

Hon vågar att komma nära med hjälp av kameran. Nu möter du henne en gång i månaden i NWT:s Helg. Filmaren Sara Broos hittar inspiration i Berlin men hjärtat och livet finns i Fryksdalen.

Om mörker

Det är november. Dagarna pendlar mellan tätt duggregn och oroliga stormnätter. Vinden piskar upp flisor i ansiktet och kylan äter sig in i märgen. Så plötsligt en dag med klarhet, stillhet och blekt solljus. Gräset är grönt, nästa morgon täckt av ett tunt lager snö som döljer det bruna underlaget. Allting pågår. Eviga sinnesstämningsväxlingar, vardagssysslor, hjulen som snurrar, ett barns födelse, en ny terrorattack, julen som närmar sig, dagar räknas ner. Någon hoppar från en bro.

Jag läser i NWT att fler och fler varje år tar antidepressiva läkemedel och att Värmland är det län där ökningen är störst. Nästan en miljon svenskar hämtade ut antidepressiva någon gång under 2016. Det är cirka 230 000 fler än för tio år sedan enligt statistik från Socialstyrelsen.

Jag befinner mig på en tillställning. Jag har ett uppdrag. Står på en scen. Gör mitt jobb, spelar en roll, som så många gånger, i så många år. Inuti går jag sönder, hjärtat bultar hårt och jag har svårt att hålla ihop mig själv. Värmen från strålkastarna bränner in i huden, rummet snurrar.

Du som har allt, du som är så duktig, du borde vara lycklig, tacksam över allt du har. Orden ekar i mitt huvud, har gjort det

sen jag var väldigt ung. Jag står upp, håller uppe mig själv, som en mask, som en skugga. Leendet är så inövat att det växt fast i mig, sitter utanpå. Och jag rör mig genom folkmassorna, på tillställningarna, bland kollegorna, på minglen, och har lärt mig spela så bra att ingen längre ifrågasätter.

Men i de inre rummen är man alltid ensam. Dörrarna är stängda där och dit når inga applåder eller hyllningar. Där är mörkret dolt. Jag var svårt sjuk i bulimi under många år. En sjukdom som är så skamfylld att man knappt pratar om den. Ett missbruk, på samma sätt som alkohol eller heroin. En dödlig sjukdom som när den är som värst kan leda till hjärtsvikt.

Den var min hemlighet och lögn under sju år. Jag lärde mig hålla fasaden uppe, ljuga för alla och gömma undan skammen. Ingen skulle få avslöja mig. Jag ville förstöra mig själv i fred, ett långsamt sönderfall. Och så blev jag frisk, trodde jag. Men insåg sakta att sjukdomen dröjt sig kvar i mig. Och dykt upp igen i annan skepnad.

Utbränd. Hjärnan kokar, motorn rusar och till slut rasar allting samman, kollapsar.

Går det riktigt illa kommer man aldrig helt tillbaka och det kan ta flera år för hjärnan att läka. Så sköra är våra psyken och kroppar. Overklighets känslor, som om jag svävar utanför mig själv. Som om ingenting är på riktigt. Verkligheten inte greppbar utan abstrakt. Marken sviktar och rämnar för varje steg. Som i en ond dröm där man försöker fly från något och vet inte vad.

Och benen bär en inte och plötsligt är det vatten överallt och vattnet börjar stiga. Och man tittar bakom sig för att få syn på vad det är som jagar en och möter för en kort stund sin egen spegelbild i en reflektion. Och inser att det är sig själv man försöker fly ifrån.

Och så sjunker man djupare och djupare och kroppen landar mjukt på en botten av gyttna och sörja, och ingen luft att andas. Och där uppe vid ytan bryter solens strålar igenom och når ända ner. En svag strimma ljus.

Psykakuten. Borden utspridda på måfå. Allt öppet. Inget att dölja. Varje ord, varje viskning, varje andhämtning hörs. Här kan vi inte längre hålla fasaden uppe. Här finns en tyst överenskommelse. Brutal hudlöshet. Det skarpa ljuset



FOTO: JAIRO ALZATE/UNSPLASH

” Och så sjunker man djupare och djupare och kroppen landar mjukt på en botten av gyttna och sörja, och ingen luft att andas.”

som avslöjar varje ansiktsskiftning. Här är öppet dygnet runt. Här sitter de som inte längre orkar med livet, som inte har något alternativ. Som är dittvingade eller kommit på egen hand. Väntan är lång. Flera timmar. Och tiden går sakta. Här finns inga tidskrifter eller färg på väggarna. Små vita plastmuggar och bränt kaffe.

Tiden står stilla. Ljuden av ångest, de tomma blickarna, synliga eller osynliga sår. Som tur är inga tickande klockor på väggarna. Hjärnan på högvarv. Panikångesten på nätterna. Kallsvettearna. Den uteblivna nattsömnen. Vargtimmens skoningslösa avgrund. Inte en klar tanke. Allting sönderskjutet. Upphackat i små bitar. Ansiktet i spegeln, i reflektionen från skyltfönstren. Ansiktet utsuddat till oigenkännlighet.

Psykisk ohälsa har inget ansikte. Ibland kan en kontrollerad fasad vara en flykt, en strategi att gömma sig för världen, att slippa blotta den ångest som hemsöker

en på nätter eller i tystnad när ingen ser.

Jag tänker ofta på min vän som var framgångsrik filmare. Han hade allt. Han var begåvad, rolig, öppen, en sån som alla tyckte om. Hans debutfilm vann en Oskar. Han flyttade till USA, framtiden var ljus. Alla dörrar öppna. Han borde vara lycklig, på toppen av sin karriär, fortfarande ung. Men om man har allt, men har förlorat sig själv, vad är då allt annat värt; framgång, pengar?

En morgon när han var på besök i Stockholm valde han att ta sitt liv genom att hoppa framför ett tåg mitt i rusningstrafiken.

Det är så lite vi vet om varandra. Och skrapar man lite på ytan kommer underlaget fram. Och där kan det finnas mycket dolt som vi aldrig hade kunnat ana. Hemligheter och lögn.

Sara Broos
sara.broos@nwt.se

