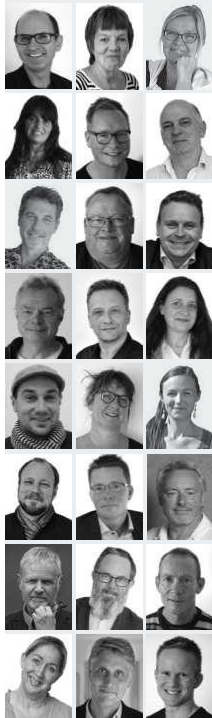


Som jeg ser det

"Som jeg ser det" bliver skrevet på skift af vores faste klummeskribenter



Allan Jørgensen  
Anette Lauritsen  
Berit Elmark  
Camilla Lysgaard  
Casper Skovgaard  
Claus Nissen  
Franz Veisig  
Henrik Lieberkind  
Janus Kyhl  
Jens Frimann Hansen  
Jesper Lyngsøe  
Kamilla Konstantyner  
Lars Michael Nielsen  
Louise Manstrup  
Mette Skamris  
Michael Lagoni  
Michael Randropp  
Mikael Fock  
Peter Hagmund  
René Blumensandt  
Rolf Lund  
Sascha Hirtsgaard  
Thomas Horn  
Ulrich Koch Borrits



**At sende bilen til 10.000 km serviceeftersyn er helt naturligt. Det samme bør man nok gøre med jævne mellemrum med hensyn til hvordan man kører sig liv, tænker jeg.**

**Klumme.**  
**Jeg bliver 81 år..**

Franz Veisig

**A**lle kender deres fødselsdag. Tænk hvis vi også kendte vores egen "udløbsdato". Den deadline man ikke kan løbe fra. The End.

I går fik jeg pludselig at vide, at jeg bliver 81 år... Det var egentlig kun for sjov, at jeg ville vide det, så jeg blev taget lidt med bukserne nede, da jeg så svaret sort på hvidt.

Det var en våd klud at få i ansigtet, for jeg havde nok sat næsen op efter et større antal år. Jeg er temmelig livsglad, så jeg blev lige slået ud af kurs, og det er jeg fortsat - derfor denne klumme (som en lille "cliff hanger" så afslører jeg sidst i klummen kilen til aldersprofetien).

**FAKTA: JEG ER** født 7. juli 1969, så min resterende tid (i denne inkarnation - højhø :-)) er med ét begrænset til 30 år. Det satte gang i en lavine af tanker. Hvad havde jeg brugt de første mange år på? Hvor var jeg på vej hen? Hvad skulle jeg prioritere? Etc.

At sende bilen til 10.000 km serviceeftersyn er helt naturligt. Det samme bør man nok gøre med jævne mellemrum med hensyn til hvordan man kører sig liv, tænker jeg. Et SelvTjek med tilhørende servicebog

Når jeg nu kun har benzin i tanken til 30 år, så bliver jeg nødt til at være skarpere på, hvad jeg bruger min tid på. Det letteste er bare at ødsle med tiden. Udsætte til en gang i fremtiden. Tid og nærvær er noget af det aller mest kostbare, vi har - og som vi oveni købet kan dele med andre. At leve bevidst om, hvad jeg bruger tid på, vil gøre, at jeg kan sætte det første kryds i min personlige servicebog.

**ET BEVIDST LIV** for mig vil klart betyde at have mere fokus på NUET. Fortiden er jo ligesom passeret, og fremtiden skal nok komme helt af sig selv. Tilbage står nuet.

Det er her kroppen er placeret, mens tanker ofte er på udflugt i enten for- eller fremtiden. Kender du det? Eller er jeg den eneste dagbladslæser med den tendens? For at kunne sætte et kryds mere i servicebogen må jeg sætte mig i førersædet og gear ned. Et liv med mavefornemmelsen som GPS og hjernen som co-pilot (og ikke omvendt).

Jeg har lidt for oftelid for travltså jegglemmemellemrummene - det er dem, der giver mulighed for at trække vejret og få pulsen helt ned. Stadigt lige før Zzzz - der hvor krop og sind forenes.

Vups! Jeg får en impuls netop nu. Måske skal jeg tage navneforandring til Franzzzz - for sådan lige at huske mig selv på det optimale tempo - og som bonus får dem, der ser eller hører navnet samtidig en rolig reminder. Franzzzz (udtales med en svag hvislende brumbasselyd). Jeg sætter et kryds ud for "Tempotjek" i servicebogen.

**JEG FORESTILLER MIG**, at servicebogen bringer en illustration af to knapper, jeg kan dreje



Franz Veisig, 1969, arbejder med HR og marketing. Barnefødt helsingoraner. I fritiden er han aktiv i Helsingør Floorball Team, entusiastisk fotograf og brænder endvidere for personlig og spirituel udvikling. Foto: Lars Johannessen

på for at komme længere ned ad vejen end til fødselsdag nr. 81, hvor urnen venter.

En klichee siger "du er hvad du spiser". Og som klicheer er flest, så rummer de en sandhed, omend det er en lidt nedslidt vending. Ud med kød og sukker. Ind med planter.

En anden klichee fra samme skuffe siger "du er hvad du tænker". Et lyst sind gør, at man møder verden med et smil og glimt i øjet, og ens krops celler. Ifølge dem, der er gode til at tælle, så tænker vi i snit 60.000 tanker om dagen. Lad dem være positive/konstruktive, for det smitter. Hvis man praktiserer disse to klicheer i den virkelige verden, så må livet da være brøløst med lykkesten.

Jeg har altid sat mål og nået dem. Erkendelsen er dog, at det faktisk er processen og relationerne undervejs, der har været den bedste oplevelse. Processen er ofte lang og uventet kringlet, men hvis jeg nyder den, så

er resultatet noget længerevarende end blot kort at stå alene på en alpetop.

**SERVICEBOGEN HAR ET** helt kapitel om DNA. Det er støbt i cement og afgør i betydelig grad, om jeg på trods af ændrede overbevisninger og adfærd vil få forlænget spilletid.

Men slutter min rejse som spået alligevel i 2050, så tænker jeg, at der har været så meget kvalitet i årene, og at kvantiteten ikke er vigtig. Hvad tænker du? Fang mig evt. på Facebook og lad os forlænge snakken.

Din deadline? Søg på Google: Experimentarium + aldersberegner. Ved indtastning af en række data får du "muligheden for at undersøge, hvor meget dine personlige forhold og din sundhedsadfærd betyder for levetiden sammenlignet med en gennemsnitlig levetid".

Carpe diem.