

Sara Dahlberg Eriksson i Härnösand har varit med om det ofattbara, det allra mest jobbiga. Hon och maken Tomas har vid två tillfällen förlorat ett barn. Sönerna Kalle och Max finns inte mer. Idag har Sara tagit sig igenom sorgen och arbetar för att stärka andra.

Att åter våga lita på livet, det är vad Sara Dahlberg Eriksson kämpat med i flera år. Efter sönernas bortgång var rädslan ett näst intill obligatoriskt inslag i vardagen.

- Jag gick och väntade på nästa katastrof. Så en dag insåg jag att jag måste gå vidare. Kalle och Max finns ständigt i mina tankar, men jag har lärt mig att hantera sorgen så att den är uthärdlig.

Sara Dahlberg Eriksson befinner sig i hemmet på Sälsten i Härnösand. Höga Kustens vackra natur visar sig från sin allra bästa sida och Sara njuter i fulla drag när hon strövar genom omgivningarna. Närheten till vatten och skogen inpå husknuten gör att hon får det mesta av det bästa. Lantliv utan att för den skull ge avkall på stadspuls; Härnösands city befinner sig på några kilometers avstånd.

I denna idyll driver Sara sitt företag Ork-Idé; ett konsultföretag som erbjuder föreläsningar, sorgbearbetning, handledning samt konsultation till krisgrupper. Sedan i somras anordnar även Sara och en samarbetspartner vandringar i Höga Kusten.

- Naturen i kombination med mental och kroppslig träning har en sällsynt helande förmåga. Saras ansikte lyser när hon tänker på vandringarna. De två som gick av stapeln i somras gav mersmak och hon ser fram emot nästa säsons utmaningar.

Annars kan man nog konstatera att Sara privata livsvandring innehållit nog så hårda utmaningar.

Sara, som nu är 51 år, träffade sin man Tomas när hon var 25. I takt med att kärleken spirade kände Sara och Tomas att de ville bilda familj. De köpte hus och kort därefter började ett pyre växa inuti Sara.

- Livet var gott och det fanns inga tankar om att det skulle vara på något annat sätt.

När så Kalle kom till världen den 6 november 1983 kom det första dråpslaget. Han föddes med navelsträngsbräck, vilket innebar att tarmarna låg utanpå buken. Det blev iltransport till Akademiska sjukhuset i Uppsala.

- Kalle opererades samma kväll och vi kände oss lättade. Allt verkade bra.

På tredje dagen konstaterades dock att Kalle led av ett allvarligt hjärtfel och det utfördes en shuntoperation.

Den lilla familjen fick något senare åka hem. Kontakten med svensk sjukvård blev snabbt en naturlig del av vardagen, eftersom Kalle var extremt infektionskänslig. Trots det utvecklades han bra. Han var en pigg liten krabat, som lärde sig prata och gå.

Vid 1,5 års ålder skulle han genomgå en slutlig korrigerande av hjärtat. Enligt Sara hade läkarna uttryckt att prognoserna var goda.

- Men trycket i lungorna hade blivit förhöjt och Kalles hjärta orkade inte pumpa emot. Hjärtat stannade helt enkelt.

I och med Kalles död rasade världen samman för Sara och Tomas. Trots olika kontakter med psykologer och krishanterare valde Sara att vända den mesta delen av sorgen inåt. Hon trodde att det hela skulle lösa sig om hon bara bet ihop och var som vanligt. Bland annat lämnades alla praktiska sysslor kring begravningen över till en byrå.

- Med facit i hand borde jag ha agerat annorlunda, men vid den tidpunkten kunde jag inte göra annat. Jag var helt enkelt inte mogen för att hantera min vanmakt.

Sara ruskar lite lätt på huvudet när hon drar sig till minnes ett råd hon fick av en läkare.

- Budskapet var att det finns piller att ta om man mår dåligt. Läkaren visade ingen insikt i att sorg måste bearbetas, annars brister man.

Livet haltade sakta fram och Sara blev efter en tid åter gravid. Visst fanns rädslan där som en hungrig demon, men längtan efter ett barn var så mycket större.

- När Kalle dog visste jag inte om jag fortfarande kunde kalla mig för mamma. Min identitet som förälder kom helt i obalans.

Livets vågskålar jämnades ut i juni 1986 när dottern Maja föddes. Två år senare utökades familjen med sonen Max.

- Med två friska barn kände Tomas och jag att vi haft maximal tur. När så Julia föddes 1992 var allt perfekt. Vi bodde på landet, delade hus med goda vänner och var delaktiga i ett föräldrakooperativt daghem.

Harmonin förstärktes av att man hade djur hemma på gården. Maja hade börjat på ridskola och själv närde Sara en ungflicksdröm om en egen häst. Så blev också fallet och helt plötsligt betade några ponnyer i hagen.

En novemberkväll 1995 skulle Sara ta in hästarna. Som villig medhjälpare hade hon Max. Den lille förstaklassaren hade tidigare på dagen visat att han lärt sig göra frivolter och nu bubblade han av iver och livsglädje.

