

KRÖNIKA

Emma Bouvin: Jag har alltid haft svårt att be om hjälp när jag är inne i ett mörker

Det bästa som finns är att vara riktigt nära någon. Men när man inte får vara det är det väldigt lätt att glömma bort. Jag lovar att försöka bli en bättre vän framöver.



Jag känner ingen trötthet, trots att jag har varit vaken i snart två dygn. Jag känner ingen hunger, trots att jag under samma tidsperiod bara lyckats peta i mig lite nyponsoppa. Jag känner bara skräck och ångest. Det är den absolut värsta dagen i mitt liv. Min dotters hjärta har stått still och även om läkarna säger att läget är stabilt nu kan jag inte tro på dem. Jag tror att hon ska dö. En hel del personer har vid det här laget fått veta att jag och min man befinner oss på Astrid Lindgrens barnsjukhus och att läget är akut. Det sipprar in oroliga sms. Många skriver ”säg till om jag kan göra något”.

Jag har alltid haft väldigt svårt att be om hjälp när jag är mitt inne i ett mörker. När det svåra är förbi kan jag kommunicera, prata om det, bena ut det. Men när jag är uppe i det blir jag tyst. Isoleras mig.

Min man måste åka hem till vårt stora barn och jag får checka in på sjukhusets anhörigavdelning. Det finns kök. Jag har en avdelad hylla i ett kylskåp. Vi kan titta på tv i ett slags vardagsrum.

Och så finns det en tvättstuga. Det är egentligen inget konstigt med det, men det får mig att bryta ihop fullständigt. Jag vill inte vara på ett ställe där folk befinner sig så länge att de kan behöva tvätta sina kläder.

Då ringer Karin. Min bästa vän. Rösten som är pyjamaspartyn för två, sommarläger, interna tonårsskämt och trygghet.

– Hej. Vill du att jag kommer? Åh, jag kommer, jag är på väg. Jag är snart hos dig, säger hon och lägger på.

Det är över fyra år sedan den där fruktansvärda dagen i mitt liv, men det slår mig

ofta: Hur lyckligt lottad jag är. Som i det värsta av det värsta hade ett nätverk som slöt upp. Någon erbjöd sig att ta hand om vår katt. Många turades om att roa vårt äldsta, friska barn. Flera personer hälsade på oss på sjukhuset.

Och Karin kom. Hon släppte allt och kom.

Hon hade med sig teckningar från sina barn, mina favoritsnacks (salta pinnar), tidningar hon visste att jag inte skulle läsa och ett bestämt positivt humör.

Hon följde med mig in till min lilla bebis, som låg i respirator på barnintensiven, kopplad till tusen sladdar. Karin torkade diskret bort sina chockade tårar för att jag inte skulle se hur rädd hon blev. Hon kramade min hand hårt.

Hon undrade vad bebisar får för dropp. Jag svarade att hon fick socker på nåt sätt.

– SOCKER? Vad tror du giftfria barngruppen på Facebook skulle säga om det. Och via PLAST dessutom. Mot HUDEN.

Det krävs en riktig vän för att veta exakt vad som i det läget skulle få mig att skratta genom min ångest. Jag, som innan Karin kom, aldrig hade trott att jag skulle skratta igen.

Jag har förmodligen inte tackat Karin tillräckligt för den där gången. Men jag tänker ofta på det, särskilt nu, under pandemin.

Jag tänker på att det inte räcker att bara höra av sig och fråga om man kan göra något. Den som befinner sig i ett trauma ska inte behöva fatta några beslut, den behöver att hjälpen bara kommer.

Och om den gör det så stannar känslan av att vara älskad kvar så länge.

Det är svårare nu förstås. Sjukhusen

släpper knappt in anhöriga. När Karin testade positivt för covid kunde jag inte bara storma hem till henne. Men det är en dålig ursäkt för att det enda jag gjorde var... att skicka ett sms och fråga om jag kunde göra något.

Fastän jag ju vet att det inte räcker.

Men jag har varit en ganska dålig vän till många under det senaste året.

Coronaisolering får mig att glömma att jag är en social människa. Jag börjar tänka att allt man behöver egentligen är en soffa och att vänskapligt umgänge egentligen mest står i vägen för min teve och en bricka snacks.

Det var lättare att umgås utomhus i våras, men när hösten och mörkret och andra vågen kom gick jag i ide. Jag förträngde vad det gör för mig att vara nära mina kompisar.

Men så träffas Karin och jag i en pulka-backe. Och då minns jag omedelbart. Jag måste ta tag i henne och krama henne, trots att det går emot alla ens coronainstinkter.

Jag vågar inte lova att jag klarar av att komma nästa gång du behöver mig.

Men älskade Karin, jag lovar att försöka vara bättre nästa gång.

Emma Bouvin

emma.bouvin@dn.se

Emma Bouvin började som reporter på Dagens Nyheter 2009. Hon bor i ett radhus i södra Stockholm. Jobbar med granskande journalistik till vardags och har fått höra att hon borde sprudla mer. I höstas kom hennes debutbok, "Det här är den bästa tiden i ditt liv". Hon skriver krönika i DN Lördag varannan vecka.

OM JAG HAR EN TIMME ÖVER

Negin Azimi



Foto: August Dellert

Aktuell med boken "Kämpa smart och dröm stort".

Strömmad serie:

"Headspace en guide till meditation" på Netflix och "The good place".

Podcast:

"The Ikonns" av entreprenörerna Mimmi och Alex Ikonns.

Snabbnjutning:

Yin yoga.

Träning:

Megaformer med min närmaste vän Rebecca.

TED-talk:

The power of vulnerability av Brené Brown.

Relationsboost:

Promenader tillsammans med nära utan telefoner.

Skribent:

Robin Sharma.

Film:

"Five feet apart".

Utmaning:

Att sätta saker i perspektiv och att påminna mig att öva tacksamhet för det väsentliga i mitt liv.

Doftupplevelse:

Det persiska köket.

App:

Headspace-appen och Trello (för to-do listor, älskar listor och allt som har med struktur att göra!).

Karaktärsdanande övning:

Riv av plåstret och lös den där jobbiga konflikten som ligger i bakhuvudet.

Senast lyssnade:

"Everything I wanted" av Billie Eilish.

Berättat för: Elin Peters