

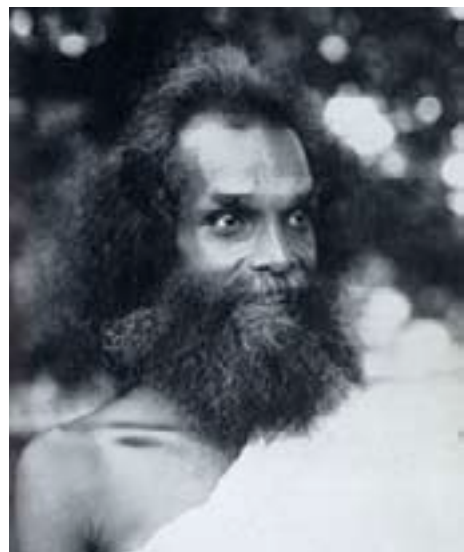


Erik Kirchheiner  
forfatter, foredragsholder, globetrotter og ekspert i  
alternativ sundhed gennem mere end 30 år.

## HVOR GAMMELT KAN ET MENNESKE BLIVE?

*Der er en gennemgående levealder for en gruppe individer under normale forhold; men under optimale forhold en ofte betydelig øget levealder*

Methusalem døde efter sigende i en alder af 969 år, men seriøse aldersforskere sorterer ham fra sammen med andre personligheder med påfaldende u-sandsynlig livslængde. De begynder først at fatte kritisk interesse, når tilfældene kommer tættere på os i tid og sted og antallet af påståede leveår falder til noget ikke helt så ekstremt. C. J. Drakenberg lærte vi om allerede i pogeskolen. Den slidstærke norske sømand, der angiveligt levede fra 1626 til 1772, blev fanget af algierske sørøvere og levede som slave fra han var 68 til 83 år gammel. I en alder af 111 år giftede han sig med en 66-årig enke, som han overlevede. Han døde 146 år gammel i Århus, hvor hans mumificerede lig i mange år kunne ses i Domkirken. Datidige, men nu tabte dokumenter bekræftede for samtiden hans alder; men om denne dokumentation har man siden rejst tvivl. Engelske Thomas Parr (ca. 1483 - 1635) har også indskrevet sig i historien, omend blot



som en fodnote. Han var en sagtmodig sjæl - livegen, vegetar og praktisk talt afholdsmand, men fysisk meget aktiv. Han tærskede korn i en alder af 130 år, og efter 152 leveår blev han begravet i Westminster Abbey. Rykker vi tættere på vor tid, er det mest notoriske tilfælde af påstået ekstremt langt levnedsløb den lærde kinesiske doktor Li Chung Yun (1677-1933), der altså opnåede en alder af 256 år. Hans fødselsdata skulle ifølge autoriteterne være dokumenteret af pålidelige arkiver. I en alder af 200 år gennemførte han ved et kinesisk universitet en række på 28 forelæsninger om livsforlængelse. Han havde altså en informeret holdning til problemet. Det meste af sit liv indtog han dagligt Ginseng samt urten Fo-ti-tieng (Polygonum Multiflorum). Nyere forskning har påvist, at denne urt indeholder en række af de substanser, der medvirker til organismens egenproduktion af menneskeligt væksthormon der for tiden er det varmeste emne indenfor forskningen i aldershæmmende faktorer.

### Hvorfor kun 120 år?

Ultrakritikere af "langtlivslegender" har selvfølgelig skrottet tilfældet Li Chung Yun på samme måde som Drakenberg, Parr og talrige andre med stemplet: "Svigtende dokumentation!" Måske har de ret. Men de har også med samme stempel skrottet samtlige andre beretninger om længelevende personer i de egne af verden, hvor man overbevisende berettede om talrige med hundrede år eller mere på bagen. Det gælder således befolkningen i Hunza-området i det nordlige Pakistan, i Abkazien i det centrale Kaukasus og i Vilcabambadalen i Ecuador. Og her begynder kritikernes dokumentationskrav at

