

Den trykte avis hele ugen i 3 mdr. 249 kr./md. Samlet pris 747 kr. Abonnementet fortsætter til normalpris, indtil det opsiges.



E-avisen | Nyhedsbreve | Arkivsalg | Kundeservice | Privatlivspolitik | BESTIL ABONNEMENT | Ny bruger? Opret profil | Log ind

Søg B.dk

BUSINESS POLITIKO DEBAT GLOBAL TECH VIDEN KULTUR AOK LIVSSTIL REJSELIV SPORT FOTO TV

NATIONALT



Tømmermænd giver en særlig stemning i byen, i samfundet, når så mange af dets borgere vågner med hoved på i forskellige grader, som tilfældet er den 1. januar. Tegning: Claus Bigum

BERLINGSKE PÅ FACEBOOK

Bredbånd

Den 1. måned og oprettelse til 0,-

Spar 647,-

Op til 50/10 Mbit/s ned/up
Min. pris i 6 mdr: 1.640 kr.

[Se mere](#)

SENESTE NYT

- 09:00 70 ÅR:** Guldskribenten
- 08:52 SF:** Regeringen halter bagud i kampen mod ulighed
- 08:40** Snapchat værdisat til ti mia. dollar
- 08:40** Aktier: Vestas får medvind fra ordreslutsput
- 08:30** Tidligere Formel 1-kører knaldet for at tage kokain
- 08:22** S vil overveje stramninger i fyrværkeriloven
- 08:18** Parken-boss vil kræve erstatning hos Glistrup og Co.

[Flere nyheder](#)

Ramt af tømmermænd og nærmest lykkelig

Af Jens Rebensdorff
1. januar 2015, 10:00

Tømmermænd er forsoning med skæbnen. Dagen derpå går vi med orden i stedet for at lave den om. Tømmermænd handler om at se alle verdens sammenhænge. Og en lille smule om væske, panodiler og alkfood.

Vi tager den en gang til for prins Knud:

Æg. Ingefær. Citron. Søvn. Mælk. Væske. Bananer. Salt mad. Frisk luft. Kaste op. Panodiler. Tid.

Rådene, både de gode og de dårlige, til »behandling« af tømmermænd er utallige. Top 10, 20 30-listerne over de mest effektive af slagsen er lige så mangfoldige som rådene mod hikke og ulykkelig kærlighed. Og lige så gamle som rusmidlet alkohol. 5.000 år eller mere. I middelalderen, fortælles det, anbefalede indsigtfulde folk hakket ål tilsat bitre mandler. En københavnerstang virkede ifølge Ekstra Bladet for en læser for år tilbage.

Læs også: [Happy hour på højtider](#)

EN AF ANMARKS ST ERFAARNE LOGISTIK-SOMHEDER

DANSK FLYGTNINGE HJÆLP

DER >

DEL ARTIKLEN

Print Mail

Anbefal 68

OGSÅ



BERLINGSKE

Få Berlingske fra 29,- pr. md.

Køb abonnement

*Alle abonnementer fortsætter, indtil de opsiges.

Overblik: Årets runde fødselsdage i 2014

»Nytårsaften er ikke noget særligt«

Tegneserie: Sådan laver du Meyers kranseskage

Er du sikret for et sikkert nytårsknald?

Øjenlæge: Fredeligste nytår nogensinde

Se hvor de fejrer nytår først - og sidst

Runde fødselsdage 2015

Lykke er ... frihed, lighed og velstand

Nytårskuglen er faldet – denne gang uden nuttede pelsdyr indeni

MERE OM EMNET

alkohol	Jorden
Mad	
Nytårsaften	
Panodil	Råd
Samfund	Sex
Sexlyst	øvelser
Dagen	

Når du læser dette, er det sikkert for sent med forebyggelsesrådene: Drik lys alkohol. Drik vand under festen. Drik ikke sammen med tobaksrygning. Drik sammen med mad. Drik med måde eller slet ikke.

Dem husker du til en anden gang.

