

# VECKANS COACHTIPS MED



KENTH ÅKERMAN  
do CHANGE concrete



Veckans Coachtips #227, 3 juni 2015

## Våga riskera livet

Att leva är att hela tiden en risk, risken att dö. Men det går vi förhoppningsvis inte och tänker på varje dag. Om du inte lever, riskerar du ändå att dö. Det är bara en fråga om när.

Att möta en annan människa är en risk. Risk att påverkas och förändras. Antingen du vill eller inte.

Att se dagen gry och nattens mörker lägga sig är en risk, vad framtiden för med sig har vi ingen aning om.

**Risk** är de skadliga konsekvenserna av till tidpunkt och utsträckning eller utformning okända framtida händelser. (Wikipedia)

### Lyssna till dina egna svar.

Vi kan påverka mycket mer än vi ofta tror. *Vad är det som egentligen spelar roll? Vad är värt att leva för?*

Kommer ihåg ett citat från Handelshögskolan, tror det var nationalekonomen John Keynes som sagt följande:

**"In the long run we are all dead!"**

Så sant. Ändå är vi stressade och pressade att göra saker "NU" och det vi inte hinner med blir kanske efterhängsna surdegar. Istället för att våga säga nej, för att säga ja till något annat.

Det handlar om att våga möta sig själv, ställa de rätta och "svåra" frågorna till dig själv. Risken är att du kommer få svar som du inte vill höra...

### Förväntningar blir till krav.

Vi fyller våra liv med prylar som ska skötas, (o)vanor som inte leder oss vidare, materiella ting som kostar pengar, engagemang som tar tid. Jag själv är varken bättre eller sämre.

Det vi tror är säkerhet och trygghet i våra liv, kanske istället *är en risk*. Det vi tror är förväntningar från omgivningen, finns en risk att det istället känns som krav.

- Risk för att inte kunna hålla kvar.
- Risk för att inte kunna betala av.
- Risk för att inte få tid till att nyttja det vi införskaffat.
- Risk för att vi inte längre har lusten kvar.
- Risk att förlora den vi håller kär.

Att leva är en risk. Men om du inte lever riskerar du att missa livet.

**Det handlar till syvende och sist inte om hur mycket tid du har i ditt liv, utan hur mycket liv du har i din tid.**

**Leva är en risk. Något vi får lära oss att leva med.**