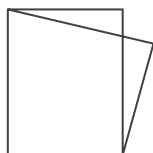


Diætetikkens væsen og uvæsen - En filosofisk kritik

(ph.d.-forsvar: juni 2016)



Frank Juul
Agerholm, Ernæring
og Sundheds-
uddannelsen, VIA
University College

I min ph.d.-afhandling har jeg beskæftiget mig med en tænkning, der er centreret om den forestilling, at et godt helbred kan foregribes gennem bemestring af levemåden. Denne forestilling, der er såvel oldgammel som helt aktuelt, er én blandt mange måder, den menneskelige bevidstheds store utopiske kraft kommer til udtryk. Og den fører ofte videre til helt konkrete handlinger og gerninger. Aktuelt spiser man så frugt, grønt og speltkerner, dropper cigaretterne, drikker mindre alkohol, løber en tur eller giver livet et KRAM på andre måder.

I håb om et måske såvel sundt, langt som godt liv – eller i frygt for det modsatte – søger man at bemestre levemåden, ændre sine angiveligt usunde vaner, tæmme hungeren og hellige KRAM- og andre såkaldte livsstilsfaktorer opmærksomhed. Og selvfølgelig er det da godt? Hvem vil dog betvivle det?

I den filosofiske tradition, jeg er rundet af, tager mit afsæt i, og hvorfra jeg etablerer min position som forsker i

forhold til det felt, afhandlingen undersøger, gør man sig besværet at betvivle selvfølgeligheder. Ja, jeg fristes næsten til at sige: Selvfølgelig gør man det! Som sådan er afhandlingen også udtryk for et afselvfølgiggørelsesprojekt.

Afhandlingens genstandsfelt, læsestrategi, teser, teoretiske prisme og fremgangsmåde

Det helt moderne blev mig imidlertid for uoverskueligt. Sporene af vor tids dyrkelse af den sunde livsstil blev med andre ord for vanskelige at overskue for lutter løbesko, der farer af sted. Jeg måtte på afstand og kom på sporet af den klassiske diætetiske tænkning, der endte med at blive afhandlingens egentlige genstandsfelt.

Man kan vel sige, at mit afselvfølgiggørelsesprojekt, der oprindeligt var tænkt som en samtidskritik, undervejs endte med at blive en meget indirekte én af slagsen. Eller man kunne også sige, at jeg måtte gribe fat om nældens rod, for ikke at brænde nallerne på et aktuelt

glohedt tema. Jeg skiftede tid – men ikke tema – og greb fat om den klassiske diætetiske tænkning.

I det antikke Grækenland kaldtes den kunst, hvis opdrag det var at bedømme og under hensyn til en lang række regler og detaljer at ordne levemåden med sundhed som ideal, *diätetikos* (dvs. diætetik). Og *diaita* (dvs. diæt) betød oprindeligt levemåden i almindelighed og den sunde levemåde i særdeleshed. Som sådan minder *diaita* i parentes bemærket mere om dét, vi i dag forbinder med sund livsstil, end dét vi forbinder med diæt.

I afhandlingen gennemspiller jeg en tankerække, hvori der foretages en kritisk filosofisk læsning af den klassiske diætetik, sådan som den formidles til os gennem Hippokrates (460-ca. 375-351 f.v.t.) – retteligt: *Corpus Hippocraticum* – og lægefilosofferne Galen (ca. 129 til ca. 200) og Avicenna (Abu Ali al-Husayn ibn 'Abdallah ibn Sina, 980-1037), der kan karakteriseres som den klassiske diætetiks tre kongetænkere.

Centralt for tankerækken står tre teser, som afhandlingen forfølger:

- 1) Diætetikkens fordøjelsesfilosofiske væsen kan slå om i et uvæsen med en umættelig hunger efter helse.
- 2) Den diætetiske foregribelse kan slå om i forgribelse på vigtigere ting i livet end dem, der kan gøres op efter sundhedens målestok.
- 3) Den diætetiske bemestring af levemåden fordrer mådehold, men kan slå om i ubehersket beherskelse af livet qua den helt umådeholdne detaljeringsgrad og detaljerigdom, der følger af diætetikkens begreb om den sunde levemåde.