Men der er noget, denne kropsfikserede og langt fra fyldstgørende tilgang til »ondt i håret« overser. Tømmermænd skal ikke altid degraderes til beruselsens onde tvilling, naturens egen antabus, der straffer synderen og sikrer, at han/hun aldrig gør det igen. Før næste gang.

Tømmermænd, inklusiv de moralske, er en unik tilstand, vi kan lære af. Lære at elske os selv i. En tilstand hvor vi forsoner os med skæbnen og kollektivt som samfund finder tilbage til en bevidsthed, vi næsten har glemt.

Venner med skæbnen

Inden du i jubel vælter hen til barskabet, så regn ikke med, at ovennævnte udgave af tømmermænd er noget, du kan tyllle dig bevidst til. Den opstår, når den opstår. Måske slet ikke.

Det mener i hvert fald filosof Anders Fogh Jensen. Han oplever, at tømmermænd ofte gør ham nærmest lykkelig, når de optræder i denne af videnskaben ikke anerkendte og sjældent beskrevne udgave.

Læs også: Vi elsker gentagelsen

»Tømmermænd fratager egoet dets ambitioner uden fuldstændigt at ødelægge det. Med tømmermænd bliver jeg venner med skæbnen, med det som hænder. Så kan jeg overholde min kontrakt med Jorden,« siger Anders Fogh Jensen. Ham vender vi tilbage til.

Eftervirkningerne af indtagelse af for meget alkohol, spændende fra det festlige lags tømmermænd og til alkoholismens delirium tremens, er detaljeret beskrevet i litteraturen, på film og i kunst generelt. Fra Hippokrates og Baudelaire til Tom Kristensen og f.eks. filmtrilogien »Hangover«, hvor fire mænd med pels på tungen, dunkende hoveder og bondeanger forsøger at finde ud af, hvad der egentlig skete i gå.

Tømmermænd er også blevet et letfatteligt begreb, ikke mindst vi i pressen bruger for at beskrive »dagen derpå« i alle livets forhold.

Et udpluk fra det brølende nyhedshelvede: »Forbrugsfest uden globale tømmermænd«. »Carlsberg-aktien havde tømmermænd hele dagen«. »Arabisk forår giver økonomiske tømmermænd«. »Moralske tømmermænd på TV-stationer efter valget«.

Da vi allerede er på vej op i de højere luftlag for at forstå, hvad tømmermænd i virkeligheden handler om bag kroppens umiddelbare behov for fed mad, hvile, panodiler og væske, lader vi Anders Fogh Jensen forklare:

»Friedrich Nietzsche (tysk filosof 1844-1900) sagde, at ethvert ideal er blasfemi mod Jorden. Hvis man har idealforestillinger, reducerer man dette liv til noget middelmådigt. For Jorden er det, der sker. Det, der er nu. Den kontrakt med Jorden, som jeg har tegnet inde i mig selv, og som jeg ofte ikke kan overholde, den går ud på, at jeg ikke får det bedste i verden. Jorden lover at give mig noget, der er okay og jeg lover til gengæld at holde af det. Og den kontrakt kan jeg have svært ved at fastholde i dagligdagen. Tømmermænd kan få mig til at forsones mig med skæbnen, at overholde min del af kontrakten og være glad for det som jorden har givet.«

Læs også: Knap halvdelen af fyrværkeriskader ramte børn

For bæltedyr som denne reporter må filosofen forklare:

»Hvis man kommer forbi en restaurant og er sulten, så er det der, man skal spise, og det er godt nok. Eller det begynder at regne, og det er godt, at det er sådan. Den følelse indfinder sig lettere hos mig, når jeg har tømmermænd. Tømmermænd dæmper lysten til at få udrettet en helvedes masse og fjerner skyldfølelsen over ikke at få gjort det. Jeg forliger mig med det, der sker og går med den skæbne.«



