

fri tanke

DEN  
DÄR  
JÄVLA  
DÖDEN

Anna Lindman

# Innehåll

Först – att föda ... 11

Att tänka på döden ... 13

– 1 –

Rädslan för slutet ... 19

*Slutet som skrämmer ... 21*

*Döden vi konsumerar ... 25*

*Dödsögonblicket ... 26*

*Det sista andetaget ... 28*

*Att stå inför döden ... 31*

*Farmor ... 37*

*Specialeffekter i slutet ... 39*

*När slutet är vidrigt i alla fall ... 43*

*Det slut vi får ... 54*

– 2 –

Döden tar våra kroppar ... 59

*Att brinna ... 61*

*Av jord är du kommen ... 67*

*Det läskiga liket ... 73*

*Den bortstädade döden ... 75*

*Att välja ... 78*

*Att se döden ... 83*

*Farmor ... 86*

– 3 –

Rädslan för separationen ... 89

*Att tvingas ta avsked ... 90*

*När döden är som värst ... 97*

*Saknaden ... 103*

*Tystnaden ... 106*

*Bullpåsen som gör skillnad ... 108*

*Vårt behov av riter ... 113*

*Farmor ... 124*

*Att ändå våga älska ... 126*

– 4 –

Rädslan för vad döden är ... 129

*När vi gjort oss av med Gud ... 131*

*Den dubbla bokföringen ... 135*

*Löften om fortsatt liv ... 137*

*Att hitta sin egen förklaringsmodell ... 141*

*En lösning i vår tid ... 143*

*En smak av vad som komma skall? ... 148*

– 5 –

Förintelseängesten ... 155

– 6 –

Döden gör oss rädda ...	165
<i>Rädslans mening ...</i>	168
<i>Den biologiska rädslan ...</i>	169
<i>En rädsla vi får leva med ...</i>	172
<i>Rädslan i vår tid ...</i>	175
<i>Farmor ...</i>	177

– 7 –

Döden måste vi stå ut med ...	181
<i>Men hur ska vi stå ut? ...</i>	181
<i>Filosofens tröst ...</i>	184
<i>Vad i hela världen ska vi säga? ...</i>	190
<i>Alla ska ju dö! ...</i>	194
<i>Glöm aldrig ...</i>	200
<i>Farmor ...</i>	206

Till sist – att dö ... 209

Referenser ... 211

En del av dem som gjort den här boken möjlig lever inte längre.  
Några är på väg att lämna oss. Varje rad tillägnas dem och deras  
anhöriga som orkat berätta.

## Först – att föda

DET ÄR EFTERÅT, när vi överlevt, när vi fått en säng på BB, när jag äntligen får sluta mina ovana händer runt den lilla, som jag inser vad döden är. Plötsligt förstår jag vidden av vad döden är kapabel till. På försiktiga ben vankar jag av och an i det kala rummet, håller barnet, bär. Något slags melodi, hennes namn som en ramsa, går runt i mitt huvud och jag hör mig själv sjunga för henne. Timme efter timme vankar jag, för att trösta henne, den lilla som gråter, för att trösta mig själv. Jag borde jubla av glädje men det är den där insikten som inte lämnar mig, det finns ett gigantiskt hot mot vår kärlek, mot den relation som just tagit klivet från livmoder till famn. En dag kommer vi att dö ifrån varandra och jag kan inte göra något åt det. Jag kan inte kontrollera när, eller hur, det är ett livsvillkor som plötsligt ter sig övermäktigt.

Jag har alltså burit henne, värkt henne ur min kropp, trasats sönder och sytts ihop, för att hon när som helst ska kunna ryckas ifrån mig. Eller jag ryckas ifrån henne. Jag ler och är så lycklig som jag förväntas vara. Men i mitt huvud, i mitt bröst, har den där jävla döden parkerat och det är svårt att tänka på något annat när döden liksom hela tiden är närvarande. Jag vyssjar barnet, håller det och viskar kärleksorden, men hela tiden tänker jag att jag när som helst kan förlora henne. Och jag är arg på mig själv, för jag är ju inte döende och inte hon heller och det är ju nu jag borde älska livet.

