Text: **Lina Lindkvist** Foto: **Jonas Bilberg**

Hennes livskris blev till en bok

”Jag jobbade från 06–18, roddade familjen, och skrev hela nätterna”

När Åsa Bonellis man gick in i väggen gick hon själv in i ett halvårs sömnlöshet.

Hon arbetade fjortontimmarspass och skötte därtill hem, matlagning och familj.

Nätterna igenom skrev hon, som terapi.

– I dag känns det som att jag lever drömmen, säger Åsa som romandebuterat och jobbar på uppföljaren.

Det var januari 2004. Åsa och hennes man, Marre, hade precis startat upp sin egen livsmedelsbutik på Hornsgatan i Stockholm. Fyllda av kraft och engagemang gick de in i sitt nya gemensamma projekt, men efter bara någon månad drabbades Marre av det som i dag heter utmattningssyndrom. Då kallades det att ”gå in i väggen”.

– För honom handlade det inte om att vara lite trött, eller ha svårt att gå upp på morgonen, han kunde plötsligt inte ta några beslut över huvud taget. Jag stod där med nystartat företag, två barn och en man som jag verkligen behövde ta hand om, berättar Åsa.

I dag, elva år senare, sitter hon vid matbordet i familjens ljusa vindsvåning och rör i sin kaffekopp medan hon pratar. Minnena är svalnade nu, de vassaste känslorna avtrubbade, men rädslan och utsattheten gör sig påmind när hon i tankarna återvänder till livskrisen.

Marres utbrändhet kom inte över en natt, men eftersom ingen av dem tidigare varit med om något liknande såg de inte varningstecknen förrän det redan var för sent.

– Det var allt det klassiska, sömnsvårigheter, vakna i vargtimmen och inte kunna somna om, panikångest och dålig aptit. Jag var tvungen att ta även de mest basala besluten, som ”nu ska vi äta” eller ”nu ska vi sova”. Han var ledsen såklart, hela tiden jätteledsen, säger Åsa.

> Det handlade inte om att vara lite ***trött***, han kunde inte ta några ***beslut*** över huvud taget.

Hon beskriver sin man som en typisk ”A-människa”. Den starka, osvikligt trygga, han som alltid hade tusen bollar i luften. Den största chocken för familjen blev att se honom i det hjälplösa tillstånd utmattningssyndromet försatt honom i.

Och trots ett enormt stöd av vänner och familj kände Åsa sig ofta ensam i situationen.

– En natt gick jag upp, jag kunde inte sova för jag var ju själv så ledsen, frustrerad och arg … Arg på honom, jag kände mig ensam och lämnad med allt ansvar. Mitt sätt att hantera det den där natten var att börja skriva. Det var helt nytt för mig, även om jag älskat böcker ända sedan jag knäckte läskoden, säger hon.

Trots att Åsa aldrig tidigare närt någon lust att skriva, satt hon nu vaken natt efter natt i ett halvårs tid och skrev ner sin historia. Hon skrev för sig själv, i hemlighet, men med tiden blev texterna till ett självbiografiskt manus där hon och hennes familj figurerade med fiktiva namn.

Samtidigt jobbade hon orimligt mycket om dagarna. Under tiden vilade Marre och tillbringade, när han orkade, tid hos goda vänner som förstod och som han kunde prata med. Det blev hans räddning, tror Åsa.

– Jag har hört att det kan ta år för folk att komma tillbaka, för honom tog det faktiskt bara ett drygt halvår. Vi har förstått i efterhand att han liksom bara studsade ner i det och sedan upp igen, det måste ha varit för att han pratade så enormt mycket om det, hela tiden. Det fanns ingen skam, han

FÖRFATTARFÖREBILDER. *”Mats Strandberg och Sara B Elfgren som skrivit Cirkel-trilogin är mina absoluta favoritförfattare, och -böcker, just nu” säger Åsa Bonelli.*

Fakta

Namn: Åsa Bonelli, 47.
Yrke: Författare, administrativt ansvarig i livsmedelsbutik. Gav 2015 ut feelgoodromanen *Stanna innan du går* på Ordberoende Förlag.
Familj: Maken Marre (Maurizio) 48 år, son 27 år och dotter 23 år.
Bor: Kungsholmen i Stockholm.
Blogg: *www.asabonelli.se*

accepterade det liksom fullt ut och var öppen med det.

I takt med att Marre tillfrisknade och började närma sig sitt gamla jag kände sig Åsa klar med skrivandet. Det var ju deras svåra historia hon skrivit om, kanske var det dags att lägga den bakom sig och fokusera på framtiden och arbetet i butiken.

