

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 Blumensædt
Rolf Lund
Sascha Hirtsgaard
Thomas Horn
Ulrich Koch Borrits



En af de tunge drenge inden for filosofi, Peter Plys, er citeret for at sige "Du er modigere, end du tror, stærkere end du ser ud til, og klogere end du ved...". Hvor er det et stærkt statement at komme med fra en plysbjørn. Måske vi skal stå på Axeltorv og sige det i kor?

Klumme. Tal pænt (til dig selv) - og lidt om Pippi Langstrømpe

Franz Veisig

“ Hvis jeg talte til andre, som jeg taler til mig selv, så ville jeg ikke have nogen venner”.

Jeg hørte det på et kursus. Jeg var rystet. Ordene sidder fortsat fastklistret i min bevidsthed. Tænk, at nogen frivilligt vælger at gøre livet surt for sig selv. At skyde sig selv i foden. Jævnligt. Og ganske unødigt.

Det er superinteressant, hvilke OVERBEVISNINGER (undskyld jeg råber) man har, hvordan de er opstået, og hvad man kan gøre for, at de FREMMER livskvaliteten fremfor at nedbryde den.

Jeg har sat mine egne overbevisninger under lup den senere tid og tænker, at nogen måske kan få lidt inspiration til egen udvikling. Derfor denne klumme.

EN OVERBEVISNING ER noget, jeg fortæller mig selv. Det er en sandhed for mig. Om det også er en sandhed for andre er ikke vigtigt i denne sammenhæng. Hvis jeg virkelig er overbevist om, at "jeg er god nok", "har let ved at lære", "gøre en forskel for andre mennesker" eller lignende positive grundfilosofier, så er jeg næsten "programmeret" til succes.

Tro kan flytte bjerge. Tankens kraft er enorm. Jeg kan bygge mig selv op. Vågne hver morgen og beslutte, at i dag bliver rigtig god - blot fordi jeg ved/føler mig sikker på, at sådan bliver det. Og hvis det regner, så tænker jeg, at det er godt for jordbærrene.

Du har fanget pointen: STØTTENDE overbevisninger er et hit – og det modsatte er noget shit.

DET DYSTRE ALTER ego kaldes, ikke overraskende, HÆMMENDE overbevisninger. (Forestil dig, at du får kuldegysninger nu). De indtræffer, når man vælger at tro på fx "Jeg er ikke god nok", "jeg er dum/grim/indsæt selv en fornædelse" og "jeg fortjener ikke kærlighed" mv.

Tankevækkende nok er essensen af disse samlet i Janteloven, der starter med mavepusteren "Du skal ikke tro, at du er noget". Janteloven har dybe rødder i den danske muld, og den suger al næring ud af krop og sjæl. Men der er håb.

At blive BEVIDST om egne overbevisninger er første skridt i en frugtbar retning. Det er en spændende rejse at gå på opdagelse i eget sind. Observer dig selv fra helikopterperspektiv. Vær hudløs ærlig: Læg mærke til, når du udtrykker dig. Skriv eksempler ned. Godt og skidt. Stort og småt. Sort på hvidt.

JEG ER FALDET i gryden og har bemærket for mange hæmmende overbevisninger i den senere tid. Nu nedfælder jeg dem på skrift



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

og studerer dem. Finder de små solstrålehistorier på en regnvejrsdag og lader dem fylde uforholdsmæssigt meget.

Jeg minder mig selv om, hvad stærke profiler tænker og gør. Jeg læner mig fra tid til anden op af Pippi, som er citeret for at sige: "Det har jeg ikke prøvet før, så det er jeg sikker på jeg kan". Lidt jubelidiot har man da lov at være, tænker jeg, og lyver lidt for mig selv i en god sags tjeneste.

Med tiden så flækker min hæmmende overbevisning, og det er med ét logik for burhøns, at det er nemt at lære nyt. Og at det er OK at fejle indimellem - fordi jeg ser det som erfaring, og ikke som nederlag.

Jeg har en del præsentationer på mit arbejde, og pulsen banker hårdt, før jeg går på. Er det mon godt nok? Jeg husker da på min gamle ven Thor. Når han gik på scenen, så var det med en støttende overbevisning, der hed "det kommer til mig!". Og det gjorde det så. Og det gør det også for mig.

EN AF DE tunge drenge inden for filosofi, Peter

Plys, er citeret for at sige "Du er modigere, end du tror, stærkere end du ser ud til, og klogere end du ved...". Hvor er det et stærkt statement at komme med fra en plysbjørn. Måske vi skal stå på Axeltorv og sige det i kor? Eller sige det til os selv i toiletspejlet, indtil vi tror på det.

Fra vi kom ud af moders skød, er vi blevet bombarderet med indtryk og har valgt at tage mange af disse ind i hjertet. Nogle gode. Andre virkelig dårlige. Det, man giver næring, vokser - så med en ny bevidsthed og et par værktøjer ved hånden vil handling skabe forvandling.

Jeg er løbet tør for avisplads, men brænder for dette emne. Overvej at kommentere via mit Facebookslag omkring denne klumme, og så kan vi gøre minus til plus.

Lad os slutte på toppen: Om du er enig eller ikke, så drøvtyg lidt på dette fra Abraham Lincolns mund. Det kan fortsat lyse op og tænde håb den dag i dag: "De fleste mennesker er lige så lykkelige, som de beslutter sig til at være".