

AKTIVISTEN OG DETERMINISTEN – TO ALDRINGSFORESTILLINGER

Petrusjka Jeiner og Mette Naur

Den biologiske aldring kan forstås og opleves på to forskellige måder: enten som en proces, man selv er en aktiv medskaber af – eller en på forhånd given skæbne. Til hver af disse to opfattelser knytter der sig en række karakteristika og talemåder.

På baggrund af specialer i hhv. dansk og sprogpsykologi, der omhandler sprogbrugen vedrørende den molekylære aldringsproces, har cand. mag. Petrusjka Jeiner og cand. mag. Mette Naur fundet frem til nogle generelle talemåder og mønstre vedrørende aldringsbegrebet.

Gerontologi og samfund 2003; 19, 4: 90-92

Høj og lav, ung og gammel – uanset hvem vi er, og hvor i livsforløbet vi befinder os, vil aldringen uundgåeligt berøre og optage os alle. Dette grundvilkår gør aldring til et på én gang nærværende og abstrakt fænomen, et fuldstændig fælles og samtidig meget personligt anliggende. Ældes gør vi alle, men vidt forskelligt.

Det uendeligt brede spektrum af aldringens variationer og muligheder genspejles i dagligsproget, hvor vi udtrykker vores ideer og formodninger om, hvordan alderen vil sætte sine spor, herunder hvordan vi bedst forholder den. »I min familie bliver vi utroligt gamle« ... »jeg holder mig frisk ved at cykle hver dag« ... »det er hendes gode humør der holder hende ung« ... »drik to glas rødvin til maden, og du lægger år til dit liv« ... »med de vaner han har, er der ikke noget at sige til, han ligner et alderdomshjem« ... »den side af familien har altid været svagelige, de dør som regel tidligt« ... »jeg er gudskelov begavet med et godt helbred«.

TO TYPER FORESTILLINGER

Hvor forskelligartede de enkelte håb, råd og udsagn end kan forekomme, kan langt de fleste inddeles i to hovedgrupper. Den ene gruppe tolker aldringen som et fastlagt skæbnevilkår (»i min familie«). Herved underforstår man, at den enkelte ikke kan gøre noget særligt fra eller til, hvad livslængde og

aldring angår, forløbet er så at sige fastlagt på forhånd, forudbestemt fra højere sted. Denne type kan kaldes deterministerne.

Den anden gruppe opfatter aldringen i et andet perspektiv, hvor den fri vilje råder. Her ses aldringen som et privat anliggende, den enkelte i høj grad har individuel indflydelse på (»jeg lægger år til mit liv ved at drikke det rette kvantum rødvin... cykle... spise sundt... ikke at ryge...« osv.). Denne gruppe kan kaldes aktivisterne.

De to typer livsholdninger er et koncentrat af mange forskellige indfaldsvinkler, vi er stødt på i arbejdet med sprogbrugen omkring aldring, her sat på spidsen for tydelighedens skyld. Som regel vil den enkelte sprogbruger svinge mellem yderpunkterne og skele til begge synsvinkler, både den deterministiske og den aktivistiske. De færreste determinister vil med roligt sind ryge 40 cigaretter om dagen og i øvrigt regne med, at alene generens arvemæssige egen-skaber bestemmer, om de får lungekræft eller ej. Ligesom det trods alt er de færreste aktivister, der fuldt ud sætter deres lid til, at de kan løbetræne og øko-spise sig fra at ældes på et eller andet tidspunkt.

I den sprogbrug, vi har observeret angående biologisk aldring, er der ikke desto mindre den gennemgående tendens, at de to forskellige grundholdninger viser sig ved enten at bestemme det enkelte individ som en aktiv og indflydelsesrig agent i aldringen (aktivisterne) - eller som et passivt offer for den gådefulde aldring (deterministerne).

LIVETS NEDTÆLLING

De fleste vesterlændinge regner vel med at leve omkring 70-80 år, hvis ikke der sker de store uheld. Forventningen om at have en vis livslængde til rådighed viser sig især inden for deterministens sprog- og livsverden. Denne »kvantumforventning« indebærer ofte en forestilling om, at der er »et eller andet«, som mennesket ikke selv er herre over, der forårsager aldringen og i sidste ende døden.

