Tidsskriftet Tidsskrift for Den norske legeforening

Lengselen etter langsomhet

BØKER AV, OM OG FOR LEGER

« *Leve langsomheten* er ingen populærvitenskapelig tekst om stress, travelhetens sosiologi eller livsspørsmålenes psykologi… Boken er snarere en samling spredte iakttagelser og betraktninger rundt indre og ytre reiser.» Slik lyder forfatterens egen «varedeklarasjon» av denne boken som føyer seg inn i en relativt rikholdig litteratur om vår tids stress og jag og vår manglende evne til konsentrasjon og refleksjon. Boken, som foreligger i uvanlig tiltalende format og typografi, er inndelt i to hoveddeler: En første del om langsomheten som fenomen og kultur, og en annen del om indre og ytre reiser. Vår redsel for langsomhet går som en sammenhengende tråd gjennom det hele.

Den første, mer teoretiske delen av boken treffer meg så godt at jeg ønsker at jeg hadde skrevet det selv. Dagens fragmenterte samfunn der vårt viktigste ideologiske symbol er minibanken og der våre relasjoner blir stadig flere, men stadig flyktigere, skildres på en treffsikker og velformulert måte. Jeg faller også for forfatterens beskrivelse av vår tids estetisering, nemlig det fenomen at når det indre sjelden får tid og rom, blir det overflaten som betyr noe. En ting er å slutte seg til denne beskrivelsen av vårt samfunn og vårt liv. Noe annet er det aktivt å velge en annen retning eller vei. Forfatteren har råd også for dette: «I stedet for det hektiske jaget kan vi øve oss noen minutter hver dag, eller kanskje en halv time hver uke, i å være absolutt nærværende og mottagende. I kirkens historie heter dette andaktsstunder eller retreater.» Det er ganske sikkert flere enn denne anmelderen som har behov for «å øve seg i nærvær», «den gode ensomheten», «den dvelende samtalen» og «å lese med ettertanke».

Siste halvdel av boken består av tre reisebeskrivelser og innledes slik: «Før eller siden må et menneske legge ut på den mest avgjørende av alle reiser: reisen til seg selv. Denne reisen rommer de vanskelige spørsmålene, og lar oss møte grenser.» Med utgangspunkt i at indre reiser ofte har vært knyttet til ytre, fysiske forflytninger tar forfatteren oss med på tre slike: Til Budapest i november, der døden er tema, til St. Petersburg i mars, der stikkordet er Dostojevskij og til Assisi, der møtet med den hellige Frans handler om livsglede, åndelige regler og stillhet. Disse tre reisebeskrivelsene treffer nok ikke meg like presist som innledningen gjør, men de tre stedene og stemningene etterlater mye ettertanke. Avslutningsvis konkluderer forfatteren selv med at boken egentlig handler om to sider av samme sak: «Livsnytelse og dypt alvor, de største mangelvarene i vår tid».

Den svenske religionspsykologen Ove Wickström har etter min mening skrevet en av de absolutt beste bøkene på markedet innen denne sjangeren. Her er ingen av de lettvinte flosklene som så ofte preger «langsomhetslitteraturen». Boken har solgt i nærmere 60 000 eksemplarer i vårt naboland, og jeg skulle ønske at den kunne gjøre noe med mitt travle liv. Mange av oss ser nok på langsomhet mer med lengsel enn med frykt.

MagneNylenna

Legeforeningen

Publisert: 10. desember 2002. Tidsskr Nor Legeforen.
© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 14. februar 2026.