



Lena Forsell hittade tillbaka till sig själv och sina vänner efter separationen

Foto: LARS TONY HAFNER

**Jag träffade mina barns pappa när jag var 20 år. Vi kom från liknande bakgrund och vi var driftiga och målinriktade. Det var viktigt då att följa normen, så vi förlovade och gifte oss och fick barn, vi hade bra jobb och ett fint hem. Vi hade allt materiellt och två fina döttrar.**

Jag sögs in i samhällets värderingar och trycket utifrån, utan att riktigt medvetet tänka efter vad det var jag ville. Under ett träningspass såg jag mig själv i spegeln och undrade varför jag inte såg lycklig ut? Vi hade ju allt, men ändå kände jag en enorm tomhet inom mig. Jag fick ofta ryggskott och hade ont i magen, det var starka psykosomatiska uttryck, för läkarna hittade inget fel på mig. Till slut hade jag till och med svårt att gå och blev sjukskriven några veckor, för första gången i mitt liv.

Jag var utbränd efter flera års presterande.

Jag hade drivit mig själv under en alldeles för lång tid, att ha det perfekta livet utåt. Under min sjukskrivning kom jag att läsa om en terapeututbildning och kom i kontakt med min innersta vilja, jag skulle gå den här utbildningen. När jag hade kommit i gång med den skilde vi oss. Jag hade tänkt på det i många år och för varje år som gick blev vi mer och mer som syskon.

### **"Vi sa att vi skulle prova att bo på varsitt håll"**

Separationen gick relativt smärtfritt, för vi sa att vi skulle prova att bo på varsitt håll. Jag kände en stark längtan efter ett enklare, mer avskalat liv.

Jag var plötsligt jag och inte bara mamma, fru och yrkeskvinna och faktiskt kom jag närmare mina barn än någonsin tidigare. Min nya bostad var en lägenhet på nedre botten. Där målade jag alla väggar i olika färger och jag lyssnade på rockmusik på högsta volym. New age-världen lockade mig och jag började meditera. Efter ett år sa jag upp mig från mitt jobb. Jag var klar med min utbildning och startade eget företag, med hjälp av bland annat starta eget-bidrag. Allt föll på plats, jag kände att det var den rätta vägen. Mitt liv var materiellt fattigt men härligt. Men jag upptäckte snart att new age inte var min väg, det kändes inte ärligt och sant för mig.

### **"Det kändes som hela jag skulle gå sönder"**

Så plötsligt fick jag en stark längtan att åka till Indien, ett land som aldrig lockat mig tidigare. Jag åkte till Goa, ensam, över jul och nyår. Där träffade jag en rysk man som levde som munk och som behövde hjälp med att lära sig engelska. Det var kärlek vid första ögonkastet. Några dagar senare dök han upp och sedan den dagen umgicks vi dag och natt. Han var mycket karismatisk och vi hade många djupa samtal.

När det var dags för mig att åka hem och säga hejdå grät jag förtvivlat, har nog aldrig gråtit så mycket. Det kändes som hela jag skulle gå sönder. Han fick tag på en mobiltelefon och vi började skicka sms till varandra, flera gånger om dagen. Jag åkte tillbaka till Indien efter en tid och han visade mig heliga platser och tempel. Det var som att komma in i en annan värld. Under de följande två åren åkte jag till Indien åtta gånger. Vi gifte oss enligt indisk tradition och jag bar sari. Han flyttade till oss i Sverige och efter en tid kom hans tro att bli tydligare.

Vad jag inte visste var att han var med i Hare Krishna och blev allt mer strikt med vad han åt och vilka han umgicks med. Han blev också strängare mot mig och betedde sig märkligt mot mina vänner som inte hörde av sig mer till mig. Det blev som en pyspunka. Jag märkte inte vad som hände förrän det gått för långt.

Jag försökte följa hans andliga väg men blev allt mer tyst och isolerad. Jag gick ner mycket i vikt på grund av den strikta kosten och jag fick inte i mig den näring jag behövde.

### **"Jag ångrar ingenting av det jag har gjort"**

På ett sätt mådde jag som förut, när jag försvann som person i den materiella världen. Min kropp började säga ifrån igen och jag hade ofta sprängande huvudvärk. På en promenad hör jag mig själv säga att vi måste gå separata vägar. Jag höll på att gå under av sorg, för jag älskade ju honom fortfarande men vi hade glidit ifrån varandra. Han reste tillbaka till Indien tio dagar senare.

Jag brukar tänka om mitt liv att jag gick in i samhället all in, och all out. Nu var det all in igen, med kaffe som jag inte druckit på fyra år, rött kött och vin. Jag jordade mig igen och återanknöt med gamla vänner. Skillnaden den här gången var att jag gjorde mina val inifrån och ut, inte utifrån och in.

Jag ångrar ingenting av det jag har gjort. Jag har blivit mer ödmjuk och tålmodig och jag har lärt mig att uppskatta det enkla. Jag insåg att det jag letat i det materiella, i relationer och i det andliga var mig själv. Jag hade gått cirkeln runt och det kändes som jag äntligen hittade hem, hem till mig.

**Lena Forsell, 53, berättat för Anne Haavisto**

**Av Söndag**

[sondag@expressen.se](mailto:sondag@expressen.se)