lätt att vi fokuserar på andra eller så vill skylla på andra att det är deras fel, att du inte kan och du vet jag måste. Och sen den bästa du vet jag har inte råd.

Men om jag säger så här, vad kostar det att bryta dina tanke-mönster? Vad kostar det att leva mer medvetet? Vad kostar det att leda dig själv? Vad kostar det att ta ansvar för ditt liv? Vad kostar det? Det kostar tid, mod, vilja och nyfikenhet. Det är inte alltid det sitter i plånboken, utan i dina tankar och ditt självledarskap.

Så självledarskap ett ord jag ofta har hört, men det var faktiskt när Tony Robbins skrev det i ett inlägg för någon vecka sedan, som jag fick en ny nivå i vad självledarskap kan vara. Det är så lätt att vi ska leda oss till framgång, det är det vi ofta tänker på, men kan det finnas en annan tanke också?

Självklart vill jag leda mig till framgång, men för att leda mig till framgång måste jag stärka mitt inre och våga stå bakom mina val i livet.

Jag måste modigt våga leda mig själv och för att leda mig själv, så måste jag hitta en inre trygghet och en inre tillit till mig själv.

Tänk dig att du står i en boxningsring och ingen står bakom dig och peppar dig, inte ens du själv. Tom du själv står mitt emot dig och slår på dig. Hur bra är det och vems är ansvaret?

Förstår du min bild? Så vågar du stå där bakom dig själv när livet är tufft eller följer du med flocken och kör över dig själv? Just den bilden tror jag faktiskt många har, vi vill så gärna följa flocken istället för att våga stå upp för oss själva. För vad är jag värd egentligen, om jag ”ingen” har i min ringhörna.

Så är ditt recept på självledarskap, att du låter andra styra och ställa över ditt liv och att du väljer att avstå att göra egna medvetna val. Är ditt självledarskap att du styr och ställer över andra och tror att detta är ett bra sätt att leda dig själv, då står du helt klart i fel ringhörna.

Jag kan erkänna att mitt självledarskap inte är det bästa ännu, utan jag håller fortfarande på att smaksätta med olika kryddor. Men den krydda som verkligen sitter där den ska är att jag har insett att livet är mitt, möjligheterna är mina, men även ansvaret. Detta gör att den kryddan, det kan nog faktiskt vara citron för jag älskar citron. Denna krydda gör att jag varje dag och flera gånger om dagen, medvetet väljer mina val och när jag tycker det är tufft och trist, så vet jag ändå att detta valet var mitt och då blir jag stolt igen.

Så vad är ditt recept på ett starkt, modigt, nyfiket och kraftfullt självledarskap? Vågar du testa och vågar du prova? Möjligheterna är dina, varje dag och flera gånger om dagen.

Hur ser receptet ut på din arbetsplats, i din förening eller på din skola? Att stärka receptet på självledarskap behövs på många ställen och på flera sätt.

Vi behöver alla prata om livet i höst, en underbar krydda med flera smaker på en och samma gång.

Stärk ditt Hälsokonto med
Hälsospiratören Tina Persson