

Hon är uppvuxen i Västra Afrika, mitt inne i regnskogen till ljudet av spelande trummor. Som tonåring kom hon åter till Sverige. Hennes pappa ville att hon skulle bli geolog, men istället för hon ut i vida världen och samlade på sig karaktärer och bilder som hon numera har stor användning för i sitt yrke som skådespelerska.

Carina Lidbom är känd som Sunes mamma, Alexandra i Rederiet, Prat i kvadrat, en mängd filmer och teatrar och så förstås en mängd roliga program. Men hon skriver också mycket roliga sketcher för TV och radio. För humor är en viktig bit i Carinas liv.

– Jag går ofta och tänker på vad som skulle hända om det som inte får hända händer. Om någon skulle tappa byxorna eller fisa på fel ställe.

– Det är en kul utmaning att på två minuter få till något riktigt roligt. Jag gillar när det blir lite drastiskt i sketcher. Där får det gärna vara lite mysvåld och gladbrutalitet, skrattar hon.

Carina vågar sticka ut och stå för sig. Att bara hänga med i den allmänna ljumma strömmen är inget som hägrar. Hon följer sitt hjärta och gör det hon vill.

– Jag känner mig väldigt lyckligt lottad.

Just nu har hon tagit en paus i livet och tar var dag som den kommer. Alla kontrakt och åtaganden har hon sagt upp. Nu är tiden kommen för vila, balans och att säga ja till sig själv.

– Jag har bestämt att sätta mig själv i första hand.

Beslutet har vuxit fram genom åren, men det var på denna nyårsafton när hon stod och skålade in det nya året på en vit sandstrand i Gambia som hon lovade sig själv att nu var tiden kommen för att verkligen följa sitt hjärta.

– Det låter som en kliché, men jag gick formligen in i väggen förra året. Jag blev utbränd som det populärt kallas. Jag hade jobbat för mycket och tappade greppet om tillvaron. Allt gick av bara farten. Jag jobbade som en galning och när jag var ledig orkade jag inte göra något utan satt jag bara hemma. Jag blev helt asocial, deppade och gick upp i vikt – det blev många tårar.

– På nyårsafton skrev jag ned ett antal mål som jag ville uppnå i livet och i det ingick bland annat att inte jobba så mycket och vara så uppbunden som jag var. Jag bestämde mig för att säga upp alla kontrakt och när jag kom hem gjorde jag det.

– Det var många som tyckte att jag är galen, men för mig är det viktigt att inte leva i livets väntrum. Jag tänker inte vänta på att vinna högsta vinsten på Lotto innan jag börjar leva.

Livet är här och nu.

Carina är rättfram och enkel, med distans och ödmjukhet pratar hon om hur det kan kännas när livet bara blir mörkare och mörkare och det blir svårt att se något ljus i tillvaron.

– Jag blev bara tröttare och tröttare. För två år sen kände jag att jag nådde botten, jag tappade lusten för allt och inget var roligt. Till slut sa min läkare till mig att jag skulle byta ut löpningen mot lugna promenader. Och då gjorde jag det.

– Jag har alltid hållit på med löpning och när jag tittar i backspegeln så inser jag att löpning inte är en belastning för mig utan en sorts healing. Det förstod han inte. Det jag behövde var lugn och ro, att få tid för mig själv och få tid att lyssna på mig.

Om man bränner ut sig och behöver få ordning på tillvaron är det bra att som Carina ha fått med sig en rejäl portion vinnarinstinkt.

– Det har jag så det räcker och blir över säger hon och skrattar. Det räcker om någon springer förbi mig i den vanliga löprundan så vill jag hänga på direkt.

– Jag har alltid varit en riktig tävlingsmänniska. Jag kan göra vad som helst för att vinna.

Kanske var det tävlingsinstinkten som tog över den kvällen då hon mitt i direktsändning för fyra år sen antog utmaningen att springa Stockholm Marathon, ett lopp på 42 kilometer.

– Jag fick anmälningsavgiften i 40-årspresent av mina kollegor på Måndagsbörsen. De sa att eftersom jag sprang så mycket så kunde jag ju passera på att springa Stockholm Marathon och undrade om jag antog utmaningen.

Visst, sa Carina och satte igång och tränade, det var bara fem månader kvar till start och springa skulle hon.

