

KLAS HALLBERG

HELA SVERIGE HÅNGLAR

.....

OM ATT LEVA INNAN MAN DÖR

INNEHÅLL

Miljoner ögonblick av hängel	9
------------------------------	---

1 Om ägarskap och vardagsrisker

Johan – Ett kapitel om ögonblicket	17
Att be livet om det man vill ha – Eller att välja att gå på toa	23
Vem borde ta tag i det här? – Ett kapitel om någon annan	29
Men är jag verkligen inblandad? – Ett vidrigt kapitel om det här med vem som lever ditt liv	35

2 Om världsbild och förvirring

Vems är dina åsikter? – Ett kapitel om sanningar	43
Ska det bli världskrig pappa? – Ett kapitel om vart världen är på väg	51
What you focus on expands – Hemskt ledsen, men det stämmer	77
Jag vet inte! – Om det är omätbart är det svårt att veta	85

3 Om rädslor, risk och omständigheter

När själva rädslan är problemet – Om att bli avvisad	95
Den mobila toaletten – Om konsten att slippa obehag	101
Ränta på ränta – The Klas Hallberg Risk Management Strategy	109
Hur var det nu med omständigheterna? – Vilka av dem, och hur mycket får de påverka?	115

Den statistiskt sett vanligaste orsaken till sjukdom och död – Ett kapitel om uflaks	121
Att stanna kvar i Johan-ögonblicket – Om att varken gå framåt eller på toa	127
Medvetna och omedvetna omständigheter – Ett kapitel som inte handlar om psykoterapi	131
Det normaliserande vansinnet – Om sånt man hållit på med, men som inte påverkar livet i dag?	135
Det krävs två för att den ene ska bli kränkt – Ett kapitel om de lättkränkta land	143
4 Om verktyg, mening och frihet	
Men hur ska man göra då? – Ge mig för helvete ett verktyg	151
SNHK-metoden – Ett kapitel med ett förslag	159
Meningen med livet och det här med ”pörpösset” – Om att formulera själva frågan	173
Humor, konst och meningen med livet – Ett ambitiöst kapitel för den som verkligen funderar på vad livet går ut på	181
Det går inte att överdriva hur oviktigt i princip allting är – Om reptricket att ge sig hän och vara fri samtidigt	189
Faaaaaannnnn!! – Om att Johan aldrig vågade	199
Till slut – Om berättelser, barn och framtid	203
Böcker och länkar	207

MILJONER ÖGONBLICK AV HÅNGEL

Varför ska bela Sverige hängla?

År 2004 gav jag ut boken *Hängla mer*. Själva metaforen – att hängla – gick ut på att det kan vara opraktiskt att hängla. Det kan bli svettigt och pinsamt, och många väljer därför att småpussas i stället för att hängla, de har kläderna på rätt ställe och kontroll på situationen.

Som livsmetafor tänker jag att vi måste hängla. Jag önskar att fler söker det opraktiska, det krångliga, att fler vågar riskera att det blir pinsamt och kanske svettigt. Att vi ibland vågar ta risken att tappa kontrollen lite grann.

När jag nu, sommaren 2018, sitter här och skriver förord till den här boken gör jag det mot bakgrund av att jag kapitalt misslyckades förra gången.

Intentionen med den första hängelboken var att inspirera människor till att ta mer risker i vardagen, våga gå sin egen väg, att inte vara så likriktade och politiskt korrekta. Well, jag blickar tillbaka och min känsla är att jag misslyckades. Jag önskar att fler hade tagit steget och hänglat mer. Därför kommer nu andra vågen. Det blir mer hängel! Jag vill få hela Sverige att hängla, jag vill att vi hjälper varandra i de där ögonblicken när vi tvekar, när vi funderar på om vi ska framåt eller backa tillbaka. Att

vi ska hjälpa varandra när vi undrar om vi ska våga vara sårbara eller inte. Jag hävdar att ju fler vi är som tar risker i vardagen desto lättare blir det och desto mer socialt accepterat blir det att både lyckas och misslyckas.

