



Mingel
P-C Wike

Tredje boken

"Det är viktigt för vår hälsa och våra liv att vi har roligt och njuter av livet. Gör något varje dag som får ditt hjärta att sjunga." (Marcia Wieder)

Innehållsförteckning

[Till minafilurer](#)

[Inledning](#)

[Kapitel 1](#)

[Kapitel 2](#)

[Kapitel 3](#)

[Kapitel 4](#)

[Kapitel 5](#)

[Kapitel 6](#)

[Kapitel 7](#)

[Kapitel 8](#)

[Kapitel 9](#)

[Kapitel 10](#)

[Kapitel 11](#)

[Kapitel 12](#)

[Kapitel 13](#)

[Tack!](#)

Till mina flurer



Inledning

Om människor, deras göromål och tankar i Laduvik
samt om mångfalter och gemenskap

På Laduviks Gård någonstans i Stockholmstrakten hände det. Kossa 583 födde tre kalvar. Rut och Twist, lyckliga ägare till såväl djur som gård, var båda mycket häpnadslagna. Det märkvärdiga var inte bara att alla kalvar kom ur samma kossa. De kom också vid samma tillfälle. De var trillingar. Höstfödda dessutom. Men det är länge sedan. Nu är kalvarna stora och har i takt med tiden omdanats till två kvigor och en tjur. Kvigorna har fått namnen Filofax och Vassle-Liki och tjuren heter Bengt II. Allt har sin förklaring. På gården har alla djur fått namn, inte bara kalvarna. Till och med hönsen. De har typiska hönsnamn, som Gullefjun, Duni, Sprättmaja, Pip, Höna-Pöna och Prillan. Men så finns det en Cindy där också. Hon kläcktes på ICA, hos ICA-handlaren. Tuppen heter Calimero och hästen heter Ella. Getterna som är av den utrotningshotade rasen Lappget, har fått namn de med. Allihop. Exempelvis Älva och Kolgrim. Den argaste av dem är bocken Ulvar. Syn och Tengel är de tryggaste flockmedlemmarna och så finns det två killingar, Saga och Villemo.

På Twists och Ruts gård arbetar Mini som en maskin med alla gårdens bestyr. Han ser hela tiden saker som behöver göras och kring djuren har han alltid silkeshandskar på. Särskilt getterna har blivit hans stora intresse. Han är mycket noggrann och ansvarstagande och det är tack vare honom som Rut och Twist ibland kan lämna gården. Mini, är son till båtmotorreparatören Mac Frödin och hans skrivglada

men högst frånvarande hustru Pia-Carin som bor på andra sidan vägen. Mac hör till den äldre generationens båtmotorreparatörer som vet att det sällan fanns några genvägar till det som behöver bli gjort och han avskyr alla varianter av tekniska nymodigheter. Macs och Pia-Carins hem har därför successivt förvandlats till ett slags traktens museum. Där finns prylar från varje decennium, ja utom just de sista då. Mac har två flitiga kunder, Tobbe och Pernilla, som ofta besöker honom i diverse spörsmål kring båtar och båtmotorer. De har många båtar, både med och utan segel och så har de en BMW vars cabriolet behöver översyn lite då och då. Även Twist behöver lite teknisk support kring foder och vattenmaskiner och Rut, den token... hon behöver hjälp att installera ett helt äppelmusteri, så det finns en del för Mac att pyssla med vid sidan av båtmotorer.

Mac, Pia-Carin och Mini plus dessa två medelålders par; Rut och Twist, Tobbe och Pernilla bor alla någonstans i utkanten av Storstockholm. De ser sig om lika mycket bakåt som framåt för att inte säga åt alla håll för att hantera vardagen. Det är en balansakt att ta till vara på energin som uppkommit nu sedan de lärt känna varandra. Twist anar att det kan bli fullt möjligt att få komma iväg på lite rävjakt minsann. Ihop med Tobbe, den gamle minkjägaren. Så där skulle balansakten verkligen få provas. Rut är inte förespråkare av några jaktidéer och hur det är med Pernilla på den fronten, låter sig vara osagt. Piporna var i alla fall genomgångna och allt nödvändigt packat i den händelse att de skulle komma iväg. Sist det fanns sådan ordning på packningen var inför avresan till BB för många, många år sedan. Alltsammans var nu inlåst i vapenskåpet, ja inte barnen förstås men skjutgrejerna, och nyckeln fanns i säkert förvar. Just nu visste ingen riktigt var, men det skulle lösa sig.

De tre paren har många beröringspunkter, olika kompetenser och kompletterar varandra på flera tänkbara

sätt. Var och en av dem har verkligen allt man kan önska, utom det kanske viktigaste av allt; förmågan att varva ned. Fast det har blivit bättre. Nu har de slutat att rymma från sina liv och tränar i stället på att bo in sig i dem. De tränar hårt på att vara här och nu i sina göromål, tankar och observationer. De är alla ganska lika varandra på ett sätt men det finns tillräckligt många olikheter för att det ska bli spännande. Olikheter och mångfald, viktiga grejer för att få livet att spänna mellan högt och lågt, stark och svagt, mjukt och hårt.

Tillsammans hjälps de åt att inspirera varandra till att fortsätta spana, vara nyfikna och utmana sig själva och varandra. Som en kontrast till alla minnen de delar, börjar de verkligen förstå värdet av stunden. Tillsammans är de oslagbara. Något som även traktens ICA-handlare tycker. Fast mest bara om sig själv.

Kapitel 1

Om relationer, yin-vägen och siffran sju
samt vaktkonstapeln och de 115 korkarna

Dimma. Så kunde man nog sammanfatta september. Lite på gränsen till att händerna behövde handskar på morgnarna och med en luftfuktighet så tät att håret krullade sig i vätan. Fast mitt på dagen kämpade sig solen ändå fram och framåt eftermiddagarna kunde man i bästa fall slänga på sig en T-shirt. Solens strålar inte bara värmdde, utan man fick fortfarande lite solbränna långt in i september. Detta märkte både Rut och Twist som var ute dagarna i ända. Så kom några dagar då temperaturen kröp ända ned till ett par ynka grader på morgonen för att stanna kring åtta grader på dagen. Då var det synd om det som växte och som galet nog börjat om i knopp och blom.

