

Artikel

# MÅLET MED

av *ALEXANDER  
STATHOPOULOS*





Äta en korv

↓  
Hinna till tåget utan  
att svimma på vägen

↓  
Träffa mormor

Alla dessa frukostar, luncher, middagar. Att äta är både ett mål och ett medel för våra handlingar.



# MÅLEN



ÄR MAN ÄR PÅ ETT VISST humör kan alla dessa frukostar, luncher och middagar kännas som bördor. De måste beslutas om, göras inköp till och tillagas. Det tar tid – hinner jag äta frukost, handla middag, laga lunchlåda? Dessutom måste man undvika att äta för mycket eller för salt, fett och sött. Eller för billigt och snabbt. Annars kan man dö eller bli tjock.

Hämtmat då? Lite dyrare än lagad mat, men ibland är ju tid pengar. Eller så struntar man i att äta någon dag, som 5:2-arna gör. Ska man köpa någon fryst rätt i stället? Eller kanske bara bita ihop och kämpa fram en

instagramnbar paradrätt?

Alla alternativ verkar ha sina nackdelar: Man förlorar tid, eller pengar. Eller man blir lite tjockare eller förblir hungrig och sur för länge.

Om humöret håller i sig, och man fortfarande är på jakt efter det perfekta alternativet, kan man bli lockad att ersätta ett mål mat med den där bruna hälsosåsen som finns i livsmedelsaffärerna och som går under namn som Nutrilett, Naturdiet, Modifast, Diet Shake, Allévo – uppenbarligen finns en marknad – och på internetpostorder (som det hippare Soylent).

Försäljarna lovar befrielse: Du slipper fetma och ohälsa, du behöver inte längre planera dina måltider och inte heller köpa mat. Du sparar kanske pengar, och definitivt tid. Kanske är det inte lika gott som mat, men möjligen går det att förbättra såsen i framtiden eller justera våra förväntningar på den?

Det här är ett sätt att tänka på sitt ätande: som ett krångligt navigerande för att undvika hinder och uppnå mål. Och jag tror att många tänker just så. Dessutom tror jag att det är tankarna som *skapar* känslan av att mat är en börda, att det vore bäst om man kunde uppnå sina mål – njutning, näring och så vidare – utan att krångla med mat.

**HUR HAMNAR VI** i denna betungade känsla, som är på en gång outtalad och påträngande? Kanske kan den bemötas med några filosofiska begrepp: *mål* och *medel*.

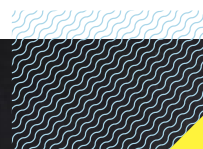
Mycket av det vi gör, gör vi för att vi håller på att göra något annat. Och mycket av detta gör vi för att vi försöker göra ytterligare något annat. Någon går till exempel upp ur sängen för att gå till jobbet och går till jobbet för att få lön. Eller också går den dit för att träffa sina arbetskamrater eller för att ta itu med en fascinerande arbetsuppgift eller något annat.

Så här kan vi framställa en liten del av en tänkt människas projekt:

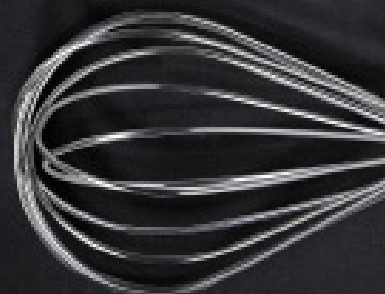


Mellan pilarna ser vi en serie av mål och medel. Här måste jag påpeka att mål och medel är *relativa* till varandra: att gå till jobbet är ett *medel* för målet lönearbete, men man kan också säga att lönearbete är ett *medel* för målet köpa en ponny.

Illustrationen är förstas för- enklad på flera sätt. En förenkling, som filosoferna har ägnat



Att jag tänker ut ett samtalsämne samtidigt som jag vispar ägg, gagnar min middagsbjudning.



ganska lite uppmärksamhet, är att vi ofta gör en sak för att göra *flera* andra saker:

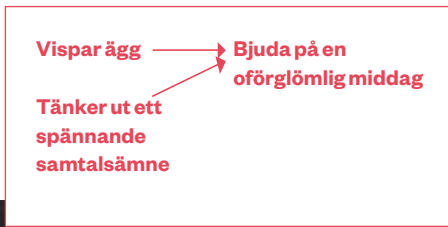


Så fort vi inser att det kan finnas förgreningar inser vi att dessa är många. Någon reser sig ur sängen för att gå till jobbet, men en sådan person är oftast inte bara intresserad av att gå till jobbet. Den kanske också

reser sig för att sträcka på sig, se efter vad det är för väder, ringa en vän och för att göra mängder av andra saker.

