



**Ávarp  
forseta Íslands  
Guðna Th. Jóhannessonar  
á fertugsafmæli Geðhjálpar  
19. september 2019**

Forystusveit Geðhjálpar,  
liðsmenn samtakanna,  
aðrir góðir gestir.

Hugrekki, mannvirðing, samhygð. Á fertugsafmæli Geðhjálpar óska ég samtökunum hjartanlega til hamingju með þann áfanga og árna þeim allra heilla í framtíðinni. Um leið tek ég heils hugar undir þessi þrjú einkunnarorð Geðhjálpar. Hugrekki, mannvirðing, samhygð. Með þessar leiðarstjórnur ætti ferð okkar inn í framtíðina að verða eins farsæl og hugsast getur. En stundum myrkvast sýnin, stundum þyrmir yfir og við sjáum ekki leiðina áfram, sjáum ekki leiðarljósinn.

Þetta þekkið mörg ykkar eflaust vel. Ég nefni það hiklaust hér að áður en ég tók við embætti forseta vissi ég lítið um heim geðsjúkdóma, geðraskanana og annarra þátta á sviði geðheilsu. Ég á líka þá minningu frá unglingsárum að hafa verið hálfsmeykur við geðfatlað fólk sem ég kynntist lítillga, auðvitað alveg að ófyrirsýnju.

Svo lengi lærir sem lifir. Þetta var fyrir tæpum fjörutíu árum, stuttu eftir að hópur fólks hafði komið að stofnun Geðhjálpar. Þörfin var þá brýn og er það enn, að hjálpa þeim sem glíma við geðsjúkdóma og geðraskanir, veita stuðning og ráðgjöf, og eyða um leið fordómum í þeirra garð í samfélaginu, eyða ótta og fáfræði en auka þekkingu, víðsýni og umburðarlyndi – eða með öðrum orðum, efla hugrekki, samhygð og mannvirðingu.

Þörfin var vissulega brýn. Fyrr á tíð var líf þeirra, sem glímdu við geðsjúkdóma, einatt ömurlegt. Þá sögu hefur Sigurgeir Guðjónsson sagnfræðingur til dæmis rakið og skáldinn hafa líka veitt okkur innsýn í þá

skuggaveröld; má þar nefna nýlegt og áhrifamikið verk Kristínar Steinsdóttur um Ljósu og örlög hennar.

Okkur hefur miðað í rétta átt þótt áfram sé ætíð verk að vinna. Við höfum vonandi lært af mistökum fortíðar, skilningur hefur komið í stað fordóma. Saklaust fólk býr ekki lengur við harðræði og útskúfun, í samfélagi þar sem meirihluti landsmanna vildi kannski sem minnst sjá og heyra um geðsjúkdóma og geðraskanir, þroskaskerðingu og hvers kyns fötlun.

Já, nú skulum við öll reyna að fræðast frekar en að forðast. Bækur má til dæmis lesa, vitnisburði þeirra sem vilja segja sína sögu öðrum til lærdóms og hagsbóta. Ég þakka fyrir þau verk þeirrar gerðar sem ég hef þegið að gjöf síðustu ár frá hugrökkum höfundum og afar gagnlegar samræður um geðheilbrigði við þau tilefni.

En ágætu áheyrendur! Við erum hér á klikkaðri menningarhátíð. Heiti hennar sýnir tvennt, í það minnsta; í fyrsta lagi að skipuleggjendur hafa húmor fyrir sjálfum sér og viðfangsefninu. Oft er það nauðsynlegt í hörðum heimi. Hér gildir þó kannski ein meginregla grínfræða, að þótt einhverjir geri góðlátlegt grín að sjálfum sér gefur það öðrum ekki leyfi til að hafa þá hina sömu að nöpru háði og spotti.

Í öðru lagi staðfestir yfirskriftin – klikkuð menning – hversu auðugt tungumálið okkar er, hvernig samfélag okkar breytist og orðanotkun sömuleiðis. Lausleg athugun gefur til kynna að orðið „klikkaður“ sjáist fyrst á pappír á landi hér á sautjándu öld. „Exskriftin var svo máð og klikkuð,“ var þá fært í letur. Skrifarinn sá örugglega ekki fyrir sér að um fjórum öldum síðar væri hitt og þetta sagt „klikkað“, meira að segja menningarhátíðir. Og svo er svo margt annað sem þessi viðburður hefði getað heitið: brjáluð eða biluð menningarhátíð, geggjuð eða geðsjúk, trufluð eða tjúlluð, snarvitlaus eða vanheil.

Öll þessi orð – og trúið mér, enn mætti bæta við listann – öll þessi orð ættu að vara okkur við því að festast ekki í fjötrum rétthugsunar í orðavali. Um leið stefnum við auðvitað að því að vera nærgætin og skilningsrík, sanngjörn og réttisýn, einsetjum okkur að meiða ekki aðra með orðum okkar, og allra síst þá sem þurfa aðstoð og skilning, umönnun og umhyggju.

Kæru áheyrendur – klikkuðu áheyrendur. Ég ítreka heillaóskir mínar til Geðhjálpar og óska samtökunum alls velfarnaðar í framtíðinni.