



# ”Tilstand av natur” Naturopplevelse i Hans Børli's lyrikk

Knut Egil Bekkevold



Et bidrag til å forstå naturopplevelsens dimensjoner og til å synliggjøre sammenhenger mellom friluftsliv og psykisk helse

Mastergrad  
Institutt for kroppsøving, idrett og friluftsliv  
HIT



Avdeling for allmennvitenskaplige fag  
Hallvard Eikas plass, 3800 Bø



Tittel:	Tilstand av natur. Naturopplevelse i Hans Børli's lyrikk
Nøkkelord:	Friluftsliv, naturopplevelse, meningsdimensjoner, Hans Børli, psykisk helse, fenomenologi, hermeneutikk
Forfattere/	Knut Egil Bekkevold
Studentnr.:	001600
Fagkode:	220909
Oppgavetype:	Mastergrad
Studiepoeng:	120
Studium:	Mastergrad, Institutt for kroppsøving, idrett og friluftsliv
Konfidensiell:	Nei



## I Sammendrag

Friluftslivet åpner opp for en direkte sanselig kommunikasjon og samhandling mellom menneske og øvrig natur. I definisjon og omtaler av friluftsliv er naturopplevelse et sentralt begrep, samtidig som mange hevder naturopplevelse er deres *motiv* for å praktisere friluftsliv. Målet med denne undersøkelsen har vært å belyse de mentale underliggende meningsdimensjoner i naturopplevelsen, belyst gjennom Hans Børlis lyrikk. Undersøkelsens problemstilling har søkt å finne svar på *hvilke* meningsdimensjoner vi kan finne i en naturopplevelse, samtidig med å erverve en dypere forståelse for hvordan disse ulike dimensjoner *arter seg*. Jeg har i undersøkelsen jobbet ut fra en oppfatning av en naturopplevelse som *summen* av kroppslige, tanke- og følelsesrelaterte inntrykk, aktivert av et sanselig samspill mellom menneske og *øvrig* natur. En forståelse av hva som er natur blir et individuelt betinget spørsmål. Vi har ulike oppfatninger av hva som er natur og hva som er kultur, avhengig av vår toleranse for mengde og type menneskeskapt spor i våre omgivelser. Med Dag Østerbergs begrep kan vi kalle den type spor for *sosiomaterie*.

Undersøkelsens innfallsvinkel er fenomenologisk. Vi går til ”fenomenet selv”, til de enkeltstående skildrede situasjoner hvor sansning av *naturelementer* åpenbart finner sted. Maurice Merleau-Pontys fenomenologiske filosofi ligger til grunn som en primær premissgiver for når det er snakk om en relevant naturopplevelse. Gjennom vår kroppslige tilstedeværelse i verden innehar vi en pre-kognitiv, *en førbevisst* kroppslig forståelse av virkeligheten. Forut for vår bevissthet har kroppen en egen forståelse for de sanseintrykk vi erfarer. Vi *bebor* verden med våre kropper og hører *til* natur som en uatskillelig del av en helhet. Med denne felles kroppslige tilhørighet til verden er det mulig for et individ å forstå og erfare tilnærmet hvordan andre individer opplever seg selv og sine omgivelser. Bruken av Merleau-Ponty som innfallsvinkel danner et premiss om *fysisk tilstedeværelse* i det landskap som er kilde til en naturopplevelse. Videre baserer undersøkelsens forståelse av opplevelse på David Abrams redegjørelse for våre sansers egenart. Han beskriver hvordan mennesket som natur har *sanser disponert for naturinntrykk* – Vi får et mer *skjerpet* sanseapparat gjennom lengre tids kontakt med natur. Gjennom et nært samspill med øvrig natur og et *aktivt* bruk av alle våre tilgjengelige sanser, optimaliserer vi forutsetningene for en intens og mangfoldig opplevelse. Vi får en mer helhetlig forståelse av våre omgivelser og av *oss selv* i forhold til disse omgivelser.

Den verden vi til enhver tid bebor kan med Edmund Husserls begrep kalles *livsverden*. Hvilke sanseintrykk vi gjør tilgjengelig og hvordan vi aktualiserer oss selv i forhold til vår livsverden, er avhengig av vårt *prosjekt* og *situasjonens* egenart. Dette er begreper av Jean - Paul Sartre som, slik Bjørn Tordsson fremstiller det, gir perspektiver på hvordan vår opplevelse preges av bakenforliggende og situasjonsbetingede faktorer. Vår *intensjon* med å være der vi er og gjøre det vi gjør gir en bestemt retning og fokus til vår sansing. Videre påpeker Tordsson hvordan fortolkningen av denne utvalgte informasjon er avhengig av vår *sosiokulturelle* bakgrunn – det samfunn vi har vokst inn i. Denne kulturelle ballast er med på å styre hva slags *meningsinnhold* vi er tilbøyelige til å tolke inn i våre sanseintrykk. Samtidig er det språk vi behersker med på å styre *hvordan* vi gjør dette meningsinnhold forstått for oss selv og for andre. Vår språkkompetanse er også med på å styre hva vi klarer å *skjelne*, altså definere og navngi ut fra våre omgivelser.

Hans Børli's tekster har virket særlig velegnet siden de foruten å beskrive et ytre naturmiljø på en innsiktsfull måte, også synliggjør hvordan inntrykkene fra omgivelsene igangsetter og påvirker et tanke- og følelsesliv i menneskesinnet. Jeg har i min fenomenologiske analyse, basert på Paul F. Colaizzis metode, studert de enkeltstående opplevelsesøyeblikk slik Hans Børli skildrer dem. Min erfaring er at Børli's lyrikk er en god kilde til å beskrive hva vår sansing og samspill med natur kan *gjøre med oss*. Innholdet i Børli's skildringer kan sies å ha et universalt preg. Grunnleggende sanseintrykk og stemninger danner basisen for opplevelsens meningsinnhold. Børli skildrer sansbare *naturelementer* og et tanke- og følelsesliv som det er grunn til å tro kan erfares relativt uavhengig av individuell bakgrunn, type naturmiljø og friluftslivspraksis. Nå ser vi også at mye av dagens friluftslivspraksis består av det enkle, tradisjonelle friluftsliv (fotturer) i nærmiljøet, med en åpenbar tilgang til tilsvarende inntrykk som Børli baserer sine skildringer på. Det er grunn til å anta at tilsvarende naturopplevelser kan erfares av flere.

Jeg har i min undersøkelse funnet sju hoveddimensjoner for ulike type meningsinnhold i naturopplevelsen. Disse kan oppsummeres i opplevelse av *estetikk*, *av ro og harmoni*, *av eksistensiell bevisstgjøring*, *av fellesskap*, *av sammenheng* i tilværelsen, *av frihet* og *av mystikk*. Med flere av disse opplevelseskvalitetene følger underdimensjoner – ulike variasjoner av hvordan opplevelsen arter seg innenfor samme tematikk. De ulike meningsdimensjoner kan også oppleves *parallelt*, i en form for *totalopplevelse*. Essensen av

flere av disse meningsdimensjonene virker å være en opplevelse av *seg selv* i kraft av å være i natur. Vi kommer inn i ulike, ofte positive, *mentale tilstander* gjennom vår samhandling med natur.

Det er mulig å finne igjen disse sju opplevelsesdimensjoner i tidligere forskning, noe som styrker resultatenes troverdighet. Vi kan argumentere for at dimensjonene, med rot i noen universelle sanseinntrykk, har en *utbredelse* blant *individer* som praktiserer ulike friluftslivspraksis i forskjellige typer naturmiljø. Vi kan likevel anta at ulike friluftslivspraksis og forskjellige typer naturmiljø har sterkere preferanser for enkelte opplevelser i forhold til andre. Eksempelvis er det nærliggende å tro at fjellandskapet egner seg særskilt for å nære en opplevelse av frihet og oversikt, på lik linje som skoglandskapet er disponert for å få frem mystikken og undringsfølelsen i oss. Noen av dimensjonenes utbredelse kan også åpenbart knyttes til situasjonsbetingede og individsrelaterte kriterier. Momenter som *lengre tidslinjer*, tidligere *kjennskap* til natur og *gjentagende sansning* av natur synes å være viktige.

Det hersker en bred enighet om at friluftsliv har en positiv effekt på fysisk og psykisk helse. Vi kan argumentere for at disse underliggende meningsdimensjoner i naturopplevelsen *kan ha* en betydning for den psykiske helse, avhengig av det enkelte individs totale helsesituasjon. Spørsmålet er hvorvidt de øyeblikkspregede positive opplevelser forårsaker en *mental velvære* i selve situasjonen, eller om slike opplevelser (gjentatt over tid) kan ha en mer langsiktig permanent effekt på individets psykiske helse. Sett i lys av noen redegjørelser for helseutfordringer tilknyttet det moderne vestlige samfunn, kan vi antyde friluftslivets helserelevans. Vi kan nevne nøkkelord som *stabilitet* og *sammenheng*, *lengre tidslinjer* (mindre stress), *oversikt*, *harmoni*, *selvbekreftelse*, grunnleggende *aktivering* av egne evner og opplevelse av *handlekraft*.

Opplevelsesdimensjonene er avhengig av hvordan vi som enkeltindivider fokuserer i vår samhandling med natur. Samtidig kan og bør de potensielle kvalitetene i naturopplevelsen spille en rolle for hvordan vi *forvalter* våre naturområder og hvordan friluftslivets innhold rent pedagogisk blir *formidlet og vektlagt*. Disse forhold henger sammen. Hvordan ulike naturmiljø og naturelementer blir *aktualisert* for våre sanser og for vår bevissthet, avgjør grunnlaget for våre naturopplevelser i friluftsliv.

Korkduppen som forsvant, erstattet av små ringer mellom nøkkesene,  
- og hele min verden var samlet i den bevegelsen.

Det "brune løvet" på marka, som jeg fikk se på ny,  
- og brått var det mengder av traktantarell i eventyrskogen.

Inntrykk i et barnesinn, referanser for livet.

Til min mor og far

I stor takknemlighet for å veilede meg inn i det rike naturlivet

## II Forord

Den går hit	- den går dit
Den går rundt	- en liten bit
Den startar på ett kick	- det är en makalös manick /.../ det är
En evighetsmaskin	- En evighetsmaskin
En evighetsmaskin	- En evighetsmaskin, en...

(fritt etter Michael B. Tretows sang "Den makaløsa manicken")

Arbeidet med et abstrakt fenomen som naturopplevelse har i mine fire anvendte år vært givende, men som teksten ovenfor indikerer - fortonet seg som en stadig omformingsprosess, lik isen på en bre som smelter ned og fryser seg på igjen i en evigvarende (hermeneutisk...) vekselgang. I perioder har også arbeidsprosessen *stivnet*, og måttet lide i skyggen av andre høytropende gjøremål. Først og fremst en stor takk til min vegleder Alf Odden - som med sin tålmodighet, kombinert med presis, innsiktsfull og engasjerende vegledning har hjulpet meg frem til et punkt hvor jeg føler jeg kan avslutte prosessen. Også en stor takk til Annette Bischoff, som på min første skoledag som mastergradsspire utbrøt på sitt klingende danskmål - "Ja men, Knut Egil, du må jo skrive om opplevelse". Det siste året som mastergradsstudent har jeg også arbeidet som lærer i et stimulerende miljø ved Høgskolen i Hedmark, avd. for helse- og idrettsfag. En takk til hele miljøet, særskilt til Thorsteinn Sigurjonsson og Bente Ovèdie Skogvang for fruktbare metodetips, og til mine navnebrødre Stein Egil Hervik og John Egil Jakobsen for gjennomlesning og hyppige "Egilmøter" over en kaffekopp eller fem. Takk til min bror, Gorm, for nyttige innspill til språk og begreper. Takk til Hans Børli, som trosset koiekulturen i et tømmerhoggermiljø og satte ord til sitt sjelsliv. Ord som tydeligvis gir gjenklang i andres tanker og opplevelser, inkludert mine. Sist men ikke minst, en stor takk til min kjæreste Sølvi for gjennomlesning, og som i de tre årene vi har vært sammen kun har kjent meg som en mastergradsspire. Jeg har forsaket mye av oss på grunn av det og gleder meg til å kunne være mer deltagende og umiddelbar igjen.

Min friluftslivsinteresse og hele grunnlaget for å velge en undersøkelse som denne, dedikerer jeg til mamma og pappa, Leikny og Kjell Bekkevold

Knut Egil

Elverum 28. mai 2008

## Innhold

<b>I Sammenheng</b> .....	<b>3</b>
<b>II Forord</b> .....	<b>7</b>
<b>1.0 Naturopplevelse i friluftsliv gjennom Hans Børli's lyrikk</b> .....	<b>10</b>
1.1 <i>Friluftsliv og helse - Undersøkelsens rammebegreper</i> .....	12
1.1.1 Friluftsliv .....	12
1.1.2 Helsebegrepet og helseutfordringer .....	15
1.2 <i>Naturopplevelse i friluftsliv</i> .....	19
1.2.1 Hvorfor dissekere et kompleks fenomen som naturopplevelse? .....	20
1.3 <i>Tidligere forskning</i> .....	21
1.3.1 Naturopplevelsens forutsetninger og innhold .....	22
1.3.2 Tidligere forskning og publikasjoner basert på Hans Børli's liv og diktning .....	25
1.3.3 Friluftsliv og helse.....	27
1.3.3 Oppsummering .....	30
1.4 <i>Undersøkelsens problemstillinger med begrepsavklaringer</i> .....	30
1.4.1 Meningsdimensjoner .....	31
1.4.2 Opplevelse .....	33
1.4.3 Natur .....	34
1.4.4 "Arte seg" for individet .....	37
1.4.5 "Øyeblikk" og "Situasjon" .....	37
<b>2.0 Naturopplevelsens forståelsesgrunnlag og premisser</b> .....	<b>39</b>
2.1 <i>Fenomenologisk filosofi</i> .....	39
2.1.1 Tillit til den subjektive beretning .....	41
2.2 <i>"Kroppens fenomenologi"</i> .....	42
2.2.1 Muligheten for innlevelse, forståelse og gjenkjenning mellom individer.....	43
2.3 <i>"Sansenes magi"</i> .....	44
2.3.1 Menneskets sanser disponert for naturelementer .....	46
2.4 <i>Sosiokulturell ballast</i> .....	48
2.5 <i>Situasjon og prosjekt. Sansenes fokus</i> .....	49
2.6 <i>Innfallsvinkel og premisser. Oppsummering</i> .....	51
2.7 <i>Teorikritikk</i> .....	53
<b>3.0 Kildevalg og analysearbeid</b> .....	<b>55</b>
3.1 <i>Fenomenologisk analyse, hermeneutisk fortolkningsprosess</i> .....	55
3.2 <i>Forskers forståelse av naturopplevelse</i> .....	58
3.3 <i>Valget av kildemateriale</i> .....	60
3.3.1 Naturlyrikk .....	61
3.4 <i>Hans Børli, bakgrunn og lyrikk</i> .....	62
3.4.1 Hans Børli's liv, virke og forfatterskap .....	62
3.4.2 Friluftslivets praksis og Hans Børli's naturmøter.....	64
3.4.3 Hans Børli's direkteskildrede øyeblikk .....	65
3.5 <i>Analysearbeidet. Et bakteppe av overlappende metodeforslag</i> .....	67
3.5.1 En sirkulerende pendelbevegelse – en hermeneutisk fortolkningsprosess.....	68
3.5.2 Analyse av Hans Børli's dikt ved bruk av Paul F. Colaizzis metode .....	70
3.5.3 Fokus i analysearbeidet. Hva har jeg sett etter i Hans Børli's dikt?.....	73
3.6 <i>Metodekritikk</i> .....	74
3.7 <i>Etiske betraktninger</i> .....	77



