



Ny bok om sorgen efter en mor

Text och foto: Anette Bodinger Larsson

– Att skriva en bok är ungefär som att renovera ett hus, det tar alltid längre tid än man tror. Det säger Johan Bonander, kyrkoherde i Fryksände pastorat, som är aktuell med en ny bok som bygger på sorgen efter hans mamma.

I sommar släpps Johan Bonanders tredje bok, en berättelse om hur han upplevde tiden efter sin mammas död. *Om jag ändå kunde ringa dig...* är en berättelse om stor sorg, men också om stor kärlek.

– Mamma dog i juni 2016. Dagen efter begravningen åkte hela familjen till Danmark på semester. När vi kom fram var jag helt slut. Och det är där min berättelse börjar.

De lediga dagarna vid stranden minns han var välgörande.

– Semestern blev en bra mylla för att kunna gå in i en sorg. I vanliga fall pågår ju livet runt omkring. Jag skriver det i boken någonstans, att det var bra planering av mamma att gå bort just då. I vardagen som präst finns perioder när man är högt uppe i varv. Då är det svårt att ta sig tid att gå in i en egen sorg. Men den tiden hade jag.

Mer ödmjuk

En del av jobbet som präst är att möta människor i sorg. Johan är van att lyssna, trösta, begrava och ge hopp. Men att sörja själv är en annan sak.

– Sorgen efter mamma har påverkat min gärning som präst. Griftetal brukar i allmänhet mynna ut i hoppet om evigheten. Men när man sitter där i en akut sorg vill man ju bara att allt ska vara som vanligt, då blir talet om livet efter detta snudd på irrelevant. Så småningom, när den mest akuta sorgfasen lagt sig, kommer hoppet om evigt liv att betyda jättemycket, men kanske inte från början. Här har jag nog blivit mer ödmjuk och nyanserad i mitt tilltal.



Skymningslandet

Om jag ändå kunde ringa dig – i sorgens skymningsland, är en bok som Johan egentligen skrev för sin egen skull som ett sätt att bearbeta sin sorg. Men efter några sidor var det nästan som att boken började skriva sig själv. Resultatet blev en slags loggbok i sorg fylld med tankar, varseblivningar och drömmar. I det skymningsland som Johan beskriver i boken upphör gränsen mellan liv och död. Skymningslandet är en plats som bara kan besökas i drömmarnas värld, en plats för att möta människor som gått före in i evigheten.

– När jag vandrar i skymningslandet känns det som verkliga möten. I vaket tillstånd är jag inte lika övertygad. Men i drömmen är allt på riktigt. Det är trösterikt och en häftig känsla att vakna upp i.

Positivt mottagande

Det tog ganska lång tid innan Johan bestämde sig för att våga ge ut boken.

– Jag har haft svårt att bedöma om mina erfarenheter av privat sorg kan vara av intresse för andra. Därför lät jag några personer i min närhet att läsa manuskriptet. Reaktionerna blev övervägande positiva även om någon tyckte att jag absolut inte kunde visa detta för andra. Trots lite mothugg bestämde sig Johan för publicering.

– Som författare är min önskan att det jag skriver ska beröra någon annan. Om det är en, två eller flera som slås av min berättelse är mindre viktigt. Det räcker med att en enda människa tycker att boken ger något. Då har jag lyckats.

Bokanmälan

Bok: Om jag ändå kunde ringa dig! - I sorgens skymningsland

Författare: Johan Bonander

Förlag: Obundnas förlag

Skribent: Fil Dr/ Leg Psykolog Kerstin Thunberg

ISBN nr: 978-91-987028-6-6

En viktig bok om sorg, saknad och att vara människa

"När du slutade andas var det som du var i mål efter en lång språngmarsch. Jag väckte min syster, klockan var 02.27. En minut senare, 02.28, andades du inte mer. Allt blev stilla. Min syster grät och jag grät. Och vi grät. Och grät. En halvtimme senare gick jag ut till nattpersonalen och berättade att du gått över nu. In i döden. In i det himmelrike vi pratat om som en realitet men som i denna stund kändes abstrakt och fel. Jag ville ha dig här, varm och levande!"

