Det här är I Mörkret Med; Sveriges och troligen världens första podcast som spelas in i totalt mörker. Stort tack till vår samarbetspartner Svensk Skrivtolkning som gör det möjligt för fler att ta del av I Mörkret Med genom att texta våra avsnitt. Textade avsnitt hittar du på vår hemsida, imorkretmed.se .

**I Mörkret Med**

Aron Andersson



Foto: Aron Andersson, Anna Bergholtz och Ulf Nordquist

**Intro**  
Del 1: Möte med gästen  
Pausmusik  
Del 2: Samtal med gästen

Del 3: Snabbfrågor  
Avslut

------------------------------------------  
Intro  
------------------------------------------

Ulf: Hur gör vi nu då? Hur blir det här bäst?

Aron: Jag vet inte.

Ulf: Vi ska ju ta oss upp dit till gardinen och då antar jag att jag inte gör någonting alls utan jag bara går dit.

Aron: Vi kör dit och sen kan jag hålla i din axel kanske? Bara följa med dig?

Ulf: Ja, om det är ett bra sätt för dig.

Aron: Det är nog enklast. Så får du guida in mig. Om du bara går vanligt fram här så håller jag din axel. För här är det inga trappor och sånt eller?

Ulf: Nej.

--Vinjett--

------------------------------------------  
Intro  
------------------------------------------

Anna: Hej, alla lyssnare! Jag som pratar heter Anna Bergholtz och äntligen är vi tillbaks igen med nya avsnitt av I Mörkret Med. Den här gången möter vi en äventyrare utöver det vanliga. Han beskriver sin barndom som världens bästa, men när han som 7-åring fick cancer kastades livet omkull. Han överlevde, men med nya förutsättningar; att ta sig fram med rullstol. Idag säger han att rullstolen inte ska stoppa honom från att göra det han vill, och viljan har varit stark. Han har bland annat bestigit Kebnekaise och Kilimanjaro, skidat till Sydpolen, samlat in otaliga miljoner till Barncancerfonden och syns i media som programledare för Lilla Sportspegeln och som ambassadör för Musikhjälpen. Vi pratar om allt det här, om egenansvar, om att se möjligheterna istället för problemen, om fördomar och hur en kan lösa fördomarna. Det handlar också om kritiken mot Musikhjälpen, om hans nya passion att hoppa fallskärm, och om barnboken som vi också lottar ut i en tävling. Läs mer om tävlingen på vår Facebooksida, eller få mer information mot slutet av det här avsnittet. Du möter som vanligt Ulf Nordquist; svartklubbens ägare. Ljudtekniker är Jan Dahlqvist. ”Det är bra om man får gråta ur sig lite ibland”, säger han. Det här är I Mörkret Med äventyraren och föreläsaren Aron Andersson.

------------------------------------------  
Möte med gästen  
------------------------------------------

Aron: In i mörkret.

Ulf: Japp. Här sänker sig mörkret fort.

Aron: (skrattar) Ser du något ljus eller sånt?

Ulf: Nej.

Aron: Du ser ingenting?

Ulf: Jag ser ingenting. Eller om man ska vara helt exakt så flimrar det framför mina ögon.

Aron: Ja, jag fattar. Myrornas krig.

Ulf: Mm.

Aron: Nu kör jag på grejer här.

Ulf: Det är nog bara en liten vägg. Nu ska vi försöka svänga upp i den där riktningen.

Aron: Har vi Anna här någonstans också?

Anna: Ja! Ho ho! (skrattar)

Ulf: Du har ett bord där, ska du försöka köra runt det och komma in.

Aron: Okej. Kör runt bordet. Då följer jag bordskanten.

Ulf: Ja, gör det. Och så kom in här borta. Perfekt.

Aron: Så, nu kör jag på dig (skrattar).

Ulf: Ja, jag flyttar på mig.

Aron: Var har vi Anna då?

Anna: Där är jag! Tjena!

Aron: Tja!

Anna: Välkommen, Aron!

Aron: Tack!

Anna: Hur är läget idag, Aron?

Aron: Det är bra, jag har precis varit och kört en föreläsning för Takeda, ett japanskt läkemedelsföretag. Pratat på en konferens som de hade. Jag ska bara försöka ta på mig en tröja.

Anna: Det är kallt härinne.

Aron: Ja, jag kände det! Jag ska bara rycka på mig den.

Anna: Du får hojta till om du fryser för här finns filtar (skrattar).

Aron: Fusk!

Anna: Ja, du är väl härdad från alla dina äventyr, både värme och kyla. Eller hur?

Aron: Precis. Lite ska jag väl klara.

Anna: Vad är det då för sport, att ta på sig en tröja då?

Aron: (skrattar) Ja, jag har mössa på mig i alla fall. Jag brukar inte ha det i intervjuer annars men jag tänkte att det syns ju ändå inte idag. Så det är perfekt.

Anna: Nej, det spelar ingen roll. Hur känns det i mörkret nu då?

Aron: Bra, jag har inga problem med det. Jag tycker att det är schysst.

Anna: Är det första gången du är…

Aron: I mörker. Jag har aldrig varit i mörker innan (skrattar).

Anna: Nej, precis (skrattar).

Aron: Jag har faktiskt varit på två sådana här middagar i mörker innan. Dels ute på något ställe ute mot Nynäs någonstans tror jag, något konferensställe. Där har jag ätit för massa år sedan. David Phillips, en kompis till mig i talarbranschen, körde en mörk middag hemma hos sig och det var ju jättehäftigt också, men han fick det inte riktigt såhär mörkt som det är nu. Men han fick det tillräckligt mörkt för att man inte skulle se vilka man satt med och så. Så att efteråt, när det vart ljust, så bara ”Har vi suttit och snackat?”. Min fru satt och pratade vid ett bord och insåg först efter typ halva middagen att hon kände en av de här vid bordet jättebra. Hon fattade inte det. Hon var inte van med att bara ta på rösten.

Anna: Så kan det bli. Om du ska berätta vem du är med egna ord, hur skulle du beskriva dig?

Aron: Jag heter Aron, sitter i rullstol och bestiger berg. Typ. Jag gillar att göra roliga grejer och låter inte min funktionsnedsättning stoppa det. Jag gör allt från att göra roliga äventyr som att bestiga berg och simma över hav, till att föreläsa supermycket på olika företag och sånt, till att göra lite TV-grejer och är lite delägare i olika företag. Jag gör kul grejer.

Anna: Om du skulle beskriva dina egenskaper? Hur du är som person?

Aron: Glad och positiv, tror jag. I grunden. Väldigt lösningsorienterad. Jag gillar att få perspektiv på saker när saker är lite jobbiga, och tänker att det alltid går att se det positiva och hitta möjligheterna i det. Det är väl mycket min grundpersonlighet. Sen är jag otroligt envis och dålig på att ge upp.

Anna: Jag pratade ju med din fru, Anja, inför det här. Vill du höra hur hon har beskrivit dig?

Aron: Det vore roligt.

Anna: Hon har sagt att du är viljestark, att du behöver mål, att ha något att se fram emot hela tiden. Att du alltid är glad och har hög energi. Sen kommer vi till de mindre bra grejerna.

Aron: Det är ju riktigt spännande.

Anna: Du kan vara slarvig ibland, och dålig på att leta upp saker. Vad menar hon med det?

Aron: (skrattar) Jag är dålig på att leta efter saker, men jag får för mig att killar oftast är sämre på det än tjejer.

Anna: Kan du ta något exempel ur vardagen?

Aron: Nej men om man letar efter någonting där hemma. I och för sig kanske du inte riktigt vet så, jag letar ju på ett annat sätt än vad du gör så att säga. Men jag är dålig på att hitta saker.

Anna: Och då är det Anja som hittar det eller?

Aron: Ja, oftast så kan det bli så att jag letar efter någonting i en halvtimme och lyckas inte hitta det och hon letar i två minuter och hittar det.

Anna: Men det ligger ju lite i det där, för att jag har ju en sambo och han är från Kanada. Vi skulle till flyget, jag skulle tillbaks till Sverige och han hittade inte bilnycklarna och det var en halvtimme innan vi skulle åka iväg. Jag har ett flyg att passa och han hittar inte bilnycklarna. Han är seende och letar runt överallt men hittar de inte och sen börjar jag leta någon minut och så hittar jag de, som inte ens ser.

Aron: Visste du innan var de låg? Har du något bättre system för det eller ägde du bara honom totalt?

Anna: (skrattar) Nej, jag bara kände runt och jag tror att man ibland nästan är bättre på att hitta när man bara känner runt. Jag behöver inte ens titta ner i en väska, till exempel, utan jag känner ner med handen. Det är ju snabbare gjort än att titta. De låg i hans jeans som låg på sängen, som han inte hade på sig då.

Aron: Generellt förlitar oss vi som är seende otroligt mycket på synen så att de andra sinnena blir lite tillgodosedda så.

Anna: Absolut, jag har ju sett tidigare och man blir ju bekväm med att använda syn. Man tänker att det är det som man behöver använda, men det är ju inte alltid så.