<b>4.0 Meningsdimensjoner i naturopplevelsen, belyst gjennom Hans Børlis lyrikk .....</b>	<b>78</b>
4.1 <i>Den estetiske opplevelse</i> .....	79
4.2 <i>Opplevelse av ro og harmoni. Den levende stillhet</i> .....	81
4.2.1 Ytre stillhet, indre uro. ....	83
4.3 <i>Opplevelse av sammenheng</i> .....	84
4.3.1 Gjentakende livsreferanser .....	85
4.3.2 ”Tankeajóur”. Indre sammenheng .....	87
4.4 <i>Eksistensiell opplevelse</i> .....	88
4.4.1 Opplevelse av tilstedeværelse .....	89
4.4.2 Sansglede .....	91
4.4.3 Opplevelse av innflytelse .....	93
4.4.4 Oversikt, egen plassering i tilværelsen .....	94
4.5 <i>Opplevelse av frihet</i> .....	95
4.5.1 Frihetslengsel .....	96
4.6 <i>Fellesskapsopplevelse</i> .....	97
4.6.1 Opplevelse av et ”utvidet jeg” .....	98
4.7 <i>Opplevelse av mystikk</i> .....	99
4.7.1 Opplevelsen av undring, lengsel og vitebegjær .....	100
4.7.2 Uttrykkstrang .....	102
4.8 <i>Tilstand av natur. Oppsummering</i> .....	103
<b>5.0 Resultatenes troverdighet, bekreftbarhet og overførbarhet. Diskusjon .....</b>	<b>104</b>
5.1 <i>Troverdighet</i> .....	104
5.1.1 Manglende dimensjoner og ambivalente verdier .....	105
5.1.2 Teorivalgets premisser .....	107
5.1.3 Analysearbeidet .....	108
5.1.4 Et spesifisert fokus .....	109
5.1.5 Er problemstillingen besvart? .....	110
5.2 <i>Bekreftbarhet. Støtte i annen forskning?</i> .....	111
5.2.1 Har dimensjonene fått riktig uttrykk og innhold? .....	112
5.2.2 Bekreftelse i annen forskning .....	113
5.3 <i>Resultatenes overførbarhet</i> .....	116
5.3.1 Overførbarhetsverdi mellom Børlis øyeblikk og friluftslivets praksis .....	117
5.3.2 Særskilt relevans for opplevelse av natur? .....	119
5.3.3 Overførbarhet mellom individer .....	121
5.3.4 Relevans for individets opplevde helse .....	123
5.4 <i>Mulige konsekvenser for naturforvaltning og veiledning i friluftsliv</i> .....	127
5.5 <i>Aktuelle problemstillinger for videre forskning</i> .....	130
<b>6.0 Litteratur og kilder .....</b>	<b>133</b>
6.1 <i>Primærlitteratur</i> .....	133
6.2 <i>Sekundærlitteratur</i> .....	134
6.3 <i>Andre kilder</i> .....	139

## 1.0 Naturopplevelse i friluftsliv gjennom Hans Børli's lyrikk

/.../ Du står att i stillheten  
og hører vingeslagene ei stund  
etter at du ikke hører dem lenger.  
Står der som i en skygge av lyd  
og aner et ordløst svar  
du ikke kan finne spørsmålet til<sup>1</sup>

Friluftslivet åpner opp for en direkte sanselig kommunikasjon og samhandling mellom menneske og øvrig natur. Hensikten med denne undersøkelsen har primært vært å belyse *hvilke* kvaliteter en naturopplevelse i friluftsliv *kan* romme. Jeg har forsøkt å beskrive inngående hvordan disse kvaliteter *arter seg*, uttrykt av det enkelte individ. Sekundært har målet med undersøkelsen vært å synliggjøre opplevelseskvalitetenes relevans for dagens friluftslivs praksis og forstå mulige sammenhenger mellom friluftsliv og en positiv psykisk helse. Min oppfatning er at en opplevelse bygger på både fysiologiske, tankerelaterte og følelsesmessige inntrykk, som aktiveres av et samspill mellom mennesket og sine omgivelser. Jeg har derfor primært fokusert på følelses- og tankevirksomheten i min belysning av opplevelse av natur – der dette åpenbart er forårsaket av en fysisk tilstedeværelse og aktiv sansning i et naturlandskap. For å få et innblikk i de underliggende tanke- og følelsesdimensjoner med opplevelsen, har jeg søkt etter egnede subjektive beskrivelser hvor forfatteren har *kjent etter* hva naturinntrykkene faktisk gjør med vedkommende. Min formening har vært at lyrikk egner seg til å formidle nettopp dette underliggende og at dikteren Hans Børli (1995) lyrikk er spesielt velegnet. Hans Børli's samlede verker av lyrikk utgjør kildegrunnet for undersøkelsens opplevelsesanalyse.

Hans Børli (1918-1989) er en kjent dikter ifra Eidskog, som i mange av sine lyriske tekster skildrer naturlandskap og samspillet mellom menneske og natur. Børli beskriver et ytre naturmiljø kombinert med en innsiktsfull gjengivelse av hvordan mennesket sanser, handler, tenker og føler i samspillet med disse omgivelsene. Børli evner å skildre hva sanseintrykk fra naturelementer *gjør med ham*, hvordan de påvirker hans indre sinnstilstand.

---

<sup>1</sup> Børli 1995: 298, "I høstskogen"

Så lenge jeg har hatt et bevisst forhold til friluftsliv og naturlitteratur, har det forundret meg hvor ofte jeg har støtt på henvisninger og referanser fra Hans Børli's lyriske diktunivers. Børli blir brukt i påfallende mange ulike sammenhenger. Jeg har opplevd flere foredragsholdere<sup>2</sup> og forfattere sitere ifra Børli for å få frem og forsterke sine poenger, for å få sine tilhørere eller lesere inn i en bestemt stemning, eller for å gi en god nok beskrivelse av sine egne naturopplevelser. Fra litteraturens verden kan vi nevne utredningsheftet om *støy og stillhet* av den profilerte friluftslivsveilederen Nils Faarlund (1992), hvor det henvises til Hans Børli's diktning i omtalen av stillhet og stillhetens kvaliteter<sup>3</sup>. I et "Ut i naturen" – program benytter journalist og programleder Trond Berg et lydklipp hvor Børli selv leser dikt<sup>4</sup>, med den åpenbare hensikt å synliggjøre skogens verdier og mangfold som en kontrast til de rent økonomiske vurderinger og syn på hogstmoden tømmer. Det eksisterer en egen forening, *Børliselskapet*, med over 500 medlemmer<sup>5</sup>. Selskapet har siden 1992 arrangert kulturaftenen "Junikveld", som holdes utendørs på Børli's egen oppvekstplass i Eidskog, Børlitun. Arrangementet har trukket opp imot 1500 tilhørere og flere kjente personligheter, eksempelvis Erik Bye, har deltatt og bidratt med deres egen tolkning og deklamering av Børli's dikt. Vi finner også flere eksempler på teatraliske oppsetninger som baserer seg på Børli's diktunivers.<sup>6</sup>

Børli skildrer naturens mangfold, stemninger og ulike elementer på en øvet og moden måte. Men det slår meg hvor ofte Hans Børli's dikt også blir trukket frem og referert til i sammenhenger hvor det utvilsomt handler om å belyse mentale positive tilstander i menneskesinnet.<sup>7</sup> Jeg får inntrykk av at det er flere enn meg som "blir truffet" og finner gjenklang i Børli's lyriske naturskildringer. Gjennom min egen gjenkjennelse og gjennom mange andres henvisninger til diktningen, har jeg en klar formening om at Hans Børli's lyrikk egner seg godt til å belyse utbredte meningsdimensjoner i friluftslivets naturopplevelser.

---

<sup>2</sup> Jeg opplevde dette både på "Kultur og helse" -konferanse i Oslo i november 2006, og Friluftslivskonferansen i Kristiansand juni 2007, for å nevne noen nylige eksempler

<sup>3</sup> Se f. eks innledningen – Faarlund 1992:2

<sup>4</sup> "Ut i naturen" sendt 04.12.07 på NRK1. Børli deklamerer diktet "Vi eier skogene", som finnes i Børli 1995: 90

<sup>5</sup> Nettsiden til Hans Børli-selskapet er pr mars 2008, [www.borli.org](http://www.borli.org). Medlemmer mottar også en medlemssavisen "Tyristikka", tre ganger i året.

<sup>6</sup> Et nylig eksempel på dette i skrivende år, 2008 er Anne Marit Jacobsens forsetilling "Nå" som holdes på nasjonalteateret. Forestillingen baserer seg utelukkende på Hans Børli's diktning. Et annet er "Børli med Øks og lyre (det røde sekund)" av Per-Øyvind Berg (Tyristikka 2/2006:5)

<sup>7</sup> Se f.eks innledningen til Anne Fogts (2000) bok om "Natur, helse og livsglede"

## **1.1 Friluftsliv og helse - Undersøkelsens rammebegreper**

Naturopplevelsens meningsinnhold og kvaliteter er hva denne undersøkelsen skal belyse gjennom problemstillingene.<sup>8</sup> Resultatene vil på mange måter kunne tale for seg hva gjelder betydning og rolle for det enkelte individ som opplever natur. Likevel vil det være nødvendig og interessant å *diskutere* hvorvidt disse kvaliteter er sannsynlige for dagens friluftsliv. Er de sanseinntrykk lett tilgjengelige og utbredt blant dagens friluftslivspraksis, og er det sannsynlig at de samme fortolkninger av mening gjøres i dagens naturopplevelser? I tillegg er det relevant å diskutere hvorvidt opplevelsesinnholdet har relevans for individets psykiske helse, sett i lys av noen skisserte samfunnsrelaterte utfordringer tilknyttet psykisk helse.

Friluftsliv og helse er dermed rammebegreper for de resultater undersøkelsens problemstilling og forskningsdesign<sup>9</sup> måtte belyse. Naturopplevelsens kvaliteter skal drøftes i hvilken praktisk kontekst (friluftsliv) de kan erfares og i hvilken sammenheng (individ, friluftsliv og helse) disse kvalitetene kan spille en rolle *utover* friluftslivets og naturopplevelsens opplagte egenverdi.

### **1.1.1 Friluftsliv**

Førsteamanuensis i friluftsliv, Bjørn Tordsson (2003) relaterer friluftsliv til ”praksis, felt og diskurs”<sup>10</sup>, som et uttrykk for ulike plan av fenomenet og begrepet friluftsliv. Med *praksis* sikter han til de konkrete handlinger og aktivitetsmønstre innenfor friluftslivet og med *felt* hvilken kontekst fenomenet friluftsliv befinner seg innenfor, med et særskilt fokus på ”individ, natur og samfunn”.<sup>11</sup> Diskursen relaterer han til den språklige omtale og debatten om friluftsliv. En endelig definisjon av hva friluftsliv er og ikke er har vært en kilde til evig debatt i friluftslivsmiljøer, hvor mange ulike praksiser ønsker å oppfylle kriteriene for å kunne kalles friluftsliv. Friluftsliv blir definert forskjellig mellom ulike bidragsytere og i ulike sammenhenger hvor ”friluftslivsstempelet” ønskes inkludert. Det er en lang, og i denne sammenheng kanskje unødvendig oppgave å diskutere seg frem til et bombastisk skille for

---

<sup>8</sup> Se kap. 1.4 for problemstillingens konkrete formulering

<sup>9</sup> Hvordan forskningsprosjektet er satt sammen. Valg av perspektiver, problemstilling(er) teoretisk innfallsvinkel og metodevalg - inkludert valg av kilder, hører til et forskningsdesign.

<sup>10</sup> Tordsson 2003:71

<sup>11</sup> Tordsson 2003:72

hva som er friluftsliv eller ikke. Ikke minst blir det en vanskelig grensegang å avgjøre om en naturopplevelse faller innenfor en bestemt *oppfatning* av friluftslivspraksis eller ikke og hvorvidt den som opplever selv mener det er friluftsliv<sup>12</sup> som blir praktisert.

Selv om det metodiske i denne undersøkelsen dreier seg om litteraturanalyse, hører undersøkelsen til under faget friluftsliv. Hvilket friluftsliv relaterer vi så denne undersøkelse til? Det har vært nærliggende å ta utgangspunkt i den offentlige definisjonen av friluftsliv som ”opphold og fysisk aktivitet i natur i fritiden med sikte på miljøforandring og naturopplevelse”<sup>13</sup>, siden dette definisjonsforslaget underbygger oppfattelsen av naturopplevelse som et sentralt begrep og fenomen i friluftslivet. Men holdningen til Børli skildringer og naturmøter som overførbare til friluftslivets praksis gjør det vanskelig å godta definisjonens premiss om friluftsliv *i fritiden*. Jeg ser absolutt muligheten for naturopplevelsens kvaliteter kan erfares i en arbeidssituasjon, om det så er gjennom skogsarbeid slik Hans Børli bedrev, som vegleder innenfor friluftsliv, som bonde som fører buskaper til seterbeite, eller gjennom andre yrkessammenhenger hvor mennesket måtte bevege seg i et utpreget naturlandskap. Tordsson (2003) påpeker også et annet problematisk forhold med denne definisjonen - forslaget reduserer friluftslivspremissene til å omhandle en fysisk tilstedeværelse, uten å gi oppklarende begrunnelser for *hvorfor* nettopp dette opphold i natur, hvilken *hensikt* og *hvilket utbytte* av naturoppholdet som er sentralt.<sup>14</sup> Individets begrunnelse og utbytte av å være i natur er ikke uvesentlig, jobbrelatert eller ikke. Intensjonen med en tilværelse i naturlandskapet er med på å styre sansefokus og opplevelsen av den enkelte situasjon.

Hvilken konkret friluftslivspraksis faller så innefor undersøkelsens innfallsvinkel og premisser? I undersøkelsens kommende redegjørelse av teoriforankringen, vil det bli lagt en del føringer for hva slags type friluftslivspraksis som er relevant. Disse vil sammenfalle med de premisser som blir lagt til grunn for en relevant naturopplevelse.<sup>15</sup> Innfallsvinkelen legger opp til et bredt spekter av friluftslivspraksis som inkluderer mange ulike prosjekter og forskjellige naturmiljøer. En grunnleggende premiss vil imidlertid tuftes på en fysisk

---

<sup>12</sup> Børli ville antageligvis avkreftet at han bedrev friluftsliv når han høstet materiale og inspirasjon til mange av hans naturskildringer, men for oss som bedriver friluftsliv i dag er de samme skildringer like fullt relevante og gjenkjennelig for den type opphold og samhandling vi har i og med natur.

<sup>13</sup> St.meld. nr 39 2000-2001: 9

<sup>14</sup> Tordsson 2003:13 Nå sier definisjonen at miljøforandring og naturopplevelse er siktemålet, men Tordsson etterlyser antagelig en ytterligere presisering i hva natursamspillet skal føre til.

<sup>15</sup> Se teorikapitel 2.0 og utover. Kap. 2.6 foretar en oppsummering av de teoretiske premisser.

tilstedeværelse, hvor mennesket aktivt tar i bruk egne sanser i en nær samhandling med øvrig natur. En utpreget bruk av hjelpemidler som fremmedgjør oss selv fra den direkte sansning av natur, og som dermed passiviserer deler av vår potensielle sanselighet og kommunikasjonsevne med omgivelsene, vil dermed falle utenfor friluftslivsforståelsen.

