

1911

I. P. Müller.

SÄLUFJELAG.

Nobelpræmierne.

EFTIR

DR. HELGA PJETURSS.

---

## Af I. P. Müller.

---

Eg sá I. P. Müller fyrst á götu í Kaupmannahöfn og hafði hann þá á höfðinu. Sagði hann mér seinna að hann hafði reynt til að ganga berhöfðaður á Hafnargötum, en orðið að láta undan síga þar og yfirleitt í bæunum dönsku; sér hefði leiðst að vera spurður að því 40 sinnum á eg man ekki hvað stuttum tíma, hvort ekki hefði fokið hatturinn. Müller er vanalega berhöfðaður úti, eins og menn voru á Íslandi í fornöld, þegar ekki þurfti að setja upp hjálm, eða of illa viðraði. Aðeins um Gretti Ásmundarson er þess getið, að hann hafi verið berhöfðaður hvernig sem viðraði.

Mér er sagt, að bæjarfólk hér í Reykjavík sé það skynsammt, að menn geti gengið um göturnar berhöfðaðir, án þess að hneyksla nokkurn til muna, enda hef sjálfur dálitla reynslu fyrir mér sem bendir í sömu átt. Þó mun einhversstaðar hér á landi elda eftir af þeirri hjátrú, að sá sé eitthvað bílaður á skynsemi, sem hefir ekki á höfðinu úti, hvað vel sem viðrar, og hvað vel sem hann veit og finnur, að það er til góðs að lofa sól og lofti að komast að hárinu.

Þeir sem vilja venja sig á að ganga með lofthatt, eins og I. P. Müller kemst að orði, í því skyni að gylla þetta svoltið fyrir þessum börnum í anda sem hann veit að er við að eiga, verða að gæta þess að fara ekki of óvarlega fyrst, hvort sem er kuldi mikill eða sterkt sólskin, einkum séu þeir mjög snöðkliptir.

I. P. Müller er óvanalega skynsamur maður og fróðlegt að tala við hann. Hann hafði verið um tíma umsjónarmaður á brjóstveikrahæli og man eg að hann talaði meðal annars um, að sig hefði furðað á hvað læknarnir lögðu litla stund á að styrkja í mönnum lungun, hjá því að koma þeim til að fitna. Müller hafði fengið sjúklíngana til að »taka sér sólarböð« eins og hann nefnir það; grunur er mér á að hann hafi viljað fá sjúklíngana til að verða dálítið móða í góða loftinu, þá sem ekki voru langt leiddir, en auðvitað verður að fara mjög varlega, sé hætt við blóðspýtingi. En ekkert styrkir lungun eins og hlaup, náist hvíld á eftir.

*Helgi Pjeturss.*

---

# I. P. Müller.

Helgi Pjeturss.

Danir eiga Íslendingum meira að þakka en þá grunar. Nefni jeg aðeins það sem næst er og auðskildast, Albert Thorvaldsen og Niels Finsen, og áhrif þeirra á danska menning. Báðir voru danskir að móðurkyni og fæddir utan Íslands, og er fjarri mjer að gera litið úr móðurkyni þeirra, og ekki mun heldur of mikið gert úr íslenskum aðli, þó að snild þessara afreksmanna í list og vísindum sje rakin til föðurættarinnar. Telja sumir Finsensættina göfgasta af íslenskum ættum á seinni tímum, en ekki þarf langt að leita til að finna, að ekki er það rjett; Jónas Hallgrímsson t. a. m. var listamaður meiri en Thorvaldsen, þó að þá sje langt til jafnað, og vísindamaður ekki minni en Niels Finsen. En auðvitað eru allir Íslendingar ein ætt, þó að misskyldir sjeu og misgöfugir.

Það má telja vafalaust, að þeir, sem bestir eru af Dönum, vilja gjalda oss þá skuld, sem þeir eru í við íslensku þjóðina, sem langtum erfðast hefur átt uppdráttar af öllum menningarþjóðum, svo erfitt, að lá við sjálf, að þjóðin kæmist alveg í skrælingja tölu, til ómetanlegs tjóns fyrir menningu Norðurlanda og fleiri. Einn af þeim mönnum, sem drjúgan þátt getur átt í að gjalda þessa skuld, er hinn frægi íþróttamaður og rithöfundur I. P. Müller, sem telja má að ýmsu leyti lærisvein Thorvaldsens og Finsens, þó að hvorki sje hann myndasmiður nje hafi tekið læknispróf.

