

Eufori, melankoli och psykets transaktioner

Vad är eufori och melankoli egentligen? Lyckorus, inre förgiftning? **Sotiris Greveniotis** tecknar här en bild av dessa tillstånd utifrån ett psykoanalytiskt perspektiv. Han utgår från ordens ursprung, skildrar sinnesstämningarnas förlopp och den inre dynamiken.

Eufori bildas av grekiskans "eu" och "fora", små språkliga byggstenar bekanta från flera andra ord. "Eu" – uttalat beroende på kontext ömsom som "ef", ömsom som "ev" – betecknar alltid något positivt och önskat. Det kan röra sig om det goda, det lätta eller det rätta. Men också det skyndsamma eller det produktiva. Evangelium – goda nyheter – är ett exempel, eutanasi – en god, det vill säga lätt och skyndsam, död – ett annat. Den sista delen av ordet, "fora", känner vi nog främst igen från ordet metafor. Dess betydelse liksom dess klang återfinns närmast intakt i svenskans "föra". Metafor blir ordagrant att "föra eller bära bortom", det vill säga just vad en metafor gör. Men "fora" har fler konnotationer som kan vara av betydelse. Det kan beteckna en ekonomisk transaktion, en betalning eller en likvidering av en skuld. Vidare kan det stå för produktion, för frukten av ens arbete, avkastningen, liksom slutligen för fart, kraftfull rörelse, eller till och med utfall. (Latinets fortis och engelskans force kan rimligen inte vara annat än förgreningar därifrån.) Att något förs över, må så vara pengar, möda eller energi, är dock tydligt även här; någon form av transaktion, *en överföring*, förblir kärnan i "fora".

Eufori är med andra ord ett tillstånd där det goda verkar komma ens väg. Vindarna blåser i rätt riktning, seglen är fulla. Farten, energin och kanske framför allt *lättheten* tycks utgöra det centrala

i upplevelsen. Vi känner oss upprymda, "vi svävar" säger vi ibland, eller "går på moln". Ja, det är som om vi *bars upp* av något. Jag återkommer till vad detta något kan vara.

Upplevelsen är i varje fall berusande. Det sägs, men denna uppgift skulle behöva bekräftas, att adjektivet euforisk användes första gången som beteckning för kokainets verkningar, i linje med hur exempelvis analgetisk används för att beskriva en värktablets bedövande effekt. Freud, som ju famöst spelade en roll för introduktionen av kokainet, talar också om ett närmast "toxiskt upprymt tillstånd" (1905, s. 487) i samband med ordet eufori. Själva ordet förekommer dock endast ett par gånger i hans ymniga produktion. Av begripliga skäl är det snarare *manin*, euforins patologiska system, som kommit under doktors lupp. Nu spelar detta mindre roll då Freud på ett radikalt sätt suddat ut den tidigare så skarpt dragna gränsen mellan normalitet och patologi, och i område efter område (neurosen, perversionen, galenskapen) visat att det i själva verket handlar om gradskillnader snarare än väsensskillnader. Det patologiska bor i varierande grad i oss alla, och omvänt: det finns alltid rationalitet i galenskapen.

Psykets ekonomi

Freud kommer in på euforin i sitt arbete med *Vitsen och dess förhållande till det omedvetna* (1905)



Eufori är med andra ord ett tillstånd där det goda verkar komma ens väg. Vi känner oss upprymda, "vi svävar" säger vi ibland, eller "går på moln". Ja, det är som om vi bars upp av något.

