

## TILLBAKA TILL NATUREN

## 10 NATURKRAFT

TILLBAKA  
TILL NATUREN

Aldrig har naturen haft en sådan dragningskraft på oss som nu. Skog och mark ska läka våra stressade kroppar och fylla våra liv med mening. 2020 blev året då vi gick man ur huse för att vandra, plocka svamp och skogsbada. Varför?

**Naturen har seglat** upp som det ställe där vi hämtar kraft, finner balansen och fyller på med energi. I årets bokutgivning vimlar det av böcker om naturen och dess krafter. Instagram och Facebook svämmar över av svampar i motljus, vandringsleder i höstskrud och fikastunder vid skogssjöar. Plötsligt gör vi gemensam sak i vår jakt på själfulla stunder i friska luften. Friluftstrenden förstärks av pandemin och det faktum att museer, barer och teatrar stängts eller förvandlats till potentiella smitthärdar.

Eller är det klimatkrisen som fått oss att vakna och värdesätta våra gröna omgivningar? Kanske letar vi bara mening i myllan för att vår stressiga vardag ter sig tom och meningslös?

För hur sekulariserade vi än blir, kan de flesta av oss vittna om existentiellt berörande naturupplevelser. I skog och mark blir vi tröstad och helade, men också förda och fyllda av en vördnad för livet och döden. Naturen påminner oss om att vi är en del av ett större sammanhang.

David Thurffjell är religionshistoriker och professor i religionsvetenskap vid Söder-

törns högskola i Stockholm, och aktuell med boken "Granskogsfolk" där han har sammanfattat sin forskning om naturupfattningar och sekularisering. Han menar att det finns flera förklaringar till vår nuvarande naturvurm.

– Bilden av svensken som ett naturälskande folk är sann. Men den är på sätt och vis inhamrad i oss. Det finns djupa historiska rötter till den självbilden, säger David Thurffjell.

**När industrialismen växer** fram och människor flyttar in till städerna, lever många under miserabla förhållanden. Det föder snabbt ett slags längtan och nostalgi tillbaka till det enkla naturliga livet på landet. Den romantiska föreställningen om en sund, uppbygglig och välgörande natur fångas upp av dåtidens kulturetablishemang och politiker och får en avgörande roll för landets utveckling. De sociala orättvisor som i andra länder leder till våldsamma konflikter undviks här tack vare politiska reformer.

– Men även på grund av att kärleken till



STEFAN TELL  
David Thurffjell är religionshistoriker och författare till "Granskogsfolk".



**Bilden av svensken som ett naturälskande folk är sann. Men den är på sätt och vis inhamrad i oss.**

naturen enar oss. I den kan vi mötas över klassgränserna och känna en gemenskap i en tid då världen runt omkring oss gungar och går igenom både krig och revolutioner.

**I takt med** att infrastrukturen utvecklas kan vi också ta del av den och vistas i den. Tåg, ångbåtar och cyklar gör, tillsammans med den unika allemansrätten, skog och mark tillgänglig.

– Vi lär oss att naturen finns där som en resurs. Alla kan använda den och det är självklart att den finns där för oss när vi behöver den. Som nu.

Där människor med annan kulturell bakgrund vänder sig till familjen eller gud, vänder sig svensken till skogen.

På senare år har naturen som helare och hälsofrämjande kraft lyfts fram. Det forskas för fullt på dess förmåga att göra oss friskare, gladare, lugnare och smartare.

**Förenklad går tesen** ut på att våra hjärnor och kroppar är så präglade av naturen att vi riskerar att bli sjuka och deprimerade om vi tappar kontakten med den. Många vittnar

## FROSSA I NATURBÖCKER

**Det finns gott om böcker för alla som längtar ut till skog och mark. Här är tips på några olika titlar utgivna i år. Här finns allt från praktiska och handfasta guider till filosofiska och existentiella resonemang**

**"Granskogsfolk"**

Av David Thurffjell (Norstedts)  
Här går författaren igenom den svenska naturälskarens religionshistoria.



Från de fornnordiska föreställningarna om en besjälad vildmark, via den kristna perioden med folktro och troslära, till vår moderna exploatering och naturromantik.

**"Ut i naturen"**

Av Erik Hansson (Bonnier Fakta)  
En praktisk tipsig bok för den ovana naturbesökaren utgiven i samarbete med Naturskyddsförbundet.

**"Naturens hemlighet"**

Av Eva Sanner (Bladh by Bladh)  
Boken talar om att skog och mark har en avgörande betydelse för vårt välbefinnande. Förutom att naturupplevelser ger bättre hälsa har de en stor betydelse för oss på det existentiella planet.

