

# En stund som fick livet att blomma ut

Publicerat 2015-10-22 av [Jonathan Broberg](#)

**Det var en särledes vacker höstmorgon i Stockholm i går. Vindarna var varma. Solen strålade som om sommaren vore omkring oss. Det var till och med kortärmat och solglasögon här och var bland stockholmarna. För mig kändes det som om livet återvände, på ett sätt.**

Jag tog mig till den vackra Tavastgatan, en liten lugn bakgata alldeles intill det betydligt mer pulserande Mariatorget på Södermalm.

Det var fyra år sedan jag först såg Iyasakas träningar för stroke-patienter. Fyra år. Och jag kunde fortfarande tydligt minnas de människor som tränade då, som med en sådan glöd försökte övervinna sina egna rörelsebrister.

***Under gårdagens träning var de flesta ansikten utbytta, men upplevelsen var densamma. Där fanns de som kommit långt i sin rehabilitering, och de som inte förr ens legat på sin egen mage sedan stroke. De som nästan kunde jogga lite lätt och de som kämpande med tre hjälpande individer runt sig bara försökte sträcka ut benen.***

Det är på många sätt den både vackraste idrottsträning och den absolut hemskaste man kan se på en och samma gång.

Ty även om träningsgruppen bär på fler hemskheter än en människa egentligen ska behöva prydde leendena påfallande ofta ansiktena.

Urban Aldenklint, en idrottsledare som jag erinrar mig inte enbart tillhör kampsportens allra främsta utan hela idrottsrörelsens, dundrar och dånar på sitt oefterhärmliga vis.

- Vi skulle åla, va, inte vila! Använd magen, i vår ålder har vi alla tillräckligt med mage för att kunna använda den!

***Jag satt och tittade på en man, med så stora svårigheter att få kroppen att lyda hjärnans signaler att han knappt ens kunde stå lutandes mot en pelare. Benen bar helt enkelt inte. Ett sanslöst sorgligt öde att bevittna i sig. Men när mannen lyckades röra ena benet lite grann kom ett leende som om han hade funnit Leprikons skatt vid regnbågens ände.***

Och sådana livsmoment finns det gott om under den dryga timmen passet håller på. Jerry Segerholm, en annan mycket kompetent aikidoka som hjälper till under passet, ler upp han också.

- Ibland är det inte svårt att vara medmänsklig.

När passet är över är det många som är direkt utpumpade. En av deltagarna har pressat sig så pass mycket att en uppstötning från det inre inte går att hålla emot. Men vad gör det, när kroppen äntligen börjar svara på det hjärnan vill.

***När jag stegade ut från Iyasakas lokal och ut i livet igen möttes jag av en sol som sällan varit vackrare att skåda. Jag köpte en take-away-kaffe och njöt av dess smakrikedom. Och jag mötte livet leendes, på gränsen till sprudlande glad – lite som när Ebenezer Scrooge upptäcker livets skönhet igen, efter år av dunkla tankar och handlingar.***

Hela gårdagen stack det på min tunga. Mina ögon fuktades för minsta lilla livsdetalj jag bevittnade.

När jag kom hem, stängde ytterdörren om mig och gick ut på min lilla balkong och såg hackspettfamiljen som bor i den fortfarande höstgula, men alltmer kala, eken precis intill balkongen, brast jag ut i tårar.

Det var emellertid härligt, som ett sommarregn.

Ty inte alla världens tårar faller utav ondo.

- [Jonathan Brobergs blogg](#)