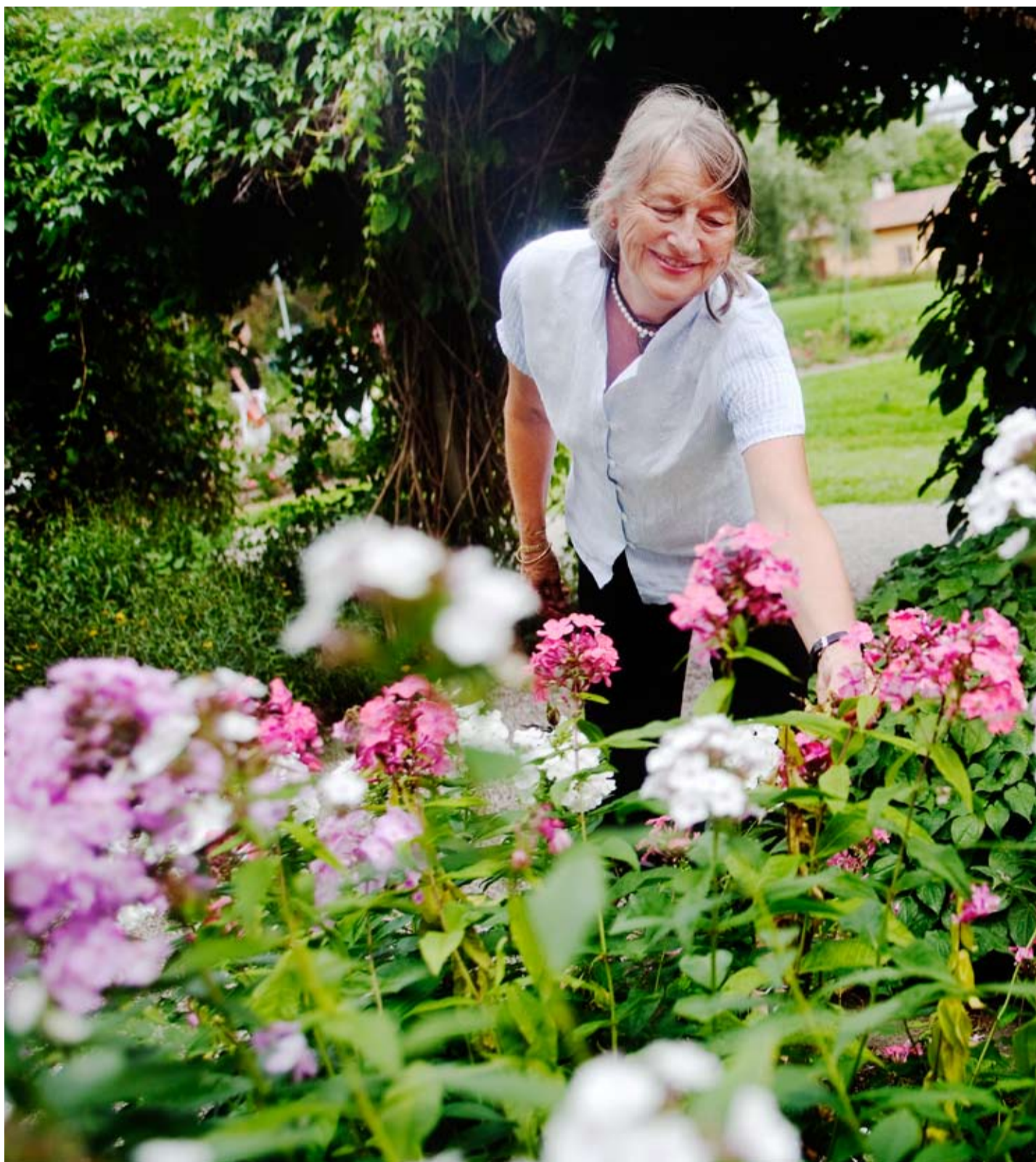


Ljuset i mörkret

Att följa sina barns väg in i livet är självklart. Vi finns där och tar hand om dem med tålamod och kärlek. Men när våra nära blir gamla och sjuka – då är det inte säkert att vi har tid. Evelina har träffat Inger Björkblom som tycker att man ska ta sig den tiden.