Sumum kann að þykja þetta undarlega að orði komist, en þó er það vist, að Thorvaldsen, sem sjálfur var sterkur maður og frábærlega vel vaxinn, og best hefur tekist, þegar Grikki liður og Rómverja, að láta steininn lofa fegurð mannslikamans, hefur mjög stutt Müller til að skilja eins vel og hann gerir líkamsvöxt, og einhverstaðar hefur Finsen hjálpað honum til rjettari skilnings en almenningur hefur enn á undramætti ljóssins til að efla og gleðja.

Müller er ljósjarpur á hár og bláeygur, hár vel (180 cm. ef jeg man rjett) og þrekinn um herðar, og að öllu hinn drengilegasti. Hann hefur verið afburðamaður um ýmsar íþróttir. En þó að þetta sje vel, sem nú var sagt, þá er það samt ekki mest þess vegna, sem mjer þykir maðurinn ágætur. Það, sem gerir hann svo mikils verðan, er, hvað hann er fram úr skarandi dæmi góðs sjálfsuppeldis. Hann virtist óefnilegt barn og lasburða, en óvanalega snemma varð honum ljóst, að góð heilsa er sú undirstaða sem mestu varðar, og hann ásetti sjer að gera alt, sem í hans valdi stóð, til að verða heilsuhraustur, eins og hann drepur á í bækling sínum, »Mit System«, sem þeir ætla að koma á íslensku dr. Björn Bjarnason og Sigurjón Pjetursson, vor áhugamesti íþróttamaður og einn af sterkustu mönnum á landinu, þó að engan veginn sje honum fullfarið fram enn. Væri óskandi, að sem flestir eignuðust

þetta rit Müllers og lærða af því, að meta loft og ljós, sem ýmsir virðast nærri hata nú, af skiljanlegum ástæðum raunar, þar sem kuldi og vösbúð hafa eins kreft að eins og hjá oss.

Það er gaman að sjá, hvað skynsamlega Müller hefur farið að, og hvernig honum tókst að verða sinnar eigin heilsu smiður. Og eins og rjett er, vill hann eigi að eins hjálpa sjálfum sjer, heldur einnig öðrum. Og lítið gerir Müller úr sumum vísindum, sem ekki virðast koma til gagns þegar í stað. og of lítið úr afraunamönnum; en bæði afraunamenn og vísindamenn geta svo mikið af honum lært, að slíkar yfirsjónir verður að fyrirgefa. Ekki get jeg stilt mig um að bæta cinni ágætri æfingu við þær, sem Müller telur: maður liggi endilangur upp í loft og rjetti upp með beinum handleggjum helst járnstöng eða kúlnastöng nokkrum sinnum; styrkir það mjög hjarta og lungu og aflvöðvann aftan á handlegnum.

Það var Müller í fyrirrúmi, að verða heilsuhraustur, íþróttirnar voru honum nokkurs konar aukageta, en það er sá rjetti íþróttamanns andi, að leggja meira kapp á að verða mikill en mestur; mestur má nefnilega verða með því að bæla niður góða menn, en mikill aldrei.

Ennfremur lagði Müller hið mesta kapp á að laga vöxt sinn eftir grískum fyrirmyndum, og hafi jeg skilið hann rjett, heldur hann því fram, að aðalþýðing standmyndanna grísku af íþróttamönnum,

sem svo mjög eru frægar, hafi verið sú, að unglíngarnir lærðu að meta fagran líkamsvöxt, og einkum þó, að slíkar myndir eins og doryforos (spjótmaðurinn »dörruður«), apoxyomenos og aðrar ennþá fegurri, voru æskulýðnum *fyrirmyndir*, sem þeir keptust af alefli eftir að líkjast.

Engir hafa eins vel og þeir kunningjar mínir, íþróttamennirnir Müller og Zdarsky, hjálpað mjer til að komast í skilning um það, hvers vegna myndhöggvarar síðari tíma ná ekki Grikkjum í þeirri list, að sjá eða höggva út mannslíkarni, eða betur kent mjer að meta líkneski fornanna, og bar ýmislegt, sem Müller sagði um þessi efni, vott um skarpa athugun og rökvísa ihugun. Müller hefur ekki allar sínar gáfur í vöðvunum. eins og sumum góðum íþróttamönnum hættir við, þó að hitt muni vera algengara, að vöðvarnir verði útundan.

