**Vírus – 4. fejezet – Már a tömeges fázisban vagyunk avagy laposodik a görbe,**

A harmadik hetet kezdtük itthon és már szinte egybefolynak a napok.

Őrizzük, a hétköznapok és hétvége egyensúlyát.

A rend a rendszer a mindennapi élet alapja, tehát most is így próbálunk

nap – mint nap tenni.

Igen , itthon vagyunk,de tesszük a dolgunkat, haladunk, megyünk előre.

Reggeli után dolgozunk ki-ki a maga kijelölt helyén verjük a billentyűket.

Utána ebéd tervezés bár már ez este elkezdődik,mit vegyek ki másnapra a mély

hűtőből.

Ebéd előtt és után – kapcsolattartási óra ,telefonok, e mailek, küldözgetés

jobbra meg balra. A jó szó ereje felértékelődik.

Az írott kommunikáció sok formáját űzöm,de a kimondott szó a beszélgetés

legalább annyira fontos, hogy halljam az ismerős, haver ,családtag hangját.

Még a fiatal generáció tagjai is,akiknek az online vénásan bekötött, jólesően

veszi ha hallja a nevetést , a jókedv ragadós.

Egyik nap írta valaki küldj valami pozitívat , hogy helyre álljon a lelki egyensúlyom. Megtettem és már jött is a smile – köszönöm.

Törődni egymással számomra ez életforma ,eddig is ezt tettem ,most még jobban érzem jelentőségét és örömet okoz számomra, ha valakinek szerezhetek

pár örömteli percet.

Egyre többen és többször foglalkozunk a kérdéssel, mi lesz utána,

és kezdődnek a mondatok ,

Ha majd vége lesz, ha majd kimehetünk akkor ,amikor akarunk és oda ahova

elterveztük.

Ez már az újratervezés szakasza, amikor gondolatainkat már a jövő foglalkoztatja.

Biztosan változunk az eltelt időszakban és a következő hónapok rendjét

befolyásolják az erősödő jellemvonások .

Önuralom ,türelem vagy éppen türelmetlenség a másik iránt , a gondoskodás jó érzése, az érzelem gazdagság és még sok más változás környezetünkben és saját magunkban.

Jöhet a mérleg készítés ,mit tanulunk az egészből ,hogyan álljunk vissza

a megváltozott rendszerbe és végezzük dolgunkat, ki-ki a maga területén.

A változás lényege, hogy a helyzet és mi sem maradunk és leszünk ugyanolyanok, mint azt megelőzően voltunk.

Eleve a közelmúlt , az alig egy hónappal történtek , az állandóság és kiszámíthatóság luxusa már távolinak tűnik,annyi minden történt azóta.

Milyen egyszerű is volt a helyzet egy hónappal ezelőtt, amikor terveztük

a következő programokat, foglaltuk a repülőjegyet és már a nyári szabadságot

is elkezdtük tervezni.

Ez már a múlt , nem érdemes rágódni rajta.

A mi lett volna ha , feleslegesen feltett kérdések, melyekre tudjuk a választ,

de nagyon bosszantó ,hogy akkor nem tudtuk és nem annak megfelelően tettünk.

Újratervezés:

* ki és milyen vagyok ?

az erre adott válasz , jelenti a valódi változást, mit tett velem a vírus

és az abból adódó helyzet ,anélkül / szerencsés esetben /,hogy a betegséget megkaptam volna,

* melyek a valóban fontos dolgok – érdemes listát készíteni ezekről és

priorizálni, rangsort felállítani ,hogy később is tudjuk,

* mit akarunk és csinálunk másképpen ,ami az okozati tényező a

vírus helyzet tanulságait illetően,

* újra felmerül , a munka és családi,privát élet egyensúlyának fontossága,

mivel a hosszabb otthonlét alatt jobban alámerültünk a családi életbe

és remélhetőleg rájöttünk, hogy ez a legfontosabb mindannyiunk életében,

* a kapcsolati háló átértékelése, érdek és személyes, haveri , baráti kapcsolatok,akikkel nem tartottuk a kapcsolatot ebben az időszakban,

nem részesei a jelenünknek,akkor hogyan lesznek részesei a jövőnknek?

* melyek a fontos kapcsolatok számunkra és a mobil telefon névjegyzék

listáját frissíthetjük azonnal,

* mit jelent az egzisztencia, az anyagi és erkölcsi , érzelmi biztonság,

mit jelent a pénz léte vagy hiánya, milyen forrásokra , egyéb munkára,

vállalkozásra szükségünk, hogy jól érezzük magunkat,

* a magyar ember a tettre készségéről , a helyzethez történő gyors alkalmazkodásról , a kreativitásról ismert, megfeleltünk ezeknek?

Mikor jön el ez az idő, amikor meg kell adnunk a válaszokatt , most még nem ismert.

Véleményem szerint -1 hónap múlva. Mindig optimista voltam most is az vagyok.

A karanténban eltöltött időszak embert próbáló.

Meddig bírjuk vagy kell bírnunk !

Az élet megadja a választ , de addig is fel kell készülnünk,hogy a rajt jól sikerüljön.

Mit lehet tenni, gondolkodni, tervezni majd ezt követően lépni és tenni az

új célok megvalósításáért.