En höstdag gjorde de en utflykt. Det var Twist som så gärna ville återse stället där han gjorde sin militärutbildning på Kungliga Sjökrigsskolans Regementsofficersutbildning. Nu för tiden användes stället till konferenser och som hotell och han hade läst att de på helgerna hade Afternoon Tea där. Sist han var där var för 35 år sedan och då var det avslutningsbal. När de kom fram, visade han Rut runt i lokalerna. De gick från rum till rum och det var två våningsplan. Twist hade en berättelse om varje rum och det var verkligen kul och intressant att få lyssna på hans berättelser. Det var just där och i tillhörande lokaler som de hade skolats inför långresan med Älvsnaabben.

Eftermiddagsteet kom som en skänk från ovan och det fanns hur mycket som helst att smaka. Scones och snittar,

marmelader och lemon curd, färskostar och småkakor. Rut och Twist hade verkligen blivit bra på att komma iväg på olika småutflykter då och då. Och det var enbart tack vare Mini de kunde göra sådant. Han var alltid troget i tjänst.

I oktober blev det betydligt mycket mörkare på morgnarna. Det svaga extra morgonljuset de fick genom att manipulera tiden en timme, lyfte dem under några morgnar. En timme som snart visade sig bli uppäten av nytt mörker. En morgon när klockan startade som vanligt 05:20 där i beckmörkret, kom följande ord ur radion: "Den här veckan kommer det att vara *mycket* molnigt". Saken var den att det som lyste upp veckan innan, var enbart 46 minuter och 30 sekunders sol. Hur kunde något bli värre än så? Ett uppvaknande som gjorde "spruttet", denna morgon till en mycket seg process. Men djuren behövde mjölkas och fodras, så det var bara att hoppa upp. Twist först och Rut sedan.

De stängde ytterdörren efter sig och Rut som verkligen avskydde mörker, muttrade.

"Vi lever i ett land med fyra årstider men egentligen finns det nog bara en säsong, och det är perioden utan frost, mörker och kalla vindar. Den fina säsongen är ett halvår och startar i mars, då ljuset skänker lite lättnad."

"Jo, visst känns det så", svarade Twist. "Allt är så mycket lättare i juni, juli och augusti, men då måste man tänka på värmen och vattningen. Det kan vara besvärligt. Egentligen är september himla fin, då det visserligen är mörkare, men fortfarande varmt och lite fuktigt."

De gick sina rundor med mathinkar och hö, fyllde på vattenskålar och kollade staket. Rut matade och pysslade helst med hästen och hönsen, medan Twist skötte getter och "nötter", det senare är vad de brukar kalla kon och kalvarna. Själva rundan för att kolla staket, hagar och inhägnader, gjorde de oftast tillsammans, som sin lilla morgonpromenad. Den lille fostertomten som Pernilla och

Tobbe lämnat till dem i somras, hade stått stolt i staketnischen intill gethägnet sedan dess. Iklädd sin röda akryldräkt och luva. Från nischen hade tomtten följt alla aktiviteter på gården. Han var ett trevligt inslag där han stod och lyste upp i såväl dimma som mörker.

”Nu när det onekligen har blivit höst och mörkret bäddat in oss allt mer och kylan står och lurpassar, då är det viktigt att tänka på sina relationer”, sa Rut när de precis börjat sin runda.

”När var och en försöker överleva i sin egen kolsäck efter att dragkedjan dragits igen. Då är det viktigt som tusan att tänka på sina relationer och kanske mest av allt relationen till sin livspartner”, sa hon och knuffade till Twist i sidan.

”Man har tagit hjälp av psykologer, relationsvetare och livscoacher och kommit fram till en massa bra saker”, fortsatte hon. Twist satte händerna om en av stolparna till staketet som stod lite snett. Han ruskade den ganska omilt och sa att staketet behövde repareras innan fler stolpar skulle bli sneda. Rut tänkte att som han ruskade, var nog risken stor.

Sedan berättade hon vad man kommit fram till för att relationer skulle må bra och kärleken överleva.

”De fyra första minuterna hemma efter jobbet sätter känslan för resten av kvällen”, inledde hon.

”En kram, även om det bara är tio sekunder, ökar oxytocin som finns i hjärnan och gör att du känner samhörighet. Man ska inte glömma bort att med jämna mellanrum påminna sig själv om varför man blev kär och varför man blev tillsammans. Man ska tänka igenom de bra sidorna hos sin partner och visa sin tacksamhet så ofta man kan”, sa hon sedan.

Det lät väl rimligt, tänkte Twist och efter en stunds grubblande la han till: ”Vadå, tror du att vi pussas för lite, eller?” Just det höll Rut kanske inte med om.

"Nej, men ibland går vi på våra arbetspass snudd på omedelbart och eftersom vi är hemma tillsammans hela dagarna blir det lätt så att man inte säger 'hej' och 'hej då' med pussar som andra par kanske gör", förklarade hon.

"Ja, förutom den dagen då du åker iväg och jobbar borta så klart." Hon tänkte här på Twists jobb med att underhålla stadspolitikernas mejlsystem.

"Par som tar sig tid att göra roliga aktiviteter tillsammans håller ihop längre. Ju mer de investerar i sin vänskap och har roligt tillsammans, desto lyckligare blir relationen. För det kan hända att man slutar se varandra. Då försvinner också spänningen", sa hon sedan.

"Ja, att passion kräver engagemang, det fattar väl vem som helst. Bara för att du kanske slutat lägga märke till saker hos mig, betyder inte det att jag har slutat förändras", fyllde Twist i.

