

Lidanden och lindring på Ekebyholm

Pia Cederholm, Sjuhundrabygdens årsbok 2011

I Sigrid Combüchens Augustprisbelönade roman *Spill* (2010) lyssnar huvudpersonen Hedda till föräldrarnas samtal om en eventuell kurvistelse. Det är 1930-tal och pappan är svårt sjuk, men vart ska han åka? ”Inte Skodsborg den här gången, han hade tyckt att det var mer umgänge än omhändertagande senast. I Ekebyholm hade de något som de kallade ”Skodsborgkur” mot mag-tarm- och nervlidanden. Moderna badformer, elektricitet och massage utlovades. En av läkarna hade rekommenderat Hultafors sanatorium utanför Borås, som erbjöd moderata priser. Inga dricks-pengar.”

Det som förenar dessa tre kuranstalter, Skodsborg i Danmark, Hultafors i Västergötland och Ekebyholm här i Roslagen, är att de drevs av Sjundedagsadventisterna, en frikyrklig rörelse som under några årtionden gick i spetsen för god hälsa och sund livsstil. Fortfarande är det adventisterna som äger Ekebyholm, även om badsanatoriets epok är förbi. Idag är Ekebyholm mer känt som en av Sveriges äldsta friskolor, med startåret 1932. Då köptes godset av Adventistsamfundet och verksamheten drog igång direkt.

Broschyren i grönt och brunt vittnar om 1930-talets strama stilideal.



För 30-talets sundhetsivrare var det självklart att skolan med sitt fina läge under det långa sommarlovet skulle utnyttjas som badsanatorium. Numera skulle vi kanske kalla det entreprenörsanda? Så här beskrivs Ekebyholms badsanatorium, ”fysikalisk-dietisk kuranstalt”, i en prydlig broschyr från 1936: ”Badsanatoriet är upprättat å det gamla historiska godset Ekebyholm, vars namn under nära fyra århundraden varit förbundet med ett flertal av Sveriges största personligheter. Särskilt ätterna Oxenstjerna och Horn ha under tiderna besuttit Ekebyholm, och såväl åbyggnader som den omgivande parken, vars fågring förhöjes genom en liten insjö, bära den aristo-

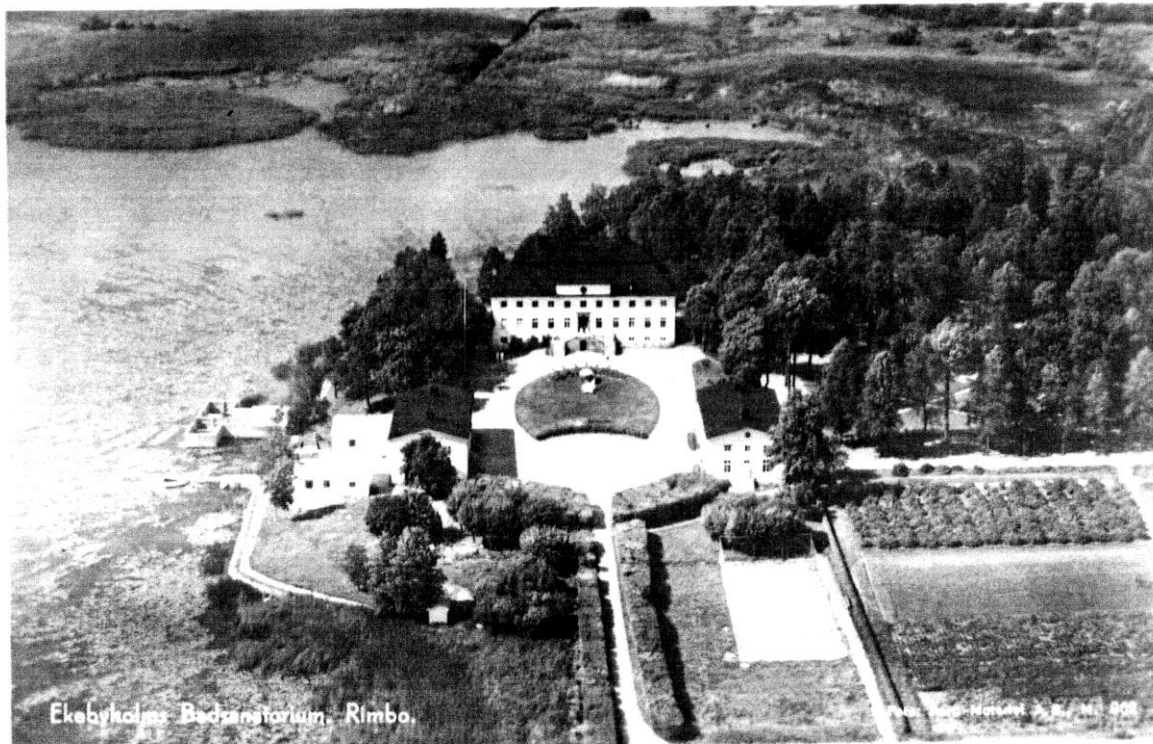
kratiska prägel, som ofta är oskiljaktig från våra gamla gods, där under sekler ägarna nedlagt arbete, omtanke och penningar.”

