

# Om konsten att dö

Arthur E Imhof

Hur sjukdomspanoramat har förändrat människors döende är ämnet för denna artikel, som bygger på föredrag som författaren hållit vid seminarier i Örebro 31 augusti - 1 september 1993. Under gångna tider med epidemiska sjukdomar hörde det till det vanliga att dö ensam. Som vägledning utformades i slutet av 1400-talet en broschyr, *Ars moriendi*, som beskrev döds kampen och möjligheterna till ett fortsatt liv efter döden. Idag vill vi leva självföverkligande medan insikten om livets ändlighet förträngs. Vi borde lära av våra förfäder och utforma tidsenliga regler för konsten att dö. Att odla och fördjupa intellektuella intressen är viktigt. Betydelsen av en modern *Ars vivendi*, en livsplan som omfattar även döden måste läras i unga år.

Arthur E Imhof, född 1939 i Schweiz, är sedan 1975 professor i socialhistoria vid Freie Universität Berlin. Hösten 1993 var han Svenska institutets gästforskare vid tema H, universitetet i Linköping.

## Konsten att dö ensam för fem hundra år sedan

Även om våra förfäder för fem hundra år sedan mera trodde på ett evigt liv, än vad vi gör idag, så kunde de ändå aldrig vara riktigt säkra på att själen efter döden skulle ingå i himmelriket. Det fanns ju även den andra möjligheten: det eviga helvetet. Man föreställde sig, att själens framtid vanligtvis inte avgjordes förrän under sista timmen på jorden, och att djävlarne då skulle försöka, att än en gång med all kraft få grepp om den döende genom frestelser och svåra anfäktelser. På så sätt skulle de lätt kunna få ytterligare ett byte.

Sedan länge var det prästernas uppgift att bistå döende människor under deras sista kamp. Genom att bedja tillsammans skulle den döende framgångsrikt kunna motstå djävulens frestelser under döds kampen. Det stora problemet var, att de flesta människorna i gångna tider dog i epidemiska sjukdomar såsom pest, smittkoppor, fläckfeber och tyfus. Den naturliga följ-

den var att oupphörligen dog många människor samtidigt, så att prästerna inte på långt när räckte till för att bistå var och en. Dessutom föll de ju även själva offer för sjukdomarna. Och även prästerna visste, liksom de anhöriga i omgivningen, hur livsfarligt det var att komma de insjuknade för nära. Den som kunde fly han flydde, ju längre bort dess bättre.

Kort och gott: att dö ensam tillhörde under gångna tider det vardagliga. Ingen kunde vara säker på att inte just han eller hon skulle träffas av detta öde. För en historiker är det fascinerande att konstatera att våra förfäder gjorde något åt saken - med stor framgång. Vad gjorde de och hur gjorde de? *De lärde sig att dö ensamma*, och de lärde sig detta redan under unga år. Hur gick de tillväga? Då för tiden kunde ju de flesta inte alls läsa; det skulle således inte ha hjälpt att några intresserade präster hade sammanställt en slags handledning, låtit trycka den i en stor upplaga och delat ut broschyren som en do-it-yourself-bruksanvisning för en god död i ensamhet. *Men*, vad alla våra förfäder kunde, det var att titta på bilder. Även våra nya läsokunniga medmänniskor i modern tid brukar "läsa" massvis med comic-strip-historier.

Med lite fantasi kan man lätt föreställa sig vad djävlarne skulle hitta på för frestelser för att få ännu ett själaoffer. Det var särskilt fem anfäktelser som man var rädd för den sista timmen på jorden: tvivel på tron, förtvivlan, otålighet, högfärd och kärlek till jordiska ägodelar. Prästerna uppdrog således åt en framstående konstnär - man vet ännu i dag inte hans namn - att rita fem uttrycksfulla träsnitt, där var och en lätt kunde följa den pågående kampen om den döendes själ. På var och en av bilderna skulle en av anfäktelserna tydligt visualiseras. Sedan skulle han rita fem svarsträsnitt, där man kunde se hur himlens makter, änglar, helgon osv, ru-

---

*Våra förfäder lärde sig att dö ensamma, och de lärde sig detta redan i unga år*

---

sade fram och hjälpte den hotade människan på dödsbädden att motstå frestelsen med framgång.

