

Frihet er helsens grunnstoff

Minerva 2008; nr. 2: 24-9

Kanskje handler frihet om makt, mot og mulighet til å bevege seg mot egne mål? I så fall er frihet livets eget vitamin.

Frihet er det mentale vitamin som styrker byggingen av ekte identitet. Betingelse nummer en for trivsel, trygghet, helse og en anelse lykke i livet er å få være seg selv. Du må være trygg på din egenart og bli godtatt som den du er, ikke den andre vil du skal være.

Frihet er det åndelige vitamin som styrker lekelysten og oppdagelsestrangen. Frihet stimulerer nysgjerrigheten, forandringslysten og mestringssevnen. Frihet gjør deg til en levende sjel på vandring. Frihet gir sjelen trening. Det har helsen godt av.

Frihet er det moralske vitamin som styrker ansvar og samvittighet. Dermed skaper frihet verdighet som også er en essensiell helseverdi. Menneskets verdighet bygges og rives av følelsene stolthet og skam. For å oppleve stolthet eller skam, må mennesket i noen grad ha fri vilje og frie valg.

Frihet er det sosiale vitamin som styrker motet til å møte Den andre. Frihet gir oss lyst til å gå på besøk i andre mennesker og andre guder. Frihet skaper fellesskap, det andre grunnstoffet helse blir til av.

Et vitamin er et stoff som er nødvendig for å leve. Friheten er et slikt stoff, framstilt slik av Nordahl Grieg:

Det fødes i oss en visshet:
frihet og liv er ett,
så enkelt, så uundværlig
som menneskets åndedrett

De autoritære maktenes forsvinningsnummer

Ja, men så er vi heldige og lykkelige i Norge, vil mange si, som er rike på olje og velferd og frihet. Vi trenger ikke noe Antiautoritært forum. Her kan vi da tenke og tale og leve og puste fritt! Mmmmja - kan vi det nok - vil jeg spørre? Eller lider vi kan hende av innbilt frihet? Jeg vil antyde at friheten og dermed helsen vår begrenses av seks gode fangevoktere:

- Helse
- Trygghet
- 0-visjonen
- Høyere, raskere, sterkere
- Bli som oss
- Det frie marked

Frihetens fiender i Norge i dag opererer ikke under navn som diktatur, sensur, fengsel og tortur. Et Archipelag Gulag, et Abu Ghrai er utenkelig i vårt land. Vi vil aldri godta Ayatollaer som styrer våre tanker. Vi vil ikke tåle et ærlig diktatur. Derfor må frihetens fiender ta på seg forsvinningsdrakt og derfor må vi være klarsynte for å se frihetstyvne i Norge. Vi må verken lide av blå eller rødgrønn stær. Vi må gjennomskue det Etienne de la Boétie (1) allerede på 1500-tallet kalte Den frivillige trelldom, nemlig at mennesket er villig til å bytte frihet mot goder som helse, trygghet og flinkhet. Og vi må lete etter hvem ”noen” er i Storinkvisitørens berømte antifrihetstale i Brødrene Karamasov (2). Her sier Storinkvisitøren til Kristus: ”Jeg sier Deg at mennesket har ingen pinligere bekymring enn den, å finne noen som det snarest mulig kan overgi frihetens gave til, som dette ulykkelige vesen fødes til verden med.” Hvem i Norge i 2008 er disse ”noen” som menneskene gir fra seg frihet til, med smil og takk?

De gode fengslene

Helse

Det postmoderne fengsel nr. 1 er helsen. Medisinen er i ferd med å gjøre Norge om til Det forhelsede land. Helsetjenesten vil oss alt for vel. Derfor tar den synd og fett og røyk og lyst og sykdom og pine, det vil si frihet fra oss. Medisinen fører oss inn i livsstilismen, et tvangspregget liv styrt mot ett

mål: Sen død. Totalitarisme er betegnelsen på politiske systemer som tilstreber total kontroll over samfunnet, familien og det personlige livet. I praksis er totalitarisme umulig å oppnå fordi det krever et urealistisk kontrollapparat. Men en strategi er å bygge styringen inn i det enkelte mennesket. Det vil si å gjøre borgeren til sin egen vokter og fange, frivillig, ja til og med begeistret programmert av den rådende ideologi. Er det i ferd med å skje Helsesamfunnet? Det foregår for tiden mye ensretting i helsens navn. Strengt forskere har designet Det sunne mennesket. Med grønn resept, skremsel og forbud skal de 4 752 228 særpregede enkeltmenneskene i dette landet tvangsinnlegges i Den norske helsetrøye. Da får mange gnagsår. Samfunnsmedisin arbeider med grupper. Derfor har den lett for å glemme at mennesket stemmer med Erik Erikssons sannhet: Man is a universe of one. Det er en farlig fristelse i folkehelsearbeidet å betrakte menneskene som kloner av hverandre. Mennesket er ikke et reagensrør hvor vi kan utøve sosialmedisin under standardiserte og kontrollerte betingelser. Mennesket er ganske ulydig. Heldigvis. Samfunnet er ikke et laboratorium hvor vi kan designe folkehelse under standardiserte og kontrollerte betingelser. Samfunnet er ganske rotet. Det er derfor vi trives der.

