



*"Detta är boken om den dotter jag förlorade och det nya liv jag vann. Om hjärtat som brast och all den nya kärlek som gjordes möjlig..."*

Sanna Nova Emilia arbetar som Livscoach och Inspiratör för människor i personlig utveckling. 2005 förlorade hon sin dotter. Detta är berättelsen om hennes och dotterns liv efter döden.

*Bara ett andetag bort – Boken om mitt osynliga barn* handlar om döden, om sorgen, glädjen och tacksamheten, men mest av allt så handlar den om kärleken. Utifrån sina egna erfarenheter och upplevelser ger författaren nya perspektiv och dimensioner av både livet och döden. Det är en bok att söka tröst ur, en bok att finna inspiration, hopp och kraft i. *Bara ett andetag bort – Boken om mitt osynliga barn* är en bok som river murar och bygger broar. Det är en bok som ger en mening åt det till synes meningslösa.



# Beslutet

*Till alla osynliga barn i världen...*

Den blivande lilla Människosjälen stod precis i beredskap att beträda jordelivet och alla hennes nära själsvänner hade samlats för att ge henne kraft och mod inför resan. Även Livets Källa var där för att ge henne några sista vägledande ord.

«Det sägs att det ska finnas en mening med livet», sade den blivande lilla Människosjälen till Livets Källa «så vad är meningen med just mitt liv?»

«Du är en del av livet som upplever sig själv, så du kan välja vad helst du önskar uppleva, vara och uttrycka», svarade Livets Källa. «Du är allt som finns, allt som någonsin funnits och allt som någonsin kommer att finnas, så vilken del av ditt gudomliga jag önskar du själv få uppleva i ditt kommande liv?»

«Får jag välja precis vad jag vill?» undrade den blivande lilla Människosjälen.

«Ja», svarade Livets Källa «du är ett med allt, du är alla sidor av det och allt är ett med dig. Du är livet och du är ett med mig.»

Den blivande lilla Människosjälen funderade en lång stund innan hon svarade.

«I så fall vill jag uppleva mig själv som oändlig glädje och kärlek!»

«Det är sannerligen en stor önskan och inte helt enkel att uppfylla» svarade Livets Källa. «Allt som finns är redan glädje och kärlek. Din själs essens är den största glädjen fullt uttryckt och på samma sätt som att du inte kan uppleva mer ljus då ditt

öga redan är bländat av det starkaste ljus så kan du inte uppleva glädje när glädje är allt du är.»

Den blivande lilla Människosjälén såg vemodigt på Livets Källa.

«Men hur ska jag då kunna uppleva den del av livets gudomlighet som kallas för oändlig glädje, om jag nu redan är detta?»

Framför den blivande lilla Människosjälén uppenbarade sig plötsligt ett ljus och i ljuset kunde hon se ännu en själ ta form och framträda allt tydligare inför hennes syn.

«Du kan få uppleva den genom mig», sade den Nya själen.

«Men hur?» undrade den blivande lilla Människosjälén.  
«Hur?»

«Jo, jag ska ta form i en människokropp precis som du, jag ska möta dig i ditt nästa liv och göra någonting för dig som får dig att uppleva glädjens sanna essens och dess mångfasetterade dimension. När du ber om en upplevelse måste nämligen någonting som är dess totala motsats dyka upp i ditt livsrum för att göra din upplevelse möjlig. Jag ska bli ditt ena och jag ska bli ditt andra.»

Den blivande lilla Människosjälén såg förbryllat på den Nya själen.

«Men hur ska *du*, en del av den fullkomlighet som är Livets Källa, en del av den totala glädje och kärlek som är allt som finns, allt som någonsin funnits och allt som någonsin kommer att finnas, hur ska *du* kunna få mig att uppleva någonting annat än glädje? Det kan inte vara möjligt?»

«Oroa dig inte» sade den Nya själen lugnande «vi ska nog hitta på ett bra sätt. Jag ska komma till dig och jag ska ge dig livet. Jag ska skingra illusionens slöjor och lära dig att se. Jag ska komma till dig och lära dig om livet, om vad som är verkligt och sant. Jag ska ge dig den största tänkbara lärdomen och upplevelsen av den del av dig själv som du kallar för glädje och kärlek.»