"Vi kanske skulle studera varandra och notera fem saker som är annorlunda", föreslog Rut varpå Twist släppte ut en svag suck.

"Ja, det kanske vi kan göra" sa han, samtidigt som han var så säker på att det var en uppgift som Rut skulle klara av tusen gånger bättre än han själv.

De fortsatte att prata om vad livscoacherna kommit fram till, fast egentligen var det mest Rut som pratade och Twist som hummade, men Rut tyckte ändå att det var ett gemensamt samtal. Hon berättade exempelvis om hur bra och nödvändigt det var att bråka. Det tyckte hon kanske att Twist behövde öva lite mer på. Man har ju med sig i bagaget sin stil och sitt sätt att lösa konflikter på. De båda var olika när det gällde att diskutera, förklara och ja... rent av bråka. Rut hade vuxit upp i ett klimat där det gärna debatterades friskt om än det ena än det andra. Ruts mamma Maja kunde komma med rätt diskussionsvänliga påståenden som man behövde behandla på ett eller annat sätt. Vad som gällt under Twists uppväxt visste Rut egentligen inte, men hon

trodde inte att man hade fört vilda och långa diskussioner vid deras middagsbord. Alltså att man debatterade, vred och vände och lyfte på stenar på samma sätt.

I relationer där man pratar om problemen och kanske drar slutsatser mår man bättre i längden. Att ställa frågan: *vad kan vi lära oss av detta?* ger berörda en chans att utvecklas kollektivt. Att bråka hjälper relationen i längden och det är viktigt att våga ta upp beteenden som man inte gillar hos sin partner. Man lär känna varandra på ett djupare plan då.

Levnadscoacherna föreslog vidare att blev man så arg att man inte kunde prata, skulle man skriva ett brev i stället. Det viktiga var att vara konstruktiv och berätta varför man blivit upprörd, men gärna också erbjuda en lösning. Prata om allt. Allt ifrån att berätta vad man åt till lunch, till problem på jobbet och om sina sexfantasier. Allt handlar om att man måste våga lita på sin partner och våga känna sig utlämnad och sårbar.

Plötsligt kände hon att Twist var med henne på ett annat sätt i samtalet och när fortsättningen kom, visade han på stort engagemang. Det var när hon sa:

”Bästa sättet att hålla ihop är att sova just nakna med varandra och frekvensen av kyssar, mer än av sex, är kopplat till en trygg och stabil relation. Nivåerna av oxytocin som gör att man stressar ner på ett naturligt sätt ökar. Det ökar också endorfinerna, de där må-bra-kemikalierna, och när vi byter saliv stiger dopaminet, vilket gör att man får den där romantiska känslan.”

Det kan jag tro”, sa Twist som tog tag i hennes arm och drog henne till sig.

”Jag älskar att sova naken med dig, att känna din kropp mot min”.

”Ja ja ja”, svarade Rut men avbröts av Twist som fortsatte:

”Att ta ledigt emellanåt, bryta rutiner och ge sig ut på små äventyr, ensamma eller tillsammans, att ladda sina batterier, det är viktigt. Få lite ny energi och nya

perspektiv.” Han tänkte här på Ruts tjtande om att varva ned i vardagen, fem till tio minuter mindfulness då och då, där man är närvarande i nuet.”

”Ja livet är egentligen fullt av överraskningar, alltså livet består ju bara av överraskningar och äventyr, små som stora. Okej, alla är inte positiva, men att grota ner sig i elände leder sällan till något bra”, avslutade Rut det hela när de var tillbaka vid huset igen.

När de tog i dörrhandtaget, hörde de att telefonen ringde. Skrälliga, höga toner. ”Undrar hur man kom fram till att frekvensen och styrkan på en ringsignal skulle låta just så?”, sa Rut. Hon var i och för sig ljudkänslig, men det låg något i hennes funderingar.

”Någon måste det ha varit som var väldigt okunnig i allt som har med mindfulness och romantik att göra”, la hon till med ett leende samtidigt som hon lyfte på luren.

”Jag vill inte ha knullbilder på min dator”, hörde hon i andra änden. ”Kan Twist komma och ta bort dem genast”, fortsatte rösten.

”Men mamma”, sa Rut. Vad har du nu gjort?

Ruts mamma Maja satt inte fast i livet kunde man säga. Hon var pigg och ung trots sina 75 år. Fortfarande aktiv i debatter och med en förståelse för att samhällsförändringar inte enbart var av ondo, hon skulle sällan hävda att något var bättre förr. Hon tog för sig av tekniken, var positiv till tidens gång, till ungdomar och nymodigheter. Hon lät sig inte förledas av knasiga uppfattningar om folk och händelser. För henne är ingenting svart eller vitt, utan det finns hur många förklaringar och lösningar som helst i hennes agenda om livet. Maja har sedan ett antal år tillbaka en dator i sitt hem och med denna ”burk”, som hon uttrycker det, når hon långt ut i världens alla hörn, eller Sveriges hörn i alla fall. Hon googlar, är aktiv på Facebook, skickar runt bilder och mejlar texter till sina vänner och

bekanta. Sedan ett tag tillbaka har hon också en iPad, så mellan dessa två attiraljer, plus telefonen och ibland med en sväng runt spisen, lever hon ett gott liv där hemma. Lite då och då, ringer hon med olika funderingar kring hur det tekniska hänger ihop och fungerar. Fantastiskt ofta är det bilder som "stulits" från hennes burk och lika ofta har hon "taggat" någon eller "gillat" något som hon inte alls avsåg att vare sig tagga eller gilla. Ena stunden har hon gillat Alexander Gustafssons boxningsframgångar i UFC-galan för att strax senare ha accepterat en inbjudan till Billy Idol på Gröna Lund. Själv känner hon inte till vare sig det ena eller det andra. Men hon trivs.