Helsedyrkingen, også kalt helsismen, tar frihet særlig grådig fra mennesker i lave sosiale lag. I stedet for beundring og respekt for alt de makter gitt vanskelige levekår, påføres mennesker skam og nedverdiggelse. Jeg tror Pål Gulbrandsen (3) har rett når han hevder: "En finurlig form for ydmykelse av de lavere lag av folket utføres av de som driver moderne helseopplysning Moderne anvendelse av massemedier i helseopplysningskampanjer har iallfall ett underliggende budskap de syke og fattige forstår: "Dere er ikke bare syke og fattige, dere er dumme også". Slik kan helsens opplysere gjøre selvbildet mørkere for folk."

Hva kan vi gjøre for å øke helsefriheten?

Vi må realitetsorientere helsebegrepet. Medisinen bekjenner seg til et glansbilde av helse som krever fravær av sykdom og risiko, nærvær av fullkommen funksjon og velvære. Denne gullstandarden bringer menneskene inn i 0-visjonens psykose (4). Helseidealet blir så blankt at alle får flekker. Livsstilskravene blir så høye at alle kommer til kort. Vi bør holde oss med et raust og ærlig helsebegrep som også rommer feil, sykdom og faenskap – for sånn er livet.

Den andre flukt fra tvangshelsen går gjennom vitenskapelig måtehold. Medisinen lider av en farlig overtro på seg selv og har smittet folk med sin stormannsgalskap. Hvis vitenskapen overselger muligheten til styring, endring og kontroll, bare du har vilje, - da produserer vi dårlig samvittighet og utilstrekkelighet. Mye av helseprogrammet er lagt i genene, i livmoren, i tidlige barne- og ungdomsår - samt i livets flaks og uflakslodd som Ståle Fredriksen (5) gjør rede for i sin doktoravhandling *Bad luck and the tragedy of modern medicine*.

Den siste helsefrihet vil vi få ved å flytte lys fra livsstil til levekår og skam fra mennesket til samfunnet. Det helsefremmende og forebyggende arbeid i Norge i dag er, slik det går fram av Folkehelsemeldingen (6), ensidig rettet inn mot individet. Den individuelle livsstilsmodellen er bekvem for makthaverne. Den flytter lyskasterne fra sosial urett til individuell svakhet, fra politisk skam til personlig skam. Livsstilsmodellen fungerer som en lynavleder for politiske trusler mot folkehelsen. I Norge nå er de største truslene mot folkehelsen det framvoksende Forskjellssamfunnet med nyfattigdom, prestasjonspresset og utryggheten i arbeidslivet samt en utbredt rasisme som er normalisert, ja nesten gjort til en dyd. Anerkjente forskere som Wilkinson (7,8) og Marmot (9) dokumenterer tungt at samfunn med likeverd skaper helse. Samfunn med sosial rettferdighet og etnisk respekt bygger helse. Samfunn med store inntektsforskjeller produserer sykdom. Samfunn preget av hard konkurranse og forrakt for svakhet legger helse øde.

Trygghet

Den andre fangevokter med et pent, borgerlig navn heter: Trygghet. Det postmoderne samfunnet ligner på Salme 727:

Vårt fangerom er murt av redslesteinar,
og fangeklede er vårt stengde eg

Vi er besatt av risiko og beskyttelse og villige til å bytte frihet med trygghet. Kafka sier: Det er ofte tryggere å være i lenker enn å være fri. Det er mange som tjener på å pushe adrenalin i det norske samfunnet. Medisinen tjener på å produsere risiko og selge beskyttelse. Mediene selger skrekk og gru. Nærbilde av gribber ved åtsel i fugleinfluensaens tid, zoom på en harmdirrende drøvel i Muhammedtegningenes tid, elektroniske E-coli monstre i de farlige kjøttkakers tid. Politiet og overvåkningspolitiet blir større og mektigere av frykt. Makthaverne befester seg i engstelige tider. Redde folk vil ha ro og orden. Redde folk er lydige folk.

Frykten tillater ikke det John Stuart Mill setter opp som samfunnets målsetning: Å legge til rette for at mennesket kan drive ”experiments in life”. Frykten påfører mennesket et uhyre frihetstap. Vi blir forsiktige, beregnende og innadvendte i stedet for modige, lekelystne og sosiale. Så sitter vi der til slutt innestengt i vår egen celle, uttrykt slik av Graham Greene (10) i *The Ministry of Fear*: It is impossible to go through life without trust, that is to be imprisoned in the worst cell of all: oneself.”