Það vill verða skamt öfganna í milli; hjá sumum, sem vilja menta sig, verður líkaminn útundan; mönnum þykir jafnvel undarlegt að heyra nefnda líkamsmentun, og jeg hygg að það hafi ekki verið gert á Íslandi í seinni tíð fyr en 1907, þegar Jóhannes Jósefsson kom fyrst til Reykjavíkur og þeir fjelagar; en hjá öðrum verður útundan það, sem nefnt er sálin, eða rjettara sagt nokkur hluti hennar. Hin mikla fyrirmynd í mentun og sjálfsuppeldi, Goethe, gleymdi ekki líkamanum, eða a. m. k. ekki eins og búast hefði mátt við um annað eins atgervi og andriki, og á þeim tímum.

Sjálfskapavitin, þar sem heilsan er annars vegar, eru svo algeng, og það er gaman að sjá annað eins dæmi sjálfskapagæða eins og Müller er.

Og ekki hefur hann til einskis sína ment.

Með ritum sínum hvetur hann menn til heilsusamlegra lífernis og kennir ýmsar hollar líkamsæfingar; brýnir hann einkum fyrir mönnum að meta gott loft og sól og hlaup.

Vitur maður er þeirrar trúar, að á Íslandi væri auðveldara að útrýma brjósttæringunni heldur en jafnvel öðrum eins skrælingja-sjúkdómi og sullaveikin er, ef mönnum væri nógu snemma kent að hlaupa og anda og ótíast ryk, og svo auðvitað að taka nógu fljótt eftir, þegar nokkuð verður að lungunum. Það væri óskandi að lækna-arnir væru svolítið meira prestar en þeir eru velflestir (og prestarnir lækna); það er svo margt sem þeir vita og geta vitað, sem allur almenningur þarf að vita, og gæti vitað, ef rjett væri að farið. Og væri þá tilvinnandi, þó að þeim væri fjölgað, því að það hefniir sín altaf að ofbjóða góðum kennurum.

Það getur orðið gaman að lifa, þegar það hefur verið algengt nokkrar kynslóðir, að taka sjálfa sig til smíða og umbóta, líkt og þessi ágæti heilbrigðisrithöfundur og íþróttamaður, sem oft hefur verið nefndur í grein þessari, hefur gert. Ekkert er eins gott að taka í af eins og göfuga sál í nægilega sterkum líkama, og það er nú þegar farið að rætast, sem spekingurinn Nietzsche spáði fyrir nærri því mannsaldri, að eitt af því, sem mundi einkenna nánustu framtíð.

yrði miklu öflugri og skynsamlegri viðleitni í að afla sjer góðrar heilsu. Er sómi fyrir Danmörk að eiga þar einn svo góðan forgöngumann sem Müller er. En hræddur er jeg samt um, að hann hafi orðið að fara úr landi meðfram vegna þess, hve mjög hann ann hreinskilni, sól og góðu lofti umfram allan þorra landa sinna, og er þó víða ver.

Hvorki reykir Müller nje neytir áfengis. Og auðvitað lætur enginn sjer koma til hugar að reykja, sem vill ná því brjóstþoli, sem auðið er. Takið líka eftir, hvað hann segir um svefn. Mikið af því, sem nefnt er óþekt í börnum, kemur af því að þau sofa ekki nóg, vegna ólofts eða fótakulda, nema hvortveggja sje.

EKKI er Müller ókunnugur Íslendingasögum, en þar er Dönnum annars furðanlega áfátt, eins og kunnugt er, þar sem þeir þó eiga leifarnar af safni Árna Magnússonar, og hafa átt kost á að láta ýmsa góða Íslendinga kenna sjer að skilja mál forfeðra sinna. Fanst Müller mikið um það samband líkamlegrar og andlegrar mentunar, sem sögurnar lýsa. Um svívirðingarnar og sundurlyndið, sem líka má fræðast nokkuð um af sögunum, töluðum við ekki. Ljet hann vel yfir, er hann heyrði um þá íþróttahreyfingu, sem nú væri að vakna á Íslandi, og sagði, að efnið í Íslendingum hlyti að vera gott.

Og það er ófáð rjett. Í oss eru talsverðar orkuleyfar ennþá, göfuglyndis og gáfna, sem græða má upp, ef rjett er með farið, þrátt fyrir allar þær skemdir, sem þjóðin hefur þolað af eldum, ísi og öðru verra.