Till yttermera visso hör att Maja ibland har kontaktat Rut och varit alldeles förskräckt över saker som Rut lagt ut på Facebook. Det handlade då bilder och texter med så kallat tveksamt innehåll som det verkat som om Rut lagt ut men som mer hade lagt ut sig själv när hon klickat på särskilda bilder. Det kunde vara djurbilder eller vad som helst som drog till sig ens uppmärksamhet. En gång var det en jättejätteorm som Rut absolut var tvungen att titta på, och när hon klickade på bilden, så hade hon per automatik aktiverat en sådan där... som Maja nu kallar det för; " knullbild"... som sen landat under Ruts profilnamn. Twist, med sitt otroligt säkerhetsmedvetna arbete, hade upplyst Rut många gånger om riskerna med att klicka på eller kika på exempelvis ulliga, gulliga kattbilder. Han hade uppenbarligen glömt att informera sin svärmor om detsamma.

"Mamma hej, vad kul att du ringer, men är du ute och surfar så här tidigt på morgonen och på sådana sidor", skojade Rut.

"Nej, vet du vad... det har jag inte gjort, jag förstår inte varför jag ska behöva titta på sånt här. Jag vill inte ha det i min dator, det är ju inget kul."

Rut sa att hon skulle be Twist titta över till henne lite senare och även ge henne ett brandtal om säkerheten framför datorn. Därefter sa de hejdå till varandra. Twist hade gått in i duschen och i väntan på att ställa sig där själv, började Rut förbereda frukosten.

De älskvärda händelserna är själva bränslet i livet, och det är dem som Rut trodde att hennes mamma livnärde sig på. I takt med stigande ålder blev det bara viktigare och viktigare med upplevelser. Detta anade Rut att de flesta inte kände till, hon var ganska säker på att många tänkte att det mer hörde ungdomen till. Skillnaden var att när man blivit äldre, behövde händelser och upplevelser verkligen inte vara stora. Att resa med lätt bagage, som Maja så ofta sa, det var en stor och viktig dröm för henne. Rut trodde att mamman i den tanken såg sig själv som en äventyrare med ett litet bagageknytte fastsurrat längst ut på en pinne och slängt över axeln. Lite som Bilbo Bagger. Men verkligheten var den att hon ofta packade mycket eftersom hon var mån om att alltid se bra ut, och så behövde hon kläder för alla väder. Att packa, planera och längta. För henne började alla resor i resväskan. Själva resan var inte bara en transport, det var början på semestern eller upplevelsen. För, om man skulle se allt innan som en transportsträcka, skulle man ju missa alla fina intryck på vägen. Det gäller att vara alert för det som händer. Den yttersta gränsen för intryck kanske låg där någonstans vid knullbilderna då, tänkte Rut.

Många händelser etsar sig kvar som ett särskilt märke i ens minne, som en slags själens tatuering. Med en titt i backspegeln hittar man en del upplevelser som varit både trista och plågsamma, sådana som även om livet gått vidare faktiskt finns kvar där men utan att direkt märkas. Denna sortens tatueringar är elaka och hårdhänta och inget man önskar någon att få uppleva men som man på senare dagar ändå ser som en viktig del av sig själv. En del lyckas gå

vidare på ett enkelt sätt efter tråkigheter och andra sitter paralyserat fast i diverse oförrätter likt flugor på ett klibbigt band. Alla har väl drabbats av orättvisor, oro eller misstro. Blivit förtalade, utsatts för lögnare eller behandlats som osynliga. Så länge detta inte ständigt pågår, varken sänker det eller göder det en, men har ändå snitslat den bana som format en till den personen man är. Så plötsligt kan dessa tråkigheter poppa upp och precis som de drömmar man glömt, göra sig påminda i en speciell stund. I en särskild situation. Rut trodde bestämt att det var just runt jul, när alla tänker på alla, som somliga bara tänker på sin ensamhet och vad ont alla gjort.

Inte helt utan anledning gled hennes tankar över till Bengt på ICA. Han är en butter och ocharmig person som sällan rättar sig efter andra. Han vill snarare att andra ska bekräfta honom och det är faktiskt väldigt svårt. Nu hade han i alla fall suttit ned och funderat över hur han skulle kunna dra nytta av köpglädjen i Laduvik. I akt och mening att framstå som hjälpsam, påhittig och driftig hade han i god tid lanserat några julklappsförslag i en trycksak. Kanske hans affär skulle få ett litet uppsving, kanske Laduviksborna inte bara skulle åka förbi honom på sin väg mot centrum och kanske han skulle få sig en liten klapp på axeln?

Han lanserade julklappar till "henne" och till "honom". Enligt den lanseringen önskade *hon* sig givetvis platt- och locktång och *han* en nästrimmer och en rakapparat. Jaja, tänkte Rut, det var kanske inte så tokigt tänkt när allt kom omkring, fast personligen önskade hon sig allt det. Hon behövde både trimma näshår och locka håret faktiskt. Presenter till *henne* föreslogs vidare vara grytor, ugnshövar, brickor och lyktor medan presenter till *honom* kunde vara skärmaskiner, knivslipar och skärpstål. Medan *han* önskade sig en köttkvarn och ett trancherset, önskade *hon* sig en köksmaskin och en chokladsmältare. Allt enligt ICA-Bengts upplägg. Faktiskt hade Twist precis fått just en sådan fin

köksmaskin av sin mamma. En maskin som hon använt men inte längre ville ha, så de hade fått ta över den. Man skulle kunna säga att *hon* tröttnat på den och att *han* fick den. Ett grepp som Bengt givetvis inte tänkt som ett alternativ så här vid jul. Att byta grejer med varandra.