Aron: Jag kan inte riktigt din historia, förlorade du synen över natten eller var det gradvis eller hur...?

Anna: Nej, jag har en reumatisk sjukdom som jag fick när jag var tre och när jag var 24 så gick det ganska fort. Sjukdomen satte sig på ögonen. Så att det var så att jag märkte skillnad från dag till dag och saker och ting liksom försvann och då försökte jag göra en massa olika saker med behandlingar och operation och sådär, men det gick inte att rädda det till slut. Så att det gick ganska fort.

Aron: Är du helt blind idag eller ser du någonting?

Anna: Ingenting. Så att för mig är det här min vardag, precis som att det är Ulfs vardag. En klassisk fråga jag brukar ställa till mina gäster är när man trivs som fisken i vattnet. När trivs du som fisken i vattnet, Aron?

Aron: Det är olika tillfällen. Jag stod ju på scen en liten stund sen och föreläste på engelska för en ganska utmanande publik och fick till det, och då trivs jag verkligen. När jag känner att jag levererar, det här funkar och går bra. Då trivs jag jättebra. Ett annat tillfälle är ju när man är ute på äventyr och gör något häftigt och utmanar mig själv. En utav mina senaste passioner är fallskärmshoppning. Har du testat?

Anna: Ja, faktiskt.

Aron: Vad roligt!

Anna: Det har jag också en rolig historia kring.

Aron: Berätta! Nu vill jag höra allt om din fallskärmshoppning.

Anna: Ska jag berätta det och så kommer vi till ditt fallskärmshoppande sen.

Aron: Kör och så får vi hoppa tillbaka.

Anna: Jag tänkte, när jag fortfarande kunde se, att jag skulle hoppa fallskärm och frågade min ögonläkare innan jag skulle göra det där hoppet, om det var okej att göra det. Jag hade ju problem med ögonen redan då, som sagt. Då sa min ögonläkare ”Det tycker jag absolut inte att du ska göra, för det kan riskera den synen du har kvar”, för man hoppar ju högt uppifrån. Det vet ju du. Det är tryck.

Aron: Men hur skulle det påverka synen?

Anna: Det kunde det göra. Eftersom att jag anade att jag kanske skulle blind så tänkte jag ”Blir jag blind en dag så ska jag hoppa fallskärm”. Lite längre fram i tiden är det en journalist på Dagens Nyheter som skriver en artikel om mig och hur det är att förlora synen i ung ålder, och i den här artikeln skriver han att jag vill hoppa fallskärm. Alltså när jag blir blind kan jag hoppa fallskärm. Så det ringer en kille från en fallskärmsklubb som bjöd mig på ett hopp.

Aron: Nej, vad roligt!

Anna: Så att det gjorde jag, jag har hoppat. Jag vet inte om jag skulle göra om det, jag är inte så biten som du är helt enkelt.

Aron: Men kan inte du beskriva hur du upplevde själva hoppet? För jag vet ju hur min upplevelse är, som seende, men kan inte du beskriva din upplevelse. Det är jätteintressant att höra.

Anna: Jag tror att jag hade en fördel av att jag inte såg någonting. Man känner ju vinddraget.

Aron: För de som inte har hoppat, man sätter sig i planet och åker upp till ungefär fyra tusen meter eller vad man nu hoppar från, och då öppnar man dörren. Då måste du ändå känt att det börjat blåsa lite i planet, hela den känslan.

Anna: Det gjorde det.

Aron: För det ändras ganska mycket från att man öppnar dörren.

Anna: Det gör det. Då gick jag fram till kanten med den här killen och han var såhär ”Är du okej, Anna?”, för han tyckte nog att jag var ovanligt lugn och det var jag nog för att jag inte förstod hur långt ner det var (skrattar). Det kan ju blåsa mycket i Skåne också. Jag hade sett på TV innan, men jag glömde bort för en stund att när man kastar sig ur planet så slår man ju kullerbyttor runt.

Aron: Du kanske märkte det.

Anna: Jag märkte det och jag svimmade av för en stund. Gör man alltid det?

Aron: Du svimmade av?

Anna: Ja, jag tror det. De skulle ta foto och sånt och de sa till mig ”Stäng munnen”. Vad gjorde jag? (skrattar)

Aron: Svimma av är inget man brukar göra och jag hoppar ju fallskärm själv, med egen fallskärm på ryggen och så, och då vill man verkligen inte svimma av, för då har du ingen kontroll.

Anna: Nej, det fattar jag ju. Dum fråga egentligen.

Aron: Det händer säkert att man svimmar ibland när man hoppar tandem, då kan man ju svimma av utan att det har jättekonsekvenser.

Anna: Man kastas ju runt. Det måste ju vara väldigt snabbt, liksom blodtrycks…

Aron: Det kan det vara, men hela uthoppet där måste du ju ändå ha känt… För det jag tycker är läbbigast med fallskärmshoppning är när man hoppar ut ur planet, de där första sekunderna när det suger till i magen som i en berg och dalbana.

Anna: Ja, det känns som att det aldrig ska sluta pirra i magen.

Aron: Och det kanske bara pågår i fem sekunder och sen har du ju accelererat till en jämn hastighet och då känner man inte den. Men hur upplevde du hela den känslan när du inte har den visuella referensen?

Anna: Den sista biten när man får - i tandemhopp då - knackningen på ryggen att man ska sätta sig på något vis är ju tanken att man ska titta på det vackra landskapet. Då tyckte jag ”Kan du inte öka på farten lite?”, för det var ju det som var det roliga för mig. Det skulle gärna gått lite fortare, liksom. Sen landade vi och självklart fick jag en kick av det, men det är inte så att jag känner att jag måste hoppa igen. Men berätta, nu gör du ju alla möjliga äventyr och utmaningar, hur kommer det sig att du fastnade för just fallskärmshoppning?

Aron: Jag fick ett tandemhopp i 18-årspresent av mamma och pappa, faktiskt. Så att jag hoppade fallskärm som 18-åring och tyckte att det var häftigt, så jag gjorde två tandemhopp till efter det och sen var det inga fallskärmshopp på ett gäng år och sen började jag klura ”Tänk om man skulle kunnahoppa själv, nu när jag ändå blivit äventyrare. Det hade varit en läcker grej att göra”. Så jag började klura på det där och googla och researcha, men tänkte ”Kan jag ens hoppa fallskärm när jag sitter i rullstol? Kan jag ens fixa det?”. Då började jag söka runt på det och hittade någon amerikan som hade lyckats. Han var fallskärmshoppare själv och hade hoppat typ 5000 hopp och skadat sig i ett base jump och hamnat i rullstol.

Anna: Vad är ett base jump?

Aron: Vid vanlig fallskärmshoppning hoppar man ju från ett flygplan, från en ganska hög höjd, men base jump är att man hoppar antingen från klippor eller byggnader eller någon antenn eller ett annat fast objekt. Stora skillnaden på base jump är att du bara har en fallskärm, vilket gör att riskerna blir helt annorlunda.

Anna: Då har du ingen extra om något skulle hända?

Aron: Precis, i vanliga fall har du alltid en reservfallskärm som ger ökad säkerhet. Det klart att det är folk som dör ändå i fallskärmshoppning, men det är i alla fall mycket säkrare. Den säkerheten har inte base jump. Så han hade i alla fall skadat sig när det hänt något med hans hopp och han lyckades ändå hoppa efter att han hamnat i rullstol. Då började jag mejla lite med honom, ”Har du några tips?”, och så hittade jag en video på hans landning och tänkte ”Det där kan ju funka”. Sen kontaktade jag ett fallskärmscenter i Dubai där han hade jobbat innan och sa ”Kan jag köra fallskärmsutbildning hos er?” och de sa ”Kom hit, vi löser det. Inga konstigheter”. Jag var nästan såhär ”Va? Inga problem?”. Jag trodde de skulle ha ganska många frågor. Så det var coolt, jag åkte ner dit och gick den här fallskärmsutbildningen för att lära mig hoppa. Apropå det du pratade om innan, när jag kände mig levande? Var det levande, du sa?

Anna: Trivs som fisken i vattnet.

Aron: Trivs som fisken i vattnet! Det var bara jag som tolkade som att man känner sig levande. Men fallskärmshoppning för mig är ett sånt tillfälle när jag känner mig levande och trivs. Samtidigt känner man ett lugn och vet att jag måste vara här och nu. Jag måste vara närvarande. För jag är ganska duktig på att ”zona ut” ibland och inte riktigt ha den koncentrationen som jag vill ha. I fallskärmshoppning måste man vara totalkoncentrerad, för annars kommer det inte sluta bra.

Anna: Anja sa till mig ”Be Aron berätta när han skulle göra sitt första hopp för certifikatet”. Sen sa hon inte mer.

