

I huvudet på mig



**Några små, enkla och korta tankar noterade
vid dagars slut under 2019**

Något om detta

Den moderna tekniken, att skriva dagbok eller göra almanacksnoteringar i mobilen har ännu inte trängt in i mitt liv. Och jag undrar om det någonsin kommer att ske. Det är ändå en särskild glädje i att skriva med penna på papper. Så även fortsättningsvis ska jag ha en kalender med gott om skrivutrymme. Den bör ha svart eller blå pärm, bara ha en dag per sida och ligga tryggt till höger på köksbordet vid min plats

I denna noterar jag både vad som hänt och vad som komma skall. Så skedde även 2019. Vid slutet av varje dag plitade jag också ned en enkel liten extra fundering för dagen. Här har jag sammanställt några av dessa små dagsnotiser.

Håll till godo.

Några små tankar från dagar under 2019
Oddset för att jag ska spilla, välta ut, dabba mig vid ett middagsbord är skrämmande lågt.
Man kan titta utan att se något alls. Man kan se och då upptäcka även sådant man annars inte ser.
Det är viktigt att skriva även utan författarambitioner utan bara för njutningen och tillfredställelsen att nedteckna ord och meningar.
Att möta flickor som vill göra något mot hedersförtrycket känns både värmande och hoppingivande.
Ett rikt drömliv kanske berikar och bearbetar, men mardrömmar ger bara våt kudde och morgonhår som står åt alla håll.
Konsten att lyssna och lyssna rätt för att kunna ge råd är avgörande för att kunna ge något värdefullt.
Ångest är helt ofruktbart att må dåligt av eftersom det redan hända inte kan påverkas. Oro inför det framtida är av samma slag eftersom det inte är påverkbart för än i den stund det händer.
Utbildning är viktigt, men att finna, stärka och utveckla sin egen speciella talang är viktigare.

Lycka vid 70 är att vakna och sträcka ut en arm och känna att livskamraten finns där
Drömmar är inget annat än gammal pyttipanna av intryck och tankar och funderingar om framtiden
När något inte känns bra – undvik!
Livet vore tomt utan kärlek och fotboll
En bra morgonstart bjuder en utsikt genom ett fönster och en kopp kaffe i handen.
Snabba kast och velighet är störande. Att fyrkantigt hålla kvar vid det sagda och planerade likaså. Vad där då inte störande?
Slösa tid på trams och meningslösheter gör livet tomt och fattigt.
Ibland kan det vara rätt att säga, att man inte förstår – det motsatta kan vara sårande.
Njuta av det goda vid 70 eller avstå och snåla - vad är rätt? Och finns rätt och fel i detta.
Det är bättre med några få kloka inlägg än mångordigt tyckande.
Glädje kan också vara att hjälpa någon med bara en enkel förläsande mening som svar på rop i nöd.
Äckel är en känsla som kommer jag förnimmer inför allt USA-influerad skit
Rasrenhetsidealen inom hundvärlden har i sanning något gammalt och unket över sig.
Fotbollens fascination och unikum ligger i, att ett sämre lag kan besegra ett riktigt bra om än bara i en enda match.

Långsiktig mänsklig påverkan av miljön finns visst Släpp en droppe blod i Vättern och inget märks, men släpp flera och hela tiden i hundratals år och vattnet blir rött.
Underligt är att även strykning av kläder kan kännas som ren kontemplation.
Barnbarn så kära, är oss så nära, men ibland för mycket att bära.
Att älska sin kropp är svårt när den med tiden ger så lite kärlek tillbaka.
Gå på = framåt!, Gå på = härja och rya, Gå på = att bli lurad, Gå på = kosta, Gå på = att besöka något, Gå på= är att gå ovanpå något Inte lätt lära sig svenska även om man går på SFI
Tappad arbetslust återfås utan letande men med väntande.
Även vid 70+ är erotiken viktig och stor om än annorlunda mot förr.
Kärleken behöver livslångt försvar och förnyelse för att överleva
Allsvenskan är ett vårtecken som likt bofinkar kommer med ljusa toner och färgglada dräkter
Medvetenhet om de egna svagheter är också en styrka.
Går hela mänskligheten under? Ja det är mycket troligt, men inte imorgon utan någon annan morgon.
Ångra inte livet ut att du inte vågade göra det där du ville och drömde om.
När leksaker dräller överallt kommer en känsla smygande av att vara ockuperad av småfolk
Jag fylls varje år av tacksamhet över att Långfredagen numera känns lika kort som alla andra dagar.
Otålighet vid snickrande är önskan att jobbet ska vara klart innan det startat

Trogna vänner är som en fin gåva att vårda ömt.
Ibland blir något riktigt roligt när något blir helt fel.
När man lyssnar på något man hört många gånger förr hör man inget.
Tankar om döden synes meningslösa. Den kommer ju oavsett vad och hur du tänker.
Finessen med silvertape är en motsättning – både stark och svag samtidigt.
När en kreativ idé dyker upp – vidta åtgärd omedelbart för att förverkliga den vid bästa tillfället.
Behovet av laddning inför ett jobb växer med stigande ålder.
Den som är lillebror förblir detta även vid 100 år fyllda
Ibland mår jag pyton om man verkligen kan må som en jätteorm.
Lättnad efter ett utfört tungt uppdrag är som att släppa en länge buren potatissäck.
En "Hosta" är vacker i vår trädgård men skit i mina lungor.
Att bli vilsen som gammal och inte kunna eller vilja inse detta är nedbrytande både personligt och för omgivningen.
Att vara liten men ha talang för att passa ännu mindre barn är stort.
Att säga dåliga sanningar om och till barn är både sårande för barnet och förnedrande för den som talar.
En märklig glädje infinner sig när skatteåterbäringen kommer. Det är ju nämligen dina egna pengar.