Ett oväntat julklappsförslag däremot, det var faktiskt till *honom*. Boken hette "Hälsosam familj på 30 dagar". Det överraskade Rut stort och hon undrade varför Bengt tänkte att det var mer passande för en man än för en kvinna. Det bröt faktiskt det genusmönster som hittills varit upplagt. Framöver skulle hon kontakta Bengt och föreslås ett bra kilopris på äpplen inför att börja göra must innan säsongen stod för dörren. Då kunde hon passa på att fråga honom om boken. Rut började fundera i kreativa banor. Hon tänkte sig en adventskalender med namnet just "Hälsosam familj på 30 dagar". Behandling skulle kunna starta i lucka 1 den första december. Bakom varje ny lucka skulle det sedan finnas terapeutiska tips och moment att träna på dag efter dag. Lucka 1: "ta inte varandra för givna", lucka 2: "bry er om varandra", lucka 3: "visa uppskattning"... och så vidare. Uppmaningen skulle sitta inne i luckans öppning och övningen på insidan av själva luckan. Då är man ju hyfsat reparerad som familj lagom till jul och kan starta det nya året med helt nya krafter. Det skulle Bengt kunna lansera till nästa jul, tänkte hon. Rut skulle föreslå Bengt även det vid närmaste tillfälle.

Twist kom ner nyduschat i köket och fann sin Rut vid frukostbordet i full färd med att skratta högt åt någonting. Det hände i och för sig rätt ofta, att hon skrattade åt sig själv eller åt sina tankar. Hon var som ett sån där positivhalare som bara spelade och spelade. Ibland lyssnade någon och ibland inte, men hon skötte den osynliga vevarmen med både glädje och uthållighet.

"Bra, där kommer du", sa hon. "Då är det min tur att hoppa i duschen och sen ska jag berätta vad jag skrattade så gott åt.

Jag har kommit på idé för en ny adventskalender. Kommer snart!"

Ja varför inte, tänkte Twist. Ständigt nya uppslag och idéer, kunde hon aldrig ge sig? Men i och för sig... kan vi sälja julgranar så kan vi väl sälja adventskalendrar också. Eller förresten, det kan Rut hålla på med, så kan jag och Mini sköta granarna.

Klockan var snart halv tio och det knackade på dörren. Handtaget på ytterdörren rörde sig och den öppnades. "Knackelknack är ni där?" sa herr Frödin som - allt i ett - skötte både det fysiska och verbala knackandet, samt öppnade dörren åt sig själv. "Jag såg att ni var ute bland djuren i vanlig ordning så därför vågade jag ta för mig så här och bara dyka in", förklarade han.

"Men hej", sa Twist.

"Vad trevligt. Då får vi frukostsällskap också. Rut står i duschen men kommer strax."

"Härligt", svarade Mac. Fast det var dig jag tänkte prata med och jag ska inte bli långgrandig. Jag har en fråga bara."

"Shoot man shoot" svarade Twist. Lite förvånad över var han fick de orden ifrån.

Mac berättade att han stod på ständigt vikariat för att vakta båtar nere på båtklubben. Han hade gjort det i alla år, delvis för att han kände så många av båtägarna men också för att han bodde nära och gärna ville ha bra koll på området. Att vara ständig vikarie innebar att man blev tillfrågad av den som tilldelats sin vaktpost, men av okänd anledning inte lyckades ta sitt pass, att vakta på båtklubben. Denne kunde bara slå Mac en signal och så hoppade han in i den personens ställe. Han fick femhundra kronor varje gång han

vikarierade. Plus frisk luft, bra promenader och nya kontakter lät han meddela.

"Så var de, båtägarna", la han till. "Båt skulle de ha men de kunde vare sig meka eller vakta. Bara plocka russen ur kakan minsann. Många av dem har inte tid över i sina fulltecknade liv, knappt ens tid att rasta båten, än mindre att vakta som sagt."

"Oj, är det så?" Twist såg bekymrad ut.

"Men får jag fråga, var kommer jag in i bilden?"

"Jag skulle vilja ha dig som sällskap, för den som jag skulle sitta med, han kunde inte heller... ja, vad var det jag sa... och ensamma får vi inte sitta vakt, så... du får som sagt 500 kronor. Jag tänkte att vi skulle fråga Mini också om han ville hänga med."

"Visst! Fast jag behöver inga pengar", svarade Twist.

"Jag hjälper dig, så kanske du hjälper mig så småningom.

Du vet, Ruts musteri ligger bara i utspridda högar där inne i ladan och så fort det blir varmare ute, ska jag börja montera ihop alla delarna. Jag kan inte tänka mig någon bättre människa att tillfråga när jag behöver lite råd och tips, så kan vi låta udda bli jämnt med det?" undrade han.

"Vilken dag och vilken tid vill du ha självaste vaktkonstapel Twist på tå?" frågade han och funderade återigen över var han fick sitt ordval ifrån. Just då klev Rut in över tröskeln. Hon hajade också till eftersom hon hört samma sak.

"Vaktkonstapel Twist?" upprepade hon.

"Den tjugioandra december, två dagar före jul. Klockan 20 till 24", svarade Mac.

"Avgjort", svarade Twist innan de sa hej då.

November var den månaden då Rut vanligtvis gick i själsligt ide. Tankeverksamheten hamnade i dvala, huden blev grå, stegen tunga och framtidshoppet dimmigt. Månaden med stort "burr" då hon brukade passa på att göra sådant hon annars bara sköt på framtiden. Fokus låg på aktiviteter inne

i huset eftersom det var uteslutet att vara ute mer än nödvändigt. Hon rensade i garderober, städade i köksskåp, torkade bakom spisen och frostade av frysen. Hon kom på sig med att hugga i med energiska tag där hemma och i sin framfart glömde hon ibland att det var november. Det gjorde stegen mindre tunga. Det var väl bara i november månad man kunde få för sig att fylla i sådant som vita arkivet till exempel? Hon kom så långt som till att begravningen skulle äga rum i Laduviks kapell och att hon valde kremering framför jordbegravning men inför valet av urnlund, kolumbarium eller spridning av askan gick hon bet. Där gick väl ändå gränsen, i att vara engagerad och planera framåt, tänkte hon. Novemberdagarna passerade och utan att fylla dem med avledande aktiviteter märkte hon plötsligt att hon var på väg ut på andra sidan. Huden fick sakta lite mer lyster och tankarna blev mer strålande. Hon kom på att hon kunde rensa allt-möjligt-vad-de-nu-var från kylskåpsdörrarna. Kylskåpets framsida var täckt av papper och lappar innehållandes alla möjliga sanningar som alla hölls fast med hjälp av magneter. Kylskåpet var platsen hon dyrt och heligt, och i varje hus hon bott, hade månat om som informationsfri och ren. Ändå fanns där lite av varje att plocka ner.