«Det låter helt fantastiskt!» svarade den blivande lilla Människosjälén, «Jag är så innerligt tacksam att du vill göra det här för mig!»

«Det är därför vi finns till», svarade den Nya själen «för att göra upplevelsen av livet möjlig. För att göra det möjligt för livets oändliga medvetande att uppleva alla delar av sig själv. Vi är livets ögon. Vi är livets händer och fötter. Vi är hennes känslor och alla sidor utav dem. Vi är livets andetag. Genom illusionen gör vi upplevelsen av sanningen möjlig. Livets Källa – vår moder - insåg i tidernas begynnelse att utan det ena så kunde inte det andra existera. Att utan det vi *inte är* så är det inte heller möjligt för oss att uppleva det vi i sanning *är*, därför skapade hon oss. Allting förblir ingenting så länge det inte står i relation till någonting annat, så livet var tvunget att delas upp i små själsfragment, i delar av sin helhet, för att dessa skulle kunna mötas och relatera till varandra, spegla sig i varandra. Utan mörker är ljuset inte ljust och utan sorg är glädjen inte glädje. Om vi önskar uppleva en särskild sida av livet måste dess totala motsats infinna sig i vårt livsrum för att göra vår upplevelse möjlig. Den mest smärtsamma upplevelsen av livet rymmer därför också alltid den största gåvan. Men jag skulle vilja be dig om en sak...», sade den Nya själen.

«Självklart», svarade den blivande lilla Människosjälén «berätta vad jag kan göra för dig!»

«Jo, jag skulle vilja att i det ögonblick som smärtan känns som mest påtaglig, när du förbannar din upplevelse som allra mest, då vill jag att du minns vem jag egentligen är. Jag vill att du minns att jag är livets gåva till dig och att detta var ett val, ett beslut vi tog du och jag.»

«Det lovar jag», svarade den blivande lilla Människosjälén. «Jag ska aldrig någonsin glömma dig. Hur smärtsam min upplevelse än må bli och vara så ska jag alltid minnas dig som den du är. En del av livets upplevelse av sig själv. Den som gjorde glädjen och kärleken möjlig...»

# Förebudet

Jag såg på Marie och skrattade.

«Men du är ju telepatisk! Du läser mina tankar!»

Marie skrattade inte. Hon såg allvarligt på mig.

«Ja, jag är faktisk synsk och jag spår i händer också.»

Jag lät leendet falna. Jag ville verkligen att Marie skulle förstå att jag respekterade och trodde på hennes förmåga. Jag hade alltid trott på långt mycket mer än vad ögat kunde se och med åren fått mer och mer bekräftelse tills det blivit min fullständiga övertygelse, att livet är långt mycket större och mäktigare, mer magiskt och kraftfullt än vi någonsin kan ana. Den hemlighetsfulla essensen av vårt innersta vara kan endast upplevas på samma sätt som kärleken. Ingen kan se kärleken eller ta på den, men de flesta har upplevt den. Vissa tror på den andra inte. Vetskapen om vårt sanna hem, vår själs ursprungskälla, är en övertygelse som växer ur vårt innersta tills den inte längre går att förneka. Det är en sanning som vrålar högt genom märg och ben men som når oss som en viskning. En evig röst som ekar mellan världarna men som endast hörs då vi vågar tro på den mest subtila yttring av vårt innersta. Livet är verkligen märkligt. Vi har alla tillgång till samma sanning och ändå så kan jag inte ge dig min...

Vi hade aldrig träffats tidigare Marie och jag. Marie var nyligen inflyttad i den norrländska lilla byn där barnens farmor bodde och där vi för tillfället befann oss på semester. Maries pojke var bara några år äldre än vår son Julius så Johan och jag hade

bestämt oss för att besöka dem och låta barnen få leka. Spontant. Okonstlat. På norrländskt vis.

«Jag tror dig», svarade jag. «Jag tror på sånt. Du får gärna spå min hand någon gång om du vill.»

«Jag kan spå dig nu», svarade Marie.

Trots min vidsynthet och öppenhet inför det osynliga kunde jag ändå inte undertrycka den tveksamhet jag kände inför möjligheten att förutspå framtiden. Framtiden skapas ständigt, i varje ögonblick, av oss. Det var så jag hade valt att se det. Jag ville inte fränsäga mig min kraft, min fria vilja och ansvaret för mitt liv. Jag ville inte kapitulera inför tanken på ett förutbestämt öde. Vi skapar och omskapar framtiden i all oändlighet. Det var min fasta övertygelse.

