

## NYE MENINGER NO

### Krekar misbruker islam

Mulla Krekar misbruker islam når han begrunner sine avskyelige trusler med islamsk lære.

LIM reagerer på referansene advokat Brynjar Meling og Mulla Krekar gir til islam og muslimer for å forsvare hans sak i retten.

I Dagsnytt 18 (NRK) den 15.02.12 sier Meling på vegne av Krekar at advarselen om at Erna Solberg og flere andre skal lide samme skjebne som ham selv dersom han blir utvist, er svar på spørsmål som enhver rettroende muslim vil måtte gi, basert på Koranen og rett islamsk tro.

Dette tar vi sterkt avstand fra. Hvorvidt det er snakk om en straffbar trussel eller en uskyldig religiøs ytring, er det opp til domstolen å vurdere og avgjøre i den pågående rettssak. LIM finner det betimelig å minne om at norske muslimer fordømmer misbruk av religion for å true eller oppfordre til vold.

Som kjent er Krekar utvist av Norge, men menneskerettighetene og norsk lov beskytter ham mot retur til Irak slik situasjonen er nå. Den samme loven beskytter også norske borgere som mottar trusler mot liv og helse fra Krekar. LIM setter både ytringsfrihet og religionsfrihet høyt, men denne friheten stopper ved trusler eller oppfordring til vold.

Les hele Tina Shagufta Kornmos innlegg på [nyemeninger.no](http://nyemeninger.no)

«Alle våre stortingspolitikere synes å arbeide for vekst i forbruket, selv om vi har et stort overforbruk (!).

Audun Hjertager i artikkelen «Grunnleggende grønt» på [nyemeninger.no](http://nyemeninger.no)

HALVOR FINNESS TRETVOLL  
Debattredaktør

Kronikk: 6000 tegn inkl. mellomrom.  
Hovedinnlegg: 4000 tegn.  
Innlegg/replik: 2000 tegn.  
Kortinnlegg: 800-1500 tegn.  
Sendes til: [debatt@dagsavisen.no](mailto:debatt@dagsavisen.no)

Legg ved portrettfoto. Innleggene kan legges ut på nett. Redaksjonen forbeholder seg retten til å forkorte innleggene.

**TRENING:** I «Puls» har de gått ned to buksestørrelser. I «Ingen Grenser» nådde de toppen av Snøhetta. Næringslivsledere flytter ut i smøreboden for å forberede Birken. Tempoet øker, prestasjonskravene kjenner visst ingen grenser. Men hva er det vi driver med?

## Prestasjonshelvete – på helsa løs?



KRONIKK  
MARIT  
FIGENSCHOU  
Statsviter

**Jeg er diagnostisert** med blant annet kreft og leddgikt, er fysisk aktiv, har vært på mange høye fjell, går Birken og har hatt stor glede av det. Nå er det snart Birken igjen, og tiden til familien klemmes inn mellom intervalløktene. Det er rå muskelkraft, prestasjoner og høyt tempo som er blitt vår tids symbol på vellykkethet. Og dette selger i mediene. Det er med uro jeg registrerer det ensidige fokuset på vellykkethet knyttet til vilje, fysisk styrke, konkurranse, smerte, buksestørrelser og merketid.

**Jeg føler stor beundring** og dyp respekt for deltagerne i «Ingen grenser». Ja, for funksjonshemmede generelt. De mestrer langt mer enn andre med to armer og to bein. Under et rehabiliteringsopphold på Beitostølen Helse- og sportsenter, klatret de fra meg i klatrevæggen og pigget fra meg i skiløypa. Det er bare å ta av seg hatten for det de får til! Birgit Røkkum Skarstein fortalte i et intervju at hun tidlig bestemte seg for at funksjonshemmingen ikke skulle få styre henne, men at hun skulle styre den. Det forteller om en psykisk prestasjon som mange – også funksjonsfriske – kan lære av. Det handler om å ta kontroll og regi over eget liv.

**Etter å ha sett serien på TV**, er det imidlertid bildene av ansiktsuttrykk som vrir seg i smerte, utmattelse og fortvilelse jeg sitter igjen med.