Det handlade om sommaryoga inklusive växelvis näsborrandning. Boktips om sex, sprit och ätstörningar (undrar varför) samt info om att vattenpipa är farligare än många tror. En utriven notis om intervallspringning (som om hon någonsin skulle komma på tanken) samt en artikel om tecken i händerna som avslöjar våldsbenägna personer (helt oförklarligt). Fastsatt under en magnetburen klämma fanns en guide kring vanliga uttryck som ungdomar använder. Förmodligen sparade i ett försök att slå in på Sigges väg beträffande kommunikation. Där fanns antistressövningar beskrivna från topp till tå, affirmationer i långa banor och tips för att bevara balansen (just under hösten). Information om tandvårdsstöd och en redogörelse för människans

kemiska uppbyggnad. Alltsammans lika viktigt som obegripligt att spara.

Hon hittade också sitt favoritrecept som ursprungligen kommit från farbror Einar. "En helt vanlig jävla kaka" kallade han den och det som behövdes var:

Ett ägghelvete, 1 dl sur kakao, så lite smör som möjligt, socker men ingen jävla mandel. 2 dl bakpulver och 1 paket fula russin plus 1,5 dl allerginötter. Allt ska hällas i en bunkjävel och köras med elvisp i en kvart och gräddas direkt i skålen. Man kan skita i att smöra och bröa, kakhelvetet fastnar ändå. Dunka ut skiten på matbordet om du kan. Garnera med krossad melon och sprit.

Hon bestämde sig för att plocka ned precis allt utom ett litet kort med orden: "Ta dig samman och gör något onyttigt." Det var det enda som fick sitta kvar på kylskåpsdörren från och med den dagen.

I sin iver att röja hamnade hon någon dag senare uppe på vinden och insåg att den, vid sidan av att vara väldigt kall och rörig, också var ett dåligt samvete. Hon borde rensa och bringa ordning. Hon sneglade på julgrejerna som hade sin särskilda plats där uppe, de skulle snart ner. Om några dagar var det första advent och det var nog lika bra att plocka ner åtminstone adventsljusstake och stjärna. Vindens takhöjd var inte precis i ståhöjd, så efter en kvart där uppe hade ryggen blivit krokig och fingrarna stelfrusna. Hon plockade med sig det hon behövde och stängde luckan om kyla och oordning.

Efter advent kom så den stora dagen Lucia. Det var tidig morgon. Ingen snö, inga minusgrader, inte ens lite frost. Skulle de få både Jul och Nyår i plusgrader tro? Det såg tyvärr ut så och långtidsprognosen sa att grönt mer än vitt skulle gälla ända in i januari. Snö var inte bekvämt på något sätt och vis. Det blev halt, slaskigt, kallt och tungjobbat på

gården. Men, det blev ljust och det var en stor fördel. Så vid valet mellan pest och kolera, var det trots allt välkommet med lite snö.

På luciamorgon hade Rut och Twist inte den minsta tid att tassa upp i mörkret för att sätta sig framför tv:n och titta på luciatåget. De behövde ju gå ut till djuren. Men luciatåget måste man ändå titta på, eller Rut måste, och Twist ville hänga på. Så när de gjort sin runda hos alla djur, tog de i stället med sin MacBook och hoppade i säng igen och tittade på den inspelade versionen. Datorn placerade de på Ruts mage och uppe på denna kulle beskådade de Lucia och alla tärnor, stjärngossar och tomtar där bland lakanen. Det var vackra psalmer, moderna visor, några artister, verser och körer som gjorde det hela rätt så fulländat.

Både Rut och Twist konstaterade att detta sängläge skänkte minst lika mycket stämning som andra alternativ och att de hade det bortskämt bra. Observanta var de också. Rut, som haft ett förflutet i produktionsbranschen, konstaterade att Lucians ljus var ömsom korta och ömsom långa. I ena klippet var de nedbrunna till hälften och i nästa var de helt nytända. Det skulle aldrig ha förekommit med Rut som scripta. Med andra ord var luciafirandet inte bara inspelat. Det var hopklippt, redigerat och bergis retuscherat med. Men vackert var det! Och fint sjöng de.

Förr, när Rut hade sina barn hemma, väckte hon dem varje luciamorgon, oavsett vilken veckodag Lucia inföll på, och så dukade hon framför tv:n. Hon hade då kokat årets första risgrynsgröt och brett färdiga mackor att äta till. Hon hade handlat lussebullar och pepparkakor och väckte ungarna precis när "Natten går tunga fjääääät" släpptes lös i rutan. Barnen som knappt var vakna så dags, åt och gapade lydigt och låtsades att de hade det bra. Och Rut hon mös. Hon gjorde det mamma Maja också gjort när Rut var liten. En upplevelse hon själv uppskattat, inte alltid då, men sedan. Rut tänkte att även hennes barn skulle få chansen att känna hur det var att uppskatta något "sedan".