Vi lämnade karlar och barn ute på gården en stund. Vår lilla Jonna som då var fjorton månader gammal hoppade ivrigt på studsmattan. Pappa Johan klappade händerna och Jonna skrattade förtjust. Julius, snart tre år, och Maries pojke hade till en början haft svårt att komma överens men lekte nu under glada rop tillsammans i vattenspridaren.

«Vi ska bara koka lite kaffe!» ropade Marie till de andra och jag följde efter henne in i köket. Jag slog mig ner vid bordet med en stor dos tillbakahållen skepticism men när jag väl sträckte fram min hand över bordet hade jag lyckats få mig själv att varken tro det ena eller det andra. Allt är möjligt om vi vill att det ska vara det.

«Är du vänsterhänt eller högerhänt?» undrade Marie.

«Högerhänt.» Marie tog min vänstra hand.

«Får jag berätta allt jag ser?» frågade Marie.

«Javisst, självklart», svarade jag, och jag kunde känna hur frågan i sig återkallade min skepticism. Som om Marie skulle kunna veta någonting om mig och mitt liv som jag själv inte redan visste? Det kändes en aning befängt.

«Här ser jag din yrkeslinje. Den visar att du kommer att ändra yrkesinriktning vid ytterligare ett par tillfällen i ditt liv. Här, omkring när du är sextio år, så kommer någonting speciellt att inträffa.»

«Mhmm», svarade jag utan att tro någonting.

«Här är din barnlinje. Här ser jag din son och din dotter. Här på sladden så ser jag ännu en pojke. Men så ser jag att du har förlorat en flicka också.» Marie såg frågande på mig.

«Nä, det har jag inte», svarade jag sanningsenligt och insåg att jag gjorde bäst i att ta väldigt lätt på Maries fortsatta handtydning. Samtidigt ville jag inte att göra Marie generad över att ha haft så fullständigt fel.

«Det kan ju hända att jag haft ett tidigt missfall vid något tillfälle som jag inte vetat om i så fall?» sa jag i ett försök att släta över hennes misstag.

«Ja, kanske det», svarade Marie utan att tro det själv och tittade smått bekymrat på mig. Jag tyckte att hon var teatralisk och gjorde stor sak av ingenting.

När vi var klara bryggde vi kaffe som vi tog med oss ut. Eftermiddagen tillbringade vi ute på gården tillsammans med våra familjer. Julisolens sista strålar värmdde långt in i den norrländska sommarkvällen så vi tog en promenad till kiosken och köpte glass. Vid ett tillfälle kunde jag se hur Marie tog Johans vänstra hand och studerade hans handflata och strax innan vi skulle gå hem tog hon mig åt sidan för att prata ostört.

«Jag såg den förlorade flickan i Johans hand också.»

«Jaha», svarade jag och log, «då var väl Johan pappa till mitt tidiga missfall också i så fall.»

Jag visste mycket väl att jag inte haft något tidigt missfall men jag ville inte förringa Maries tro. Vad hade jag för glädje utav det? Efter att vi gått hem ägnade jag inte Maries handtydning en endaste liten tanke. Två veckor senare så var min dotter död...

## Ur Kapitlet Döden

Jonna låg i precis samma position som tidigare. Hon hade inte rört sig. Hennes ansiktsuttryck var detsamma. Fridfullt. Sovande. Men kanske skulle hennes små ögonlock snart börja fladdra lite? Kanske skulle hon snart gnugga sig i ögonen med sina små händer innan hon satte sig upp och såg på oss. Kanske skulle hon snart vakna, le emot mig och säga «Heeej», som hon alltid brukade när vi sågs, om jag så bara lämnat rummet i två minuter. Det kunde helt enkelt inte vara möjligt att jag aldrig mer skulle få möta hennes blick.

