

Väntrum

I väntrummet på S:t Lars är vi jämlika. Människor, varken mer eller mindre. I psykakutens milt välkomnande ljus finns inga titlar. Fyllbultar och docenter, hemlösa, förgråtna tonårsbrudar, uppgivna medelålderskrisar och stinkande gubbar. Där sitter vi i trådslitna fåtöljer. Ofta ensamma. Oftast ensamma. De unga tjejerna har ibland med sig en väninna som stöttar och tröstar. Riktigt unga män kommer med sin mamma. Inte fullt så unga män kommer ensamma. Fyllbulten kommer ofta med en – eller två – poliser. Välklädda män och kvinnor mellan trettio och fyrtio har ibland med sig en likaledes välklädd partner. Över fyrtio är de ensamma. Ensamma. Kanske har den välklädda partnern tröttnat då. Kanske stannar den välklädda partnern kvar hemma framför teven, »jaså har du ångest igen lilla vän, ska jag ringa efter en taxi?« eller så har den välklädda partnern helt enkelt lackat ur och tröttnat på att regel-

bundet tillbringa kvällarna på psykakuten och skaffat sig en något mindre ångestfylld partner. Mindre välklädda kvinnor är nästan alltid ensamma, oavsett ålder. Ibland ser de ut som om de fått stryk. Ibland har de sällskap av någon som ser professionell ut, en social-assistent kanske. Mindre välklädda män kommer självan frivilligt till psykakuten.

När vi väl sitter där, ensamma eller i sällskap, gör vi det på lika villkor. Vi är noga med att inte se på varandra, inte söka ögonkontakt, absolut inte tilltala varandra, absolut inte låtsas om varandras existens över huvud taget. En del iakttar behärskad tystnad, bläddrar förstrött i Sydsvenskan eller Allers, starrar stint in i teverutan. Någon snyftar, en annan drar långa, djupa suckar, tysta tårar rinner längs välrakade kinder. Där sitter vi, människospillror. Så satans mycket ångest samlad på knappt sex kvadratmeter. Ingen av oss rör på sig. Ingen av oss gör minsta ansats att sträcka ut en hand mot någon av de andra. Erbjudna en näsduk. En kram. Ett tröstande ord. Det skulle vara ett fruktansvärt etiketsbrott i väntrummet på S:t Lars. Här respekterar vi varandras ångest fullt ut. Här värnar vi vår och vår grannes integritet. Det händer naturligtvis att någon ballar ur. Plötsligt brister det, paniken slår till, andnöden och hjärtklappningen övermannar nå-

gon stackars sate som tappar kontrollen. Personalen är flink på S:t Lars. De är snabbt på plats, för bort den olycklige, ger lämplig lugnande medicin och lägger honom eller henne i undersökningsrum i väntan på läkare.

Vi andra sitter kvar, som om inget hänt. Väntar snällt på vår tur att få träffa en av de vitrockade, ett recept, en drog, en säng. ECT, sjukskrivning, inläggning, något som hjälper mig att sova, något som hjälper mig att vakna, något som hjälper mig att tysta rösten i huvudet, en remiss till PÖT. Vi kan höra skriken, ångestskriken, bakom de stängda dörrarna. Ljudet från personalens raska fötter, doften av kaffe från personalrummet, skratt som tränger ut från sköterskornas expedition, en telefon som ringer. Och så skriken från bakom de stängda dörrarna. De tysta öronbedövande skriken i väntrummet på S:t Lars och det förfärliga skriket i mitt bröst som jag är rädd för att släppa ut och jag undrar vilken värld jag tillhör.

(Väntrumsvärlden. Det är en värld jag behärskar. Trygg. Välkänd. Världen utanför. Den blir så svår ibland. Så stor. Så fientlig. Men jag behärskar ju den också. Alltför väl. Så väl att jag kan bedra de flesta. Mig själv med. Oh ja. Men trygg?)

I väntrummet på S:t Lars är vi lika. Det är ganska

vackert. Här skiter folk i vem jag är. Det spelar ingen roll om jag är doktor i etik eller alkis. Här blir jag alltid väl mottagen. Här får jag alltid hjälp. Här finns alltid någon som lyssnar. Väntrummet på S:t Lars. Det är hemma. Här har jag suttit i alla skeden i livet. Väntrummet på S:t Lars finns alltid kvar. Likadant. Jo, möblerna har bytts ut några gånger under vår mer än tjuugoåriga relation, väggarna har målats om några gånger och teven har blivit större, men stämningen är densamma. Som om det alltid är samma vrak, spillror och vålnader som sitter i samma slitna fåtöljer, samma oroliga fingrar som plockar på det sjaskiga tyget, samma brunfläckiga bananer i fruktskålen. En obestämd årstid utanför fönstret. Jag har varit här till jul, till nyår och till midsommar. Jag har varit här på hösten, i snöstorm och när våren nyss spruckit ut. Jag har ångest alla årstider. Min ångest varken favoriserar eller diskriminerar snö, sol, regn eller torrväder. Slår till med full kraft när jag tror att jag är säker.