Sant förvisso, men när trakten skildras som ”äka roslagsnatur” börjar man undra vilken del av Skandinavien som inte skulle passa in på beskrivningen av ”små insjöar med skogbeväxta och bergiga stränder, löv- och barrträd mellan sorlande bäckar och grönskande dälдер.” Det gällde att marknadsföra sig! Och låt oss komma ihåg att naturen här inte bara var en stilfull bakgrund utan faktiskt en avgörande beståndsdel i det gästerna betalade för, nämligen att stärka eller återvinna hälsan: ”För den som så önskar, gives tillfälle till strövtåg bland berg och moras, under det den, som ej har så stora kroppskrafter, på jämn väg kan nå smärre höjder, vilka erbjuda utsikt över det leende landskapet.”



Badgästernas uppgift var att vila upp sig, som här i solstolar i parken.

Så vad mötte då sommargästerna som på 30-talet anlände till denna idyll, vanligen med något av de fyra tåg som varje dag rullade från Stockholm Östra till Rimbo? Jo, överst på listan över kurmedel står faktiskt *frisk luft*: ”Riklig tillgång till syremättad och stärkande luft, vilken man har utmärkta tillfällen att tillägna sig.” Nästa post på listan är *sol och ljus*: ”Naturligt solbad – kallbadhus med solbryggor – glöd-, båg- och kvartsljus.” Riktigt mycket gör man av kurmedel nummer tre, *dricksvatten*: ”Den i parken befintliga källan förtjänar att omnämnas på grund av sitt starkt mineralhaltiga vatten.” Det är en imponerande presentation av den naturliga gamla källan nedanför biblioteket.



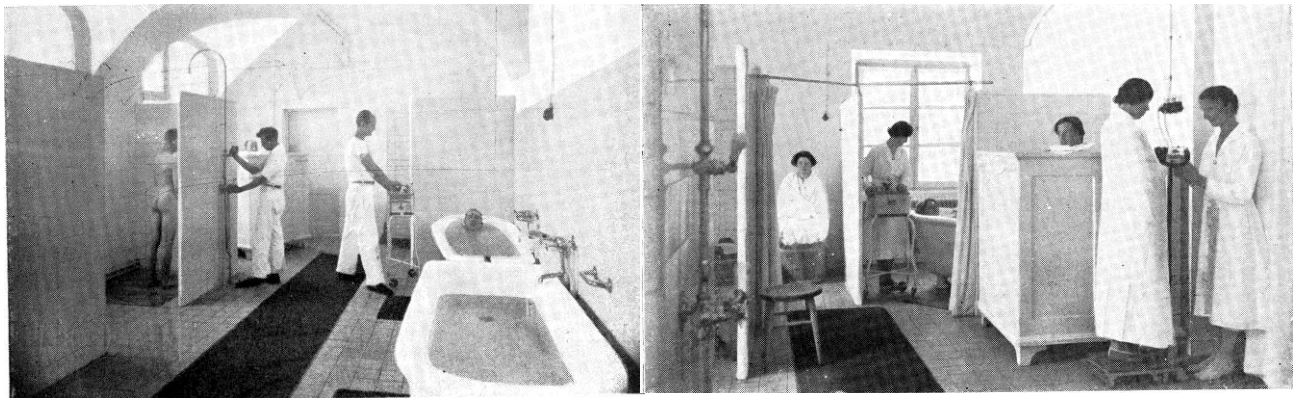
Vykort från Ekebyholms badsanatorium. Lägg märke till den tvådelade badpaviljongen vid sjön, strandpromenaden och tennisbanan strax till höger om mitten av bilden.