Et sentralt kriterium er at friluftslivet foregår i omgivelser det enkelte individ oppfatter som *natur*. Like fullt som naturopplevelsens kvaliteter er et uttrykk for en bestemt type friluftsliv, kan vi si at det kommer som en følge av naturkontakt, av samhandling mellom menneske og øvrig natur. Innfallsvinkelens oppfatning av friluftsliv tar høyde for et uteliv i alle former for naturmiljø, og tar høyde for at de samme opplevelseskvaliteter kan erverves på fjellet, ved kysten, så vell som i skog. Selv om Hans Børli primært skildrer situasjoner og øyeblikk hvor opplevelsen åpenbart finner sted i et utpreget skogmiljø, og det er nærliggende å knytte opplevelsesinnholdet til friluftsliv i skog, er det min oppfatning at samme meningsinnhold forekommer i andre typer naturmiljøer hvor friluftsliv utøves. Likevel er det nærliggende å tro at forskjellig naturmiljø og ulik friluftslivs praksis vil favorisere visse opplevelsesdimensjoner fremfor andre.

I Alf Oddens (in prep) doktoravhandling fremstilles en undersøkelse av oppslutning rundt friluftslivsaktiviteter. Her svarer hele 95 prosent (N=2522) at de deltar i ulike typer friluftslivsaktiviteter. Av disse er det 82 prosent som gjennomfører fotturer, 72 prosent svarer de *går i skogen*, noe de i gjennomsnitt gjør 44 dager i året.<sup>16</sup> Fotturer er dermed den praksisform som forekommer hyppigst i friluftslivet. I tillegg ser vi en høy oppslutning rundt aktiviteter som skiturer, sopp - og bærplukking, fiske- og jakturer, båtturer, bading og sykkelurer. Det interessante er at slike tradisjonelle aktiviteter er sterkt representert i forhold til oppslutningen rundt de nyere utstyrskrevene aktiviteter, eksempelvis klatring, brevandring og elvepadling. Mye av *friluftslivets praksis* kjennetegnes med andre ord fortsatt av tradisjonsbundne og lite utstyrskrevene aktiviteter, åpenbart som følge av en utbredt benyttelse av et hverdags- og lavterskelfriluftsliv i nærmiljøet der vi bor. Det er også verdt å merke seg at mange av fotturene gjennomføres i skog, følgelig med tilgang til samme type sanseinntrykk som det Børli har lagt til grunn for sine lyriske betraktninger.

---

<sup>16</sup> Odden In prep: 62

## 1.1.2 Helsebegrepet og helseutfordringer

Selv om undersøkelsens primært søker å belyse naturopplevelsens innhold, og relatere resultatene til dagens friluftslivspraksis, er det også relevant og i interesse å synliggjøre opplevelseskvalitetenes potensielle betydning for helse. Siden vi ser på de mentale dimensjoner ved naturopplevelsen, er det også naturlig å spesifisere deres relevans for individets psykiske helse eller den mer øyeblikksrelaterte mentale velvære. I undersøkelsens diskusjonsdel vil derfor også dette bli drøftet. For å gjøre dette må vi vite hva vi legger i selve helsebegrepet. Samtidig må vi danne oss et bilde av de utfordringer vi står ovenfor i dagens moderne samfunn tilknyttet psykisk helse – den type utfordringer hvor friluftslivet kan tenkes å spille en rolle og hvor naturopplevelsens innhold *kan* representere en vesentlig *forskjell*.

Forslagene spenner vidt, ifra å gi klare faktorer for hva som ligger til grunn for en god helse, til å hevde at det er umulig med en definisjon, da vi alle bærer på vår egen subjektive helse.<sup>17</sup> Vi ser at flere definisjonsforslag og omtaler om helse tar utgangspunkt i en helhetstankegang knyttet til helse.<sup>18</sup> John Gunnar Mæland (2005) foretar en grundig gjennomgang av begrepet helse og definisjonsforslag fra ulike bidragsytere. I denne omtalen tar han blant annet utgangspunkt i Verdens Helseorganisasjons (WHO) forslag, og presiserer at de i 1946 omtalte helse som

*./.../ mer enn fravær av sykdom og svakhet. Helse ble her definert som ”fullstendig fysisk mentalt og sosialt velbefinnende”. Denne formuleringen er blitt kritisert for å være utopisk, og Verdens helseorganisasjon har også brukt en mer avdempet definisjon i sitt program ”Helse for alle innen år 2000”, hvor helse beskrives som ”evnen til å kunne leve et økonomisk og sosialt produktivt liv”<sup>19</sup>*

I likhet med flere andre bidrag tar altså Verdens Helseorganisasjon til ordet for en helseoppfatning som favner mer enn de rent fysiologiske dimensjoner ved et menneske. Både fysiske, sosiale og mentale momenter vektlegges som betydning for hvordan oppfatte egen

---

<sup>17</sup> Fugelli 2003: 13

<sup>18</sup> Se f. eks definisjon av Hjort (1994) i Mæland 2005:26, samt påpekning av opprinnelsen til begrepet ”helse” av Fugelli & Ingstad (2006) i Grimen & Ingstad 2006:18

<sup>19</sup> Mæland 2005:25

helse. Nå må vi ikke glemme betydningen av de rent målbare fysiologiske faktorer<sup>20</sup> for god helse, men like fullt er det viktig å ha med perspektiver som *livskvalitet* og den *selvopplevde helse*<sup>21</sup> når vi skal forstå det enkelte individs helsetilstand. Vi har tidligere indikert hva vi legger i en *opplevelse*, som bygger på både fysiske sanseinntrykk, tanke- og følelsesliv relatert til en samhandling mellom individ og omgivelser. Det er interessant å registrere at et slikt holistisk syn også gjelder for flere redegjørelser for hva *helse* innebærer.

Helsedepartementet (2002-2003) poengterer at ”psykiske problemer og lidelser er i ferd med å bli den nye store helseutfordringen både i Norge og andre vestlige land”.<sup>22</sup> Psykisk uhelse er et problemområde i vekst og tar mer over for de mer tradisjonelle rent fysiologisk relaterte sykdommer.<sup>23</sup> De skildrer også omfattende ringvirkninger av psykiske plager. ”Byrdene på familiene til personer med psykiske lidelser omfatter alt fra økonomiske problemer til følelsesmessige reaksjoner, stress og begrensninger på sosiale aktiviteter”.<sup>24</sup>

Mange av utfordringene relatert til helse er av global art.<sup>25</sup> Samtidig finner vi problemer som relateres til mellommenneskelige forhold, hvor det kan være andre helsetiltak som er nødvendig enn friluftslivet og naturopplevelsens kvaliteter. Vi kan nevne faktorer som mobbing i skole, seksuelle trakassering på arbeidsplassen, eller psykisk og fysisk vold i hjemmet.<sup>26</sup> Samtidig finner vi flere uttalelser som poengterer helseutfordringer knyttet til hvordan vi lever våre liv i den vestlige moderne kultur. Utfordringer knyttet til individets fysiske og psykiske helse, med en åpenbar relasjon til vår *livsstil*. Dette er plager og utfordringer som kan forankres i hvordan det moderne samfunn er strukturert og fungerer, og hvilke krav, implisitt<sup>27</sup> eller eksplisitt, som blir stilt til det enkelte individ.<sup>28</sup>

---

<sup>20</sup> Eks oksygenopptak, blodårenes tetthet etc

<sup>21</sup> Se Fugelli 2003:13 for et *ytterliggående* individperspektiv på begrepet helse

<sup>22</sup> Stortingsmelding nr. 16 2002- 2003:22

<sup>23</sup> Vårt fokus på psykisk helse i denne undersøkelsen fører til flere tilfeller av å skille mellom fysisk og psykisk helse. Dette gjøres primært for å forenkle bildet og gjøre fremstillingen ryddig. Vi må ikke glemme det faktum at fysisk og psykisk helse ofte henger sammen og er gjensidig avhengig av hverandre.

<sup>24</sup> Stortingsmelding nr 16 2002- 2003: 22

<sup>25</sup> Det er nok å nevne de store sykdommene som Aids og kreft. Vi kan også nevne store faktorer som arbeidsledighet og hungersnød.

<sup>26</sup> Jeg utelukker ikke med dette at friluftsliv brukt som et instrument også kan være et effektivt virkemiddel i behandling av denne type problemer. Flere forskningsbidrag viser nettopp at naturkontakt effektiviserer terapien, se f. eks bidrag fra Eikenes & Hoffart (1998) omtalt av Strumse & Aarø (1998) i Bischoff m.fl. 2007:22-23 . Likevel krever det bruk av friluftslivet i organisert form. Sannsynligheten for at den selvstendige, frie naturopplevelsen skal få bukt med den type helseproblemer, synes imidlertid ikke umiddelbar.

<sup>27</sup> En del krav til oss selv er vel *selvpålagt*, og kanskje noe vi innbiller oss vi må strekke oss etter, uten at dette er reelle forventninger fra våre medmennesker.



Flere peker på generelle forhold ved vårt moderne liv som kan ha negativ innflytelse på vår psykiske helse. Professor i allmenntilleggsmedisin og sosialmedisin, Per Fugelli (2005) kritiserer vårt syn på helse og det perfekte. Hans redegjør for hvordan vår *nulltoleranse* ovenfor svakheter, feil og mangler fører til et snevert syn på hva som er god helse, og hva som er et godt og vellykket liv.<sup>29</sup> Resultatet kan for mange bli et jag etter det perfekte, et *prestasjonsjag* med fare for en *svekket mestringsfølelse* og følelse av *avmakt* i det vi ikke når opp til våre skyhøye idealer, mål og krav til oss selv. I tråd med dette blir tempoet stadig skrudd opp. Vi skal rekke over stadig mer, samtidig med en økende mengde av informasjon som vi må ta stilling til. Lege og spesialist i psykiatri, Finn Skårderud (1998), skildrer dette godt i boka "Uro". Han beskriver vårt flyktige sinn, og en rastløshet kan prege oss. Det moderne samfunn tuftes på *forandring, omsetning og utvikling*.<sup>30</sup> Vi må kontinuerlig omstille oss og finne mening i tilværelsen, tuftet på stadig skiftende vilkår. Skårderud sier at "Nettopp i en omskiftelig kultur settes det store krav til til den indre psykologien, til evnene til å erfare helhet og sammenheng".<sup>31</sup> Det er vanskelig å finne trygge holdepunkter i verden, hvor "fraværet av det faste skaper orienteringsproblemer".<sup>32</sup> Skårderud skildrer også, i likhet med Fugelli (2005), vår opplevelse av stadig *mangel på tid*.<sup>33</sup> Et "faktum" vi synes stadig å bli konfrontert med.

Også Professor II i folkehelse, og initiativtaker til NaKuHel-konseptet<sup>34</sup>, Gunnar Tellnes (2003) gir en generell beskrivelse av vår tids helseutfordringer og mulige besvarelser av disse. Han påpeker at -

En rekke personer sliter i dag med psykososiale problemer som mistrivsel, ensomhet, uklare kroniske smertetilstander, angst, depresjon, rusmisbruk, vold og mishandling. med et samleuttrykk kan dette kalles "fysisk, psykisk og sosial miljøforurensning" /.../

---

<sup>28</sup> Ikke dermed sagt at vold, seksuell trakassering og mobbing ikke kan være knyttet til livsstil og vår moderne samfunnsstruktur. Jeg velger imidlertid her å skille ut de tendenser knyttet til psykisk helse og velvære hvor livsstilsvariabelen friluftsliv/ikke friluftsliv kan tenkes å spille en åpenbar rolle.

<sup>29</sup> Han nevner blant annet hvordan gravide par velger bort ufødte på grunn av avdekkede "feil". Et uheldig fokus på at alt skal være "perfekt".

<sup>30</sup> Skårderud 1998:21

<sup>31</sup> Skårderud 1998:23

<sup>32</sup> Skårderud 1998:21 Skårderud sier imidlertid ikke at dette er ubetinget negativt. Vi får også en handlefrihet med på kjøpet, og står selv fritt til å velge vår vei blant mange muligheter. Likevel kan denne karusellen virke uoversiktlig, komplisert og oppjaget for andre.

<sup>33</sup> Skårderud 1998:19-20

<sup>34</sup> Natur-Kultur-Helse. Konseptet søker å stimulere mennesket til aktivitet og til å uttrykke seg gjennom et bredt spekter av kultur- og naturbaserte aktiviteter. Helsedepartementet (2002) nevner spesifikt dette senteret i sin St.meld. nr 16 om folkehelsepolitikk, dog under fanen for "kultur og helse". Naturkontakt er også en viktig dimensjon ved dette konseptet.

Mangel på livsglød og harmoni gjør at mange i dag misbruker tobakk, alkohol, rusmidler og medikamenter for å løse problemene sine. Fremmedgjøring, isolasjon og oppløste familier har følgelig synliggjort behovet for å bygge nettverk og skape positive helsefremmende aktiviteter i nærmiljøet /.../ Det moderne samfunn legger opp til et tempo og et forventningspress som gjør at mange kommer på etterskudd, føler lite harmoni og får mestringsproblemer.<sup>35</sup>

For å ta tak i disse problemene som Tellnes beskriver, taler han for å tilrettelegge for flere naturlige møteplasser mellom mennesker. Steder i nær kontakt med natur hvor mennesker kan møtes og utvikle seg selv og hverandre gjennom kultur- og/eller naturbaserte aktiviteter.<sup>36</sup>

Flere peker altså på utfordringer som kan begrunnes i hvordan vi lever våre liv i et vestlig moderne<sup>37</sup> samfunn. Inntrykk og krav preger det enkelte individ, og kan i ulike tilfeller falle negativt ut for den psykiske helse. Vi kan oppsummere disse redegjørelsene i nøkkelord som *tidsjag* og *stress*, *flyktighet*, *angst* og *depresjon*, *ensomhet*, *fremmedgjøring* og *uoversiktlig*het, *avmakt* og *mangel på mestringsfølelse*. Vi ser at en *uro* kan prege det moderne sinn. Samtidig gies det uttrykk for problemer knyttet til økt *isolasjon* og en *understimulus* av det å være menneske.

Selv om vi ennå ikke har gjennomgått opplevelsedsdimensjonene i Børllis lyrikk, kan vi ane en visst motsetning mellom disse meningsdimensjoner og de samfunnsrelaterte tendenser og helseutfordringer. Vi kommer allerede inn på naturkontakts effekter i redegjørelsen for tidligere forskning på friluftsliv og helse. I diskusjonskapitlet<sup>38</sup> vil vi så endelig forsøke å belyse friluftslivets potensielle betydning i lys av disse skisserte samfunnstendenser og undersøkelses resultater. Mæland (2005) konkluderer med at våre utfordringer med det helsefremmende arbeid knyttes til tre ulike oppfatninger av helse. Han karakteriserer de ulike formene som ”fravær av sykdom, helse som ressurs og helse som velbefinnende”.<sup>39</sup> Vi ser at de ulike oppfatninger legger opp til et arbeid med å ”reparere uhelse”, så vel som å arbeide for å styrke en allerede god helse. I lys av dette, blir det viktig å se på naturopplevelsens innhold

---

<sup>35</sup> Tellnes 2003:11

<sup>36</sup> Se [www.nakuhel.no](http://www.nakuhel.no) for eksempler på slike aktiviteter.

<sup>37</sup> I norsk målestokk kan vi trygt oversette ”moderne” med et ”velstandssamfunn” eller ”velferdssamfunn”, hvor det jevnt over ikke er mangler på *materielle* goder.

<sup>38</sup> Kap. 5.3.4

<sup>39</sup> Mæland 2005:26

som kvaliteter med egenverdi<sup>40</sup>, samtidig med en potensiell nytteverdi, når vi skal relatere friluftslivet til helse. Friluftslivet med dets innhold kan argumenteres for å være et positivt fenomen i *seg selv*, uten videre behov for formålsforklaring. Samtidig er det åpenbart at friluftslivet kan spille en rolle i å kompensere for, og forbedre, en svekket psykisk helse.

