

Till dig som måste veta mer för att kunna gå vidare

De dagar som gått sedan vi fick veta att Johan slutat sitt liv har varit omtöcknade och svåra. Svårast är tanken på att Johan inte längre finns ibland oss och att vi inte kommer att få möta honom på den här jorden mer. Men svårt har det också varit att förstå varför det som hänt har hänt. Varför? Det är den fråga vi ställt om och om igen och som många av er ställer med oss.

Jag har försökt lägga pusslet av små fragment vi har från de sista dagarna, men någonting har saknats, för många bitar har varit borta för att vi skulle kunnat se hela bilden.

Igår kväll (när detta skrivs 090403) fann jag ett litet meddelande på Johans dator som bekräftar någonting vi möjligen redan gissat oss fram till. Jag skriver nu några enkla ord till dig som grubblat mycket med oss omkring varför detta hänt. Jag gör det för att hjälpa dig att gå vidare med ditt sorgearbete och med ditt liv. Jag skriver också utifrån min kärlek till Johan och utifrån min kristna tro på ett evigt liv och en evig tröst bortom det liv vi nu känner, och den sorg vi nu känner, och jag ber att du som läser detta ska finna ro i dina tankar.

Johan var trött

Johans medicinska studier var hårda och han hade höga ambitioner med sitt läsande. Sista terminen var dessutom en termin där man arbetade en hel del med dissektion. Liv och död kom nära, blev vardag. Vi tyckte nog att Johan tog det bra, men visst var det svåra tankar och upplevelser att bära inom sig för en ung känslig människa.

Sedan många år hade han dessutom svåra problem med sin sömn. Natten mot torsdagen den 19 mars skriver Johan i ett dokument i sin dator: "Jag har glömt hur man vilar, jag kan inte somna in. Jag ligger här och blundar men det händer ingenting." Tröttheten var tung.

Ändå var Johan så livsglad och nyfiken. Det säger alla som mötte honom, också den sista tiden i livet. Vi kan följa sista kvällen via hans samtal med vänner på Facebook. Johan pratar med sina vänner, skämtar och är glad. Kvällen är full av roliga små kommentarer. Någon skämtar om att

hon har kungens idolbild på sin blogg. Johan ber henne komma igen när kungen har hennes idolbild på sin. Bara en halvtimme innan han går ifrån sin dator skriver någon att "Vänner är så bra att ha! Tack för att ni finns." Johans svarar: "Det är det minsta vi kan göra. :)"

Frågor

Sedan blir allt tyst. Längre än så kan vi inte följa hans tankar. Och vi har undrat hur denne glade kille kunde gå ifrån dessa små roliga samtal och därefter välja att ta sitt liv.

Tills jag igår fann ett litet dokument på hans dator namngivet "Brasklapp". Det innehåller bara några korta rader och inleds med orden: "Om jag hittas död vill jag att alla ska veta att jag inte gjorde detta i syfte att begå självmord..."

För att få distans till sina studier hade Johan börjat träna. Han valde en självförsvarsträning som skapades av den judiska motståndsrörelsen under andra världskriget. Mycket av träningen gick ut på att få kropps kontroll, träna muskler och att kunna kontrollera sin rädsla i utsatta situationer. Vi talade en hel del om detta. Jag tyckte det var bra att han rörde på sig och att han verkade må bra av det, samtidigt som vi hade djupa diskussioner om det våldsamma i träningen. Vi höll inte med varandra i allt, men jag tyckte att han verkade ha en sund distans till det han gjorde. Efteråt har vi fått veta att en av övningarna gick ut på att ta sig ut ur ett stryppgrepp. Johan, som tyvärr alltid har dragit nästan allt han gjort till ytterligheter, fortsatte sin träning därhemma. Natten, ca. 02.30 mot lördag insåg han att hans träning skulle kunna vara farlig och skrev sin brasklapp. Natten mot söndag slutar hans liv, så långt som vi kan följa och förstå.