Vatten återkommer som det fjärde kurmedlet, och håll i er nu: ”Varma och kalla bad, hel- och halvbad, sittbad, tallbarrsbad, kolsyrebad, syrgasbad, saltbad, klibad, svavelbad, fotbad, saltgnidning, heta inpackningar m.m.” Man skulle ge mycket för att få veta vad som döljer sig bakom förkortningen ”m.m.”! Och än är det långt ifrån slut på kurmedlen. Det femte är ännu mer dramatiskt, *elektricitet*: ”Ljusbad, kvartslampa, diathermi – effektiva medel mot reumatism, gikt, ischias m.m. – Tesla – för huvudvärk, nervsmärtor m.m.” När broschyren trycktes 1936 hade man nyligen inrett badavdelningarna med ”fullt modern apparatur”, stora lådor med rattar och knappar som rullades fram på hjul för att skicka högfrekvent elström genom huden (både tesla och diathermi är elektriska behandlingsmetoder). På den tiden var det ingen som hickade till inför kombinationen vatten, naken hud och elström.

Som sjätte kurmedel anges *rörelse* och dit räknas ”skogspromenader och bergsbestigningar, rodd, fiske, jakt, krocket och tennis.” I sjön Synningen simmar många fiskar, ”särskilt gädda och aborre, och de djupa skogarna bjuda jägaren på överraskningar.” Undrar just vad de jagande badgästerna kunde stöta på för överraskande villebråd? Man blir ju onekligen lite nyfiken, i synnerhet som det i matsalen på Ekebyholms badsanatorium enbart serverades vegetarisk kost. Så är det för övrigt än idag – vegetarisk skolmat i samma vackra matsal som då. Vidare påpekas att trakten är ”rik på fornminnen, särskilt må nämnas S:t Birgittas grotta, Penningby slott och Mörby slottsruin, den senare ansedd såsom Upplands största och vackraste ruin.”

Det sjunde kurmedlet är *massage*, ”ett gammalt kurmedel av allra största värde vid många sjukdomar, såsom reumatisk värk i leder och muskler, rubbningar i matsmältningsorganen, förlamningar etc.” Behandlingen ges av ”enligt Skodsborgsmetod utbildade massörer och massörer.” Skodsborgsmetoden, som ju också Sigrid Combüchen nämner, åtnjöt ett gott rykte som något av ett undermedel vid den tidens kuranstalter. Även Skodsborg var känt för sin vegetariska mat med mycket grönsaker, råkost och färsk frukt. På Ekebyholm växte dessutom mycket av råvarorna på plats i grönsaksland, drivbänkar, växthus och fruktodlingar.

Att dambad med massörer och herrbad med massörer var åtskilda med vattentäta skott var förstås självklart. När ägaren som här var ett religiöst samfund kunde besökaren vara säker på att inga oanständigheter förekom. Den moraliska standarden var oförvitlig och fullständigt sund, så sund faktiskt att man på en bild i broschyren kan skimta en naken karl som duschar inne på herrbadet. På 1930-talet var den här kombinationen av naturlighet och oskuldskraft allmänt accepterad.



