

## Våra nya religioner, del 2 "Må bra lyckan"

När Fredrik gick i tredje klass skilde sig hans föräldrar. Han fick bo på flera platser och byta kompisar lika ofta som rum att bo i. Han växte och fick en fullvuxen kropp. Att bo hos "farsan och morsan" var mera som att bo på ett hotell. Han kom och gick, bytte kläder, mat och skor och utrustning på olika ställen. Fredrik var servad på alla nivåer. Det blev en populär kille eftersom han gjorde allt rätt för att bli det och smälta in i innergänget. Allt gick bra och "morsan och farsan" backade upp honom till hundra procent. De blev hans privatchaufförer och världen växte och växte under hans fötter. "Det gäller bara att bestämma sig så fixar det sig" tänkte Fredrik och drog iväg på hojen. Bestämma sig och fixa det, blev hans mantra och han lyckades. Lyckades med de tre V-na, bena för honom att stå på. Villa, Volvo och Vovve. Det var fixat och en kvinna som ville samma sak var enkelt att få. Allt verkade bra och alla verkade nöjda. Nu var det bara att köra på och fokusera på att må bra, jobba för att hålla skiten borta från dörren. Fredrik körde hårt på gymmet fyra gånger i veckan, slutade röka och övergick till LCHF-kost. Att gå ner i vikt kunde inte skada, tänkte han, och kollade sin vikt på vågen tre gånger i veckan. Det gäller att mota bort hjärtinfarkten, KOL och cancer och hålla skiten borta från livet. Fanns det mer att göra? Kanske bli vegetarian på heltid? Fredrik kände ändå oro och stress. Tanken på döden var otäck. "Tänk om" tankar började bo i hans huvud och sömnen blev orolig. Någon berättade om yoga och vilken dunderkur det var mot stress och oro. Nu skulle medicinsk yoga läggas in på veckoschemat. Det måste kunna gå att få in bland allt annat. Fredrik hade ingen tid över. Det var många körningar av barn som skulle till sina aktiviteter. Så blev det gymmet, matlagningskurs, vinprovning och tjugo andra aktiviteter som var med på önskelistan. Det snackades om livskvalité överallt så enklast var att göra en lista på allt som skulle göras innan dagen kom då det inte gick att mota bort skiten. Fortfarande gjorde Fredrik allting rätt för att få vara med i den inre kretsen av lyckade medelålders män, som har en bringa som vuxit sig kraftig på gymmet. Fredrik och sambon gick på fest och Fredrik drack mycket alkohol. Så kom diskussionen igång. Fredrik var bestämd och uttalade klart att det daltades för mycket nu för tiden. Var och en måste klara sig själv och fixa det. Så svor han och förbannade invandrare och flyktingar som det daltades med. Det var bara att kolla in vad de gjorde. Jo, de köpte fina mobiltelefoner för de pengar de fick medan Fredrik fick betala sin egen telefon. Sambon gick hem och skämdes. Morgonen därpå låg det ett brev på frukostbordet. "Jag lämnar dig nu och orsaken är att du inte vågar vara mänsklig, osäker, sårbar och medkännande. Du skall klara allt själv och behöver ingen annan människa. Så varsågod." Fredrik vek ihop lappen och bestämde sig för att börja träna inför Wasaloppet. Som sagt: det gäller att bestämma sig och fixa det själv. Må bra – det fixar du själv. Då kan du bli din egen gud! Hur enkelt som helst!

*Per-Arne Bengtsson, präst i Svenska kyrkan  
per-arne.bengtsson@svenskakyrkan.se*