Dörren till akutrummet slog igen bakom oss. Vi stod i den vita korridoren och jag kunde höra min pappa prata med en av sköterskorna. Det borde ha varit svårt för mig att gå därifrån och lämna sjukhuset, lämna min dotter där på britsen i endast t-shirt och blöja, insvept i en gul stormaskig filt som tillhörde landstinget. I efterhand tänker jag att det borde ha varit svårt för mig att bara lämna Jonna där och gå. Hon skulle ju ha följt med oss hem igen. Jag skulle ha tröstat henne efter den otäcka upplevelsen och vi skulle ha sovit nära varandra hela natten. Tänk om hon var blöt i blöjan? Vem skulle byta den? Tänk om hon vaknade? Vem skulle finnas där då? Ingen av dessa tankar slog mig och det var inte det minsta svårt för mig att gå därifrån.

Sköterskan meddelade oss att vi kunde ringa när vi ville komma och vara hos Jonna igen. Vi skulle bara ringa någon timme innan så att hon kunde göra i ordning i meditationsrummet åt oss. Ja, det kallades så. Dödens rum. Dit människor fick komma för att träffa sina döda anhöriga. Jag förstod inte just

då varför jag skulle vilja komma tillbaka. Jonna var ju död. Hon var ju borta. Hon fanns inte längre där. Vad skulle jag dit att göra?

«Jag vill hem till Julius», sa jag till Johan och vi gick.

Klockan kan ha varit omkring fyra på morgonen när vi kom hem igen. Jag gick raka vägen upp till Julius rum, drog in madrassen utifrån hallen och la mig bredvid honom på golvet. Min pappa, bror och syster blev kvar hos oss över natten. Det kändes tryggt. Johan kom snart efter mig, la sig nära intill och höll om mig. Hur skulle jag kunna somna? Ett par minuter senare sov jag. Tungt. Drömlöst.

När Julius vaknade reflekterade han inte närmare över att hans mamma och pappa låg på golvet i hans rum. Snabbt skuttade han ner ifrån sin säng och sprang emot dörren. Jag förstod precis vart han var på väg. In till Jonna såklart, dit han brukat gå varje morgon i nästan femton månaders tid för att pussa på sin syster, säga god morgon och leka en stund i hennes säng. Jag reste mig snabbt upp och hejdade honom.

«Älskling, kom till mamma en stund. Det är någonting som mamma och pappa måste berätta för dig.» Julius stannade motvilligt, väntade otåligt på att få höra vad jag hade att säga så att han skulle kunna springa in till Jonna sen. Johan hade satt sig upp på madrassen och såg förtvivlat på mig. Jag lyfte upp Julius i sängen så att vi fick ögonkontakt med varandra.

«Jo, du förstår Julius. Det är såhär att din underbara lillasyster Jonna som vi älskar så mycket. Hon har flyttat till änglarna nu. Du vet i natt när pappa skrek och grät så mycket och var så ledsen. Det var för att Jonna hade blivit så väldigt väldigt sjuk. Och då fick Jonna flytta till änglarna och bo hos dem istället där hon är frisk och mår bra. Jonna kommer inte att bo hos oss mer lilla älskling, och mamma och pappa är glada att Jonna mår bra och är frisk, men vi är också så väldigt ledsna att hon inte ska bo med oss mer.»

Johans tårar rann men mitt öga var inte ens fuktigt. Det var som om jag stod utanför mig själv och såg mig själv säga allt det där jag sa. Jag var fullständigt lugn.

«Jo hon är där», svarade Julius. «Kom! Vi går och tittar i Jonnas rum!»

«Älskling, vi kan gå och titta i Jonnas rum om du vill men hon är inte där. Hon bor hos änglarna nu.»

Var kom alla orden ifrån? Var ifrån kom lugnet? Hur kunde jag vara så sansad? På något sätt var det som om Julius förstod för han började leka med några saker i sitt rum och lekte så en stund innan vi bestämde oss för att gå ner tillsammans. Jonnas dörr stod öppen. Hennes rum låg öde och tyst. Där precis innanför dörren stod sängen där jag funnit henne bara några timmar tidigare. Där låg nappen på golvet. Där låg filten i sängen. Men ingen Jonna. Julius tittade in i Jonnas rum och konstaterade att jag hade haft rätt. Hon var inte där. Sedan vände han sig om och såg modigt på mig.

«Mamma. När jag blir stor. Då ska jag bli en superhjärte och åka upp till änglarna och hämta Jonna igen.»

Mitt hjärta gick i tusen bitar.