Derfor skal du skrive en ønskeliste

NATIONALT

B.DK/NATIONALT

»Dér brugte vi så lige over tre millioner på under 15 minutter«

Dagen derpå: Her er vores mål for 2015



Sexhandlen topper i juletiden



To mænd anholdt efter fyrværkeriulykker nytårsnat

AKTUELLE JOB LIGE NU

LÆS DAGENS BERLINGSKE



DAGENS AVIS



BERLINGSKE AFTEN

MEST LÆSTE PÅ NATIONALT

1. »Dér brugte vi så lige over tre millioner på under 15 minutter«
2. Dagen derpå: Her er vores mål for 2015
3. Sexhandlen topper i juletiden
4. To mænd anholdt efter fyrværkeriulykker nytårsnat
5. Kræft er tilfældig hos de fleste

Flere mest læste-lister

Når den, ifølge eget udsagn, erfarne tømmermandsindehaver, journalist og radiovært på Radio 24/7 Gertrud Højlund har mén efter en våd nat, ser hun det som en slags »pay back time«.

»Hvis rusen ikke kostede noget, havde den på en måde mindre værdi. Der er et regnskab, der går op ved, at man tager sin straf dagen efter,« siger hun.

Når hun vågner med tømmermænd og det første selvhad over at have mistet kontrollen og over hverken at kunne huske, hvordan hun er kommet hjem, eller hvad hun har sagt, er drevet over, ser hun tømmermændene som en øvelse i at tilgive både sig selv og sin omverden. Også selv om en latterligt fuld idiot blandt gæsterne aftenen forinden forårsagede borgerkrig i opgangen og overarbejde i politistyrken.»Men det er okay, Gertrud. Indimellem skal du slippe kontrollen. Det, synes jeg, er en øvelse i omhed over for sig selv. Tømmermænd kan også give nogle indsigter. At man kan leve med andres fejl. At vi alle går over strengen en gang imellem og ikke er civiliserede. Det tilgiver man, for der skal være plads til beruselsen.«

Læs også: [Alvorlig mangel på vagtlæger i hovedstaden](#)

En sidegevinst af tømmermænd, som mange nyder godt af, er lyst til sex. Ifølge Anders Fogh Jensen er tømmermændenes sexlyst et flertydigt fænomen.

»Den tømmermændsinducerede sexlyst slavebinder mig jo på den ene side til det konkrete begærsobjekt, denne eller hin konkrete kvinde. Og det glæder mig at være slavebundet. Og på den anden side kan det føre til en indsigt i, hvad jeg er gjort af, og hvad verden er gjort af. Spinoza (Hollandsk-jødisk filosof 1632-1677), som jeg ellers ofte tyer til, ville indvende, at jeg så stadigvæk var på tingenes nærsynede niveau, fordi jeg ikke havde indsigt i verdens årsagssammenhænge, »fra evighedens synsvinkel«, som han sagde. Og at sagligheden ved at indse verdens nødvendige sammenhænge derfor netop ikke kunne indfinde sig for lille nærsynede mig med tømmermænd. Det er en anden form for glæde end den slukkede tørsts eller det tilfredsstillende begærs glæder, der forsvinder lige om lidt, som han taler om. Det er den salighed (laetitia), der indfinder sig med indsigten.«

»Men«, siger Anders Fogh Jensen, »selvfølgelig kan begæret været indføjet i ens forsoning med skæbnen. Alt er godt, som det er, og jeg gør, hvad jeg må gøre: Nu må vi have sex, for det er nytårsmorgen, og vi er her sammen. Det er dydens etik, ikke moralen.«

Både filosofen og tømmermandseksperter er enige: Tømmermænd giver en særlig stemning i byen, i samfundet, når så mange af dets borgere vågner med hoved på i forskellige grader, som tilfældet er den 1. januar.

»Det særlige ved tømmermændene nytårsdag er, at det er en kollektiv undtagelsestilstand,« siger Anders Fogh Jensen.