– Det var oerhört tufft. Efter halva loppet skrek kroppen bara att jag skulle lägga mig ned. Men jag var envis och tänkte ”Carina, nu sätter du ena foten framför den andra”. När det var sju kilometer kvar tänkte jag bara på att jag skulle ha den där medaljen om jag så skulle krypa in i mål.

– Det var verkligen viljans seger över smärtan. När man klarat av det känns det som om man klarar av vad som helst i livet. Just den känslan har jag haft nytta av många gånger.

Kanske blir det fler Stockholm Marathon, ett lopp som hägrar för Carina är Médoc Marathon som går av stapeln varje år i Frankrike.

– De har världens sämsta tider, de tävlande springer mellan vingårdarna och dricker vin. Det låter som ett kul lopp att springa. Det ska jag göra någon gång.

Eftersom Carina sagt upp alla kontrakt vet hon inget om vad som väntar till hösten och vintern, men hon har några drömmar som hon hoppas slår in. En av drömmarna handlar om att skriva klart romanen som ligger i byrålådan och den andra handlar om att kunna få dela med sig av sina livserfarenheter.

– Jag skulle vilja föreläsa mer, helst för kvinnor i offentlig sektor. Jag känner att jag har mycket att ge. Vi kvinnor har svårt att sätta gränser, vi vill alltid vara så förstående och accepterande. Tänk om vi istället för att sätta andra i främsta rummet, satte oss själva där. Och lärde sig att sätta gränser. Då tror jag att alla skulle må mycket bättre.

– Typiskt för många kvinnor är att de är bra på att tala om olika problem, men ofta har vi svårare att göra något åt dem. Själv hatar jag att bara sitta och lyssna på klagomål. Om det är något man inte gillar får man göra något åt det. Annars är de ju kvar, säger hon enkelt. Sagt och gjort. För några veckor sen gick hon med i Viktväktarna. Carina hade tittat närmare på sig själv i spegeln och gillade inte det hon såg.

– Jag har gått upp fem kilon de senaste åren och när jag stod där tänkte jag att jag såg ut som en tant, men inombords kände jag mig som en tigrinna. Ja, inget ont om tanter alltså, men jag vill känna igen mig, jag vill tycka om mig.

– Att gå med i Viktväktarna var en kul överraskning. Tänk att det verkligen fungerar att gå ned i vikt genom att äta ordentligt fem gånger om dan, och ha roligt dessutom.

Carina talar om den bild av kvinnan som lanseras i tidningar och media och säger att det är svårt att inte bli påverkad.

– När man kommer upp i åldrarna syns det direkt på morgnarna. Plötsligt vaknar man upp med påsar under ögonen och ser allmänt hängig ut, ja då är inte så skoj.

– Jag tror att det är lätt att hamna i en tantbild där man efter 40 ska gå runt i blommiga kjolar och steka köttbullar. Men det viktigaste är väl att man känner en tillfredställelse över att få vara precis som man är. Jag är ju snygg på mitt sätt, liksom alla andra är snygga på sitt.

När vi talar om man och barn skrattar Carina bara och säger att hon har Selma. Selma är en liten Bischon frisé som sitter under det bruna bordet på uteserveringen där vi sitter och fikar.

– Nä, skämt å sido, jag har såklart träffar en del män genom åren, men det flesta får nog gå förbi. Jag har väldigt höga krav på hur den man som jag ska leva tillsammans med ska vara. Så än är jag ensam.

– Jag är medveten om att många inte tycker att man är ”hel” om man inte har en man. Men jag ser ofta förhållanden där det märks att de egentligen inte är lyckliga tillsammans och då undrar jag varför de är tillsammans. För mig är det helt ok att var ensam, jag gillar det. Carina har svårt att precisera hur drömmannen ska vara, hon säger att det handlar om så mycket mer än utseende, bakgrund och sätt att vara.

– Det handlar nog mer om kemin, att det ska stämma mellan två personer. Så har det varit för de som jag sett som är riktigt harmoniska och lyckliga. Rätt som det är har allt plötsligt klaffat.

Catherina Ronsten // Carina Lidbom

Carina har inte några egna barn, för det krävs en man som hon mycket riktigt påpekar.

– Jag är full av beundran för de som är ensamstående föräldrar, men för mig har det aldrig varit ett alternativ. Men egentligen har jag aldrig haft någon riktig längtan till att skaffa egna barn.

– Jag haft fullt upp med att leva själv, att försöka förstå mig på livet. Jag har alltid rest mycket och gjort det jag velat. Man skulle kunna säga att jag valt bort det eller att jag redan haft min tid med småbarn.