0-visjonen

Den neste onde hyrde som stjeler frihet er 0-visjonen, den utopiske mentalitet som krever null risiko, null feil, null svakhet – og 100 % perfeksjon (4). Vi er på vei inn i et utopisk prosjekt som vil gjøre menneskene til engler og jorden til himmel – her og nå. 0-visjonen tar fra oss frihet til å være ufullkomne mennesker. Det er farlig å prøve og lage himmel på jord og kreve at menneskene skal ligne på engler. De som er fjernest fra helseidealet, kroppsidealet og livsstilsidealet opplever avviket tyngst.

Høyere, raskere og sterkere

Tilbake til frihetens moderne fangevoktere. Den fjerde heter flinkhet eller olympisk sagt: Høyere, raskere og sterkere (11). Gro kalte den femte fangevokter ved sitt rette navn da hun ropte: Det er typisk norsk å være god! Gro, NHO, Kristin Clemet og co. tar fra oss frihet ved å påføre oss tvang til flinkhet. Flinkhetsraseriet forbyr oss å hvile med nok og være glade i oss selv som middels. Det er farlig for friheten og helsen å ville for mye. Folk i Norge vil for mye nå. Alle vil være nummer 1. Rangering er en av tidens

hysterier. Fødestuer, operasjonsstuer, barnehager, skoler, samleier, mennesker, ledere, opplevelse av bøker og wienerbrød, alt og alle skal ordnes i rekkefølge fra nr. 1 til nr. 47, fra seier til nederlag. For å være blant vinnerne må du fornye, perfektionere og effektivisere deg – hele tiden. Hvis vi lar oss innbille at vi kan yte maksimalt, være positive og kreative – hele tiden, oppstår overanstrengelse og utbrenning. De politiske elitene, ekspertsystemene og mediedramaturgene programmerer det moderne mennesket etter 10 nye bud:

- Ærgjerrighet
- Produktivitet
- Flinkhet
- Ryddighet
- Forsiktighet
- Lydighet
- Sikkerhet
- Renhet
- Viljestyrke
- Helse

Foran disse substantivene står det ikke ”passe” eller ”nok”, men ABSOLUTT.

Bli som oss!

Den neste autoritære ånd som romsterer i Det norske hus, visker og roper: Bli som oss! For å oppleve frihet og verdighet i vårt fellesskap, må du elske som oss, ha samme Gud som oss, tenke og være som oss. Dette er det alvorligste av alle frihetsran, fordi det stjeler selve jeget fra mennesket. På Værøy og Røst, mitt folkeuniversitet, har de i et Kirkeblad. Forleden år sto gjengitt et intervju presten hadde med de tre konfirmantene på Røst. Han spurte: Hva er viktigst for at du skal ha det godt i livet? De tre svarte i kor: Å bli sett og godtatt som meg. I Stavanger går nå gode borgere bort til drosjen, ser inn og spør sjåføren: Er du muslim? Hvis han svarer ja, er meldingen: Då vil eg ikkje kjøra med deg. Over vaflene på et sykehjem i Bergen foreslo en ellers snill, ung hjelpepleier: ”Jeg synes alle vi skal gi en månedslønn, så kan vi få sendt dem (innvandrerne) hjem.” Den unge Ali Mommhad, født i Norge, fikk jobb som telefonselger. De første dagene solgte han på bønn, men da han skiftet navn og presenterte seg som Vidar, gikk slagstallene til

topps. Den mest essensielle av frihetene er friheten til å få være seg selv, friheten til å bygge seg selv med sitt eget grunnstoff. Denne friheten prøver nå det mest autoritære av partier, Fremskrittspartiet, å ta fra hundretusener av mennesker i Norge. De har hvert fjerde borger med seg i dette angrepet på friheten. Den viktigste frigjøringsbevegelsen i Norge må rette seg mot Bli-som-oss-mentaliteten. I stedet for bør vi bygge Mangfoldsamfunnet. Vi bør framelske særpreg, ulikhet, variasjon i tro, væremåte, seksualitet, livsstil, kropp, evner og helse. Vi bør arbeide for et raust sosialt klima som ikke bare av plikt og dannelses tåler det fremmede, men som priser det merkverdige, tiltrekkes av variasjonsbredden og elsker mangfoldet. Det norske hus må holde seg med rom hvor hver enkelt blir sett og godtatt som seg, uansett Gud, uansett hud, uansett kjærlighet.

Det frie marked

Den siste fangevokter, Mammon, prøver å innbille oss at gull er livets øverste verdi og at markedet har frihet til salgs. For 2500 år siden sa Lao Tze, taoismens grunnlegger: Den som samler rikdom, har mye å miste. Ja, blant annet frihet.