Slip kontrollen

»Vi har alle sammen tømmermænd samme dag. Det er der en vis sammenhørighed over. Vi har vores synkroniserede ineffektivitet. Til daglig er vi meget ude af synk. Weekender bliver inddraget til arbejde, og vi holder ikke fri sammen til daglig. Men nytårsdag var vi alle sammen til selskab i går. Det *kan* være en forfærdelig dag at være alene. Jeg har oplevet, at vi var nogle stykker, der vidste, at den dag kunne blive rigtig slem. Så mødtes vi og lavede vores egen junkfood. At mødes i sådan et tomrum sammen med andre – så kan det blive en smuk dag uden selvransagelse. Og smukke dage kan man ikke kræve, de kommer. Med Jorden, hvis man har en kontrakt.«

Læs også: [DSB lukker billetautomater af frygt for nytårshærværk](#)

For Gertrud Højlund er nytårsdag også en kontrast til konkurrencesamfundets konstante krav om, at vi skal yde vores allerbedste.

»Men her har vi en dag, som vi kollektivt hiver ud af kalenderen. En dag, hvor vi siger til os selv: Du kan ikke stræbe hver dag. Du kan ikke altid nå dine mål. Du kan ikke altid have kontrol. Og det skal vi, både individuelt og kollektivt, tilgive os selv. Det er i orden bare at ligge ned og være stille og se tyve afsnit af The Office. Nu har vi Netflix og behøver ikke se det skide skihop længere.«

B

Berlingske

Synes godt om

56.966 personer synes godt om Berlingske.

Facebook - socialt tilføjesprogram

1000vis af Orange-billetter

fra 149,-

Køb i god tid og få den bedste pris på DSB Orange

Bestil billet →

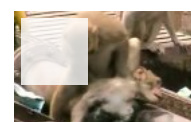
SENESTE TV



Den store løgn kan måske være nødvendig



Hør om triumferne og skuffelserne i sportåret 2014



Abe-redning og Siberiske Huskies er blandt ugens dyrestjerner

Mere TV

MINILEASE
TIL LAV PRIS



Anbefal < 68

LÆS OGSÅ

Forhøjet vandstand i Vadehavet



Kraft er tilfældig hos de fleste



Sexhandlen topper i juletiden



Få Berlingske fra 29,- pr. md.
Alle abonnementer fortsætter, indtil de opsiges.

FÅ NYHEDERNE FRA BERLINGSKE GRATIS PÅ MAIL

Indtast email

Du modtager nyhedsbrevet hver morgen, i weekenden samt ved breaking news.

Berlingske Forum - Skriv kommentar

Du kan kun kommentere på www.b.dk, hvis du er abonnent. **Log ind** eller køb dit abonnement **her**.

10 myter fra 2014 der trænger til at blive punkteret

31

TOM JENSEN



Tid til en præstefyring

120

SØRINE GOTFREDSEN



Svag opdragelse giver svage børn

16

AMALIE LYHNE



Flere indlæg fra Berlingske Blogs

Sweetdeal Travel

Familieophold i magiske Disneyland® Paris inkl. 4 nætter, morgenmad og adgang til parken

DIN PRIS	RABAT
5.650,-	44%
	NORMAL PRIS
	10.038,-

FORSIDEN LIGE NU

Se hele forsiden »



Nyt gigantkrav mod OW Bunkerledelse



Abe-redning og Siberiske Huskies er blandt ugens dyrestjerner



Atletiksæsonen 2015 kan byde på nye verdensrekorder

• Thorning efterlader flere spørgsmål end svar

• Asger Aamund:

»Vi har accepteret massiv overvågning, fordi vi tror fuldt og fast på, at det er til vores eget bedste«

• S vil overveje stramninger i fyrværkeriloven



Danmarks Silicon Valley skal ligge i Lyngby



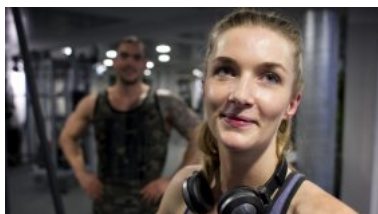
BMC-rytter overfaldet med kniv og røvet på træningstur



Sådan rammer aktieskatten danskerne

»Dér brugte vi så lige over tre millioner på under 15 minutter«

Et enkelt øjeblik tager det at gældsætte sig for livet. Men så er man også indlemmet i husejerklubben. Så er man rigtigt voksen. Så er det alvor.