I denne gjennomgangen av helsebegrepet uttalelser tilknyttet den moderne tids helseutfordringer, har jeg forsøkt å konsentrere meg om de faktorer som åpenbart har tilknytning til det moderne samfunnsliv. Jeg har med min bakenforliggende innsikt i friluftslivet forsøkt å bemerke meg ved de områder hvor friluftslivets inntreden kan tenkes å utgjør en forskjell. Hvor friluftslivets praksis og livsstil kan tilby alternative kvaliteter sammenliknet med vårt vestlige urbane samfunnsliv. Jeg har særlig konsentrert meg om fagpersoner innenfor det medisinske og psykiatriske fagfelt, som synes å gi gode beskrivelser av utfordringer tilknyttet det moderne samfunnsliv og psykiske helse. Beskrivelsene synes for meg å være essensielle. Likevel har mitt søk vært strategisk. Det vil med andre ord være mulig å belyse mange flere momenter og utfordringer knyttet til det enkelte individs psykiske helse i vårt moderne vestlige samfunn, enn det lerret jeg har spent ut her.

## **1.2 Naturopplevelse i friluftsliv**

Vi har gjort en redegjørelse for friluftsliv – og helsebegrepet, med en underforstått oppfatning av at Børllis skildringer kan knyttes til dagens friluftsliv, og at friluftslivet har en rolle å spille i helsesrelatert sammenheng. Hvilken plass har så undersøkelsens kjernebegrep og fenomen, *naturopplevelse* oppi det hele? Det er interessant at den offentlige definisjonen av friluftsliv nettopp poengterer naturopplevelse som et sentralt siktemål for å praktisere friluftsliv.<sup>41</sup> Myndighetene gir også begrunnelser for hvorfor nettopp naturopplevelse blir vektlagt en slik sentral posisjon i friluftslivet. De argumenterer for at friluftsliv og naturopplevelser kan være med på å øke behovet for å verne natur, samtidig som naturopplevelser har en egenverdi for det enkelte individ.<sup>42</sup>

Årsakene til at vi i Norge har oppsøkt natur opp gjennom historien har endret seg ifra de sterkt arbeidsrelaterte og nytteorienterte utflukter, til turer på fritiden med mer varierte og personlige

---

<sup>40</sup> Dette perspektivet tar høyde for at også *øvrig liv i natur*, foruten mennesket, har en *egenverdi*

<sup>41</sup> St. Meld. Nr 39 2000 - 2001: 9

<sup>42</sup> St. Meld. Nr 39 2000 - 2001: 9

motiver.<sup>43</sup> Fenomenet friluftsliv har blitt tillagt ulike nyttehensyn fra et samfunnsperspektiv, samtidig som praksisen er individuelt motivert. Utviklingen av friluftslivet har ført til et mangfold av miljøer, bevegelses- og aktivitetskulturer som utspiller seg i ulike naturmiljø. Motivene for å holde på friluftsliv har blitt tilsvarende mange, men likevel er det verdt å merke seg at svaret ”naturopplevelse” er av de som kommer best ut i mange undersøkelser. Alf Odden og Øystein Aas (2003) har samlet resultatene fra slike motivundersøkelser for tidsrommet 1974-2001, og gjør seg en konklusjon om at ”motiver relatert til kontemplasjon, fysisk aktivitet, sosialt samvær og naturopplevelse er de klart viktigste for utøvelsen av friluftsliv, og alle blir betraktet som viktig eller svært viktig av 70-80% av befolkningen”.<sup>44</sup> Dette forteller oss at interessen for naturopplevelse er stor blant de som er interessert i en eller annen form for friluftsliv.

En redegjørelse for når det er snakk om natur eller ikke, og hvilke grunnleggende innholdskomponenter som blir definert inn i en opplevelse, vil bli redegjort i problemstillingenes begrepsavklaringer.<sup>45</sup> En mer nyansert innsikt i hva som ligger til grunn for *hvordan* vi opplever, og *når* det er snakk om en aktuell opplevelse for denne undersøkelse, vil bli behandlet i undersøkelsens teoriforankring.<sup>46</sup>

### 1.2.1 Hvorfor dissekere et kompleks fenomen som naturopplevelse?

Jeg er altså ute etter å belyse de mentale dimensjoner i naturopplevelse innenfor friluftslivets praksis. Jeg har også en formening om at opplevelse kan ha en innflytelse på vår psykiske helse eller velvære. Et uunngåelig spørsmål som dukket opp underveis i forskningsprosessen var imidlertid om det er verdt å stykke opp et komplekst fenomen som naturopplevelse. Skjære det opp i hovedkategorier og bestemme hva som skal være godkjent naturopplevelse eller ikke. Bli ikke da et subjektivt verdifullt emne redusert til noe kunstig oppstykket og mekanisk, fjernt ifra det natur og naturkontakt egentlig representerer? Friluftsliv tjener jo ofte nettopp som en motpol til denne type oppstyking og bolktenkning, og mot forsøk på å objektivisere og rasjonalisere en kompleks verden, mot å ramme inn natur i oversiktelige skjemaer som passer oss mennesker. Vi burde kanskje besinne oss, og spørre om vi ikke

---

<sup>43</sup> Tordsson 2003

<sup>44</sup> Odden & Aas 2003: 136

<sup>45</sup> Kap. 1.4 og utover

<sup>46</sup> Kap 2.0 og utover

trenger å bevare en del av våre myter, som grobunn for å kunne undres med frydefull uvitenhet over spennende fenomener. Er ikke nettopp vårt subjektive møte med naturens inntrykk og stemninger, med dets mystikk og udefinerte innhold, noe som krydrer tilværelsen, slik Hans Børli forteller i ”Bønn for drømmen”?

/.../

La meg lenge få tro at suset i skogene

Er noe mer enn et fysisk fenomen

Greners friksjon

Mot strømmende luft<sup>47</sup>

Men hvis vi erkjenner at friluftslivets praksis er avhengig av grøntareal som i liten grad er påvirket av menneskehånd og at naturkontakt innebærer noen verdier som det er verdt å nøre oppunder - da er det behov for å tilkjenne disse verdier. Det kan være vanskelig å beskrive det utbyttet vi har av å praktisere friluftsliv. Like fullt er det viktig å belyse hva som ligger i disse ”usynlige” kvaliteter ved å ferdes og oppholde seg i naturmiljø. Alle som verdsetter friluftslivet og naturopplevelser bør være interessert i å formidle denne type kvaliteter ved naturkontakt. Vi må kunne anta at natur, foruten å ha en egenverdi uavhengig av mennesket og dets rasjonelle nyttebruk av den, også kan bidra med en egenverdi for mennesket. Vi legger en grunnleggende oppfatning til grunn, at naturopplevelser kan utgjøre noe positivt for menneskesinnet, noe som innebærer noe mer enn nettopp erkjennelsen ”greners friksjon mot strømmende luft”.

### **1.3 Tidligere forskning**

En skal være ydmyk i forhold til troen på egne resultatets originalitet og unikheter. Mange tanker har blitt tenkt før, selv om de er pakket inn i en annen sammenheng, med andre teoretiske innfallsvinkler, metoder, problemstillinger og kildemateriale. Hva veit vi så allerede om naturopplevelsens innhold? Hvilke meningsdimensjoner er belyst av tidligere forskning? Med et søk etter eksisterende kunnskap, finner vi belyste opplevelseskvaliteter som sammenfaller med denne undersøkelses resultater. Det kan også være interessant å undersøke hva som er gjort tidligere på basis av Hans Børli og hans diktning. Jeg har ikke funnet

---

<sup>47</sup> Børli 1995:78, ”Bønn for Drømmen”

tidligere undersøkelser som primært forsøker å belyse naturopplevelse gjennom Hans Børli's lyrikk. Likevel er det flere, på tross av et annet hovedfokus, som kommer inn på aktuelle emner for naturopplevelsen i deres omtale av Børli's lyriske univers.

Vi trenger også en innsikt i hva vi vet om sammenhengene mellom friluftsliv og psykisk helse. Flere bidrag hevder et positivt inntrykk av friluftslivets rolle for en god helse. I noen arbeider kan vi også finne konkrete punkter på hvilken effekt friluftsliv og naturopplevelser kan ha på vår psykiske helse.

### 1.3.1 Naturopplevelsens forutsetninger og innhold

Vi har allerede nevnt hvordan Odden og Aas` (2003) kvantitative undersøkelser har påpekt naturopplevelses sterke posisjon som *motiv* blant de som praktiserer friluftsliv. Begrepet står sterkt blant de av oss som praktiserer friluftsliv. Hva vet vi så om hva som ligger til grunn for en opplevelse, og hvilke konkrete verdier, eller meningsdimensjoner, veit vi en naturopplevelse kan romme?

Erling Krogh (1995) gir et verdifullt bidrag til å forstå hvordan vår opplevelse av verden er subjektivt betinget. Ser vi på denne avhandlingen, finner vi støtte og innsikt i hvordan en opplevelse må sees ut ifra det individet som opplever. Krogh belyser i "Landskapets fenomenologi" hvordan et og samme landskap kan oppleves forskjellig fra individ til individ. Han bruker Maurice Merleau – Pontys perspektiver på "kroppens fenomenologi" i sitt teorigrunnlag og påpeker teoriens kjernepunkt, om at vi er en uatskillelig del av verden med vår fysiske tilstedeværelse – "Den levde kroppen er aldri i rommet på samme måte som et møbel eller gjenstand. Den levde kroppen *bebor* rommet og tiden som handlende subjekt".<sup>48</sup> Samtidig påviser Krogh hvordan omgivelsene tar farge og får mening gjennom at et individ sanser det. Han uttrykket dette som "Landskaping" for å få frem hvordan vi selv er aktive i å skape våre omgivelser og vår forståelse av dem. Krogh skildrer et grunnlag for å innta en subjektiv fenomenologisk innfallsvinkel til hvordan forstå og undersøke opplevelse.

En avhandling jeg har hatt mye nytte av i mitt arbeid med undersøkelsen, og forankret mye av mine resultater oppimot i drøftningsdelen, er Bjørn Tordssons (2003)"Å svare på naturens

---

<sup>48</sup> Krogh 1995:6 Kap. om "Landskapets Fenomenologi"

åpne tiltale”.<sup>49</sup> Tordsson belyser de ulike meningsdimensjoner for norsk friluftsliv i et historisk perspektiv de siste hundre år. Avhandlingen gir god innsikt i de ulike *motiver og begrunnelser* for å bedrive friluftsliv opp gjennom ulike tidsepoker. Samtidig gir avhandlingen mange gode betraktninger på hvordan belyse mening i fenomener, og berører mye av det denne undersøkelse omfatter av teori, metodikk og resultater. Tordssons perspektiver på vår sosiokulturelle bakgrunn, og hans anvendelse av Jean Paul Sartres begreper opp imot friluftsliv, utgjør viktige perspektiver i denne undersøkelses teoriforankring.<sup>50</sup>

Tordsson gir mange perspektiver på hvordan vi kan gripe an menneskets naturmøte og hva som kjennetegner en naturopplevelse og tolkningen av denne innenfor friluftsliv. Tordsson mener friluftslivsfenomenet må sees i en historisk kontekst. Han synliggjør hva slags mening naturmøtet og opplevelsen har blitt tillagt, både på det personlige og det samfunnsmessige nivå, nettopp ut i fra ulike tidsperioder. Tordsson vektlegger muligheten for å skape og bekrefte sin identitet som en sentral generell dimensjon, og poengterer at ”gjennom friluftsliv møter vi natur, men derigjennom også situasjoner og sammenhenger hvor vi kan bearbeide og bekrefte vår forankring i oss selv og i vår orientering i vår omverden”.<sup>51</sup>

Selv om Tordssons undersøkelse er mer altomfattende relatert til meningsdimensjoner i friluftsliv i en historisk kontekst, berører Tordsson alle de ulike resultater som denne undersøkelsen har kunnet belyse. Tordsson nevner perspektiver *kontinuitet*<sup>52</sup> - av å ha faste, varige referanserammer i livet, opplevelse av *frihet*<sup>53</sup> om individets muligheter til å velge egne prosjekter i natur og derigjennom oppleve en *allsidig utfoldelse*<sup>54</sup>. Han skriver om *tydelighet*, av det *nye, uoppdagede*, og av *ensomhet*<sup>55</sup>, opplevelsen av det sosiale på tur, av *felleskap*<sup>56</sup> - også med øvrig natur enn medmennesker. Han beskriver den *estetiske*<sup>57</sup> opplevelse og om førstehåndsopplevelser hvor våre følelser og sanser blir *aktivisert* med en opplevelse av *nærhet og kjennskap*<sup>58</sup>, til omgivelsene, en form for oversikt. Avslutningsvis vil jeg også

---

<sup>49</sup> Tordsson 2003, Se i litteraturliste for fullstendig tittel

<sup>50</sup> Se kap. 2.4 og 2.5

<sup>51</sup> Tordsson 2003: 406

<sup>52</sup> Tordsson 2003: 418-419

<sup>53</sup> Tordsson 2003: 414

<sup>54</sup> Tordsson 2003: 413 og 432

<sup>55</sup> Tordsson 2003: 414

<sup>56</sup> Tordsson 2003: 295-296

<sup>57</sup> Tordsson 2003: 406

<sup>58</sup> Tordsson 2003: 412

fremheve en viktig betraktning av Tordsson, som også er et hovedpoeng i denne undersøkelsen – Vi sanser og opplever natur, men ”naturopplevelse er samtidig å oppleve *seg selv* i og gjennom situasjonene. Å oppleve natur er å oppleve hva det er å være i natur”.<sup>59</sup> Det Tordsson sier er altså at det å oppleve natur er like mye å oppleve seg selv i samhandling med natur, og kanskje oppleve seg selv annerledes i kraft av å befinne seg i et naturmiljø.

En hovedfagsoppgave med liknende innfallsvinkel som denne er Tommy Langseths (2003) studie av fjellturens meningsfulle oppbygning. Han inntar også en fenomenologisk innfallsvinkel i sin undersøkelse. Langseth belyser gjennom sine intervjuer flere sammenfallende opplevelsedimensjoner som Børlis lyrikk gir grunnlag for. Langseths beskriver eksempelvis kvaliteter som *frihet, estetikk, opplevelse av seg selv og sammenheng*, som kommer frem gjennom møtet med fjellet som naturmiljø.

Selv om Sigmund Hågvar og Hans A. Støen (1996) fremstilling gir en uklar beskrivelse av hvordan de rent forskningsmessig har kommet frem til sine opplevelsébetraktninger, gir de en presis og kortfattet innføring i mange opplevelseskvaliteter som er relevante for denne undersøkelse. Dette er kanskje det bidrag til naturopplevelse jeg har funnet flest konkrete paralleller til Børlis diktunivers. Hågvar & Støen nevner meningsdimensjoner som opplevelse av: *stillhet, frihet, natur som et fast holdpunkt i tilværelsen, eventyr og oppdagerglede, mestring, kroppslig velvære, estetikk, skiftninger, kretsløp, det andre liv, forventingsglede, høsting, naturkrefter, historie og villmark*.<sup>60</sup> De skriver også om en *totalopplevelse*<sup>61</sup>, hvilket innebærer flere dimensjoner i samme opplevelse.

Avslutningsvis er det også verdt å nevne Ingunn Grimstad Klepps (1998) doktoravhandling, som gir verdifull innsikt i hvordan ulike individer har ulike oppfatninger av hvor grensa går mellom natur og kultur. Hun fokuserer blant annet på hvordan vi kan se både ”kultur”<sup>62</sup> i et landskap, så vel som å fokusere på ”natur” i det samme landskap. Hun nyanserer dette problem med å skille begrepene fra hverandre, og utelukker ikke det faktum at det faktisk er mulig å oppleve både natur og kultur i det samme landskap, som en meningsfull helhet.