Materialismen tar frihet fra oss ved å stjele tid og krefter. Vi bruker store deler av livet på å tjene penger, kjøpe og selge ting, dyrke ting, vedlikeholde ting, vokte ting. Materialismen beslaglegger så mye tid, oppmerksomhet og energi at friheten til å velge andre livsgoder blir illusorisk. Sjelefred, sans for stil og skjønnhet, lek, samvær med mennesker, guder, dyr og natur, sosial innsats, politisk engasjement kan bli ofret i dansen rundt gullkalven.

Høyrekreftene og den ”frie” markedsøkonomien har på underlig vis klart å kidnappe friheten. Dette ble morsomt belyst for noen år siden da Sosialistisk Venstreparti gjorde individuell frihet til en hovedsak i sitt nye prinsippprogram, hvoretter Høyre overveiet å klage til Patentstyret. At høyresiden så lenge har fått ha monopol på friheten, er gåtefullt, fordi det ustyrte markedet er frihetens farligste fiende. Konkurransøkonomien standardiserer det menneskelige prosjekt i retning av én bestemt rasjonalitet, én bestemt kompetanse, én bestemt væremåte, én bestemt prioritering av liv og tid, ett bestemt bilde å stille seg ut med. Reklamepress, motekultur og kjøpemani kan påføre menneskene kollektive uniformer som truer ekte identitet.

I stedet for å underlegge oss markedets slavementalitet, bør vi lytte til Aristoteles som sier: ”Bare den som eier seg selv, er fri.” For lenge siden hadde Høyre et interessant slagord: Selveierdemokratiet. Meningen var at folk skulle eie mest mulig selv av jordisk gods, gull, hus, aksjer osv. Kanskje burde Selveierdemokratiet gjenoppstå som politisk visjon, men nå i betydningen: Samfunnet må legge til rette for at hvert eneste menneske skal ha rett til å eie seg selv. Selvrealisering har med personlig mot og individuelle evner å gjøre. Men muligheten for selvrealisering bestemmes i høy grad av samfunnets rammebetingelser. Muligheten for å utvikle seg selv, kommer an på maktfordelingen og verdisetningen i det norske samfunn.

Solidarisk frihet

Dette forsvar for frihet er også et rop om fellesskap. Frihet må være for alle. Det får vi bare til i et raust, rettferdig samfunn. I Framtids-Norge må vi ikke gjøre frihet og fellesskap til fiender. Tvert om må vi besynge friheten som den høyeste verdi og argumentere for at nettopp denne mest grunnleggende av alle menneskelige verdier, bør alle få nyte godt av. Derfor må friheten deles. Derfor må friheten koples til sine moralske slektninger: Rettferdighet og likeverd. Marcel Proust sier i På sporet av den tapte tid: “The question is not as for Hamlet to be or not to be, but to belong or not to belong.” Intet menneske er en øy. Friheten finnes ikke på en øy, løsrevet fra det sosiale fastlandet. Her er vår felles politiske utfordring: Å bygge Velferdsstaten videre slik at hver enkelt av de 4 752 228 enkeltmenneskene i dette landet får et verdig utviklingsrom, sitt eget frihetsrom. Utfordringen blir å ekspandere solidariteten dit hen at vi lover hverandre: Også den høyeste menneskelige verdi, friheten i betydningen muligheten til selvrealisering, skal vi dele på i et rettferdig fellesskap.

Litteratur

1. de La Boétie E. Om den frivillige trelldom. Oslo: Aschehoug, 1984.
2. Dostojevskij F. Brødrene Karamasov I. Oslo: Gyldendal, 1976: 278-80.

3. Gulbrandsen P. Skjult medisinsk makt i samfunnet. I: Fugelli P, Stang G, Wilmar B. red. Makt og medisin. Oslo: Makt- og demokratiutredningen. 2003: 118-32.
4. Fugelli P. 0-visjonen. Essays om helse og frihet. Oslo: Universitetsforlaget, 2003.
5. Fredriksen S. Bad luck and the tragedy of modern medicine. Oslo: Faculty of Medicine, University of Oslo, 2005.
6. St. meld. nr. 16 (2002-2003) Resept for et sunnere Norge. Folkehelsemeldingen.
7. Wilkinson RG. Unhealthy societies. The afflictions of inequality. London: Routledge, 1996.
8. Wilkinson RG. The impact of inequality. How to make sick societies healthier. London: Routledge, 2005.
9. Marmot M. The status syndrome: how social standing affects our health and longevity. New York: Times Books, 2004.
10. Greene G. The Ministry of Fear. London: Heinemann, 1973.
11. Fugelli P. Rød resept. Essays om perfeksjon, prestasjon og helse. Universitetsforlaget, 2005.