Forventningen om en bestemt livskvot er ikke kun en moderne forestilling, den kan spores tilbage til antikkens forståelses-univers.¹ Man mente dengang, at mennesket blev født med kvalitetene væske (fugtighed) og varme (ild), der så gradvist aftog med alderen; aldringen blev altså aflæst som en konsekvens af, at væsken og varmen var ved

at slippe op. Væske og varme bruges også i dag som metaforer for aldring, fx i udtryk som »hendes lys brænder langsomt ud«, »vindtør, indskrumpet og udtørret«.

CELLENIVEAU

Bevæger vi os på celleniveau og undersøger sprogbrugen herom, finder man hos molekylærbiologerne en forskningsretning, der i sit forestillingsunivers på mange punkter videnskabeliggør deterministens livsholdning og dermed kvotetankegang. I midten af 60'erne opdagede den amerikanske molekylærbiolog Leonard Hayflick, at celler i kultur kun kan dele sig et bestemt antal gange.² Dette resultat opfatter forskerne som en indikator for, at der findes noget, som styrer cellernes delingsproces – og dermed også noget, som afgør, hvornår cellerne skal holde op med at dele sig, dvs. ældes og i sidste ende »dø«.

Det faktum, at cellerne kun kan dele sig et bestemt antal gange, er sandsynligvis bestemt af *telomererne*. Telomererne danner endestykke på hvert af kromosomerne, og ved hver celledeling går der et lille stykke af telomererne, så de gradvist bliver kortere; telomererne fungerer altså som en slags regnskabsbog over cellens delinger. Telomererne har ingen genetisk funktion, for selv om de består af dna, koder de ikke for nogen gener. Men i og med at telomererne bliver kortere og kortere, så de til sidst helt kan forsvinde, ville kromosomerne og dermed generne blive beskadiget, hvis cellen blev ved med at dele sig.

UR-TEORIEN

Mennesket har vist altid ledt efter faktorer, der kunne afsløre noget om, hvor længe vi kan leve. Så da molekylærbiologerne fandt telomererne, der i bogstavelig forstand tæller ned, lå det lige for at kalde teorien *urteorien* – selv om en timeglas- eller stopursmetafor faktisk ville passe bedre.

Vi ser en klar parallel mellem antikkens aldringsforståelse, forklaret ved varme- og væsketab, og nutidens molekylærbiologiske aldringsforståelse, forklaret ved telomerernes afkortning. Begge forklaringsmodeller indebærer, at vi er født med et maksimum af et eller andet, som med alderen afkortes, udbrænder eller fordampes. På det overordnede plan er det altså samme *kvotetankegang*, der ligger bag forklaringerne, nemlig at vi gradvist får mindre af et eller andet, hvilket i sidste ende vil forårsage vores død (forud-



Foto: Time Harden. Polfoto.

sat vi dør i en høj alder). Ifølge tankegangen fødes vi således med en *livskvote*, og selv om man i dag ikke længere tror på væske og varme som medfødte kvaliteter, lever selve kvotetankegangen stadig videre, både i telomerforskningen og i vores sprogbrug og mentale univers. Det ses fx i udtryk som »jeg har ikke mange år tilbage«, »min tid er snart omme« og »mine dage er vist talte«, der alle tyder på en fælles forventning om, at vi fra fødslen har fået tildelt et bestemt tidsrum at leve i, som man støt og roligt bruger af, indtil det er brugt op. Dvs. at også kalenderårene, som jo er et rent kronologisk fænomen, kan forstås som del af en livskvote.

Urteorien opererer således med et ukendt »noget«, som individet ikke selv er herre over, som årsagen til aldring. Dette noget har historisk set ofte vist sig som et gudsbegreb, hvor man lægger ansvaret for eller meningen med aldringen ud til en højere magt. Men med den øgede interesse, der er for genforskning i dag, har genernes kodning delvist overtaget den plads, som den uransagelige skæbne havde tidligere; skæbnen er her i nutiden så at sige rykket ind i mennesket selv. En afgørende forskel på religiøse aldringsforestillinger og urteorien er, at det ikke er en gud *udefra*, der bestemmer menneskets skæbne og levetid,

men derimod mekanismer *inden* det enkelte menneske. Vel at mærke mekanismer man i dag videnskabeligt kan undersøge ved hjælp af telomerforskningen.