**"Närmare naturen"**

Av Åsa och Mats Ottosson (Bonnier Fakta)

En populärvetenskaplig bok om varför vi mår så bra av att vara i naturen. Författarna går igenom snart 40 års forskning om naturens förmåga

**"Mörkermanifestet"**

Av Johan Eklöf (Natur & Kultur)  
Poetisk och samtidigt faktpäckad bok om mörkrets betydelse för såväl människor

som djur och natur. Inte bara för att det är gripande att uppleva en stjärnhimmel utan för att mörkret styr processer i kroppen ända ner på cellnivå.

**"Naturen"**

Av Ralph Waldo Emerson (Norstedts)  
Ralph Waldos essä om naturen kom redan 1836. Den är ett



poetiskt manifest och en predikan av Emerson som menade att vi måste leva inifrån och ut i samklang med naturen.

**"Naturens rättigheter – att skapa fred med jorden"**

Av Ingrid och Nikolas Berg och Martin Hultman (Roos & Tegnér)  
Vad händer om vi ser på naturen som en juridisk person med okränkbara rättigheter? För-



hoppningen är att den idén ska möjliggöra en fredlig relation mellan människa och natur.

**"Skogen på andra sidan hyggena: om orden, hugsvalan och den gäckande hållbarheten"**

Av Ola Engelmärk (Carlsson Bokförlag)  
En bok om skogens hållbarhet. Författaren möter skogsfolk som går sin egen väg.



LISA WALLSTRÖM



om att de känner sig stärkta av att vistas i den.

Men David Thurffjell är inte helt övertygad om kopplingen.

– Många av försöken bygger på självskatt-

**Pandemin har fått svenskarna att vistas mer i naturen. Antalet besök i svenska fjällen slår alla rekord.**

ning. Frågar du en muslim i till exempel Iran kommer hen att ge samma svar – fast efter att ha läst Koranen.

Men så länge solens glitter i sjön, havsvågornas regelbundna rytm eller den friska

doften av granskog ger oss en behaglig lyckokänsla kanske det gör det samma. Naturen finns där för oss.

Lisa Wallström  
aip@aipmedia.se

### Fem frågor till

## Naturjournalist Erik Hansson

Erik Hansson är journalist och driver en av landets största webbplatser om naturen, [Naturesidan.se](http://Naturesidan.se). Han har skrivit flera böcker, nu senast "Ut i naturen", som är en guide för den ovana friluftskaren.

#### 1. Vad är ditt förhållande till naturen?

– Det är nära. Den upptar nästan hela min tid och har gett mig oräkneliga minnesvärda upplevelser. Jag känner en blandning av fascination och livslång tacksamhet.

#### 2. Varför berörs vi så av naturen?

– Jag tror att det är något fundamentalt hos oss. Mänskligheten har trots allt levt en majoritet av sin tid här på jorden med nära koppling till naturen. Det vore kon-

stigt om något vi haft så nära skulle vattnas ur våra instinkter efter bara några generationer med fokus på betong och konsumtion. Jag tror också att naturen kan erbjuda något som många i dagsläget inte ens vet att de saknar.

#### 3. Varför behöver vi naturen?

– I ett större perspektiv är den naturligtvis helt avgörande för vår existens. Ju snabbare våra maktavare inser att vi måste skydda och återskapa mer av vår natur – desto större chans har vi i klimat- och massutrotningens krisen. På det personliga planet tror jag att vi behöver naturen för att det är en plats som kan innehålla allt från lugn och vackra vyer till spänning och oväntade upplevelser, helt gratis och utan att ställa några krav på oss.



STEFAN TELLE  
Erik Hansson driver "naturesidan.se" och har skrivit "Ut i naturen", en bok för nybörjaren i skogen på uppdrag av Naturskyddsföreningen.

#### 4. Bästa naturupplevelse?

– Svår fråga där svaret varierar från vecka till vecka. Att vara ute med en person som är kunnig och duktig på att berätta är alltid otroligt givande. Min förhoppning är att min bok "Ut i naturen" kan fungera som en vikarie för en sådan person.

#### 5. Ge ett tips för att närma sig naturen för den ovane?

– Packa en god matsäck och ge dig ut i naturen i, eller strax innan, gryningen. Sitt och ät frukost i soluppgången. Det är svårslaget.

– Eller följ med din lokala naturförening ut på utflykt. Det brukar vara väldigt givande!

Lisa Wallström