

Sommarambitioner och relationer

Sommar. Ledighet. Tid att koppla av och göra det vi har lust med. Möjlighet att ta god tid till saker som är viktiga för oss. En förutsättning för detta är ju att vi vet vad vi faktiskt tycker är verkligt viktigt.

Livskvalitetsundersökningar visar att "fungerande nära relationer" är bland de absolut viktigaste faktorerna för att uppleva livskvalitet. Och nu är årets för många mest relationsintensiva period äntligen här.

Jo visst, alla har inte ledigt och alla har inte några nära och kära. Var 5:e svensk har inte någon nära relation. Men för de som har (eller vill ha) det och som dessutom har ledigt, öppnar sommaren särskilda möjligheter.

Och jovisst, semestern kan också vara ansträngande för många relationer. Särskilt om den vanliga vardagen gör att vi är ovana att träffas så mycket. Och särskilt om våra ambitioner att hinna göra eller uppleva maximalt under semestern är så högt ställda, att vi inte hinner mötas på riktigt ens under ledigheten.

Och visst, bara för att vi ägnar mycket tid med varandra, behöver inte betyda att vi vårdar relationen.

Men vi kan välja att göra det. Genom att fokusera på att renovera en relation. Eller lämna in på service. Visst är det märkligt hur duktiga vi kan vara att se till att få en stämpel i bilens servicebok var 1000:e mil. Men när gjorde ni 1000-mila-service på er relation senast? Vi vill varmt rekommendera ett givande sommarnöje - sätt igång en RelationsVerkstad.

Men, kanske vill du hellre använda tid till att reflektera över hur vardagen kan ge högre livskvalitet? Dra då ihop några andra människor och kör igång en Sommar-Tidsverkstad istället.

I detta sommarnummer av TidsverkstadsTankar bjuder vi på några lånade skrivelser. På nästa sida kan du njuta av en kort tankeväckande text om tiden av serietecknaren Joakim Pirinen. Vi har hittat den i hans mycket annorlunda bok Den Svenska Apan.

Du inbjuds också att träna tankevärdor med hjälp av George Carlin och omvända-världen-visioner.

Reflektera och relatera mera.

Fredrik och Jörgen (som är pappaledig)

Omvänd livscykel?

Den amerikanske stå-upparen George Carlin kan väl närmast betraktas som en nutida Lenny Bruce, med allt vad det innebär av svidande samhällskritik och vidhängande förmåga att uppröra känsliga personer. I månadsmagasinet Ordfront har vi funnit följande översatta betraktelse av George Carlin:

"Det mest orättvisa med livet är hur det slutar. Alltså, livet är mycket tuftt. Det tar mycket tid. Och vad är slutresultatet? Döden. Ska det vara bonusen? Jag tycker att livscykeln är helt bakvänd. Man skulle börja med att dö, för att ha det gjort. Sen bor man på ålderdoms-hem. Man blir utsparkad när man är för ung, man får en guldklocka och börjar jobba. Man jobbar fyrtio år tills man är ung nog att gå i pension. Man tar droger, dricker sprit, festar om, man förbereder sig för högstadiet. Man går på mellanstadiet, man blir liten, man leker, helt ansvarslös, man blir en lite baby, man återvänder till livmodern, man flyter omkring sina sista nio månader.... och försvinner i en orgasm."



RelationsVerkstad i sommar?

Det kan gå till så här. Ni är två stycken. Ni bokar en "date" med varandra några gånger under sommaren - 2 helt ostörda timmar. Ni har en fråga att "arbeta" med. Ni tänker först båda två tyst på frågan i 15 minuter. Anteckna om ni vill. Sedan får en av er prata i 45 minuter - utan att bli avbruten, frågad, kommenterad eller värderad. Sedan pratar den andra lika länge med samma regler och utan att kommentera, värdera eller jämföra med det den andra sagt tidigare. Ni behöver inte komma överens om något efteråt eller lösa något problem. Tanken är att ni bara lyssnar på varandra. Det är centralt att ni bara pratar om vad "jag" känner, tänker, uppfattar. Om ni lyckas hålla snacket till detta och därmed undvika att söka "hål i osten" hos den andre, vågar vi garantera att er verkstad leder till ökad förståelse. När båda lyssnat, kan ni göra personliga åtaganden, dvs "det här är jag villig att göra för att förbättra vår relation". Tips till frågor ni kan använda de första tre gångerna:

Date nr 1: vad uppskattar jag hos dig och i vår relation?

Date nr 2: hur bidrar jag till att göra vår relation bättre resp. sämre?

Date nr 3: vad tycker jag är bra resp. dåligt i vår kommunikation?

Fjärde gången kan ni ju ägna till att hitta på frågor att använda resten av sommarens dates. Lycka till.

Citatet:

"Livet är en nära-döden-upplevelse"

George Carlin

Tiden och det omedvetna

Text av Joakim Pirinen, ur boken *Den Svenska Apan*

“Vid människans yta råder realtid, eller så nära realtid man kan komma, för när impulserna från ytan ger sig av inåt förändras tiden. Den saktar in och tjochnar. Man kan säga att varje människa är en plats där tiden ystar sig. Därmed blir den också näringsrikare.

