

Månadsmötet den 17 oktober i Församlingshemmet, Upphärad

I fullsatt lokal samlades vi för att få ta del av Magnus "Ölme" Erikssons filosofi om livskvalité.

Gör't bara, just do it. Never give up.

Med denna text byggde han upp ett stort antal hållpunkter som var mycket tänkvärda och som vi alla någon gång haft erfarenhet av. Han har inspirerats och anammat mycket från Hans Roslings nio böcker som han varmt rekommenderar oss att läsa.

Att kunna "läsa av" en annan människa genom att uppmärksamma reaktioner, synintryck, samtalsätt och känslighet bildar man sig en uppfattning om personen.

Att få inspiration till något kan påverkas av, bland annat musik, omgivning, doft eller personer i ens närhet. Att ge komplimanger, visa tacksamhet, att tala om vad man uppskattar eller har något emot, är en viktig komponent.

Filmen "En man som heter Ove" är en bra referens.

Infrias inte förväntningarna har man åtminstone varit glad en stund i onödan, även det är positivt. Värdesätta det man har och inte det man saknar. Bättre är att själv delta än att titta på när andra är aktiva.

Det fanns även med recept på lättlagad och näringsrik mat för så man hinner och orkar med sina aktiviteter.

Han berättade om rektorn som tagit för vana att ringa fredagssamtal till ett par föräldrar i veckan, för att berätta att deras dotter/son gjort bra ifrån sig, hjälpt någon kompis eller utfört ett "tråkigt" jobb.

Den egna familjen fick stå som referenser för episoder han upplevt. Då saknades inga ingredienser på vad som kan inträffa när tiden är knapp, eller frågetecken på personligt brev till mor och far.

Hans entusiasm under vår eftermiddag hade inget att sakna, det gjorde han med stor inlevelse som verkligen uppskattades.

Blommorna som tack för arrangemanget, överräckte han hjärtligt till sin Mor.