**Jeg har også stor respekt** for deltagerne i helsemagasinet «Puls» på NRK. Ikledd sponset treningskolleksjon settes kroppen i gang: armhevinger, løping, måling, tempo og smerte. De skal ned to buksestørrelser på fire uker. Det koster, og det skal gjøre vondt. Alle midler tas i bruk, og alle ledige øyeblikk må utnyttes. Er tiden for knapp, er det bare å ta i bruk jerngryter og handleposer for å gjøre styrkeøvelser på kjøkkenet mens du lager middag. Kropper som ikke er vant til slik aktivitet får kjørt seg. Det handler om viljestyrke og utholdenhet, og kroppen pines til det ytterste. Vi konkurrerer på tid, og vellykketheten måles i kropp, utseende, minutter og prestisje.

**Fysisk aktivitet er viktig**, og det er bra at det settes fokus på det. Men mediernes innfallsvinkel er i like stor grad preget av å få fram hva som er fysisk mulig å få til. Og seerne biter på agnet. Vi sitter i sofaen, stumme av beundring og heier på alle som når sine mål.

**Men er det ingen grenser** for hva som er fysisk mulig?

**Det vi kanskje ikke tenker** like mye over, er at vellykketheten og resultatene tilhører noen få – de som har



Vi er blitt avhengige av å være fysisk sterke, sunne og tynne – koste hva det koste vil, skriver kronikkforfatteren.  
ILLUSTRASJONSFOTO: SCANPIX

muligheter for å gjennomføre enda flere treningsøkter. Jeg stiller meg tvilende til om dette er like motiverende for dem som egentlig trenger å ta tak i eget liv og komme seg opp av sofaen. Smertefokuseringen og ubehaget har for stort fokus. Heltene er rett og slett for sterke, idealene for store og uoppnåelige. Det skal så uendelig mye til, og det skal gjøre så innmari vondt. Å komme i form blir rett og slett uoverkommelig for mange, og nederlaget er like rundt hjørnet. Alle endringer i livet er smertefulle, men det må være grenser for hvor mye smertehelvetet man skal igjennom. Jeg tror at dette skremmer mange fra å våge seg utpå, og dermed venter maktesløsheten og oppgittheten.

**Dette står i sterk kontrast** til problemene knyttet til at vi blir tyngre og ikke mosjonerer nok. Helseutfordringene står i kø i Norge i dag, og helseministeren har nok å gjøre. Fastlegene sykemelder oss for utmattelse og trøtthet samtidig som de vellykkede trener enda hardere, løper enda forttere og får enda bedre resultater. Som om ikke det var nok, doseres vi med lavkarbo og dietter.

**Det som er mest skremmende** etter mitt syn, er at alle tiltak for vellykkethet fokuserer på rasjonelle og fysiske løsninger. Ingen har så langt stilt spørsmål om hvorfor det er blitt slik. Hvorfor slanker vi oss? Hvorfor trener vi som gale? Hvorfor løper vi så fort? Og hvorfor kommer vi oss ikke ut av fastlåste mønstre?

**Jeg tror vi står overfor** et avhengighetsproblem. Vi er blitt avhengige av å være fysisk sterke, sunne og tynne – koste hva det koste vil! Maktesløshet

og oppgitthet møtes med lykkepiller og sykemeldinger. Vellykketheten ligger på det ytre plan, mens det kroppene våre egentlig skriker etter, er å senke tempoet.

**Blir vi lykkelige og friskere** av å prestere fysisk? Jeg stiller meg tvilende til det. Det ligger så mye forsakelse bak prestasjonene.

**Noen av oss** blir enda sterkere fysisk, mens andre gir opp før de har begynt. Idealene kan fort bli en trussel for dem som vil, men som samtidig skjønner at de aldri vil klare komme så langt som inn i TV-ruta.

**Norge ligger på toppen** når det gjelder muskel- og skjellets skader. Utbrenthet og utmattelsessyndromer er økende, og mange

trenger en hjelp de ikke får. Det gir overskudd å trene, sant nok, men det er ikke den eneste sannheten. Det gir også overskudd å senke skuldrene, være sammen med familien og sette ned tempoet. Hadde vi brukt en brøkdel av tiden vi i dag bruker til å trene, til å stille spørsmål om hva som gjør oss utslitte og trøtne og hva som gjør oss glade, ville vi kanskje fått et bedre liv.

**Det er veldig bra å trene** – men med måte! Vi har mye å lære av Birgit Røkkum Skarsteins tanker om hvordan hun kan leve med funksjonshemmingen sin. Å ha regi på eget liv handler om langt mer enn å prestere fysisk. Sidene i Dagens Næringsliv med treningstips, treningsmengder på høyde med toppidrettsutøvere og store biceps er ikke tilstrekkelig for et godt liv. Jeg ønsker alle lykke til i Birken.