



CHRIS MACDONALD
EMPOWERED BY GRACE

I vores højt intellektuelt og teknologisk højt udviklede samfund glemmer vi ofte, at den virkelige årsag til udviklingen af hjerner her på planeten er at gøre bevægelse mulig. Vi kan ellers godt lide at tro, at hjernerne udviklede sig for at gøre os i stand til at forstå matematik, læse, kommunikere med andre, drømme store drømme og filosofere.

Men sandheden er altså mindre sexet, og faktum er, at hjerner opstod for at holde styr på avancerede bevægelser. Vi er ikke gopler, som knap kan andet end drive med strømmen. Vi kan løbe, skrive indviklede bogstaver, kaste og gribe en bold med stor præcision, kramme, klatre og grine ... alt sammen vanvittigt komplicerede bevægelser, som hjernen er kontrolcenter for.

Og når vi nu ved det, skulle det stå krystalklart, at det er en katastrofe at adskille bevægelse fra vores daglige liv og indlæring, når det handler om velvære og udviklingen af den menneskelige hjerne og psyke.

Børn har brug for massive mængder bevægelse, leg og kontakt med naturen, og de har brug for at kombinere indlæring med fysisk aktivitet, hvis de skal trives.

Hjernen forventer bevægelse, og hvis forventningen ikke opfyldes, holder hjernen ganske enkelt op med at fungere optimalt. Bundlinjen er, at det vil forringe et ungt menneskes muligheder for at lære og i sidste ende også ramme vedkommendes livskvalitet, når vi begrænser bevægelse, leg og kontakt med naturen. Alligevel sker det hyppigt i vores moderne skolevæsen.

Det betyder ikke, at vi skal flytte skolen ud i skoven, men det betyder, at vi i højere grad skal flytte bevægelse, leg og håndgribelig natur ind i skolen.

Vi ved i dag, hvor meget leg og bevægelse betyder for livsglæde og evnen til at lære, og med den viden følger et stort ansvar. Hvis vi ikke gør vores yderste for at sikre, at børn får den mængde fysisk aktivitet og leg, som de har brug for, svigter vi både dem og vores eget ansvar.

For en generation siden vidste vi ikke, hvilken rolle leg og bevægelse spiller for trivsel og indlæring. Nu ved vi det. Forældre, lærere og samfundets ledere i tidligere generationer har kunnet undskylde sig med, at "vi vidste det ikke dengang".

Imidlertid vil den nuværende generation af politikere, forældre og lærere ikke kunne undskylde sig på samme måde, og vores børn vil vide, at vi vidste det! Historien har det med at dømme de mennesker hårdt, som valgte passivt at stå på sidelinjen, selv om de vidste bedre.

Det gør vi klogt i at huske os selv på, når vi føler, at de nuværende standarder og procedurer er for komplicerede eller besværlige at udfordre og ændre. Vi ved bedre. Det forpligter.

Til syvende og sidst opdeler historien altid mennesker i to kategorier: Dem der tog deres generations udfordringer på sig - og de andre.

Chris MacDonald, 2015.