Slutsatser

Igår kväll lade jag sista pusselbiten på plats. Johan var en livsglad ung man, med stora planer för framtiden. Han ville bli läkare, lära sig allt han kunde. Sedan ville han ge sin kunskap vidare till andra, gärna också göra en internationell insats där han kunde behövas... Johan var född med en skarp hjärna, men med ett ännu större hjärta. Han var god, och han vill er alla gott. Ni som känner Johan som er vän vet det själva.

Men Johan hade också ibland ett nästan extremt drag i sin personlighet. Han klarade inte av att säga "good is enough", var sällan nöjd med att bara göra någonting bra. Kunde man prestera lite

till ville han försöka. Tyvärr drev det honom att gå för långt den här gången.

Johans död var alltså en olycka. Han är vållande till sin egen död, men det var inte hans mening att ta sitt liv den där kvällen. Det gör inte tragedin mindre. Det gör inte vår sorg lättare, men det rätar åtminstone ut några frågetecken.

Varför Johan skrev

Innan jag avslutar vill jag försöka hjälpa dig att förstå varför Johan skrev sin ”brasklapp”. Han förstod att hans träning kunde vara farlig. Om den skulle leda till det svåraste ville han att du (och jag) skulle veta att det inte fanns någon skuld för det som skett som han ville lägga på oss. Johan älskade sina vänner och brydde sig verkligen på riktigt. Särskilt mycket kände han för dem som kämpade med mörka tankar omkring livet och döden. Om du som läser detta är en av dem är jag säker på att Johan skrev sitt meddelande mest av allt för din skull. Johan ville leva och han ville att du skulle leva. Är du tacksam för din vänskap med Johan är det därför detta du ska göra: Lev. En gammal åldrad man, bibelns Moses, förmedlar i slutet av sitt liv ord från Livets Gud. Det är inte ord från en gammal trött cyniker. Det är kloka, goda, trygga ord, från någon som levt sitt liv och mognat: 5 Mos 30:19: ”Jag tar i dag himmel och jord till vittnen mot er, att jag har förelagt dig liv och död, välsignelse och förbannelse. Så må du då välja livet, för att du och dina efterkommande må leva.”

Slutord

Efter att ha läst Johans sista ord har jag åkt berg-och-dal-bana genom känslolivet. Jag har varit arg. Jag har varit lättad. Jag har varit tyngd. Jag har varit tom. Jag har varit ledsen. Innan jag somnade i natt hittade jag Johans Bibel. Där fann jag hans bönelista. Den var som en varm solstråle in i mitt kalla mörker. Där ser jag vad Johan bad om, vad han talade med Gud om, vad han önskade allra innerst inne. Johan bad att han skulle få en ”grundläggande förnöjsamhet”. Johan bad att han skulle bli ”en bra och uppskattad vän”. Han bad om att få en ”smittande tro” och om hjälp att älska sin omgivning ”med äkta kärlek.”

Jag älskade Johan.

Och jag älskar Johan. Jag kommer alltid att fortsätta att säga att jag har tre barn. Två fina tjejer på jorden, och en fantastisk kille hemma hos

Jesus. Jag längtar dit. Jag kommer efter. Men inte än, för jag vill lyda den gamle mannens råd och välja livet. I 22 och ett halvt år har jag haft förmånen att få vara Johans pappa. Det har varit, tillsammans med min lika fina förmån att få vara pappa till Mikaela och Johanna, den största förmån jag någonsin haft.

I sommar skulle Johan visa oss sina favoritplatser i Göteborg. Nu har han en annan stad att få visa oss - en annan lycklig dag i framtiden.

Om du behöver prata

Du får gärna kontakta oss, via mail eller telefon, eller på annat sätt, om du behöver prata om det här. Mig når du på mail: mail@micaelnilsson.com, eller på tfn: 033-248221.

Var rädd om dig!

Micael Nilsson
Johans pappa