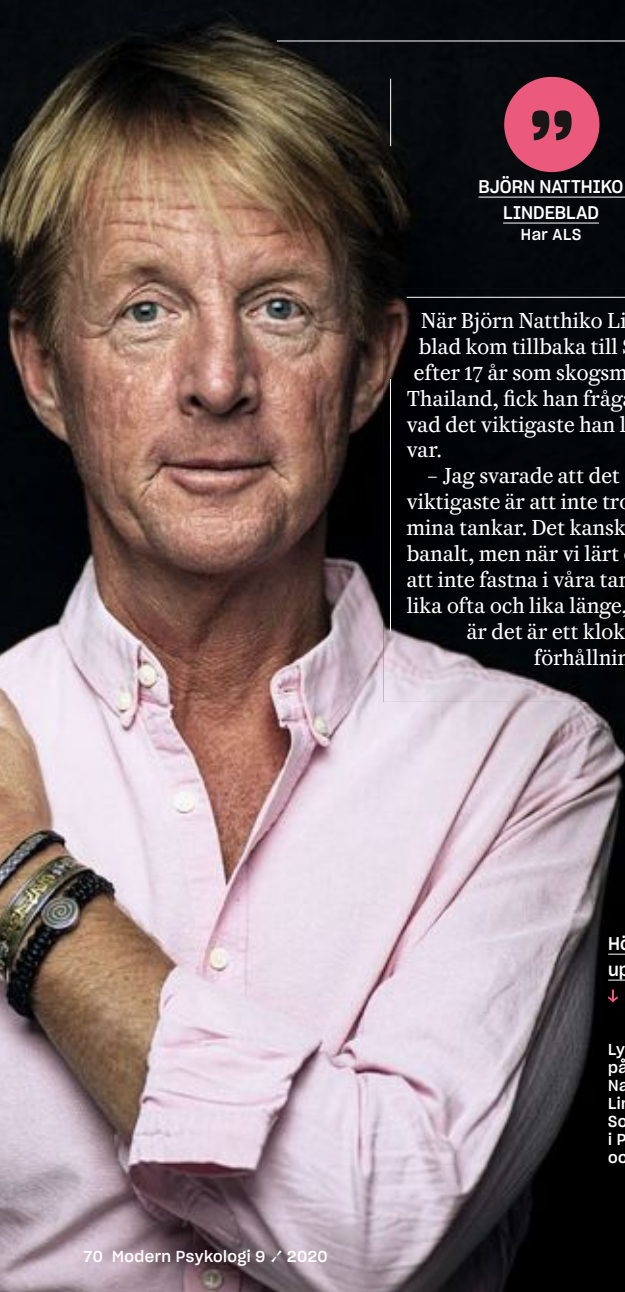


Det har jag lärt mig

av Karin Skagerberg / foto Fredrik Bankler

”Det svåra kan göra oss levande”



BJÖRN NATTHIKO
LINDEBLAD
Har ALS

När Björn Natthiko Lindeblad kom tillbaka till Sverige efter 17 år som skogsmunk i Thailand, fick han frågan om vad det viktigaste han lärt sig var.

– Jag svarade att det viktigaste är att inte tro på mina tankar. Det kanske låter banalt, men när vi lärt oss att inte fastna i våra tankar, lika ofta och lika länge, så är det är ett klokt förhållningssätt

till vårt inre liv, säger Björn Natthiko Lindeblad.

Insikten att vi inte är våra tankar är alltså den viktigaste. Men han beskriver det som att insatserna blev enormt mycket högre för ett par år sedan, då han diagnostiserades med den neurodegenerativa och obotliga sjukdomen ALS. När nervceller i hjärnan, hjärnstammen och ryggmärgen dör, förtvinar musklerna och kroppen förklamas sakta. Läkaren gav honom ett till fem år kvar att leva.

– Det har gjort det ännu viktigare att påminna mig om att jag inte ska tro på mina tankar om framtiden, för de drar iväg. ”Hur många veckor eller månader har jag kvar innan jag inte kan stå eller prata?” ”Hur mår jag den dagen jag inte ens kan andas?” ”Hur tar ett liv slut?”

I sin bok *Jag kan ha fel* (Bonnier fakta), som han skrivit tillsammans med Caroline Bankler och Navid Modiri, berättar han om sjukdomen, kärleken till frun Elisabeth och om hur han vill fortsätta att leva till slutet, trots den svåra sjukdomen.

– Men det är bara på väg åt ett håll. En viktig lärdom i livet är att inte låta negativa känslor ta en i besittning. En svår känsla mött på rätt sätt – i kroppen – kan faktiskt göra oss mer levande.

Hör
uppl



Lyssna
på Björn
Natthiko
Lindeblads
Sommar
i P1 2012
och 2020.