

Ur framtidens historiebok

En artikel om den moderna människans jakt på lycka och det slaveri det medförde

Det fanns en tid då människan ansåg att utsmyckningar av olika slag gjorde henne vacker och attraktiv. Med kläder av speciella märken inte bara värmdes och skyldes eller framhävdes hon sin kropp utan erhöll framförallt en viss status och bedömning från sina medmänniskor. Med kosmetika av olika slag, kroppskrämer; make-up; parfymer; hårprodukter, smyckade hon sig, både på kroppen och i ansiktet, antingen för att dölja sådant som på den tiden ansågs som skavanker och misspyrdnader eller för att framhäva vissa kroppsdelar framför andra i villfarelsen att dessa gjorde hennes marknadsandelar gentemot omvärlden mer värdefulla. Antingen gjorde man detta i försök att locka till sig det motsatta könet eller för att helt enkelt imponera på sin omgivning, oavsett kön.

Människan ville föga utmärka sig som misslyckad eller ful eller bli bedömd för att vara på något sätt missanpassad till det övriga samhället. Man inrättade olika former av träningslokaler dit människor vandrade i massor för att forma vad man på den tiden ansåg vara en hälsosam, stark och välmående kropp i strävan att på ett visst sätt efterlikna djurriket där den största och starkaste hannen erövrar den ståtligaste honan. Utseendet var mycket viktigt. Man tränade sin fysik likt professionella idrottsutövare och förde en outtalad men likväl pågående inbördes tävlan om vem som gjort vad och hur mycket i diverse träningsformer. Denna tävlan om att vara den som lyckades bäst eller gjorde mest, denna ständiga strävan om att försöka uppnå en form av ett för den tiden skapat ideal vars inriktning nästan uteslutande hade med människans utseende och yttre attribut att göra blev som ett slaveri! Tv-reklam och tidningsmagasin, kroppsideal och modeller, inredningsmagasin och försäljning – allt utgick från att människan inte var lycklig eller att hon inte skulle duga som hon var och allt inriktades därför mot hennes dåliga samvete att inte räcka till och att alltid ha för lite. Människan slukade detta och livets strävan blev att på alla sätt och vis och till vilket pris som helst försöka skaffa sig den perfekta kroppen, det vackraste utseendet, det senaste modet, det mest moderna hemmet och den nyaste tekniken. Livet blev en tävlan där ingen direkt uttalades som vinnare men den inbillade eller faktiska beundran från övriga medmänniskor räckte för henne gott och väl. Ett tag. Tills begäret efter mer beundran tog över och hon tvingade sig själv till ytterligare prestationer för att åter tillfälligt stilla begäret.

Man förvärvsarbetade ofta långa dagar, inte bara för att ha mat för dagen och kunna betala sina viktigaste räkningar, inte för att man brann för sitt yrke och fann det meningsfullt på något sätt utan mer för att på sin fritid kunna ägna sig åt sådant som ansågs som nödvändigheter för att leva ett lyckligt och meningsfullt liv. Sådana aktiviteter kunde bestå i att man samlades på så kallade uteställen och intog diverse berusningsdrycker och inför dessa träffar smyckade man sina kroppar lite extra, ty utseendet var mycket viktigt.

Berusningsdryckerna fyllde i sig en slags funktion i det att människan kunde släppa loss och slappna av. Man varvade ner och slapp för en stund ifrån vardagens stress och press – för att vara sig själv för en stund. Andra sådana tillfälliga rus kunde utspela sig på sociala medier där det gällde att dela med sig av vad man företog sig på dagarna, i tron att man visade upp sin duglighet och sin popularitet, och för det få så många beundrare som möjligt. Nyfikenheten för andras framgångar, olyckor och enkla vardagsliv var stor och den omedvetna drivkraften var ”Se mig, hör mig, bekräfta mig, beundra mig och jag gör detsamma för dig”.

Människan kunde sägas leva sitt liv genom ett antal olika slags masker genom att söka sin inre trygghet genom makt och beundran eller genom pengar. Hon försökte desperat att känna sig bättre än andra, eller åtminstone lika bra som andra, genom att stoltsera med sin sociala ställning, sin bildning, sin hudfärg, sin pengarikedom, sin kropps utseende som kallades skönhetsideal, sin identifiering med en manlig eller kvinnlig roll osv. Hon smyckade sin kropp med förutbestämt godkända kläder och idel skönhetsartiklar medan hon för andra dolde sina innersta tankar och många av sina goda egenskaper och handlingar. Människan framhävde sitt liv genom trendig inredning, dyra vanor, karriärsklättrande och fina bilar och omgav sig med vackra saker och kostsamma prylar medan hon dolde sin egen inneboende skönhet och sitt eget innersta väsen i fruktan för att avslöja vem hon egentligen var. Kropparna trimmades med allsköns trendiga träningsformer, vilka ständigt växlade, i jakten på den uppskattade och belönade kroppen så att hon skulle passa in. Det naturliga hade blivit fult och det normala gjorts till onormalt där det konstlade och tillgjorda istället blivit norm och ett rättesnöre som spelade an på känslan av inte duga. Fruktan för att inte passa in och rädslan för att bli bedömd av andra höll henne i ett järngrepp.