Det sista låter lite knepigt, men det har sin naturliga förklaring. Carinas mamma och pappa flyttade tidigt till i Liberia i Afrika där hon är uppvuxen. Hon är äldst av fem syskon och hon hann att bli sju år innan hennes första syskon kom till världen.

– Som barn fick jag ofta ta hand om mina syskon. Ansvaret för mina småsyskon innebar att jag inte fick tid att leka så mycket som barn och det är något som jag som vuxen har känt sorg över. Jag tror att det är viktigt att barn får vara barn och inte ta för stort ansvar för tidigt.

I och med att familjen levde i Afrika under en längre tid missade Carina bland annat några kända sångares storhetstid.

– Jag brukar säga att jag är uppvuxen med trummor istället för Stones och Dyland, skrattar Carina.

När hon blev tonåring flyttade familjen hem till Sverige igen och bosatte sig utanför Uppsala. Omställningen och tonårstiden blev tuff.

– Det var verkligen jättejobbigt. Jag kände mig oftast utanför och bar på en mask så att ingen skulle upptäcka hur dåligt jag mätte. Om du skulle fråga mina klasskamrater och mina lärare tror jag att de skulle säga att jag var snäll och duktig, men inombords led jag.

– Den mask jag bar på var det jag ville visa upp. Jag har knappast några minnen av min tonårstid. Jag har förträngt den tiden.

Men tack och lov fanns det en rebell där under, säger Carina och tackar sin lyckliga stjärna för det. Under några terminer efter skolan läste hon idé-, konst- och lärdomshistoria på Uppsala universitet, men sen stack hon ut i vida världen, jobbade som reseledare några år och stormtrivdes.

– Under många år kom jag bara hem och bytte väska och stack iväg till nästa land. Grekland, Frankrike, Turiket och Spanien för att nämna några.

– Mamma och pappa visste aldrig riktigt var de hade mig. Ena månaden var jag där, andra någon annanstans.

Under tiden som reseledare samlade Carina på många olika roller och typer som hon haft mycket nytta av som skådespelare. För det var det hon skulle bli, det visste hon tidigt. En dag tog längtan efter teatern och att få stå på scenen överhanden. I mitten av 80-talet sökte hon till Malmö Scenskola.

– Pappa försökte få mig på andra tankar, han ville att jag skulle välja en mer akademisk väg och föreslog att jag skulle läsa till geolog. Men så här efteråt förstår jag att det nog mest berodde på att han själv var så intresserad av ämnet just då. Mamma däremot tyckte att det verkade spännande och sa att hon såg fram emot att gå på premiärer.

– Det var verkligen en upplevelse att få se sitt namn på listan där på dörren. Det är nog den allra största premiär jag varit med om. Vilken utsäglig glädje att läsa sitt eget namn på listan över de antagna.

Efter scenskolan har karriären bara snurrat på, hon fick direkt jobb inom både teater och film.

– Det är märkligt, men det ena jobbet har gett det andra. Det har blivit någon stort kugghjulseffekt. Jag är oerhört tacksam för det.

– Det är också roligt att inse att där jag befinner mig idag är något som jag själv har skapat. Jag tror att det är viktigt att vara medveten om hur mycket man själv kan påverka sitt liv.

– Att vara uppmärksam på och rädd om sina tankar. För det man sänder ut är det man får tillbaka, slår hon fast.

Catherina Ronsten // Carina Lidbom

– Jag tror inte vi inser hur mycket vi påverkar varandra, genom våra handlingar och hur vi tänker.

– Istället för att titta på vad som saknas, borde vi titta mer på det som är bra och vara rädda om varandra. Det är viktigt att ta ansvar för sitt liv och göra det bästa av det man har.

Å så lyfter Carina lyfter upp Selma i famnen, placerar henne i cykelkorgen på den svarta damcykeln och beger sig hemåt. Carina har gjort något som jag tror många av oss drömmer om, att ge sig hän sina innersta drömmar, våga tro på dem och sig själv och därmed förverkliga dem. Carina vägrar sitta i livets väntrum och vänta på högsta vinsten. Den ska hon fixa själv.

12 197 tecken

Namn: Carina Lidbom

Yrke: Skådespelerska

Ålder: 44

Känd: Som Sunes mamma i filmerna om Sune och från TV:s nyhetssatir ”Detta har hänt”, Folkanfarsen ”Alla var där”, har också spelat på Dramaten och Fria Proteatern och mycket mera...