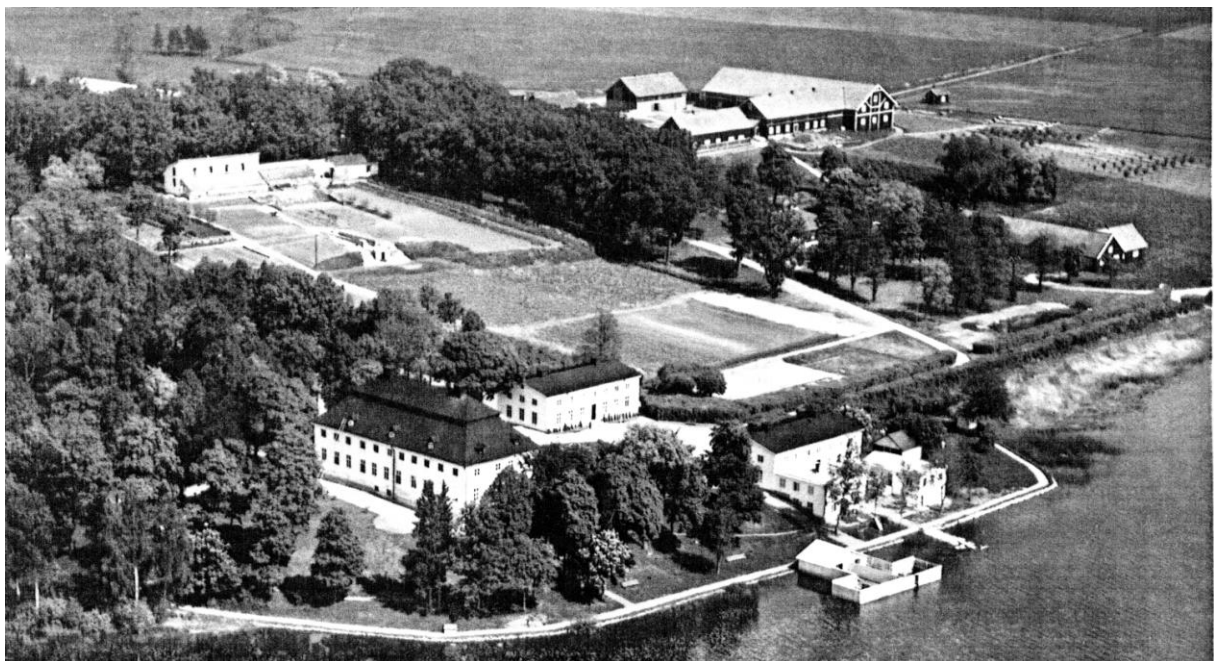
Vitklädda massörer skötte apparaterna i herrbadet medan massöserna härskade i dambadet. Badgästerna njöt av värmen i badkaret eller i skåpet med ljusbehandling.

Mellan 8.00 och 9.30 serverades frukost. Lunch intogs prick 13.00 och därefter hölls en andakt 13.45. På eftermiddagen beordrades gästerna att ta en tupplur under ”tysta timmen” som obegripligt nog var 90 minuter lång, från 16.00 till 17.30. Middagen serverades klockan 18 av tjänstvillig personal i snövita rockar eller spetsförkläden och dito hätta. Idag är fetman den allt överskuggande välfärdssjukdomen, men för inte så länge sedan var det lika vanligt att man var underviktig och behövde äta upp sig. ”Genom lämplig sammansättning av dieten gives tillfälle att genomgå såväl avmagrings- som gödkurer.” Och sedan skulle man sova. Vi sentida nattsuddare kan känna ett sting av avund inför det obevekliga nattandet: ”*Ljuset* släckes i sällskapsrummen kl. 22.”

Så vem vände sig broschyrens förföriska reklamtext till? Ja, Ekebyholms badsanatorium var knappast något för gemene man. De som var fattiga och riktigt allvarligt sjuka eller galna kunde inte komma på fråga. Det önskvärda klientelet anges tydligt i broschyren: ”Ekebyholms Badsanatorium erbjuder vila och rekreation för av nutidsjakt överansträngda, vilka behöva koppla av vardagens bekymmer och återvinna

jämvikt i lugn, fridfull miljö. Kurbehandlingar givas mot olika slags kroniska lidanden, såsom mag- och tarmsjukdomar, reumatism, organiska och funktionella sjukdomar i hjärta och blodkärl, njursjukdomar och nervåkommor m.fl. sjukdomar. Patienter med lungtuberkulos och andra smittosamma sjukdomar eller sinnessjukdomar mottagas ej.”