Yogien Govindananda Bharati alias Shivapuri Baba blev 137 år gammel.

virke temmelig krampagtige. Disse menneskers alder viser sig nemlig ved nærmere analyse slet ikke at være fysiologisk uopnåelig. For der findes tilsvarende enkelttilfælde andetsteds. For eksempel er det uomtvisteligt dokumenteret at yogien Govindananda Bharati alias Shivapuri Baba blev 137 år. Hans fødsel er registreret i året 1826, og han døde i sin hytte i Nepal i 1963. Talrige interviews, artikler, en bog og nogle betagende portrætfotografier foreviger denne fascinerende vismand, der lige indtil sin død tiltrak et stort antal disciple og tilhængere både fra Øst og Vest. Også mange andre yogier har i nyere tid påviseligt opnået en livslængde, der er tæt på at kunne måle sig med Shivapuri Babas. Nu kommer vi ikke uden om at slå op i Guinness rekordbog. Fra 1960-erne til 1980-erne møder vi ingen dokumenterede livsforløb, der når op på 114 år. Men flere er siden dukket op. Prominent er Jeanne Calment, der levede fra 1875 til 1997 og altså beviseligt blev 122 år gammel.

### Dyr og mennesker kan leve længere

Forskning i cellernes liv har åbnet for enorme erkendelser. For eksempel: Isolerede cellekulturer kan under de rette betingelser leve meget længere end i deres oprindelige organiske miljø. De rette betingelser er optimal ernæring, afgiftning og visse miljøforhold. Med andre større biologiske systemer, kan man gøre de samme iagttagelser. Alt fra fungus til insekter, fra hvide mus til marsvin kan fortælle os om, at der er en gennemgående levealder for en gruppe individer under normale forhold; men under optimale forhold en ofte betydelig øget levealder og den slags iagttagelser og fremgangsmåder kan omregnes fra det ene biologiske system til det andet. Erkendelsen af de frie radikalers betydning for aldringsprocessen blev et stort gennembrud i det praktiske forsvar mod alderdomssvækkelse. Anvendelsen af massive tilskud af anti-oxidan-



ter mod frie radikaler fik hermed en helt konkret funktionel rolle. Men de muligheder, der ligger heri, udnytter man stadig ikke konsekvent og effektivt. Allerede i 1912 startede den berømte dr. Alexis Carrel et centralt eksperiment, der gik ud på at iagttage, hvor længe man kunne holde celler i live. Cellerne formerede sig sundt og normalt. Projektet skulle komme til at forløbe over 34 år! Eksperimentet blev kun afsluttet, fordi dr. Carrels kollegaer to år efter hans død opgav at videreføre det.

### Forlængelse af cellernes liv

Først mange år senere erkendte man, at man ved Carrels eksperiment intetanende med næringen til cellerne havde tilført ekstra DNA, og at dette havde fordrejet resultatet. Samtidig viste nye undersøgelser, at denne type cellekultur kun kunne gennemføre cirka et halvt hundrede celledelinger. Der fandtes altså en indbygget livsbegrænsende faktor. Jagten på denne faktor har bragt mange og meget forskelligartede resultater. Mest prominent blandt disse er utvivlsomt opdagelsen af telomere, en meget lille del af kromosomet. Det er en styringsfaktor, der er ansvarlig blandt andet for at arvekode videreføres intakt ved celledelingen. Desværre - for os - forkortes telomerdelen ved hver celledeling. Cellefunktionerne svækkes tilsvarende på grund af den mangelfulde kodning, og på et tidspunkt vil yderligere celleudbredelse ophøre og livet er slut. Håb om at korrigerer dette destruktionsprogram kommer fra mærkeligt hold. Det viser sig, at cancerceller ved hjælp af et enzym - telomerase - kan regenerere telomere og således, teoretisk, opnå et evigt liv. Kan vi lure cancercellerne kunsten af og tilføre vore egne celler disse færdigheder, så står vi til i optimale tilfælde at kunne bryde 120-årsreglen. Vi kender faktisk allerede til DNA-reparerende enzymer, og vor organisme benytter sig af dem. Opdagelsen af specifikke telomer-reparerende enzymer er altså slet ikke udelukket.