SLITAGETEORIEN

Også inden for aktivistens aldringsforståelse kan man finde en molekylærbiologisk pendant, der harmonerer med dennes aldrings-syn, nemlig *slitageteorien*. Teorien dækker en bred vifte af forskningsretninger, der alle har den overordnede antagelse tilfælles, at vi ældes, fordi vi slides. Derfor bliver målet i forskningen at mindske sliddet og at vedligeholde organismen bedst muligt.



Skade og reparation er to nøglebegreber i slitage-teorien. I molekylærbiologi bruges ordet skade på en anden måde end i dagligsproget. En skade er således fx en dna-ændring og ikke en brækket arm. Som det ses af ordvalget, beskrives mennesket som en maskine (skade, vedligeholdelse, reparation er alle maskinelle termer), men den menneskelige maskine er karakteriseret ved, at den gennem sin udviklings- og modningsperiode kan reparere sig selv *indefra*, hvilket har fået aldersforskere som Jeune og Kirk³ til at betegne mennesket som en *maskine af 2. orden*, mens maskinen af 1. orden er den rent mekaniske, der må sendes til fagmand og repareres udefra.

Evnen til at reparere sig selv er altså omdrejningspunktet for målingen af aldring, således forstået at reparerede skader egentlig er usynlige skader – skader der ikke eksisterer længere. Logikken er groft sagt: hvis skaderne bliver repareret, er der ingen aldring, og omvendt: jo flere skader, des mere aldring. Man ældes først, når skaderne ikke længere automatisk repareres, men langsomt ophobes.

Alderdommen betegnes ofte som »reparationsalderen«, men ifølge den molekylære slitage-teori ville det være mere præcist at definere aldringens start som det tidspunkt, hvor man træder *ud af* reparationsalderen, altså når organismen ikke længere er i stand til at reparere sig selv *indefra*. Aktivistens bevidste livsførsel vil her kunne bære frugt i form af udskudt aldring.

ARV OG MILJØ

Ur- og slitage-teorien kan også aflæses som eksempler på to teorier, der afspejler spørgsmålet om betydningen af arv kontra miljø. Aflæst på denne måde tager urteorien udgangspunkt i den genetiske arvmasse og hælder til, at det er her, svaret på aldringens gåde skal findes, mens slitage-teorien som udgangspunkt hovedsagelig fokuserer på ydre påvirkninger, der sætter deres spor i form af de fysiske skavanker, vi pådrager os gennem livet. Her leder man altså efter svaret i de miljømæssige faktorer. Dette er også en af grundene til, at slitage-teorien ikke har ét, men et utal af forskningsområder, eftersom miljøets påvirkninger er utallige.

KRONOLOGISK OG SKADESBESTEMT ALDRING

En ting er at blive ældre, en anden at være gammel. For hver dag, der går, kan vi lægge en dag til vort liv, uanset om vi er børn,

unge, midaldrende eller gamle. Det er dog sjældent, at vi oplever denne fortløbende kronologiske proces som en del af vores aldring. Som regel opleves aldringen i ryk: vi opdager en morgen de første grå hår og *ser* de første alderdomstegn, eller vi *mærker* pludselig, at vi ikke kan tage trapperne i samme tempo som tidligere.

Om aldring forstås som en livslang proces eller som et skift, der indtræffer på et bestemt tidspunkt, afhænger bl.a. af, hvilken aldersdefinition, man støtter sig til. På den ene side kan aldring forstås som en *kronologisk proces*, der udelukkende refererer til antal levede måneder og år. Her er der naturligvis tale om en proces, hvor aldringen starter ved fødslen og fortsætter livet ud. Inden for denne aldringsforståelse ældes vi alle jævnbrydigt – når vi er 35, er vi akkurat lige så gamle som andre 35-årige, vi er så at sige nået lige langt, i aldring, på vore individuelle tidslinier.

