



**Selv-seende;
selv-indvikling, selv-afvikling, selv-udvikling;
selv-viden**

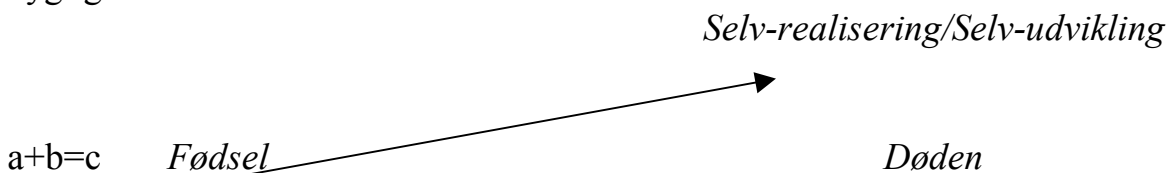
Er livet et problem, der skal løses, eller et mysterium, der opløses - gennem det levede liv i hverdagen? Skal vi være optagede af os selv, af hinanden, af livet og søge indflydelse? Eller er vores skæbne på forhånd

bestemt af større magter end os selv? Kan det være, at livet blot er en stor tilfældighed uden nogen større mening – og det bedste vil være at lade sig glide med af det, der hænder én og glemme sig selv, de andre og livets fordringer?

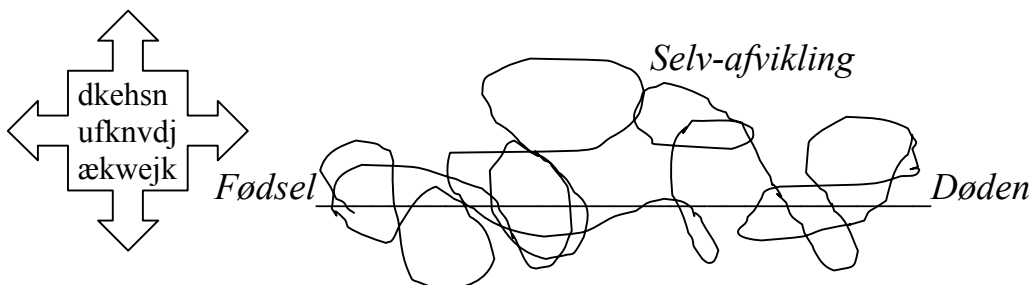
”ER LIVET LIVET VÆRD – på trods af al besvær?”, som en sangskriver så præcist har formuleret et spørgsmål!

Indenfor psykologiens teori diskussioner har man gennem en årrække været optaget at menneskets potentiale for selv-realiserings. Man kan have den antagelse, at mennesket fødes med et kerne-selv, en indre kerne af værdi, som blot venter på at blive foldet ud og vokse under de rette betingelser. Opsøger man disse og fjerner alle forhindringer for vækst, er mennesket i stand til at opfylde det ene formål, det dybest set er bestemt til på forhånd; Selv-realiserings og Selv-udvikling!

En sådan teori om mennesket forudsætter en lineær tankegang; at noget er bestemt på forhånd, at vi alle vil opnå det samme. Kender vi midlerne til målet, kan vi blot gøre mere af det samme og på den måde bruge vores erfaringer til at blive dygtigere og dygtigere til at udvikle os selv:



Eksistens Psykologiens perspektiv på mennesket kan sættes i relation til en cirkulær tankegang. Den søger ikke at værdisætte et særligt endemål for den menneskelivet eller forudsætte bestemte værdier vi alle stræber efter:



Det nærmeste vi kommer det, er holdningen om at acceptere bevægelse som et grundvilkår. Vi kan ikke vige uden om at uanset hvad vi siger og gør eller undlader at sige og gøre, så gør vi noget, så bevæger vi os i alle mulige retninger i livet; dårlige/gode, sande/falske, lyserøde/lyseblå; det er op til det enkelte menneske at vurdere og håndtere. Personlige *intentioner* og *værdier* kan både være med til at vi bliver ”knudemennesker”; spænder ben for os selv og bliver selv-indviklede, men kan også være med til at vise retningen for os selv og blive selv-udviklede.

I stedet for at tale om selv-realisering og selv-udvikling, kunne vi i også snakke om **selv-afvikling**, for det understreger bevægelsen og status-opgørelsen: Ethvert øjeblik i enhver situation er ny for ethvert menneske på et hvilket som helst tidspunkt i det levede liv. Og beslutningen, valget, holdningen, handlingen følger af øjnene, der ser!

Det kan indebære, at vi indimellem byder os selv oplevelser, hvor vi bliver for selv-optagne og på den måde selv-indviklede. Eller byder os selv oplevelser, hvor vi bliver for selv-forglemmende og på den måde spænder ben for og selv og vores eget liv.

Så er det fra en Eksistens Psykologisk betragtning netop værdifuldt både at kende sig selv på vejen over at blive optaget af sig selv, sin indflydelse, sine værdier og intentioner; hvad man vil og hvad det betyder noget for én. Men det kan blive for meget af det gode, hvis man vil kontrollere alt og kun ser én mulighed, én vej at gå. Og det er også værdifuldt at kende sig selv på vejen over at glemme sig selv, og hengive sig til dét der er, omstændighederne, de andres ønsker, troen på at noget vil vise sig. Men det kan blive for meget af det gode, hvis man undviger at ville forholde sig og tror man ikke på nogen måde over indflydelse på sig selv, på andre, på sine muligheder.

Så kan *dydsetikken* være en støtte til igen at af-vikle sig selv og blive selv-seende: ”Hvor er jeg, hvad ville jeg og hvor er jeg på vej hen – skulle det være der eller et andet sted?”. Ikke i forsøget på at udvikle sig selv – men i forsøget på at se sig selv og opnå mere viden om sig selv, en selv-viden frem for en fag-viden. Forskellen er, at jeg med en fag-viden tror jeg med de rette redskaber kan forudsige og opnå noget bestemt. Med en selv-viden forudsætter jeg ikke at kunne styre og kontrollere andre eller livet i det hele taget, men jeg kender mig selv i en sådan grad, at jeg nogenlunde ved hvad jeg kan finde på i mødet med verden og de andre. I hvert fald ved jeg, at jeg kan støtte mig selv i at se mig selv og bevæge mig på ny uanset hvem, hvad, hvor, hvornår og hvordan!

De understregede ord uddybes i andre tekster på siden