

## Goda råd för goda dagar... (del 2)

- Bernth Antonsson

# Tänk på...

Nu och då händer det att min fru och jag frågar varandra, t.ex. när vi sitter tysta i bilen: "Vad tänker du på?". Ibland konstaterar vi att vi tänker på samma sak. Det är kanske inte så underligt nu när vi har varit gifta i snart 50 år. Vid andra tillfällen är våra tankar på helt olika håll. Oavsett om vi tänker på samma eller olika saker leder tankarna ibland till intressanta samtal och någon gång ibland om sådant som vi aldrig har talat om tidigare.

"Jag har gått och tänkt på en sak som jag gärna skulle vilja samtala med dig om." Medan han klär tanken i ord utvecklas den till en idé som blir till ett förslag. I nästa steg hamnar förslaget på ett styrelsebord. Där blir det i bästa fall till ett beslut. När beslutet konkretiseras kan det bli något som blir många till hjälp, ja, kanske t.o.m. påverkar hela världen.

Mer än vi tror påverkar våra tankar oss. Utan att överdriva kan man säga att de styr oss. Det gäller tyvärr det som inte är bra för oss. Bekymren sitter i hög grad i våra tankar. De kan göra oss nedstämda och t.o.m. leda till ohälsa. Men det är också sant att tankarna kan påverka oss positivt, inspirera oss, ge oss drömmar som leder till initiativ som ger framgång. Det är sant inte minst om unga människor. Den finske författaren Zacharias Topelius formulerade det så här: "Allt stort har tagit sin början i ungdomens drömmar".

Det finns ett citat som säger: "Du kan inte hindra fåglar att flyga över ditt huvud men du kan hindra dem från att bygga bo i ditt hår.". Kanske var det Martin Luther som formulerade orden, kanske är de äldre än så. Vem det nu än var som formulerade orden så är de sanna. Man kan aktivt tränga undan en tanke med en annan. Det är alltså möjligt att tränga undan en negativ tanke med en positiv.

Om man går över Bibelns marker med en detektor och söker efter orden "Tänk på" får man många nedslag. Här får du några exempel:

"Tänk på din skapare i din ungdom, innan de onda dagarna nalkas, de är som ingen glädje har att ge." Predikareboken 12:2

"Tänk på korparna, de varken sår eller skördar, de har varken förrådsammare eller lador, men Gud föder dem. Och hur mycket mer värda är inte ni än fåglarna?"  
Lukasevangeliet 12:24

"Tänk inte bara på ert eget bästa utan också på andras."  
Filipperbrevet 2:4

"Om ni alltså har uppstått med Kristus, sträva då efter det som finns där uppe där Kristus sitter på Guds högra sida. Tänk på det som finns där uppe, inte på det som finns på jorden." Kolosserbrevet 3:1-2

"Tänk på honom som har uthärdat sådan fiendskap från syndare, så att ni inte tröttnar och förlorar modet." Hebreerbrevet 12:3

"Tänk på dem som sitter i fängelse, som om ni var fångar med dem. Tänk på dem som blir misshandlade, som om det gällde er egen kropp." Hebreerbrevet 13:3

## **VECKANS FUNDERING**

Vad tänker jag på som jag inte borde tänka på?

## **VECKANS UTMANING**

Träna dig i att tränga undan negativa tankar med positiva!