

En kort video från Förändringens Röst

11. Kritik är en avgörande del av homeostasens funktion

Manlig röst:

Den mänskliga kroppen strävar ständigt efter att upprätthålla en balans mellan sina element, både medvetet och omedvetet, i alla situationer. Kroppen gör detta eftersom förlust av balans leder till oordning. Den ständiga uppkomsten av obalans och oordning leder till döden, något som en levande organism kämpar för att undvika.

Kvinnlig röst:

Som vi tidigare har diskuterat är upprätthållandet av både ordning och balans en funktion av homeostasen. Om du är född frisk och kan leva hälsosamt kommer du under många år ha få svårigheter att svara på homeostasens krav.

Manlig röst:

Din kropp upprätthåller automatiskt ordning och balans genom din omedvetna hjärna. Den reglerar kroppens relation till omgivningen genom att reagera på nödvändiga sätt. Vid behov kallar den sedan på den medvetna delen av hjärnan för att ingripa.

Kvinnlig röst:

Till exempel måste kroppens temperatur hållas på en specifik och konstant nivå. En ökning av omgivningstemperaturen kan störa denna ordning och skapa obalans. För att motverka detta försöker kroppen kyla ner sig genom att svettas och därigenom neutralisera miljöpåverkan. När omgivningen blir kallare börjar kroppen att darra för att producera mer värme och motverka kylan.

Manlig röst:

Svettning och darrningar är signaler från din kropp till ditt medvetna sinne. De förbereder dig på att agera, kanske genom att fly undan värme eller kyla. Denna snabba reaktion hjälper den omedvetna delen av hjärnan att upprätthålla ordning och balans.

Alla typer av ofrivilliga reaktioner i din kropp har som syfte att bevara ordning och balans i den. Till exempel, om ditt finger rör vid ett hett föremål dras handen tillbaka på en bråkdels sekund. En sådan handling minimerar kontakten med värme som kan skada hud och vävnad.

Kvinnlig röst:

Faktum är att kroppen på en bråkdels sekund korrigerar sin felaktiga rörelse. Vänligen ha denna revidering och korrigering av rörelse i åtanke, eftersom vi kommer att behöva återkomma till den. I detta sammanhang bör vi nu fördjupa oss lite mer i den brännande känslan i dina fingrar.

Manlig röst:

I detta exempel får den brännande känslan i ditt finger ditt medvetna sinne att överväga att behandla brännskadan. Om brännskadan är allvarlig kan du behöva konsultera en läkare eller till och med uppsöka sjukhusvård.

Med vår förståelse av hälsa – det vill säga 'ordning och balans' i kroppen – har vi vidtagit nödvändiga åtgärder. Dessa åtgärder täcker alla nivåer av oordning och obalans, både individuellt och kollektivt.

Kvinnlig röst:

Kyl- och värmeanordningar, lämpliga kläder och första hjälpen-kit i hemmet är alla svar på den ordning och balans som homeostasen kräver. Vidare tjänar tillgång till mediciner, läkare, sjukhus och kirurgi också detta syfte, vilket vi tillämpar på den individuella människokroppen.

Manlig röst:

Trots alla dessa åtgärder för att behandla brännskador undviker vi att utsätta någon del av vår kropp för att brännas. Med andra ord strävar vi efter att förebygga all skada på kroppens ordning och balans.

Kvinnlig röst:

Att förutse och förebygga oordning och obalans är inte begränsat till brännskador.

Som moderna, utbildade människor strävar vi efter att undvika alla faktorer som stör kroppens ordning och balans. Detta uppnår vi genom en balanserad kost och regelbunden motion.

Manlig röst:

Skulle ändå oordning och obalans uppstå, står hälso- och sjukvårdssystemet till vårt förfogande. Dess syfte är att återställa ordning och balans – alltså hälsa – i våra kroppar.

Till exempel, om en hjärtklaff blir problematisk och hotar kroppens normala funktion, kan hjärtkirurgi bli nödvändig. I sådana fall strävar specialister på välutrustade sjukhus efter att genom operation återställa kroppens ordning och balans.

Kvinnlig röst:

Processen att reagera på obalans och oordning, och att korrigera kursen, har ett annat namn, som vi kallar Kritik. Herr Azadfar definierar det så:

Kritik är en begäran eller fråga utformad av människans sinne för bedömning och förändring.

Kritik är den högsta formen av revidering som kan bevara "Balansen" inom en enskild människa, mellan människor, och till sist, mellan mänskligheten och naturen.