Till sist kom ett elfte träsnitt som visade den lyckliga utgången av kampen. Den döende hade med överjordisk hjälp lyckats motstå samtliga frestelser. Man såg hur en ängel väntade för att motta den segerrika själen och leda den in i himmelriket. Ende gut, alles gut!

Det var inte alls svårt för var och en att redan som ung lära sig detta. Det räckte att titta några gånger på broschyren. Hade man lärt sig denna konst under unga år, behövde man inte längre vara rädd för att dö, inte heller rädd för att dö ensam. Man visste ju hur det skulle gå till och behövde bara följa förebilden på träsnitten. Precis som det hände den avbildade vardagsmänniskan, skulle efter en framgångsrik dödskamp en ängel möta ens själ och leda den snabbt uppåt, in i Guds eviga härlighet.

Det var för fem hundra år sedan, närmare bestämt i samband med tryckkonstens utveckling från och med 1460-talet, som denna så kallade "Ars moriendi", dvs "konsten att dö (ensam)" upplevde en jättesuccé över hela Europa. Den blev en bestseller; upplaga följde på upplaga. Den lilla broschyren i A-4-format var billig att framställa och således överkomlig för alla som hade intresse - och det var tusentals.

## Vem lär oss dö idag?

Fastän vi inte längre dör av epidemiska sjukdomar, utan till största delen av icke-smittsamma kroniska tillstånd, liknar dagens situation på ett förbluffande sätt den för fem hundra år sedan. Även av oss kommer många att dö ensamma, utan mänskligt eller andligt bistånd. Som under gångna tider kan även idag ingen vara säker på att just han eller hon inte möter detta öde. Men märkligt nog: i motsats till våra förfäder gör vi knappast något åt saken. *Har du t ex redan lärt Dig att dö? Dig själv eller andra?* Vilken oförsämd fråga! - hör jag kommenteras. Vi vill leva - inte dö. Lära sig dö behöver man inte alls. Det gör vi ändå. Somliga behöver bara gå över gatan.

Här finns orsaken till att vi har hamnat i ett dilemma. Den fundamentala förändringen, från det alltid osäkra livet under gångna tider till ett idag existentiellt säkrare liv än någonsin, har medfört att vi känner oss, åtminstone under våra bästa år, redan lite odödliga. Och detta med viss rätt, ty händer det oss något, så återställs vi vanligtvis omgående på ett mycket effektivt sätt. Därtill kommer preventiva åtgärder från olika håll -

gärna eskorterade av upplysningskampanjer med moraliska inslag - som bidrar till att förespegla oss ett evigt liv. Om vi bara vill jogga ännu lite mera, äta mera grönsaker och vetekli, dricka mjölk med mindre fetthalt, sluta röka förstås, gå till sängs tidigare: ja då måste vi väl slutligen kunna beseгра den anakronistiska döden, som inte längre passar in i vår tid. En sådan inställning, vare sig den kommer från professionellt håll eller från lekmäns sida, är inte bara oerhört naiv, utan även *omänsklig*, ty den förnekar oss ett grundläggande mänskligt villkor, nämligen vår ändlighet. Att vara människa innebär att kunna acceptera spänningen inom oss mellan att bli till, växa, och att förgås, samt genom att gestalta denna spänning förmå oss att uthärda den. Här till hör, som av sig själv, att kunna ta till sig en av naturen given död, och detta vid den riktiga tidpunkten, utan att försöka hindra den på tekniskt möjliga sätt.

