

Om å komme vår skadelige egoisme til livs

Med utgangspunkt i Ursula Nubers bok *Vår tids egoisme*

Når vi innser hvor viktig andre mennesker er for oss og omvendt, når vi begynner å tenke over hvordan vi forholder oss til menneskene rundt oss, da har vi tatt det første skrittet. For å kunne gå et skritt videre må vi kutte ut meningsløse, tidkrevende sysler og distansere oss fra mennesker som vi ikke er virkelig interessert i. Vi er alle så opptatt av tilsynelatende nødvendige, hverdagslige gjøremål, og vi tror at vi ikke har mer tid og energi til andre mennesker og ytterligere oppgaver.

Rent umiddelbart synes dette å være tilfelle: Fra morgen til kveld er tidsskjemaet vårt fylt til randen. Men hvem av oss er villige til å spørre seg selv om hvor meningsfylte og nødvendige de er, alle disse gjøremålene og sammenkomstene som vi fyller vår tid med? Hvem spør seg om de kontaktene man har med andre mennesker egentlig er noe man ønsker eller om det bare er gammel vane?

De fleste mennesker lever dag ut og dag inn med nøyaktig samme rytme, uten å spørre seg om mål og mening med sin gjøren og laten. De lar seg avspore av bagatellmessige krav fra periferer bekjentskaper og overser det som virkelig betyr noe for en - ens nære venner må ofte nøye seg med en kort telefonsamtale.

For å vinne tid må man først og fremst kutte ut slike gjøremål og redusere kontakten med slike mennesker som opererer som "tidstyver". Tidstyver er for eksempel overfladiske vennskap og bekjentskap, som ikke har noe til felles med virkelig vennskap. Tidstyver er også alle de forpliktelsene som verken er til nytte for en selv eller andre, men bare skjer av gammel vane. Man burde kanskje avslå en forfremmelse hvis det innebærer at man distanserer seg fra mennesker man er glad i? Man burde kanskje ikke fylle opp helgen med alskens avtaler, bare for å skape et image av det populære og aktive fritidsmennesket? Hvor mange timer hensleper vi foran TV-apparatet mens vi glør på et eller annet likegyldig, fordummende TV-program eller intetsigende "talkshow", som skal fungere som erstatning for virkelige samtaler med mennesker av kjøtt og blod?

Hvis vi setter oss ned og tenker alvorlig igjennom hva vi egentlig bruker tiden vår på, må vi nok erkjenne at en stor del av våre tilsynelatende så viktige gjøremål er fullstendig overflødige.

Å skaffe seg et pusterom i hverdagen er også forutsetningen for å bli glad i seg selv. For å kunne bli virkelig glad i oss selv, må vi forkaste alle idealforestillinger om hvordan vi gjerne ville ha vært - og konsentrere oss om det vi egentlig er. Istedenfor stadig å være opptatt av oss selv og forbedre oss selv, burde vi lære å akseptere oss selv mer slik som vi er.

"Den viktigste årsaken til all lidelse, er det egoistiske kravet om personlig lykke og suksess" skriver Dalai Lama.