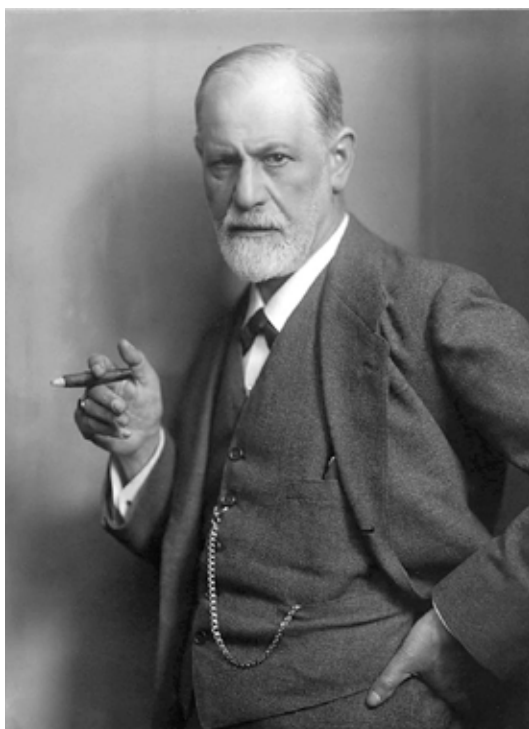
samt i artikeln "Humorn" (1927). Kortfattat tänker han sig den upprymda sinnesstämning som humorn kan försätta oss i som resultatet av ett slags ekonomisk transaktion inom vår psykiska apparat, närmare bestämt att ansamlad spänning frigörs och lust därmed utvinns. Förutsättningen för tillståndet är alltså att vad Freud kallar en "inbesparing", en anhopning av laddning, har skapats inom oss. När denna spänning släpper skapas en motsvarande lättnad vilket upplevs som lust. Den som roas av formler och diagram borde enkelt kunna rita upp hur den på så sätt utvinna lusten kvantitativt står i relation till storleksordningen på "inbesparingen", hämningen av energimängder, som föregått frigörandet. Med andra ord, ju större inbesparing, desto större lättnad och därmed också mer lust. Vad denna inbesparing eller hämning handlar om kan vi vara medvetna eller omedvetna om, vilket grovt sett också utgör skillnaden mellan normalitet och patologi, mellan vardaglig lycka - eufori - eller mani. Även till detta ska jag återkomma.

Freuds metapsykologiska vokabulär ger vid en första anblick ett distanserat och mekaniskt intryck. I själva verket avser hans val av beteckningar - hans metaforer - att redogöra för fenomen som oftast ligger mycket närmare oss än vi till en början förstår. Resonemanget om inbesparingar och hämningar av energimängder kan exempelvis handla om något så upplevelsenära som den lycka du känner efter att ha klarat en fruktad tentamen eller en uppkörning du länge varit nervös inför. Lättnaden och energipåfyllningen står då förstås i relation till den oro och anspänning du burit på inför provningen. Om uppgiften i fråga varit av mindre betydelse, eller om du av andra skäl inte varit särskilt nervös, så medför detta rimligen

mindre anspänning och därmed också en mindre portion lycka efteråt. Ett kanske ännu bättre exempel: det ojämförliga lyckorus du upplever efter att ha erhållit ett bevis på att ditt romantiska intresse för en viss person är besvarat, kan omöjligt vara orelaterat till den enorma oro och rädsla du känt inför tanken att så kanske inte är fallet.

Genom att understryka sambandet mellan vår potentiella olycka och lycka, hjälper oss alltså Freuds vokabulär att få syn på den inre dynamik som här råder. Men, och detta är minst lika viktigt, hans ekonomiska perspektiv hjälper oss också att förstå att vare sig tillståndet i fråga - euforin alltså - har sin upprinnelse i den avklarade uppkörningen eller i det till synes outtömliga ruset som ett besvarat erotiskt intresse ger, kan det inte vara annat än av övergående karaktär. Även den största "inbesparing" av laddning måste efter sin frigörelse till sist mattas av, och vår sinnesstämning återvänder därmed till vår fiktiva grafs medellinje. Var och en torde personligen kunna verifiera även denna teoretiska slutsats.

En tröst i sammanhanget är kanske att samma krassa ekonomiska resonemang också kastar en portion ljus över visdomen som ryms i rådet att "inte ta det du har för givet". Genom att låta en del av osäkerheten bestå, till exempel över kärleksobjektets gillande/ogillande, kan en relation fortsätta att sippra ut lycka, om än i låg dos. På motsvarande sätt förstår vi också något mer av "det stormiga förhållandets" dynamik, i vilket spelet mellan inbesparingar och lösen når mycket höga nivåer. I det fallet ger dock våldsamheten i svängningarna och förloppetets närmast mekaniska upprepning intrycket av att ett slags konstgjord andning pågår, varför de flesta av oss ändå ryggar tillbaka inför något dylikt.



Freud porträtterad av Max Halberstadt 1921.

