Redaktör: Gun Berefelt 08-790 34 80
gun.berefelt@lakartidningen.se



Mänskligheten – en byggnad med många rum

En filosofisk betraktelse

Många samlar. Det finns de som samlar på frimärken, tändsticksaskar, tidtabeller. I USA fanns en man som samlade på snörstumpar. Han band ihop dem till ett gigantiskt klot i trädgården till allmän förundran.

De flesta samlar, men de flesta vet inte om att de samlar. Man samlar beröm till exempel. Man samlar goda dagar, perfekta semestrar och mycket annat. För att inte tala om jpg-bilder på dessa goda dagar och perfekta semestrar. En del samlar misstag och fel. Först och främst andras förstås. Men man kan också själv samla egna fel och brister. Egna brister kan vara intressanta. Man kan lämna ut dem till allmän åskådan och ruva på dem troget som en pingvin på sitt jätteägg. Mea culpa, mea culpa, mea maxima culpa!

Man kan leva tvärtom också – som om man aldrig gör några fel. Det finns personer med krav på absolut perfektion. Som om man kunde leva utan att göra fel! Man föds okunnig och hjälplös men oerhört självcentrerad. Frågan är i vilken grad man kan växa upp och lämna detta ångestskapande tillstånd av okunnighet, hjälplöshet och självcentrering bakom sig.

Det mesta som samlas är utan värde. Det är själva samlandet som betyder något, och ruvandet. Ruvandet är viktigt, det är en långsam, tankfylld njutning som förutsätter en ständig anhopning, skatten måste öka.

För egen del har jag samlat på begåvningar, alla slags begåvningar, från alla tider och länder. Från början var det en exklusiv skara – bara de allra mest begåvade. Med åren har samlandet blivit mer inklusivt. Jag upptäcker nya begåvningar oavbrutet. Det håller på att bli ett pantheon lika tättbefolkat som den hinduiska gudavärlden.

Man kan fråga sig varför man kommer på idén att samla på begåvningar. Det är trevligt att umgås med begåvningar – i fantasin, kanske man måste tillägga, för verkliga, levande, begåvade människor kan vara besvärliga, till och med obehagliga. Begåvning lockar fram saker hos en som man inte visste fanns. Hur det går till är inte lätt att säga. Det verkar som om umgänget med en begåvning frigör något hos en själv. Begåvningar har också den fantastiska förmågan, till skillnad från till exempel frimärken, att vara ett slags levande materia. Tvärs över tid och rum sträcker de ut sig och berör varandra på det mest oväntade sätt. Det är som om de har förmågan att bilda riktigt långa axon, nätverk av förbindelser utan respekt för tid eller rum – eller kulturmönster för den delen.

Ett exempel är Kapuscinski och Herodotos – ett samtal över ett svalg på 2 500 år bildades. Andra exempel är Mozarts revolutionerande möte med Bachs musik eller när Goethe oväntat stötte på Shakespeare eller när han mötte den persiska diktningen och som första person upptäckte världslitteraturen. Det finns en världslitteratur!

NIMIS
(latin = för mycket) är en skapelse byggd av drivved insamlad på stranden i Kullabergs naturreservat. Konstnären heter Lars Vilks. Hans syfte med verket är kampen för »den demokratiska processen för den lilla människan. Friheten att bygga något eget och unikt. Rätten att få uttrycka sig.«
Foto: Lars Vilks

Det är märkligt att man kan känna sig tilltalad av någon som inte längre finns. »Herodotos fångade mig från första början. Jag slog ofta upp hans bok, återvände till den, till dess form och innehåll, scenerna som finns skildrade, alla berättelserna, de oräkneliga utvikningarna. Gång på gång gjorde jag försöket att komma in i denna värld«, skriver Kapuscinski i »På resa med Herodotos«. »En gång i tiden hade han varit en verklig, levande person, sedan var han bortglömd i tvåtusen år, och efter alla århundraden blev han så levande på nytt, åtminstone för mig.«

Kanske är det inte märkligare än att man kan tilltalas av någon över huvud taget. Man kan fråga sig hur det egentligen går till.

Man skulle kunna kalla den mänskliga världen för ett multidimensionellt samtal, ett utbyte i det tysta, som pågår oavbrutet och som – om man tittar noga på saken – är själva den mänskliga kulturen. Varje gång man ser t ex en byggnad, ett föremål – till och med det mest alldagliga – uppstår denna kontakt, som verkar vara utan slut.