Teserne har karakter af dystopiske tendenser ved en tænkning, der – som bemeldt – ellers netop kan siges at være ét blandt flere udtryk for den menneskelige bevidstheds store utopiske kraft. Til beskæftigelse hermed måtte jeg udvikle en egnet teoretisk tilgang. Og der findes ikke nogen filosof, der har beskæftiget sig mere grundigt med den menneskelige bevidstheds utopiske kraft end Ernst Bloch.

Bloch er imidlertid mere interesseret i det utopiske end dystopiske, så i afhandlingen fortolker og omsætter jeg hans filosofi og vender den på en række punkter på hovedet. I afhandlingen tjener Blochs filosofi så at sige som en optisk prisme. En prisme hvorigennem "lyset" fra filosofiens "store tradition" – med mere eller (og ofte) mindre eksplicit henvisning til bl.a. Platon, Aristoteles, Kant, Schopenhauer, Hegel, Marx, Nietzsche, Horkheimer, Adorno, Foucault, Onfray m.fl. – undergår refraction og således brydes og bøjes på måder, der har hjulpet mig til at kaste nyt lys over og sætte kulør på den klassiske diætetik.

I dette lys viser den klassiske diætetik sig som en omfattende fordøjelsesfilosofi med meget vægtige tendenser til at udvikle sig til en fordøjelsesideologi, der med en helt umådeholden detaljeringsgrad og detaljerigdom underlægger livet en endeløs regulering og teknologisk tvang med sundheden som absolutistisk målestok for det sande, gode og skønne.

Vejen til at demonstrere dette indbefatter flere forskellige, men sammenhængende greb:

- 1) Dels en konfiguratív læsning af Hippokrates, Galen og Avicenna, hvilken ordner

disse diætetiske filosofier indbyrdes, således at de danner en helhed, der giver dem én samlet skikkelse og kondenserer denne tænkningens kategoriale struktur. Når en sådan læsning er mulig, hænger det sammen med deres affinitet og den diætetiske tænkningens relative konstans qua den såkaldte humoralpatologi, som de er de mest betydningsfulde repræsentanter for. Konfigurationen har givet mig mulighed for at foretage en kritisk filosofisk læsning på kryds og tværs af tid (der er ungefær 1500 år mellem Hippokrates og Avicenna – hvor Galen sådan rundt regnet placerer sig midt imellem). En konfiguration, der som medicin- og idéhistorisk sidegevinst også har budt på nye erkendelser til disse felter, selv om det egentlig ikke har været afhandlingens ambition.

2) Dels en dystopisk tendenskritisk læsning af denne historiefilosofiske konfiguration, hvilken indbefatter en grundlæggende mistanke over for de ellers velmenende – og i den forstand utopiske – intentioner, der ligger i den selvfølgelig, hvormed den diætetiske tænkning retter sig mod foregribelsen af et godt helbred gennem bemestringen af levemåden.

3) Dels en konstant oscillation mellem, hvad der kunne kaldes, mikro- og makrofilosofi med sigte på så at sige at fange djævelen i den enkelte detaljes tankeforbindelse med den detaljerigdom, der præger den diætetiske tænkningens fordøjelsesfilosofiske væsen og dens tendentielt fordøjelsesideologiske uvæsen.

På den ene side foretager jeg en makrofilosofisk læsning af den diætetiske fordøjelsesfilosofis kategoriale struktur,

ledende principper, dogmer, ikke-uvæsentlige problematikker og forbinder de store linjer mellem dens kosmologi, naturfilosofi, anatomi, fysiologi, sjælelære, sygdomslære og alle de mange ting, der må reguleres under hensyn til den rette kvalitet, kvantitet og i det rette øjeblik.

På den anden side foretager jeg en mikrofilosofisk læsning, der i dybden dissekerer detaljerne og demonstrerer deres forbindelser og den diætetiske tæknings uhyrlige detaljerigdom og detaljeringsgrad. Og så oscillerer jeg mellem det makro- og mikrofilosofiske for at kunne læse det store i det små og det små i det store og demonstrere en række dystopiske tendenser, der uddyber de i teserne allerede tematiserede.

