



Har samhället blivit för tråkigt?

Har samhället blivit tråkigare och kan det ha att göra med ökningen av psykisk ohälsa? Har tillgången till platser och tillfällen där människor kan ryckas med och tillsammans med andra känna glädjorus minskat? Har livet blivit så stressigt och krävande att man inte hinner med eller unnar sig att ha roligt.

Rubriker i dagspress och inslag i radio och TV om att den psykiska ohälsan har ökat har inte kunnat gå oss förbi. Enligt Socialstyrelsen har den under en tioårsperiod ökat 100 procent bland barn och med 70 procent bland unga vuxna. Psykisk ohälsa utgör, enligt Försäkringskassan, nästan hälften av alla pågående sjukskrivningar i Sverige och ökade med 129 procent från juni 2011 till halvårsskiftet 2017. En rapport som härförleden redovisades i tidskriften *The Lancet* visar att det under de senaste 25 åren skett en dramatisk ökning av den psykiska ohälsan globalt sett. Enligt WHO är depression den vanligaste orsaken till ohälsa och funktionsnedsättning världen över. Man beräknar att mer än 300 miljoner människor lever med en depression. En ökning med närmare 20 procent under en 20 års period. Somliga vill hävda att depressioner och annan psykisk ohälsa har blivit epidemisk.

Andra menar att den stora ökningen beror på att det skett en överdiagnostisering som har att göra med en medikalisering av normal nedstämdhet. Och att larmet om den snabbt ökande psykiska ohälsan, framförallt bland unga flickor, är överdrivna.

Typiska symtom på depression anses vara glädjelöshet, kraftigt sänkt och dystert grundstämning som nedstämdhet. Svårmod. Mörk framtidstro. Oförmåga att känna glädje.

För några år sedan – i samband med att jag arbetade med ett projekt om svensk dansbanekultur som resulterade i boken *Sverige Dansar* råkade jag av en händelse se en recension av Barbara Ehrenreichs bok *Dancing in the Streets: A History of Collective Joy* som sedan kom i svensk översättning med titeln *Karnevalsyra*.

Jag började läsa hennes bok med stigande intresse. Den fäste uppmärksamheten på en sak som fick betydelse för att förstå utvecklingen av dansbanekulturen, den kollektiva glädje som den skapar och den betydelse den har för många.

Flera berättade att dansandet hade varit rena rama medicinen och huskur mot psykisk ohälsa.

Det fanns något nytt, fräscht och djärvt i Barbara Ehrenreichs bok. Jag tyckte hon sprängde ramarna för hur man kan tänka om psykiska åkommor. Hon kopplar samman den kraftiga ökningen av depressioner och den påstådda depressionsepidemin med bristen på tillgången till kollektiva platser och tillfällen där vi tillsammans med andra tillåts ryckas med och känna glädjerus. Kan det vara så att samhället helt enkelt har blivit tråkigare och människorna allt mer uttråkade och att vi där har roten till det onda?

Melankolin drabbade Europa

Men vi tar det från början. På 1600-talet hemsöktes England av en epidemi av melankoli för att senare spridas till andra delar i Europa. Med dagens språkbruk skulle den kallas för en epidemi av depressioner. Melankolin drabbade alla grupper. Gamla som unga. Kvinnor som män. Hög som låg. Läkarna var bekymrade eftersom dess allvarligaste följd var självmord. Någon liknande epidemi hade såvitt man kunde bedöma inte ägt rum i historien. Den engelske författaren Robert Burton ägnade en hel bok och ett helt liv åt frågan. Och han gav den religiösa kalvinismen, med dess stränga livsregler, skulden för den kraftiga ökningen.

Samtidigt minskade karnevalerna därför att maktbarnarna infört kraftiga restriktioner av folkets möjligheter att utöva sina nöjen som sång, musik och festivaler. Både kyrka och stat agerade, var för sig eller tillsammans, för att få människor att sluta med glädjeyttringar. Man kan fråga sig varför?

Den förklaring som flera historiker brukar ge, är att undertryckandet av festligheterna, karnevalerna och dansen delvis har att göra med den framväxande industrialismen och den protestantiska etiken. Kapitalismen och dess tjänare, puritanismen, var på väg upp. Den tyske sociologen Max Weber har utförligt skrivit om saken och om kapitalismens behov av en disciplinerad arbetskraft. Han visade att kalvinism och kapitalism fungerade bra tillsammans. Njutning och glädje måste hållas tillbaka. För kalvinisten var världsliga nöjen synd. För kapitalisten var det ett hinder för att berika sig.

Arbetarna skulle lära sig arbeta i anletets svett. Bli en disciplinerad arbetarklass. Vara redo för de stora fabriker. Lära sig att jobba sex dagar i veckan. Komma i tid till jobbet. Vara nyktra och flitiga och inte hänge sig åt dans eller andra nöjen. Kyrkans ledning spelade med och sa att nöjen var synd. Och strängast i det avseendet var kalvinismen.

Det uppstod en oöverstiglig mur mellan folkets kultur och högre klassers kultur. Folkets kultur handlade om människor i rörelse som dans, sång, tjo och tjim och det gillades inte alls av samhällets övre skikt som föredrog konsumtion



Vid festligheternas höjdpunkter stiger vi ut ur våra tilldelade roller och ställningar in i en korvarig utopi som präglas av jämlikhet, kreativitet och ömsesidig kärlek.

