

Kickarna i livet

Upp som en sol och ner som en pannkaka. Det är mycket jag, och så har det alltid varit. Nu är det väldigt mycket sol i mitt liv, men visst hamnar man i smeten ändå ibland.

Så jag har, likt doktor Phil, tagit fram en metod som kan förlänga soltimmarna i mitt liv. Jag tillhör den skara som gillar doktor Phil trots att han inte anses riktigt rumsren av den psykologutbildade eliten, han talar ju sällan om vare sig oidipuskomplex eller penisavund – men man förstår väldigt ofta vad han säger.

Jag tänker ta vara på kickarna, och kapsla in de ögonblicken i kroken som balsam för själen. Kickarna i livet för mig handlar inte om saker eller prestation – det kanske var så en gång i tiden men inte nu längre. Det handlar mer om små ögonblick, enkla saker. Som när tonårsdottern, mitt i den smärtsamma frigörelsen, kommer fram och ger mig en snabb puss på kinden. Utan att be om någonting! Eller när äldsta dottern absolut vill visa upp de senaste dansstegen hon tränar på och bara lyser av glädje och inre och yttre balans. Eller när den nästan myndige sonen, som håller stenhårt på sin coola stil, kan skriva en dikt till morsan på födelsedagen. Där det dessutom står att hon är grym, för hon går med grabbarna på gym.

Vi har nog alla lite olika saker som ger oss kickar. Men de finns runtomkring oss, bara vi kan se och ta vara på dem.

Möten med människor är en stor källa till kickar. Det kan vara en god vän, kanske någon man inte träffar så ofta längre, men när man gör det är det som om ingen tid alls förflutit sedan sist. Man bara känner en stor värme.

Men det kan också vara någon man stöter ihop med ibland. Som till exempel en granne till mig. Han gör mig så glad inom-

bords med sin utstrålning och kanske det beror på att han är präst, men jag tror mer att det beror på att han *ser* mig. Jag blir sedd, och det är en härlig kick i livet.

Nu står julen för dörren. Och alldeles för många av oss har för höga förväntningar och för stora ambitioner. Vi kan lätt göra misstaget att hänga upp oss på det yttre, på allt som ska göras och alla som, mest av plikt, ska besökas. Vi förväntar oss att barnen ska bli glada för julklapparna och att skinkan ska bli mör och god. Men risken finns att det ändå blir pannkaka av alltihop.

Om vi inte kan identifiera kickarna och njuta av dem.

Jag tänker kramas mycket med min livskamrat Daniel, kanske den största kickgivaren i mitt liv. Sedan tänker jag försöka vara nära mina

barn, och göra saker med dem. För jag vet att de inte är barn längre, och snart kanske de firar sin jul någon annanstans, och inte delar min vardag längre. Precis som det ska vara.

Så njut av varandra i jul. Nynna gärna på Thomas di Levas sång och låt budskapet gå in – Vi har bara varandra. ●

December 2003

