

MYRA GRANBERG

”DET FINNS

EN TRYGGHET

PÅ BOTTEN”

Djup ångest bakom en fasad av pop. Artisten Myra Granberg låter kontrasterna ta ton. För Söndag berättar hon om uppväxten, ångesten – och vakuumet i att må bra.

Text: **Karin Herou**
Foto: **Gustav Gräll**

Fakta

Namn: Myra Granberg.
Ålder: 27.
Bor: Nacka i Stockholm.
Familj: Pojkvän och hund.
Gör: Artist och producent.
Aktuell: Med sommarturné och singeln *Du förtjänar det*.

Myra Granberg slog igenom 2019 och skapar pop av tunga ämnen. "Jag har lärt mig att dansa med min ångest."

Det sägs att det krävs 10 000 timmar för att bli riktigt bra på något. Forskningen, som är känd internationellt och förvisso kritiserad, är gjord av svensken Anders Eriksson. Han menar att det går att bli expert på nästan allt genom att öva tillräckligt.

Myra Granberg har nått dit. Hon är ett proffs på mörka dagar.

– Jag har utan tvekan lagt 10 000 timmar av mitt liv på att ha ångest, så jag är väl expert.

Myra Granbergs musikexplosioner har gått varma på radion. Hon har legat etta på *Svensktoppen* och hennes musik har lockat ut folk på dansgolven.

Men de glada melodierna döljer ett mörker – bygger en mur runt tunga ämnen.

Som självmordstankar, ångest och mobbing.

– Jag klarar in svåra känslor i pop och upptempo. Det gör mig mindre sårbar, mindre naken. Men det känns också bra att få prata psykisk ohälsa i en ösig jävla popdänga – för att normalisera det.

Vi ses på hennes skivbolag, i "guldrummet", där väggarna är tapetserade med artisterna som sålt guld. Myra Granberg är helt klädd i rosa, sitter bredbent och dricker svart kaffe.

Hon är uppvuxen i småländska Nybro, en kommun med 20 000 invånare. Hon beskriver den som en "småstad med hockeydrömmar". Hon syftar på hockeylaget Nybro Vikings, som haft sin storhetstid och skapat sina stjärnor. Men staden lever fortfarande på arvet. Hockeyn har präglat orten och under Myra Granbergs uppväxt satte den både tonen för språket och fokus på maskulinitet.

Jag är allergisk mot hybris, **men måste ha en dos** av den för att bli kvar i branschen

Myra Granbergs mamma är förskollärare, pappa arbetar på ortens golvfabrik. Föräldrarna separerade när hon var fem år gammal och hon växte upp som "skilmässobarn bland trygga kärnfamiljer".

I låten *Sad boy* beskriver hon mobbningen under högstadiet.

– Det kunde vara småsaker. Som att jag inte tilläts sitta på min plats i klassrummet och fick sitta ensam. Eller att de smulade ner suddgummi i mitt hår som tog dagar att få bort. Men det var också fysiskt, som knuffar eller knytnävsslag på armen.

Hon tittar ner, snurrar på en av handens alla silverringar.

– Alla hade med hockeytejp till skolan. En dag tejpade de ihop mina ben och armar och lämnade mig där.

Händelserna påverkade henne och gjorde att hon drog sig tillbaka. Till slut ville hon inte längre gå till skolan på morgonen. Läraren Janne Nykvist såg vad som hände och tog tag i problemet.

Men:

– Mobbningen gav mig ärr för livet. Det fanns en kille som var värst och en del av mig ryser fortfarande när jag hör hans namn. Jag har funderat på att kontakta honom, ställa honom mot väggen och berätta att jag fortfarande tänker på saker han sa till mig. Men det blev en fet låt i stället och jag hoppas han fattar hinten.

Låten *Sad boy* handlar om att inte våga visa känslor, att inte släppa sargen på rent hockey-språk.

– Kulturen var tuff och grabbig i Nybro när jag växte upp. Det var hockey, hårda tag och muskler som gällde.

– Det ursäktar inget, men förklarar strukturen. De som mobbade mig var små killar som inte

Myra Granberg har legat etta på Svensktoppen med sina glada popmelodier som också fylls av mörker.



6x senast jag ...

1... hänfördes: "När de första gröna bladen slog ut. Jag blir lika förvånad varje år över att jag klarat vintern."

2... förvånades: "Jag blev förvånad på ett negativt sätt nyligen när en nära vän svek mig. Hen satte enorma käppar i hjulet för min karriär. Men jag lyckades knuffa undan hindren."

3... sa "Jag älskar dig": "Det säger jag varje dag, till min pojkvän och hund. I min familj har det inte varit vanligt att säga, men nu försöker jag säga det så ofta jag kan, också till min familj."

4... blev riktigt glad: "Alltid när jag gillar och spelar för publik."

5... blev riktigt ledsen: "Vintern var mörk och jag grät mycket. Jag stod på fotbollsplanen utanför oss, tittade upp på stjärnhimlen och grät ögonen ur mig. Ibland behöver man få göra det."