Vi kan utgå från att många av oss skulle trivas bättre om vi även återigen lärde oss den bortglömda konsten att dö, om vi även kände till en Ars moriendi. Men hur ska vi åstadkomma detta? Det räcker ju inte, att vi bara förfärdigar ett nytryck av de elva träsnitten för att lära oss konsten igen, ty knappast någon av oss tror längre varken på en himmel eller ett helvete. Det finns inte längre några djävlar som kommer att fresta oss på dödsbädden, tyvärr inte heller änglar som väntar på att leda vår själ till ett evigt liv i lycksalighet.

Ändå kan vi lära oss åtminstone tre saker från den gamle Ars moriendi-bestsellern.

1. Om man verkligen *vill*, så går det att åstadkomma en tidsanpassad "konst att dö". Vi har väl inte blivit så mycket dummare än våra förfäder för fem hundra år sedan, utan även vi borde kunna utveckla en modern Ars moriendi, även utan anknytning till en (försvunnen) kristen tro. *Om vi bara vill.*

2. "Konsten att dö" lärdes en gång tidigare *under unga år*. Detta är, som vi kommer att se längre fram, ännu viktigare idag, ty vår Ars moriendi består i en Ars *vivendi*, en konst att leva hela det långa livet på ett sätt, så att det i slutskedet blir lättare att lämna det. Det är alldeles för sent att börja lära sig det, när man ligger på dödsbädden. Den som inte tänkt på konsten tidigare hamnar då lätt i en stämning av panik. Han eller hon

---

*Många av oss skulle trivas bättre om vi lärde oss den bortglömda konsten att dö*

---

---

---

*Konsten att dö måste läras ut på ett sätt så att unga människor kan acceptera den*

---

---

vill i sista stunden hämta in, vad som inte längre går att hämta in. Konsten att dö är en konst i första hand för unga människor. Den måste utformas och läras ut på ett sätt så att unga människor kan acceptera den.

3. Vi kan lära oss av det oerhört skickliga pedagogiska sätt, som den gamla broschyren var utformad på. Häri låg den egentliga orsaken till att den hade en så väldig framgång. Ars moriendi-broschyren var knapphändig, tilltalande, förstälilig för alla, direkt, utan lärda fotnoter, lätt att lära sig utantill och således lätt att komma ihåg. Om vi har som mål att utveckla en ny och tidsanpassad Ars moriendi kan vi inte undvika att hålla oss till ett liknande schema. Med en lärd avhandling på hundratals sidor med hundratals fotnoter åstadkommer vi ingenting; med bara fyra, fem minuter på bästa kvällstid på TV når vi däremot hundratusentals, på kontinenten miljontals människor. Det beror helt och hållet på oss hur vi uttrycker oss då. "Tala med bönder på bönders språk och med lärde män på latin", heter det visst på svenska. Vi akademiker får inte vara "för fina" för att lämna det akademiska elfenbenstornet och tala på ett sätt så att även "vanliga" människor begriper oss och vårt budskap - om vi tror att vi har något. Lära sig att dö är en konst som *var och en* förr eller senare borde behärska. Vi kan alla bli en konstnär eller en grumlig dilettant.

### **En modern "Ars moriendi"?**

För att kunna skapa en tidsanpassad Ars moriendi, måste vi i första hand fråga oss vad som har förändrat sig på ett grundläggande sätt under de senaste århundradena.

1. För det första sägs det, att de flesta av oss inte längre har den kristna tron på ett evigt liv. Livet har under de senaste århundradena således inte tilltagit, utan blivit *oändligt* (sic!) kortare. Ty vad betyder en fördubbling eller tredubbling av våra år på jorden, när vi samtidigt har förlorat tron på evigheten? Den torftiga resten är jämförelsevis obefintlig. Och ändå är det allt som vi har kvar. Det är förstäleligt om den lilla biten trots sin torftighet uppvärderas kraftigt, och i samband därmed även kroppen, som nu är den enda garanten för den lilla biten. I stället för gångna tiders stora kyrkor och

katedralbyggen har vi foljdriktigt ännu större lasarett, och i stället för präster har vi "gudar och gudinnor i vitt". Undra på att detta medför problem för somliga av oss. Vi tittar inte gärna framåt i livet, mot slutpunkten, utan föredrar att se tillbaka till vår ungdomstid, den som är längst bort från slutet.

