

Jag spelar dart för livet

Vi förlorade vår son Leo i suicid i början av förra året. Det var fruktansvärt och kom som en blixtnedslag från klar himmel. Ingen visste hur dåligt han hade mått eller varför. Han blev 20 år gammal och hade precis börjat sitt vuxna liv, i egen lägenhet och med högskolestudier. Det är så mycket vi hade velat sagt och gjort, men som nu aldrig blir av och det är så tungt att bära.

Sorgen förlamade oss under lång tid men småningom insåg vi att vi behövde lyfta blicken och göra något. Vi behövde fortsätta med saker som tidigare varit viktiga för oss. För min del betydde det bland annat dart, det blev ett av mina sätt att komma vidare.

Vi försökte också förmedla till åtminstone en person i varje umgänges-bubbla av människor omkring oss vad som hänt. Inte fullständiga förklaringar, bara kortare information om vad vi varit med om och vad som hänt. De blev våra *allierade*, valda med omsorg. En god vän uttryckte just det begreppet, att ha allierade som vet vad vi varit med om och som kan finnas där som stöd om jag kraschar. Om jag inte orkar berätta för någon varför jag är nedstämd och ledsen. Vi gjorde det svåra, just att meddela och kort berätta vad som hänt. Det var såklart mycket jobbiga samtal men inget så smärtsamt som det faktum att vår son inte längre var i livet.

Idag innebär darten att jag kan åka och spela med mina vänner, ut på seriespel och turneringar runt om i Sverige. Jag träffar trevliga människor och fokuserar på annat än det där jobbiga. Det har varit en god hjälp i sorgarbetet. Att umgås som vanligt med människor man tycker om, och som vet vad man varit med om, fungerar som en läkande hjälp, åtminstone för mig.

Ibland befinner jag mig i sammanhang där inte alla vet vad som hänt. Då känner jag att något mörkt och otäckt lurar. Man vet aldrig vilka frågor man får, om de känner mig sedan innan och frågar hur det går för barnen. Jag vet rent intellektuellt att det egentligen inte spelar någon roll, och att jag absolut inte har något att skämmas över. Men känslan finns där ändå, och det blir en väldigt hög anspänning som gör att jag blir väldigt trött och nedstämd efteråt.

Det jag funderar på är om jag är ensam i dartsverige, om att ha förlorat en närstående i suicid? Det är trots allt inget man pratar om, och det är högst förståeligt. En tanke som kom upp under hösten var om det finns flera, och om vi tillsammans kunde starta ett eget lag – ett SPES-lag om man så vill. Det skulle vara en känsla av samhörighet inom sporten som jag nog aldrig skulle kunna känna i mitt vanliga sammanhang.

Kanske är det bara en tanke uppkommen i min egen sorg, och någonstans hoppas jag såklart att det inte finns fler. Men verkligheten säger mig att det tyvärr troligen finns fler darts spelare som upplevt något liknande som jag varit med om.

Om du känner igen dig – hör av dig. Kanske finns där fler av oss än vi tror.