En gång var jag en sån där ung tjej med svarta trasiga kläder och sönderskurna armar och smak av galla i munnen. Fast jag hade ingen väninna med mig hit. Jag satt här ofta i slutet av åttiotalet, när BUP hade stängt sina portar för mig. I början av nittioalet ökade både ångesten och självmordstankarna. Jag lät håret

växa och såg mer hippie än punk ut och lyssnade på The Doors i mina lurar medan jag satt i väntrummet. Jag kom in med sönderskurna armar och panikångest nyråsnatten 1990/91. Den 7 juni 1991 tog jag en taxi in till S:t Lars efter att ha blivit våldtagen en hel natt. Tanken att kontakta polis eller åka till någon annan sorts akutmottagning föresvävade mig inte. Den 14 juni samma år kom jag in igen och blev inlagd några dagar. Jag minns att det var en ung man i min egen ålder som skrev in mig på avdelningen. Kanske hade han precis tagit studenten och skulle sommarjobba på S:t Lars. Jag hade själv tagit studenten året innan, humanistisk linje, halvklassisk variant med ofullständiga betyg. Jag hade suttit mer på Malmö stadsbibliotek och läst Nietzsche och Hesse och Kafka än varit på Heleneholmskolan. I september – eller var det oktober – samma år, 1991, intoxade jag och slapp väntrummet. MIVA och sen avdelning 6. Nej, 1991 var inget bra år.

Jag har suttit i väntrummet på S:t Lars som arbetslös, som servitris, som vårdbiträde, som student, som doktorand, som tf. lektor, som doktor i etik och som författare, debattör och kulturskribent. Jag har suttit på psykakuten som ensamstående, som sambo, som gift, som separerad, som gravid, som tvåbarnsmor och som trebarnsmor. Oavsett var jag har bott – vid

Möllevången i Malmö, i Lund, på Österlen, i Åkarp, i en etta, i studentlägenhet, radhus, på en gård eller i patriciervilla – är det S:t Lars jag åkt till. Också under alla år då jag tillbringat största delen av min tid i Stockholm har jag väntat med att bryta samman tills jag varit tillräckligt nära S:t Lars. Ibland har jag bett taxin köra mig dit direkt från Sturup. Jag har suttit där med min mamma, med olika pojkvänner och med den man jag gifte mig med. Mest har jag suttit där ensam. Jag föredrar att sitta där ensam.

Vem ringer man när man inte orkar leva? Vem ringer man när man inte vill leva? Observera min formulering, den är viktig. Jag har inte någon längtan efter att dö. Jag vill inte dö. Jag åtrår inte döden. Jag är ingen Werthertyp, ser inte självmordet som någon radikal frihet i någon existencialistisk mening. För mig är självmordet snarast en tvångstanke. Nej. Jag längtar inte efter att dö. Det är livet jag inte klarar av. Sanningen att säga så är jag rädd för att dö. Jag är rädd för tomheten, för att allt tar slut, för evigheten. Jag är rädd för ganska mycket, och mycket av det jag är rädd för har med evighet att göra. Havet om natten ger mig ångest eftersom det synes ändlöst. Det tycks aldrig ta slut, varken uppåt, nedåt, hitom eller ditom. Tanken på rymden gör mig skräckslagen. Jag undviker i möjligaste

mån att läsa artiklar och se dokumentärer som handlar om rymden eftersom jag får fruktansvärd ångest av tanken på att rymden är oändlig. Jag förstår inte och sånt jag inte förstår måste jag lösa och då går min hjärna på högvarv, i spinn, och jag finner ingen lösning. Det gör mig stressad, nervös och lite rädd. Jag vill ha kontroll. Jag vill verkligen lösa saker. Jag vill förstå.

