

This is an electronic reprint of the original article. This reprint may differ from the original in pagination and typographic detail.

Att-göra-listans aggressiva bödelspotential

Perera, Ylva

Published in:
Hufvudstadsbladet

Published: 31/08/2021

Document Version
Accepted author manuscript

Document License
Publisher rights policy

[Link to publication](#)

Please cite the original version:

Perera, Y. (2021). Att-göra-listans aggressiva bödelspotential. *Hufvudstadsbladet*. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe202201148688>

General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

Take down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

Att-göra-listans aggressiva bödelpotential

När den första coronavåren upplöste alla fysiska gränser mellan arbete och fritid satte sig mitt ostrukturerade doktorandarbete som ett dimmoln runt mitt huvud. Det fanns texter som skulle skrivas parallellt, böcker som behövde läsas, möten att zooma in till, seminarier att delta i och bakom allting avhandlingen själv som en dyster vålnad. Under en av otaliga promenader längs Aura å utgöt jag min frustration för en vän som rådde mig att börja med bullet journaling.

Jag kände till begreppet från Instagram, men trodde att det mest gick ut på att skriva i sin kalender med snirklig handstil. Nu visade det sig att det fanns betydligt enklare varianter av konceptet, som i korthet går ut på man skapar listor över allt man måste få gjort på års-, månads- och veckobasis, för att sedan kunna portionera ut sina uppgifter i att-göra-listor för varje dag. Det hade snabbt en lugnande inverkan på mitt arbete. Plötsligt kände jag inte att allt borde göras hela tiden, utan jag hade överblick, kontroll.

Snart började jag skriva in också icke-arbetsrelaterade grejer på mina listor. Träningspass, promenader, telefonsamtal, att svara på vänners meddelanden. Dels för att det var saker som kändes viktiga, dels för att det gav en tillfredsställelse att få bocka av också sådana aktiviteter från listorna. Ironiskt nog märkte jag ändå efter ett tag att just avbockandet hotade underminera känslan av värde. När interaktionerna med vänner förvandlades till punkter blev drivkraften att avklara dem starkare än närvaron i själva mötet eller samtalet. I slutet av veckan kunde jag ofta inte minnas vad jag sagt till vem, eller vad som sagts åt mig. På pappret såg mitt sociala liv rikt och varierat ut, men i verkligheten kändes folk längre bort än tidigare, och inte bara på grund av den fysiska distansen.

Nu under sommaren har jag, likt många andra, läst den tyska sociologen Hartmut Rosas bok *Det vi inte kan råda över*, som nyligen utkommit på svenska. Han påpekar att moderniteten normaliserat idén om att människors primära förhållande till världen är aggressivt. Saker ska behärskas, blottläggas och brukas, det är så vi definierar framgång, och det ger oss en känsla av kontroll. Det här syns i hur vi behandlar naturen, men också i hur många talar om sina liv, som en räckta målsättningar som ska förverkligas. Problemet med detta är att vi riskerar se allting genom ett prestationsfilter och blir oförmögna att relatera till världen och människor på ett sätt som verkligen berör oss. Rosa talar om resonans, att världen känns angelägen istället för stum.

Jag tror inte att det är en slump att vår effektivitetsdyrkande kultur hyllar att-göra-listorna. Och de är inte dåliga i sig, att skapa struktur i sitt arbete och skriva upp saker för att inte glömma dem är bara smart. Men när det gäller det som på riktigt är viktigt i livet tror jag att att-göra-listan är en bödel snarare än en vän. Just för att den lurar en att tro att det är avbockandet och erövrandet

av möten och upplevelser som är det viktiga, istället för den potentiella resonans som gör dem meningsfulla. I löftet om att du ska få kontroll över ditt liv blir mycket av själva livet, det som är oförutsägbart och omöjligt att standardisera i en lista, bara störningsmoment. I värsta fall blir vi såpass hjärntvättade att vi är gladare över en produktiv, "avklarad" dag, än över en dag som öppnat sig.

Ylva Perera

Skribenten är litteraturvetare