Materiella ting och kroppens utseende tog mycken plats i människornas liv och man ägnade föga eller ingen tid alls på att lära känna varandra på djupet. Att lära känna varandras innersta önskningar och drömmar eller vilka mål och vilken mening man hade med livet existerade knappt. Längtan efter snabb tillfredsställelse var alltför stark. Man kände enbart varandras yttre skal och man såg bara vilka attribut en människa omgav sig med. Och utefter det blev hon bedömd och kategoriserad. Men man kände henne aldrig på riktigt. Man kände knappt sig själv för man vågade ofta inte närma sig sådana tankar med rädsla för att missa det senaste och därmed hamna utanför.

Man levde i en pressad tid. Kraven var höga både från samhället i form av tidsekonomiska ramar, vilka ställde höga krav på människorna att prestera och leverera inte bara i snäva tidsramar utan också ekonomiskt, och inifrån människorna själva i form av att leva upp till samhällets och omgivningens krav. Det gällde att vara lönsam annars byttes man ut mot någon annan. Tidsandan präglades av prestation och lönsamhet, av effektivitet och produktion, både på individnivå och på samhällelig nivå. Man levde i en pressad tid som skapade en aldrig sinande stress och även om de yttre kraven var höga så utgjorde de egna inre kraven den värsta faran. De egna inre, mestadels inbillade föreställningarna om att leva upp till dessa krav som man trodde förväntades av omgivningen, samhället och tidsandan

skapade en människa som liknades vid en slav. Många genomlevde jordelivet helt oanandes om detta, oreflekterandes liksom svalde de betet och följde strömmen utan egen eftertanke. Några få hade vaknat till och kände sig fast ty det är inte förrän man inser sin bundenhet till saker och ting som man märker att man icke är fri.

Det inre tillståndet är det mest avgörande och det som mest kan hålla en människa fången i vardagen, ty det inre tillståndet anger hur en människa hanterar yttre omständigheter. Om det inre inte finner meningsfullhet, om det i det inre icke råder frid och lugn, om det inre ständigt söker efter tillfredställelse i det yttre så blir människan slav under detta yttre. Det var denna brist på inre frid och meningsfullhet som människan försökte dölja genom sina masker och genom att spela olika slags roller med och inför varandra.

Men många människor kände ofta en tomhet inom sig. En tomhet man försökte fylla med än mer av vad det yttre livet hade att erbjuda och föga visste de att det vackra, det fridfulla och det sköna som de sökte sprang ur ädla egenskaper och goda relationer och att allt detta redan fanns inom dem. Helt skilt från hur de såg ut, vad de jobbade med eller vilka kläder de bar. Den bristande tillit de hade till sig själva och till livet gick ut över dem själva. Så levde människan i 2000-talets början.

Man hade kanske hört men aldrig förstått eller insett innebörden av uttrycket "Skönheten kan försvaras endast om skönheten är kronan på det goda och det visa". Det goda var för 2000-talets människa det som var förknippat med det goda livet, inbegripande att man lever bara en gång så det är bäst att ta för sig, skaffa sig så mycket som möjligt, bräcka varandra, visa vad man går för, konsumera mera och njuta av livets rus. Att vara vis i sitt yrke, vilket betydde kunnande, erfarenhet och skicklighet – i både tanke och handling inom sitt gebit, var dock vanligt förekommande, men att vishet i allra högsta grad även gällde livet självt var det få som insåg.

Att vara fri från fruktan är den sanna friheten. Allt annat är slaveri. Fri från fruktan att göra bort sig; fri från fruktan att misslyckas grundad på insikten att misslyckande inte existerar utan enbart är konstruerad utifrån människan själv som en känslans värdering på bra eller dålig och som har en hämmande effekt inför nya försök – utan att misslyckande egentligen skall ses som en måttstock för att få veta vad som fattas henne för att uppnå det hon vill, ett slags positioneringsverktyg som rätt använt med tankens enorma kraft är berikande därför att erfarenheten lär dig vad som behöver förbättras och förändras då en liknande situation uppstår igen; fri från rädslan att inte bli omtyckt för den du är för utan denna frihet lägger du i andras händer möjligheten att höja dig eller sänka dig helt efter deras eget godtycke; fri från rädslan att inte få vara med där du istället kan uppleva glädjen i att kunna stå utanför utan att känna dig isolerad eller separerad från omgivningen och samtidigt vara delaktig i den; fri från rädsla för döden ty du vet att döden i sig är en befrielse och därför inget ont och du vet att du levat många gånger förr och kommer att göra igen; fri från fruktan över att inte kunna och inte veta eftersom livet erbjuder dig ett dignande smörgåsbord av erfarenheter att lära av och din vetgirighet att ständigt lära nytt, upptäcka nya områden och försöka igen

