

Josef Zehentbauer

Melancholie. Die traurige Leichtigkeit des Seins

Kreuz Verlag 2001 Stuttgart,
ISBN 3-7831-1911-1, 19,90 €

Sei begrüßt, du Bittersüße! Ein bemerkenswertes Plädoyer für die Melancholie.

Jeder Mensch hat Melancholie befördernde Momente in sich, aufgrund derer er in bittersüßer Stimmung und Schwermut versinken kann. Weil die Melancholie nicht in den heutigen Zeitgeist und



zu unserer Spaßkultur passt und zudem verdächtigt wird, Grundlage einer abnormen Geisteshaltung zu sein, leben wir sie nicht aus, sondern verdrängen sie lieber.

Die wertvollen Aspekte und Effekte dieser »wunderbaren Charaktereigenschaft«, die durch Ernsthaftigkeit, Tiefgang, und Empfindsamkeit gekennzeichnet ist, arbeitet Josef Zehentbauer in seinem neuen Buch »Melancholie. Die traurige Leichtigkeit des Seins« heraus. Dreihundert Jahre nach dem grundlegenden Werk von Robert Burton schlägt Zehentbauer eine Bresche für die Melancholie, die nicht therapiert oder gar bekämpft werden sollte, sondern als »Spannung zwischen Trauer und Licht« ausgehalten sein will. Dabei spannt er einen weiten Bogen. Er rekurriert auf die Philosophie und Geistesgeschichte, bezieht sich auf Gedichte und Zitate, die zum Nachdenken und Innehalten einladen, schildert Fallbeispiele aus der psychotherapeutischen Praxis und gibt praktische Ratschläge, wie melancholische Menschen ihre oftmals befremdende Schwere in positiv besetzte Lebensenergie wandeln können.

Zehentbauer will die Melancholie nicht nur rehabilitieren, weil ihr kreative Potenzen innewohnen. Er weiß an melancholischen Charakteren, die er mit großer Achtung und Empathie beschreibt, vor allem zu schätzen, dass ihr Fragen und ihr Zugang zur Welt von existenziellen Dimensionen getragen sind. So setzen Melancholiker einer primär an Konsum und Spaß orientierten Welt andere, komplexere Werte entgegen. Und genau deshalb, weil sich melancholische Menschen kontraproduktiv zum herrschenden Zeitgeist verhalten und Möglichkeiten eines anderen »modus vivendi« antizipieren, plädiert Zehentbauer für ein Mehr an Melancholie.

Über den Autor

Jahrgang 1945. Arzt, Psychotherapeut und Autor. Mehrjährige Arbeit in der Neurologie (Universität Würzburg), verschiedenen Psychiatrischen Kliniken und der Akutstation einer Nervenheilstalt. Ärztlich tätig in Nigeria und Indien. Gemeinsame Projekte mit Franco Basaglia und anderen Exponenten der »Kritischen Psychiatrie« Italiens.