Melankoli

Euforins språkliga motsats är dysforin, där "dys" står för det negativa, som i dysfunktionell eller dystopisk, men även i neologismen att "dissa" något eller någon. Dysforin som ord har dock inte riktigt brett ut sig i språket. Mer ofta talar vi om *melankoli* för att markera motsatsen till eufori. Att det är så kan inte enkom handla om gammal vana. Även de starka bilder ordet för med sig torde spela in. Föreställningen om den svarta gallan måste helt enkelt på något sätt korrespondera med upplevelsen av att en inre förgiftning av något slag pågår.

I sin klassiska text "Sorg och melankoli" (1917) försöker Freud belysa melankolins väsen genom att kontrastera den mot den lika smärtsamma men högst normala sorgen. Medan sorgen är en reaktion på en ytterst medveten *förlust* av ett älskat objekt (det handlar oftast om en person men kan även gälla ett arbete, en viktig sysselsättning eller ett ideal) ger melankolin ett betydligt diffusare intryck gällande sin upprinnelse. Att det ändå rör sig om ett slags förlust kan man liksom ana, resonerar Freud, men vad som exakt åstadkommer det inre energidrånaget förblir alltså i melankolins fall oklart, både för den som lider och hennes omgivning. Förlusten i fråga är med andra ord *inte erkänd*, inte medveten.

Ett annat särdrag för melankolin, fortsätter Freud, är att den – till skillnad från den okomplicerade sorgen – medför en betydande sänkning av vad vi till vardags kallar självkänslan, alltså upplevelsen av vårt eget värde som människor. Melankolin ledsagas av en distinkt känsla av ovärdighet, där självkländer och föreställningar om utstötning och straff regelmässigt ingår. "Vid sorgen är det världen själv som blivit fattig och tom, vid melankolin är det jaget självt", skriver Freud (ibid., s. 217). Hur ska vi förstå detta?

Överjagets potentiella sadism

Freud intresserar sig inte enkom för melankolin som sådan, utan använder detta extrema tillstånd för att förstå något om psykets *generella* struktur och funktionssätt. Det han i uppförstorad form finner i melankolin är det märkliga fenomen att en del av jaget tycks sätta sig över en annan del, som den "tar till objekt", enligt Freuds sätt att uttrycka det, och granskar den kritiskt, ja, i melankolins fall skoningslöst. Jagets uppdelning får ett än tydligare uttryck i psykotiska symtom som rösthallucinationer eller i upplevelsen av att vara övervakad. Den granskande instansen upplevs då (i varierande grad) som bortkopplad från jaget. Allt detta må låta dramatiskt eller rent av skrämmande, men det handlar om något som i sin mildaste form förhoppningsvis är känt av alla, nämligen *samvetets röst*, eller vad Freud så småningom med ett vidare begrepp kommer att kalla *överjaget*.

Denna kritiska instans, överjaget, är förstås ingenting annat än våra föräldrars eller vårdgivares internaliserade röster: deras påbud, beröm och kländer. Så här långt brukar resonemanget kännas igen från gymnasiepsykologin: vårt psyke – hela tiden enligt Freud – sonderfaller inte enkom i en medveten och omedveten del, utan också i ett "överjag", ett "det" som representerar våra otyglade drifter och ett "jag" som lätt känner sig klämt mellan de två första. Bilden av denna inre dynamik, och därmed också av benägenheten till inre konflikt, tillhör inte bara allmänbildningen utan utgör väl något de flesta av oss tämligen enkelt kan känna igen sig i och bekräfta. Vad som däremot inte är lika känt och inte heller lika genomskinligt för oss, inte till en början i alla fall, är att den inre röstens *karaktär* – dess stränghet, det vill säga affekten den är behäftad med – inte är att betrakta som en neutral avbildning av det som en gång var föräldrarnas röster. Dess tryck, eller djupet av dess spår för att fortsätta med inristningsmetaforen (karaktär = inristning), står även i relation till de ofta mycket starka drifter och



Melankolin ledsagas av en distinkt känsla av ovärdighet, där självkländer och föreställningar om utstötning och straff regelmässigt ingår. ”Vid sorgen är det världen själv som blivit fattig och tom, vid melankolin är det jaget självt”, skriver Freud.