- Jag minns att en våg av ömhet svepte över mig och jag sa till Max: "Vad du är duktig!" Så hände det ofattbara. Helt plötsligt, utan någon som helst naturlig förklaring, sparkade en av hästarna bakut och träffade Max i tinningen. Sara bar in sin medvetlöse son i hallen och gav honom konstgjord andning. Hon ringde även Tomas och fick tag i sina föräldrar.

- Jag minns att ambulanskillarna bad mig gå iväg när de skulle defibrillera och att jag tog på mig träskorna och sprang ut. I panik kände jag att om Max dör kan inte heller jag leva! För andra gången fick Tomas och Sara se en son åka iväg i ambulans. Det blev först en resa till sjukhuset i Sundsvall där en stor blödning konstaterades. Läkarna bedömde att Max behövde specialistvård och han flyttades till regionsjukhuset i Umeå.

- Väl där konstaterades att han inte fick något syresatt blod till hjärnan. Max var hjärndöd och lades i respirator. Det fanns inget hopp om ett normalt liv för honom igen.

Sara, Tomas, Max syskon och övriga familjemedlemmar fick gott om tid att ta avsked. De tre dygn som de fick tillsammans med Max var en gåva. Maja och Julia kröp upp i sängen och viskade hemligheter och de vuxna fick möjlighet att berätta hur mycket de älskade sin 7-åring.

- När dagen för Max död kom såg vi på monitorn hur hjärtslagen blev allt svagare. Till sist var det helt stilla, berättar Sara.

- I samma stund som hjärtat slutade slå var jag helt säker på att även mitt liv tog slut. Jag förstod inte hur jag någonsin skulle kunna överleva en sådan smärta.

Med två små flickor i familjen måste dock Sara återgå till det som fanns kvar av vardagen. Den här gången valde Sara och Tomas att personligen engagera sig i begravningen.

- Vi hade aldrig klarat oss utan alla vänners kärleksfulla hjälp. När vi kom hem från sjukhuset stod varm mat och väntade på oss i glasverandan. Människors omtanke blev ett ljus i de första månaderna av annars kompakt mörker.

Gemenskapen med andra stärkte dem att själva hämta Max från sjukhuset. Tomas snickrade kistan, Sara målade och klädde den. Döttrarna fick vara med och bestämma att Max skulle begravas i sin älskade Romariodress.

Vid dagen för begravningen var Härnösands domkyrka fullsatt. Ceremonin blev precis så minnesvärd och vacker som Sara och hennes familj önskat sig.

- Det var en styrka för mig att se alla människor som deltog i vår sorg. Jag kände att om jag faller så finns det kärleksfulla händer som tar emot.

Sara var nämligen många gånger på väg att falla över i sin sorg. Vid Max bortgång kom även allt obearbetat sedan Kalles död upp. Bottenkänningarna var minst sagt många. På samma gång brottades hon med processen att fortsätta vara en fungerande förälder till Maja och Julia. Med tiden insåg Sara att hon måste frigöra sig från offerrollen. För både sin egen och för den övriga familjens skull kunde hon inte fortsätta att grotta i sorgen.

Efter att ha gått i terapi valde Sara och Tomas att påbörja en tre år lång terapeutisk utbildning på Korpberget utanför Kramfors. Utbildningen, som för Sara även fungerade som fortsatt

terapi, innebar regelbundna gruppträffar där deltagarna gavs möjlighet att bearbeta sina upplevelser. Programmet innebar också att de fick användbara redskap för känslomässig läkning.

- Utan den här grupptillhörigheten är jag osäker på om jag kunnat gå vidare i mitt liv. När jag inför andra gavs möjlighet att forma min historia och lyssna till andra fick jag samtidigt hjälp i beslutet att inte bli bitter. Jag förstod att jag inte hade ensamrätt på sorg och smärta. Sara Dahlberg Eriksson säger eftertänksamt att hon idag mår bra. Visserligen kan hon fortfarande drabbas av oresonlig rädsla för att något ska hända, men låter inte detta styra livet. Tre år efter Max död föddes familjens yngsta medlem Nora. Hon är idag lika gammal som Max blev.

- Jag inser att sorgen på något sätt faktiskt fört med sig positiva sidoeffekter. Jag har definitivt växt som människa och kan tillåta mig att tänka negativt, till och med drabbas av självömkan. Men jag låter inte detta begränsa livet.

Att människor behöver andra människor är en insikt som Sara bär med sig. Med yrkesbakgrund som socionom och yrkesvägledare samt med Korpbergets utbildning och de egna upplevelserna i bagaget vågade hon bli egenföretagare.

- Namnet Ork-Idé har två medvetna innebörder; orkidén som vacker blomma och idén om att det finns hjälp att få för att orka.

- Min övertygelse är att människor berikar varandra. Svaret på frågan ”varför” kommer jag nog aldrig att få, men genom att hjälpa andra får jag själv kraft att leva vidare.

Ann- Cathrin Granbäck

Publicerad i Leva 1/2007