### Genmanipulation vejen frem?

Også mange mere eller mindre udbredte arvefaktorer spiller deres væsentlige rolle for livsforløbet og dets længde. Uanset om man bryder sig om tanken eller ej, så vil genmanipulation derfor blive en afgørende faktor ved fremtidens videnskabeligt planlagte livsforlængelsesprogrammer. Men ingen af alle disse tiltag vil have nogen væsentlig virkning, såfremt organismens basale krav om optimal ernæring, optimal afgiftning, stressreduktion og kompatibelt miljø ikke i første række bliver tilgodeset. Her ligger der store problemer, der skal løses først, inden vi blot kan begynde at drømme om supervidenskabens fagre nye verden. •

## HVOR GAMMELT SKAL ET MENNESKE BLIVE?

*Ny forskning viser det aldrig er for sent at begynde foryngelsen. Men hvad skal det til for?*

Lægen Mike Stroud gik i 1993 en tur tværs over Antarktis med sin ven Ranulph Fiennes "for sjov", og slog flere menneskelige og medicinske rekorder. 10 år og en dobbelt bypass-operation senere løb de to midaldrende herrer to maratonløb på to sider af jorden inden for 24 timer. Stroud sender 70-årige på overlevelsestur i Canadas vildmark for at finde formen igen, og for at vise at fysikken afhænger af psyken. Den verdensberømte opfinder Ray Kurzweil er overbevist om at han med det rette mix af kosttilskud, genmanipulation og ny forskning vil leve evigt. Han siger i



*What is Enlightenment: "Within a matter of months, all of the cells, or at least all of the systems within the cells, are changed. What persists is a pattern."... "On the other hand, you can intervene and modify those processes to maintain them.... But that is something that can be done."*

*"Hvad vi skal med livet er et vigtigere spørgsmål end hvor længe vi kan leve, for livets mening åbenbarer sig ikke af sig selv."*

Pionerer som Stroud og Kurzweil kan virkelig inspirere os til at leve livet, men hvor er sjælen i det hele? Vi er jo mere end det begrænsede, mekaniske. Vi kan sandsynligvis skabe et menneske der kan opretholde sig selv uden nogen ydre eller indre forbindelse til Gud, men man må da håbe at det ikke sker før den sidste person på planeten er åndeligt befriet. Hvis fortællingen om Babaji, den 1000-årige legendariske yogi, som Yogananda beskriver i sin selvbiografi, er sand, så er det fordi hans ånd styrer legemets processer, takket være rækkefølgen i de fem koshas eller lag, hvor ånden kontrollerer sindet, følelserne, energierne og til sidst kroppen, der alle er som forbundne kar, hvor åndens renhed kan "smitte" de andre lag et efter et, og opretholde en perfekt harmoni. Babajis 25-årige krop er således et udtryk for en spirituel renhed, opretholdt gennem århundreder.

Derfor er det inspirerende at se, at vi ikke er ældre end vi gør os til. Dette bekræfter netop, at vi må udvikle os sjæleligt først.

Mikael Eriksson

Kilder:  
FROMHOLT; Pia, & MEHLSSEN; Mimi: Drakenberg og mumien i Århus Domkirke; Aarhus Universitetsforlag  
Encyclopædia Britannica; 1965; vol 17  
KLATZ; Ronald, & GOLDMAN; Robert: The new Anti-Aging Revolution - Stopping the Clock for a Younger, Sexier, Happier You!  
BENNETT; John Godolphin: Long Pilgrimage: The Life and Teachings of Shri Govindananda Bharati.  
Hayflick; Leonard: The Cell Biology of human Aging; New England Journal of Medicine; 295; 1976.  
FOSSSEL; M: Reversing Human Aging; Morrow, New York 1996.