

Baunsbak-Jensen, Asger

Hemmeligheden

PsykiatriFondens Forlag <http://www.psykiatrifonden.dk/> , 2007. 141 sider. Pris kr. 195,00.

Denne bog omhandler den tilsyneladende velfungerende Asger Baunsbak-Jensens baggrund med afsæt i faderens depressioner, og hvordan han selv har valgt at tackle sine egne tilbagevendende depressioner.

Man føler ved læsningen en stor sympati for den lille dreng, der voksede op i skyggen af de aldrig omtalte depressioner i barndomshjemmet. Man kan helt klart føle, hvor stor skyggen har været også i kraft af, at faderens arbejdskraft og vilje har været livsnødvendig for dagligdagen. Også her ser man den loyalitet, børn omfatter deres forældre med - hellere vær lidt ensom og andelede end forsøge at sætte ord på de stunder, hvor faderen var "gået i sort". At både moderen og farmoderen har været nogle stærke kvinder, fremgår også klart. Selvfølgelig undrer man sig i dag over, at der aldrig blev talt om det i hjemmet, men sådan var det jo nu dengang.

Ager Baunsbak-Jensen skildrer også tydeligt, hvordan han selv prøver at hive sig ud af depressionernes svøbe bl.a. med motion, hvilket jo også er en teori, der er videnskabeligt underbygget.

I alt en fin lille bog der kan anbefales til alle voksne, der selv har depression inde på livet.

Bente Almvig