Bildkälla: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Carnival_Nice.jpg

av kultur under fullständig tystnad och kroppslig stillhet.

Effekterna av restriktionerna blev snart tydlig. Man kunde se ett samband mellan en begynnande utbredning av melankoli i de områden i Europa där det införts förbud att offentligt dansa, festa och sjunga.

En av dem som var kritisk till förbuden var den nyss nämnde Robert Burton. För honom var det självklart att det var viktigt att få glädjas för att kunna råda bot mot melankolin. Hans paroll var att låta människorna fritt få festa, sjunga och dansa och utöva de nöjen som de tycker bäst om. Flera uttryckte samma sak. Glädjehöjande aktiviteter som musik, sång och dans fyller en viktig funktion. De håller melankolin på mattan.

Etthundrafemtio år senare skulle även den kände nationalekonomen Adam Smith sjunga de folkliga glädjeyttringarnas lov. Det borde vara en samhällelig uppgift att uppmuntra människor att dansa, sjunga och musicera, skrev han. Då skulle man kunna förebygga och bota melankoli som fortsatte att vara ett av de stora gisslen i samhället.

Ett kännetecknande drag i melankolin är oförmåga att känna glädje. Barbara Ehrenreich menar att undertryckande av fester kan ha sin betydelse för uppkomsten av de nervösa besvär som har hemsökt den europeiska kulturen

ända sedan den moderna tidens början. Även om avskaffandet av festligheterna egentligen inte orsakade depression kan det ändå vara så att människor genom att överge sina traditionella fester förlorade något som kunde vara ett effektivt botemedel mot åkomman.

Folkfester bryter ner klassprivilegier

Att delta i kollektiva glädjehöjande ritualer som karneval, dans och andra festligheter har, menar Ehrenreich, för det första förmågan att medverka till att bryta ner deprimerades känsla av isolering och åter förbinda hen med den mänskliga gemenskapen. För det andra att de befriar hen från ständiga grubblerier om hur man bör vara eller hur andra ser på en. Och det gör att självupptagenheten minskar.

– Vid festligheternas höjdpunkter stiger vi ut ur våra tilldelade roller och ställningar – i fråga om kön, etnisk tillhörighet och stam och rang och – in i en kortvarig utopi som präglas av jämlikhet, kreativitet och ömsesidig kärlek. Det var så dansritualer och festligheter fullgjorde sin uppgift att binda samman förhistoriska grupper av människor och det är detta som lockar oss än i dag.

Civilisationen i den form människor har känt den i tusentals år har, skriver Ehrenreich, en grundläggande brist. Den förmår inte skapa sammanhållning och binda människor samman. Den tenderar att bli hierarkisk genom att någon klass eller grupp utövar makt över majoriteten och hierarkin är fiende till den festliga och extatiska traditionen.

Medan hierarkier skapar uteslutning, skapar festligheterna tillhörighet. Medan hierarkier skapar över- och underordning bryter folkfester tillfälligt ner klassprivilegier.

Det är som Junior säger i TV serien ”Lerins Lärtingar i Brasilien”

– Karneval för mig är som kärlek. Den går inte att beskriva den sprider mycket glädje och kärlek. Den är stor för oss i Brasilien. Man har det ofta svårt här. Men under karnevalen kan vi släppa det.

Barbara Ehrenreich tar upp ett ämne som inte är främmande för sociologin och socialpsykologin. Den franske sociologen Emile Durkheim skrev om den extas och yra som kan uppstå när människor samlas till massmöte. Närheten mellan människor alstrar en slags ”elektrisk laddning” som snabbt gör deltagarna hänförda och helt upptagna av vad som sker just för stunden. De släpper kontrollen över sig själva och låter sig uppslukas av den kollektiva yran.

Den amerikanske sociologen Randall Collins har, inspirerad av Durkheim, fördjupat sig i den här frågan. Han har utvecklat en teori om sociala möten vars huvudbegrepp är emotionell energi. Det finns ett gemensamt mönster i lyckade möten människor emellan. Kännetecknande är att de närvarande utvecklar en ömsesidig uppmärksamhet och gemensamma känslor som gör att de kommer

in i en slags rytmisk samklang. Det gäller såväl ljud som kroppsliga rörelser. De kommer att reagera på liknande sätt inför det som är fokus för deras uppmärksamhet. De klappar händerna, skriker, skrattar, fnissar. Samtidigt. Inte efter varandra utan exakt samtidigt. Utmärkande för lyckade möten är att den emotionella energin och nivån av kollektiv känslomässig upprymdhet är hög. Deltagarna laddas med emotionell energi som gör att de blir entusiastiska och det uppstår en stark gemenskap.

Det ska va' gött å leva!

Att vi mår gött av kollektiva glädjeyttringar, umgås i glada vänners lag gäller nog för de flesta av oss. För visst ska det "va' gött å leva" som Galenskaparna och After Shave sjunger och spexar om. Och kanske är förmågan att känna glädje något grundläggande för människan. Visserligen kan vi leva utan att smaka av glädjens och upprymdhetens källa men som Ehrenreich skriver till priset av att "duka under för depressionens ensamma mardröm".



För visst ska det "va' gött å leva" som Galenskaparna och After Shave sjunger och spexar om.
Videokälla: <https://www.youtube.com/watch?v=CdOEXGJ6aNI>

Bengt Starrin
professor emeritus
bengt@starrin.nu