4) Dels en stilistisk fremgangsmåde, der på den ene side har at gøre med, at jeg kommer ude-fra-ind-i feltet; og på den anden side har at gøre med min opfattelse af filosofens rolle, der for mig bl.a. har at gøre med at udfordre og sprænge grænserne for, hvad der kan tænkes. I forhold til sidstnævnte vil jeg bøje og strække begreberne; trække dem fra et domæne til et andet, for hermed at vise muligheden for at tænke anderledes; fravriste selvfølgeligheder deres ikke-selvfølgeligheder osv. Når jeg placerer min afhandling som en filosofisk kritik, hænger det sammen med dette syn på filosofens rolle. Og det har betydning for førstnævnte.

For med ironisk distance til feltet påtager jeg mig rollen som anatomen, der i et Theatrum Anatomicum dissekerer et (tekst-)korpus såvel makro- som mikro-skopisk. Jeg filosoferer med andre ord med skalpellen. Og jeg taler om at finde næring til min tankerække (i den hip-

pokratiske, galeniske og avicennianske tænkning). Gennem feltets hjemmevante vokabular demonstrerer jeg, hvordan der er mulighed for på én for feltet uvant måde at filosofere over den diætetiske tæknings utopiske selvfølgeligheder og dens ikke-selvfølgelige dystopiske tendenser. Bag ved denne ironiske distance og metaforiske indpakning ligger der dog en tung alvor – nemlig en oprigtig betænkelighed netop ved disse dystopiske tendenser.

Og hvad viser afhandlingen så?

I vores tid er der jo ikke tid til mellemregninger. Så lad os i denne præsentation springe så let som muligt henover afhandlingens egentlige resultat – nemlig den filosofiske tankerække der formedelst alle tankeforbindelserne i den klassiske diætetiske tænkning og dens kategoriale struktur demonstrerer de bemeldte teser, der i simpel forstand er afhandlingens fund.

I afhandlingen demonstrerer jeg, hvordan den diætetiske tænkning centrerer om en kategorial struktur, der drejer sig om 1) *de naturlige*, 2) *de unaturlige* og 3) *de ikke-naturlige* og disses respektive subkategorier.

Kort fortalt uden afhandlingens lange op- og mellemregninger af den klassiske diætetiks helt umådeholdne detaljeringsgrad og detaljerigdom, drejer *de naturlige* sig om stort set alt mellem himmel og jord, som må tages i betragtning og holdes i en naturlig og ifølge tænkningen balanceret, harmonisk og således sund tilstand. En tilstand der kaldes *eukrasia*, hvilken bogstaveligt betyder "den gode blanding" og henviser til den rette sammensætning af kardinalvæskerne blod, gul galde, sort galde og flegma, hvilke er

humoralpatologiens omdrejningspunkt. *Eukrasia* er imidlertid ikke blot et begreb for det sunde, men kommer i den diætetiske tænkning også til at fungere som et ideologisk-absolutistisk sand-god-skøn-sundhedsideal, der udgør en målestok for den rette livsførelse in toto.

Brydes denne naturlige, balancerede tilstand er det *unaturligt*, hvilket kan forårsage forskellige sygdomme (såvel legemlige som sjælelige), fremskyndelse af døden eller død her og nu slet og ret. Det sunde (og sande, gode og skønne) er *eukrasia*. Sygdomme er *dyskrasier* – dvs. "dårlige blandinger".

De ikke-naturlige drejer sig om det, vi i dag ville kalde livsstilsfaktorer. Den klassiske diætetiske tænkning er her centreret om seks "ting": 1) luft, 2) mad og drikke, 3) bevægelse og hvile, 4) søvn og vågenhed, 5) sekretion, retention og ekskretion og 6) sjælens affekter. Disse seks "ting" kan måske nok lyde ret så "naturlige", men det er brugen heraf ikke; den er *ikke-naturlig* og i den forstand er den rette diætetiske regulering heraf en livskunst. Og det er netop brugen af disse, der er den diætetiske tæknings egentlige gebet, men netop et gebet der ikke lader sig fatte adækvat uden omfattende indsigt i den kategoriale struktur, hvormed de indgår sammen med de såkaldt *naturlige* og *unaturlige*.