Den värld vi lever i är så präglad av människor att vi knappt kan se det. Tittar man noga på saken består all kultur, ja allt mänskligt – andligt, konstnärligt, materiellt – av resterna av världens alla begåvningar. Liksom Dovers vita klippor är resterna av myriader av varelsers skal är den mänskliga världen i sin otroliga och ofattbara mångfald de fallna sköldarna av myriader av människors begåvning. Den mänskliga världen är en sedimentering av de otaligas ansträngningar. I den ena änden sker en anhopning, tillväxt, förvandling, omstöpning och i den andra – alas! – grusar naturen sönder människans alla verk. Naturen, som vi inte förmår lämna ens för ett ögonblick, återför förr eller senare allt till det stora kretsloppet.

Människans alla ansträngningar är en tragisk kamp mot naturen. Vi hämtar allt ur naturen och till sist lämnar vi tillbaka det. Det finns ett mellanrum, en tunn spalt mellan naturen och naturen i den mänskliga ordningen. Den mänskliga ordningen kan bara upprätthållas med stoiska ansträngningar. Hur glädjefyllt arbete och skapande än kan vara kommer naturen i sistone att ta tillbaka allt.

Otaliga är de folk, städer och kulturer som funnits och försvunnit. För somliga finns minnet kvar, för andra endast namnet eller otydbara spår. Minnet av individer varar inte mer än tre generationer. Den som söker odödlighet kommer att göra det förgäves. Ändå är minnet den glipa av ljus som håller ihop den mänskliga vågen som rullar genom tiden.

Ryktbarhet kan vara länge. Rekordet har med 4 680 år. Hans lämnade efter sig den berömda trappstegspyramiden i Saqqara.

Mänskligheten är en fantastisk byggnad med så många rum att den omöjligen kan överblickas. Myriader av mänskor håller på med den, somliga river ner bitar, andra pusslar ihop, somliga har storslagna planer som bara blir prat, andra håller sig på sin kant och pysslar med någon liten detalj medan någon redan bygger ett helt nytt våningsplan. »It takes a lot of people to make a world.« I ena änden växer byggnaden, i den andra vittrar den sönder.

Den som är tillfreds med detta kan leva lycklig.

Lennart Brimstedt
överläkare, beroendekliniken, närsjukvården i östra Östergötland

Citatet

Per-Olof Åstrand:

»Den som tänker fortsätta med ett stillasittande leverne bör genomgå en läkarundersökning.«



PER-OLOF ÅSTRAND, professor emeritus i fysiologi, har genom åren inspirerat till fysisk aktivitet som en vardaglig angelägenhet.
Foto: GIH

Per-Olof Åstrand är en internationell idrottsfysiologisk legend, hedersledamot i lärda sällskap och hedersdoktor vid minst åtta universitet runt om i världen. Han utbildades vid GCI (senare GIH) i Stockholm, sedermera en av Karolinska institutets fysiologiinstutitioner.

P-O har alltid varit en briljant och utomordentligt underhållande föreläsare. Muskelfysiologi och syrgasomsättning har varit några av hans stora vetenskapliga intressen, samtidigt som han sökt uppmuntra till breddidrott och folkintresse för motion. Riksmarschen, som startade på 1940-talet, var ett av de första försöken att bredda intresset för allmän rörlighet.

Den stora fastemarsch som några entusiaster senare lanserade hade han dock föga till övers för. Han ansåg den ofysiologisk och hälsovådlig. Dessbättre avlöpte den väl. Åstrand ogillade den militära bestraffningsprincipen att låta slöa soldater få springa extra rundor med packning – ett givet sätt att avskräcka inför framtida möjligheter till fysisk ansträngning. Han har något uppgivet beskrivit sina svårigheter att motivera läkarkåren att ordinera motion – så sent som på 1970-talet menade ledande kardiologer att »man kan inte springa ifrån sin hjärtinfarkt«. Men sedan gick det allt bättre, man byggde motionsslingor enligt P-O:s modell och började »träna med TV«.

Helt lätt att sälja forskning kring fysisk aktivitet hade han inte. När man skulle börja träna skidåkare och P-O medförde en ergometercykel till lägret trodde många att Åstrand missförstått tävlingsformen och hamnat hos cykelförbundet. Att förklara cykelergometerns funktion var på 1950-talet ingen självklarhet.

Få minns idag att han 1963 uppträdde i Hylands Hörna i svart-vit TV och föreläste om hjärnans funktion genom att vissla och sjunga samtidigt samt sjunga kanon med sig själv – allt för att illustrera hjärnans struktur och simultana kapacitet.

Åstrand har varit en flitig debattör i alla tänkbara medier med ett konsistent hälsobudskap: Vi är byggda för att röra på oss. Otaliga är de läroböcker och reviewartiklar han medverkat i. Hans klassiska lärobok i arbetsfysiologi har översatts till ett flertal språk. Gör det nu, upprepar han! Det är aldrig för sent, menar han vidare och har visat att även 90-åringar är träningsbara.

Stephan Rössner
professor,
Karolinska Universitetssjukhuset Huddinge