affekter som varit aktuella hos barnet då internaliseringen ägde rum. Ett hårt och bestraffande överjag behöver alltså inte betyda att föräldern de facto betett sig på motsvarande vis mot barnet. Det kan lika gärna betraktas som en avspiegling av den stora möda barnet ålagt sig för att tygla en tvingande men bannlyst lust. Överjagets potentiella sadism hänger alltså samman med dess rötter i *detet*, vårt evigt tygellösa driftliv. Jag tycker att Freud formulerar de inre instansernas inbördes förhållande med stor precision när han skriver att "[d]etet är helt amoraliskt, jaget bemödar sig om att vara moraliskt, överjaget kan bli hypermoraliskt och då så grymt som bara detet kan vara" (Freud 1923, s. 343).

På grund av sin koppling till detet, den mest primitiva delen av vårt psyke, kan alltså överjaget uppnå ett raseri gentemot jaget, och det till en nivå som i värsta fall driver jaget ända in i döden. Det är något som också förekommer vid melankoli eller, som vi i dag oftast säger, vid *depression*. Att mildra ett strängt överjag är inte så sällan vad psykoanalys och psykoterapi i praktiken kommer att handla om, det vill säga ett långsamt och tålmodigt arbete som idealt vidgar subjektets tolerans gentemot driftlivets krav och omförhandlar jagets förmåga att tillstå och ta ansvar för de sanningar det bär på. En dylik ökad tolerans innebär per automatik att mindre utrymme lämnas åt överjagets oheliga allianser med detet.

Identifikation

Men något fortsätter att vara oklart. Varför skulle överjaget i melankolin ge sig på jaget på detta sätt? Vad har jaget gjort för att förtjäna en sådan behandling? Freuds svar på denna fråga utgör

även en lösning på gåtan om vad för slags förlust melankolin är en reaktion på. Melankolikern har givit upp ett kärleksobjekt, hävdar Freud, men enkom till synes. Det medvetna bandet till en person må vara kapat, men melankolikern identifierar sig med det förlorade objektet, drar så att säga in det i jaget och bibehåller på så sätt sin relation till det. Överjagets raseri är då att betrakta som ett raseri som gäller det svekfulla eller av andra skäl värdelösa objektet. Detta ger också enligt Freud förklaringen till hur självmord överhuvudtaget kan vara möjligt, då handlingen ju strider mot de självbevaringsdrifter som borde dominera i jaget. Det är objektet som avses att drivas in i döden; det egna jaget dras så att säga med i fallet som en olycklig men nödvändig omständighet. Hela denna process är i stort sett omedveten. Det som är medvetet, och också synligt för omgivningen, är anklagelserna och värdelöshetskänslorna som då ser ut att vara riktade mot det egna jaget.

Det melankolikern "vinner" på denna märkliga manöver är att två sinsemellan motstridiga tendenser får sitt: relationen till den älskade personen behöver inte ges upp, samtidigt som aggressionen – hatet – som riktas mot samma person också får utlopp. Relationen sörsjs alltså inte utan konserveras, samtidigt som raseriet mot objektet levs ut om än i form av självdestruktivitet. Att en *ambivalent* relation till objektet råder är med andra ord själva förutsättningen för den melankoliska mekanismen.

Det är ungefär så långt melankolins förlopp låter sig beskrivas utan att vi fördjupar oss ytterligare i den psykoanalytiska teorins labyrinter. Jag avslutar avsnittet med att än en gång understryka

att det är gradskillnader som avgör vad som kan betraktas som patologiskt och vad som får anses ingå i normalvariationen. Alla relationer är i någon utsträckning ambivalenta och följdriktigt ingår melankoliska inslag i all sorg utan att vi betraktar detta som något patologiskt. Det är *måttlösheten* som avgör frågan. Det är också måttlösheten som röjer kopplingen till vårt infantila och per definition gränslösa driftliv.

