

Hurra for melankolien

(det har nemlig fordele at være indadvendt)

Suk. Hvis du har svært ved at være med på tidens trend om at "tænke positivt" og "være udadvendt og opsøgende", så lad det ikke gå dig på. For melankolske og indadvendte personligheder har særlige kvaliteter at byde på, og meget tyder på, at evnen til refleksion og fordybelse er på vej til at blive moderne.

AF BIRGITTE AARO. ILLUSTRATION: TORIL BÆKMARK.

Hun er et skønt menneske – dejligt tungsindig og indadvendt.*

Nej, vel? At være melankolsk og tilknapet er ikke en sællert, og er man udstyret med sådan en personlighed, må man bare se at gå hjem – eller til en psykiater, psykolog eller coach – og få den rettet til i en fart. I hvert fald kan man få det indtryk i en tid, hvor det ubetinget giver flest point at være hurtig i replikken og helt oppe at ringe i feltet med sociale kompetencer.

– Vi har en kultur, hvor vi skal være glade og udadvendte hele tiden – som om vi deltog i en evig reception. Før i tiden kunne man klare sig med at kende koderne for høflig optræden og læne sig tilbage i dem, men nu skal man være sjov, beleven og initiativtagende, og er man ikke det, må der være noget galt. Noget, som skal behandles, siger filosof Anders Fogh Jensen.

For ham indeholder melankolien kvaliteter, og derfor synes han, at noget går tabt, hvis man forsøger at bekæmpe og behandle sig ud af den og definerer den som en psykisk lidelse – som han oplever, at vi i stigende grad gør:

– Det melankolske bliver sygeliggjort. Jeg snakker ikke om depression, som er noget helt andet, men om den melankoli, der giver

adgang til en alvor. En alvor, som har for lidt plads i samtiden. Den, der rummer længsel efter noget større og giver mulighed for at blive i en stemning af, at det ikke er alt her i verden, der går op. At der må være større sammenhænge end at løbe rundt i denne verdens hamsterhjul.

Noget andet og mere

De kvaliteter, der ligger i at kunne fordybe sig i kraft af melankoli, var man mere opmærksomme på i tidligere tider. Den græske filosof Aristoteles mente ligefrem, at alle fremtrædende mænd var melankolikere.

– Aristoteles mente ikke, at de melankolske skulle gøre noget for at ændre på sig selv – de skulle bare passe på med at drikke sig fulde, for så risikerede de at begå selvmord. I renaissance havde man også en anden føling med melankoli, end vi har i dag – man anerkendte, at melankoli gav hul igennem til noget andet end hverdagen. Melankolikere var bare mennesker, der havde en anden balance, og ikke nogle, der skulle i terapi eller tage piller. I vores tid har vi derimod brug for at kunne pege på en årsag, når nogen er melankolsk. Vi kan godt forstå, at man er nedtrykt i en måneds tid, hvis en nærtstående dør. Men melankoli er mere en

foremmelse af, at der må være noget andet og mere, og det er vores kultur ikke god til at håndtere. Det hele handler om, at det skal gå hurtigt og være sjovt, siger Anders Fogh Jensen og peger på, at det også omfatter vores forhold til arbejde:

– Tidligere var det tilstrækkeligt at udføre sit arbejde. Der var ingen, der interesserede sig for, om man var glad imens, men nu skal man også være glad for at tage på arbejde og holde af det, man beskæftiger sig med. Og er det et problem at føle sig så glad for det hele, må vi løse det ved at medicinere. Filosofen mener, at udviklingen i retning af altomfattende glæde samtidig medfører mindre tolerance over for dem, der ikke kan mønstre et højt humør.

– Det mærker jeg også som underviser. Senere i dag skal jeg holde foredrag for nogle, jeg ikke kender, og jeg ved, at det kræver, at jeg finder bestemte sider af mig selv frem. Og har jeg det ikke i mig en dag, må jeg

Fortsættes næste side