Manlig röst:

Kritik är inte enbart begränsad till att upprätta ordning och balans i den enskilda människokroppen, utan måste även sträcka sig till mänsklighetens kollektiva kroppar.

I mänsklighetens väldiga kropp är fred likvärdig med hälsa. Både fred och hälsa är resultat av att ordning upprätthålls och balans råder mellan kroppens organ.

Kvinnlig röst:

I exemplet med att röra vid ett hett föremål förstår och accepterar vi lätt kritik. Detta innebär att vi reviderar och korregerar vår felaktiga rörelse eftersom en tredjedel av homeostasen fungerar.

Manlig röst:

Föreställ dig om en tredjedel av homeostasen också slutade fungera. Då skulle din kropp inte utföra någon 'kritik', inte heller revidera och korrigera sina felaktiga rörelser. I så fall skulle en brännskada på ditt finger kunna sprida sig till hela handen och kroppen, vilket i värsta fall skulle kunna leda till döden. Detta eftersom värme orsakar oordning och obalans i kroppen, oavsett om den kommer från ett brinnande föremål eller från luften.

Kvinnlig röst:

Lyckligtvis, eftersom en tredjedel av homeostasen fungerar väl, har vi inga problem med att acceptera 'kritik' inom våra kroppar. Det innebär att vi lätt reviderar och korregerar våra felaktiga rörelser.

Manlig röst:

Situationen är dock helt annorlunda inom mänsklighetens kollektiva kropp och dess gemensamma liv. På grund av homeostasens bristande funktion saknas ordning och balans mellan människor, och mellan mänskligheten och naturen, i grunden relevans.

Kvinnlig röst:

Följaktligen sker acceptansen av 'kritik' eller revideringen och "korrigeringen av felaktig rörelse" antingen inte alls. Om det ändå sker, inträffar det ofta mycket sent, efter att betydande skada redan har uppstått.

Manlig röst:

När det gäller den individuella kroppen utförs kritik av kroppen som en helhet. Men vad gäller mänsklighetens kropp är det politiken som ofta är den del som orsakar fel och skada i samhället. Den avstår vanligtvis från att frivilligt acceptera kritik. Om kritik ändå uppstår, kommer den oftast från andra delar av mänsklighetens kropp.

Kvinnlig röst:

Generellt sett, på grund av att två tredjedelar av homeostasen inte fungerar, är frivillig självkritik svår och smärtsam för var och en av oss. Men graden av denna svårighet och smärta ökar hos mäktiga män. Vi kritiserar inte bara oss själva mer sällan, utan har också stora svårigheter att acceptera kritik från andra.

Manlig röst:

Obehaget och smärtan i samband med kritik når sin topp när en individ utvecklar ett behov av falsk säkerhet. Detta sker ofta till följd av ideologiska övertygelser eller uppnådd makt. Denna falska säkerhet måste förbli oberörd av alla yttre faktorer.

Kvinnlig röst:

Som vi har sett orsakar en skakning i grunden för en sådan falsk säkerhet stress och ångest. Dessa obehagliga känslor påverkar både ideologiskt drivna och mäktiga individer. Som en försvarsmekanism måste de eliminera varje faktor som stör denna falska säkerhet för att bevara sitt lugn.

Manlig röst:

När de yttre omständigheterna blir alltmer komplexa blir det svårare att upprätthålla en falsk känsla av säkerhet. Följaktligen blir det också allt mer besvärligt att tolerera kritik.

Kvinnlig röst:

Sedan början av 2000-talet har de globala omständigheterna blivit alltmer komplexa. Detta beror på en obalans mellan vetenskaplig kunskap och visdom. Följaktligen har toleransen hos makthavare inför kritik minskat.

Manlig röst:

Freedom House bedriver forskning och opinionsbildning om demokrati, politisk frihet och mänskliga rättigheter. Organisationen publicerar en årlig rapport varje år. Sedan 2006 har en fras varit återkommande i dessa rapporter: friheten i världen minskar. Till exempel står det i deras senaste rapport: "Den globala friheten minskade för artonde året i rad under 2024."

Kvinnlig röst:

Journalister är i frontlinjen bland dem världen över som faller offer för inskränkta friheter. De begär att makthavare ska acceptera kritik eller revidera och korrigera sina felaktiga handlingar. Men att följa denna begäran är omöjligt på grund av statsmännens oförstånd, då de är berövade vis kunskap.

Manlig röst:

Statsmännens oförstånd lämnar dem inget annat val än att tysta journalister och andra kritiker. Vi kommer att fortsätta denna diskussion i nästa program.