Jag vill inte dö, jag vill bara inte leva. En äkta apori, ett olösligt filosofiskt dilemma, en ångestskapande situation i sig bortsett från att det oftast är min ångest som driver mig mot insikten att livet är värdeöst och slutsatsen att det bör ändas. Det gör för ont. Ibland. Ibland är det bara outhärdligt. Denna vardag. Denna tristess. Detta fula liv. Det banala. Det dumma. Allt som ni inte förstår. Förlåt. Det var onödigt. Förlåt.

Om livet ändå vore vackert. Om livet ändå inte vore så fult, så fullt av det fula, så dränkt i det banala, så mycket yta, blingblingblingande, så blänkande blank tunn billig polityr över all den där tarvligheten. Om någon ändå någon endaste gång kunde tala på allvar om något som är på riktigt. Också om det fula. Jag är ful. Det är väldigt fult att sitta i väntrummet på S:t Lars. Min ångest tillhör inte den chica existentiella kulturångestgenren. Min ångest är verkligen inte kläd-

sam. Den genererar inte stor poesi och passar dåligt ihop med rödvin och sociala sammanhang. Min ångest kryper på alla fyra och slår huvudet i golvet. Bang bang tills blodet kommer. Min ångest stoppar fingrarna i munnen nästan av sig själv tills de välsignade spyorna befriar och kroppen blir stilla och slak och munnen och näsan smakar beskt och surt och det är illande gult i klosetten och naglarna river och klöser och blodet kommer. Min ångest tvingar ut mig på flera timmar långa helvetesvandringar gågågågå bort från mig själv bort från rösten i mitt huvud som säger att jag måste-måstemåstemåste. Min ångest kör bil väldigtvåldigtvåldigt fort hela vägen mellan Malmö och Stockholm och Malmö och Göteborg och tillbaka igen. Och skulle jag köra ihjäl mig är det ju knappt självmord utan mer som en olyckshändelse och då blir det inte riktigt lika svårt för min familj och mina vänner. Min ångest är ful och luktar illa och ska gömmas undan.

Vem ringer man när man inte orkar leva? Det vore ju inte något problem om det inte fanns ett visst mått av ambivalens i hela livströtthetsgrejen. Om jag var helt övertygad om att ickelivet var ett bättre alternativ än livet skulle jag ju inte behöva ringa någon över huvud taget. Min tvekan, min stora ambivalens, nej inte tvekan, inte ambivalens, min plikt att fortsätta

leva, min plikt att inte ge efter för den enkla utvägen handlar om mina tre barn. En förälder får inte överge sina barn. Det är min fasta övertygelse. Jag får inte lämna mina barn. Jag älskar mina barn. Jag älskar mina barn mer än min livsleda plågar mig. Min kärlek till barnen är starkare än min ångest, på det hela taget, men inte i varje enskilt ögonblick. Ja, det är skamligt. Det är förfärligt. Gud ska veta att jag skäms. Men ibland är jag så dålig och så usel att jag tillåter mig själv att tänka att världen vore bättre utan mig. Så ömkelig, så ynkelig är jag att jag tänker att mina barn skulle ha det bättre utan mig. Det finns ögonblick, ögonblick som är betydligt längre än ögonblick, där ångesten har övertaget och då måste någon påminna mig om varför jag måste fortsätta leva. Vem ringer man då? Vem orkar lyssna till en sån ynkedom? Vem ska behöva lyssna till något sånt?

Jag har en välfylld telefonbok. Jag har telefonnummer till några av Sveriges främsta författare, till några av de tongivande kulturskribenterna och debattörerna, till ett antal kultureddaktörer, filosofer, teologer, jurister, litteraturvetare, historiker, minsann också en och annan biskop, flera präster, läkare, någon konstnär, skådespelare, journalister, radio- och tevefolk. Kulturetablissemang, akademien, kyrkan, media. Män-

niskor med makt. Kulturellt, socialt, intellektuellt. En del av dem är mina vänner. En del nära, några bara bekanta, några kollegor, några uppdragsgivare. En del av dem är – åtminstone i teorin – vana att hantera ångest. En del av dem koketterar med lite lagom ångest. Lite skrivkramp kanske. Lite scenskräck kanske. En släng av utbrändhet. En lagom dos existentiell ångest kan vara intressant i en viss sorts reportage i en viss sorts magasin eller i en viss sorts pratprogram. En del av dem skriver om ångest eller gestaltar ångest på scen men skiter på sig när de möter ångest irl. En del av dem är vana att hantera ångest praktiskt, i sin yrkesroll, som läkare eller som präst. Men vad kan man kräva som vän? Var går gränsen?