När luciamorgonen tagit slut och den sista tomten i tåget lämnat kyrkgången, började i stället ett annat program. Det handlade om legenden om de sju sovarna, de så kallade Sjusovarna. Rut och Twist låg kvar och tittade även på det. "De sju sovarna" var en gammal legend om sju kristna män som levde omkring år 250. Ett avgudatempel byggdes i staden och kejsaren hotade att döda alla som inte dyrkade i det. De sju kristna männen vägrade göra det och tvingades därför fly. Innan flykten, delade de ut sina ägodelar till de fattiga i staden och sedan gömde de sig i en grotta i berget Celion. Kejsaren murade igen grottan för att männen skulle dö av hunger och törst. Två män skrev ner berättelsen om de kristna männens liv och la in skriften mellan stenarna. Drygt hundra år senare var det en ny kejsare som regerade. Han hette Theodosius. Några murare bröt upp stenarna framför grottöppningen för att bygga ett stall, och de sju sovarna vaknade till liv igen. Sovarna trodde att de bara sovit en enda natt.

En av dem, Malchus, skickades ner till staden för att köpa bröd. När han försökte betala med sina hundraåriga mynt blev det stor uppståndelse eftersom männen han köpte brödet av trodde att han funnit en begravd skatt. Han fördes inför biskopen och borgmästaren, där han berättade att han dagen innan (ja, som sagt han var lite dagvill) flytt på grund av kejsarens hot. Biskopen och borgmästaren följde honom upp till grottan, där de fann brevet mellan stenarna som intygade mannens historia. De sände bud efter kejsare Theodosius som reste till platsen för att själv se miraklet. Efter att de sju sovarna talat med kejsaren la de sig ner och dog. Theodosius lät resa en förgylld marmorsten på stället och befälde att alla biskopar som inte erkände uppståndelsen skulle avrättas.

Den 27 juli 1680 infördes sju sovares dag i den svenska almanackan och fanns där fram till 1901 då den utgick. Minnet av de sju sovarna har högtidlighållits i olika sammanhang genom att det den dagen var tillåtet för alla

att sova länge. Dock för den som sov längst väntade en mindre populär arbetsuppgift som straff. Andra folkliga traditioner säger att den som sover länge på morgonen den här dagen kommer att vara trött ett helt år framåt. Det sägs också att regn på sju sovaredagen betyder regn i sju veckor framåt. Nu för tiden är det Marta som har namnsdag på det som tidigare var sju sovares dag och ett litet tips när den dagen kommer är att sova lagom länge.

"Det var intressant", sa Twist. "Jag som alltid har undrat. Sjuovare har använts i min familj om den som sover länge om morgnarna. Jag har aldrig fattat varför, jag har trott att en sjuovare är uppe väldigt tidigt, för så låter det ju!" "Men nu vet du varför, och tänk här på vår gård om vi skulle gå upp klockan sju. Det skulle ju bli kaos och alldeles för sent för djuren, skulle det inte?"

"Det är som i radioreklamen som körs för fullt just nu", sa Twist. Där bilföretaget Kia annonserar sin sjuåriga nybilsgaranti i sammanhanget av regnbågens sju färger, sju små dvärgar, sju sorters kakor, sju veckodagar och de sju kullarna i Rom."

"Ja visst", hakade Rut på.

"Och listan skulle kunna förlängas ytterligare med exempelvis de sju haven, den sjuarmade ljusstaken... och världens sju underverk."

"Och de sju kontinenterna, de sju världshaven, och från sagans värld; de sju korparna och sjumilastövlarna."

Nu tittade Rut förundrat på Twist.

"Jag visste inte att du hade tillgång till sån information och kunde plocka fram den så snabbt. Ja Snövit förstår jag men de där korparna?" och Twist han fyllde snart på listan ännu mer. I ett Seinfeldavsnitt kom han ihåg att George argumenterade för att Seven var ett perfekt namn på ett barn, vare sig det var en pojke eller flicka.

"Just det!" Rut hojtade till. "Med tanke på Seven som namn. Du vet mitt oexemplariska ex, som jag berättat en

del om, hästen som han köpte till min dotter hette Seven Seat. Fast vi kallade den för "Sjuan".

Rut och Twist pratade sedan vidare om "Seven generations", vilket var kärnpunkten för hållbarhet i exempelvis miljöarbete. Man menar att de beslut man tar idag i miljöfrågor men också kring frågor som exempelvis rör produktion och ekonomi, de ska vara bra även för dem som lever minst sju generationer framåt i tiden.

"Dessutom finns det tankar om att avståndet mellan en själv och andra aldrig är längre än sju människor bort. Man känner någon som känner någon som i sin tur har en vän som känner någon och så vidare, sa Twist.

"Det brukar i alla fall vara min broms för att inte vara sur och otrevlig utan anledning", fortsatte han.

"Man vet aldrig vem man har framför sig, en väns vän på avlägset håll eller kanske min egen vän om ett antal år. Man vill ju inte skaffa sig dåligt rykte."

Rut lyssnade och tänkte. Så mycket Twist hade i huvudet idag. Den där bromsen han pratade om, den skulle Bengt nog ha glädje av med. Fast å andra sidan skiter man nog i bromsar när man ändå kört i diket flera gånger och redan skaffat sig ett rykte. En del, och vanligtvis män, kan faktiskt beundras för att de är tvära, sura och misslynta. De kan till och med kallas för spännande då.

"Jag har hört nån gång i världen att sju kallades för ett skryttal", sa Rut. "Med det menades att siffran gärna plockades fram när man skulle överdriva något med finess. Sju är tillräckligt udda för att inte vara jämnt vilket gör det uppskattade värdet mer trovärdigt."

"Absolut sant", fyllde Twist i. "Hur många gånger har man inte svarat sju på frågan; tänk på ett tal mellan ett och tio. I en internationell studie kom den brittiske matematikern Alex Bellos, du vet han som jag har en bok om, fram till att favorittalet i världen är just sju."