Mani

Ett sista kännetecken som särskiljer melankolin från sorgen, är den förstnämndas benägenhet – detta sker som bekant inte alltid – att slå över i mani. Något motsvarande saknas helt i fråga om sorgen. Hur kan man förstå det melankoliska tillståndets potentiella bipolaritet? Freud resonerar enligt följande: det faktum att jaget kan dela upp sig i två delar, en kritiskt iakttagande och en granskad och tuktrad, kan i det långa loppet inte uthärdas av människan; uppdelningen kommer periodvis att brytas. Religiösa högtider och institutionaliserade fester så som karnevaler utgör sedan urminnes tider motsvarande stunder av befrielse från våra inskränkningar, moraliska påbud och stränga ideal. Den intrapsykiska dynamiken är då att betrakta som just bipolär: en repressiv kraft skingras och en rekyl uppstår som svar på en efterlängtdad befrielse. Indragningen av överjaget och dess ideal, skriver Freud, kan inte upplevas på annat sätt än som en "storartad fest" för jaget som äntligen på nytt är tillfreds med sig självt.

Om upplevelsen av mindervärde och skuld är ett uttryck för spänningen mellan överjaget och jaget, så är triumfen känslan som uppstår då dessa två smälter samman, alltså då jaget på nytt känner sig lierat med och *uppburet* av sina ideala objekt. Ett exempel är när vi lyckats med en bragd vi vet skulle göra våra föräldrar, eller andra för oss viktiga personer, stolta. Härmed har vi också kommit tillbaka till frågan om lätthet och tyngd som vi tidigt ringade in som något viktigt. För att bättre förstå vad detta kan handla om skulle vi behöva lämna det klassiska språket och titta närmare på ett nygrekiskt ord, *psychoplakoma*, ett ord som i vardagen används som synonymt med att bli depig, sänkt eller melankolisk. Jag känner inte till ordets bakgrund, men det har ett så pass direkt tilltal att någon sådan knappast behövs. "Psyche" behöver ingen närmare presentation; "plakoma" betecknar att något hamnat under, blivit övertäckt av ett annat objekt eller föremål, mer specifikt en platta (plaka). Den närmsta associationen är till en tung sten av det slag man försluter en grav med. Men

ordet konnoterar också våld (plakosa = att prygla upp någon) samt allmänt att hämningslöst hänge sig åt något, exempelvis att frossa i mat eller dryck. Svenskans "vältra" eller "att vältra sig fångar upp något av detta, men täcker inte ordet helt.

Ordets sexuella konnotationer är tydliga för den lyhörde, men det är framför allt våldsamheten som förblir det manifesta. Psychoplakoma fångar den aspekt jag här försöker mejsla fram, en aspekt som för övrigt – i en mer rumsren form – återfinns i *depression*: att pressa ned. Om melankolin således betecknar tillståndet där objektet vältrats över jaget och där hålls fast i ett sadomasochistiskt brottningsgrepp, så är manin stunden då detta grepp släpper. Energipåfyllnaden som följer sker då i en takt som motsvaras av det enorma förtryck som jaget (och objektet) fått utstå.

Ytterst är det alltså *våra relationer*, vare sig de inbegriper nu levande, i bemärkelsen i den yttre världen närvarande, människor eller "objekt" enkom levande i oss, som tynger ned eller lyfter upp oss. Metaforiken kring tyngd och lättnad, liksom den om en pågående inre förgiftning, länkar till kroppsliga sensationer. Dessa sensationer utgör i sig konkreta spår av hur det står till med våra relationer.

Orden ristas in i kroppen lika mycket som de springer ur den.

SOTIRIS GREVENIOTIS

Psykolog och psykoanalytiker, verksam i Stockholm. Lärare och handledare vid Svenska psykoanalytiska föreningens institut. Medlem i redaktionen för *Divan*.
Tidskrift för psykoanalys och kultur.

Referenser till Sigmund Freuds samlade skrifter på svenska:

(1905): *Vitsen och dess förhållande till det omedvetna. Samlade skrifter IV.* (Stockholm: Natur & kultur 1997)

(1917): *"Sorg och melankoli". S.Skr. IX.* (Stockholm: Natur & kultur 2003)

(1921): *Masspsykologi och jaganalys. S.Skr. X.* (Stockholm: Natur & kultur 2008)

(1923): *Jaget och detet. S.Skr. IX.* (Stockholm: Natur & kultur 2003)

(1927): *"Humorn". S.Skr. IV.* (Stockholm: Natur & kultur 1997)