Vem ringer man när man inte orkar leva? Ibland händer det att någon råkar ringa precis i det där ögonblicket när ångesten är starkare än kärleken till barnen. I bilen på väg till psykakuten ringde telefonen och jag svarade reflexmässigt och det var min, ja, en man jag haft sex med några gånger, en vän kan man säga, och han ville egentligen veta hur mitt lunchmöte med Expressens kulturchef gått och jag sade »bra« och jag frågade hur författarkongressen i Oslo varit och han sade att det varit fantastiskt och att han var så jävla trött på den svenska ankdammen och att han träffat så

intressanta människor, människor som »simmar i oceaner av ångest och blod« och jag blev tyst. Och han frågade »vad är det? Hur mår du?« och jag sade som det var att »jag har så jävla ångest att jag tror att jag inte orkar leva längre jag orkar orkar orkar inte jag är på väg in nu, de måste låsa in mig igen annars vet jag inte vad jag gör« och då bytte han ämne och började prata om att han ska skriva söndagskrönikor eller var det lördagskolumner i en eller annan tidning och »när var det nu din bok ska lanseras i Norge?«

»De kommer att älska dig i Norge, Ann, jag lovar, och hur ofta ska du skriva i Expressen, lovade han dig något ska du ha egen bildbyline men du kan inte lita på honom han är en orm och skit i Svenskan de betalar ändå så jävla dåligt, Sydsvenskan är bra, och Expressen, det är ju ändå riks och bra exponering och kvällspressen är rapp, jobbar snabbt det passar dig men klipp Svenskan, för fan, men egentligen borde du skriva för DN, men Schottenius kan man inte heller lita på, och fan, förlåt, jag måste lägga på, jag ska vara på ett möte om tre minuter och jag har kört fel sköt om dig. Hej.«

Det är tre dagar sen och sen dess har jag inte hört av honom. Därför ringer man inte till någon när man inte orkar leva. Sånt skrämmer folk. Sånt skräm-

mer skiten ur folk. Också stora, starka, stygga krigskorrespondenter som fått stora journalistpriset och kan knulla i timmar (jag skickade senare ett mail till honom där jag bad om förlåtelse för att jag drog in honom i min smutsiga ångest. Han besvarade aldrig det.). Nej, man utsätter inte folk för sin ångest. Inte krigskorrespondenter. Inte präster. I alla fall inte på deras lediga tid. Inte prisbelönta författare eller skarpa filosofer. Det är inte god ton. Det är taktlöst. Dålig smak. Ofint. Man ringer inte sin mamma eller sin bror. Det är onödigt. Dramatiskt. Dumt. Det är inte det att jag är ensam. Jag har vänner. Några riktigt nära och goda vänner, människor som jag eventuellt älskar, människor vars kärlek jag litar på, obetingat, fullt ut, till hundra procent. Jag är rädd om mina vänner. Jag vill inte skrämman dem jag älskar.

Man utsätter inte människor för sin ångest, för sin livsleda, för sina självmordstankar för att det så lätt missförstås. Det uppfattas så lätt som en anklagelse. Som ett uttryck för missnöje. Som klander. Som krav. Som om det är hans eller hennes fel att just jag har ångest. Som om det är på grund av något som just hon eller han sagt eller gjort eller inte sagt eller gjort som jag inte längre orkar leva (så enkelt är det nu dessvärre alltför sällan). Som om man vill ha något. Som om man

vill ha väldigt mycket av den där stackaren som tvingas lyssna: en anledning att leva. Det är att begära mycket. Det är att begära alldeles för mycket. Därför ringer jag inte till någon när jag inte orkar med mig själv. När ångesten blir för stor. När jag inte orkar leva.

Jag åker till psykakuten istället. Till S:t Lars där ingen bryr sig om mig. Till S:t Lars där det inte finns någon som jag bryr mig om. Det är lättare så. Lättare med människor som inte är känslomässigt involverade. 300 kronor. Det går bra att betala med kort. Eller så skickar vi faktura. Det gör de för det mesta. Känns på något sett ovärdigt att hantera pengar i just den situationen. (»Jaha, ångest och självmordstankar? Personnummer, tack. Det blir 300 kronor. Betalar du kontant eller med kort? Vi tar alla de vanligaste kontokorten. Visa? Ja, absolut. Tack. Har du pinkod? Så kan du godkänna beloppet. Väntrummet är till höger i korridoren. Jaha, du hittar? Du har varit här förr ja. Vill du ha kvittot? Det kommer snart en sköterska och talar med dig, och sen får du tala med en läkare.« Nej, så gör man inte. På S:t Lars är diskretion en hederssak.)