Jag tänker att lyckan är illusorisk och att det är som i filmer där hela familjen sjunger när de åker bil. Man vet vad som ska

hända om de sjunger i bilen. Vi ska precis hinna förstå hur lyckliga de är och sedan ska de dö. Och jag tänker att jag inte ska sjunga, att det är bäst att vara på sin vakt. Det är då hon som inte är jag, men som också ammar sitt barn, får bröstcancer. Döden stannar vid någon annan. Och jag hör om hur hon mår och jag hör om cellgifterna och om barnet som gråter efter sin mor och jag hör att det inte går att göra något och jag hör att det går åt helvete. Och varje kväll när jag lägger mitt barn och viskar god natt så tänker jag på hur hon sa hej då.

Jag tänker och tänker men aktar mig för att någon ska förstå precis hur mycket. Det verkar så omoget, så ickerationellt att vilja protestera. Jag vill vara en funktionell människa och en sådan kan hantera både livet och döden. Det är som om alla andra har en bugg i sitt system, en bugg som beslöjar allvaret i situationen. En bugg som gör att man kan leva livet som om man inte ska dö. Jag saknar den buggen. Jag tycker att vi borde tala upprört med varandra på bussen och tröstande hålla varandras händer när det slår oss där i kön på ICA. Vi ska alla dö. Du och jag, våra föräldrar och våra barn, alla ska vi dö.

Det är en grundläggande förutsättning för liv, varför har jag inte förstått det innan och vad i hela världen gör jag nu?

## Att tänka på döden

NÄR VÅR HUND skulle dö, när hon blivit gammal och sjuk och beslutet var taget att hon skulle avlivas, vägrade hon gå in till veterinären med den väntande sprutan. Till sist följde hon motvilligt med, men det var som om hon kände det på sig, vad som skulle hända. I folktron var föreställningen att djur kom med förebådanden en självklarhet. Södergök var dödergök och hörde man en kattuggla nära gården var ond bråd död att vänta. Alla äldre samer vet vad det kan innebära när en lavskrika landar vid fötterna. Historierna om djur som verkar känna på sig att döden närmar sig är skrämmande och lockande på samma gång. Katter som gömmer sig, elefantkyrkogårdar, lejon som lämnar sin flock när det är dags, vi tolkar det gärna som att de har en förmåga att uppfatta dödens varning.

Men egentligen vet vi att de andra djuren gömmer sig när de känner sig svaga för att det är deras enda chans att undvika rovdjur. Egentligen vet vi att de reagerar instinktivt och inte kan reflektera över döden som vi. Människan är det enda djur som lever med oket att veta att hon ska dö. Inget annat djur tvingas vakna varje morgon och fundera över att den här dagen kan vara den sista. Det är en dom, den där insikten, insikten om vår egen dödlighet.

Jag var fem år när den första gången slog ner i mig. Egentligen hade jag nog vetat ett tag. På någon nivå hade informationen gått fram. Mina föräldrar hade läst sagorna, berättat om farfar som dog innan jag föddes, vi hade begravt den där humlan vi



hittat död i trädgården. Men den där natten när jag verkligen förstod är ett av mina tydligaste minnen från barndomen. Jag minns hur vetskapen isande spred sig i kroppen, att jag fick panik när jag insåg det oundvikliga: döden är en evighets frånvaro av liv. Man kan förstås skylla mina föräldrar för denna avsaknad av lugnande barnatro på evigt liv, återseenden och änglar. Antagligen rimmade det illa med det 70-talsound jag vaggades till att komma dragande med såväl hundhimlar som människohimlar, men jag minns hur min mamma bar mig till badrummet och stängde dörren om oss.

Därinne var det varmt, ljust och tryggt och till det taktfasta dunket från tvättmaskinen kunde jag gråta så högt jag ville. Det luktade sköljmedel och fuktvarm frotté och det var mycket sorgligt alltihop. Jag fick en snabb lektion i vad olika människor tror händer efter döden, mamma förklarade väldigt sakligt att man mycket väl kan bli en blomma på en äng, att det kanske kan finnas ett himmelrike, eller att man kan återfödas som en ny människa, men att alla gissar eftersom ingen någonsin kan veta. I hennes ord fanns ingen falsk tröst men jag minns att det efter en stund faktiskt kändes bättre och att jag till sist kunde somna. Sedan dess har jag levt med vetskapen.

Alla människor vet och har under större delen av sina liv vetat. De andra djuren vet när de är svaga, de andra djuren kan bli rädda när de känner sig hotade, de andra djuren har instinkter som gör att de lär sina avkommor att skydda sig från fara. Men de andra djuren behöver inte sitta på en toalett med en gråtande femåring och förklara dödens innebörd.