---

<sup>59</sup> Tordsson 2003: 404

<sup>60</sup> Hågvar & Støen 1996: 17-24

<sup>61</sup> Hågvar & Støen 1996: 24

<sup>62</sup> I denne undersøkelsen blir det meningsfullt å forstå ”kultur” som det menneskeskapte, altså *sansbare* spor etter menneskelig aktivitet i landskapet. Dette inkluderer også menneskeskapt *lyd*



Det eksisterer flere forskningsarbeider som kunne fortjent en mer direkte omtale i denne gjennomgangen. Begrunnelsen for min begrensning er at de allerede gjennomgåtte arbeider spenner ut et nettverk av opplevelseskvaliteter som jeg vil hevde i stor grad rører ved naturopplevelsens essensielle innhold som vi vil kunne finne gjennom en litteraturgjennomgang. Disse arbeidenes perspektiver og resultater vil kunne berøre, belyse og danne grunnlag for en diskusjon av alle de dimensjoner jeg har kunnet finne i min undersøkelse.

### **1.3.2 Tidligere forskning og publikasjoner basert på Hans Børli's liv og diktning**

I tillegg til tidligere forskning på naturopplevelse kan det være interessant å danne seg en oversikt over hva som er skrevet tidligere på basis av Hans Børli og hans diktning. Det eksisterer flere biografier av Børli som redegjør for både Børli's liv og generelt om hans forfatterskap.

Hans Børli har selv skrevet en biografi selv. I "Med Øks og lyre" forteller Børli med egne ord historier fra hans oppvekst, hvordan han ble forfatter og hva det var som trigget ham til å bli en lyriker. Boka "Svarttrost -strupen så hvit av toner", med Ole Karlsen (1998) som redaktør, er en litterær analyse av Børli's tekster. Selv om Karlsen løfter frem flere innholdsmessige perspektiver, ligger likevel hovedfokuset på det reinte språklige – altså hvilke ord og uttrykk som blir brukt, teknikker og virkemidler i lyrikken, slik som linjedeling, rytme og bildebruk. Truls Gjefsen's (1998) biografi om Børli går for å være et solid bidrag til å gi innsikt i Børli's liv og diktning. Den har tatt navn etter et av Børli's dikt – "Syng liv i ditt liv", og gir et godt innblikk i Børli's sjelsliv og oppvekst. Det fokuseres derimot ikke direkte på naturopplevelsens dimensjoner i Børli's lyrikk.

I forskningssammenheng er det også gjort noen arbeider som baserer seg på Hans Børli. Henning Hovlid Wærp (1995) har skrevet en doktorgrad med fokus på natur og landskap, med utgangspunkt i Andreas Munch, Vilhelm Krag og nettopp Hans Børli's diktning.<sup>63</sup> Wærp søker å få frem ulike naturmotiver brukt i diktningen, det være seg bruk av naturelementer, hvilke handlinger som blir beskrevet, eller hva det underliggende budskap er. Med denne

---

<sup>63</sup> Wærp 1995

innfallsvinkel blir naturelementene i lyrikken mer sett på som metaforiske verktøy.

Naturelementene kan like gjerne symbolisere noe annet enn det naturbegrepet i seg selv skulle tilsi. Wærps formål er å spenne opp et vidt kart over naturlandskapet til de ulike dikterne. Han retter sitt blikk mot Børllis språkbruk, og hvordan dette utvikler seg fra diktsamling til diktsamling. Wærp gir også verdifulle refleksjoner til hva som er natur og hva som er kultur, hvis det da er mulig å gjøre et slikt klart skille.

En oversiktelig undersøkelse om Hans Børllis samlede lyrikkproduksjon finner vi av Elisabeth Steen (1996), med sin hovedoppgave i litteratur ”Skogen, livet og evigheten”. Steen deler innledningsvis Børllis diktning inn i ulike temagrupper, der hun blant annet benevner ”naturopplevelse, eller der forholdet mellom menneske og naturen problematiseres”.<sup>64</sup> Hun påpeker blant annet den store tematiske spennvidden i Børllis diktning, og hvordan et og samme dikt ofte inneholder flere resultatdimensjoner som overlapper hverandre.<sup>65</sup> I lys av opplevelsesperspektivet, og denne undersøkelsens konklusjoner, underbygger det erkjennelsen av at en og samme opplevelse kan inneholde flere meningsdimensjoner på samme tid.<sup>66</sup> Steen beskriver også hvordan Børllis diktning først og fremst bruker skogen som motivverden.<sup>67</sup> Denne oppdagelse styrker oppfattelsen av Børllis naturmøter som sammenliknbare med dagens friluftslivspraksis. Steen fokuserer først og fremst på de eksistensialistiske perspektiver i Hans Børllis diktning, men nevner flere momenter som direkte eller indirekte grenser opp til meningsdimensjoner i naturopplevelsen. Et eksempel er perspektivet rundt frigjøring, som vi kan trekke parallell til meningsdimensjonen ”opplevelse av frihet”, et sentralt resultat<sup>68</sup> i denne undersøkelsen. Andre eksempler på sammenfallende funn er perspektiver som *lengsel*, *ensomhet*, *lange tidsperspektiv*<sup>69</sup> og en drøm og *lengsel* etter det vedvarende, det evige.<sup>70</sup> Gjennom Klaus P. Mortenssens (1993) ord<sup>71</sup>, påpeker hun også et meget viktig perspektiv i opplevelsesforskningen – at vi ved å betrakte vår verden, også betrakter oss selv. Steen skildrer spennet i opplevelsesdimensjonene, fra det nære, og enkle til det mektige og store. Hun nevner også *totalopplevelse*<sup>72</sup>, hvor Børllis dikterunivers nettopp gir rom for flere opplevelsesperspektiver på samme tid. Steen gir også en nyttig omtale av andre

---

<sup>64</sup> Steen 1996:1

<sup>65</sup> Steen 1996:1

<sup>66</sup> Se oppsummerende resultatkap. 4.8 for utdypning av en sammensatt opplevelse

<sup>67</sup> Steen 1996:2

<sup>68</sup> Se kap. 4.5

<sup>69</sup> Steen 1996:2

<sup>70</sup> Steen 1996:18

<sup>71</sup> Steen 1996:3

<sup>72</sup> Steen 1996:3 og 20

undersøkelser basert på Børli. Steens hovedfag er en god guide inn i de andre undersøkelser som er gjort på basis av Børlis diktning.

Geir Vestheim (1972) har også en hovedoppgave innenfor nordisk litteratur med tittelen ”Tingene og menneskenes verden”. Undersøkelsen baserer seg naturlig nok til Børlis litterære produksjon frem til 1972. Vestheims fokus er todelt – på Børlis samfunnsengasjement i lyrikken og Børlis ambivalente forhold til tingene i naturen, og hvordan det skapes spenning mellom disse to perspektiver.<sup>73</sup> Vestheim (1988) har også gjennomført en videodokumentert samtale med Børli, hvor han leser fra egne dikt.<sup>74</sup>

Torlaug Løkensgard Hoels (1973) hovedfag setter fokus på frigjøringsperspektivet i Børlis diktning. Hun tolker Børlis tekster som et forsøk på religiøs frigjøring. Hun skisserer et drakamp mellom det jordiske og det sakrale, og det bundne menneske i Børlis diktning som står imellom disse to ytterpunkter.<sup>75</sup> Flere vil si seg uenige i dette perspektivet, hvorvidt Børlis åndelige perspektiver i diktningen kan relateres til noen religionsgud, fremfor en altomspennende åndelighet i naturen selv.<sup>76</sup>

Flere litteraturhistoriske verk omtaler Hans Børli og hans diktning. De fleste omtaler han som en folkekjær dikter som har utviklet seg i både språk og personlighet.<sup>77</sup> I tillegg eksisterer det flere antologier hvor Børli er representert<sup>78</sup> og Haagensen (1970) har gitt ut hovedoppgava ”Hans Børlis lyrikk; en presentasjon”. Denne er imidlertid klausulbelagt<sup>79</sup>, og dermed ikke vært tilgjengelig for mitt innsyn.

### 1.3.3 Friluftsliv og helse

Hvilke åpenbare sammenhenger er det så mellom friluftsliv og helse? I miljøverndepartementets (2000-2001) stortingsmelding om friluftsliv argumenteres det for at friluftslivet kan bidra til både den fysiologiske, mentale og sosialrelaterte helse, og nevner en

---

<sup>73</sup> Steen 1996:10

<sup>74</sup> Foreligger på VHS. Se kap ”6.3 Andre kilder” i kildehenvisningen

<sup>75</sup> Hoel 1973:3

<sup>76</sup> Steen 1996:11

<sup>77</sup> Steen 1996:7

<sup>78</sup> Steen 1996:8

<sup>79</sup> Ifølge Wærp 1995:340

rekke områder hvor friluftslivet er et mulig tiltak.<sup>80</sup> I helsedepartementets (2002-2003) stortingsmelding om folkehelsepolitikken finner vi også en poengtering av friluftslivet som en sentral alliansepartner hvor ”naturkontakt og naturopplevelse er trekk som er spesielt for friluftsliv som aktivitetsform”.<sup>81</sup> Vi kan med andre ord slå fast at flere offentlige dokumenter hevder en tro på en sammenheng mellom friluftsliv og helse. I tillegg ser vi innenfor friluftslivspraksis, friluftslivsfaget<sup>82</sup>, forskning på friluftsliv, og det generelle fokuset på helse og livsstilsvaner, en økt interesse for sammenhengen mellom friluftsliv og psykisk helse.<sup>83</sup> Flere oppfatter med andre ord en helseeffekt i samspillet med natur som går utover de rent fysiologiske gevinster.

I en nyere sammenfatning av arbeider om friluftsliv og helse, av Bischoff m.fl. (2007), kommer det dog frem en poengtering av mangelfull dokumentasjon for denne sammenheng - Vorkinn (2001) hevder oppfatningen av friluftslivets helseeffekt er sterkere enn hva som foreligger av dokumentasjon.<sup>84</sup> Et sentralt problem er hvorvidt friluftslivet forbedrer helse, eller om de som praktiserer friluftsliv i utgangspunktet har god helse.<sup>85</sup> Likevel viser de arbeider som er samlet i denne kunnskapsoversikt resultater som indikerer både fysiologisk og psykisk helseeffekt av naturkontakt. Den fysiologiske helsegevinsten synes åpenbar, siden mye av friluftslivet utvilsomt innebærer bevegelse i natur.<sup>86</sup> Flere påpeker hvordan naturkontakt senker pulsen, det generelle *fysiologiske mobiliseringsbehov*<sup>87</sup> og er dermed *stressreducerende*. Det er også interessant å registrere funn som tyder på økt *oppmerksomhet*<sup>88</sup> i kraft av naturkontakt, noe som støtter oppunder denne undersøkelsens teoriforankring.<sup>89</sup>

Er det så grunnlag for å se noen psykiske helsegevinster av å praktisere friluftsliv? I

kunnskapsoversikten av Bischoff m.fl (2007) omtales Thomas Bjørnås (2005)

hovedfagsoppgave: ”viss vi kan fastslå at en stor del av de psykiske lidelsene som dukker opp

---

<sup>80</sup> St.meld. nr 39 2000-2001:35

<sup>81</sup> St.meld. nr 16 2002-2003: 30

<sup>82</sup> Selv om friluftslivet, eller naturlivet, i seg selv kan sies å ha en egenverdi, uavhengig av andre fagfelt og nyttehensikter, er det riktig å problematisere hvorvidt friluftslivspraksis og - vegledning, samt friluftslivsforskning kan betegnes som et enkelt fag, eller om det er produkt som består av en rekke fagfelt, eksempelvis naturfag, pedagogikk, filosofi, psykologi og sosiologi

<sup>83</sup> En egen nordisk plattform for feltet friluftsliv og psykisk helse er utarbeidet. Informasjon om dette eksisterer på nettsidene [www.nakuhel.no](http://www.nakuhel.no)

<sup>84</sup> I Bischoff m.fl. 2007:30

<sup>85</sup> Bischoff m.fl. 2007:6

<sup>86</sup> se f. eks omtalen av Kleiven & Bekkevold 1994 i Bischoff m.fl. 2007:17-18

<sup>87</sup> I omtalen av Laumann (2004) i Bischoff m.fl. 2007:22. Se også Norling 2004:16

<sup>88</sup> I omtalen av Laumann (2004) i Bischoff m.fl. 2007:22

<sup>89</sup> Se kap. 2.3 om ”Sansens Magi” av David Abram, som nettopp gir uttrykk for at våre sanser skjerpes gjennom økt naturkontakt

i vår tid kan knyttes til strukturer i det samfunnet vi lever i, spør Bjørnå seg hvorfor det da ikke vies større interesse til å studere hva som skjer når en fjerner mennesket fra disse omstendighetene”.<sup>90</sup> Her blir naturkontakt, og altså friluftslivets rolle og mulige potensial for å motarbeide de samfunnsrelaterte psykiske plager antydnet. Dette gjøres også av Fogt (2000), som tar det ytterligere steget med å knytte *naturopplevelsen* til en helserelatert betydning.

Min tese er at effekten av mosjon øker dersom du kombinerer den med friluftsliv og naturopplevelser. Det er derfor relevant å spørre hvilken rolle naturopplevelser kan spille i framtidens helsevern. God fysisk helse skapes verken hos legen, på sykehuset, eller i medisinalfirmaet; fysisk helsevern baserer seg på en sunn, fornuftig og velsmakende kost, mosjon og frisk luft. Psykisk helse styrkes av god fysisk helse, av positive opplevelser, og av at man har det godt med seg selv og sine omgivelser<sup>91</sup>

Støtter vi denne antagelsen om friluftslivets rolle i helsearbeidet, er det også nærliggende å anta at naturkontakt og naturopplevelse vil kunne spille en rolle for vår psykiske helse og vår mentale velvære. Kunnskapsoversikten til Bischoff m.fl. (2007) gir en kort innføring i flere ulike arbeider og prosjekter som også tenderer sammenhengen mellom friluftsliv og psykisk helse. Resultatene fra noen bidrag fremstilles i generelle termer, eksempelvis ”Generelt høyere prosentdel rapporterer om god psykisk helse hos de som benytter seg av friluftsliv i forhold til dem som ikke gjør det”.<sup>92</sup> Andre arbeider er mer spesifikke og antar flere konkrete effekter av friluftslivet. Vi kan eksempelvis nevne *mestringsfølelse*<sup>93</sup>, den føromtalte reduksjon av *stress*. Vi finner indikasjoner på en bedret *oppmerksomhet*<sup>94</sup> og en *bevisstgjøring*<sup>95</sup> av seg selv som mulige effekter av naturkontakt. I en annen tilsvarende sammenfatning påpeker Ingemar Norling også en reduksjon av *trøtthet* og *verk*, *konsentrasjonsproblemer*, *angst*, *depresjon* og andre *stressreaksjoner*.<sup>96</sup> Samlet kan vi med andre ord finne forskningsbidrag som brer ut et større nett av potensielle psykiske helsegevinster av naturkontakt.

---

<sup>90</sup> Bischoff m. fl. 2007:28

<sup>91</sup> Fogt 2000:16

<sup>92</sup> Fra en undersøkelse av Myrvang 2002, i Bischoff m.fl. 2007:24. Se også omtalen av Vogt 1987 i Bischoff m.fl. 2007:15

<sup>93</sup> Bjørnå 2005, omtalt i Bischoff m.fl. 2007:28

<sup>94</sup> Effekter som reduksjon av stress og økt oppmerksomhet kan også argumenteres for å være oppfattet som psykologiske

<sup>95</sup> Bjørnå 2005, omtalt i Bischoff m.fl. 2007:28

<sup>96</sup> Norling 2001 b:3

Det kommer det tydelig frem at det hersker en grunnleggende oppfattelse av friluftsliv som en kilde til både fysisk og psykisk god helse. Flere av disse viser at friluftslivspraksis bedrer fysiologiske egenskaper, samtidig som en naturkontakt kan ha positivt innvirkning på psykiske plager som stress, uro, mestringsfølelse og ensomhet.