På S:t Lars arbetar inga räddhargar. Där blir de inte skrämman så lätt. De har hört det mesta och sett diverse variationer av mänsklig misär. Personalen på S:t Lars är ung. Läkarna är nästan alltid i trettiofem-

årsåldern. De föreföll så gamla då, i slutet av åttioalet, då när jag själv var tonåring. Nu är de unga, yngre än jag. Nej, de är inte rädda på S:t Lars, men de slits ut fort på psykakuten, byts ut undan för undan. Trots att jag är en tämligen trägen besökare har jag aldrig träffat samma läkare två gånger. Det spelar heller ingen roll. Jag har alltid blivit korrekt och väl bemött. Kanske har jag haft tur.

Jag får vänta allt längre i väntrummet. Det gör ingenting. Det är skönt att sitta i det där väntrummet. Som om tid och rum upphör. Som om jag är alla de där Ann jag varit, på en gång. Alla Ann sitter på en gång i väntrummet, på rad, med stora blå, sorgsna ögon. Lite sneda, mandelformade, brukar folk säga, mandelformade och väldigt sorgsna. Alla de där blonda kvinnorna gråter. Den yngsta har väldigt mycket svart kajal och mörkt lila läppstift. Tuppkammen är blond, nästan vit, men sidorna är lila precis som munnen. Den gravida Ann ser nästan allra sorgsnast ut. Henne orkar jag knappt se på. Hon håller armarna beskyddande runt sin stora mage och jag vet att hon tror att hennes ångest skadar den lilla flickan hon bär på. Ann är doktorand i etik, och råkade läsa en artikel om graviditet och ångest. I den där artikeln påstods det att gravida kvinnor med ångest överförde ångesten till sina ofödda

barn och att det skadade fostret. Det visade sig vara en helt obefogad oro. Det lilla barnet föddes inte för tidigt, vägde precis som hon skulle och utveckledes till en frisk och sund flicka på alla sätt och vis.

Där sitter Ann i kort mockakjol, grön tröja och midjelångt hår. Hon ska snart fylla tjuogoett år och har precis blivit våldtagen. Jag kan se märkena efter hans händer runt hennes hals och på hennes armar och jag vet att hon blöder. Ann i grå blus och snäv pennkjol har precis haft slutseminarium på sin doktorsavhandling. Det gick bra. Opponenten från Kungshuset var mycket nöjd och gav henne stöd i hennes tolkning av Strawson. Varför är hon här? Allt går ju enligt planerna. Och där sitter Ann, tf. lektor som precis fått sparken från Lunds universitet på grund av besparingar. Alla som inte är fast anställda får gå. Några av de fast anställda också. Och här sitter Ann, teologie doktor, trettioåttio år om tre veckor, forskare vid filosofen på Stockholms universitet med pengar från Vetenskapsrådet, skribent i flera stora tidningar, författare till en bok som ligger på Svensk Bokhandels topplista, trebarnsmor, gift. Objektivt sett lyckad med ett snyggt cv och ett putsat yttre. Och ändå sitter jag här igen. Alldeles tom och samtidigt på högvarv.

Mitt problem är att jag inte kan sluta tänka. Jag

kan sluta känna (vanligtvis är det då problemen börjar), men jag kan inte sluta tänka. Dygnet runt, varje sekund maler mina tankar, huller om buller, ovanpå och inuti, sammanlänkade, omslingrade i fyrafemsexsju led och så slutar jag känna och tänker bara och då går det över styr.

När jag sitter i det där väntrummet och ser alla Ann jag varit och fortfarande är så är det inte bara sorgligt. Nog önskar jag väl att jag skulle slippa återvända till de trådslitna sofforna och de andra ångestfyllda vålnaderna. Nog önskar jag väl att jag också kunde lära mig att leva. Nog undrar jag väl vad det är ni andra har förstått som jag har missat (eller möjligen vad det var jag förstod som ni slapp få vetskap om – och varför just jag förbannades med denna djävulska vetskap som jag helst sluppit). Nog är det så. Men det är ju också så att varje gång jag kommit till S:t Lars har det varit i djupaste desperation och i övertygelsen om att allt är över. Ändå har det ju inte varit det. Ändå har jag rest mig upp och gått. Tagit min ångest och mina självmordstankar i hampan och besegrat dem gång efter annan. Levt. Levt något tag. Ibland flera år innan ångesten skjutit mig i sank igen. Alla de där sorgsna blonda kvinnorna bevisar det. De har varit utanför väntrummet och levt. De har utbildat sig, blivit gravida,

fött barn, älskat, hatat, flyttat, disputerat, pratat, skratat, skrivit, tänkt, rest, gett ut böcker. De har inte bara haft ångest. De har inte bara haft sorgsna ögon. Inte hela tiden. De har också känt. En massa bra saker.