Men snart märkte hon att något fattades, något som visade sig vara avgörande för hennes eget välbefinnande. Skrivandet.

Under åren som följde närmade hon sig det åter, på olika sätt. Hon skrev ett nytt manus, ett ”rent hitte på”, njöt av att fritt skapa karaktärer och snickra ihop historier. Hon tog en skrivarkurs på nätet, och åkte på skrivarhelg. Hon skrev ännu ett manus och skickade det envist till 28 olika förlag bara för att mötas av lika många samstämmiga svarsbesked: ”tack, men nej tack”.

Återhämtad från ”superrefuseringen”, som hon säger, påbörjade hon ett fjärde manus och slutförde efter åtta månaders skrivande kärleksromanen *Stanna innan du går*.

Den gavs ut i våras.

– Jag tror jag redigerade den i ett helt år innan den antogs, jag betalade för en professionell redaktör och anlitade en skrivcoach och de hjälpte mig enormt mycket. De såg alla hål och missar, och hjälpte mig färdigställa boken. Det är en feelgoodroman med ett mörkt stråk, som behandlar ett tabubelagt ämne, berättar hon.

Den egna historien, som ligger kvar i byrålådan och som är upptakten till Åsas nu etablerade författarskap, lät hon Marre läsa först när han var tillbaka till sitt gamla jag. Han mindes ingenting, inte att hon skrivit och än mindre vad han sagt eller vad de hade gjort i olika situationer.

För honom blev boken just en roman, med fiktiva karaktärer.

Det manuset ligger kvar i byrålådan än i dag, Åsa har inte ens tänkt tanken på att försöka ge ut det – men det vore väl inte helt omöjligt, funderar hon högt när jag ställer frågan.

– Kanske skulle den kunna hjälpa andra som går igenom samma sak? Där och då var jag så arg, men jag ville inte visa det utåt och blotta allt vi gick igenom. Jag ville nånstans att han bara skulle ta sig i kragen och rycka upp sig, men det går ju inte. Det sa han ofta till mig, ”säg bara vad jag ska göra så gör jag det, för jag vet inte!”. Jag visste ju verkligen inte heller. Men vi landade, det blev vardag igen, det kanske kan vara skönt att höra om man är mitt i det.

Hur skiljer sig er vardag åt då, i dag jämfört med då?

– Det är som dag och natt, verkligen. Då jobbade jag från sex på morgonen till åtta på kvällen, försökte rodda allt med hem och mat och familj, och skrev hela nätterna. Barnen var 16 och 12 då, så de var inte pyttesmå, men de påverkades förstås av allt som hände, säger Åsa.

I dag är Marre frisk, firman rullar på nästan av sig själv, och familjen försöker fokusera på saker man mår bra av, umgås med vänner, ta vara på att må bra.

Och Åsa är författare. Hon jobbar halvtid med administration på livsmedelsbutiken, och tillbringar resten av tiden vid skrivbordet med utsikt över Kungsholmens takåsar, där hon skriver på uppföljaren till sin bok.

– Jag minns att när vi var mitt uppe i det så sa min svärmor att ”vi kommer stå där på andra sidan och titta tillbaka på den här tiden och känna att vi klarade det”. Och det gör man ju, hur omöjligt det än ser ut i backspegeln så bara gör man det. Man klarar så oändligt mycket mer än man tror. □

Åsas 5 tips till dig som drömmer om att skriva

1 Börja skriva. Bara börja, i vilken form som helst. Kommer du inte på en bra historia som räcker till en hel bok så skriv små texter till en blogg, eller i en anteckningsbok.

2 Fortsätt skriva. Skriv, skriv, skriv hela tiden, det är a och o.

3 Skaffa ett nätverk. Det finns till exempel superbra grupper på Facebook, där man läser varandras texter och får feedback. Sociala medier är även ett utmärkt verktyg för att nå ut med din bok och ditt författarskap, skapa en sajt, en blogg eller andra konton som rör ditt skrivande.

4 Tro på dig själv. Våga prata för dig själv, ligg på och ta kontakt med bokcirklar och bibliotek.

5 Ge aldrig upp! Inte många lyckas bli utgivna på första försöket. Var så envis du bara kan, funkar det inte första gången så kanske det funkar andra eller femte.

> Där och då var jag **så arg**, men jag ville inte visa utåt och **blotta allt** vi gick igenom

TRIGGAR FANTASIN. *Tjusningen med skrivandet är helt klart att få hitta på! Att skapa fiktiva världar och karaktärer, det är så himla roligt, säger Åsa Bonelli som romandebuterade i våras.*