Aron: (skrattar) Jag var nervös. Jag blir väldigt, väldigt sällan nervös men då var jag pirrig. Jag tror att svettfläckarna från armhålorna växte ihop med den från pungen och bildade en stor liksom. Jag var riktigt nervig. Första hoppet hoppar man ju med två instruktörer så att man hoppar själv med egen fallskärm, men de ligger i luften och håller i en så att man inte ska börja snurra. Om det händer blir det liksom inte bra. Men när jag väl stod där i dörränden och skulle hoppa ut så gick det bra, då lyckades jag ta min rädsla till fånga och verkligen vara koncentrerad i ögonblicket. Sen när jag skulle ner och landa så var det inte så skönt. Du har ju styrlinor på fallskärmen så det du gör när du går in för landning i fallskärmshoppning är att du drar i båda två för att bromsa fallskärmen. Jag drog i de här linorna på kanske femton meters höjd, och du kanske ska göra det på tre meters höjd. Jag tyckte att marken kom så fort och var så nära en så jag kände bara ”Nu drar jag!”, vilket gjorde att jag fick en ganska hård landning. Så min första landning smällde till ordentligt. Efter det vart man ju skraj också och kände ”Shit, är det så här det kommer vara? Jag kan ju inte göra några fler hopp. Det går ju inte.”. För då började jag tänka att det är för att mina ben inte funkar som jag inte kunde ta emot mig och då blir det så hårt, så då vart man ju skraj. Men så pratade jag med min coach och han sa ”Du gjorde lite fel, gör det såhär istället. Då kommer det bli mjukt”. Så att vi kom underfund med hur jag skulle göra det där till slut, men det var lite läskigt.

Anna: Tänkte du då ”Jag skiter i det?”.

Aron: Absolut, det var så hård landning att jag tappade luften och fick en liten smäll i ryggen och kände ”Det där var inte bra”.

Anna: Men hur landade du då? För att när man är gående så landar man ju med benen på något vis.

Aron: Ja, de flesta gående springer ju lite i landningen och så landar man på fötterna bara. Men jag landade på rumpan och ryggraden har ju, som bekant, inte så mycket flex. Den är inte så bra att ta smällar med. Så det gjorde väldigt ont. Efter det inser jag också att jag har lite funktion i mina ben, jag kan ju första landa lite på benen och sen kan jag rulla över. För då kan jag ta lite av landningen i knäna också, och bromsa med mina benmuskler lite, och sen göra någon rullning. Sen dess går det ju mycket bättre.

Anna: Vi ska ju prata mer om dina äventyr. Jag ska se om Ulf är redo för att komma in med lite ätbart till oss innan vi fortsätter.

Aron: Härligt.

Anna: Det låter så, i alla fall.

Aron: Vad bjuder du på, Ulf?

Ulf: Det får du se.

Anna: Det säger vi aldrig (skrattar).

Aron: Ah, lite hemligt.

Ulf: Vi börjar med ett glas och en dryck.

Aron: Är det en sån här årgångschampagne nu?

Anna: Ja, precis.

Ulf: Ja, det är sån man har en kapsylöppnare till.

Aron: Där har vi en flaska. Ska jag hälla upp till dig också, eller häller du till dig själv?

Anna: Jag har redan här.

Aron: Vill du ha kapsylöppnaren?

Anna: Nej, jag har sen innan. Jag tycker det är lite sällan du bjuder på champagne faktiskt, Ulf.

Ulf: Ja, det är dåligt.

Aron: Nu häller jag på lite här.

Anna: Gör så.

Aron: Är det meningen att jag ska smaka och se om jag kan klura ut vad det är?

Anna: Ja.

Aron: Det är Loka, kanske?

Anna: Ja, det är bubbelvatten. Jag vet inte ens vad det är för…

Ulf: Det är Ramlösa.

Aron: Ramlösa! Jag satte fel källa. Men det var ingen smak på, tror jag.

Ulf: Nu kommer lite skålar, det kanske är mer de du ska smaka på egentligen.

Anna: Vattnet var inte en stor utmaning (skrattar).

Ulf: Nu har du tre skålar framför dig.

Aron: Okej, tack så mycket!

Anna: Och jag ska säga att jag blev lite ställd, för jag fick ju reda på av Anja att du inte äter gluten, och inte mjölkprodukter. Så det var inte bara laktos.

Aron: Nej, precis. Jag är lite bökig med sånt där.

Anna: Jag hade köpt någonting och det blev såhär ”Nej med Gud, det är nog mjölkprodukter i det.” Så att det blir annat.

Aron: Ja, vad härligt!

Anna: Så nu har du lite skålar där.

Aron: Spännande. Jag har inte hittat några verktyg än att äta med, jag tror inte att jag har fått det.

Anna: Du får använda händerna.

Aron: Jag har ju känt lite på det här och jag tror att det är någon slags fruktsallad? På texturen, vad jag kan känna än så länge.

Anna: Doftar du någonting då?

Aron: Jag har inte kommit dit än. Kan det vara äpple kanske, första? (ljud av något som tuggas) Ja, jag tror det.

Anna: Vad är det för färg på äpplet då?

Aron: Jag äter nästan aldrig äpple i vanliga fall, men jag tror att det är grönt.

Anna: Ja, det är bra. Det är det.

Aron: Hur avgör du en sån sak? Är du så bra på smaker så att du vet?

Anna: Nja, jag har faktiskt en färgindikator som jag använt även i köket.

Aron: Vad är det?

Anna: Det är en liten apparat som säger vad saker och ting är för färg. Den är inte alltid hundra procent pålitlig, men den säger ju om det är grönt eller rött liksom.

Aron: Läckert! Vilken grej. Det skulle jag också kunna använda, jag är lite färgblind. Så att det skulle jag kunna behöva. Det är ju perfekt.

Anna: Absolut! Det har nog många hjälp av. Hittar du någonting mer där?

Aron: Ja, jag tror att det här är päron.

Anna: Du är jättesnabb här! Ingen utmaning alls.

Aron: Nu ska vi se det sista. Vad kan det här vara för någonting? Honungsmelon, kanske? Kan det stämma? Någon melon i alla fall.

Anna: Ja, men det är inte honungs.

Aron: Det är inte vattenmelon heller.

Anna: Nej.

Aron: Jag kommer inte ihåg vad alla meloner heter!

Anna: Kom igen nu, Aron!

Aron: Jag vet inte. Det är en melon i alla fall.

Anna: Galia.

Aron: Galiamelon?

(metallisk duns)

Aron: Oj, nu slår jag i allting här. Mikrofoner och grejer.

Anna: Du skadar inte dig, va? (skrattar)

Aron: Fruktsallad var det i alla fall då, fast uppdelat i tre olika skålar.

Anna: Ja, precis!

Aron: Gott.

Anna: För mig blir det såhär ”Oj, vad äter man när man inte äter gluten och inga mjölkprodukter”. Du äter inte fläsk heller.

Aron: Nej, jag har jobbat mycket med min kost de senaste åren för att optimera så att jag ska må så bra som jag kan och prestera bra. Då fattade jag, med hjälp av en kinesiolog, att jag var känslig både mot gluten och mjölkprodukter och att fläskkött inte är bra för min kropp. Så jag har rensat mycket i min kost och äter mycket grönsaker, och en hel del smör faktiskt, för att få bra fett. Smör är ju en mjölkprodukt men det funkar för mig. Jag försöker äta kött av bra kvalitet och fisk av bra kvalitet. Jag tar också mycket kosttillskott för att optimera min kropp. Apropå favoritmat är något som jag verkligen gillar bulletproof coffee.

Anna: Bulletproof coffee?

Aron: Precis, det är kaffe som man mixar med lite smör och lite MCT-olja. Det är min frukost varje morgon. Det funkar kanon, men framförallt är det en frukost som är blodsockerstabil, så man inte börjar morgonen med blodsockersvängnigar och blir trött. Min energinivå är mycket bättre sen jag började med det.

Anna: Men äter du godis och sånt?

Aron: Sällan.

Anna: Vad är sällan?

Aron: Någon gång i månaden kanske. Om jag ska ha någon last så är det att jag dricker vin ibland.

Anna: Vi backar tillbaks i tiden, du är född 1988 och heter Aron Karl Riggert. Vad är det för konstigt namn? Eller ovanligt kanske jag ska säga.

Aron: Det är pappas namn, och det är väldigt ovanligt. Det finns typ två i Sverige. Pappa är född i Finland och det är egentligen inte ett jättevanligt finskt namn heller, men hans mamma hade något påhitt och så vart det Riggert. Det har jag då fått som tredjenamn. Det är schysst att ha något lite ovanligt, tänker jag.

Anna: Och du är uppvuxen i Nacka och har beskrivit din barndom som världens bästa barndom?

Aron: Ja, jag och mina två yngre brorsor växte upp i radhuset i Nacka i ett sånt där område utan bilar där vi kunde gå till skolan utan att korsa en bilväg. Det var idylliskt på något sätt. Vi spelade fotboll på den stora gräsplanen, och byggde snögubbar och det var superbra.

Anna: Men sen förändrades saker och ting när du var sju?

Aron: Precis, jag fick ont i rumpan av att sitta ner när jag var sju år gammal och först trodde väl alla att jag hade ramlat och slagit mig eller halkat på en isfläck när man vart ute och lekt, men det vart inte bättre. Till slut kom vi in till sjukan och så röntgade man det där och kunde konstatera att jag hade en cancertumör stor som en knytnäve som växte i mitt bäcken.