Inger Björkblom har skrivit en bok om tiden med sin demenssjuka mamma.

Foto: Nicklas Thegerström

Vi träffas i Rothoffsparken. Här promenaderade Inger Björkblom ofta med sin demenssjuka mamma. Hon gick bort för några år sedan. De brukade titta på blommorna och barnen som lekte i lekparken. På onsdag släpps Ingers bok som handlar om den sista tiden med mamma, som i boken kallas "Lise".

– Jag har skrivit om mina erfarenheter. Jag ville dela med mig av mina upplevelser, inte bara till demenssjukas anhöriga, utan också vårdare. Jag upplevde så mycket på promenaderna med min mamma. Jag följde henne hela vägen, hon var inte ensam, säger Inger.

Hon pratar fort och energiskt.

Boken handlar om hur demensen påverkar hennes mor, hur Inger tacklar sjukdomen genom att ta ut henne på promenader var och varannan dag och hur de går genom Eskilstuna.

Ibland när Inger besökte och promenaderade med sin mamma så frågade hon sig själv: Envisas jag med detta för min eller hennes skull?

Lise var 84 år när Inger beslutade att flytta henne till ett hem. I början var promenaderna timplånga, ibland i kuperad terräng. Kroppen var ju frisk, och Inger var mån om att Lise skulle få ta ut sig.

– Det är motion och sen när man är ute och går så här i parken så är man ute

Det är väl underbart att någon behöver en? Det är karma – att ta hand om våra gamla och sjuka.

bland oss alla andra. Det ger mer människovärde, och det är så enkelt! Man får göra det bästa av varje tillstånd och använda sin fantasi för att underlätta för den som går iväg in i glömskan, ut ur livet.

Många tycker inte att de har tid för sina gamla, men Inger vill varna för konsekvenserna av att bygga ett samhälle där sjuka och gamla inte får plats.

– Att vara med våra sjuka är nästan heligt. De är bara sjuka och gamla under en begränsad period. För oss friska är det en tid för kontemplation och vila. Vi hade vackra stunder, jag och min mamma. Jag såg saker genom hennes ögon.

Men att se sin mamma förvirrad och ilsken av glömska, inte kapabel att ta hand om sig själv – det är förstås inte bara viltsamt. Det gör ont också.

– Gör inte livet ont? Som Strindberg sa: Det är synd om människan. Vi är så

utlämnade. Man säger att det är ovärdigt att bli gammal och dement. Men stopp, är det verkligen det? Dementa känner en sådan fruktansvärd glädje, bara av att se en hund eller känna doften av gräs. Vi säger att det är ett ovärdigt liv, men har bara friska rätt att känna glädje?

Inger vill gärna vända på begreppen. Vi ska alla bli gamla och dö och inför detta faktum kan man förstås tycka att lite ödmjukhet vore på sin plats.

– Det är väl underbart att någon behöver en? Det är karma – att ta hand om våra gamla och sjuka. Du kan citera Astrid Lindgren: Vissa saker bör man göra i livet, annars är man bara en liten lort!

Det är fyra år sedan Lise dog, men Inger promenerar fortfarande.

– Promenera är en konst, en terapeutisk och nyttig konst.

MARIA HOFLING

inger björkblom

Är
60 år

Bor
Född och uppvuxen
i Eskilstuna

Familj
Två vuxna barn

Gör
Språklärare på
St Eskils gymnasium.



Aktuell

Har alltid skrivit mycket men ger för första gången ut en bok: Promenaderna med Lise, på Gothia Personligt, www.gothiaforlag.se. Släpps den 1 september.

Mamma Lise

Inger och hennes mamma bodde i samma tvåfamiljshus, tills sjukdomen blev för allvarlig och Inger flyttade henne till ett hem. Där bodde hon knappt två år, tills hon dog 85 år gammal. Boken kom till ur dagboksanteckningar som Inger skrev för att bearbeta det som hände.

"Jag bestämde att det skulle bli en bok när jag hade något att säga. Jag trodde mig kunna inspirera och ge tröst till andra i samma situation."



fråga familjerådgivaren

”Vågar jag träffa mitt ex?”

Hej Ulf!

