## Að vera jákvæður.

Við skulum bara byrja einfalt að þessu sinni, og fjalla um þessa litlu setningu að vera jákvæður.

Hún er ekki löng en ótrúlega áhrifamikil og mikilvæg, það að vera jákvæður þýðir ekki endilega að maður bara brosi og segi já við hverju sem er vegna þess að maður vill að það gerist, það þýðir miklu frekar að láta sig flæða jákætt með umhverfi sínu og horfa raunsætt á hlutina og vera sannur (trúr) í því sem maður segir, vegna þess að annars býr maður til gervi heim sem á endanum hlítur að vald vonbrigðum og neikvæðri líðan þar með.

Að mínu mati sníst jákvæðni um að ver raunsær og geta séð það jákvæða í lífinu og sjálfum sér ekki síst, en ekki um að búa til óraunverulega hluti úr hlutum vegna þess við viljum að þeir séu svona eða hinsegin, að vera runsær á viðhorf okkar þó við gerum okkar besta innan skimsamlegra marka til þess að fá útkomu sem við viljum, ég segi skinsamlega vegna þess að það er ekki víst að þessi jákvæða lausn sem við erum svo upptekin af sé endilega jafn jákvæð fyrir aðra í umhverfi okkar og það er jú tilgangurinn mað jákvæðninni að geysla henni út í umhverfið og þannig að taka þá í að gera jörðina að betri stað til að lifa á.

Með kærleika og ljósi.

Finnbogi Rúnar (og vinir)