For det, der er karakteristisk – og det for såvel datidens forståelse af de ikke-naturlige som for vor tids forståelse af livsstilsfaktorer kunne der tilføjes – er, at brugen heraf kan føre til såvel et godt som dårligt helbred. Vil vi forstå disse faktorer og deres rette eller forkerte brug med tilstrækkelig dybde, må vi fatte deres sammenhænge med såvel sund-

hedens som sygdommenes begrebslige kategorier.

Afhandlingens måske mest afgørende og samtidsrelevante resultat er, at den viser, hvor omfattende, detaljeret og for livet potentielt forkvælende det kunne blive, hvis kunsten at leve det gode liv ud- og afarter sig til blot og bart at orientere sig efter og underlægge sig sundhedens lede- og fiksstjerne.

Afhandlingens tankerække fremdrager her nogle dystopiske tendenser ved den klassiske diætetiske tænkning, som jeg – alle forskelle i tid og sted til trods – også mener burde give stof til eftertanke i forhold til den aktuelle dyrkelse af sund livsstil.

- 1) *Tendenser til at vende op og ned på mål og middel.* Det kommer bl.a. til udtryk ved en udpræget tendens til at gøre livet til et middel for sundheden. Til fx at gøre de sunde næringsmidler – og andre ikke-naturlige ting hhv. livsstilsfaktorer – til et mål i sig selv.
- 2) *Tendenser til at tænkningen slår om i en ideologi med eukrasia – "den gode blanding" – som en sand-god-skøn-sundhedsmålestok for alt i livet.* Son-

dringen velbalanceret og ubalanceret glider ubesværet over i sund-usund, sandt-falsk, god-ond og skøn-uskøn.

- 3) *Tendenser til at gøre den rette fordøjelse til altings omdrejningspunkt,* hvorved den diætetiske fordøjelsesfilosofi kan slå om i et totalitært fordøjelsesideologisk uvæsen. Så bon appetit, god fordøjelse og god fornøjelse – og meget, meget mere!
- 4) *Tendenser, der har at gøre med tre stilistiske figurer, som jeg fremanalyserer i afhandlingen:*
 - a. *Selvbeherskelsens ubeherskede nydelse* – hvilket bl.a. har at gøre med den nydelse, der opstår ved selvbeherskelsens sejr over begæret efter ting, sager og måder at leve livet på, der efter sundhedens målestok ikke er hensigtsmæssige.
 - b. *Den idiotiske dyrkelse af den sunde levemåde,* hvilket et liv efter alle den diætetiske kunst regler ville kunne medføre. "Idiotisk" henviser her til den oprindelige græske betydning, der med mere moderne termer kan siges at dreje sig om en egocentrisk forholdemåde, hvor man lever et tilbagesluttet liv og ikke delagtiggør sig i det sociale, kulturelle, demokratiske og politiske liv.

- c. *Mesterdiæteterens smag for det sunde og afsmag for det og de usunde.* Mesterdiæteteren »har gennem en til og af vanegjort smagsdannelse fået omformet den umættelige (...) hunger til en umættelig hunger efter helse, der, uden han mærker det, buldrer løs i hans indre. Hans hele sjæl og legeme er slet og ret gennemsyret heraf på en måde, så han også føler sig kaldet til at buldre ud med sundhedens glædelige budskab, til at frelse og inkludere alle andre, ja hele det sociale legeme, i hungeren efter helse. Om nødvendigt måske endog ekskludere alle dem, der ikke vil tage del i den kollektive erotiske dyrkelse af sundheden« (afhandlingen, s. 260)
- 5) *En tendens til at hente legitimitet til den mangfoldige kunst det er at leve et godt menneskeliv i en afluren af naturens orden og en beherskelse af naturen, hvormed adskillige af de ting, der giver menneskelivet værdi, underkastes en teknologisk tvang i forskrifter, der ikke tager højde for, at det er menneskets egentlige natur, at det er mere end blot natur.* ♦