Tiden saktar in utefter en skala ju djupare in i människan man kommer, som när ljuset hejdas när det tränger ner i ett djuphav. Här rör det sig alltså inte om hjärnans faktiska djup på maximala tjugo-tjugofem centimeter utan om en djupdimension som ligger hoppackad eller snarare hoprullad som en metafysisk orm. Längst in råder ingen tid alls. Där har inte en enda sekund gått. Detta är den singulära punkt som varje människa kan reduceras till. Där är man densamma som när man föddes.

Alla dessa tider på olika nivåer i människans inre kan naturligtvis aldrig jämkas samman. Istället blandas dom och löses upp som i en sorts bad, ett visköst bad. Man trycks in i sig själv, i sin egen tid, som i lera, när man åldras. Man känner sig tryggare i sig själv men är också oemottagligare. Som ung lever man alldeles vid ytan, sönderstucken av oändliga sinnesintryck, medan tiden släpar sig fram.

Men samtidigt är det inre omedvetna det som egentligen vet. Det omedvetna är avskuret från direktkontakten med yttervärlden, som är det enda det kan leva av, eftersom det är det enda som finns. All kontakt är förmedlad, selektiv. Sorteringen sker genom själva intjochnandet, alltså i själva hullet. Därför får det inbäddade omedvetna mycket mer tid för att dra slutsatser, det störs inte av myriader ovidkommande förnimmelser. Det inneslutna är det vettiga, det som borde få komma ut och låta sin överlägsna, intuitiva slutledningsförmåga verka direkt på världen, men det får det inte, för det är omöjligt på grund av dess logiska motsatsställning. Den inre människan är könlös och alldeles för stark som individ för att kunna leva i världen. Ingen människa får krängas ut och in på för att på så sätt frälsa världen. Världen kommer aldrig att klara sig. Det kloka förblir inspärrat i sitt vävnadsfångelse under regnbågsfärgade hinnor av hopblandad tid.”



”Och just när man tror att man har koll på tillvaron...”

Omvända-världen-visioner

Inspirerade av George Carlins omvända livscykel ställer vi oss frågan vad mer vi kan vända på?

Hur skulle det se ut om vi vände på pensionssystemet. Tänk om det istället kunde kallas ”expansionsystem”. Tänk om vi fick möjlighet att gå i ”expansion” sammanlagt 15 år mellan 30 och döden - när vi själva vill. Med kvarvarande möjlighet att spara allt till 65.

För de som arbetar skulle expansionsystemet innebära en lagstadgad rätt att ta 6 månaders time-out för expansion var 4:e år. Alla miljarder som idag används till A-kassa, försäkringskassa, arbetsmarknadsåtgärder, socialbidrag och studiebidrag läggs i samma kassa och införlivas i expansionsystemet och i fortsättningen heter det att ”jag är i expansion”, när vi behöver tillgång till systemet.

Vad ser vi mer i den omvända världens kristallkula? Skolverket inför livskunskap och hållbar utveckling som kärnämnen på alla nivåer. Socialstyrelsens nya direktiv är att underlätta för människor att utveckla sina sociala gemenskaper. Riksförsäkringsverket blir Friskförsäkringsverket med uppdrag att uppmuntra oss att ta en årlig time-out-vecka för reflektion över hur vi kan undvika de risker som en taskigt fungerande vardag kan föra med sig. Finansdepartementet omvandlas till

Finnasdepartementet med uppgift att stimulera medborgarnas närvaro i nuet. Konsumentverkets roll blir att öka vår medvetenhet om följderna med överkonsumtion – för den egna vardagen, andras livsvillkor och för miljön. Folkhälsoinstitutet blir Livskvalitetsinstitutet. I media möter vi nya hjältar - de som lyckas förena ett meningsfullt och engagerande arbete med tillräcklig tid till nära relationer, goda gemenskaper och laddning av sina egna batterier. Inom politiken kan vi märka nya mantran -nu är det växt och kvalitet som gäller istället för tillväxt och kvantitet.

Vaknade vi sen eller?

Föreningen Tidsverkstaden arbetar med aktiviteter, projekt och verktyg för medveten utveckling av livskvalitet. Föreningens syfte är att bidra till en mer mänsklig och hållbar samhällsutveckling. Läs mer på: www.tidsverkstaden.se

För gratis prenumeration på TidsverkstadsTankar, sänd mailadress till:

nyhetsbrev@tidsverkstaden.se

Genom samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan erbjuds samtalscirkeln ”SVs Tidsverkstad” på många orter runt om i Sverige. Intresseanmälan kan du göra genom att kontakta din lokala SV- avdelning eller på www.sv.se.

Föreningen Tidsverkstaden, Södra Larmgatan 6, 411 16 Göteborg

Telefon: 031-743 75 77, telefax 031-7113351

Fredrik Warberg, fredrik@tidsverkstaden.se

Jörgen Larsson, jorgen@tidsverkstaden.se

Till dig som gillar omvänd reklam: vi kan rekommendera ett besök på www.adbusters.org

Kalendarium

nu -18/8 Fören. Tidsverkstaden på lågvarv
3/9 SV Göteborg: Workshop, Livskvalitet
17/9 Varbergs Föreläsningsförening
26/9 SV Alingsås: föreläsning
9-11/10 Paddlande Tidsverkstad i Bohuslän
20-22/11 Kurs i att leda ArbetsTidsverkstad