Jag är en 41 år ung kvinna som har ett dilemma. Min man och jag har varit tillsammans i 15 år och har alltid haft det bra ihop. Han är min bästa vän. Vi har två barn som börjar komma upp i tonåren.

Vi har haft det väldigt bra som familj, harmoniskt. Men den där heta passionen har nog aldrig riktigt funnits mellan mig och min man. Det har snarare varit mycket vänskap, redan från början. Och passionen växte ju inte direkt under småbarnsåren...

Tack vare Facebook har jag kommit kontakt med ett gammalt ex. Vi kan kalla honom Jocke. Jocke och jag hade däremot det där speciella och var tillsammans när jag var drygt 20. Jag

var jätteförälskad i honom och vi hade ett fantastiskt sexliv. Men Jocke flyttade iväg för att plugga och avståndet gjorde att det tog slut mellan oss. Nu visar det sig att Jocke är på väg att flytta hem igen och att han gärna vill träffa mig. Han skriver att han är singel och saknar mig. Antar att våra meddelanden har blivit rätt flirtiga.

Jag intalar ändå mig själv att vår kontakt på Facebook bara är vänskaplig, men det räcker med att jag tänker på honom så får jag hög puls. Och tänker på honom gör jag allt oftare. Min man vet ingenting om Jocke och har inte Facebook så han har inte sett att vi är vänner där. Vågar jag träffa Jocke?

/Hälsningar "Orolig"

svar Hej "Orolig", det verkar som om du på olika sätt försöker lura dig själv. Om du fick reda på att din man, eller Jocke, har haft en flirtig kontakt med en annan kvinna och träffats, skulle du då önska att du fick veta något om det?

De flesta som tänker sig in i detta vill bli informerade. Jag träffar många par som varit i liknande situationer och har upptäckt de problem som kan komma senare.

Om man ska ge den relation man har en chans att utvecklas, så är det viktigt att vara autentisk och prata om den bristande glöden. Kanske känner din man något liknande. Om ni kan hantera detta så kanske det kan påverka den svala glöden.

Om du skulle träffa Jocke och känna att den här mannen vill jag inleda en relation med och då berätta för din man, har du skapat två problem.

Ett problem med din man, som du ska samarbeta med när det gäller barnen. Där detta kommer att ligga emellan er för en tid.

"Hantera den relation som redan finns innan du startar en ny."

din vilja, ditt hopp och dina behov.

Tag chansen eller risken att föra det på tal med din man. Kan ni inte hantera det själva, beställ tid för familjerådgivning.

ULF KLINGVALL

Det andra problemet är att om ni inleder en relation på det här sättet, så har du och Jocke byggt in möjligheten att vara otrogen.

Det kan då leda till förtroendebrister i framtiden: om du kan vara otrogen med Jocke kan du säkert vara det mot honom också. Om han kan inleda en relation på sidan om, så kan han väl göra det med någon annan.

Min erfarenhet är att en relation inte kan lösas med en annan relation. Det finns en ordning som är bra att respektera. Hantera den relation som redan finns innan du startar en ny.

Det låter som om du är otrogen mot



Ulf Klingvall är auktoriserad familjerådgivare.

Varannan vecka besvarar Ulf Klingvall dina frågor kring relationen i Evelina. Mejla till tillsammans@ekuriren.se eller skriv till Evelina "Tillsammans", Box 120, 631 02 Eskilstuna.

skriv till

Citat ur boken

"Det är annandag pingst. Vi tar bilen till stan och går genom den blommande Stadsparken. Vi fortsätter till Rothoffsparken, som en gång i tiden varit brukspatronernas egna privata trädgård. Parken är välskött med färgrika planteringar i små blomstersängar för olika arter. Vi promenerar, ser oss omkring, pekar och pratar. Vi är människor i ett intensivt nu – och jag ser med hennes ögon. Lise är glad."



"Vi utvidgar våra utflykter till Skjulsta, som ligger längs ån några kilometer söderut. Där finns en fors, skog, badplats och ett kafé intill ån. Vi kommer dit första gången i andra veckan i maj. Skogsbackarna är "så smalt gröna" som Lise säger – hon börjar få svårare att hitta rätt ord, men jag förstår precis vad hon menar. Hon ska säga "paraplyet", men det blir "bjällerklangen". Men ibland säger hon oerhört träffande bra saker."