2. Paradoxalt nog ledde den epidemiologiska övergången - från döendet under alla åldrar vanligen i infektionssjukdomar och med en snabb död, till ett åldersstandardiserat döende vid en hög ålder, mestadels med långvariga sjukdomstillstånd och med en utdragen död - till den oklara känslan av en fiktiv "nästan-redan-odödlighet". Här gäller det att lära sig se framåt i livet igen, och detta "på längre sikt", det vill säga att även inkludera det naturliga slutet, i en slags allomfattande livsplan från början till slut; att acceptera döden igen, som visserligen har blivit beskedligare under våra bästa år, men som ändå finns kvar längre fram och sätter punkt.

3. Sedan urminnes tider drömmer människorna om ett långt liv. Men vi är de första som inte längre bara behöver drömma. För oss har drömmen blivit verklighet. Aldrig hittills har så många människor samtidigt fått leva sina liv "rätt" från början (nästan) till slut. Lägg märke till att detta utomordentliga tillstånd inte medför någon garanti för den enskilda människan! Det går inte att anföra besvär över att just jag, eller han, eller hon, inte får leva lika länge "som alla andra", som föddes samtidigt. Dessutom behöver man knappast vara en diplomerad historiker för att veta, att aldrig någonsin något håller i sig i all evighet. Vår förväntan på ett långt liv behöver inte alls hela tiden bara ha en trend uppåt. Den kan stagnera; den kan gå tillbaka igen. De tre gisslen "pest, hunger och krig", som gjorde att våra förfäder dog för tidigt, är inte alls borta från jorden. Tvärtom: de närmar sig oss ibland återigen på ett mycket oroande sätt. Tänk på AIDS! Tänk på Jugoslavien! Följden är att vår benägenhet växer att ifrågasätta den ovan nämnda fundamentala förändringen från det alltid osäkra livet under gångna tider till ett existentiellt säkrare liv än någonsin hittills. Många fylls av en svärbevärad ångest.

---

---

*I stället för gångna tiders stora kyrkor och katedralbyggen har vi ännu större lasarett och i stället för präster har vi "gudar och gudinnor i vitt"*

---

---

Som redan alla barn vet, har alla medaljer två sidor. Vi vill ha ett långt liv. Nu har vi fått det eftersom vi bland annat lyckats röja undan de gamla infektions-sjukdomarna. Men vi har inte, som följd av den genomgångna epidemiologiska förändringen, samtidigt blivit odödliga. Kroniska sjukdomar har fått sin stora chans. Det långa livet är inte gratis. Många får betala dyrt för det förlängda livet på jorden, ty det visar sig, att en förväntan på längre liv, räknat i år, inte alls måste vara detsamma som ett längre, för att inte tala om ett långt liv, vid god hälsa. Life expectancy sammanfaller inte med health expectancy. Ju äldre vi blir, dess större blir vår "chans" att först vara i behov av hjälp, sedan av vård, allt annat innan vi kanske institutionaliseras och så småningom dör. Men kom ihåg: vi *har* sagt A - till det långa livet. Nu måste vi, om vi vill eller ej, säga B också - till stundande tillstånd när "de bästa åren" har gått. Det går inte att bara plocka godbitarna ur en utveckling.