### **1.3.3 Oppsummering**

Vi kan konkludere med at det er gjort forskning på naturopplevelse før. Ved en nærmere gjennomgang finner vi flere innholdskomponenter i naturopplevelsen. De bidragsytene som vi har inkludert i vår redegjørelse, beskriver et knippe opplevelseskvaliteter som skulle dekke denne undersøkelses resultater. Samtidig har flere fattet interesse for Børli, både hans liv og diktning. Dette gjenspeiler seg i både biografier og forskningsprosjekter. Vi kan imidlertid si at det er ingen prosjekter som har studert Børlis tekster med ene og alene opplevelsesdimensjonen som innfallsvinkel. Dette utelukker imidlertid ikke at flere har listet opp temaer, motiver og meningsinnhold på basis av Børlis lyrikk som *sammenfaller* med denne undersøkelses resultater. Flere kategorier er omtalt som vekker gjenklang i de meningsdimensjoner som seinere blir presentert i resultatkapitlet (4.0). Det viser at den tematikk vi kan belyse gjennom naturopplevelse og friluftslivspraksis som innfallsvinkel, er så sentral i Børlis diktning at også andre forskningsprosjekter finner flere av disse.

Flere arbeider og bidragsytene antar og påpeker en sammenheng mellom friluftsliv og helse. Vi finner flere redegjørelser som viser både en fysiologisk og en psykologisk helseeffekt av naturkontakt. Vi kan nevne momenter som redusert stress, økt mestringsfølelse, en bevisstgjøring av oss selv, redusert angst og depresjon. Vi kan tolke noen av effektene som et uttrykk for en positiv tilførsel til en allerede god helse, mens andre indikerer en reduksjon og ”reparering” av negativ helse.

## ***1.4 Undersøkelsens problemstillinger med begrepsavklaringer***

Vi ønsker å undersøke hvilket meningsinnhold vi legger i vårt samspill med natur. Det handler om skjulte dimensjoner som kommer til uttrykk i det enkelte individs sinn, bevisstgjort og uttrykt for omverden gjennom det skrevne ord. Vi søker svar på hvordan sanseintrykk ifra naturelementer er med på å prege mennesket. En innsikt i denne type

kvaliteter kan fortelle oss *hvorfor* vi velger å praktisere friluftsliv, samtidig som det kan gi perspektiver på *hvorfor* og *hvordan* nært samspill med natur kan få betydning for vårt mentale velbefinnende og psykiske helse. Hovedproblemstillingene for undersøkelsen lyder slik –

*Hvilke meningsdimensjoner kommer til uttrykk i naturopplevelsen, og hvordan arter disse dimensjoner seg, belyst gjennom Hans Børllis lyrikk?*

Problemstillingen er dermed todelt. Jeg ønsker å sette navn på hovedkategoriene av meningsdimensjoner i naturopplevelsen i lys av Børllis betraktninger. Utover å sette ”merkelapp” på dimensjonene, søker jeg å beskrive uttømmende om hvert funn for å erverve dypere innsikt i deres ulike karakter og mulige underdimensjoner.

I lys av undersøkelsens beskrevne kontekst, er det særlig to forhold som trenger en behandling i spørsmålet om resultatenes utbredelse og relevans. I drøftningskapitlet vil det derfor bli problematisert hvorvidt Børllis skildringer er overførbare til dagens friluftsliv.<sup>97</sup> I tillegg vil det være interessant å undersøke potensielle sammenhenger mellom friluftslivets opplevelsesdimensjoner og individets psykiske helse.<sup>98</sup>

Et begrep kan ha flere eller tvetydige definisjoner, avhengig av i hvilken sammenheng de blir anvendt. Jeg vil i det følgende definere og klargjøre hva jeg legger i problemstillingens ulike nøkkelbegreper.<sup>99</sup>

#### **1.4.1 Meningsdimensjoner**

Med mening i denne sammenheng menes naturopplevelsenes individuelle betydning. Mening er noe vi skaper gjennom å innrette oss mot verden på en bestemt måte, og vil i denne sammenheng innebære hva det enkelte individ mener opplevelsenes innhold handler om, positivt eller negativt. Mening indikerer hvordan det enkelte opplevelsesøyeblikk oppfattes, og får betydning for individet. Vi kan i noen tilfeller også benytte begrepet *verdi* synonymt med mening– hva slags verdi har eller får naturopplevelsen. Den uttalte mening indikerer på

---

<sup>97</sup> Kap 5.3.1

<sup>98</sup> Kap. 5.3.4

<sup>99</sup> ”Operasjonalisering” av begrepene

hvilken måte naturinntrykkene tar bolig i individets bevisste sinn, og hvilken betydning dette får for den enkelte.

Tordsson (2003) påpeker at nettopp friluftslivet er en praksis hvor det er rom for en individuell tilnærming til verden, og selv legge mening til egen væren og handling

Friluftsliv er rom for store og små prosjekter, hvor vi handler utfra vår forståelse av naturen, og hvor naturen gir tilbakemelding på denne forståelsen. Gjennom å handle skaper den enkelte en mening, en sammenheng. Hun fortolker naturen, lever ut fortolkningen i handling, og kan gjennom handlingens resultat få korrektiver på sin forståelse og handling.<sup>100</sup>

Det uttrykte meningsinnholdet beskriver hvordan samhandlingen med natur får betydning for mennesket, både i øyeblikket der og da, men også satt inn i en større sammenheng i livet. Det uttrykte mening stammer altså fra nettopp dette opplevelsesøyeblikket undersøkelsens problemstilling forsøker å sirkle seg inn. Det er altså ikke *om* naturopplevelse, eller naturopplevelse som *motiv* det er snakk om, men opplevelsens *innhold*. Opplevelsens mening blir uttrykt som en følge av selve opplevelsesøyeblikket, selve *situasjonen* hvor natur sanses. Dette utelukker imidlertid ikke muligheten for at den uttrykte mening har blitt reflektert, erkjent og klargjort for individet, *i etterkant* av at selve den meningsbærende hendelsen har funnet sted. Det kan være vanskelig å erkjenne meningen med det en opplever, i samme øyeblikk som det hender. Det kan kreve litt modningstid til refleksjon og bearbeiding, og anledning til å rette et blikk på seg selv- spørre seg hvor en befant seg og hva en gjorde, for å få satt inntrykkene inn i en betydningssammenheng det er mulig å begrepsfeste.

Disse meninger kan komme frem i mange ulike situasjoner, og uttrykke mange ulike typer verdier, fra kvaliteter som knyttes til situasjonen isolert, eksempelvis den sinnsstemning individet kom inn i der og da, til en større sammenheng, eksempelvis som et ledd i å forklare egen identitet.<sup>101</sup> Samtidig kan en naturopplevelse gi mening på grunn av både ytre opplevelseskvaliteter og de indre tilstander i menneskesinnet som erkjennes i situasjonen. Opplevelseskvalitetene beveger seg langsmed ulike akser, og er ikke så lett å sammenfatte i

---

<sup>100</sup> Tordsson 2003: 404

<sup>101</sup> Resonnementer som eks. ”denne morgenen klarte jeg å snike meg nært innpå en elg, ergo jeg er en dyktig jeger”



en enkelt bestemt kategoriart. Derfor brukes det i denne undersøkelsen begrepet *dimensjon* som et sekkebegrep på de ulike typer opplevelsesverdier. Vi kan definere dimensjon som ”størrelse, omfang: side, trekk, aspekt”<sup>102</sup>. Meningsdimensjoner kan altså uttrykke mange ulike former for meningsinnhold, knyttet til opplevelse.

## 1.4.2 Opplevelse

For å vite når vi har med en opplevelse å gjøre, og hva som ligger til grunn for en naturopplevelse i et gitt definert friluftsliv, trenger vi en klargjøring av hva vi legger i selve begrepet. Hvilke komponenter består en opplevelse av?

En opplevelse har åpenbart med hvordan vi oppfatter en situasjon å gjøre. Slik Joar Vittersø forstår begrepet, kan opplevelse ”forstås som en subjektiv respons på en meningsstruktur”.<sup>103</sup> Samtidig har flere av de oppfatninger og forsøk på å definere opplevelsesbegrepet som jeg har kommet over i min letning, gir inntrykk av at vi har med et sammensatt fenomen å gjøre. Den totale opplevelse, helhetsinntrykket, er et produkt av et samspill mellom interne kroppslige, tanke- og følelsesinntrykk og eksterne sanseinntrykk fra omgivelsene.

Flere bidragsyttere omtaler og gir definisjonsforslag til opplevelse som nettopp inkluderer både tankevirksomhet, følelser og fysisk handling i samhandling med omgivelsene, som basis for hvordan den totale opplevelse blir formet, erkjent og uttrykt. Jeg kan nevne Escolas ordboks definisjonsforslag<sup>104</sup> og Tor Egil Bagøiens<sup>105</sup> omtale av opplevelse som slike eksempler. I en opplevelse av natur blir dette helhetlige forholdet ytterligere presisert av Tordsson. Han påpeker naturkontaktens evne til å stimulere mennesket på flere plan –

Felles for friluftslivets prosjekter er at vi innretter oss slik at vi skaper store og intense kontaktflater mellom oss og naturen. Naturen får virke direkte på vår kropp med alle dens sanser, virke på alle våre erkjennelsesveier, ta oss i bruk helhetlig og integrert: fysisk, følelsesmessig og tankemessig.<sup>106</sup>

---

<sup>102</sup> Taule 1994: 42

<sup>103</sup> Vittersø 1994: 180

<sup>104</sup> Taule 1994: 174

<sup>105</sup> Bagøien (red.) 1999:117

<sup>106</sup> Tordsson 2003: 45

Hva innebærer så en opplevelse? En opplevelse gir både uttrykk for hvordan et individ opplever *seg selv* og hvordan individet opplever sine omgivelser *samspillet* med disse. Ut i fra de gjennomgåtte betraktninger og definisjonsforslag bygger en opplevelse på et resultat av mange variabler. Vi sanser våre omgivelser, velger ut inntrykk og samler disse til et hele. Vi beveger oss, setter i sving tanker og følelser og tolker våre inntrykk med bakgrunn i vår egen unike individuelle og sosiokulturelle<sup>107</sup> ballast. Ut i fra forestillingen om at naturopplevelsen er et produkt av en helhetlig stimulering og aktivering av mennesket i gjensidig samhandling med natur, er utgangspunktet og forståelsen av opplevelse i denne undersøkelse slik:

En opplevelse er et individs totale oppfatning av et enkeltstående øyeblikk, basert på både kognitive, emosjonelle og fysiske prosesser i individet, som blir bevisstgjort og begrepsfestet underveis og/eller i etterkant av selve opplevelsøyeblikket. Den bevisste opplevelse bygger på en pre-kognitiv<sup>108</sup> basis av menneskets fysiske tilstedeværelse og kroppslige forståelse av verden. Hvilke inntrykk sansene fokuserer på og rettes mot, er avhengig av situasjonens egenart og hvilket prosjekt individet handler ut i fra. Selve oppfatningen og beskrivelsen av hvordan opplevelsen arter seg er bevisst, og er formet av individet - dets sosiokulturelle bakgrunn og disponible begreper til rådighet.

Denne oppfatning bygger på noen antagelser som vil bli redegjort for i teorikapitlet. Avklaringen av begrepet opplevelse henger nøye sammen med nettopp undersøkelsens teorivalg. Behovet for en ytterligere klargjøring av hvilke forutsetninger som skal ligge til grunn, og hva som setter rammene for en opplevelses uttrykk, vil bli gjort i teorikapitlet (2.0).

### 1.4.3 Natur

Å avgjøre hvor det går et klart skille mellom natur og kultur kan virke som en vanskelig, om ikke uløselig grenseoppgang når vi tar utgangspunkt i hvert enkelt individ. Det sier seg selv at det vil være mange ulike oppfatninger av dette. Landskap som for enkelte individer kan fortone seg som natur, kan for noen være altfor tilrettelagt og berørt av menneskehånd til at

---

<sup>107</sup> Begrepet sosiokulturell blir redegjort for i teorikap. 2.4

<sup>108</sup> En kroppslig forståelse av omgivelsene som kommer *før* tankes bevisstgjøring av samme omgivelser. En videre redegjørelse for denne teoretiske innfallsvinkel blir gjort i kap. 2.2 om "Kroppens fenomenologi"

det kan kalles noe annet enn kultur. Områder som ofte oppfattes som kulturlandskap, eksempelvis beiteområder rundt ei sæter, kan for andre være fullgod natur. Ofte kan det antageligvis dreie seg om en kombinasjon – vi oppfatter et landskap som både natur og kultur, alt ettersom hva vi fokuserer på.

Vi fastholder en tillit til en subjektiv beretning og forståelse av hvor dette skillet mellom natur og kultur måtte gå - denne holdning er individuelt betinget, og er avhengig av den bakgrunn hver enkelt av oss bærer på. Tordsson kan forteller at ”oppfatninger om natur - kultur er sosiokulturelt skapte størrelser”.<sup>109</sup> Problemstillingen om et område skal regnes som natur eller kultur vil derfor i de fleste tilfeller være avhengig av i hvilken sammenheng det er nødvendig å sette en slik grense. Forordet til Wærps (1996) doktoravhandling gir et godt eksempel på denne problematikken -

”I hvert fall ble de nederlandske norskstudentene i Groningen, som alle var ihuga norgesvenner, først skikkelig ”lyriske” når de fortalte om – ikke opplevelser fra Lofoten eller Hardanger – men tåkefulle høstmorgener i Drenthe, milelange skøyteturer på kanalene i Friesland, fuglelivet i det grunne Waddenzee, tulipanåkrene i Flevoland, polderlandskapet utenfor de gamle dikemurene, hegrene ved kanalene i Amsterdam, endeløse poppelrekker som tynne røyksøyler mot horisonten – og den enorme himmelen, som kun et flatt landskap lar komme til syne, der skyene utgjør sin egen topografi”.<sup>110</sup>

Hva vi regner som natur eller ikke, blir et spørsmål om hvor mange merkbare menneskelige spor vi ”tåler” i landskapet, før vi går over fra å anse det som natur til kultur. Et annet spørsmål er *hva slags* type spor vi tolererer. Mange vil anse ei lita koie i tømmerkogen som naturlig, uten at det gir særskilte forstyrrende føringer på landskapsopplevelsen. Skulle imidlertid denne koia ha en parabolantenne på taket, er det sannsynlig at straks flere ville rynke på nesen over dette innslaget.

Dag Østerberg (1998) bruker begrepet *sosiomaterie*<sup>111</sup> i sin omtale om de fysiske spor vi har rundt oss. En sosiomateriell tilnærming ser ikke bare på hvilket rom vi mennesker handler i,

---

<sup>109</sup> Tordsson 2003:19

<sup>110</sup> Wærp 1996:2

<sup>111</sup> Østerberg 1998: 26-27

men også hvilke fysisk synlige menneskeskapte konstruksjoner og spor vi omgås, og som påvirker våre handlinger og virkelighetsforståelse. Østerberg bruker dette begrepet med byen som innfallsvinkel. Vi kan likevel, slik Alf Odden (in prep.) gjør, overføre denne form for tenkning til friluftslivets felt i spørsmålet om natur, og ikke minst i spørsmålet om hvordan ulike typer sanseintrykk gir ulike føringer for opplevelsen. En stor tetthet av sosiomateriale i landskapet gir implisitt mange normer og føringer på menneskelig atferd og forståelse av verden. Dette kan igjen ofte forstås som en begrensning og styring av vår handlefrihet.<sup>112</sup> De menneskeskapte inntrykk forteller oss hvordan vi skal oppføre oss i forhold til disse, og ikke minst hvordan vi ikke skal oppføre oss.<sup>113</sup>

I denne undersøkelsen er det gitt, med utgangspunkt i fenomenologisk filosofi og tillit til det enkelte individs virkelighetsforståelse, at spørsmålet om hvorvidt vi har med natur eller kultur å gjøre avgjøres av det enkelte individ som opplever. Utgangspunktet for en opplevelse av natur blir derfor -

Det er snakk om natur, og opplevelse av natur, når det individet som opplever selv oppfatter sine omgivelser som natur.

