Disapodden Sommar!

”Om du trampar på en orm kommer du ramla ner i Göta kanal. Oavsett var ormen är!”

Musik spelas

Tobias: Välkommen till Disapodden, med temat sommar

Sara: Ja, och idag är vi fem som pratar

Tobias: Hello!

Sara: Vilka är vi då?

Tobias: Jag är Tobbe

Sara: Jag är Sara

Linus: Jag är Linus

TT: Tobias Tjernlund

Jocke: Jocke…Kändisjocke

Musik spelas

Sara: Idag ska vi prata sommar

Tobias: Yes

Sara: Den är på gång så att säga. Nu är vi redan inne i Juni

TT: Precis vid dörren

Sara: Hur många grader är det här inne?

TT: Alldeles för varmt!

Linus: Här är det varmast

TT: Ja, min fåtölj är precis vid solen vilket gör att den blir stekhet och självklart är stolen i svart läder vilket gör att det blir ännu varmare.

Linus: Man ser hur lädret skrumpnar ihop sig där också i so.

Sara: Då kan man säkert steka ett ägg där.

TT: Varmt och skönt!

Musik spelas

Sara: Ja, men vi börjar väl med en varsin sommaranekdot, som det så fint heter. Någonting vi minns från förr, forna sommar. Det är ju skitsvårt för det kan ju finnas mycket!

Jocke: Nu måste jag tänka efter

Linus: Det kan ju vara vad som helst

Sara: Ja. Vad som helst!

Linus: Har du ett?

Sara: När jag tänker sommar tänker jag ”Åh! jag fyller år på sommaren!” så tänker jag på alla roliga, och icke roliga, kalas jag haft genom tiderna.

TT: Jag har ett sommarminne faktiskt.

Sara: Ja

TT: Det är då jag och min mamma och hennes före detta kille. Vi cyklade på en cykelsemester! till…jag har glömt bort vad det heter. Göta kanal!

Sara: Okej.

TT: Vi tog en cykelsemester till Göta kanal och där var det väldigt intressanta grejer att se, och göra. I och för sig var det väl det stället där jag fick en av mina skador men det var ändå ett bra ställe att vara på.

Sara: Minnesvärt?

TT: Ja, minnesvärt.

Sara: Cyklade ni längst med kanalen?

TT: Ja.

Sara: Många båtar?

TT: Ja, definitivt.

Sara: Det kan jag tänka mig.

Linus: Cykla till Göta kanal. Hur lång tid tog det? Var det härifrån ni cyklade?

Sara: Nä? Cyklade du härifrån?

TT: Nej

Linus: Det känns sjukt alltså!

Sara: Ni måste tagit bilen med cyklarna på?

TT: Buss! Vi tog bussen till ett specifikt ställe och cyklade därifrån till Göta kanal. Genom Göta kanal. Vad var jag? Jag tror jag var 11, 12 år när jag gjorde det.

Sara: Perfekt cykelålder!

TT: Då var det ett tillfälle då det hade börjat regna och vi var tvugna att ta skydd i en gammal kyrka faktiskt.

Sara: Jaha, okej.

TT: Det var en liten liten kyrka, max typ 10-12 personer fick plats. Där inne fanns det en präst som bjöd på fika.

Linus: Han bara stod där? Han bor i den där kyrkan!

TT: Ja

Sara: Det låter filmiskt!

TT: Ja och han bjöd ju då på fika tillsammans med sin fru och han gjorde magiska trick för mig. Han trollade fram kronor ur öron och näsa på mig.

Sara: Yes! klassiskt. Det låter som att du själv har varit med i Göta kanalfilmen. Men alltså Göta kanal går alltså igenom Götaland i Sverige.

TT: Ja

Sara: Thats why, the name typ

Linus: Är det populärt med många båtar där? Har det bara blivit en grej för filmerna? Eller det kanske var en grej innan filmerna kom?

TT: Göta kanal har ju ett syfte. Det är ju kanaler som fylls med vatten för att höja upp båtarna så de ska kunna komma till ett annat område

Sara: Ja, slussar!

TT: Slussar!

Sara: Vet ni hur många?

TT: Det kommer jag inte ihåg.

Sara: 58! Det är inte så att jag sitter när med facit

Linus: Är det något Sara kan så är det antalet slussar i Göra kanal!

TT: 58 slussar varav jag nästan ramlade in i en.

