



Florence Given

Du skylder ikke nogen at være smuk

232 sider

Politikens Forlag

En god bog til at fortælle, at man er altså god nok, måske endda mere end god nok, som man er, og at man intet har hverken at undskylde eller dukke nakken for. I særdeleshed ikke overfor mænd.

Missionen er at beskytte energierne i det feminine univers, at gøre op med patriarkatets narrativer og rette blikket mod afskyen for sexisme og kærligheden til sex.

Bogen indeholder desuden en masse, masse, overvejelser og situationer, mange af os befinder os i til hverdag, og som kan være med til at dunke os i hovedet og fratage os både energi og selvværd, hvis vi ikke passer på. *Jeg må lære, at det ikke er sundt at ødsle med min energi, imens jeg forsømmer mine egne behov i processen. Det er følelsesmæssigt udmattende, når folk bruger dig som kilde til deres egen oprejsning*

Med andre ord: Watch out og lad dem gå til terapeut.

Det er et rødt flag, hvis du føler en form for skyld eller måske oplever en form for straf fra en person, fordi du simpelthen siger "nej"... Disse mennesker er bad news, og du bør afslutte relationen, såsnart du kan.

Følg profiler der opfordrer til udvikling og giver dig lyst til at ville være den bedste udgave af dig selv.

Du fortjener at holde nogle ting for dig selv.

At gå på kompromis med eller tilpasse dele af dine holdninger, din identitet og personlighed, for at nogen skal synes godt om dig, er hverken sundt eller holdbart, og så er det helt ærligt også udmattende.

Kom over trangen til at please alle du møder.

Osv osv.

For nogle årtier siden kaldte man indholdet i bogen for at være assertiv. Idag er der skruet op for retorikken fra begge sider, så man risikerer at være verbalt meget direkte. At folk så kryber i

et musehul eller bliver såret, det skylder du ikke nogen undskyldning for. Det er ikke DIT problem. Det er VEDKOMMENDES. Du har ret til at være den, du er, med de værdier, du nu har som kvinde.

Javist, bogen er skrevet for og til kvinder, af en kvinde, men der er så meget guf at hente i den også for mænd, at man bliver helt rystet over, hvor enkelt tingene kan siges, og tak fordi det hele er sat så frygtløst og tilpas provokerende op, så man ikke kan undgå at tage stilling til sit liv, og hvor man måske trænger til at justere sin færden i relationer til sig selv og andre.

En aldeles glimrende udgivelse med bud til alle, og måske i særdeleshed til folk der hænger lidt i bremsen og har indset, at de er ofre for lidt passivt-aggressivitet fra andre mennesker.

Så er der fantastisk gode råd. I så fald kræver det, at man gør op med den flinke pige i sig selv. Hvilket kan være et overordentligt vigtigt skridt på vejen mod et tilfredsstillende liv.