Strax före en sommarsemester dör Johan Bonanders mamma. Upp väller drömmar, tankar och reflektioner, om döden och livet, som han ömsint tecknar ned. Fram växer en form av dagbok där sorg och saknad kantas av associationer, hågkomster och drömmar. Boken, "Om jag ändå kunde ringa dig! - I sorgens skymningsland", är berättelsen om hur författaren försöker lära sig leva med det som hänt, förlusten av en älskad mamma.

En röd tråd i boken är de samtal författaren för med sin mamma samt reflektioner och tankar och drömmar, detta är bokens livsnerv. "Nu är allt borta, inte en flik kvar, allt har störtat i havet och jag vet inte vem jag ska prata med längre. Jag, en medelålders man med allt förspant saknar dig. Ja jag ska nog klara detta men handen vill greppa telefonen, alla helger och bemärkelsedagar som kommer...".

De flesta av oss har upplevt, eller kommer att uppleva, sorg någon eller några gånger under livet. När vi sörjer är det många tankar, känslor och reaktioner vi behöver hantera på en och samma gång. Reaktioner uppstår samtidigt som det vardagliga livet fortgår. Ja, måste fortgå. I början av en förlust kan allt kännas överkligt, för att i nästa stund känns nästan som vanligt igen. Sorg har en tendens att väcka många existentiella tankar och funderingar kring livet.

Vi går igenom det som varit, det som är och det vi har framför oss.

I "Om jag ändå kunde ringa dig! - I sorgens skymningsland", speglas dessa olika processer på ett realistiskt, nära och öppet sätt. Boken förmedlar en stark känsla av igenkänning, jag kan identifiera mig i. Kan själv minnas hur tillvaron gestaltade sig när en älskad syster nyligen lämnade jordelivet. Och tiden därefter. Bokens innehåll är lätt att ta till sig, språket är rakt och enkelt samtidigt som det är uttrycksfullt. Orden är inte i vägen.

I boken får vi följa författarens och familjens vardag efter mammans bortgång. Allt det praktiska, men med sorgen



som nära följeslagare. Författaren reflekterar samtidigt kring den egna livsresan, inte minst processen som ledde honom fram till prästvigning. En process som helt enkelt inte lät sig hejdas. Genom de skrivna raderna uttrycker författaren både glädje och tacksamhet över att idag kunna leva och verka som kyrkoherde. I glesbygden. Samtidigt bidrar han med intressanta reflektioner kring olika dilemman, nära sammankopplade med att vara kyrka i vår tid och rollen som präst och kyrkoherde. Vi får även tillbakablickar från uppväxt och ungdomstid med läsvärda anekdoter och reflektioner från en tid som flytt.

Denna bok är en oförställd berättelse om hur tillvaron kan gestalta sig, när sorg och saknad på ett smärtsamt sätt griper tag i våra liv. Samtidigt är den livsbejakande, fylld av tacksamhet och hopp. Kanske är det också det jag tar med mig som bokens främsta budskap. Att vi människor har mer resurser och förmågor än vi ibland anar, att överleva och ta oss igenom även det mest nattsvarta. Ljuset återvänder sakta. "Ja jag har en märklig frid i mig, mäktigt likt ett stilla stort hav. Jag ser ut i världen och ser att mycket är svårare än någonsin men hoppet och vissheten att vi ska överkomma detta har tagit sig ända till mig, ända in i mörgeren. Denna insikt ger mig en glädje, en ocean av frid. Och jag vill liksom vara kvar i ljuset, sjunga friden, andas luften, leva sången, dansa den här dansen, ja tala de här orden som just nu kommer till mig, i detta hav av frid."

Om jag ändå kunde ringa dig! - I sorgens skymningsland, är en viktig och synnerligen läsvärd bok om sorg, saknad och att vara människa. Men den är så mycket mer, en vacker kärleksförklaring till en älskad mor.

Kerstin Thunberg, Fil Dr / leg psykolog