Anna: Vad kommer du ihåg av det här?

Aron: Jag kommer ihåg hur jag inte kunde sitta ordentligt i skolan, att jag fick sitta på knä på en kudde i skolan för att jag inte kunde belasta rumpan, vilket var jättekonstigt. Sen kommer jag ihåg hur vi åkte in till sjukhuset och jag ville verkligen inte göra det för det var ganska sent på kvällen, jag hade fått feber och mamma och pappa hade börjat känna att det var lite för många varningsklockor som ringde samtidigt. Vi åkte i alla fall in till sjukan och jag var livrädd för det. Sen sa de att jag skulle ligga där över natten och jag tyckte det var jättejobbigt. Sen kan jag också komma ihåg hur vi fick det här beskedet att jag då hade cancer. Hur läkaren tar med mina föräldrar ut för att prata med dem och hur de kommer tillbaka in i sjukhusrummet i princip som två andra människor. Man kände att någonting var så otroligt fel. Jag var ju sju år gammal, jag fattade ju intuitivt att cancer inte var något bra, men jag visste inte vad cancer var. Jag visste att det var en sjukdom och att det var farligt, men inte mer än så.

Anna: Många förknippar ju cancer med döden direkt. Tänkte du så?

Aron: Nej, jag hade inte haft någon släkting eller så som hade dött av cancer. Så jag hade inte upplevt cancer på det sättet, men jag visste ju att det var något som var dåligt. De fick ju förklara för mig att det är en ond knöl som växer i min kropp och att de måste ge mediciner för att knölen ska försvinna. Knölen gör så att du har ont och medicinerna kan göra att du inte behöver ha ont längre. De fick ju förklara det väldigt pedagogiskt för att jag skulle fatta att jag måste ta medicinerna och göra allt det där jobbiga för att jag skulle bli frisk.

Anna: Då fick du behandling till en början, men det hjälpte inte?

Aron: Precis, jag fick cellgifter och strålning och allt de hade för att ta död på tumören. Det är inte kul, alltså. Jag låg där på sjukhuset och spydde och kunde nästan inte äta något och mådde pyton. Det var ju jättekämpigt. Till slut, efter ett drygt år med cellgifter och strålning, så fattade man att det inte funkade. Jag opererades på våren när jag precis hade fyllt nio och då tåg man bort korsbenet nere i bäckenet, där cancern satt. Den operationen gjorde också att man blev tvungen att skära av massa nerver som gick till mina ben. Så det är därför jag sitter i rullstol.

Anna: Som jag förstod så fick du inte sitta på ett helt år efter den här operationen?

Aron: (skrattar) Nej, precis. Det stämmer.

Anna: Du skrattar?

Aron: Ja men det är så absurt när man tänker tillbaka på det. Det är en sån sjuk grej. Men på något sätt så hittade jag, som barn, ett sätt att klara av det där.

Anna: Tror du barn är bättre på det?

Aron: Till viss del i alla fall. Jag hängde på knä och lyckades sitta på knä och åka bil utan att belasta rumpan och man hittade sätt att lösa vardagen ändå. Jag hade ju tur också då jag har lite funktion i benen. Jag kan använda benen en del, vilket gjorde att jag kunde gå med rullator den här perioden. De första månaderna efter operationen så körde mamma och pappa runt mig i en stor vagn, och det var inte jättekul att vara nio år gammal och åka barnvagn. Det var ju så skönt sen att kunna gå med den där rullatorn.

Anna: Men hur var det? För nio år och gå med rullator är ju också att sticka ut.

Aron: Ja, det klart det är det men jag är duktig på att vända och vrida på saker för mig själv mentalt, och för mig så blev rullatorn i alla fall mycket bättre än att sitta i rullstol. Jag hade ju sett barn och ungdomar på sjukhus som satt i rullstol och tänkte ”Sitter man i rullstol så är man handikappad och deprimerad. Då är livet kört”.

Anna: Det var den bilden du hade?

Aron: Det var min bild av någon anledning. Det var så illa det kunde bli att sitta i rullstol och då kändes det ändå som att det var ett jätteuppköp mot rullstol att gå med rullator.

Anna: Men sen ändrades det lite senare?

Aron: Ja, verkligen. När jag äntligen fick börja sitta ner så var det en skön känsla. Har man inte använt rumpan på ett år så är det gött att få sitta ner (skrattar).

Anna: Men alltså, hur gick du på toaletten? Man sitter väl ändå på en toa, eller?

Aron: Jag kunde liksom hänga mig på armarna ovanför toa och i början fick jag till och med lära mig att liggbajsa. Man fick hitta varianter på det. Det går om man bara vill. Men det är klart att det är bökigt. Jag fick ju inte belasta rumpan men jag kunde hålla mig ovanför toan så jag vart ju ganska stark i armarna snabbt.

Anna: Sen blev det rullstol ändå?

Aron: Mamma tog med mig ner till Kanarieöarna när jag äntligen fick sitta ner. Så vi flög ner dit och var med på ett rehab-läger där och där var det en tjej, Pia, som fick mig att testa rullstol. Jag var jättenegativ i början men till slut fick hon mig att prova hennes rullstol och jag fattade ju i princip på en gång. När jag tog första tagen med rullstol så kände jag ”Wow! Nu fattar jag. Jag ska skaffa en rullstol”. Jag åkte runt i stolen och satt hela kvällen och övade på att stå på bakhjulen. Det var en sån fri känsla.

Anna: Vi ska fortsätta prata lite om idrotten och dina äventyr, men först ska vi höra lite musik från Ulf.

Aron: Härligt. Det smygs här inne, man hör att det kommer nåt.

Anna: Det smygs mycket här inne. Man vet inte alltid vem som smyger runt här.

Aron: Kommer någon bakom en och bara ”Buh!”.

------------------------------------------  
Pausmusik  
------------------------------------------

(Gitarrspel och sång)

*Jag behövs*

*Och du behövs*

*Vi kan ge varandra nåt*

*Om vi törs*

*Att se varann*

*Och de gåvor vi har fått*

*Då blir olikheten en styrka*

*Och vi kan ge nåt till varann*

*För tillsammans måste vara vägen*

*Som leder ända fram*

*Låt oss bygga en värld för människor*

*Alla människor*

*Där du och jag kan hjälpas åt*

*Och göra det vi kan*

*Det låter naivt och löjligt*

*Men det är ändå möjligt*

*Trots allt är det du och jag*

*Som bygger morgondan*

*Varje röst*

*Som blir hörd*

*Den väcker upp en ny idé*

*Vi behövs*

*Allihop*

*För vi har någonting att ge*

*Mångfald blir till styrka*

*Och ökad kvalitet*

*Så låt många blommor växa*

*Låt alla vara med*

*Och bygga en värld för människor*

*Alla människor*

*Där du och jag kan hjälpas åt*

*Och göra det vi kan*

*Det låter naivt och löjligt*

*Men det är ändå möjligt*

*För trots allt är det du och jag*

*Som bygger morgondan*

*Jag behövs*

*Och du behövs*

*Och vi ska bygga morgondan*

------------------------------------------  
Samtal med gästen  
------------------------------------------

(applåder)

Anna: Tack, Ulf.

Aron: Vad härligt med musik såhär. Det var ju fantastiskt fint att bara kunna njuta av musiken. När jag är på konsert försöker man filma med telefonen istället för att bara vara närvarande och lyssna. Det här är ju super.

Anna: Texten då, vad tänkte du om den?

Aron: Alla ska kunna passa in i samhället och bidra med det de är bra på. Jag gillar det. Jag har en tes att man kan ta tillvara på sina olikheter och göra det bästa man kan med de möjligheterna man själv har fått. Du har vissa möjligheter, Ulf har vissa möjligheter och jag har vissa möjligheter. Vissa egenskaper som vi har, hur kan vi nyttja dem maximalt och göra det bästa med dem? Se det som möjligheter istället för problem.

Anna: Vad har fått dig att tänka så?

Aron: Jag brukar säga att jag har en otrolig fördel med min bakgrund. När jag var liten fick jag tre års mental träning. Jag hade tre år där jag blev genomtvingad genom väldigt tuffa grejer och behövde hitta mentala strategier för mig själv för att orka. Jag tror det är där mycket kommer ifrån. Ligger man på sjukhus och får cellgifter kan man inte bara rycka ut slangarna och dra därifrån. Det funkar inte. Så jag vart tvungen att hitta strategier för mig själv för att kunna fortsätta. Sen har jag varit väldigt intresserad av personlig utveckling, ”Hur kan jag skifta mina tankar? Kan jag välja att se saker på ett annat sätt? Hur kan jag göra saker så bra det går för mig själv?”, och jobbat aktivt med det.

Anna: Du berättade innan att du spelade fotboll och så, det fick du ju sluta göra när du började använda rullstol och rullator och så. Hur lyckades du hitta ljuset då?