ger dig större kunskap och insikt som i sin tur leder till ökad vetgirighet och upptäckarlust; fri från rädslan att inte kunna avstå sådant du inbillar dig att du måste ha eller måste göra eftersom du är inte beroende av något eller någon – du behöver inte framvisa dig själv, inte stoltsera med vad du gjort eller skaffat dig, du är inte bunden till andras omdömen om dig, du behöver vare sig makt, ära eller rikedom för ett rikt liv eftersom det meningsfulla i livet inte kan anskaffas utom dig utan ligger inom dig. Allt detta uttrycker sig i den sanna glädjen över livet!

Om människan på denna tid tidigare insett det falska och det förgängliga i att lägga lyckan i händerna på yttre attribut hade hon tidigare funnit något som vore långt mycket större än pengar, godtycklig skönhet och beundran.

Man skulle ha kunnat förhindra mycket onödigt lidande genom att istället närma sig den sanna glädjen över livet genom att rikta mer av sin uppmärksamhet på tingen inom sig och varandra och inte enbart på de för ögat synbara tingen utom sig. Man hade långt tidigare kunnat upptäcka den sanna glädjen som trots allt ligger i allt livs ständiga utveckling och egna erfarenheter och sett motsägelsen i att lägga lyckan och glädjen i händerna på andras godtycklighet.

Genom detta omriktande av uppmärksamhet skulle man ha förstått att livets mening är att finna sin egen väg, inte att följa någon annans eller att genom efterapning och härmning försöka vara något man inte är eller att ständigt skifta den ytliga kostymen för att följa det som för tiden anses inne och trendigt. Man skulle snabbare närmast sig insikten om självtillitens fasta grundpelare varpå den egna vägen börjar och med vilken man har rätten att både misslyckas och lyckas, rätten att göra fel och att missuppfatta, rätten att vara enkel och okonstlad, rätten att vara spontan och med rätt att ha friheten att själv avgöra vad som är gott och rätt för människan själv och att detta leder till den inre trygghet som man så hett sökte och som stadigt vilar på denna insikt.

Senare, långt senare skulle människorna inse att det vackra, det sanna och det goda är att hysa omtanke om sina medmänniskor och då inte bara för dem som man själv valt ut utan omtanken sträcker sig till vem som än behöver det, oavsett färg eller klädnad. Att det vackra syns i viljan att bistå, i viljan att kunna dö för sin medmänniskas rättighet till åsiktsfrihet för öppenhet och ömsesidig förståelse av varandras olika sätt att tänka och resonera, även om man inte delar hennes åsikt. Det vackra finns i varje människa men är inte beroende av hennes kläder eller hennes utseende. Du är vacker i dina handlingar av godhet och det sanna och äkta hos dig ser att var och en har sin egen självklara skönhet och även sina begränsningar men att livskvaliteten ligger i det inre, i strävan att övervinna sina begränsningar, i att utmana sina rädslor, i arbetet med att utmönstra det falska och förvanskade till något mer livsdugligt och sant. Något mer äkta. Skönheten ser du i varje livs strävan efter fulländning, i målmedvetenhet att aldrig ge upp trots otalet så kallade misslyckade försök, i ödmjukhet till livet, i generositet människor emellan, i kärleksfullhet till

allt och alla oavsett social ställning eller ekonomisk status, i pålitlighet över att göra vad man lovat och ställa upp när det behövs, i tillit till det egna och till livet.

Om ledorden Våga livet! Vilja utmana! Vet dig själv! tidigare gjort sig gällande för människan skulle mycket vara vunnet för henne. Hon skulle kunna leva livet utan känsla av tvång och förbud, utan fruktan och rädsla och med en större vetskap om vem hon egentligen är. Men inget av detta kommer till människan per automatik. Hon måste själv se och genomskåda de falska livsvärden under vilka hon hålls fången och hon måste själv göra arbetet med att frigöra sig därifrån. Hjälpen kan hon få bara hon vill det ty det finns dem som redan insett och lämnat, som gått före och vet vilken slumrande potential som finns inom människan men arbetet måste hon som sagt göra själv och när hon gör så blir livet så mycket annorlunda och så mycket mer meningsfullt och glädjerikt att leva, både för henne själv och för dem som hon omger sig med. Detta är livets sanna strävan och borde så ha varit även för människan på 2000-talet.

/Cecilia Gustafsson
Fysioterapeut, proVISTA
2016-03-19