Linus: Ajdå

TT: Jag klev på en orm och ormen vart inge glad på mig

Sara: Typiskt ormar!

TT: Och jag vart rädd för ormen och tog ett steg bakåt och kanalen/slussen var precis bakom mig så jag höll på ramla rakt i. Ända sen dess har jag varit rädd för ormar på grund av jag förknippar ormar till det ”sluss-fallet”.

Sara: Jag fattar!

Linus: Om du trampar på en orm kommer du ramla ner i Göta kanal.
Oavsett vart ormen är!

TT: Ja precis

Tobias: So your weakness is A snake?

TT: Ja

Musik spelas

Sara: Någon annan som kommer på något sommarminne?

Tobias: Jag har nog ett sommarminne. Det här var för flera år sedan faktiskt.

Sara: Men det är ett sommarminne?

Tobias: Det är ett sommarminne. Jag var på bakgården, vi bodde i en villa då.
Jag kommer ihåg att jag gick i buskarna och tänkte, ”Det är väl ingenting här?” då tog jag, *SMATT* foten ner i en myrstack så det kom en massa svarta myror upp för benet, och mamma kom ut och sa ”men vad gör du?”, så fick hon hjälpa mig och borsta bort allting.

Sara: Ja, vad var det då?

Tobias: Det var svarta myror
TT: En myrstack!
Sara: Otäckt

Tobias: jag bah ”eehh”

TT: It was at that moment you knew you fucked up!

Tobias: Jaa, ungefär så!

Sara: Jocke då?

Jocke: Nej inte vad jag kan minnas. Jag måste hitta på något här.

Linus: Du då?

Sara: Något specifikt?

Linus: Svårt att komma på alltså

Sara: Ja, det är skitsvårt! Men alltså, vad är det man gillar med sommaren? Det är väl att man känner sig lite friare, gör lite roligare saker. Barfota, sena kvällar ute.

Tobias: Sommarmusik ute också!

Jocke: Sant! Sommarmusik också ja

Sara: Konserter…

Tobbe och TT sjunger på Sven Ingvars ”Sommar & Sol”

Sara: En av alla hits! Har du något Linus?

Linus: Näej

Jocke: Hitt på något!

Sara: Är det ditt första år i det här huset?

Linus: Ja precis. Exakt.

Jocke: Då måste du snickra.

Linus: Ja gud vad jag ska snickra. Jag köpte en låda spik…skruv! menade jag…

Skratt

TT: Det är en stor skillnad mellan skruv och spik!

Sara: Men vad ska det bli av skruvarna? En trall?

Linus: Ja, eller nej. Något fint. Jag vet inte. Något användbart.

Tobbe: Jag vet! En trädkoja.

Linus: Det har jag varit inne på, faktiskt. Det skulle vara grymt!

Sara: Ja men ni har något bra träd eller?

Linus: Ja, vi har en stor och fin tall som Mathilda vill såga ner. Men jag vill ha kvar den. Stor trädkoja. Den är så pass nära busken och då kanske grannen tror att jag byggde den för att Speja på dem? För den är liksom i hörnet av gården så det är hus bredvid, så om jag bygger en trädkoja där blir det lite…Ifall grannen hade gjort det åt mitt håll skulle jag känna mig iakttagen.

TT: Kikare!

Musik spelas

Jocke: Det är fult att peka

Sara: Jocke! Jag pekar inte…

Skratt!

TT: Fulfingret av alla!

Sara: Jocke du sjunger ju. Har inte du stått på scen någongång på sommaren?

Jocke: Jo, men det var länge sen

Sara: Ja

Jocke: Varför ska jag berätta om det?

Sara: Nej men jag bara tänker om det är ett bra sommarminne? Tycker du om att stå på scen, på sommaren?

Jocke: Självklart!

Sara: Du älskar det?

Jocke: Jag har ju en scen hemma som jag står på varje dag? så jag är van.

Sara: Mm, härligt!

TT: Att stå på scen är faktiskt en väldigt intressant känsla

Jocke: Det är det. Mycket.

Tobbe: Många som tittar

TT: Oh ja!

Linus: Ja jag skulle känna mig uttittad.

Jocke: Ja, det är många som undrar: undrar om han är nervös? Man är alltid lite nervös.

Linus: Men är inte det bra?

Jocke: Och när man öppnar munnen och börja sjunga det är då man slappar av. Det här är mitt hem kan man tycka då.