Aron: Min glädje och väg tillbaka till livet blev mycket tack vare idrotten. Som du sa kunde jag inte spela fotboll, men jag kunde hitta på andra parasporter. Jag började bland annat med kälkhockey, provade på friidrott, seglade, körde pingis och rullstolsinnebandy. Jag gjorde alla möjliga grejer. Allt med rörelse tyckte jag var väldigt, väldigt kul. Året då jag gick med rullator vart det ju ett tomrum, att jag inte kunde hålla på med idrott. I alla fall inte på det sättet.

Anna: Då kom det tillbaks när du började använda rullstol?

Aron: Precis, rullstolen gav de möjligheterna tillbaka. Den vart förknippad med så otroligt mycket bra saker när jag väl fick den. Byggde upp självkänsla och självförtroende och också fysiskt att kunna bli stark och kunna klara av saker själv och hela den biten.

Anna: Du satsade sen på friidrotten och var bland annat i Paralympics. Vad tänkte du om framtiden? För då hade du ju liksom tagit en del medaljer och var inne i idrotten.

Aron: Sporten vart ju min stora grej. Jag gick ju i högstadiet och gymnasiet som alla, och sen tänkte jag ”Jag ska lägga några år till att försöka satsa på idrotten. Jag ska bli bäst i världen”. Så jag kom med till Peking och var där och tävlade. Då var jag 20, så att det hade gått bra för mig på juniortävlingar men jag hade inte tagit det där seniorklivet än. Peking gick väl okej för att vara tjugo, men absolut inga framåtskjutna placeringar utan det var mycket se och lär. När man kom hem därifrån skulle jag satsa mot London, ”Där ska jag försöka vara med och kunna ta medaljer. Nu är det dags att ta det stora klivet”, men så började jag få strul med min högra höft och röntgade den till slut och då såg man att den låg ur led. Istället för att vara med på Paralympics i London var jag tvungen att operera höften och få en höftledsprotes instoppad. Så fick jag den och vart tvungen att lägga av med friidrotten, för i tävlingsrullstol som jag höll på med så sitter man i en ganska konstig position. Man sitter på knä och…

Anna: Sitter man på knä? Med fötterna under sig?

Aron: Ja, precis. Och så sitter man med bröstet på låren. Så man sitter lutad framåt på knä, väldigt ihopkrupen. Det är den bästa positionen att köra i. Men efter höftledsoperationen tappade jag rörlighet i min högra höft. Jag kom inte ner i den positionen längre. Det var lite såhär ”Vad gör jag nu?”. Jag var tvungen att sluta med det som var min stora grej och som jag hade satsat på i elva års tid. Jag skulle bli bäst i världen. Det var jättejobbigt och hela den sommaren när det hände, innan Paralympics, så började jag dessutom få strul med någon vajer som kom ut ur ryggen på mig, från operationen. Det var massa metall och sånt i ryggen. Så det var man tvungen att fixa. Det var så mycket på en gång som var så jäkla jobbigt.

Anna: Hur hanterade du det?

Aron: Jag fick väldigt bra stöd av mina föräldrar. Jag bröt ihop någon gång, när jag bara tyckte att allt var skit, men det är bra att få gråta ur sig lite ibland.

Anna: Eller hur.

Aron: Jag hade väl någon vecka där det var mycket TV-serier och jag bara tyckte synd om mig själv. Sen vart jag till slut bättre och i den vevan fick jag två utmaningar ganska samtidigt. Dels att cykla till Paris med Team Rynkeby, som samlar in pengar till Barncancerfonden, och sen också att bestiga Kebnekaise. Båda de grejerna kändes ju lite halvomöjliga först, ”Hur ska jag kunna klara det här? Det går inte. Bestiga berg med rullstol går inte.” Cyklingen kändes ändå mer görbar. Men så gjorde jag de där grejerna ändå och fastnade där och kände ”Wow! Jag kanske ska göra det här istället”. Det var det som till slut ledde mig in på äventyrsbanan.

Anna: Ja, här sitter du idag och har gjort massor av olika upptåg och äventyr.

Aron: Precis, jag har spårat ur lite sen dess.

Anna: Många undrar ju säkert hur man gör när man bestiger berg i rullstol.

Aron: På Kilimanjaro använde jag under stora sträckor en terränggående mountain bike som jag kör med armarna. Så jag körde den och sen gick jag med kryckor, och vissa sträckor kröp jag. När det var riktigt brant drog jag mig nästan fram på armarna.

Anna: Du har gjort massa äventyr. Kebnekaise har du bestigit, Kilimanjaro, du har gjort En svensk klassiker, simmat till Åland. I allt det här, vad har varit den största utmaningen skulle du säga?

Aron: Skida till Sydpolen. Jag fick för mig för ett gäng år sen att jag skulle skida till Sydpolen, det blev ett drömprojekt för mig, men till slut så satt jag där nere och skidade i en specialbyggd sitski. Så jag satt ner och stakade med skidstavar fram över Antarktiska vidderna. Det gick bra i några dagar, men sen vart jag magsjuk och det släppte aldrig riktigt. Så jag var väldigt dålig under två veckors tid. Magsjuka när man ska skida tio timmar om dagen på Antarktis var ingen bra kombo. Det gjorde så att vi till slut vart tvungna att korta av expeditionen en del. Målet var att som första person i en sitski skida från kanten på Antarktis hela vägen in till Sydpolen. Det skulle vara ungefär sextio mil. Men till slut så kunde vi hoppa på en biltransport som gick förbi sträckan vi skulle skida, vilket slutade med att vi skidade kanske totalt fyrtio mil.

Anna: Det är långt ändå.

Aron: Absolut, det var den längsta polarexpedition som någon gjort i en sitski så att det var ju häftigt, men jag blev besviken på min äventyrliga del. Samtidigt kände jag att jag inte hade kunnat göra så mycket mer, jag gjorde det jag kunde, och sen fick jag välja vad jag skulle fokusera på. Ska jag fokusera på att jag misslyckats eller på att vi har samlat in 6,5 miljoner till Barncancerfonden. Det var ju ganska enkelt. Grämer jag mig ibland ändå att jag inte lyckades? Absolut, jag är en tävlingsmänniska.

Anna: Men 6,5 miljoner är fantastiskt.

Aron: Det är helt sjukt mycket.

Anna: Var det för det specifika äventyret då?

Aron: Ja, det var på just Sydpolsäventyret.

Anna: Hur mycket har du samlat in sammanlagt?

Aron: Jag tror att det är ungefär 12 miljoner.

Anna: Det är fantastiskt.

Aron: Jag har gjort äventyr och uppmanat folk, via sociala medier, att vara med och bidra. Så att framförallt är det personer ute i landet som har varit med och bidragit.

Anna: Vart tar pengarna vägen?

Aron: I Sverige så finns det ingen statligt finansierad forskning kring barncancer, så att Barncancerfonden finansierar ju i princip all forskning. Så att det är mycket till forskning, råd och stöd till familjer, och såna funktioner. Men stora bitar är forskning.

Anna: Vad betyder det för dig att kunna vara en del i den insamlingen och göra någonting?

Aron: Det känns ju så otroligt bra med min bakgrund. Barncancerfonden kan ju vara anledningen till att jag sitter här idag. Jag hade kanske inte varit vid livet annars och jag vill nog säga att jag hade en otrolig tur som överlevde. Många barn har inte den turen. Kan jag, med hjälp utav det jag gör, vara med och bidra så att fler barn ska överleva så ska jag bannemej göra det.

------------------------------------------  
Barncancerfonden  
------------------------------------------

(uppfylld stråkmusik)

Sarah Sjöström: Alla barn som kämpar mot cancer är riktiga hjältar.

Gör som Sarah, stöd kampen mot barncancer. Swisha din gåva till Barncancerfonden på 90 20 900. Tack.

------------------------------------------  
Samtal med gästen  
------------------------------------------

Anna: Om vi kommer in på det här mentala så tänker jag på mottot som du brukar säga, ”Ju coolare mål, desto coolare resa”. Det tycker jag är spännande.

Aron: Jag tror på det där. Vågar man sätta upp stora, häftiga mål för sig själv så kommer också resan bli bättre. Mål är ju fantastiska och häftiga och kul att drivas av. Men att nå själva målet har för mig aldrig varit så viktig som vägen dit. Det klart att man vill nå målet också, men resan är ju 98% av grejen.

Anna: Kan du ta något konkret, om vi säger när du skulle skida till Sydpolen, vad är det liksom som är det häftiga under resans gång?

Aron: Hela det projektet, att ha en dröm som man jobbar för i tre års tid. 98% av det byggdes ju verkligen hemma. Det var allt från träning till att fixa specialutrustning till att hitta sponsorer och till allt vad det nu var. Dagarna nere på Antarktis var ju också jätteläckra, men det var ju så lite tid i jämförelse. Har man då ett mål där man tycker att resan är helt förfärlig och inte kan njuta av den, så tror jag inte att man kommer uppnå målet. Har du inte kul längs vägen så kommer du inte ha motivationen.

