



”Jag pratar med universum”

Det är först under det senaste året som stjärnskådespelaren Alexander Abdallah har känt den där uppkopplingen. Att kropp, själ, tid och rum har klaffat. Nu har han både landat och lyft – mitt i skogen, långt från stan. Han har lärt sig att sätta gränser. Och kontakten med det större är starkare än någonsin.

TEXT: MADELEINE JOSTEDT ULRICI FOTO: TT BILD, SAMUEL UNÉUS

*Paradis
City-aktuelle
Alexander
Abdallah*

Sedan genombrottet med Netflix-serien *Snabba Cash* 2021 har han knappt nudat mark. Plötsligt haglade inbjudningarna, han vann Kristallen, sommarpratade i radio, utsågs till Sveriges bäst klädda man och kunde välja och vraka bland roller och engagemang. Alexander Abdallah varvade succéserier som *Älska mig* och *Thunder in my heart* med egna skrivprojekt, två prisbelönta kortfilmer och en period i Los Angeles. Och visst har framgången varit både eftertraktad och härlig – men på det stora hela ganska oväsentlig, menar Alexander:

– Det finns ett före och ett efter ”Snabba”. Folk som aldrig kollade på mig förut tittade plötsligt. Vad jag än gjorde blev det en grej. Och det är klart jag ville hänga med roliga, intressanta personer och kändisar, men det var kanske två-tre som jag verkligen klickade med, de flesta bara ”hälsade

på”. Mina närmsta vänner vet att jag alltid har varit densamme.

Tappade bort lusten

Vi sitter som i en vårens tidskapsel vid hotell Hellstens Malmgård på Söder i Stockholm. Egendomen uppfördes 1770 som hem åt apotekaren Johan Michael Wirwach, vars otaliga medicinalväxter odlades här i trädgården. Eken mitt på gården planterades samma år och himlen ovanför oss lär ha sett ungefär likadan ut. Alexander bär en lång svart rock och vida, nitbeströdda jeans som en blinkning till rymden och universum. Och universum har han ägnat sig mycket åt det senaste året. Han fyller 32 i morgon, en svindlande känsla:

– Jag var 20 nyss och så kommer det kännas hela tiden. Det här omkring oss är bara en kort stund. Det finns alltid någonting större. Så jag försöker koppla mig uppåt – men även inåt. ►



På omslaget till tidningen Café, utsedd till årets bäst klädda man 2022.

Det var efter filmen "Snabba cash" som Alexanders karriär tog fart och inbjudningarna strömmade in.

"LA var en bild av allt det där jag ville ha – men det var inte det min själ ville"

Mitt i framgångscirkusen sa själen plötsligt stopp. Någonstans i prestationshetsen hade han tappat bort den lille Alexander, den blyge, känslige killen som gick i sexan och tyckte att teater var det roligaste i världen. Lusten var som bortblåst och allting kändes tomt:

– Det är kul när folk hyllar en, men jag insåg att jag inte har tyckt det varit riktigt kul att jobba på tio år. LA var en bild av allt det där jag ville ha – men det var inte det min själ ville.

Varandet får visa vägen

För ett år sedan lämnade han storstan och flyttade ut på landet. Mitt i skogen, drygt en och en halv timme från Stockholm har Alexander hittat sitt ställe, där han får stillhet och kontakt med både gamla och nya insikter:

– Jag är uppvuxen i en muslimsk familj, så jag har lärt mig att be. Sen ramadan är jag i en period där jag ber

mycket. Samtidigt tror jag starkt på spiritualitet och kopplingar. Jag gillar att plocka. Att be är mitt sätt att få prata med det som är större. Och när jag tar hand om naturen – när jag, jorden och mina växter utbyter energier händer det också någonting. Jag tror det finns olika sätt att be på.

Han snickrar, odlar, plockar ogräs och annat som han aldrig gjort förut. Förutom slöjden i skolan hade uppväxten i Gränby utanför Uppsala inte rustat honom för några av de utmaningar som husägaren på landet kan möta. Men processen är ödmjukande och Alexander känner tacksamhet:

– Jag lär mig allt från grunden och gör så många fel. Just nu bygger jag ett jättestort bord till min lada, för ett mid-sommarfirande. Det är inte alls ett bra bord men det ser okej ut, skrattar han.

För första gången i sitt liv känner Alexander den där grundlyckan – när varandet i stället för görandet får visa

vägen. Att stå i regnet, blunda och njuta av sin alldeles egen plats på jorden beskriver han som total harmoni:

– Sen finns det saker jag vill ha – familj och barn, till exempel. Men det är här jag ser dem springa omkring i framtiden.

Jordbrukare i tidigare liv

Det senaste året har inneburit både tuffa uppbrott och födslosmärter. Genom bland annat terapi, olika former av meditation och hypnos har Alexander kommit att känna nya kopplingar till sig själv, jorden och det "större". Mer än någonsin vågar han släppa taget om emotionella biprodukter, vidga sitt medvetande och koppla an till sin intuition. Han upplever att det finns energier som vill nå honom och han välkomnar dem:

– Jag kan inte ta på det än men jag känner mig nyfiken inför det. Jag tror att om man har nått en viss nivå kan man koppla sig själv till tidigare liv – jag vet till exempel att jag har arbetat med jord tidigare.