TT: När man väl börjar sjunga och spela. Typ en minut in då man har börjat känner man sig bekväm. Det är då man bara släpper loss!

Sara: Häftigt! Det är väl en bra känsla?

TT: Ja

Tobias: En grej jag tänker på med musik är att det är sådan bra terapi.

TT: Oh ja!

Linus: Ja, musik i sig.

Tobias: Ja musik i sig. Sen om man är sångare eller om man spelar gitarr eller bas så får man släppa ur alla känslor liksom. Det blir ett lättare sätt att hantera känslor också.

TT: Jag kan säga ett roligt fakta men lite deprimerande fakta. Hade det inte varit för musiken så hade jag inte suttit här i dag.

Linus: Javisst! så kan jag tänka mig att det är för många. Musiken har hjälpt många.

TT: Just det här med att skriva musik och sjunga den och alltihopa. Hade det inte varit för den så hade jag inte suttit här idag.

Linus: Det är en bra grej.

Sara: Det blir ett sätt för dig att uttrycka dig?

TT: Terapi!

Sara: Terapi ja.

Jocke: Fåglarna sjunger varje dag.

Linus: Ja precis. Det ä ju mer sång på sommaren Men blir inte musiken lite bättre på sommaren?

Jocke: Tyvärr jo.

Linus: Det känns ju som det.

TT: Tyvärr?

Sara: Jo så fort man kan flytta ut högtalaren och spela på altanen, balkongen eller i en park.

Linus: Ja, bara grejen med musik utomhus, överlag och värmen bidrar. Ligga ner och lyssna.

Sara: Vad är det som låter på sommaren då? Vad har naturen för musik?

TT: Fåglar, porlande vatten

Tobias: Vind

TT: Vind, Åskan

Jocke: Kottar

Linus: Vinden i löven

TT: Av någon anledning älskar jag ljudet av åska med mullret och alltihopa. Det får en att känna sig liten i en väldigt stor värld. Jag har några kompisar som inte gillar åskan men själv gillar jag den. Hör jag åskan lägger jag mig i sängen och nästan somnar.

Tobias: Ja men det är så meditativt.

TT: Ja

Jocke: Man ska ha respekt för åskan.

TT: Ja precis det du sa där, man ska ha respekt för åskan. Man ska ha respekt för alla naturfenomen, men det är häftigt.

Sara: Är alla taggade på sommar, eller känner ni någon gång att det finns nackdelar med sommaren?

TT: Mygg!

Tobias: Ja, ja sen kan det bli för varmt.

Sara: För varmt?

Tobias: Jag och värme, går ibland inte ihop. Jag är väldigt varm av mig som jag är.

Jocke: Varmblodig.

Tobias: Jag fryser liksom inte på vintern på samma sätt.

Linus: Då kan man ju bada!

Tobias: Ja men då är det annan nackdel. Ett halvt nackdel i alla fall och det är att jag ibland är en badkruka.

Linus: Ja okej yes!

TT: Så det tar lång tid att komma i vattnet?

Tobias: Mmm.

TT: Det känner jag igen. Jag brukade vara en person som bara kunde hoppa rakt i vattnet, men ända sen jag fick problem med psyket och ångest så kickar ångesten igång så fort jag får den där chocken! Så jag klarar inte att hoppa i vattnet lika fort längre.

Sara: Alltså kylan-från-vattnet-chocken?

TT: Ja precis.

Jocke: Tur att det finns dusch!

Sara: Gillar du att bada Jocke?

Jocke: Jo.

Musik spelas

Linus: Är det någon här som inte gillar sommaren? Som hellre har vinter eller höst eller så?

Tobias: För mig är det lite både och. En grej jag tycker är ganska skönt med sommaren är ju semestern.

Linus: Slippa jobba!

Tobias: Nu har jag sex veckor istället för fem veckors semester. Då hinner jag landa lite grand.

TT: Du och jag är totalt olika där. Jag avskyr semester för att jag vill ha någonting att göra och när jag ör hemma mellan mina fyra väggar, då har inte jag någonting att göra.

Sara: Vad kul att ni tycker olika!

Tobias: Ja men jag kan hålla med på ett sätt, men till slut blir det ”Okej, nu vill jag göra någonting.” Det beror ju på vilka förutsättningar man har, men då är de bara försöka se till att man gör någonting såklart. Jag har sällan tråkigt. Jag är ganska duktig på att underhålla mig själv, på ett sätt. Antingen sitta och spela eller prata med kompisar via nätet.

