

Manneskja eða táknmynd

ÉG HEYRÐI eftir lækni einum um daginn að geðheilsa þjóðarinnar væri slæm, og ekki bara geðheilsa þessara þjóðar heldur mannkynsins yfirleitt. Líkamleg heilsa er kannski betri enda mikil áhersla lögð á hreyfingu, íþróttir og svo framvegis. En hvað þarf til, til að geðheilsan sé í lagi? Í stuttu máli sagt þarf kannski manneskjan að geta verið manneskja til þess að það gerist. Þess vegna þurfum við



Elísabet K. Jökulsdóttir

að gæta þess að í þjóðfélagsgerð okkar sé pláss fyrir manneskjuna. Gegnum aldirnar höfum við alltaf verið að búa okkur til kerfi, kerfi þjóðfélagsins, og innan þess kerfis eru önnur kerfi: trúarbrögð, stjórnmál, fjölskyldugerðin, og þessi kerfi hafa oft gengið nærri okkur sem manneskjum. Það er ekki alltaf pláss fyrir manneskjuna, einsog nýliðin dæmi sanna þar sem maður gengur út með 40 milljónir í vasanum, á meðan ung einstæð þriggja barna móðir missir íbúðina sína og lendir á götuna útaf 400 þúsund krónum. Þetta kerfi er ekki vinveitt manneskjum. Í tilvikum einstæðu móðurinnar lendir hún í því að búa við þrengingar, þrengingar af hálfu þjóðfélagskerfisins, og það eru þessar þrengingar sem brjóta niður geðheilsuna og bjóða heim hættunni á geðsjúkdómum. Einsog ég sé fyrir mér að þrengingar fyrri alda hafi smámsaman búið í hagin fyrir geðsjúkdóma og þeir orðið arfgengir. Í sumum tilvikum er auðvitað um rak-

inn líkamlegan þátt að ræða. Þrengingar geta auðvitað brotið niður líkamlega heilsu, en það eru þá þrengingar af öðrum toga. En það má segja að hvað varðar geðsjúkdóm þá upplifi manneskjan þrengingar, svo miklar að hún neyðist til að flýja inni hausinn á sér, þar sem allt lýtur hennar lögmálum og heimurinn fyrir utan er hættur að skipta máli nema á forsendum hennar. Því að þrátt fyrir að geðveikin virðist stjórnlaus ólga þar sem allt getur gerst er heimur hennar niðurnjörvaður í kerfi, svo rígneglt að þar ekki

karlmenn. Þessi kerfi sem ég er að tala um teygja sig inni einstaklingana sjálfa, það er ákveðið kerfi sem fylgir því að vera karlmaður, kona, og svo framvegis, rétt einsog störf hafa líka ákveðin kerfi eða ímynd, læknir á að vera svona, stjórnmálamaður svona, og spegla þar með þau kerfi sem þeir eru fulltrúar fyrir eða táknmyndir. Í þessum táknmyndum er svo oft ekki pláss fyrir manneskjuna, bara táknmyndina. Manneskjan koðnar niður, brotnar niður síðferðilega, tilfinningalega, andlega, undan táknmyndinni. Í stuttu máli sagt, hún hættir að þekkja sjálfa sig. Hún verður fulltrúi fyrir ákveðið kerfi, fulltrúi fyrir ákveðna hugmyndafræði, og hugmyndafræðin er ekki bara í stjórnmálum og heimspéki, hún teygir sig sem fyrr segir inni fjölskylduna. Þegar reynt er endalaust að uppfylla þarfi kerfisins eða lifa fyrir táknmyndina gleymist hið einstaklingsbundna sem gerir manneskjuna að manneskju. Hið einstaklingsbundna er ekki hægt að fella í kerfi, í því býr hið óvænta sem brýtur sér leið, einsog stráid sem vex uppúr malbikinu. En hið einstaklingsbundna, þ.e. hið manneskjulega, er viðkvæmt og það þarf að hlú að því.

Sorg, þreyta, áhyggjur, kvíði, sársauki, jafnvel gleði; hvar er pláss fyrir þessar tilfinningar í þjóðfélagsgerð okkar? Vegna þess að viðkvæminn er oft ekki viðurkennd sækjum við styrk í táknmyndina og manneskjan verður undir á bak við þessa táknmynd, hún er komin í fangelsi táknmyndarinnar og farin að upplifa þrengingar, og ef hún kemst ekki út úr því, þá fer hún inn í hausinn á sér ef svo má að orði komast, og býr sér til pláss þar, pláss

geðveikinnar. Ég get nefnt dæmi frá sjálfri mér þar sem ég fór í manú í staðinn fyrir að fara í ástarsorg. M.a. af því að ég var föst í táknmyndinni töffaranum, vera hörd af mér, sýna ekki veikleika mína. Á þeim tíma var stórbrennluð manían hættuminni en eðlileg ástarsorg, táknmyndin geðsjúklingur hættuminni en manneskja í sorg. Og allt þetta um að fást við tilfinningar sínar í garð karlmans tengdist svo aftur föður mínum sem á sínum tíma var fastur í táknmynd gáfumansins og veikur af alkóhólisma og ófær um að sýna tilfinningar sínar í garð lítills barns.

En manneskjan er nefnilega glúrin, og málið er einfalt fyrir manneskjunnar: Ef hún fær að vera manneskja hefur hún burði til að halda andlegri heilsu. Og allt snýst þetta um að deila tilfinningum sínum með öðrum. Manneskjan þarf stundum bara eitt: Aðra manneskju.

Höfundur er rithöfundur og félagi í Geðhjálpi.

Geðhjálpi

Þrengingar fyrri alda, segir Elísabet K. Jökulsdóttir, hafa smámsaman búið í hagin fyrir geðsjúkdóma og þeir orðið arfgengir.

pláss fyrir hversdagsleika af neinu tagi. Þráhyggjan ein getur verið á við rammgerðasta fangelsi. Nú sýna dæmin það og sanna að konum er hættara við þunglyndi en körlum og manni dettur í hug að það eigi að einhverjum hluta rætur að rekja til þjóðfélagsstöðu þeirra, þær fá lægri laun og á þær er ekki hlustað einsog

Rúmfatnaður fyrir kóla krakka

Barónsstíg 59
551 3584

Textílkjallarin