Problemet med en så romslig definisjon av naturbegrepet er at vi ikke kan si for sikkert hvilken type natur som gir rom for hvilke meningsdimensjoner og ikke. Fra et forvaltningsperspektiv blir det igjen vanskelig å skulle argumentere for store frie grønntarealer hvis vi ikke kan si for sikkert at en type opplevelseskvaliteter er særegent for opplevelse av natur. Det er derfor ikke likegyldig hva som blir oppfattet som natur eller ikke, altså hvor skillet går mellom natur og kultur, og hvor gråsonene befinner seg. I den forbindelse blir det i denne undersøkelse viktig å bemerke seg den *type sanseintrykk* som blir lagt til grunn for meningsdimensjonene. Det er også i undertegnedes oppfatning at de Børlidikt som blir anvendt i her, utvilsomt skildrer et naturmiljø. Det virker opplagt at Børlis i stor grad skildrer en sansning av *naturelementer*. Der hvor han likevel inkluderer menneskerelaterte spor i sine skildringer, synes ikke dette å ”forstyrre” naturopplevelsen nevneverdig. Et godt eksempel på dette er den nevnte tømmerkoias plassering i skoglandskapet.

---

<sup>112</sup> Et av de sentrale resultatene i denne undersøkelsen er nettopp ”opplevelsen av frihet”

<sup>113</sup> Eksempler på dette kan være stien, som gir sterke føringer på at det er her vi ”skal gå”. Et annet mer bynært eksempel kan være trafikklysene rød - grønt ved et fotgjengerfelt – ”Nå skal du ikke gå, nå får du lov”

Det er ikke intensjonen i denne undersøkelsen å klassifisere hva slags landskap som ofte blir oppfattet som natur, og hva som går for å være kultur. Problemstillingen er imidlertid i aller høyeste grad viktig og interessant. Spørsmålet spiller en stor rolle med tanke på hva vi kan tillate av menneskelige inngrep i natur, uten at det går på bekostning av naturen i seg selv og naturopplevelsens kvaliteter for oss mennesker.

#### 1.4.4 "Arte seg" for individet

Med hvordan opplevelsen *arter seg*, menes hvordan innholdet av opplevelsen oppfattes, og hvordan dette innholdet blir uttrykt og gjort forstått av en utenforstående. Vi søker innsikt i hvordan opplevelsen fortoner seg og blir uttrykt med alle dens særtrekk og nyanser. Det innebærer hvordan de ytre omgivelser spiller inn, hvordan vi tenker, hvordan vi føler og hvordan vi handler i samspill med natur kommer frem av skildringene. "Arter seg" henspiller seg altså ikke til hva en utenforstående kan observere av en situasjon hvor et individ opplever, men hvordan denne opplevelsen kommer til uttrykk i det opplevende individs sinn. Vi er ute etter opplevelses underliggende dimensjoner. Essensen av dette, kjerneinnholdet av hver enkelt form for naturopplevelse, er hva vi ønsker innsikt i når det er snakk om begrepet "arter seg".

#### 1.4.5 "Øyeblikk" og "Situasjon"

"Det er de flyktige tingene  
som blir i deg:  
Skyggen av en fuglevinge  
over stien foran din fot,  
lukten av rim og frosne rognebær  
en høstmorgen for lenge siden, et ord  
sagt i skodda og vinden  
ved en skremt kvistvarme  
inni elgmarkene..."<sup>114</sup>

/.../

---

<sup>114</sup> Børli 1995: 244, "De flyktige tingene"

Begrepene øyeblikk og situasjon er sentrale for undersøkelsen, og selv om de ikke inngår direkte i problemstillingen, fortjener de en redegjørelse her. Gjennomgåtte problemstillinger søker svar nettopp gjennom et blikk på de enkeltstående øyeblikk. Begrepet ”øyeblikk” gjenspeiler til en enkeltstående situasjon definert og innrammet av tid og rom. Denne situasjon hvor en opplevelse finner sted kan være meget kort, eller bære preg av mer langvarig tidsrom i et bestemt miljø. Opplevelsesdimensjonenes sansegrunnlag kan unnagjort på et blunk, eller være tilstede over lengre tid, eksempelvis ved den klassiske friluftslivssettingen hvor vi sitter og stirrer inn i et bål.

Øyeblikkenes meningsinnhold er i varierende grad avhengig av konteksten øyeblikket inngår i. Ved siterte eksempel ovenfor, med den brå vingebevegelsen på himmelen, kan dette øyeblikket i *seg selv* bære kilden til hele meningsinnholdet. I andre sammenhenger kan det tenkes at de kvaliteter et enkeltstående øyeblikk gir, kommer *i kraft av den større sammenheng* øyeblikket inngår i. Tar vi eksempelet hvor vi sitter ved et bål og har våre sanser vinklet og fokusert mot flammene, er det ikke utenkelig at vi opplever ro og harmoni i sinnet. Opplevelsen av dette blir i så fall uttrykt ut i fra et gitt tidspunkt ved bålet, men kan likevel være gjort mulig fordi vi allerede har vært i denne situasjonen en god stund allerede. Den større sammenheng, i dette tilfellet et lengre tidsperspektiv ved vårt bål, har gitt oss muligheten til å roe ned, fjerne forstyrrende tanker fra sinnet, rukket å senke pulsen, rukket å samle fokus for flammene, og gitt oss den ro og harmoni i sinnet som blir skildret ut ifra et kort definert tidspunkt.

Begrepet situasjon og øyeblikk blir brukt om hverandre, først og fremst av hensyn til språklig variasjon. Også med begrepet situasjon menes gitte omstendighet og en gitt hendelse, definert i tid og rom. Situasjonen får betydning for hvordan vi forstår våre handlinger i vår livsverden. Situasjonsbegrepet, sammen med begrepene livsverden og prosjekt, vil bli ytterligere behandlet i teorikapitlet, gjennom den forståelse Bjørn Tordsson (2003) gir ved å anvende filosofen Jean Paul Sartres begreper situasjon og prosjekt på friluftsliv.<sup>115</sup>

---

<sup>115</sup> Se teorikapitlet 2.5

## 2.0 Naturopplevelsens forståelsesgrunnlag og premisser

Valget av teori er med og styrer og klargjør hva slags innfallsvinkel og perspektiver undersøkelsen inntar i forhold til det fenomenet som skal undersøkes. Jeg har i mitt teorivalg ønsket å klargjøre hvordan forståelsen av virkeligheten er individuelt betinget, og hvordan en gitt opplevelse i tid og rom arter seg for det enkelte individ. Jeg har søkt innsikt i hvordan menneskets samspill med natur styrer og forsterker vår sansning og hvordan informasjonen vi erverver fra våre sanseinntrykk danner det primære grunnlaget for en forståelse av den enkelte situasjon, selve opplevelsesøyeblikket. Med dette har jeg ønsket å klargjøre hvilke grunnlegende forutsetninger som ligger til grunn for en opplevelse og samtidig klargjøre hvilke premisser som skal ligge til grunn for en naturopplevelse, fullgod og relevant ut i fra denne undersøkelses innfallsvinkel.

For å få en generell forståelse av fenomenologisk innfallsvinkel innen kvalitativ forskning, både nå det gjelder teoretisk filosofi og analysemetode for tekst, har jeg støttet meg til May Britt Postholms (2005) fremstilling av emnet. Mer spesifikt har jeg basert undersøkelsen på David Abrams (2005) tolkning og anvendelse av kroppens fenomenologi, hvor han tar utgangspunkt i sansningens vesen og betydning for opplevelsesgrunnlaget, i samspillet med natur. Abrams fenomenologiske innfallsvinkel baserer seg i stor grad på den franske filosofen Maurice Merleau-Pontys (1994) filosofi, som derfor utgjør en viktig *grunnstein* for denne undersøkelses teorigrunnlag.

### 2.1 Fenomenologisk filosofi

Ifølge Postholm er fenomenologisk teori egnet for å belyse opplevelse og den mening individet legger i sin eksistens og sine handlinger. Som hun sier, er ”hensikten med fenomenologiske studier er å finne essensen eller den sentrale underliggende meningen av en opplevelse eller erfaring”.<sup>116</sup>

---

<sup>116</sup> Postholm 2005:99

Innenfor kvalitativ forskning er da også fenomenologi blant de tre mest anvendte perspektiver, ved siden av etnografi og kasusstudier<sup>117</sup>. Den tyske filosofen Edmund Husserl (1859-1938) regnes som grunnleggeren av fenomenologien, ifølge David Abram med intensjonen ”så nøyaktig som mulig å beskrive hvordan verden gir seg tilkjenne for bevisstheten, hvordan ting oppstår og fremstår i vår direkte sansende erfaring”.<sup>118</sup> Husserl kritiserte med sitt fenomenologiske bidrag, oppfatningen av at det bare eksisterer en bestemt objektiv sannhet.

En forståelse av et landskap blir med en fenomenologisk innfallsvinkel avhengig av det individet som erfarer dette landskapet. Postholm påpeker hvordan dette samspillet mellom individ og omgivelser arter seg:

*/.../ oppfattelsen av et objekts virkelighet er avhengig av et subjekt. Objektet som oppleves, kan være både et fysisk og et mentalt objekt. Det kan dreie seg om opplevelsen av et tre eller et maleri, eller det kan være opplevelser knyttet til eksempelvis sjalusi, depresjon, sinne, glede, omsorg og læring. Denne prosessen består da av en blanding av det som objektivt er til stede og det som eksisterer i forestillingene, bestemt av subjektets oppfatninger eller meninger. Dermed skjer det en forening av det faktiske og det opplevde inntrykket, det fysiske, det materielle og det ideelle.*<sup>119</sup>

Egenskapene til et landskap blir først meningsfullt når de kommer til uttrykk gjennom et individs perspektiv, forståelse og beskrivelse av dette landskapet. Først da trer landskapet klart frem og får et meningsfull og forståelig innhold.<sup>120</sup>

Fenomenologien innebærer, som ordet indikerer, en studie av fenomenene selv. Vi går til de enkeltstående unike hendelser og undersøker nøye disse, fremfor å studere mange ulike tilfeller og trekke ut noen fellestrekk på tvers av disse. Den unike hendelse er interessant og hvordan akkurat denne arter seg der og da, bestemt av tid og rom. Med dette menes i denne

---

<sup>117</sup> Creswell 1998, i Postholm 2005: 33

<sup>118</sup> Abram 2005: 46

<sup>119</sup> Postholm 2005: 42

<sup>120</sup> Abram 2005: 45



undersøkelse en gitt "situasjon" eller et gitt "øyeblikk", utspilt i et gitt beskrevet "miljø".<sup>121</sup> I denne undersøkelse et opplevd *naturmiljø*.

Postholm deler hovedsakelig fenomenologiske studier inn i to typer studier, et sosiologisk og et psykologisk individuelt perspektiv. Denne undersøkelse er en variant av en psykologisk, individuell innfallsvinkel, hvor hensikten er "å gripe enkeltmenneskets opplevelse, samtidig som forskeren prøver å finne ut hvordan erfaringen av det samme fenomenet oppleves av enkeltindivider".<sup>122</sup> Dette innebærer ikke at vi utelukker de sosiale faktorer tilknyttet individets meningstolkning<sup>123</sup>, men det er ikke forhold som blir belyst her.<sup>124</sup>

Nettopp med en slik innfallsvinkel, er det mulig å belyse meningsinnhold slik det oppleves fra det enkelte individ. Fenomenologien kan egne seg til å belyse den mentale dimensjon ved fenomener. Jeg har indikert at naturopplevelsens mening ofte kan handle om positive mentale tilstander som er forårsaket av en væren *til* og samspill *med* øvrig natur. Postholm påpeker nettopp muligheten for å belyse slike *tilstander* gjennom fenomenologi. Hun poengterer at "målet for fenomenologiske dataanalyser blir dermed å prøve å nå frem til denne essensielle, konstante strukturen. Det kan eksempelvis dreie seg om fenomenet sorg og hvordan en slik tilstand oppleves".<sup>125</sup> Tilstand av sorg er et eksempel, men også mer positive mentale tilstander vil være mulig å belyse gjennom et blikk på det enkelte individs opplevelse av en situasjon.

### 2.1.1 Tillit til den subjektive beretning

Blikket på individets egen beretning om et fenomen, innebærer at vi må stole på og anta at det som blir uttrykt utgjør en fullgod virkelighet for vedkommende. Vi setter med dette tillit til hver enkelts fornuft, at hver enkelts versjon av tilværelsen er like relevant og gyldig som alle andres. I Nils Gilje og Harald Grimens (1993) grunnbok om samfunnsvitenskapens forutsetninger kan vi lese følgende:

---

<sup>121</sup> Begrepet "miljø" sidestilles i denne undersøkelse med "livsverden", "omgivelser" eller "landskap"

<sup>122</sup> Postholm 2005: 41

<sup>123</sup> Se teorikap. 2.4 og 2.5

<sup>124</sup> Se kap. 3.6 om metodekritikk for en presisering av metodens avvik fra gitt teorigrunnlag

<sup>125</sup> Postholm 2005: 99

For å forstå hva en person sier eller gjør, må vi begynne med å anta at han er en fornuftig person. Vi kan ikke begynne med å anta at han ikke tenker og handler fornuftig. At han er fornuftig, kan i denne sammenheng bety slike ting som at når han påstår at noe er sant, så vil han normalt selv tro at det er sant.<sup>126</sup>

En naturopplevelse er verdifull slik den oppfattes for den som opplever, selv om denne oppfatning ikke kan bekreftes og gjenkjennes av utenforstående. I praksis vil dette si at når en turgåer opplever en elv som ”liv i bevegelse”, så er denne betraktningen i det øyeblikket en fornuftig og relevant sannhet på like linje med et syn på samme elv som x antall potensielle kilowatt.