Linus: Du är nöjd med att göra det under längre tid medan du vill ha lite mer variation i livet? Lägga upp det lite mer så att du vet vad du ska göra förmiddag eller eftermiddag. Lite balans så?

TT: Ja.

Tobias: Alltså vilka intressanta samtalsämnen vi kommer in på.

Sara: Ja. Ska vi prata någonting om... Är det någon som sitter på några tips? Några snabba smarta tips på vad man kan hitta på, på sommaren! Om man inte har en fet plånbok till exempel.

Tobias: Jag har några tips! När det är sommar så kanske man inte vill gymma inne i ett gym. Då kan man ju gå ut!

Sara: Gymma ute?

Tobias: Ja, gymma ute. Det finns säkert utegym.

Sara: Men om det inte finns då? Vart kan man vara då?

Tobias: Då kan du ha egen utrustning också. Det här är några enkla knep. Vi säger att du har en rygga som du kanske inte använder, så kan du fylla den med stenar och nu undrar ni ”Okej, vad menar han med det?” Då kan man ta en promenad med den här ryggsäcken med extravikten.

Linus: Där har du det. Istället för sten! Fyll väskan med vattenflaskor.

Tobias: Det kan man också göra.

Sara: Då blir det bara lättare och lättare eller? Det lägger ju sig i magen?

Linus: Ja. Väger det mindre om det lägger sig i magen?

Sara: Ingen aning!

TT: Om man inte har så mycket i plånboken och vill träna och så är det bara att hitta ett däck.

Sara: Och välta det?

TT: Och välta det.

Linus: Ja visst.

Sara: Men om man inte vill träna då?

TT: Om man inte vill träna, ja då kan man bada, cykla om man har en cykel.

Linus: Promenera, plocka blommor. Gå ut och leta efter fåglar. En mobil har ju många! Det finns en hemsida där man an hålla upp telefonen så skannar den av fågelkvittret. Då kan man få veta vilken fågel det är som låter. Slipper man ha bara checka av, den här har jag hört, den här har jag hört.

Sara: Så behöver man bara samla.

Linus: Javisst.

TT: Man kan göra mycket.

Sara: Ja man kan göra mycket. Bara ta sin morgonmacka och gå ut och sätta sig.

TT: Ja. Typ som vi gjorde förra veckan!

Sara: Gjorde vi?

TT: Eller var det förrförra veckan?

Sara: Att vi satt ute och åt lunch?

TT: Ja.

Sara: Istället för inne ja.

TT: Vi satt ute och åt lunch istället för att sitta inne. Det lär vara någonting jag gör idag också.

Sara: Ja, samma här. Det steker på!

Linus: Jag gillar att laga mat utomhus.

TT: Grilla!

Linus: Ja men grilla. Jag tycker det är underbart. Man kan bara ta med sig något och gå ut och sätta sig. Det behöver inte vara en grill, det kan bara en skärbräda och en frukt. Eller så kan man slänga ihop något. Det är något speciellt.

Sara: Ja.

Jocke: Fiska svart!

TT: Hahaha.

Linus: Exakt.

Sara: Och med de orden…

Jocke: Fiska svart bara.

Sara: Ja men mycket bra idéer och tips! Nu kör vi, nu kör vi soommar! Wöhow! Nu ska Tobbe läsa en dikt.

Tobbe: Solen vilar på ängens hår. Vinden viskar där blommar står. Fjärilar dansar i spirande ljus och tiden går långsamt i sommarens hus. Barfotafötter på varm asfalt. Skratt som ekar i tusenfalt. Glass som smälter på barnens kind. Doft av jord och skalkande vind. Kvällarna glöder i rosa sken. Hjärtat slår mjukt i tystnadens sken. En stilla stund en himmel så klar. Drömmarna seglar där stjärnorna var.

Linus: Ja det är något magiskt med himlens färger alltså. Det kan nog vara en av de bästa grejerna med sommaren.

Sara: Yes.

TT: För alla er som lyssnar önskar vi er en riktigt god sommar!

Alla: Ja, det gör vi!

Linus: Verkligen.

Sara: Ha det bra! Vi hörs! Tobias: Ha det bra. Vi hörs, hej!