

Meningen med livet?

Af Sexolog og parterapeut – Holger Abildgaard.

Hvad er meningen med livet?

Hvorfor er vi her og hvad er meningen med det hele?

Det er vel nok livets helt store spørgsmål, som der ikke kan gives et endegyldigt svar på.
Et spørgsmål du nok også en gang imellem har stillet dig selv?

Hvis der fandtes ét svar på det spørgsmål – "sandheden" – ville du så gerne vide det?

Hvornår har du sidst stillet dig selv det spørgsmål, eller vendt dette filosofiske spørgsmål over middag med familien?

Give livet mening.

Vi mennesker ønsker at tillægge livet en mening, vi ønsker og forsøger at forstå alt, for hvis tingene de ikke giver mening eller vi ikke kan forstå det, hvad gør det så godt for?
Oftest gør vi heller ikke ting, hvis de for os ikke giver mening.

Når vi tænker på at der måske ikke er en mening med livet, så ender vi med at blive frustreret. For er der slet ikke en mening med livet, så er det hele bare absurd, og den tanke er eo ipso næsten ikke til at bære.

Men det, at der ikke findes et egentligt svar på dette spørgsmål, er det sådan det skal være?

Refleksion?

Er meningen med livet, at vi "bare" skal reflektere over det?

Reflektere over os selv som mennesker?

Reflektere over vores værdier, måden vi lever på, lever vi som vi gerne vil?

Måden vi behandler vores medmennesker på?

Reflektere over hvem vi er og hvad vores identitet er?

Hvem er ikke nysgerrig på at forstå vores eksistens, det at vi er til i verden?

Er det "bare" at livet skal være nydelse mens vi er her?

Er meningen noget vi skaber igennem vores handlinger?

Er det at finde vores egen identitet?

Eller er det, at vi skal tillægge livet mening igennem de ting vi gør og, at vi har det godt med de valg vi foretager os?

Er meningen med livet kærlighed, for hvad er et liv uden kærlighed?

Meningen kan også være, at vi skal stifte familie og forplante os?

Måske er det, at vi selv har ansvaret for meningen med livet, at vi får hvert øjeblik til at føles meningsfuldt for os, meningsfuldt igennem de valg vi træffer, og at vi har det godt med det, at det giver mening for os?

Der er ingen universal sandhed, der er ingen opskrift på, at sådan skal det være, at det er dét, der er meningen med galskaben.

Måske er det netop derfor, at vi skal fortsætte med at stille os selv det spørgsmål og fortsat reflektere over det.

Måske har vi brug for dette spørgsmål engang imellem for at udvikle os, eller kigge på os selv engang imellem og spørge: " Det liv jeg lever, giver det mening for mig? Vil jeg fortryde den dag jeg skal herfra, eller gav det liv jeg levede mening?"

Prøv at tage dette spørgsmål op, næste gang du sidder til middag med familien eller mødes med vennerne. Det skal nok give grobund for en lang og interessant samtale, med nogle spændende refleksioner.

Da jeg påbegyndte at skrive om meningen med livet, var meningen ikke, at det skulle ende ud som en lille artikel.

Det var en lille refleksion, der startede på dagens tidlige morgengåtur kl. 04. Det tog mere og mere til, og da jeg kom hjem måtte jeg få mine tanker på papir, mens det stadig var frisk i min erindring.

Det nedskrevne har givet mig endnu mere at reflektere over, og jeg vil slutte af med en lille aforisme, der har givet mig grobund til at reflektere til at reflektere yderligere.

Min aforisme lyder således:

Livet ER meningen

Meningen ER livet