Våra projekt kan inte bara förgrena sig. De kan också växa samman. För vi gör ofta två eller flera saker för att uppnå ett specifikt mål. Till exempel kan jag vispa ägg och *dessutom* – kanske på samma gång – tänka ut ett trevligt samtalsämne, *för att* bjuda på en oföglömlig

middag. Så här:



När vi har förstått att våra göromål kan bilda kedjor, att dessa kan förgrena sig och förena sig, och att de till synes kan bli ganska långa (jag köper den här skjortan för att ta på mig den, för att bli fin på torsdag, för att imponera på ..., för att ...), så börjar det verka troligt att det mesta en människa gör är ett medel för att uppnå en mängd mål, som ingår i ytterligare kedjor, som bildar ett komplicerat nätverk och som tillsammans kan sägas utgöra en människas hela livsprojekt.

Hur passar då *ätandet* in i den här instrumentella ordningen? Svaret är att *ätandet* passar in på *många* ställen, eftersom det kan vara både ett mål och ett medel för en mängd andra aktiviteter. Vi kan börja med att ge några exempel på situationer där *ätandet* är ett *medel*:

**Någon äter tvåhundra gram lösgodis**

↓  
**Orka skriva i några timmar till**

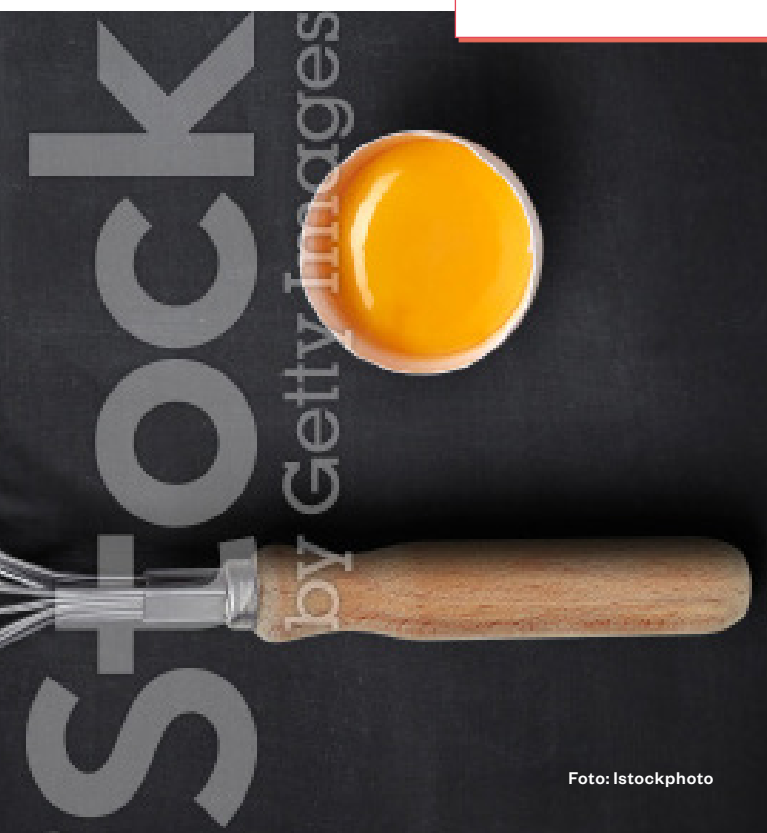
↓  
**Klara en deadline**

**Någon äter en sallad**

↓  
**Äta rätt antal kalorier och näringsämnen för dagen**

↓  
**Bli smal, frisk och snygg**

Att mat kan användas till olika saker blir extra tydligt om man studerar restau-





En korv äter man  
inte för att visa  
upp sig, utan  
för att det går  
snabbt.



