

# Begravningsentreprenören: "Jag vill vara nöjd med livet"

I sitt yrke möter Emilie sörjande varje dag. Det har gjort hennes liv mer meningsfullt.

**H**ON ÄR INTE BARA ensamstående mamma – Emilie Tingström, 49 år, är också begravningsentreprenör. Och faktiskt kanske mer än så. I skyltfönstret står en vackert blomsterpydd kista. Döden är inte bara hemsk och skoningslös, den kan också vara vacker och en naturlig del av livet.

– Jag hjälper de sörjande med sin avskedsprocess, från dödsfallet till begravningen. Jag tar inte bara hand om de praktiska detaljerna utan är också ett stöd när det kan kännas för svårt att klara att till exempel se den döde, lägga kroppen i kistan eller ta det slutgiltiga avskedet.

Tidigare jobbade Emilie som sjuksköterska och har mött döden på ett annat sätt – "jag har sett hur fel det kan bli". Hennes eget liv var kaotiskt på det personliga planet när hon reste som frivillig vårdpersonal till Thailand efter tsunamin.

– Många i teamet var helt i chock och kunde inte hantera alla döda och sörjande eller föra ett samtal med dem. Det blev tydligt hur rädda vi är för döden. Jag upptäckte att jag hade förmåga att hantera dessa situationer och att det var oerhört meningsfullt.

**VÄL HEMMA IGEN** funderade Emilie på hur hon skulle kunna omsätta sin nyfunna talang i praktiken. Resultatet blev att hon startade Grindstolpen.

– Jag vill att de som kommer ska känna att döden är något naturligt, trots sorgen de har. Jag bjuder på kaffe, de får klappa min hund och titta på hur en kista ser ut. Många upplever att just detta vardagliga sätt att närma sig döden hjälper dem i deras sorg och att de kan prata med varandra på ett bättre sätt när de har varit hos mig.

loch med sitt arbete blir Emilie obönhörligen

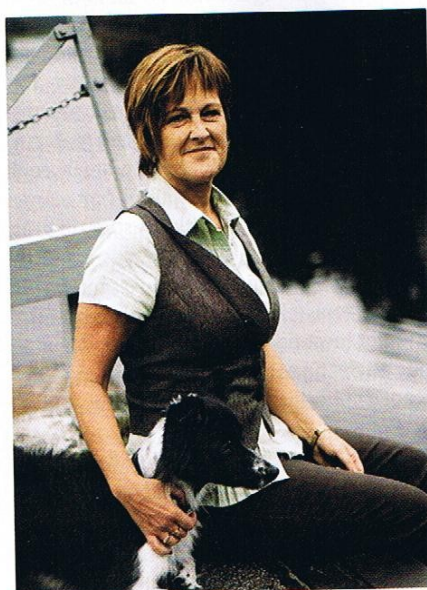
påmind om döden varje dag.

– Jag tror att det har gjort att jag tar mer ansvar för mitt liv – jag lever inte som om tiden är obegränsad utan tar tag i förändringar jag vill göra på ett annat sätt än tidigare. Jag vill leva ett liv som jag är nöjd med och det gör jag också.

Hon har också blivit medveten om vikten av att tänka igenom hur man vill ha sin begravning – om inte annat för att underlätta för de efterlevande.

– Jag har till och med frågat mina barn hur de vill bli begravda.

**ATT SJÄLV VÄLJA HUR DEN DÖDE** ska vara klädd, vad som ska finnas i kistan och hur begravningen ska gå till hjälper människor



Emilie Tingström, begravningsentreprenör, uppger att hon gör något meningsfullt med sitt liv.



att komma ur den förvirring och hjälplöshet som ofta kommer i samband med sorg.

– Till exempel uppmuntrar jag alla sörjande att vara med när den döde läggs i kistan och bestämma detaljerna kring det. På så sätt slipper man fundera på hur det ser ut i kistan och om det verkligen ligger rätt kropp där. Och i stället koncentrera sig på att ta adjö.

Blir det inte sorgligt att jobba med döden varje dag och se så många döda?

– Jag har nog levt i sorg under en stor del av mitt liv, bland annat på grund av en destruktiv relation. I dag känner jag mig mer levande än någonsin och jag gör något meningsfullt varje dag. \*

## »Vill du veta mer?

Bara detta liv, Dan Stiwne, Natur och Kultur, 2008. Om bland tusen stjärnor – en tankebok om döden, Per Ragnar, Langenskiöld, 2009.

"Att leva nära döden. Patienters och vårdpersonals erfarenheter inom hospicevård."

Inga-Lill Källström, avhandling, Örebro universitet, Inst för omvårdnad, 2009. Ompröva livet – existentiell vägledning och terapi i ny tillämpning, Dan Stiwne, Studentlitteratur, 2009.

Vägar i sorgen, Lars Björklund och Göran Gyllenswärd, Natur & Kultur, 2009.

Hemsidor:

[www.grindstolpen.se](http://www.grindstolpen.se)

[www.clife.se](http://www.clife.se)

[www.mariaregina.se](http://www.mariaregina.se)

[www.vallenthuset-psykoterapi.se](http://www.vallenthuset-psykoterapi.se)

[www.existens.nu](http://www.existens.nu)