

Christian Hedberg

På SPF:s Tuna-Sätters första månadsträff för hösten gästades föreningen av Christian Hedberg. Idrottare. Föreläsare. Författare.

Det var den där sommardagen 14 juni 2006. Det var skolavslutning och sommarens förväntningar låg framför alla. Christian och frun Marie skulle åka och testa sin klätterutrustning. Christian föll 10 meter från berget och hans liv förändrades för alltid. Han är idag förlamad från midjan och ner och har svåra smärtor, 24 timmar om dygnet 365 dagar om året.

Christian berättade om tiden som följde och hur kaffet räddade honom när han för första gången efter tiden efter intensivvården kom på sjuksal och önskade kaffe. Det slutade i kaos då han fick akuta smärtor i magen som visade sig vara stora och svåra skador på de inre organen som förbisetts. Kaffet räddade hans liv vid det tillfället.

Christian berättade om sitt liv från dagen då livet ändrade riktning fram tills idag.

Smärta, ångest, rädsla och bitterhet skapade ett drogberoende. Han är idag helt drogfri. Hans räddning har blivit extremt tuff träning. Han ägnar minst tre timmar varje dag åt någon typ av träning. Träningen är en stor del till för att slippa smärta. Under träningen producerar kroppen endorfiner som ger en viss lindring.

Han har representerat det svenska landslaget i Paralympics. Han berättade om första mötet med paraicehockey. Då var han så usel att han fick en egen del av planen att träna på i ensamhet. Christin var träningsvillig och det gav utdelning. 2014 var han med i det svenska laget i Sochi och 2018 i PyeongChang. Idag tränar han för att få representera Sverige i Paralympics vid OS i Peking.

Om man är bitter, gräver man ner sig, säger han. Men det gäller att gå vidare. Det gäller att acceptera att så här är det, sa han. Christian lovordade sin fru och sina barn, han berättade också att han har sju personer omkring sig när han idrottar. Sjukskötare, massörer, läkare...

Christian berättade med erfarenhet och kunskap om hur viktigt det är för oss alla, hur valen vi gör här i livet, kan förändra livet och gör oss till den vi är. Vi står ständigt vid vägskäl och behöver välja åt vilket håll vi ska gå vidare. Vi har alltid två val, att acceptera och gå vidare eller att vara bitter och gräva ner sig. Det gäller att svänga åt rätt håll, för vem "Vill dricka kaffe med en som är bitter".

Text Laila Andersson

Bild Gunnar Olsson