istock  
by Getty Images™

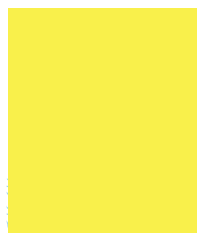
rangers marknadsföring. Här påminner vissa om att deras mat går *snabbt* att få och kan beställas *när som helst*. Andra säger att deras mat *smakar gott*, och en del hävdar att deras mat är *hälsosam* eller på olika sätt *etiskt gångbar* (kanske vegetarisk, klimatsmart eller ekologisk). Många restauranger påstår också att deras miljöer är ovanligt bra för att *äta i sällskap* eller kanske för att *slappna av*. Och lyxigare ställen framhåller möjligheten att genom maten *uppleva* något nyskapande som vidgar vyerna (och som antagligen också underförstås smaka gott). Dessutom erbjuder restauranger uttalat en möjlighet att *visa upp sig* som en som äter gott, dyrt, etiskt, nyttigt eller i imponerande sällskap. Varför skulle det annars finnas så mycket matbilder på sociala medier?

Det är antagligen inte unikt att ha sådana mål med sitt ätande. De flesta exemplen skulle kunna utspela sig på de flesta kontinenter och i de flesta tider. (Fast det är svårt att tänka sig en stenåldersmänniska som äter för att uppnå några estetiska eller etiska höjder.)

**NÅGOT TYCKS DOCK** vara nytt med vårt samtida ätande. Varje måltid verkar snarast optimerad för ett eller ett par specifika ändamål: Frukosten ska vara snabb och nyttig på vardagarna, men på helgen är den ett tillfälle att gottgöra förlorad kvalitetstid med partners, barn eller vänner. När man är ensam ska middagen ätas och glömmas så att man hinner ha kul innan man somnar, men på en dejt blir den ett samtalsämne och (i alla fall om samtalet utvecklar sig trögt) nästan ett studieobjekt.

Alla lever självklart inte just så här. Men många verkar äta på ett ändamålsoptimerat sätt. Här är några andra exempel där mat används till något specifikt: Någon äter en insekt för att kunna skryta om händelsen, någon äter ett hjärta för att visa att den är en stark och intressant person, någon håller i sig yoghurt för att bli mätt och kunna somna, någon äter något den ogillar för att passa in i ett socialt sammanhang, någon äter en grönsak för att visa ett barn att det inte är äckligt (för att barnet ska få bra matvanor), någon gnager på en griskind för att övertyga sig om att hela grisen kan och bör ätas. Och någon äter söt-saker för att lugna ner sig efter ett bråk. Läsaren kan säkert komma på fler exempel.

**ÄTANDET ÄR ALLTSÅ** en metod för att uppnå ett bestämt mål, och maten är ett verktyg, ungefär som när man hamrar med en hammare. Den som hamrar gör vanligen det för att få in en spik i en vägg till exempel, men ibland för att slå sönder något. Få är intresserade av att hamra för hamrandets skull, och om det fanns ett effektivare sätt att få in spikarna eller ha sönder grejerna, så skulle man välja det i stället. Ibland känns det som om ätandet har blivit som hamrandet också i det avseendet: få är



Alexander Stathopoulos disputerade 2015 på en avhandling om avsiktlig handling.

**LÄSTIPS:**

**Hur ett projekt kan delas upp i kedjor av medel och mål kan man läsa om i Elizabeth Ancombes *Intention* och Michael Thompsons *Life and Action*. Det finns många nya böcker med etiska och estetiska synvinklar på mat och ätande. Ett exempel är samlingen *Food & Philosophy*, sammanställd av Fritz Allhoff and Dave Monroe.**

intresserade av att äta mat i sig – de flesta är bara intresserade av konsekvenserna av att äta.

Det är den attityden som får ätandet att kännas som ett nödvändigt ont och bjuder in känslan av att vi lika gärna skulle kunna ersätta det med något annat, till exempel Diet Shake. Det är sant att det inte skulle vara en fullvärdig ersättning för att äta, men kanske kan vi ta till flera substitut, och gå så långt som att dricka brun gegga för att få näring, ta droger för att få njutning och ställa fram receptböcker för att verka matintresserade och allmänt belevade. Kanske har ätandet redan börjat pressas undan från våra liv på dessa sätt.

Att se på ätandet som ett medel för att nå bestämda mål och att dessutom tänka sig att det medlet är utbytbar och uppdelningsbart, är svindlande. Jag vill inte argumentera mot den inställningen till ätandet eller ens uttrycka ett alternativ till den – vad skulle det förresten vara, att upphöja ätandet till självändamål? Jag vill bara att vi får syn på hur vi förhåller oss till mat och att äta. ☉