»Det bliver noget med en-to timers daglig cardio- og styrketræning og en kost af kylling, salat, æg og bønner«

[Se hele forsiden »](#)

! gode tilbud med NejTak+



BERLINGSKE PLUS

BERLINGSKE PLUS



UV-filer i regntøj gør drenge sterile



SLANKE-SUCCES: Vælg den rigtige kur og tab dig



Guide: Vejen til det gode seniorliv

SPORT

SPORTEN



Tidligere Formel 1-kører knaldet for at tage kokain

SENESTE NYT

07:33 Liverpool-legende begræder Gerrards afsked

21:56 Dansk NHL-bisse straffes med kæmpebøde

21:46 Håndbold-trolldmand siger farvel og tak til sommer

20:54 Supertalentet Nikolaj Ehlers drømmer om et nyt VM-mirakel i Canada

Alle sportsnyheder



BMC-rytter overfaldet med kniv og røvet på træningstur

B.T.

DMI advarer:
Vindstød kan have stormstyrke - her bliver vejret værst

Borgere hjælp politiet:
To anholdt efter fyrværkeriulykker

»Dér brugte vi så lige over tre millioner på under 15 minutter«

Dronningen måtte vente i kulden: Henrik fik sig en snak med staldmesteren

Håndbold-trolldmand siger farvel og tak til sommer

SPORTEN.DK

BMC-rytter overfaldet med kniv og røvet på træningstur

Liverpool-legende begræder Gerrards afsked

Dansk NHL-bisse straffes med kæmpebøde

Norsk sejr i nytårsskihoppet

Håndbold-trolldmand siger farvel og tak til sommer

Manchester City forlænger aftalen med Frank Lampard

**BERLINGSKE
BUSINESS**

Kasi-Jesper med skattefar i hælene

Nyt gigantkrav mod OW Bunker-ledelse

Kasi-Jesper fyrer hovedleverandør og designer

Sådan rammer aktieskatten danskerne

Her vil IT-tsunami ramme i 2015

Vestas satte gedigen slutspurt ind på årets sidste dage

BILEN.dk

Skoda Fabia er blevet sporty

Den sydkoreanske Audi...

Flere bøffer end nogensinde

Mere potent M6

Skoda Fabia fra 129.000 kr.

Sådan får du endnu billigere benzin

Audi RS 3 uddeler bøllebanc

Rasende Suveræn Focus vender tilbage

AOK-

Her er årets største restaurantåbninger

De 5 på Rantzausgade

Amager: De 5 i Holmbladsgade-kvarteret

Dizzy Mizz Lizzy giver kæmpekoncert i Forum

Vesterbro: De 12 på Istedgade

Guide: De ni i Nordvest

rejseliv

Verdens mest luksuriøse flysuiter

Ti dyr, der spiser sine egne

Redaktionens drømmerejser 2015

Oversættelser der gik galt: »Poo Poo« smoothie på menuen

Tændernes by

Rejseliv: Det klikkede du på i 2014

5 barer i San Francisco

Rejsen 2015 skal være ægte

Berlingske Media
Pilestræde 34
DK-1147 København K
Danmark

Tlf: 33 75 75 75
Fax: 33 75 20 20

Kontakt os på mail

CVR.nr.: 29 20 73 13

Om os

Kontakt os

Redaktionelt regnskab

Ledige stillinger

Generelle handelsbetingelser

Send pressemeddelelse

Fejl & fakta

Etiske regler

Følg os

Service

Bestil abonnement

Læs e-avisen

Er avisen ikke kommet?

Annoncesalg

Tjenester

RSS

Nyhedsbreve

Det Berlingske Arkiv

Apps og mobile tjenester

Sitemap

Artikel arkiv indeks

Nyheder på din mobil

Få tilsendt gratis SMS
med link til vores mobile nyheder

Gode tilbud

Berlingske Shop

Godt tip

Sweetdeal

LIDTmere