4. Åtminstone sedan renässansen har vi västerlänningar med all kraft traktat efter mera självständighet, oavhängighet och obundenhet. Vår strävan har gått ut på att vara oberoende och att "förverkliga oss själva". Vi har velat bryta oss ur gamla traditioner, anakronistiska tänkesätt och omoderna förhållanden. Tyvärr var det alltid bara några få privilegierade människor, som lyckats att realisera denna självständighetsdröm. För alla andra - den stora majoriteten - hade den nästan permanenta "pest, hunger och krig"-situationen till följd att de var tvungna att krypa in i en gemenskap. De måste, om de ville överleva, tillhöra en familj, ett hushåll, en kloster- eller militärgemenskap osv. Där fick han eller hon åtminstone ett visst skydd, en viss hjälp. Resultatet blev ändå det beklagliga som vi så väl känner till från hundratals begravningslängder från gångna tider: dog vi ett års ålder, vid fem år, vid femtio eller någon gång också vid nittio år. Det var bara genomsnittsåldern som låg vid ca 35 år.

Från en generation till nästa (i Tyskland sedan andra världskrigets slut) tillhör vi nästan till hundra procent den privilegierade gruppen. Vi är de första som inte längre känner till "pest, hunger och krig" av egen erfarenhet, och som därför inte längre behöver krypa ihop

intill varandra bara för att överleva. Följdriktigt tar fler och fler av oss vara på chansen och gör vad våra förfäder hade velat göra men inte kunde. Vi förverkligar oss själva. Ett växande antal män och kvinnor vill inte längre binda sig. De ingår inte längre i någon långvarig form av gemenskap, utan odlar bara deltidsgemenskap, för att tillgodose ett eller annat kroppsligt, andligt, konstnärligt, socialt, ekonomiskt eller praktiskt "behov".

Nu är det förstås så att "riktiga, frivilliga" singles förblir singles även när de blir äldre, när livet når sitt slut, eller redan innan, när de upplever dåliga dagar. Men det visar sig, att självständigheten för många inte räcker till. Det gick bra, så länge de mådde bra. Men när livet når sitt slut vill de gärna ha mer gemenskap igen. Tyvärr är önskan förgäves, ty tiderna är inte längre så, som man var van vid under de gamla dåliga århundradena med den automatiska tvångsgemenskapen.

Min bedömning är att utvecklingen visserligen startade under renässanstiden, att den tog ordentlig fart under andra delen av vårt århundrade, men den är ännu inte riktigt fullbordad. Självständigheten tycks än så länge för många bara räcka under deras bästa år. Dock gäller även här att kunna säga B (att lära sig stå på egna ben till slutet) när man väl har sagt A (att förverkliga sig själv).

### **Lev ett självständigt liv - dö en lugn död**

Hittills har vi kunnat konstatera utvecklingslinjer som vi dels tyckt var positiva (som förväntan om långt liv utan "pest, hunger och krig", möjligheten att bryta sig ut ur den gamla förfärliga tvångsgemenskapen), dels negativa (ökande life expectancy vid stagnerande eller mer eller mindre fort växande health expectancy, upplösning av traditionella gemenskapsformer, tilltagande antal singles med (inte alltid) egoistisk-hedonistiska målsättningar).

För att nå mera stabilitet igen och en någorlunda balanserad jämvikt, hjälper det inte att se nostalgiskt och blåögt tillbaka på "den gamla goda tiden" (som vi sett oftast var pest, hunger och krig). Inte heller hjälper det att blunda eller komma med överdrivna utopiska önskeföreställningar. Det vore bättre, tycker jag, att se utvecklingen rakt i ögonen, analysera den så objektivt

---

*När livet når sitt slut vill vi gärna ha mer gemenskap igen*

---

---

---

*De kroppsliga funktionerna minskas inte sällan tidigare än de intellektuella. Den fysiska, inte den andliga horisonten krymper*

---

---

som möjligt, och därefter göra det bästa av situationen. När allt kommer omkring, är våra förutsättningar inte alls dåliga, tvärtom! Man måste erkänna att vi nästan till hundra procent har det bättre än samtliga våra förfäder, för att inte tala om samtida människor världen runt. Även om vi förlorat tron på evigheten, lever vi ändå mycket komfortabla liv här på jorden. Vi har i genomsnitt dubbelt så många år - jämförelsevis *två liv!* - eftersom vi har *dubbelt* så *goda* år: bättre näring, bättre bostäder, bättre hygien, bättre arbetsförhållanden, bättre ekonomiska villkor mm mm. Ibland frågar man sig till och med varför vi överhuvud taget fortfarande skulle behöva en evighet, när vi redan har allt här på jorden. För omåttlighet skymfas den med rätta, som vill ha ännu mera, och därutöver en hel evighet till. Är allt vi redan har ingenting värt? Se proportionerna och fall inte offer för dubbel förmäthenhet!

