



Om hur man behandlar en människa i sorg

Många människor nu för tiden är väldigt underliga när det kommer till att hantera sorg hos sina medmänniskor. De kan strunta helt i någon tidigare vän/bekant/släkting som drabbats av sorg. När t.ex. den nyblivna änkan eller änkemannen är i som mest behov av kontakt och stöd stänger de forna 'vännerna' sin dörr och svarar inte när telefonen ringer. Efter något halvår eller så, kan man få höra att de inte ville bli påmind om hur det är när någon dött.

Ibland blir det rent komiskt. Den drabbade går ut och handlar och upptäcks av en bekant i affären. Då händer något konstigt. 'Bekantingen' gör allt för att inte synas, gömmer sig bakom montrar och smyger undan för att slippa hälsa. Jag har varit med om att möta bekanta på stan på samma trottoar. Vi har fått ögonkontakt och då vänder den bekanta genast bort blicken och tar sig skyndsamt över till andra sidan gatan. Egentligen ska man väl tycka synd om dessa människor. De är så rädda om sin egen 'comfort zone' och ängsliga för att behöva beröras att de blir patetiska. Men tids nog kommer även de att drabbas.

Som tur är finns det även människor av motsatta sorten. Jag har haft förmånen att på gamla dar fått flera nya vänner. Riktiga vänner, dels sådana jag träffat helt flyktigt under åren genom min mans fritidsintressen, dels släktingar som jag tidigare inte haft någon kontakt med och även helt nya bekantskaper.

När min man gick bort miste en grannfru sin man samma vecka. Vi två har bara nickat och hälsat när vi tidigare mötts. Jag förstod precis hur hon kände sig och gick över till henne och knackade på. I ett sådant möte behövs inte mer än att ge en kram och sätta sig och lyssna. Nu för tiden räknar jag den här kvinnan som en av mina närmaste

vänner. Hon är kul att prata med, hon har humor och hon pratar aldrig illa om sina grannar. En äldre dam bosatt i Köping, maka till en av makens 'bilkompisar', tog sig tid att ringa varje vecka och höra sig för när min man var sjuk och hon har fortsatt att ringa då och då. Jag har talat om för henne hur mycket jag uppskattar hennes och mina små pratstunder. De har hållit mig uppe när det ibland känts extra tungt.

Jag hade en kusinfru som blev änka alldeles innan hennes make skulle fylla sjuttio. Henne hade jag bara träffat en gång, helt flyktigt, på en begravning trettio år tidigare. Det hindrade inte att jag fick bli vän med henne och ha regelbunden kontakt via telefon, mail och brev. Hennes fem sista år i livet fick jag dela hennes vardag och bekymmer och galghumor. Hon talade om för mig att jag var den enda av de avlägsna bekanta som 'stannat kvar' när alla andra slutat höra av sig.

Ingen människa är en ö, och ensam är inte stark. Det behövs egentligen så lite för att göra en medmänniska glad. Man behöver endast bry sig en smula.

Döden är en sträng läromästare, han lär oss hårdhänt vad livet handlar om.



27 maj 2020.

Inger Klintberg Danielsson