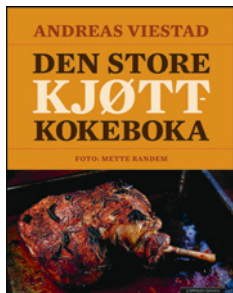


Smakfullt til beinet



Andreas Viestad
Den store kjøttkokeboka
 368 s, ill. Oslo: Cappelen Damm, 2015.
 Pris NOK 449
 ISBN 978-82-02-48725-6

FNs klimapanel har påpekt at redusert kjøttinntak er et viktig tiltak for å begrense klimaendringene. Vi har alle sett de perverse kakediagrammene som viser hvor mye mer energi og landareal det tar å fremskaffe rødt kjøtt enn tilsvarende kaloremengde i poteter, ris og hvete. I tillegg la Verdens helseorganisasjon (WHO) nylig frem sin rapport som koblet høyt inntak av kjøtt til kreft, særlig tykktarmskreft.

Med andre ord: Forlaget kunne kanskje tenkt seg et bedre utgivelsestidspunkt for sin nye, kjøttsatte bok. Eller kanskje ikke likevel. For det første øker nordmenns kjøttforbruk ifølge Helsedirektoratets siste rapport om befolkningens kosthold. For det andre har Andreas Viestad tidligere vist seg som en forkjemper for godt dyrehold og økologisk landbruk. Forfatterens intensjon er at vi skal bli mer *bevisste* kjøttspisere, at vi skal spise hele dyret når vi først spiser kjøtt. Som han skriver: «Vi ender opp med bare å spise noen få deler av kjøttet – biflkjøttet. Det er dårlig bærekraft. Det er dårlig etik. Det er også ganske uholdig.» Og det passer egentlig godt overens med WHO-rapporten, som primært påpekte de negative helseeffektene av prosessert kjøtt. Det slipper ikke så mye som en ferdiglagd pølse inn på Viestads kjøkken – vi snakker stykningsdeler og innvoller.

Forfatteren konsentrerer seg om lam, svin og storfe, og innledningsvis presenteres stykningsdeler og tilberedning. Her serveres vi delikate og pedagogiske plansjer over dyrene, i en fargepalett som minner om de geografiske kartene man før i tiden hadde hengende over tavlen på barneskolen. Deretter følger oppskriftene, kategorisert etter hvilken del av dyret man tar utgangspunkt i. Boken er oversiktlig og lett å finne frem i, har et delikat preg med sobre farger, deilig papirkvalitet og lekre bilder – selv panert hjerne satte fart i spyttkjertlene hos undertegnede. Glemte retter som «potteskjøtt» fra Bergen løftes frem, og nye som «puppesuppe» har fått sin plass. Innimellom er det avbildet tykke og blide mennesker som står i nær kontakt med sine dyr.

Forfatteren formidler sin kreativitet og dype respekt for dyrene vi spiser. Min gamle bestemor, som på mange måter var personifiseringen av sparegenerasjonen, ville ha nikkert anerkjennende til mange av rådene som gis. Svinekjake du måtte ha til overs, kan brukes til å «impregnere sko, sette inn skjærebrett og som fettkule til småfuglene om vinteren». Boken vil nok ligge under mangt et antroposofisk juletre.

Samtidig er det noe prektig, noe *riktig*, over det hele, som nok kan få noen hver til å miste motet. Personlig falt jeg av ved «svine-nakke bakt i høy», der man helst skal benytte friargras eller gulaks, eventuelt bare lukte seg frem til den beste gressorten. Boken egner seg ikke for deg som allerede føler at det er for mye «bør» i livet, og som allerede har nok med å sjonglere jobb, familie og pilates. For alle andre kan jeg trygt anbefale den.

Ketil Slagstad
 Medisinsk redaktør, Tidsskriftet

Kampen for å høre og høre til



Inger Anita Herheim
Vågestykket
 Veien mot fellesskapet.
 272 s. Ferd Forlag, 2015.
 Pris NOK 298
 ISBN 978-82-303-2880-4

Vågestykket er en selvbiografi. Forfatteren skriver om sin oppvekst på Voss og sitt liv som tunghørt med et progredierende hørselstap. Målgruppen er alle som vil ha innsikt i utfordringer og barrierer hørselshemmede mennesker opplever å stå overfor, og særlig hørselshemmede selv, foreldre til hørselshemmede barn, audiopedagoger og helsepersonell som arbeider innen hørselsfeltet.

Selv om forfatteren beskriver en oppvekst i 1960- og 70-årene, med begrenset hørselsteknologi tilgjengelig, er beskrivelsene av de sosiale utfordringene hun har opplevd, fremdeles relevante.

Fortellingen begynner om våren da forfatteren er sju år. Da har hun allerede gått nesten ett år på skolen uten tilrettelegging. Hun har opplevd å bli stemplet som dum og lat, og har begynt å utvikle en sterk følelse av utenforskap og et selvbylde som mindreverdig.

Kampen for å høre, og for å høre til, i tillegg til kampen mot det negative selvbylde, er gjennomgangstema. Både i familien, på skolen, i høyere utdanning og senere som fysioterapeut og som mor, møter hun negative holdninger og manglende kunnskaper om hva en hørselshemming medfører. Forfatteren får frem hvordan hun har måttet mobilisere alle sine ressurser for å nå målene hun har satt seg. Man blir ydmyk når man leser om anstrengelsene og de innsiktsfulle teknikkene hun har tatt i bruk.

I dag er Inger Anita Herheim psykomotorisk fysioterapeut og har cochleaimplantater. Hun setter med et presist og godt språk ord på hva det gjør med kroppen å høre dårlig, selv når man bruker tilgjengelig hørselsteknologi. Hun beskriver både de fysiske anstrengelsene ved å lytte og lese på munnen, og de psykiske belastningene ved å uroe seg over om man misforstår. Sentralt står beskrivelser av hvordan hun ofte later som om hun forstår. Hun kaller dette «å havne på liksomlassen», noe som svarer til termen «passing» hos den amerikanske sosiologen Erving Goffman: å skjule et stigma for å skåne omgivelsene.

Herheim fremstiller seg ikke som et offer, noe som er et viktig aspekt ved fremstillingen. Likevel kan man som leser ikke la være å bli slått over det urettferdige i at forfatteren selv gang på gang må ta ansvar for sin funksjonsnedsettelse. Forskning om sansetap viser hvor nedslående vanlig dette er.

Vi trenger flere slike bøker på norsk, og jeg anbefaler denne for alle som ønsker å få et innblikk i hva hørselshemming kan innebære.

Patrick Kermit
 Professor i funksjonshemming og samfunn,
 Institutt for sosialt arbeid og helsevitenskap
 Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet