

SOM LANDET LIGGER – LIGGER VI

Af Trine Rytter Andersen

Smag engang på ordet 'Himmerland' – det smager af himmel og horisont, af vidder med standhaftige og flossede læhegn, langstrakte lige dræningsgrøfter langs marker med græssende kvæg og storslåede skyformationer ovenover dem. Hvis du kender landskaberne i Himmerland, ved du, at de er karske, flade og udstrakte - og at de, når øjet lægger sig ordentligt tilrette i dem, gemmer på et utal af afdæmpede grønne og brune nuancer med stedvise stænk af stærke signalfarver. Du ser for dig, hvordan vestenvinden har formet træerne og tvunget dem til at bøje sig mod øst. Du kan sikkert også fremkalde for dit indre blik, synet af næringsfattige overdrev med viftende græsarter, snerre, klokkeblomster og blåhatte. Hvis du koncentrerer dig, kan du nok også fornemme duften af hyldeblomst, kaprifolie, hunderoser, lyng, hjortetrøst, gederams og surbundsjord.

Måske hører der også til dit minde, en pukkelrygget klitrække, skarpe mågeskrig og et brusende Vesterhav? Nu du er der i dit indre, hvor dette landskabsminde lever, kan du også høre græshoppernes koncert i middagsheden, og insekternes svirrende når de danser over blomsternes lokkende ansigter. Du kan se sommerfugle flyvende lydløst og skønt, som var de i gang med at læse et nodeark, med vindens viskende musik, idet aftenbrisen blidt bevæger hele denne nøjsomme overdådighed og gør den til et bølgende organisk hav af liv og skønhed. Landskabet som det ligger der på randen af sommernatten, badet i rødme solnedgangsllys, kysser dit sind og lægger det til ro.

Ofte sker der det, at vi bliver blinde overfor de omgivelser, vi bebor til hverdag, så mærker vi behovet for at flytte os andre steder hen - og så sker det forunderlige, at vi pludselig kan få øje på landskabet igen. Berusede af det nye steds mange sanseindtryk, som vi pludselig har tid og ro til at lade synke ordentligt ind, mærker vi ikke kun glæden ved det, der er nærværende, men også samtidig kærligheden til det, vi forlod derhjemme.

Nærvær et sted skaber opmærksomhed på noget, der befinder sig et helt andet sted. Der er både noget indlysende og noget paradoksalt og mystisk over denne helt særlige udspændthed i tid og rum, mellem steder, vi gør os fortrolige med og opholder os i med åbenhed og nærvær. Når det sker og når vi er opmærksomme på det, kan vi forstå, hvordan vores hjerner og nervesystemer registrerer verden omkring os på et meget detaljeret og dybt plan. Vi genkender farver, dufte, planter, lys, vind og stemninger det ene sted, som resonerer med noget et andet sted. Ikke nødvendigvis noget fuldstændigt tilsvarende, for bortset fra nærværet, som må være tilstede begge steder, kan du sagtens sidde og stornyde et helt fremmedartet landskab og pludselig opdage, at din opmærksomhed har flyttet sig fra det faktiske nu og ind til det andet sted i sindet. Jo mere vi nedsænker os i vores indre landskabsminder, des rigere bliver de og des lettere bliver det for os, at foretage elegante strejftog ind sindets uendelige univers.

At få øje på nuets kraft og sindets endeløse sletter, er en vidunderlig udvidelse af vores fysiske og mentale rum. Noget vi kan udforske, glædes ved og overraskes over gennem hele livet.

Men hvad er det med netop landskaberne, som er så betydningsfuldt for os som mennesker? Selv oplever jeg, hvordan jeg føler mig godt tilpas ude i store landskaber. Når jeg mærker hvor lille jeg er derude, har jeg den helt rette størrelse i verden – ja i hele universet! Der ude ved horisonten, falder mit sind til ro, mit hjertes slag blive rolige og jeg trækker vejret dybt og ubesværet. Jeg bliver taknemmelig - og ydmyg - over blot det at være tilstede og levende.

For det senmoderne menneske i et stadigt mere kunstigt højhastighedsliv, er det et problem at regulere sit nervesystem. Det marineres i kortisol og adrenalin. Stresshormonerne hæver vores puls, skærper vores agtpågivenhed og gør os rastløse og søvnløse. I den tilstand får vi tunnelsyn og går i overlevelseshold: kæmp, flygt eller frys. Neurologisk forskning har afdækket vores fundamentale behov for at kunne opretholde en sund "toning" af vores vagusnerve, som står for kontakten mellem hjernen og resten af kroppen. Opfinderen af Vagusnerveteorien¹ Stephen Porges, forklarer i sine mange foredrag herom, hvordan vores nervesystemer 'snakker sammen', uden at vi bemærker det. Og at vi har brug for såkaldte 'superregulatorer', som kan hjælpe os med at falde helt til ro inden i. Sådan en superregulator er naturen: vi er gennem evolutionen konditionerede til at lade vores nervesystem regulere ned af naturen. Derfor elsker vi at se solnedgange, betragte et landskab eller nyde stjernehimlen. Derfor elsker vi havet, skoven, sletterne og bakkerne.

Vi er elektromagnetiske væsener, og når vi går barfodede på jorden, er vi i kontakt med dens elektromagnetisme. Det er godt for os, fordi vi derved får udskiftet alle de degenererende positive ioner, vi samler op ved vores PC'er og smartphones, med negative ioner, der er ren livslikvid for vores organisme. Dette sker også, når vi svømmer i havet og det er årsag til det energiløft i krop og sind, en rigtig lækker dukkert altid er.

Naturen er inde i og uden for os. Den strømmer igennem os via stofskiftet som ilt, vand, ioner, enzymer, aminosyrer, vitaminer og mineraler. Den lever inde i os: hver celle er levende natur og vores tarmflora består af flere hundrede gange mere fremmed DNA, end vores egne kroppe rummer, fordi vi er værter for millioner af andre ikke menneskelige organismer: mikrober og svampe. Uden dem kan vi slet ikke leve. Vi spiser naturen, æder os igennem kulturlandskabets rækker af kartofler, gulerødder, ærter og majs. Vi mæsker os i bær og smovser i 'havets frugter'. Vi fylder os med sanseindtryk skabt af naturens materialitet og dens atmosfære. Vi snuser den ind, rører ved den, putter den i munden, gnubber os op ad naturen, sænker kroppen ned i den og lader vinden, vandet, sandet og solen kærtegne vores hud, hår og lemmer. Naturen forkæler vores synsnerver, fortryller vores høresans, ægger vores følesans og vækker vores fantasi og livskraft. I naturens favntag fyldes vi med oxytocin² og endorfiner³. Naturen er erotisk og eksotisk.

"Naturen det billige skidt", sagde en i den sammenhæng ikke særlig klog, Poul Henningsen, i en tid hvor mange foretrak storbylivets 'jungle', og han selv blev helt blød i knæene af benovelse over Josephine Bakers sensuelle dans⁴ iført bananskørt på en dansk jazzklub. For PH var hun selve

¹ The Polyvagal Theory

² Oxytocin er et hormon som skabes naturligt i kroppen. Det kaldes populært for 'kærlighedshormonet'

³ Endorfiner er en type af hormoner, som dannes i hjernen, og blandt andet nedregulerer følelsen af smerte og giver en følelse af eufori.

⁴ Det skabte virak, da Josephine Baker i 1928 besøgte København. Fronterne i den verserende kulturkamp, som PH deltog i, blev endnu tydeligere.

sindbilledet på den uspolerede eksotiske naturs tilsynekomst som koketterende og sindsoprivende underholdning, i den hvide menneskeverdens eksklusive reservat.

De gamle landskabsmalere så på landskabet som en krop – en yppig kvindekrop. De gik ud i naturen og malende løs af ”karsk en bælg”, for du maler nu engang bedst det, du står lige midt i. Sådan var mantraet dengang i romantikken, hvor landskabet stadig var fortryllet og besjælet med både ånd og urkraft. Med deres pensler berørte kunstnerne naturens krop og gjorde den på lærrederne, til deres ejendom. Mennesket har altid været besat af ideen om at eje, beherske og ikke mindst at efterabe naturen. H C Andersen var synsk som få, da han i samme periode skrev *Nattergalen*⁵ og forudså, hvordan menneskene i fremtiden, ville flokkes omkring industriens kunstige frembringelser, klamre sig til dem og tilbyde dem som de dyrebareste skatte.

Men sagen er, at lige meget hvor hovmodige og adskilte vi føler os fra naturen, lige meget hvor bange vi er for den og dens fremmedartede skabninger, så findes naturen, skabningerne og landskabet inde i os hele tiden. Alt hvad vi skaber kommer fra naturen, alt hvad vi bruger kommer fra naturen. Vi kommer jo selv derfra – fra havet først og siden fra landet, som det lå for deres fødder, da de første kravlede ud af vandet og op på landet. Landskabet var det første vi så, da vi blev skumfødte af bølgerne, som gæslingerne, når de kommer ud af æggene og ser gåsepasseren og tror at hun er deres mor, så landskabet og kaldte hende for Moder Jord. Landet ligger og vugger inde i os, det har ligget der siden tidernes morgen – på godt og ondt naturligvis – men hvad end vi gør, så er det der i vores underbevidsthed og her regerer naturen, og det er helt uden for vores bevidstheds kontrol. Dybt inde i vores urmenneskebevidsthed lever visheden om, at vi er natur helt og aldeles og at vi tilhører den og ikke omvendt.

I virkeligheden tror jeg godt, at du også ved det. Men for mange er det blevet en ubekvem sandhed. Fordi den nære relation til naturen også er forbundet med et ansvar. Det ansvar og den forpligtelse, har mange moderne mennesker skubbet væk, glemt, trampet på og fortrængt i forbrugerismens hellige navn. Som kejseren hos H C Andersen, vil vi hellere have en kunstig guldfugl end en grå og kedelig men lyslevende nattergal.

Lige siden René Descartes⁶ i oplysningstiden, opfandt dualismen og placerede naturen uden for mennesket, har vi på mere og mere gennemgribende faconer manipuleret og udnyttet naturen. Ved hjælp af vores ”overlegne” intelligens og evnen til at opfinde stadig mere avancerede teknologier, har vi i den korte geologiske tid vi har været her, gået en sejrende og altødelæggende gang på planeten.

Som landet ligger lige nu, ligger vi! I lort til halsen kunne man sige forureningen taget i betragtning. Eller som i skrivende stund, på årets varmeste dag, med flammerne slikkende om røven. ”Nu brænder lokummet”, ville man sikkert sige i Himmerland. Mon vi når at besinde os i allersidste afgørende sekund? Vil vi fortsætte med at bestjæle og ødelægge naturen og slå med hinanden om stadig knappere ressourcer - for ad den vej til sidst at begå kollektivt selvmord?

⁵ *Nattergalen* er skrevet i 1843 af H C Andersen

⁶ René Descartes f. 1596 var en fransk matematiker, fysiker og filosof.

Eller vil vi samarbejde omkring den fælles opgave, det er at rede os selv og naturen fra døden i flammerne og vandet fra de stigende oceaner?

Jeg ved godt, hvad jeg vil!

Hvad vil du?