Aldrig hittills har det varit möjligt att leva livet så att säga från slutet. Vi är de första som kan planera livet eftersom slutet har blivit någorlunda kalkylerbart. Vi får en livslängd, som för män med stor sannolikhet är närmare 75 år, och för kvinnor omkring 80 år. Det innebär, att vi kommer att genomleva både en första, andra, tredje och en fjärde ålder (70-75 år och uppåt). Varje ålder har sin styrka och sin svaghet. Det gäller att finna smak för alla åldrar. Särskilt med hänsyn till den fjärde åldern ska vi inte glömma att de kroppsliga funktionerna inte sällan minskar tidigare än de intellektuella. Den fysiska, inte den andliga horisonten krymper. Att leva livet "rätt" enligt en livsplan betyder här att från unga år odla - bredvid kroppsliga intressen (sport, resa osv) - även intellektuella intressen och fördjupa dem under alla år. När kroppen inte längre tillåter en att resa, t ex till islamiska länder, i tropikerna eller subtropiska länder, mot slutet av den tredje eller i fjärde åldern, så

räcker dock krafterna fortfarande för att besöka närmaste bibliotek eller museum för att där fördjupa sig i härlig arabisk kalligrafi. Ingen behöver ramla i en stor andlig tomhet, när kroppen inte längre orkar som den brukat. Men det är alldeles för sent att börja när man har nått detta stadium. *Ars vivendi* som en livsplan angår *hela* det vuxna livet.

Den som lever enligt en sådan livsplan förmår inte bara att få ett förverkligat liv, utan han eller hon når även lättare fram till en situation där döden kan accepteras när den kommer. Ingen tanke på att spjärna emot. "Jag har haft och levt mitt liv, jag har gjort allt i sin tid; nu kan det vara bra; jag tar avsked i fred!" Inget nytt ska följa; döden passar som slutpunkt. Även avkristnade kommer kanske ihåg det vackra bibliska ordet om att vara mätt (inte trött!) på livet (1. Mosebok, 25:8).

Här visar det sig alldeles tydligt att vår tidsanpassade nya *Ars moriendi* egentligen är en *Ars vivendi*, och att den måste påbörjas under unga år. Att påpeka detta är ännu viktigare, ty - som vi sade - den genomsnittligt höga dödsåldern är fortfarande ingen garanti för den enskilda människan. Det finns fortfarande många "för tidiga dödsfall": cancer, AIDS, olyckor, dråp och självmord. Den som har levt sitt liv enligt en plan och fyllt ut det efter bästa förmåga, har även "för tidigt" inget att förebrå sig. Allt gjordes på sin tid. Därutöver har i dag även "för tidigt" döende människor hos oss vanligtvis haft bättre år än vad som var fallet under gångna sekler, eller är någon annanstans på jorden. Att se proportionerna kan hjälpa även här.

Men rimliga proportioner är likaså viktigt för alla som visserligen kan leva sina liv till slut, men inte får - som de tycker - tillräckligt deltagande från omgivningen eller som dör rentav "ensam". Har vi inte lärt oss, hur vanligt just detta var under "den gamla goda tiden"? Varför skulle vi ha det bättre nu? Vi som ändå fick så mycket mera ut av våra liv? Vilka är vi, som vill göra anspråk på att vara världens centrum?

Kvintessensen av alla synpunkter som anförts kan enklast sammanfattas i meningen "Lev ett självständigt liv för att dö en lugn död". Konsten att dö berör oss *alla*. Det finns inga undantag.