

Rebecka Nordström Graf. Min man dog tusen gånger. Albert Bonniers förlag.

”Stjärnorna kvittar det lika, om någon är född eller död” (Nils Ferlin).

Rebecka Nordström Graf bok handlar om den komplicerade sorgen då hennes man Daniel hastigt och oväntat går bort mitt i livet.

När vi ställs inför det oförståliga och outhärdliga då någon som stått oss nära är död, så är sorgen den känsla, det redskap, vi har till hands. Av alla våra känslor är sorgen den emotion som har den mest komplicerade uppgiften att utföra. Vi ska skilja ut oss från någon som inte längre finns och det i en tillvaro där allt fortsätter som vanligt. Det är på snudd till obegripligt. Sorgen gör ont eftersom den sätter fokus på detta tomrum. Den tvingar oss inse att en emotionellt viktig person inte längre finns där nära oss. Sorgen leder därför ibland också till ett känslomässigt undvikande av den. Vi gör sådant som lindrar eller rent av förjagar sorgen för stunden, för att sedan mer långsiktigt bli än mer utsatta för den smärtsamma känslan. Ibland kan handlingar i sorgens närhet mer vara ett uttryck för att bemästra och undvika själva känslan än att låta den vara och utföra sin uppgift. Sådana undvikande handlingar kan vara ältande, grubblande, undvikande av människor och platser, ett intensivt och ihållande privat sysslande med fotografier, gravvård och den dödes efterlämnade anteckningar, bevarande av rum, saker och artefakter som tillhörde den avlidne och imitation av hans beteende. Varje gång man återvänder till dessa handlingar lindras sorgen för en stund för att sedan återvända med än större kraft. Kortsiktigt mildrar det undvikande beteendet sorgen, långsiktigt förstärks den av det. Det som ser ut som en intensiv upptagenhet i sorgen, kan snarare vara ett sätt att undvika den. Jag tänker mig titeln till Rebecka Nordström Graf nyutkomna bok ”Min man dog tusen gånger” som en beskrivning av detta känslomässiga undvikande. Varje gång man tar sin tillflykt till ett undvikande beteende tvingas man på nytt konfronteras med den smärtsamma sanningen. Rebeckas man dör tusen gånger. En sommardag ringer en granne till Rebecka Nordström Graf och ber henne komma hem så fort som möjligt. Hennes man Daniel ligger död på soffan. Ett förstorat hjärta hade slutat slå. ”Min man dog tusen gånger” är berättelsen om sorgen efter Daniel. En skildring som går baklänges med början då ett och ett halvt år gått efter dödsfallet, för att månad för månad söka sig tillbaka till ögonblicket med den döde Daniel i soffan. *”Livet och döden. Det är inget jag kan göra något åt”*, reflekterar Rebecka Nordström Graf. Ändå är det så förtvivlat lätt att söka göra något åt det. Hon berättar poetiskt och

närgånget hur beteendet i sorgens närhet både hjälper och försvårar den insikten. Den speciella kronologin att berätta sorgen från här och nu bakåt i tiden till dagens för dödsfallet understyrker det svåra att vända sig mot och ta sig an det som ligger i framtiden och det som finns i det närvarande. Tankarna går åt ett annat håll.

Rebecka Nordström Graf berättar självutlämnande om hur hon kommer i konflikt med barnen vars pappa dött. Till slut flyr de mamman vars sorg blir ett ältande som de inte står ut med att möta och höra. Rebecka själv söker sig till makens vänner. Tar över hans plats i bastubadargänget, dricker öl och pratar som de, som Daniel en gång gjorde. Under några ögonblick blir hon sin man i en identifikation som för en stund håller sorgen på avstånd. Sedan konfronteras hon ännu en gång med insikten att han är död. Det är i grund och botten inget märkligt. Det är så här vi beter oss i den orättvisa brottningen med tillvaron som tagit ifrån oss en älskad person.

Sorgen gör också något med omgivningen. Rebecka Nordström Graf berättar om närståendes och okända människors kommentarer då de förstår hennes situation; klumpigt, patetiskt, empatiskt och stöttande. Men hon avstår från att moralisera över andras reaktioner. Istället betonar hon hur lika vi är varandra i sorgen.

En märklig iakttagelse gjorde jag då boken recenserades i dagspressen i början av juni. Någon recensent var aggressiv, på gränsen till håfull. Rebecka Nordström Graf's berättelse sågades som inåtvänd och självtillräcklig. I den reaktionen känner jag igen omgivningens vanliga reaktion på den som hanterar sin komplexa sorg på detta sätt. Den aggressiva tonen mot den som inte längre förmår delta i livets vardag och som vänder sig bort ifrån det. De andra som inte vill och inte orkar höra på den sörjandes berättelse. Den egna känslan hos den sörjande att vara en belastning för andra som förstärkt det fortsatta utanförskapet.

Många böcker har jag läst om sorg och förlust. De går inte att jämföra med varandra för alla bär på sin berättelse. Men sällan har jag blivit så berörd som av denna bok. Dess uppriktighet och nakenhet påverkar mig som läsare. Baklängesperspektivet skapar en ny horisont; hur sorgen förändras och livet tränger sig på med sin obönhörliga närvaro samtidigt som tankar ständigt söker sig bakåt i tiden. Det är ingen enkel process att sörja.

"Min man dog tusen gånger" är också en osminkad berättelse om en familj som söker leva vidare trots de slitningar som uppstår då en älskad medlem i den har dött.

Jag tänker mig att den här boken är värd att läsa för alla som möter människor i sorg.  
Den är säkert också användbar i sorgegrupper och frivilliggrupper där man arbetar med  
litteratur och gemensam läsning.

Stjärnorna kvittar det lika, men sorgen gör skillnad.

Jakob Carlander