Anna: Du har ju också synts en del i media, bland annat som programledare i Lilla Sportspegeln. Senast var du i Musikhjälpen, där du var ambassadör.

Aron: Precis, det är lite flummig titel men Musikhjälpen är i en specifik stad varje år där man har den här glasburen som man bygger upp. 2017 var det i Umeå och då satt jag med i glasburen som ambassadör i buren, men i år var jag nere i Lund och skulle göra ett äventyr för Musikhjälpen. Så utan plånbok tog jag mig från Umeå hela vägen ner till Lund. Jag liftade med folk och träffade folk längs vägen som gjorde olika häftiga och spännande initiativ för Musikhjälpen. Det var så himla kul att göra.

Anna: Och Musikhjälpens tema 2018 var ju rätten att fungera olika, eller hur?

Aron: Ja, alla har rätt att funka olika. Och det kändes ju extra bra att få vara med och jobba för det temat och kunna försöka vara med och göra skillnad och samla in pengar. Pengarna som vi fick in används ju till organisationer i fattiga länder för att personer med funktionsnedsättning ska kunna få ett bättre liv där. Jag var faktiskt i Afghanistan 2017 och spelade in ett reportage där för Världens Barn, inför den här Världens Barn-galan. Det var ju inte en jättevacker syn om man säger så.

Anna: Hur hade de det då?

Aron: Det var ju skittufft. Bland annat så träffade vi en liten tjej som hette Faroshan, som hade en allvarlig muskelsjukdom och hade en rullstol men kunde inte köra den själv ordentligt. Hon skulle kunna haft ett så mycket bättre liv i Sverige. Men det sjukaste minnet från den resan är ändå att vi intervjuade en rektor på en skola för barn med funktionsnedsättningar och då sitter han och säger att många av de här barnen som du ser på skolgården bakom oss just nu har hittats hemma hos deras föräldrar, fastbundna och fastkedjade. För att föräldrarna inte vet vad de ska göra med barnen. De tror att det är ett straff från Gud att de har fått ett funktionsnedsatt barn, och så vill de gömma undan det barnet så långt bort det går från grannar och så.

Anna: Det är ju en skam i många länder fortfarande.

Aron: Ja, visst. Helt sjukt. Att då få jobba med Musikhjälpen och försöka göra skillnad kändes väldigt bra.

Anna: Men Musikhjälpen kritiserades ju också en del, från funktionshinderrörelsen bland annat, för att det inte var några programledare med synlig funktionsnedsättning. Sen har det ju också varit viss kritik kring det här med insamling och välgörenhet och så. Hängde du med i den debatten någonting?

Aron: Jag kände inte av det där direkt, jag såg att någon skrev någonting på Facebook men idén med Musikhjälpen har alltid varit att programledarna inte ska vara för insatta i ämnet när de går in i buren. Programledarna ska lära sig om ämnet under veckan, tillsammans med publiken. Hade jag då varit programledare, som ändå är ganska insatt i det här ämnet, så hade det inte blivit samma inlärningskurva. Så jag tycker det är rätt att man inte hade någon programledare med en synlig funktionsnedsättning. Sen hoppas jag att man kan ha det andra år, det hade varit superroligt om man har det.

Anna: Jag har lyssnat jättemycket på Musikhjälpen, men när jag lyssnade så kändes det som att programledarna lärde sig mycket, men att det ändå blev mycket ”vi och dom” i samtalet.

Aron: Jag kunde ju inte lyssna så mycket själv på programmet, för att vi var ute och flängde genom hela Sverige och var så upptagna med att göra reportage och sånt. Men vart det den grejen så tycker jag inte att det är rätt, men det jag kunde känna nu när jag var nere i buren de sista dagarna var att det inte var det.

Anna: Nej, för jag tänkte att det hade varit annorlunda om du hade varit där som programledare. Då hade man förmodligen kommit ifrån det där ”vi och dom”, tänker jag.

Aron: Det kan man ju hoppas, men jag tyckte inte att det var så när jag var där. Det kanske var så mer i början på veckan, det vet inte jag. Jag hoppas inte det. Men folk hittar alltid saker att vara förbannade på, känns det lite som.

Anna: Du känner så?

Aron: Jag kan tycka det. Men jag personligen föredrar att hitta lösningar. Hur löser man problemet, hur fixar man det? Istället för att vara förbannad på saker och ting. Det var någon jag pratade med som hade jobbat med massa såna frågor som sa ”Vi försökte göra bra saker från kommunen, men alltid när man gjorde någonting så fick man skit för alla saker man inte hade gjort, istället för att tänka ’Det här gjorde ni jättebra, nu fortsätter vi på den’”. För jag tror någonstans mer på att lyfta det positiva än att bara klanka ner på saker, för att det är så lätt att göra det.

Anna: Nu handlar ju Musikhjälpen framförallt om hur det ser ut utomlands och det är en helt annan problematik såklart, men det är ju också tufft i Sverige idag. Många som blir av med sin assistans, och inte får rätt stöd för att kunna leva ett liv på lika villkor som alla andra. Då kan man ju tycka att funktionshinderrörelsen gnäller där med, men hur löser man det då?

Aron: Jag tror att det handlar mycket om att visa konkreta exempel. För hur man har dragit in assistansen på vissa ställen är helt sjukt, så är det verkligen. Där tycker jag att man ska lyfta ”Såhär är det, det här har hänt, jag klarar inte de här sakerna själv, hur ska jag kunna leva?”. Då tycker jag att man ska bygga smarta sätt att kunna kommunicera det, för att verkligen få ut det här, för att man ska fatta att såhär kan vi inte fortsätta.

Anna: Men hur bra är media tycker du? På att lyfta frågorna kring assistans och synlighet av personer med funktionsnedsättning?

Aron: Jag vet inte, men jag känner inte att det är deras ansvar heller.

Anna: Tycker du inte?

Aron: Sveriges Radio och SVT har ju ett ansvar där, men däremot tycker jag inte att annan media har ansvar för det. Annan media är ju företag som har ansvar mot sina aktieägare, i grund och botten. Det är dem de jobbar för. De jobbar inte för att lyfta folk med funktionsnedsättning. Inom parasporten har det klagats mycket, ”Vi får inte uppmärksamhet i media, bla bla bla”, men se till att förtjäna uppmärksamheten då. Mindre idrottare får inte så mycket uppmärksamhet heller. Bågskytte skrivs det inte jätteofta om i media heller. Fotboll får mycket mer uppmärksamhet.

Anna: Men du får mycket uppmärksamhet.

Aron: Ja, det har blivit en del.

Anna: Hur kommer det sig då?

Aron: Jag tror att det handlar om att jag gör något som är ganska unikt, som blir annorlunda och spektakulärt i folks ögon. Sen har jag jobbat länge på att bygga upp mina sociala medier och få följare och kunna bygga en grej av det. På så sätt tror jag också att jag har fått uppmärksamhet. Men jag har jobbat för det. Jag fick inte jättemycket uppmärksamhet när jag höll på med friidrott eller kälkhockey, för att då var jag som vem som helst. Nu gör jag något som är lite annorlunda som inte så många gör, och på så sätt är det enklare för journalister att skriva om.

Anna: Det finns en hel del kritik - och den är jag själv med på - när det gäller media och i synnerhet public service där man har ett uppdrag att spegla befolkningen, och att man syns alldeles för lite. Varför tror du att det är så?

Aron: Att det är så i public service vet jag inte. Som du säger har de ju någonstans ett ansvar att spegla hur det ser ut. Nu vet jag inte exakt hur många procent av Sveriges befolkning som har en funktionsnedsättning, om den nu är synlig eller inte.

Anna: Två miljoner uppger att de har någon form, men det är ju också synliga och osynliga.

Aron: Det är så mycket?

Anna: Ja, det är det.

Aron: Och det finns säkert folk med osynliga funktionsnedsättningar som syns i radio, men det fattar vi ju inte. Snackar du i radio så fattar man inte att du har en funktionsnedsättning.

Anna: Nej, om jag inte nämner det så är det ju så.

Aron: Kanske om man har någon sorts CP-skada så att man har ett annat tal.

Anna: Men TV då? Då skulle det synas.

Aron: Där syns ju mycket, men där är det ju inte heller, som du säger, så många med funktionsnedsättning som syns. Jag hoppas att det blir utjämnat med tanke på det uppdrag som public service ändå har. Så det får de bättra.

Anna: Hur kan man lösa det då?

Aron: Jag tror också att personer som har en funktionsnedsättning kanske inte tror att de kan komma in i media på det sättet heller. Jag var programledare för Lilla Sportspegeln…

Anna: Jättebra exempel.

Aron: Vilket var så kul, men jag hade aldrig trott att jag skulle komma in där om det inte var så att de hörde av sig till mig och sa ”Aron, kan inte du vara det här?”. Jag hade kanske inte haft det självförtroendet, att jag kan komma in och vara programledare i media. Där kan ju vi, som har en funktionsnedsättning själva, tänka att vill vi jobba i media så ska vi försöka våga göra det. Vill jag vara programledare någonstans, våga prova i alla fall. Vi måste ju också någonstans ansvara för oss själva. Vad kan vi göra för att synas mer? Då blir det lösningsorienterat. ”Vad kan jag göra själv?”, istället för att klaga.