På den anden side kan aldring forstås som et skift fra en tilstand til en anden. Denne opfattelse finder vi i den biologiske eller mere præcist sagt *skadesbestemte aldringsopfattelse*, der måler aldringen i *tegn*; vi snakker om, at vi ældes, når vi får rynker, gråt hår, må bruge stok osv. Her er aldring altså en tilstand, der først opstår efter et vist skæringspunkt, nemlig når vores organisme ikke længere kan reparere de skader, vi konstant pådrager os. Inden for denne aldringsforståelse er aldring i højere grad et individuelt anliggende.

I dagligsproget fungerer de to aldringsforståelser ikke desto mindre ofte side om side, og tit følges kronologi og aldersbestemte tegn ad, eller vi har i hvert fald en forventning om, at kronologi og slitage følger hinanden, sådan at når de ikke gør, opfattes det som en undtagelse fra normalen. »Trods de firs er han så kvik og levende« eller »det er al den solbadning, der får hende til at se 10 år ældre ud«, er vendinger, der vidner om en fælles kronologisk målestok sat i forhold til individuelle fysiske/biologiske kendetegn (jf. Helle Rexbyes artikel om skønnet alder i sidste nummer af bladet).⁴

Der er altså ofte tale om en form for *parallelbetydning*, når man taler om alder. Fordi det er svært udelukkende at tale om skadesbestemt aldring, uden at kronologien ligger i baggrunden for aldersforståelsen.

Når man først er blevet bevidst om de to forskellige aldringsforståelser, kan man bedre forstå semantisk forvrøvede udtryk som »alle vil gerne blive ældre, men ingen vil være gamle«. For de færreste vil vel undvære den



kronologiske aldringsproces, hvorimod den skadesbestemte aldringsproces søges forhalet, skjult eller udsat så længe som muligt.

TABSMETAFORIK

Fra en kronologisk synsvinkel ældes vi altså livet igennem, mens der fra en skadesbestemt synsvinkel slet ikke er tale om aldring i livets første halvdel, men om udvikling og modning. Aldringen, eller den sidste halvdel af menneskelivet, omtales med ord som forringelse og forfald.

Det er bemærkelsesværdigt, at mennesker har en tendens til at opfatte første livshalvdel som *normen* for et helt menneskeliv, hvorved vi kommer til at betragte aldringsperioden som en *afvigelse* fra første livshalvdel, og som sådan som normbrud.

Vi kunne lige så godt, eller måske bedre, opfatte aldringen som en naturlig fortsættelse af en livsperiode, der nu er færdigudspillet, som en *aftøser* for første livshalvdel, eller som en anden akt, hvor helt andre spilleregler gælder.

Derfor vil vi gerne gøre opmærksom på den udbredte *tabsmetaforik*, der præger sprogbrugen omkring aldring – såsom at vi »mister spændstigheden«, »taber gløden« eller »ikke længere besidder« ungdommens aggression og hurtighed. Vi taler tit om ungdommens og midtlivets egenskaber, som om de var vores personlige ejendom, som vi er i vores gode ret til at beholde livet igennem. Men spørgsmålet er, om der ikke snarere er tale om en løsreven, mental lyst til mere ungdom, der kolliderer med biologiens indstilling på i aldringen at lade organismen arbejde langsommere, at drosle ned.

Set på denne måde er aktivistens ideal om en ung alderdom naturstridig. Godt nok kan man udskyde, forsinke og sløre alderdomstegnene, men dels tikker kronologien bestandigt, og dels vil biologiens udvikling uundgåeligt afløses af en afvikling. Begge livshalvdele er indbygget i et helt og meningsfuldt livsforløb. ■

LITTERATUR

1. Kirk H. Da alderen blev en diagnose. København: Munksgaard 1995.
2. Kølvrå S m.fl. Telomer-ender og telomerase. Ugeskrift for læger 1999; 3987-3991.
3. Jeune B, Kirk H. Med alderen... Ugeskrift for læger 1999; 407-410.
4. Rexbye H. Visuelle aldringstegn – hvad betyder de. Gerontologi og samfund 2003; 19: 3, 60-62.