

Publicerad 2018-08-25 00:51 av lodjuret/seglare

Mycket har jag utlämnat, eller rättare sagt, det står att läsa mellan raderna och du kommer förstå att hitta det just där. För du kommer då att tänka 'där utelämnades det och det' men eftersom du istället tänker det, så fanns det för dig att inse.

(Bras-klapp) Oefterfrågad text i repris

Något litet om kärlek 999 Så skapar du egen och andras 'husfrid' och möjliga 'lycka'.

Om du bor med andra eller annan så brukar det uppstå förväntningar och besvikelser som följd på dessa förväntningar.

Men istället för att gå omkring och bygga upp en massa förväntningar som andra sedan skall infria åt en...
...för det går åt mye engagemang till det... så kan man göra något annat istället.

Man kan sitta ned och komma överens om att sluta tjata och gnata.

Man kan ersätta förväntningarna med hjälpsamhet och omsorg istället.

Du skall veta att om jag ser att du inte har släckt efter dig, lampan, ljuset, teven, stereon... så kommer jag att göra det om du har glömt att göra det.

Jag kommer inte att påminna dig om det, inte skuldbelägga dig för det, jag kommer att lita på att du gör samma sak för mig.

För att det behöver göras och för att det är en akt av kärlek att bry sig och bry sig om.

Den som inte kan eller har korrekt kunskap kan få lära sig hur man gör.

Istället för att tjata om att sätta tillbaka locket på hans tandkrämstub kan du välja att göra det själv om du har behov av att det sitter på, annars kan du låta tuben vara.

Huset brinner inte ner för att en tub inte är åtgärdad.

Vill du ha den rätta mixen av disciplin och kärlek, lär andra samma recept på hur att hålla efter, efter varandra.

Man har valet att göra eller att låta andra göra.

Men för att viktiga saker för ordnings skull skall fungera så kan man vara mera självständig och låta andra vara det och göra saker på 'sitt sätt' och 'i sin takt'.

Du är bra på det du är bra på och de andra är bra på sina saker.

Ta ansvar för det du är bra på.

Erbjud din hjälp och be andra om hjälp när så behövs.

Stöd andra i att komma ihåg saker, men tjata inte.

Säg saker med normal och vänlig röst.

Att höja rösten gör bara andra oroliga och fyller dem med känslor av skuld samt av lust att undvika dig.

Berätta för andra att så här fylls huset med kärlek, trygghet och goda förhoppningar.

Istället för att göra huset till en krigszon.

Så här gör man när man diskar, lagar mat osv.

Om du lär dig av andra och lär ut till andra så slipper ni tappa ansiktet då ni inte kan hur man gör.

Istället för att slå split mellan dig och andra, så känslor av hopp, tillit och kärlek.

'Jag finns här för dig, jag är din skyddsängel och jag litar på att du finns här för mig, jag litar på att du bara vill mig väl'.

Så skapar du med andra en miljö att leva i, att trivas i och att skapa mera trivsel i.

Man behöver inte alltid skydda andra från 'lätta faror', man kan låta andra göra sina egna erfarenheter då maten kokar över eller av att ramla och slå sig litet grand och inte genast rusa fram och trösta.

På det viset får exempelvis barn en chans att bli mer självständiga.

Det är bara verkliga faror eller av bekvämlighet man behöver rädda en situation.

Istället för att pressa in massor av göranden under en given tidsram, då man skall göra annat som är förutbestämt, kan man göra bara det där förutbestämda, så slipper du stress.

Om du strukturerar dagen så passar du på att göra det där extra, bara om det finns tid och känslomässigt utrymme till det.

Se till att inte skapa tidsfällor där du stressar helt i onödan, ingen mår bra av onödig stress.

Om du är sådan att du blir kreativ av stress så får du ta hand om det själv, klistra inte på andra dina förväntningar om att de skall vara som du är, fungera som du gör, tycka och tänka som du gör, bara för att du gör det.

När man lär ut något till andra måste det finnas ett visst utrymme till självständigt tänkande och agerande. Så hjälper du andra att vara egna individer.

Om du gör och säger saker av kärlek, för att du bryr dig om.

Då kan du inte samtidigt höja rösten och säga 'du vet väl vad jag har sagt om det där'.

Rösten skall vara neutral om du vill få folk att lyssna.

Färgar du rösten av förväntningar, besvikelse, irritation eller aggression så skapar du skuld-känslor och irritation hos andra.

Det du ger får du i retur.

Skapa en trivsamt miljö mellan dig och andra så får du respekt och gillande i retur.

Att leva med någon som inte respekterar en är inte bra.

Man kan göra sig förtjänt av kärlek, vänskap, respekt.

Det går inte att tjata sig till eller muta sig till, försöka köpa det.

Om du känner att du lever i ett ojämlikt och ojuste förhållande, tänk på hur du är, tänker och agerar själv.

Gör du dig förtjänt av kärlek, vänskap och respekt?

Om du gör det och ändå får 'skit tillbaka' så lever du i fel slags relation och behöver justera det.

Hur du väljer att gå till väga är förstås din sak att ta ansvar för.

Du kan inte lägga det ansvaret på någon annans axlar.

För att få respekt måste du själv visa en annan detsamma.

Eller välja att gå din väg för andra att möta på samma villkor.

Man kan förstås ge andra en chans genom att berätta saker som

'När du säger saker på det där viset så sårar det den du talar till'

'När du lovar något och inte håller dina löften, då visar du inte respekt'

'Den som vill ha tillit och kärlek måste själv förstå att visa andra det'

Med mera i samma stil.

Lägg aldrig skulden för något på andra om ansvaret är ditt eget.

Allt du gör är under eget ansvar.

Du tar på dig uppgifter med eget ansvar.

Du gör saker för din egen skull, även om du tror att du gör det för andra.

Så fort du tänker sånt som 'det här skall jag göra för någon, då blir någon glad' då är det för att du vill känna dig tillfreds med att kunna glädja någon och då är det också för din skull i slutändan.

Om den du gör det för ändå inte blir 'tillfredställande glad' så ligger skulden hos dig själv, det är dina förväntningar och de möjliga besvikelserna är också dina egna och ingen annans.

Om du tar till vana att se på saker som att det du gör, tycker och tänker är ditt eget ansvar.

Så ger du dig själv chansen att inse hur ofruktbart det är att försöka lägga ansvaret för dina förväntningar på andra.

(Texten är från ungefär 2011)

Texten är utskriven från Poeter.se

Författaren lodjuret/seglare med Poeter.se id #4809 innehar upphovsrätten