HJÄLPA

Din roll som hjälpare är inte att göra saker för den du hjälper utan att VARA. Det handlar inte om att lära honom eller henne att ändra sitt sätt att agera, utan att lära dig att ändra dina reaktioner. När du byter ut dina attityder - negativt mot positivt, rädslamot tillit, förakt för vad han/hon gör mot respekt för den potential som han/hon har i sig. När du byter ut avvisande mot kärleksfull frigörelse, utan att försöka få honom eller henne att passa in i en modell eller bild. När du slutar med att förvänta dig att han/hon ska klara av eller inte klara av att nå dithän utan istället ger honom/henne möjlighet att bli sig själv, att utveckla det bästa inom sig, oavsett vilket detta bästa må vara. När du byter ut dominans mot uppmuntran, panik mot sinnesro, självcentrerade falskaförhoppningar mot gudscentrerad äkta förtröstan. När du byter ut förtvivlans uppror mot energi från din personliga omvälvning, styrning mot ledning och självrättfärdigande mot självinsikt – När du förändras på detta sätt, förändras världen runt dig och människorna i din värld till det bättre.

Självömkan blockerar konstruktiv handling. Ju mer vi vältrar oss i den, desto mer känner vi att svaret på våra problem ligger i att andra eller världen behöver förändras, inte vi. På så sätt blir vi hopplösa fall.

Utmattning blir följden när vi använder energi till att grubbla över och ångra det förflutna eller försöker hitta vägar att fly från en framtid som inte ens har kommit än. På samma sätt, om vi gör oss en bild av framtiden och ängsligt väntar och tvekar av rädsla över att den kommer eller inte kommer att förverkligas, då används all vår energi till detta och vi lämnas utan kraft att leva idag. Bry dig inte om andras framtida handlande.

Vänta dig inte heller att de blir bättre eller sämre med tiden, för med sådana förväntningar försöker du faktiskt att skapa. Det är guds jobb, inte ditt. När människan försöker skapa någon annans liv skapar hon bara monster. Bara kärlek kan skapa. Älska och släpp taget!

Kom ihåg att alla människor hela tiden förändras. När vi dömer dem, dömer vi utifrån vad vi tror om dem, utan att förstå att det finns mycket som vi inte vet och att de förändras hela tiden när de försöker, på gott och på ont, att klara av att leva. Ge andra erkännande, även om vi alla kämpar. Ge dem erkännande för att de försöker utvecklas, även om deras förändring inte syns, och framför allt, ge dem erkännande för alla de segrar de haft som vi inte vet något om. (Vi är alla från samma tygstycke, bara olika tillklippta.)

 Kom ihåg att du också alltid förändras och att du medvetet kan bestämma den förändringen, om du så vill. Dig själv KAN du förändra. Andra kan du bara älska.