Djuret människan vet och har att lära sig att bära vetskapen. Men människan är, trots eller kanske tack vare den vetskapen, inget handfallet djur. Problemet med döden har alltid utmanat vår arts uppfinningsrikedom. Det faktum att vi aldrig kan nå sanningen om vad döden innebär, vad som väntar oss, har

triggat oss människor till en myriad förklaringsmodeller och föreställningar om vad döden är och vad som väntar efter livet.

Döden tvingar oss också till handgripligheter. Vi måste ta hand om den döda kroppen, vi måste ta avsked, vi måste sörja. Vi behöver ha något att berätta, något svar som lugnar det rädda eller nyfikna barnets frågor om varför vi måste dö och vad som då händer. Varje samhälle som människor skapar behöver enas kring hur döden ska hanteras. Varje kultur måste ha en relation till döden.

I Sverige har vi inte haft krig på 200 år, modern sjukvård och ökad levnadsstandard har nästan gjort oss odödliga och människor som kommer hit från andra kulturer, som flyr krig och misär, upplever ofta att döden är osynlig här. I vår strävan efter att skapa det perfekta samhället, det perfekta livet, har vi gjort vad vi har kunnat för att rationalisera bort döden. Men döden låter sig inte bortrationaliseras. Vi må ha uppnått ett tillstånd där vi under lång tid inte behövt se på döden som ett överhängande hot, där vi inte behövt se döden på särskilt nära håll, men döden gör sig påmind också i vårt land, i vår tid. Och nu förändras den där relationen igen. Döden har kommit oss närmare. Pandemin ändrade allt och med ett nytt krig i Europa och ett gängkrig som skördar unga på våra gator, har en ny form av osäkerhet satt sig i oss. För många är den där osäkerheten förlamande. Att framtiden dessutom är förmörkad av den miljökatastrof vi själva skapat är en existentiell utmaning av gigantiska mått, en utmaning som handlar om att i tanken kunna härbärgera en annan, större död. Är vi på väg att utplåna oss själva som art?

Informationssamhällets masskommunikation av känslor och levnadsöden sätter också strålkastaren på den alldeles vanliga döden, vi blir hela tiden påmind om allt hemskt som när som helst kan drabba oss. Det går förstås inte att jämföra med hur

det är att leva i krig, eller svält, eller hur det för den delen var att leva i exempelvis digerdödens tid, men vi lever i diagnosernas tid. Den medicinska landvinningen att kunna diagnostisera i god tid gör att vi lever parallellt med människor som fått veta att de har en sjukdom som kommer att ta deras liv. Vi lever parallellt med familjemedlemmar, vänner, arbetskamrater och kändisar på löpsedlar som fått cancer eller andra sjukdomar och som väntar på att dö. Vi hör om människor, mitt i livet, på väg till jobbet, dagis, bilbesiktningen och biblioteket, som får veta att de har cancer, ALS eller någon annan vidrig sjukdom som man aldrig har hört om förut men som visar sig skörda en massa intet ont anande människor varje år. Det sköljer över oss, i dokumentärer, böcker, tidningsreportage och tv-inslag, den hemska, hotande döden är överallt. Vi pratar om döden igen, men pratar vi om döden på ett sätt som hjälper oss att hantera den? Eller blir vi bara ännu mer rädda, ännu mer mörka av känslan att det snart kommer gå åt helvete också för oss?

Jag bestämde mig för att lära mig allt om döden – vad döden är, hur vi förhåller oss till den, vad exakt det är med den som skrämmer oss mest och vad vi kan göra för att orka leva med att den en dag ska ta våra liv. Jo, det finns mängder av föreställningar om faran med att tänka för mycket på döden. Allt från bilden att det är med döden som med solen, man orkar bara titta på den en kort stund, till tanken hos Tolstoj, att om man skulle dröja vid tanken på sin egen dödlighet skulle man skrika oupphörligt ända tills man dog. Men, idén om att vi aldrig får glömma den, Memento mori, är också gammal som gatan. Redan stoikerna i det antika Grekland förstod vikten av att hålla tanken på döden vid liv. Jag håller på grekerna och bestämde mig för att stanna vid döden och stirra ordentligt.

I flera år nu har jag vänt och vridit på döden. Jag har intervjuat mängder av människor, psykologer, terapeuter, psykiatrer,