Visdom är att hålla borta de mörka skuggorna i livet och istället alltid söka det ljusa.
Med de rätta kontakterna i rätt tid kan det mesta och bästa hända.
Ibland är den lilla stunden ändå den största.
Tendensen att skjuta upp till morgondagen verkar växa med åldrandet trots att det finns färre morgondagar kvar att skjuta uppå till
Skapande ger oftast ett inre lugn med hälsofrämjande betydelse.
Att ha någon nära med ett mångsidigt kunnande är också en njutning
Få saker slår upplevelsen av att se möjligheter i en trädstam.
Handboll är ett lagspel med tuffa tag, men utan ständigt gnäll och protester. I jämförelse med fotbollspelares infantila uppförande har handbollspelare ett vuxet beteende.
Även liten resa kan bli stort minne.
Lycka kan vara att se något speciellt i det enkla, knotiga och fula.
Eftertanke är bra men att tänka före är bättre.
Delta aldrig i kostsam aktivitet som du vare sig har lust till och föga utbyte av.
Att komma en timma för tidigt är onödigt, men att komma en timma för sent kan vara oförlåtligt.
Bad i saltvatten är en lisa men i sött är det en härlighet.
Goda vänner är de som det alltid känns rätt med oavsett om man träffas bara några gånger om året.
Även en kort väntan känns oändligt lång för det lilla barnet.

När en nära söker kontakt var alltid redo och tillmötesgående.
Även en semester tar slut och ibland är detta en lättnad.
Att bli avbruten i sitt kreativa skapande ger både ilska och frustration, tänk på det!
Även att bli gripen av en TV-serie, kan bli ett drogliknande beroende.
Om det är så, att tiden går fort när man har roligt bör man då välja det tråkiga för att få tiden att räcka till?
Att "vara ute och cykla" har en dubbelmening som kan sammanfalla i en.
Två timmar i biograf med skällande hundar kan bli för mycket även för en hundälskare.
God förberedelse är den nyckel som kan öppna alla dörrar.
Med stigande ålder krävs stigande fokus i alla sammanhang.
"Animal love" kan bli för mycket även för djuret.
De små och nära stunderna i en nära relation är ofta de största.
En tanke som fastnar är liksom klister nästan omöjlig att bli av med.
Besatthet kan vara både en stark drivkraft och en katastrofal tråkighet.
I ungdomens år finns inte kramp på kartan, men vänta bara, den hittar dig förr eller senare.
Att visa det man skapat är trevligt, men själva skapandet slår allt.
Ibland är även en dold agenda vidöppen.
Att offra sig för något bra är aldrig något offer.
Allt som inte förnyas och utvecklas går bakåt och dör till slut.

Lycka kan också vara att lösa ett tekniskt problem med enkla medel.
Ge allt för barnen, ta inte barndomen från någon,
Ibland undrar man hur lång tid man har kvar, men man vill inte veta svaret
Egen frukt kan kännas dubbelt fruktbar .
"Dager efter" är också en önskan om att det var "dagen före" gårdagen inträffade.
Att verkligen landa i sitt inre påverkar även det yttre.
En riktigt bra bok kan kännas som frisk luft från ett öppet sommarfönster.
När en morgon fylls av skön musik sjunger hjärtat.
Få hjälp med något av någon som inte kan något har sin egen komik.
Det kommer en punkt när det jobb man kan, gillar och tycker är viktigt ändå måste avslutas.
Samtal med en nioåring kan också kännas viktigt och tankeväckande.
Även en "degardag" kan ge styrka och kreativa tankar.
Det finns en knapp som heter "off" men som tyvärr används alltför sällan.
När en svår uppgift är klar faller en tung sten ur bröstet.
Tillfredställelse är att slutföra och inte skjuta upp.
Uppmuntran och beröm förstärker gott uppförande och är effektivare än bannor vid dito fel.
Även en dröm som går sönder kan ändå bli en levande dröm om förändring.

Tänk vad mycket man kan ha gjort även om man tycker att man inte gjort något alls.
När ett par slutat "skeda" har kärleken blivit trivial och grå.
De största stunderna är de som överraskar positivt.
Även karga landskap har sin speciella tjusning och mystiska spänning.
Är möjligen "Sarte - de Beauvoirs" förhållande århundradets bluffhistoria?
Det retar mig när Boye förminskas till en symbol för inre identitetskris och glöms bort som den politiska människa hon var.
Skapande under stark påverkan av knark och sprit är egentligen bara sorgligt och beklämmande oavsett resultatet.
Att slappa är också ett verb med aktivitet.
Ödsla aldrig tid på korkade personer – de suger bara energi.
Kaos är inte granne med gud, det har ingen granne alls.
Konst som bara har vacker yta och inte engagerar är alltid platt och egocentrerad.
En blank dag finns endast i det bristande minnet.
Tiden räcker inte till som farfar och hundägare. Är det en känsla eller planeringsmiss? Eller kanske bara frustration över att inte få vara i fred när jag vill och ha gemenskap när jag så önskar.
Ibland vill jag inte umgås. Småprata kan kännas obehagligt nära då det är bekanta som frågar en massa om vad jag gör och förväntar sig samma intresse från min sida. Då vill jag helst dra mig undan.
En slutläst god bok ger både saknad och tillfredställelse på samma gång

Den som skriver ur ett underifrån perspektiv öppnar portar till verkligheten för andra

Även en liten kökstund kan vara av de mest innerliga slagen

Åsikternas ständiga kappvändare förtjänar bara avsky och förakt

När en svensk TV-kanal under en och samma dag visar 12 USA-filmer på raken får jag kväljningar och vill bara spy

Om DU inte fanns skulle mer än halva jag dö och resten snabbt förtvina