Når ordet tager magten

Jeg kan ikke med rod, sådan er det bare. Når det roder omkring mig, roder det i mine tanker. Jeg bliver stresset og kan ikke holde fokus. Når der er rod, kalder det på min opmærksomhed i stil med "ryd mig op nu", og jeg er udmattet allerede inden, jeg kommer igang. Desværre hører jeg ikke til dem, der får et kick af at organisere rod og få det hele til at se pænt ud. Jeg får et kick af, at der er ryddeligt omkring mig, at der er højt til loftet og at alt har sin plads (og ikke mindst befinder sig der).

Det er bare ord ...



For mange ord på papir eller skærm kan totalt invadere mig på samme måde som rod. Jeg er meget visuel, og det betyder, at jeg, for hvert ord jeg læser, laver indre billeder og illustrationer, der passer til ordene. Det er meget fornøjeligt, når jeg har tid og overskud til det, og når der ikke er for mange af dem - altså ordene.

Men for katten, hvor kan det stresse mig, på samme måde som rod, når ordene bare fortsætter i en uendelighed og nærmest vælter ud af papiret. Når de totalt overmander mig med sit budskab "læs og forstå mig nu - læs og forstå mig nu..." - en, to, tre og jeg bliver omgående bragt til tælling.

Alt er muligt

Nu er jeg jo Coach og Psykoterapeut og "burde" naturligvis begynde at undersøge, om det er sandt, at rodet og ordene er årsagen til både mit manglende fokus og rodet i mine tanker. Det at jeg giver noget udenfor skylden for mit indre kaos. Og hånden på hjertet - nej, det er det ikke. Det er kaoset indenfor, der får øje på rodet udenfor.

Når jeg har det godt og har overskud, ser jeg ikke rodet og lader mig ikke slå ud af for mange ord. Kan jeg ændre på min oplevelse af rod og ord, så jeg altid har det godt med det? Ja, det kan jeg godt. Spørgsmålet er nu bare om jeg har lyst til det? Og nej, det har jeg ikke. Det føles skønt af og til at have noget at give skylden, når livet ikke rigtigt flasker sig efter mit hoved.

Ha' en ryddelig dag, og ryd kun op i det, der betyder noget for dig.

(FlexBiz Partner)
Fleksiba Kommunikation

Danshøjvej 52 B, DK-2500 Valby

Copyright © Flexible Business Group, 2013-2026.
Kilde-URL: https://mail.nlpfocus.dk/blogs/nar-ordet-tager-magten