ATT INTE VÄLJA ÄR OCKSÅ ETT VAL

En del påstår att vi bara måste två saker och det är att välja och att dö. För att krångla till det kan vi då säga att vissa val väljer vi att vara medvetena om och vissa val ”blundar” vi omedvetet för. Kanske genom att gömma känslor och tankar djupt i vårt inre. Så val är med det synsättet med andra ord både aktiva och automatiska, medvetna och omedvetna, eller?

Och tänk om val egentligen inte är onda eller goda. Utan bara tolkas och värderas av dig själv eller andra. Tänk om valet egentligen är helt fritt?

Så reflektera över om du väljer allt i ditt liv? Dina beteenden, dina känslor, dina tankar och dina fantasier.

Tänk om vi även väljer våra reaktioner gentemot andra. Tänk om vi väljer att bli kränkta, sårade, och utsatta? Precis som om vi skulle välja vårt lidande och även vår lycka? Vad är sant för dig?

Men vi kan kanske ändå vara säkra på att alla våra dagliga val ger en vinst. Ibland en medveten tydlig vinst. Men ofta väljer vi att inte välja eller att undvika val för att alternativet på något sätt är obekvämt. Vi väljer att inte välja för att det ger en kortsiktig vinst. Att inte välja är också ett val.

Så kanske väljer vi egentligen hela tiden varje sekund i våra liv, medvetet eller omedvetet. Och varje val för ju alltid med sig någon form av konsekvens. Varje val är ett vägval. Låter det otäckt eller befriande?

Hur mycket väljer du medvetet och aktivt i ditt liv? Ger dina tankar om viljan en känsla av frihet eller ofrihet? Hur väljer du att tänka om det? Skriv några rader här.