6... fick en ny vän: "Jag och mitt band har blivit otroligt tajta. Det är så fint att se varandra i alla ljus, när man är trött, glad, bakfull. Det är inte alla man möter så ärligt."



"När vi pratar om ångesten blir den lättare att bära".



Självporträttet

"Jag är en människa som tar in mycket och försöker se andra, så jag ritade stora ögon. Jag har märkt att jag reagerar på andras kroppsspråk och ofta försöker se vad de egentligen säger."



ALLERGISK MOT HYBRIS. Myra Granberg vill inte drivas av storhetsvansinne men vet att ett visst mått krävs för att platsa i rampljuset.

förstod bättre, som inte hade andra verktyg att visa känslor på. De kanske behövde en kram eller att få gråta, men deras enda känslkanal var att slåss och hitta svagheter hos andra.

Låten *Liten och lost* tillägnar hon sina småsyskon.

– Jag flyttade hemifrån när jag var 16, det var svårt att hålla på med musik i en stad där alla tänkte på hockey. Men jag flyttade också från stökiga familjeförhållanden och kände en ångest över att jag lämnade mina syskon. Jag borde varit där, packat fika till skolutflykter, varit en vuxen och trygg person. Men jag drog därifrån för att följa mina egna drömmar.

Hon lämnade Nybro bakom sig, fick med sig ett "jävlar anamma" och när hon ser tillbaka tror hon att mobbningen skapade ett bekräftelsebehov.

– Jag var inte snyggast i skolan, inte bäst på något. Jag var en ständig underdog som ville ta mig längre än bara därifrån.

Hon flyttade till Stockholm som tjuugoåring. I låten *Lose my mind*, som handlar om självmordstankar, sjunger hon att hon trivs bäst när "hela Stockholm regnar, när kyrkklockor ringer ut i moll".

– Det finns en trygghet på botten, i vetskapen om att skiten i alla fall inte kan bli värre.



"Inget vakuum av ångest längre." På senare tid har mycket fallit på plats för Myra Granberg.

Hon har varit där – och vänt.

– Nu har mycket i mitt liv fallit på plats. Jag har blivit vuxen, köpt lägenhet, har en fast relation med en bra kille. Jag har inget vakuum av ångest i mig längre och det är en konstig känsla. Det är nästan som en oro i mig, jag är så van vid att må dåligt. Det är som att jag är programmerad att ha ångest.

– Mitt nya mörker är att försöka vara i stunden. Det är svårt, jag är inte trygg i att vara på topp. Men jag försöker njuta av släktmiddagarna där ingen bråkar längre, där vi mår bra tillsammans.

Myra Granbergs poppiga melodier får folk att dansa – och gråta. Hon får brev och mejl från olika människor som har påverkats av

hennes musik.

– Det låter som en klyscha, men det är min drivkraft. När vi pratar om ångest och ser var den kommer ifrån är det också lättare att förhålla sig till den.

– Det är skönt att veta att man inte är ensam. Jag hittar kraft i att hjälpa andra som mår dåligt genom att dela med mig av mina egna erfarenheter.

Hon fortsätter:

– När ångest inte är något konstigt längre då slutar det nästan att kännas, då är man bara lite deppig. När man inser att världen är skit och allt är kaos – för alla – försvinner paniken.

– Det finns ett liv utanför den där lilla svarta lådan av ångest vi alla stänger in oss i ibland. Jag har

blivit duktig på att dansa med min ångest, leva med skiten och försöka bygga ett drömliv ändå.

Framtiden då? Hon ser snett, piercingen i näsvingen blänker till i solskenet.

– Det är lätt att stå på ruta ett med sin första singel, sin första platta. Nu är pressen högre än någonsin och jag måste bevisa att jag förtjänar platsen i rampljuset.

– Det känns läskigare än något annat. Jag är allergisk mot hybris, men måste ha en dos av den för att bli kvar i branschen. För att bli lika självklar som dem, säger hon och nickar mot guldrummets väggar på skivbolaget.

Där hänger porträtt på Molly Sandén, Kalle Moraeus och Britney Spears. □

4x livsnjut ...

1 "Dricka en härlig suröl i sällskap av familjen och vänner och spela brädspel."

2 "Äta en chipspåse till middag."

3 "Tillbringa ett dygns 24 timmar med att bara spela dator- och tv-spel."

4 "Skogspromenader med hunden i kombination med efterlängtrade tretimmarsamtal med min bästa kompis."

Till sist tänker Karin:



... sedan Myra Granberg slog igenom 2019 har succén varit ett faktum. Hennes musik har streamats över 135 miljoner gånger. Och att dansa till musik som böttnar i svåra ämnen, gör kanske det lättare, det där som tynger? Annars är Myra Granberg gladare än jag föreställt mig, kortare än jag trott och väldigt vänligt inklämmande.

Följ oss på Instagram!
@aftonbladetsondag