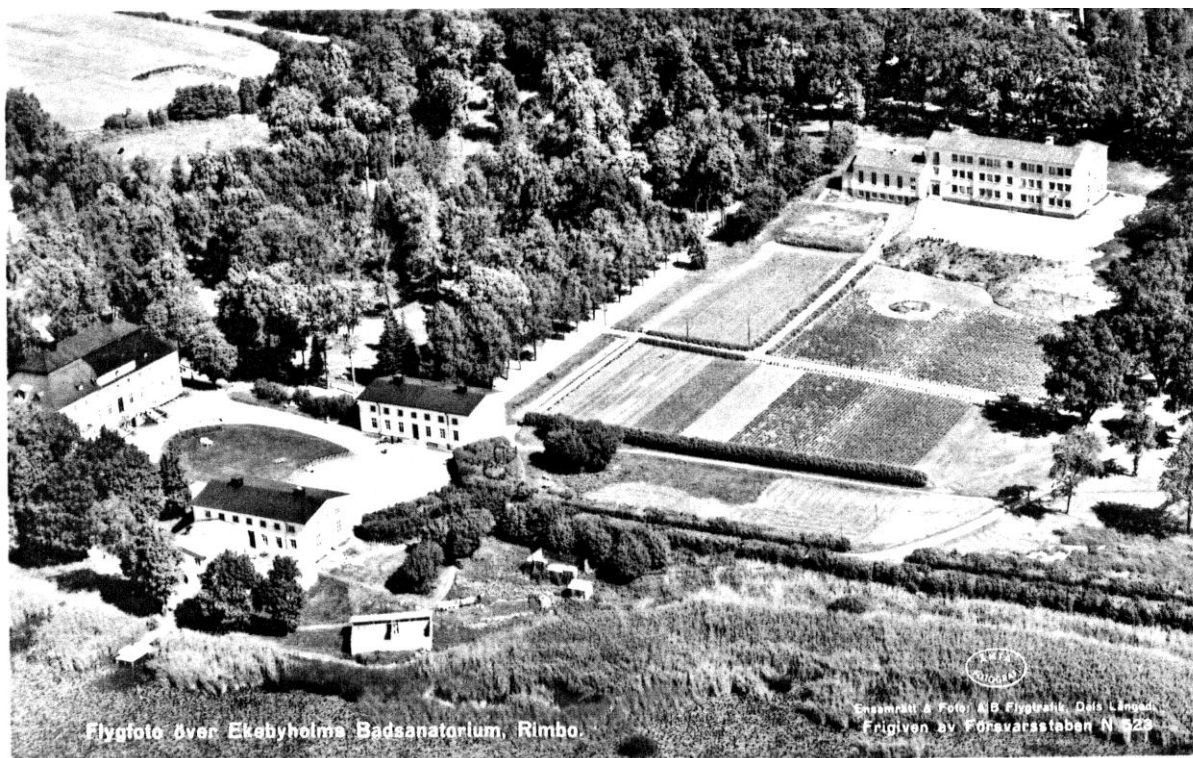
Den finaste inkvarteringen fick den som betalade för att sova i kungsrummet i slottet, med målningar från 1740-talet.



Orangeriet från 1700-talet stod kvar till 1949, då det revs för att ge plats åt skolbyggnaden.

Badgästerna på Ekebyholm betalade upp till 15 kr om dygnet för att sitta i solen eller i en låda full av värmelampor, äta sunt och sova gott, bada och masseras, läggas i kar och lindas in i filtar, besöka den ”moderna finska bastun”, gå på promenad och andas

frisk luft. Därtill kom avgifter för inskrivning, undersökning och läkarkonsultationer. Men att göra profit på människors längtan efter vila, massage och hälsosam mat skulle rimma illa med adventisternas idealistiska uppgift. Balansgången mellan entreprenörskap och världsförbättrarnit kan vara vanskelig ibland. Formuleringen ”Inga drickspengar” återklingar exakt likadan i reklambroschyren för Ekebyholms badsanatorium som i Sigrid Combüchens roman och signalerar att kuranstalten inte bedrevs främst för profitens skull.



När Synningen växte igen blev det svårare att ta kallbad i sjön, och solbadarna fick en ny byggnad högre upp på land.

Men några år in på 1960-talet blev den ekonomiska situationen ohållbar. Verksamheten var personalkrävande med läkare, fysioterapeuter, sjuksköterskor, massörer, kock, trädgårdsmästare, kamrer och många andra, som skulle ha sin lön. Efter trettio år var det färdigbadat – badsanatoriernas guldålder hade nått sitt slut. I stället startade Ekebyholm sommarkoloni för barn, med lekfyllda lägerveckor som inte behövde bemannas med lika många och lika högt kvalificerade yrkesmän. Säkert var det härligt det också, men jag kan inte låta bli att fantisera om hur det kan ha känts att vara badgäst här en gång. Solljuset som silades genom lövverket i parken, värmen från lamporna inuti den där behandlingslådan, pirret från de elektriska apparaterna, den stärkande lunchen, tallbarrsdoften och den frid som måste ha rått när det i hela detta lilla paradiset bara fanns två telefoner, därtill med korta nummer: till Ekebyholm ringde man på rikstelefon Rimbo 5 alternativt 47.