Den här boken handlar om att leva innan man dör, och därmed kommer ett av mina centrala budskap att handla just om att våga mer. Framför allt i det lilla. Att taasmånga små risker, men också en och annan verkligt stor risk.

Så till bokens undertitel. Det här med att livet ska levas *innan* vi dör kan ju tänkas vara en lite onödig uppmaning, och egentligen är det väl bara vissa religiösa grupper som på allvar tänker att de ska leva i nästa liv i stället. Jag vill påstå att det senare är en högriskstrategi. Bättre att leva i båda lives i så fall. Eller i *alla* liv, om du nu är lagd åt det hållet. Utgångspunkten för mina resonemang i den här boken är att det enda liv vi lever just nu är det här livet, och min uppfattning är att det ska levas alldeles oavsett vad som händer sen.

Livet riskerar också att bli en enda lång väntan. Att vi tänker att "bara jag fixat det här så ska jag leva". Bara jag skaffat mig en utbildning, eller barn, eller ett jobb, eller en partner eller vad det nu är.

Om vi i stället för att vänta tar och hånglar upp livets alla ögonblick kan vi leva under tiden vi undrar vart vi är på väg, och då kommer vi att må bättre, ha roligare och få fler saker gjorda.

[DISCLAIMER]

Du behöver inte den här boken

Jag vill verkligen poängtera det som står ovan, för ... du har hittills klarat dig hela ditt liv utan den här boken, och du kommer att klara dig utan den även i framtiden.

Jag är medveten om att människor är olika, och att det vore osannolikt att du ska tycka att precis allt jag skriver om i den här boken är relevant för just dig. Därför är mitt förslag att du letar efter sådant som betyder något för just dig, och inte låter dig störas alltför mycket av det andra.

Jag kommer ibland att referera till någon forskare eller akademiker som kan sägas ha evidensbaserade teorier runt de ämnen jag berör, men i huvudsak skriver jag om mina egna funderingar och jag gör inte anspråk på att det är "sant".

Jag kan ha fel om i princip allting.

.....

Boken är tänkt att fungera som en sorts "funderingskompis". Kanske en sån där bok man återkommer till några år senare och att man då läser in en helt annan innebörd i de olika kapitlen. Mot bakgrund av detta kommer jag sällan att uttrycka mig tvärsäkert. Det är viktigare för mig att du får inspiration till egna relevanta funderingar, än att du tycker att jag "har rätt".

Många av er som läser har sannolikt sett mig på scen. Mest sannolikt på en föreläsning, men det kan också ha varit på någon av mina filosofiska humorshower som jag med ojämna mellanrum sätter upp på olika teatrar runt om i landet. På scen blir det ofta

en monumental skratifest där humorn, förutom att ha ett egenvärde, också fungerar som en slags trojansk känslöshäst in i en djupare upplevelse, samtidigt som man garvar.

Med den här boken vill jag ta mig an filosofin bakom humorn, tankarna och förhållningssätt kring de lite djupare existentiella frågorna. Här finns inga regler och inget facit utan jag har samlat konkreta idéer och personliga funderingar, och hoppas att de kan fungera som en resursbank för dig, så att du får ut lite mer av tillvaron.

Inledningsvis kommer ni att få ta del av en händelse, ett ögonblick, som jag har lånat av min vän Johan Ekenberg. Ett ögonblick ur vilket jag härlett löjligt många olika reflektioner. Jag kommer att beröra vardagens småsaker, hur vi formar vår världsbild, hur vi upplever mening i livet och hur vi förhåller oss till döden.

Helt kortfattat vill jag säga ungefär det här:

Livet är ett äventyr som ska upplevas, inte ett projekt som ska genomföras.

En nästan överkligt klyschig mening, som blir mindre poetisk om man rensar lite i den, så att den lyder:

Livet ska upplevas – inte genomföras.

Detta står jag för.

Livet är väl för helvete till för att upplevas! Inte går väl livet ut på att man ska transportera sig till sin egen grav på effektivast möjliga sätt?

Nä. Nu jädrar. Nu kör vi. Nu ska det hånglas!

Hurraaaaaaaaaaaaaa!!