

Går vägen till lycka genom magen?

När vi på Ikaros tar oss an maten och hälsan så är vi medvetna om temats komplexitet, och om att vi enbart kommer att skrapa på dess yta. Vad annat kunde ett nummer om mat och hälsa bli, än ett penseldrag i en otroligt detaljrik bild?

Vi är också medvetna om att vissa av de frågor temat väcker är viktigare än andra. ”Hur kunde man garantera alla tillgång till mat och hälsovård?” är en sådan fråga.

Det finns också frågor som inte är oviktiga, eller ointressanta, men som ofta förutsätter att grundbehovet av mat och hälsovård är tryggt. Ett reflekterande över ”hälsans psykologi och matens fysiologi” kan ses som ett tecken på att för somliga *har* käket kommit först – för att tala med **Bertolt Brecht**.

DET HETTE FÖRR att vägen till mannens hjärta gick genom hans mage. Genom magen går vägen fortfarande, men vid dess slut hägrar inte mannens hjärta utan snarare lyckan.

Mat och hälsa är två sidor av samma tallrik, och vi människor vill gärna att hälsa och lycka ska stå i ett likadant förhållande. Ifall man är vad man äter, och man äter hälsosamt, så borde man väl i rättvisans namn ha lov att vänta sig ett lyckligt liv. (Hur skulle måntro **Ludwig Feuerbach** uppleva dagens bruk av hans ordvits ”*Man ist was man isst*”?)

”I rättvisans namn”? Jo, vårt förhållande till mat i dag präglas av ett illusoriskt krav, skyldigheten att äta sunt i enlighet med den kunskap vi har, eller tror oss ha, om vår mat och dess verkningar.

Kanske tanken går så här: det vore ansvarslost att inte bejaka den kunskap vi har om mat och om vad den gör med våra kroppar, att inte låta den styra oss rätt bland alla livsfarliga ämnen. Kunskap handlar om kontroll, om att veta vad man ska äta och vad man måste undvika. Kontroll, i sin tur, handlar om att minimera risker, och ett minimum av risker borde väl betyda en högre grad av lycka?

KRAVET ÄR ILLUSORISKT eftersom kunskap *i sig* inte kan formulera krav. När en människa upplever att hon måste ändra sina matvanor – till exempel genom att ta till sig av det ”man” känner till idag om hälsa och mat – så har hon själv valt att ge rum för sådan kunskap; hon har sett den som viktig.

Varför några tar till sig kunskapen och andra inte är en annan fråga. Oro över hälsan, men också över utseendet, spelar en stor roll, i kombination med en tilltro till experter. (Och vår ängslan blir inte mindre av att experter och medier förser oss med diametralt motsatta budskap: än är mättade fetter livsfarliga, än är de väsentliga för vår hälsa; än förorsakar fettet övervikt, än är det bristen på fett som

gör det.)

Tillsammans riskerar kunskapen, det illusoriska kravet och behovet av kontroll leda till en anomali: en osund inställning till det hälsosamma.

Dan Lolax
dan.lolax@abo.fi