Anna: Men vi vet ju idag att det är jättemånga med funktionsnedsättning som står utanför arbetsmarknaden, även om man har utbildning och så till ett jobb. Hur tänker du där? Det ena är ju liksom ens egna mentala hinder, som du precis pratat om, att man kanske tänker att man själv inte kan.

Aron: Nej, precis. Jag tror att det är jättevanligt.

Anna: Men hur kan man göra när man möter fördomar i samhället?

Aron: Min erfarenhet, när det kommer mycket till fördomar, är att våga lyfta det på en gång. Jag börjar många av mina föreläsningar med ”Jag sitter i rullstol, det stämmer”. Någonstans ta upp den rosa elefanten. Har du gjort det så slipper folk gå runt och tänka på det. Skulle jag sitta i en intervju till ett vanligt jobb är det första jag skulle säga ”Jag sitter i rullstol, du kanske tror att de här och de här sakerna är kopplat till det, men såhär är faktiskt fallet. Nu är vi klara med det, nu kan vi gå vidare.” Ska arbetsgivare anställa en person så vill ju de att personen ska vara högfungerande, kunna klara uppgifterna bra, inte vara sjuk så mycket och massor med saker för att personen ska kunna prestera så bra som möjligt på det jobbet. Det blir ju en väldig risk annars, för arbetsgivaren. De vill ju anställa den personen med lägst risk. Det klart att man kanske tror att det är en ökad risk om man sitter i rullstol, som till exempel att det är större risk att du är sjuk och har högre sjukfrånvaro och massa saker som blir väldigt dyra i längden för arbetsgivaren. Om du då kan ta upp de sakerna innan och säga ”Såhär funkar det, jag har inte varit sjuk på de senaste 12 åren” eller så.

Anna: Men ska man behöva göra det?

Aron: Du kommer nog behöva göra det. I min egen roll som företagare, om jag skulle anställa någon där så vill jag hitta den personen som är bäst för mig. Har du en funktionsnedsättning så kommer jag såklart titta på det. Du har de här förutsättningarna, kommer du kunna göra det jobb som jag vill ha? Även om jag kanske skulle velat att det inte var så, så tror jag att det är väldigt svårt att komma bort från det. Hur gör man då som arbetssökare att hitta en fördel i det? Fördelen om du sitter i rullstol eller har en synlig funktionsnedsättning är att du, när du väl har fått jobbet, lär känna alla på en gång. Ingen kommer glömma dig. Skitbra. Man kan få massa såna fördelar på jobbet istället. Jag tror att det finns otroligt många såna fördelar, om man väl hittar dem. Jag har en otrolig fördel som kan gå upp på Kebnekaise och sitta i Morgonsoffan och prata om det. Mina äventyrskollegor måste gå upp på Everest och riskera livet för att få sitta i Morgonsoffan. Det är perfekt för mig. Någonstans kan man alltid hitta sina fördelar om man är villig att se dem. Du kommer att få jobba hårdare i andra avseenden också. Jag tror inte det är lika lätt att hitta ett jobb om du sitter i rullstol. Folk kommer ha fördomar. Då måste du avväpna dem. Du måste kanske till och med prestera bättre och vara duktigare än de andra som söker samma jobb. Visst, man kan jobba och klaga och försöka ändra systemet, vill man göra det så gör det. Men jag tror att det är bättre att gå till sina egna förutsättningar och jobba där. ”Hur kan jag bli ännu bättre?”. Det är i alla fall mitt sätt att se på det.

Anna: Hur mycket fördomar har du själv stött på?

Aron: Om mig, för att jag sitter i stol tänker du?

Anna: Mm.

Aron: Jag vet inte riktigt. Jag är så bra på att glömma bort sånt där. Det är ju klassiska exempel. Det hände mer när jag var yngre, skulle jag säga. Man går i en affär tillsammans med någon förälder eller kompis och så ställer jag en fråga till expediten och så svarar de typ till min mamma som är med. Vilket blir jättekonstigt. När jag tänker på en sån situation idag så tänker jag ”Det är bara den personen som är osäker”. Visst, det blir lite märkligt. Men de gjorde det ju inte för att vara elaka. Jag kan uppleva att många lackar ur på såna här grejer, och jag kan lacka ur på det om den här expediten gör det för att vara elak. Inte om de gör det för att de är osäkra. Skulle det där hända idag så skulle jag säga ”Det är mycket bättre att du svarar direkt till mig istället. Jag uppskattar om du gör det istället”. Så kan man lära personen någonting istället för att bara bli sur på det.

Anna: Jag känner igen det. Det har ju hänt mig också att de pratat med min ledsagare eller kompis eller sambo istället. Men då brukar jag också ta över situationen på något vis, på ett fint sätt så att de inte ska känna sig dumma, för jag tror inte heller att det hjälper.

Aron: Jag tror verkligen på att försöka ta sitt eget ansvar för att försöka göra situationen så bra som möjligt. Det kan vara lite svårt. Det är en tuffare väg att gå än att bara bli sur och tänka ”Varför pratar de inte till mig istället?”. Men ta eget ansvar för situationen då. Gör någonting själv så kommer du uppleva att det blir mycket, mycket bättre.

Anna: Vi måste prata lite om barnboken här.

Aron: Ja! Barnboken! Aron Tiger bestiger berg! (skrattar)

Anna: Ja, vad är det för bok?

Aron: Jag har haft en dröm om att skriva en barnbok ett gäng år, men det har liksom inte blivit av. Sen så vart vi kontaktade av en barnboksförfattare som heter Ebba, som driver Smultron Förlag. ”Vi skulle vilja göra en barnbok tillsammans med dig, kan vi inte göra det?”. Så vart det av till slut. Boken handlar om en tiger som heter Aron som sitter i rullstol och som drömmer om att bestiga berg. Kompisarna på skolan är lite elaka och säger ”Man kan inte bestiga berg om man sitter i rullstol”, och så gör han det ändå tillsammans med sin kompis Anja som också är en tiger.

Anna: Anja, som är din fru då (skrattar).

Aron: Ja, precis. Det är en peppande bok för barn där huvudpersonen sitter i rullstol, vilket vi har fattat är väldigt ovanligt. Det finns i princip inga såna böcker.

Anna: Nej, det finns ju inte så mycket. Det är ju fantastiskt, jättebra.

Aron: Fantastisk respons. Det var en kille som hade läst den och hade gått in på sitt rum och börjat packa sin ryggsäck och mamman bara ”Vad gör du för någonting?” och han bara ”Jag ska ut och bestiga berg”. Han hade packat ficklampa och något rep och sådär, ”Nu ska jag ut och bestiga berg!”. Det är så mycket söta historier och barn som ställer frågor, ”Vad kan man göra när man sitter i stol?” och sådär. Sen är det ju såklart några barn som har läst när de själva sitter i rullstol, men de flesta har ingen funktionsnedsättning själv eller har inte den erfarenheten. Många föräldrar har ju tyckt att det var fantastiskt att få läsa om det och visa att det finns barn och ungdomar med andra förutsättningar.

Anna: Det är ett annat sätt att ta sig fram på bara.

Aron: Precis.

Anna: Är det någon utmaning/äventyr som du drömmer om att göra?

Aron: Det finns mycket saker.

Anna: Har du någon största dröm?

Aron: Det är väl Everest. Att ta sig upp dit. Det hade varit hur häftigt som helst. Jag vill bygga ett projekt där man undersöker och ser om jag skulle kunna klara av det tillräckligt säkert.

Anna: Det är ju samma utmaningar för dig att bestiga Mount Everest som det är för många andra, med syret och riskerna och allt, men det är andra saker du måste tänka på också.

Aron: Mina stora nackdelar, om man jämför med en person som har full funktion, är ju att jag lätt fryser om benen. Jag har inte alls samma cirkulation som man har i vanliga fall. Sen är jag mycket långsammare. Ska jag gå med kryckor och sånt så går det mycket långsammare. Men jag tänker att jag skulle kunna träna upp det till viss del, och sen får man ha mer stöttning och support och kanske mer syrgas med sig för att klara av att göra det. Men jag vill testa och undersöka om jag kan klara av det.

Anna: Vad är närmast på gång nu framöver?

Aron: Vasaloppet. Och sen ska jag på en fallskärmsresa till Spanien och hoppa en massa.

Anna: Är du aldrig rädd då?

Aron: Jo, det klart man är rädd ibland. Jag var på Kilimanjaro för tre år sen och då blev en polare riktigt, riktigt höjdsjuk och det höll på att gå riktigt illa. Då är man ju rädd.

Anna: Och ändå vågar man sig upp igen?

Aron: Ja, om man kan lära sig av riskerna och lära sig hur man kan göra för att det inte ska hända igen så känns det ändå okej att fortsätta. Men om det skulle vara något som hände, som jag känner ”Det där är stor risk att det händer igen”, och jag inte kan göra något för att det inte ska hända, då skulle jag nog se annorlunda på det.

