

## **”Man skal selv have viljen hvis man vil ændre sit liv”**

*En formiddag for 29 år siden, var Rasmus Flemming Nielsen udsat for et trafikuheld, som gjorde ham lam fra brystet og ned. Siden den skæbnesvangre dag har han været nødt til at tilpasse sig en helt anderledes hverdag, men den opgave har været både lang og hård.*



Tre katte står klar til at springe op i den plejeseng, hvor Rasmus Flemming Nielsen tilbringer det meste af sin hverdag. Med en gaffel åbner han en dåse kattemad og skraber den snaskede masse over på en lille tallerken. Herefter tænder han en cigaret. Den lille bordopvasker kører på højtryk og spytter indimellem en mundfuld vand ud i håndvasken. Fjernsynet bliver skruet et nyk op, for at overdøve den rumlende lyd. Rasmus Flemming Nielsen har efterhånden vænnet sig til det, men han savner dog stadig den frihed, han engang havde.

”Jeg savner friheden til at gøre hvad jeg vil. Førhen kunne jeg få en idé og bare gøre det, nu er jeg afhængig af hjælp fra hjemmeplejen hvis jeg vil noget. Hvis hjemmeplejen ikke er her, kan jeg bare ligge og vente.”

### **En køretur der ændrede alt**

Rasmus Flemming Nielsen var en glad ung mand. Han var høj, muskuløs og elskede at spille fodbold. Han var en fast bestanddel af OB's ungdomshold og var utrolig populær hos de odenseanske piger. Dette ændrede sig dog en formiddag i 1995, hvor hans liv blev vendt fuldstændig på hovedet.



*Kattenes madskåle er næsten tomme og bliver først fyldt op igen, når hjemmeplejen kommer.*

*Foto: Alexander Høst-Madsen*

”Det vender lige 360 grader. Du bliver knaldet direkte tilbage til din barndom og skal lære alting forfra, igen.”

Rasmus Flemming Nielsen var meget social og havde en stor omgangskreds. En formiddag i 1995 var han ude på en køretur, uvidende om, at turen ville ændre hans liv markant. Køreturen ender brat, med et voldsomt trafikuheld og Rasmus Flemming Nielsen flyver ud gennem forruden og brækker nakken i faldet. Herefter går alt i sort og han husker ikke mere, før han vågner på hospitalet, uvidende om ulykkens konsekvenser.

”Alting gik i sort og jeg husker ikke mere, før jeg vågner op i en hospitalsseng og ikke kan bevæge mine ben. Jeg havde det som et barn der hverken kunne kravle eller gå.”

## Den nemmeste vej

Efter ulykken var Rasmus Flemming Nielsen tvunget til at tilpasse sig en helt ny hverdag. Førligheden i armene var nogenlunde bevaret, men evnen til at gå var forsvundet. Den nye hverdags mange udfordringer voksede sig hurtigt for stor, hvilket medførte et misbrug af alkohol og euforiserende stoffer. For ham var dette en måde, hvorpå han kunne genvinde psykisk kontrol. Tankerne forsvandt dog ikke, men blev i stedet kortvarigt sat på pause.

”Altså den korte stund, hvor du er skæv, tænker man jo på noget andet. Men så kommer tankerne bare igen den næste dag når du vågner, og så er de der igen. Det er en ond spiral.”

Det er nu 29 år siden, at ulykken fandt sted. På natbordet er vodkaflasken stadig at finde. Det samme er cigaretter og smertestillende medicin. En treenighed af misbrugsmidler, som sammen hjælper Rasmus Flemming Nielsen med at holde selvmordstanker i skak. Han har gentagne gange forsøgt at søge hjælp, hvor bl.a. flere psykologer har



*Bordopvaskeren kører for det meste flere gange om dagen.  
Foto: Alexander Høst-Madsen*

været i spil. Dette har dog ikke kunne hjælpe ham af med de negative tanker. Han mener i stedet, at vejen ud af misbrug og selvmordstanker hovedsageligt findes i personlig vilje og motivation.

”Jeg tror, at det skal komme fra en selv. Hvis man ikke vil det, så tror jeg ikke at det kan lade sig gøre at slippe af med de tanker. Men hvis man har vilje til, på en eller anden måde, at finde noget positivt, så tror jeg helt klart at der er et håb.”

## **Et lys i mørket**

Det er gennem årene ikke lykket for Rasmus Flemming Nielsen at slippe af selvmordstanker. I stedet forsøger han at leve med tanker, som gennem alkohol- og pillemisbrug holdes på et moderat niveau. Der er dog små glæder i tilværelsen, som han stadig sætter stor pris på. Kærligheden til fodbold er nemlig ikke forsvundet og han er stadigvæk glædende fan af fodboldholdet Liverpool FC.

”Jeg har en religion, der gør mig glad, og det foregår en til to gange om ugen, når Liverpool FC spiller fodbold.”