



Sebastian Todsens tale om smil til Talefest Syd

Taler

Sebastian Todsens
Gymnasieelev

Dato

19. april 2023

Sted

Odense Hovedbibliotek

1 **En opskrift på glæde**

Hvad kan **jeg** gøre for andre?

5 Det er et spørgsmål som de fleste nok sjældent stopper op og stiller sig selv

men det er et helt vildt vigtig spørgsmål.

10

Det er vigtigt, ikke blot for andre,

men også for os selv.

15

Det **er** måske endda mere vigtigt for os selv, og vores glæde,

hvad vi kan gøre for andre.

20

Det er jo ingen hemmelighed at man bliver glad hvis man hjælper en gammel dame over vejen.

25

Ja, man føler sig næsten som en lille hverdags-helt

Men det kræver en aktiv indsats.

30

Det behøver ikke være adgangskravet til glæde, den aktive, bevidste indsats

Døren til glædens verden står også åben for dem der yder en passiv, ubevidst indsats.

35

Ja det lyder nok lidt kryptisk,

40 Men det jeg mener er,

At der ikke skal *meget* til at sprede meget glæde.

Selv noget så simpelt som et smil kan sprede uanede mængder af glæde.

45

Det er dog ikke noget tilfælde at vi bliver glade når andre smiler til os.

50 Det er nemlig sådan, at vi, inde i vores hjerne, har noget der hedder spejl-neuroner.

Disse har netop det formål som man kunne forestille sig.

55 De giver os lyst til at spejle det vi ser andre gøre.

"nå okay, men bare fordi vi smiler, betyder det jo ikke at vi er glade"

tænker i nok.

60

Men det er lige præcis sådan det fungerer

Det viser sig nemlig at noget simpelt som et smil,

65 om det er ægte eller bare overfladisk.

Udløser glædes hormonerne i vores hjerne.

70 ...

Jeg er normalt lidt skeptisk anlagt, men det her, har jeg intet problem i at acceptere.

75 At mennesket er designet.

...

Biologisk set.

80

...

Til at blive glad når det ser at andre er glade.

85 Kan vi ikke tage et lille øjeblik til at beundre det?

med den viden så er det jo klart at man tænker

90

Hvorfor smiler vi ikke.

95 **Hvorfor** gør vi ikke en så simpel ting

Når vi ved at det er for alles bedste befindende

100

Hvis vi træder et skridt tilbage,

og kigger på virkelighedens verden

105

Hvis vi ser bort fra tanken om spejlneuroner,

110 og glædeshormoner

som spredes lige uden videre.

Så ser vi lige pludselig at langt de fleste mennesker vi "*møder*" på gaden

115

Lige præcis ikke "*møder*" os

De opfanger vores tilstedeværelse.

120 Vi opfanger måske endda også deres

Men vi siger intet.

Vi gør intet

125

Vi manøvrerer bare uden om dem for at undgå et sammenstød

Fordi det ville jo betyde at en interaktion skulle finde sted mellem
vedkommende og os selv.

130

Hvorfor gør vi det?

135 Svaret er simpelt

Eller det vil jeg i hvert fald prøve at gøre det.

Og så det kommer endda fra en der ved hvad han snakker om

140

Og nej, desværre er det ikke mig selv jeg mener

Men rettere tyske sociolog, og filosof, Georg Simmel

145 Hans svar er nemlig at der er kommet flere af os

150 Ja faktisk er der kommet rigtig mange flere

Der er kommet tæt på 1 million flere danskere i de seneste 30 år

Det er en stigning på godt og væld 20%

155

Og samtidig er vi rykket sammen på mindre plads

Vi er Rykket fra landet til byen

160 Og rykket fra at være et meget socialt flokdyr

Til at være et meget asocialt flokdyr -

Som kun trives med vores nærmest bekendte

165

Vi har udviklet en aversion for fremmede mennesker

170 Vi har af en eller anden grund været nødt til at afgrænse vores kontakt med andre mennesker.

175 Simmel siger at det er en begrænsning af det menneskelige sind

At vi ikke kan håndtere at interagere med så mange indtryk

Jeg siger at det er noget værre vås

180

Vi behøver ikke stoppe op og snakke med hver og en vi møder på gaden

Alt der skal til er et smil.

185 (pause)

Jeg oplever selv at jeg kan møde flere hundrede mennesker på en travl dag.

190 Jeg arbejder dog også i en travl butik

så det kommer med territoriet

Men det er ikke min pointe

195

Min pointe er at når jeg siger hej, og farvel, og god dag

200 Til alle disse hundredvis af mennesker

Så gør jeg det med et smil på læben

Og det er ikke noget der kører mig træt,

205

Tværtimod så holder det mig kørende,

Det giver mig energi og viljestyrke til at fortsat yde en stor indsats

210 Og det er alt sammen fordi langt størstedelen af dem jeg *smiler til*

Smiler tilbage

215

Det simple faktum har reddet mig fra utallige dage

Hvor mit eneste arbejde var at stå og scanne varer i 7 timer

220

...

Det har givet mig energi

Det har givet mig glæde

230 Men mest af alt så har det givet mig håb

Håb for at vi kan blive en smilende befolkning

235

Derfor står jeg her

Ikke fordi jeg vil kræve noget af jer

240 Men fordi jeg håber at jeg kan inspirere jer til at danne en ny vane

...

Vanen af at smile til andre.

245

Vanen af at gøre andre glade

Og Vanen af at være glade,

250 Mit håb er af at i vil gå herfra

og udnytte smilets evne

255

Nemlig at sprede lys, glæde, og en følelse af hjemlighed

For hjemme er jo hvor smilet er,

260 Og vi fortjener alle at føle os hjemme

uanset hvor vi er.

265 **Kilde**
Tilsendt af taler

Kildetype
Digitalt manuskript

270 **Tags**
Politisk tale, Talefest

Relateret
Hans Van Schies tale om etnocentrisme til Talefest Midt
17. april 2023

275 **URI**
<https://www.dansketaler.dk/tale/sebastian-todsens-tale-til-talefest-syd>

280

285

290

295

300