Min journal blir allt tjockare för varje besök och den – i mina ögon – allt yngre läkaren får mer text att ta sig igenom för varje besök. Första noteringen bör vara från 1985. Under några år handlade det om åttstörningar och visst självskaðebeteende. Sedan kom ångesten och depressionerna. Medicinering sattes in först 1991, anafranil i kombination med stesolid och antabus (jag jobbade på sjön då, färjan mellan Trelleborg och Travemünde. Mycket alkohol på sjön.). Efter det följde olika former av antidepressiva, ångestdämpande och sömntabletter tills jag fick diagnosen bipolär typ 2 våren 2001. Då sattes det antidepressiva ut och manin började behandlas. Det finns alltså en del att läsa i den där buntan med mitt personnummer (det mesta är väl datoriserat nu och jag antar att det inte finns anledning att gå tjugo år tillbaka i tiden varje gång jag uppsöker psykakuten. Men i alla fall.).

Anafranil, cipramil, zolofit och klassikern prozac. Valium, naturligtvis, stesolid, sobril, stilnoct, atarax, imovane, oxascand. Lithium och topimax. Jag har ätit mycket piller. Antidepressiva av olika slag: de riktigt

gamla preparaten, som just anaframil, med extremt mycket biverkningar, de nya och poppiga som ofta går under den vulgära beteckningen »lyckopiller«. Lugnande, mest benzodiazepianer som valium och steso (åh, jag älskar benzo: bättre än sprit, bättre än sex, definitivt bättre än mat. Bara att sjunka in i dimman, kroppen blir tung och varm och den hemska världen försvinner i ett förlåtande töcken, hjärnan blir till bomull och äntligen stänger den av och alla de där tankarna slutar mala, slutaslutasluta slut, slyna.). Insomnings- och sömntabletter har jag konsumerat en masse under årens lopp. När jag är manisk kan jag inte sova utan droger. Och sen är det preparaten som ska ta ner manierna och jämna ut humörsvängningarna. Lithium vägrar jag. Tjock och trögtänkt kan jag inte vara. Topimax är egentligen ett antiepileptiskt preparat som visat sig vara framgångsrikt vid bipolär typ 2.

Framgångsrikt. Det är kanske att ta i. Jag lever, det gör jag. Jag är övertygad om att jag levtt så här länge tack vare alla piller jag stoppat i mig. Utan drogerna skulle jag tagit livet av mig för många år sedan. Utan drogerna skulle jag varit död. Så är det. Men drogerna gör mig inte lycklig. Drogerna löser inte mina problem. Drogerna är ingen quick fix. Det gör mig så satans förbannad när människor som sannolikt aldrig

krupit på badrumsgolvet med ångesten dunkande i mellangärdet, stått vid spåret beredda att hoppa, varit vakna fem dygn i sträck, suttit med kniven mot strupen, legat bältade på låst avdelning, föraktfullt säger att »vi måste acceptera att livet inte alltid är roligt. Vi måste också få må dåligt«. Fuck you. Som om stavgång och morotsjuice och kramar och uppbygglig litteratur skulle lösa det hela. Som om ångest och depression och självmordstankar mest är en pose.

1991. Då var jag tjuogoett år gammal och hade velat dö – eller i alla fall inte velat leva – i minst sju år. Det etablerades en kontakt med BUP när jag var fjorton. Jag gick i åttan, skolkade, åt sparsamt men hade höga betyg och ett synnerligen aktivt socialt liv. På den tiden – mitten av åttiotalet – var det fortfarande Freud och psykoanalys som var standard, också i den skattefinansierade vården. Sessionerna med terapeuterna i jeans och batik roade mig, mitt i eländet. Jag var en manipulativ tonåring som gärna serverade dem de historier jag listade ut att de ville höra. En dag lyckades jag särskilt väl. Det beslöts att jag skulle läggas in, men då blev jag panikslagen och rymde genom att klättra ut från ett fönster på toaletten. Jag sprang genom S:t Lars-parken och hela vägen till Hjärup innan jag tog bussen till Malmö.