Anna: Är det någonting som du aldrig skulle ge dig på att göra då?

Aron: Man ska aldrig säga aldrig (skrattar). Nej, jag vet inte.

Anna: Något som inte lockar dig?

Aron: K2 lockar inte. Det är lite för farligt.

Anna: Det är inte så många som har klarat det alls, va?

Aron: Nej, verkligen inte. Och Fredrik Sträng, en svensk klättrare, har ju försökt fyra gånger nu utan att lyckas komma upp.

Anna: Fått avbryta och gå tillbaka?

Aron: Han har ju kommit ner helskinnad, men det är många som inte gör det.

Anna: Vi ska börja avrunda med lite snabbfrågor, Aron.

(Gitarr och munspel)

**:::: ANNONS ::::**

Anna: Nu ett kort avbrott för att möta vår samarbetspartner, Svensk Skrivtolkning, som textar våra avsnitt som du hittar på vår hemsida, imorkretmed.se .

Mohammed: Jag heter Mohammed Shakrah och är grundare och VD av företaget Svensk Skrivtolkning AB. Vi jobbar med simultantextning av tal, och sen jobbar vi också med undertextning och transkribering. Tanken är helt enkelt att göra tal tillgängligt för fler via text.

Anna: Vad är skrivtolkning för någonting?

Mohammed: Skrivtolkning är en tjänst som riktar sig till personer som har hörselnedsättning i olika grad. Det innebär helt enkelt att man kan beställa en person som antingen kommer till platsen eller på distans skriver det som människorna runt den säger. Så att om en person till exempel ska till läkaren och den har svårt att höra, men den kan prata själv, då skriver vi det som läkaren säger i det sammanhanget.

Anna: Var får man då den texten någonstans?

Mohammed: Om vi kommer till platsen och skrivtolkar läkarbesöket så har vi med en läsplatta som användaren får låna under besöket, men om vi skrivtolkar ett läkarbesök på distans så använder man sin egen smartphone helt enkelt, och så kopplar vi upp oss mot den och skriver det läkaren säger när vi hör det genom telefonens mikrofon. Om man läser på universitet kan man också beställa skrivtolk, och då kan man läsa texten på sin egen dator så att man har med sig sin dator till lektionerna, precis som vilken annan student som helst. Ibland kan vi också vara på konferenser som vi tolkar och då kan vi koppla upp oss mot föreläsarens powerpoint och få skrivtolkningen som två undertextrader längst ner på powerpointen.

Anna: Vill du veta mer? Gå in på skrivtolkning.se

**:::: ANNONS ::::**

------------------------------------------  
Snabbfrågor  
------------------------------------------

Anna: Det är lite antingen eller frågor.

Aron: Okej, shoot.

Anna: Te eller kaffe?

Aron: Kaffe.

Anna: Chips eller smågodis.

Aron: Chips.

Anna: Spara eller spendera?

Aron: Spara.

Anna: Hemmakväll eller utekväll?

Aron: Hemmakväll.

Anna: Prata eller lyssna?

Aron: Lyssna. Jag pratar så mycket ändå.

Anna: Globetrotter eller sommarstuga?

Aron: Både och, om man får fula så. Jag älskar verkligen att bara vara på landet och ta det lugnt och inte göra någonting men jag älskar ju också att resa. Men jag kan bli ganska trött på att resa för jag reser så mycket ändå.

Anna: Du reser runt mycket och föreläser?

Aron: Ja, jättemycket. Jag är ju inte trött på att jobba när man väl är på plats och jobbar, för det är jätteroligt. Men man kan bli trött på att flyga och åka tåg.

Anna: Debatt eller Idol? TV-programmen, alltså.

Aron: Jaha. Debatt i så fall.

Anna: Kött eller vegetariskt?

Aron: Kött. Bra kött ska tilläggas, inget industrikött.

Anna: Barn eller vuxna?

Aron: Vuxna.

Anna: Katt eller hund?

Aron: Hund. Vi har en hund.

Anna: Ja, den hörde jag genom telefonen igår.

Aron: Ja (skrattar).

Anna: Skriva eller läsa?

Aron: Lyssna, skulle jag säga. Jag lyssnar mycket på ljudböcker när jag kör bil och så, jag tycker det är schysst.

Anna: Lyssnar du på något bra nu då?

Aron: Game Changers är en bok som jag lyssnar på just nu, av en biohacker-snubbe som heter Dave Asprey. Jag tycker att det är en frän bok.

Anna: Händig eller tumme mitt i handen?

Aron: Händig.

Anna: Ljus eller mörker?

Aron: Ljus.

Anna: Ja, nu har vi suttit här i mörkret en stund.

Aron: (skrattar) Ja, det är ändå rätt mysigt det här men jag gillar ju när det är sol. När jag skidade till Sydpolen var det ju midnattssol så att det var ljust dygnet runt. Helt fantastiskt. Man fick så mycket energi.

Anna: Jag håller med dig om det, jag är ju ganska trött den här tiden på året.

Aron: Du märker det också? Med melatoninet och D-vitamin och hela den?

Anna: Ja, och ganska nyligen fick jag veta av en läkare att om man är blind, och i synnerhet eftersom att jag inte har några ögon alls kvar, så är det lätt att dygnsrytmen blir rubbad. Man tar ju in ljuset via ögonen och hormoner och sånt styrs ju mycket via det, så absolut. Det känner jag av.

Aron: Tar du melatonin eller något sånt då eller?

Anna: Nej, jag gör inte det men jag vet de som gör det.

Aron: Du tar D-vitamin i alla fall?

Anna: Ja, det gör jag.

Aron: Bra där! Det måste man göra på vintern.

Anna: Det är så? Har du några andra tips på hur man ska må bra?

Aron: Skippa gluten. Det är inte så många som mår bra av det. Drick mycket vatten, sov ordentligt. Ät inte för sent på kvällen. Det stör sömnen mycket.

Anna: Det är bra, Aron. Det har varit jätteroligt att ha dig här och lycka till med alla dina äventyr framöver.

Aron: Tusen tack! Jättekul att få vara här och hänga med dig här i mörkret!

Anna: Ja, hur känns det nu då?

Aron: Det känns bra. Jag tycker att det har varit en härlig intervju. Men jag känner att jag inte riktigt vet hur lång tid vi har hållit på. Jag har inte riktigt tidsuppfattningen.

Anna: Vad tror du då?

Aron: En timme och 25 minuter, kanske?

Anna: En timme och 45 tror jag, om jag tittar rätt på klockan nu.

Aron: Så länge? Vad är klockan då?

Anna: Den är tre.

Aron: Då var det lite fel.

Anna: Tiden försvinner när man har roligt!

Aron: Ja, verkligen!

Anna: Du har blivit intervjuad mycket. Är det någon skillnad på att bli intervjuad här i mörkret?

Aron: Jag gillar ju att kunna ha ögonkontakt med personen som intervjuar, för att jag tänker att det bidrar med någon dimension, men här har jag ju kunnat lyssna mer på dina frågor och klurat ut bra svar på ett sätt som jag kanske inte hade kunnat göra om jag vart distraherad av att man ska titta också (skrattar). Man kanske får en annan connection med intervjuaren när man kan titta på varandra och få hela kroppsspråket, men intervjun såhär i poddformat borde bli bättre för den som lyssnar.

Anna: Du ska få skriva i vår gästbok!

Aron: Skriva utan att se? Jag skriver redan väldigt fult. Det här blir spännande.

Anna: Då kan du ju skylla på att du sitter i mörkret nu. Det är perfekt.

Aron: Precis. Var har vi boken då?

Anna: Här, framför dig. Vi ska se här. Känner du pennan där?

Aron: Yes, tack.

Anna: Där har du boken. Och på den sida där du känner gemet kan du skriva.

Aron: Yes.

Anna: Det där lät som en signatur.

Aron: Ja, där kom den! Jag hoppas att jag fick till det.

Anna: Vad skrev du då?

Aron: ”Se dina möjligheter!”, och sen skrev jag min autograf.

Anna: Väldigt passande här Aron. Se dina möjligheter. Det handlar mycket om det och jag brukar ju prata om att vara blind bara är ett annat sätt att se.

Aron: Jag håller helt med.

Anna: Tusen, tusen tack. Det var jätteroligt att ha dig här.

Aron: Tusen tack själv. Det har varit supermysigt.

------------------------------------------

Avslut  
------------------------------------------

Anna: Tack för att du lyssnat. Vill du tävla om ett signerat exemplar av Aron Tiger bestiger berg, gör som följer: Gå in på vår Facebooksida och leta upp inlägget om tävlingen, gilla och dela inlägget och kommentera varför just du skulle vilja ha boken. Observera att tävlingen håller på till och med den 31 mars. Gillar du I Mörkret Med och vill stötta vårt arbete är det bästa du kan göra att gå in och betygsätta oss på iTunes eller på Facebook. Nästa avsnitt av I Mörkret Med kommer om fyra veckor. Vi hörs då.