Så där pratade de på, och Rut som hade svårt för att släppa grejer och som innerst inne hoppades att hon med hjälp av något enda samtalsämne, skulle kunna få mer beständig fart med sin blogg, letade efter ännu mer information om siffran sju. Först tog hon en dusch och direkt efter frukosten gick hon till bokhyllan för att titta i ett symbollexikon som de hade. När hon lät ögonen vandra över bokryggarna, hittade hon en bok som hon läst för ett par år sedan. Den hette "Sju jävligt långa dagar", och handlade om en mer eller mindre dysfunktionell familj. När pappan i familjen dog skulle övriga familjemedlemmar sitta shiva, alltså judisk sorgevecka, i enlighet med hans sista önskan. Hela boken sedan handlade om denna vecka, då precis allt händer, varpå familjemedlemmarna verkligen lärde känna varandra på riktigt. En mycket händelserik bok, hon minns att hon gillade den.

Hon hittade till slut sitt lexikon och läste mer om den märkvärdiga siffran sju. Beroende på var i världen man befinner sig och när i tiden det är, betyder siffran tydligen olika saker. Dels var den betydelsefull i forntida magi och vidskepelse. Så långt tillbaka som till fornorientalisk tradition nämns sju demoner i litteraturen och i den fornpersiska står det om religionen sju odödliga heliga ting; bland annat gott sinne, ödmjukhet, hälsa och lydnad.

Sjuttalet i Gamla testamentet har i stället att göra med förstörelse genom Guds vrede. Sju präster med sju vädurshorn gick sju dagar kring staden Jeriko. På den sjunde dagen gick alla sju varv och när prästerna blåste i hornen, skrek alla israeliterna så stadsmuren rasade. Den judiska skapelseveckan har sju dagar, vilodagen inkluderad. De sju planeterna ordnades efter veckodagarna till en sju-uddig stjärna. Vidare finns det berättelser om de sju kardinalsdygderna även om de kanske inte är lika kända som de sju dödssynderna. I Bibeln finns det texter om Jakob som var gift med Lea men föredrog Rakel, vilket han fick

tjäna sju år för. Och Josef talade om de sju feta och de sju magra åren för Egypten. Rut greps av kraftig iver att lära sig allt hon läste och antecknade det mesta på ett separat papper. Det här blir kul att återberätta sen för Twist, tänkte hon.

I Nya testamentet då, vad sägs om siffran sju där? Jo, när Petrus ville veta hur många gånger han skulle förlåta sin broder svarade Jesus: *icke sju gånger, utan sjuttio gånger sju*. Samt att Jesus sa sju ord på korset... just vilka, blev Rut självklart nyfiken på men hittade ingen mer information om. Plus att det i uppenbarelsboken talas om bokrullen med de sju inseglen.

Hon läste på. I medeltidens Europa var sjutalet också högt skattat, då man talade om den helige andes sju gåvor. Dessa var sju duvor, sju dygder, sju fria konster och vetenskaper, sju sakramenten, sju levnadsåldrar, sju laster och sju böner. Och i det gamla Kina representerade siffran sju, kvinnans levnadsperioder räknade i år; Efter två gånger sju år börjar "yin-vägen", alltså den första menstruationen. Ja det stämmer väl bra, tänkte Rut. Då är man ju fjorton år. Och den slutar efter sju gånger sju år, läste hon. Då är man strax under femtio år och i klimakteriet.

Twist som för tillfället pendlade lite mellan köket och hallen tittade till och såg Rut där hon satt böjd över en bok, med penna och papper i hand. Han hörde henne säga något men det var så svagt att han inte trodde det var till honom. Det vi kallar för klimakteriet alltså, det är slutet av yinvägen, tänkte Rut. Det kan vara bra information att hålla i minnet den dagen man eventuellt blir oförnuftigt behandlad. Det hela låter både seriöst och oroväckande. Om man bara tittar på sin kombattant och stilla informerar denne om lägets allvar... Rut testade att säga det lite tyst för sig själv: "Jag är i slutet av yin-vägen". Hon bestämde sig för att det lät bra. Precis när hon sagt det, såg hon något som fladdrade till i

ögonvrån och anade att det var Twist som hört henne. Hon ropade efter honom.

"Twist, jag har hittat jättemycket om siffran sju här. Hör om det sista som handlar om sjuan i Kina." Så läste hon att den sjunde dagen den sjunde månaden hölls en stor fest för flickor och unga kvinnor.

"Jag som trodde, att man bara dödade flickor i Kina, eller i vart fall hade jag ingen aning om att man gav dem en egen dag att firas på", sa Rut förvånat innan hon läste det sista: "Efter dödsfall i Kina skulle det offras och hållas minneshögtider för den döde var sjunde dag, sju gånger tills den 49:e dagen. Sen fick kanske var och en sörja på sitt sätt, eller vad tror du?"

Twist slog sig ner hos Rut för nu hade han kommit på något som han tänkte mycket på när han var ute och dejtade förr, då innan han och Rut träffades.

"Enligt psykologiska studier sägs att det bara tar sju sekunder att fälla elva intuitiva omdömen och bilda sig de första viktiga intrycken av en person", inledde han.

"Ickeverbal kommunikation gör att vi på ett omedvetet plan reptilsnabbt bestämmer oss för om människor vi möter är trovärdiga, sympatiska, kompetenta eller inte. Vi drar slutsatser om status och auktoritet och bestämmer snabbt kön och ålder. Vi antar vad personen kan tänkas jobba med och hur hen mår samt om det är en vän eller fiende vi har framför oss.

"Så har vi gjort sedan lång tid tillbaka", trodde Rut. "Allt enligt samma grundläggande princip som härskat på savannen sedan urminnes tider, det är en överlevnadsfunktion i människohjärnan. Uppsyn och kroppsspråk räcker. Det hela går med ljusets hastighet och intrycket kan bli bestående." Det var tyst ett tag.

"Förresten räcker det med att bara höra andra för att fälla omdömen om varandra. Coca Cola gjorde nyligen ett experiment där man placerade sex främlingar runt ett bord i