Att våga öppna själ och hjärta för det okända känns kanske särskilt stort när man som Alexander 12 år gammal diagnosticerades med OCD, eller tvångssyndrom. Under större delen av sitt liv hittills har han hanterat ångest och rädslor med hjälp av ritualer, som till slut tog över hans liv. I viss mån tror han att den organiserade religionens strikta regler och förbud spelade in: ▶

Det här är Alexander

Född: 30 april 1993

Bor: I skogen, en timme utanför Stockholm.

Gör: Skådespelare, regissör.

Aktuell med: "Paradis City" på Amazon Prime, två nya serier i sommar.

Andlighet för mig: En uppkoppling uppåt men även inåt. Jag tror att man kan be eller prata med universum på många olika sätt, vare sig man pratar direkt med Gud eller till exempel när man är i naturen.



*"Jag försöker göra
allt rätt, vara den
trevligaste människan
på vår jord och rann-
sakar mig själv, tar
ansvar, blickar in"*



När Alexander tar hand om sina odlingar sker ett energiutbyte, menar han.

Alexander är inte rädd för att hugga i, just nu bygger han ett stort bord till ladan.

– Rädsla och oro har definierat hela mitt liv - jag var rädd för spöken, mörker och att Gud skulle straffa mig om jag gjorde något fel. Jag vågade inte sova, för jag trodde att jag skulle dö i sömnen. Jag är inte helt fri än, men det senaste året har jag börjat känna mindre rädsla. Idag tänker jag att så länge jag försöker göra gott – inte det bästa – men gott, räcker det.

Manifesterade som barn

Men trots att ångesten hade Alexander i sitt grepp lekte han tidigt med tanken på sin egen kraft. Redan som liten kunde han manifestera fram saker. Klassens clown, som han beskriver sig, hade det stora målet klart för sig: först teaterlinjen på Fridhems folkhögskola, sen scenskolan i Malmö, efter det rätt

agent och sen rätt roller:

– Allt gick fort. Bollen började rulla på riktigt efter att jag hade läst *The Secret* av Rhonda Byrne. Då kunde jag verkligen sitta ner och manifestera saker i jag-form. Men det var nog en kombination av meditation, manifestation och att be till Gud – som också i mitt huvud kanske är universum.

Under en intervju i *Skavlan* 2021 undrade Fredrik Skavlan om Alexander var rädd för kärleken. "Folk säger ju det", svarade han, "för att jag alltid ifrågasatt tvåsamheten. Ibland kan empatin slå tillbaka, det är min läxa i det här livet". Sedan dess har han utforskat såväl tvåsamhet som ensamhet och jobbar fortfarande på att hitta balans mellan jaget och sin självuppo-offrande natur:

– Min empati är min superkraft men också min "förbannelse". Jag vill verkligen hjälpa folk, speciellt nära och kära. När jag var yngre höll jag teaterworkshops i utsatta områden,

"Att be är mitt sätt att få prata med det som är större"

var kontaktperson för flyktingar, hjälpte romer i Malmö och ville få invandrarbarn att drömma om andra vägar. Nu försöker jag hjälpa till i större skala genom till exempel jobb jag gör som inspirerar.

Få kontakt med inre barnet

Men ofta har Alexander glömt bort att finnas där för sig själv. Det senaste året har han mer än någonsin varit tvungen att lära sig sätta gränser och uttrycka sina behov och känslor på ett sätt som andra kan förstå. Ibland räcker känslornas språk men ofta krävs det ord, något som Alexander har upplevt som svårt:

– Jag försöker göra allt rätt, vara den trevligaste människan på vår jord, jag rannsakar mig själv, tar ansvar, blickar in. De grejerna är en fördel när man håller på med konst. Men i vissa sammanhang räcker det inte. Jag har svårt att förklara mig ibland – jag känner mig inte så verbal. Just nu läser jag väldigt mycket för att bli starkare i det.

Alexander ser sig själv som konstnär först och främst, där budskapet får diktera vilken konstform han väljer. Ett tag var det inte ens säkert att skådespeleriet var det han ville fortsätta med. Men förra veckan hände något avgörande:

– Jag skulle på en provspelning och hade sagt till mig själv att "nu ska jag hitta det där, nu ska lille Alexander få vara där och ha skitkul. Och vuxne Alexander ska vara med och stötta honom." Och det gick – jag kom ut med en euforisk känsla av att allting stämde.

I sommar väntar två nya serier, midsommarfirande med det egenhändigt byggda bordet i ladan och en hel del fixande med hus och trädgård. Men vuxne Alexander har hittat tillbaka till glädjen i skådespeleriet och i att skapa, med lille Alexander i sitt hjärta och vid sin sida. Först då är de verkligen bra grejerna redo att hända. ■