

# Skrivandet läkte en krigare

Ewa Fröling var inbjuden av SocialPolitik och Radio Totalnormal till Fountain House för att prata om sin bok *Att störa ett väsen*. Här kan du läsa Evas, Eriks och Rogers tankar efter hennes besök.

Ewa Fröling har visat sig vara inte bara en bra skådespelare utan även en vacker krigare. Hennes föreläsning på Fountain House var öppen, ärlig, stark och känslösam. Hon berättade bland annat om att hon har haft cancer. Under en fyra års period har hon nu också drabbats av rosfeber tjugo gånger. Under kvällen berättade hon framför allt om sin nya bok *Att störa ett väsen*. Den handlar om när hon för 25 år sedan bröt ihop psykiskt. Hon blev inlagd på psyket där hon var i tre månader. Ewa vägrade att ta medicin, och när hon kände att hon inte blev hjälpt skrev hon ut sig, fortfarande trasig.

Vi åhörare fick vara delaktiga, ställa frågor och ibland avbröt vi henne, men Ewa var så ödmjuk. Fler av oss berättade våra historier och alla diskuterade. Ewa har nu skrivit två böcker och jobbar på en tredje. En handlar om cancer och den andra om psykisk ohälsa, hur man tar sig igenom den. Skrivandet läkte henne eftersom hon inte upplevde att hon fick den hjälp hon behövde av psykvården. Istället använde hon sig av sin inre krigare. Ewa läste också upp några stycken ur *Att störa ett väsen*.

Vi var många som blev rörda av hennes berättelser, tackade henne för föreläsningen och för att hon var så häftig. Känslan efter föredraget var varm och bilden av Ewa som person växte väldigt mycket.

*Eva Edqvist*



Erik, Roger och Ewa Fröling  
Foto: Eva Edqvist

Ja  
g  
ha  
r  
al  
lt  
id  
gi  
ll  
at  
Ew  
a  
Fr  
ö  
l  
in  
g,  
oc  
h  
ha  
r  
se  
tt  
fö  
rm  
od  
li  
ge  
n  
al  
la  
he  
nn  
es  
fi  
lm  
er  
.

Va  
r  
gå  
ng  
ja  
g  
se  
tt  
he  
nn  
e  
i  
en  
fi  
lm  
ha  
r  
ja  
g  
gi  
ll  
at  
he  
nn  
e.  
Nu  
fi  
ck  
vi  
se  
en  
an  
na  
n  
si  
da  
av

he  
nn  
e.  
Ho  
n  
ha  
r  
va  
ri  
t  
dr  
ab  
ba  
t  
fy  
si  
sk  
t  
av  
ca  
nc  
er  
oc  
h  
av  
ps  
yk  
is  
k  
oh  
äl  
sa  
.  
Me  
n  
ho  
n

h  
a  
r  
t  
a  
g  
i  
t  
s  
i  
g  
i  
g  
e  
n  
o  
m  
e  
l  
ä  
n  
d  
e  
t.

Man kan inte jämföra människors lidande, alla bär sitt kors. Men Ewa har verkligen haft en kamp. Jag kände igen mig i mycket av det hon berättade. När man springer rätt in i väggen och allt övergår i psykisk ohälsa måste man strida själv för att ta sig ur den.

Föreläsningen fick oss åhörare att förstå att även kända människor kan må riktigt dåligt. Man tänker inte på det. Ewa Fröling öppnar nu folks ögon för detta, tar bort fördomarna. Föredraget var mycket bra.

Ewa är en krigare som reser sig hela tiden om hon faller. Hon är en inspiration.

*Roger Nygren*

**Det var lite nervöst att gå till** Ewas föreläsning. Man känner ju igen henne från teatern sedan många år tillbaka. Men väl på Fountain House kände jag mig lugn direkt. Här kan man träffa likasinnade, oavsett vilken kategori människa man är, vilka förhållanden man kommer från, fattig som rik. Här känner man sig välkommen direkt. Folk som mår dåligt i samhället borde gå dit. Jag kommer att gå tillbaka.

Ewas föredrag var riktigt bra. Man kunde känna igen sig i mycket; hur man blivit behandlad genom åren både inom psykiatrin men även kriminalvården, av poliser, på sjukhus. Man blir överkörd om man inte kan snacka deras byråkratspråk. Instämmer helt med Ewa om hur man blir kränkt. Läkarna bryter sekretessen utan ens godkännande, gör som de själva vill, helt utan respekt.

Vilket liv Ewa levt, vad hon har gått igenom! Efter föredraget kändes det inte bara bra när man gick därifrån utan flera dagar efter kände man fortfarande ett lugn. Att man inte är ensam i det man gått igenom, i sin utsatthet och det dåliga bemötandet man genomlidit.

Ewa har en sådan oerhörd styrka i sitt beslutsfattande. Hon tackade nej till medicinering och ville istället ha riktig hjälp med att börja må bättre psykiskt. Många vågar inte uttrycka sig öppet inför en läkare. Man blir ofta bara erbjuden medicin vilket är en stor brist inom vården. Man törs inte öppna sig, känner inget förtroende, blir inte sedd. Hinder, rädslan, är något man sätter upp själv. Som om man står på andra sidan spegeln och bara tittar på.

För att bli en vinnare måste man tänka som en vinnare. Ewa är en vinnare.

*Erik Kastari*



Läs vår recension av [Att störa ett väsen](#)

Lyssna på ett utdrag från när Ewa Fröling besöket [Fountain House här.](#)