## **2.2 ”Kroppens fenomenologi”**

Maurice Merleau-Ponty har utarbeidet sin egen filosofi innenfor fenomenologi. Merleau-Ponty tar utgangspunkt i menneskets kroppslige eksistens tilhørighet til verden som det primære forståelsespremiss. Som den norske psykologen Finn Skårderud hevder, er Merleau-Ponty av de første som hevder at vår virkelighetsforståelse baseres på vår kroppslige erfaring av den.<sup>127</sup> Vi er udelelig knyttet til våre naturomgivelser. Vi er ikke som menneske en ekstern del som er plassert *inn i* virkeligheten, *inn i* naturen, vi hører snarere *til*<sup>128</sup> virkeligheten. I vårt møte med natur er vi ikke en uavhengig del av denne med klare grenser. Natur, det ytre miljø vi samhandler med, tar del i oss som mennesker, samtidig som vi påvirker og tar del i dette miljø. Dette gjør vi primært gjennom vår fysiske, kroppslige tilstedeværelse og kommunikasjonen gjennom våre sanser. Erling Krogh (1995) formulerer Merleau-Pontys grunnpoeng godt:

”Gjennom å gjøre kroppen til handlede subjekt poengteres at mennesket er i verden gjennom sine pulserende handlede kropper. Forholdet til landskap og verden for øvrig

---

<sup>126</sup> Gilje og Grimen 1993: 195

<sup>127</sup> Skårderud 2004: 36

<sup>128</sup> Preposisjonene er uthevet for å poengtere at mennesket ikke er en avskåret del av virkelighet som settes *inn i* naturen som en fremmed bestanddel, men nettopp hører *til* natur på lik linje med alt annet naturliv. Likevel vil det i denne undersøkelsen bli brukt ordelag som opplevelse *av* natur, møte *med* natur, være *i* natur, gå *ut i* natur, utelukket av språklige hensyn.

kjennetegnes i Merleau-Pontys fenomenologi av møter mellom kropp og omgivelser”.<sup>129</sup>

Kroppen er det som gjør det mulig for oss å møte og erfare verden. Uten den fysiske kroppen, intet utgangspunkt for å tenke, føle og handle ut i fra. Vi har alle våre unike forutsetninger for å forstå verden gjennom vår særegne kropp, med en naturlig påfølgende subjektiv og bevisstgjort oppfattelse av enkeltfenomener og verden som helhet.

Overført til denne undersøkelsen utgjør denne teoretiske innfallsvinkel en premiss til hvilke typer opplever som er gyldige. Med den kroppslige ubevisste forståelse av verden i bunn, som det første premiss på erkjennelsesvegen, tolker jeg en fysisk tilstedeværelse i situasjonen som en forutsetning for å få erverve et fullgodt og optimalt sansegrunnlag for å erverve forståelse for situasjonen spesielt, og omgivelsene generelt. Jeg utelukker ikke med dette at vi kan bruke begrepet naturopplevelse når vi ser på et naturprogram på fjernsyn, hører fuglekvisper på radio eller hører noen fortelle ei villmarksskrøne, men det vil ikke være en relevant og optimal naturopplevelse, knyttet opp til en kroppslig forståelse av stedet og øyeblikkets essens og vesen. Først når vi selv har vært fysisk tilstede og erfart et fenomen gjennom vår kropp, med aktivt bruk av alle våre tilgjengelige sanser, kan vi forstå et fenomen så *optimalt som mulig*.<sup>130</sup>

En fysisk tilstedeværelse blir også et meningsfullt og nødvendig premiss, knyttet opp til denne undersøkelsens forankring i friluftsliv. Den informasjon vi får fra vår sansning er første kilde til videre erkjennelse og forming av en opplevelse. Det vil si at det landskap, den livsverden med potensielle sanseintrykk som individet til enhver tid hører til, spiller en sentral rolle for hva slags typer opplevelser som blir næret.

### **2.2.1 Muligheten for innlevelse, forståelse og gjenkjennelse mellom individer**

Til tross for individets unike grunnlag for å forstå verden, påpeker Merleau-Ponty at vi har mulighet til å sette oss inn i og forstå hverandres oppfattelse av verden. Selv om sanseintrykkene oppleves ulikt, hører vi til, og deler tilgang til den samme samlede horisont av potensielle sanseintrykk. Vi er alle plassert i den samme verden med våre fysiske kropper.

---

<sup>129</sup> Krogh 1995: 4 kap. "Fra landskap til landskaping"

<sup>130</sup> Se Langseth 2003: 95 for liknende refleksjoner rundt innfallsvinkel og premisser for opplevelse i friluftsliv

Eric Matthews (2006) har skrevet et eget bidrag til hvordan tolke og forstå Merleau-Pontys fenomenologi. Han påpeker nettopp dette perspektivet, hvor vi alle eksisterer i den samme verden med en felles ramme for hva vi kan oppleve:

To accept the existence of other subjects as well as oneself is also to accept that there is a world which all these different subjects experience, each from his or her perspective, and which provides the common “horizon” for all our experiences.<sup>131</sup>

Vi har alle vår egen unike forståelse av verden, samtidig som den er tuftet på en felles basis, med mulighet for gjensidigs forståelse med andre individers virkelighetsforståelse. En subjektiv opplevelse av en situasjon utelukker ikke at andre kan leve seg inn i og forstå hvordan denne opplevelsen måtte arte seg. Dette perspektivet sannsynliggjør også muligheten for at flere individer kan ha tilnærmet like opplevelser. Slik blir min og denne undersøkelses oppfatning - et individs naturopplevelse, med dets meningsdimensjoner belyst gjennom Hans Børlis ord, kan også vekke gjenkjennelse og oppfattes tilsvarende eller beslektet av andre individer. Selv om undersøkelsen tar utgangspunkt i en enkelt manns skildringer og betraktninger ut i fra et gitt tid og rom, er det mulig for også andre å kjenne seg igjen i disse. Med andre ord, selv om jeg i denne undersøkelsen belyser hvordan akkurat Hans Børli opplever sine naturmøter, er det i den hensikt å kunne si noe generelt om hvordan flere vil kunne oppleve natur.

### **2.3 ” Sansenes magi”**

Filosofen, sosialantropologen og økologen, David Abram (2005), tar utgangspunkt i sansningen i sin innfallsvinkel til fenomenologi. Abram henviser da også til Merleau-Pontys fenomenologi, og støtter perspektivet med kroppens pre-kognitive forståelse av omverdenen. Han poengterer at de primære sanseintrykk ligger til grunn for våre erfaringer og opplevelser, ubehandlet av intellektet..

Et budskap i Abrams avhandling er at en fullverdig opplevelse ikke kan erverves gjennom en rein intellektuell øvelse hvor en leker med vårt konstruerte språk av bokstaver og ord. Det kreves en fysisk tilstedeværelse med førstehånds mottagning av sanseintrykk ifra

---

<sup>131</sup> Matthews 2006: 17

omgivelsene. Abram redegjør for hvordan vår sosiokulturelle ballast er med på å styre våre opplevelser, og ramser opp mange faktorer<sup>132</sup> som har vært delaktige i å fremme vår kultur ifra natur, hemme vår naturbevissthet og redusere vår sanselighet for det som er mulig å ta inn ifra våre omgivelser. Han tar særskilt for seg språket, vårt sett av konstruerte tegn og begreper som fjerner oss vekk fra den faktiske verden, samtidig som vårt språk, abstrahert fra fenomenet i seg selv, er med på å styre hva vi særskilt fokuserer på i en situasjon. Språket er en sentral premissgiver til å styre vår direkte erfaring med natur, hvor vi lett faller inn i vårt gamle ”observasjonsskjema” – vi evner å skjelne de elementer fra omgivelsene som vi er vant til å skjelne og kjenner navnet på. Abram tar til orde for å sanse natur så uforutinntatt som mulig, selv om vår særegne sosiokulturelle bakgrunn alltid vil legge føringer og rammer for hva vi velger ut og bevisstgjøre oss fra det vi sanser.

David Abram beskriver dette forholdet på en god måte i sin oppsummering av intensjonene med sin avhandling, forankret i Merleau-Pontys fenomenologiske forståelse:

I denne boken har jeg prøvd å gjenforene leseren med en type bevissthet som går forut for og underligger det lese- og skrivekyndige intellektet, en tenke og talemåte som streber etter samsvar ikke med skriftlige nedtegnelser, men med den sanselige verden selv, og med de andre legemer eller vesener som omgir oss.<sup>133</sup>

Abram fokuserer videre på hvordan vår sansing arter seg og setter premissene for en opplevelse. De tilgjengelige sanseintrykk som eksisterer i en gitt situasjon, ligger til grunn for den potensielle opplevelse, og jo mer skjerpet og fininnstilt sansene er, jo mer omfangsrikt og detaljrikt informasjonsgrunnlag evner vi å oppfatte fra våre omgivelser. Dette fører igjen til en rikere basis av inntrykk, som grunnlag for den videre bevisstgjøring og begrepsfesting av opplevelsen. Han skildrer hvordan våre sanser blir *mer iakttagende og skjerpet* av å være i relasjon til natur over tid. Med andre ord, evnen til å sanse sterkt og variert øker med vår grad av kontakt og samhandling med øvrig natur. Samhandling med natur stimulerer og fremmer en allsidig bruk av menneskets sanser. Samtidig hevder Abram at vårt opphold i et naturmiljø fremmer vår innlevelsessevne til annet liv enn menneskets – både planter og dyr. Denne innlevelsessevne gjør det igjen enklere å oppfatte annet liv som unikt, som noe mer enn en

---

<sup>132</sup> Abram 2005: 241

<sup>133</sup> Abram 2005: 242

rekke strengt regelbundne og mekaniske funksjoner.<sup>134</sup> For å snu det hele på hodet, beskriver Abram godt hvordan hans tilbakevending ifra en lengre væren til natur til en mer urban tilværelse igjen, er med på å redusere denne nyanserte sanselighet og innlevelsessevne:

Jeg var virkelig i ferd med å tilpasse meg min egen kultur igjen, rette meg etter dens talemåter og samværsformer. Samtidig var det som mine kroppslige sanser mistet årvåkenheten, ble mindre vare for små endringer og mønstre. Klimpringen av sirisser og den lokale svarttrostens sang falmet etter kort tid fra bevisstheten. Bare ved hjelp av viljen kunne jeg bringe dem tilbake til bevissthetsfeltet. Spurvens og øyenstikkerens flukt holdt meg ikke fanget særlig lenge, om de overhodet fikk oppmerksomhet. Huden sluttet å fornemme små endringer i brisen, og lukter syntes helt å ha forsvunnet. Nesen våknet bare et par ganger daglig, når jeg laget mat eller bar ut søppel.<sup>135</sup>

Hvilken innfallsvinkel får vi da til naturopplevelse ifølge med David Abram? Slik han fremstiller det, kan vi anta at jo mer kontakt med natur vi har, jo mer skjerpet og disponert blir våre sanser for å hente informasjon, og jo bedre grunnlag etableres for en sterk, intens og mangfoldig opplevelse.

### **2.3.1 Menneskets sanser disponert for naturelementer**

Naturelementer gir en type inntrykk for våre sanser som oppleves intense og direkte, og treffer noen grunnstrenger i oss mennesker. Vår hjerne, kropp og sanser er ifølge Abram innstilt på denne type inntrykk etter mange tusen års tilpasning til et liv i natur.<sup>136</sup> Inntrykk fra natur vil derfor kunne evne og aktivere hele mennesket. Vi må derfor betrakte alle sanseintrykk som serveres i en situasjon, som grunnlag for å stimulere både kroppslige, kognitive og emosjonelle prosesser i mennesket, alle relevante for hva slags meningsinnhold en naturopplevelse vil få til slutt.

---

<sup>134</sup> Se spesielt hele Abrams skildring av hans tilbakekomst etter et lengre opphold i natur, Abram 2005: 36-39

<sup>135</sup> Abram 2005: 38

<sup>136</sup> Flere påpeker at vi fortsatt har en genetisk kropp tilnærmet lik steinaldermennesket, og er dermed også disponert for en kroppslig utfoldelse i nær samhandling med øvrig natur. Se f. eks. Norling & Larsson 2004:6

Abrams perspektiv utelukker i denne sammenheng opplevelser som er litterære, tv-basert, eller andre måter hvor impulsene allerede er tilgjort, behandlet, abstrahert, og serveres på en enkel måte, hvor en eller flere av sansekvalitetene i opplevelsene er utilgjengelig for den som opplever. En kan se et naturmiljø gjennom tv-skjermen, og ha en opplevelse av det, men mangler likevel de kroppslige deltagende dimensjonene, mulighet til å gjøre egne sanseerfaringer som å lukte planter, kjenne på treet, føle trykket fra konglene under foten etc. En litterær opplevelse er selvfølgelig absolutt å anbefale, men i denne sammenheng blir den type opplevelse utelukket.

Opplevelsen blir forringet av et nedsatt finstemt sanseapparat og følsomhet. Hans Børli hadde jevnlig kontakt med natur – mon tro om ikke dette var en forutsetning for å kunne skildre naturmøtene på den måten han gjør. Mye etablert vitenskap og kunnskap vi omgås til daglig har ingen forankring i vår egen førstehånds forståelse for hvordan verden arter seg.

Kjemiens periodiske system, biler, koppevaksiner, ”nærbilder” av det ytre rom – alt dette vi stoler på og er blitt avhengige av skriver seg fra de objektive vitenskapenes dristige eksperimentering med verden. Likevel overser disse vitenskapene konsekvent vår hverdagserfaring.<sup>137</sup>

Naturen er en uatskillelig del av oss mennesker, som tar bolig i oss, og påvirker oss. Vi kan ikke oppleve uavhengig av verden rundt oss. Vi er opprinnelig en del av naturen, og dermed responderer vi og tar direkte farge av stemninger vi værer i den samme natur. Vårt humør, sinnsleie og *mentale tilstander* er ikke uavhengig av de signaler øvrig natur infiltrerer i oss:

Likedan, når disen senker seg ned over dalen jeg bor i, senker den seg også ned i bevisstheten min. Den gjør meg omtåket og får musklene til å lengte etter søvn. Verden og jeg speiler hverandre. I min direkte opplevelse er ikke landskapet et uavhengig objekt. Det er en flertydig sfære som reagerer på følelsene mine, og fremkaller følelser i meg.<sup>138</sup>

Med dette blir de naturlige omgivelser en forutsetning for våre opplevelser, samtidig som vi ikke kan tvinge frem en bestemt type opplevelseskvalitet, på tvers av de signaler omverdenen

---

<sup>137</sup> Abram 2005: 44

<sup>138</sup> Abram 2005: 44

gir deg. Å eksempelvis sette seg ned og forvente ro og harmoni når det blåser storm rundt ørene dine, synes å være en veldig vanskelig og ”unaturlig” gitt oppgave.

## **2.4 Sosiokulturell ballast**

Vandringsmann – vit:

Du finner intet svar langsmed veiene

Du må selv legge ordene

I den stumme munnen <sup>139</sup>

Teorigrunnlaget til nå har fulgt en individuell psykologisk innfallsvinkel til fenomenologi og til å forstå grunnlaget for en opplevelse. Det er imidlertid også sentralt å ta høyde for den andre hovedgreina, sosiologisk fenomenologi, som viktig innfallsport til å forstå forutsetningene for den bevisstgjorte og begrepsfestede opplevelse. Som del av en kultur, av et bestemt samfunn, bærer vi alltid med en ballast som gir føringer for hvordan vi forstår og fortolker våre omgivelser. Bjørn Tordssons avhandling drøfter nettopp friluftsliv som et sosiokulturelt fenomen, hvilket vil si at meningen med fenomenet friluftsliv oppstår nettopp på grunn av spesielle historiske, sosiale og kulturelle forhold.<sup>140</sup> Ifølge Tordsson er dette en bakgrunn vi tar med oss inn i alle sammenhenger i opplevelsesmiljøer, også natur -

Når vi ”forlater samfunnet” og ”går ut i naturen” for – som vi forestiller oss – å møte virkeligheten slik den ”er i seg selv”, bærer vi samfunnet med oss i våre måter for å sanse, skjelne, kategorisere, vurdere, handle.<sup>141</sup>

Videre påpeker han at vår sansning og fortolkning styres av vår ballast, hva vi er vant til å skjelne, hva vår intensjon med å holde på med det vi gjøre er. ”Vi skjelner det vi har lært å skjelne. Hver kultur, eller delkultur, mikro-kultur, har sin måte å organisere verden på, og vi tenderer å merke oss nettopp det som kulturen bekrefter, kategoriserer og fester ord og begreper til”<sup>142</sup>. For å forstå friluftslivets meningsinnhold mener altså Tordsson at vi må forstå

---

<sup>139</sup> Børli 1995: 199, ”Blyantskrift på veiviseren”

<sup>140</sup> Tordsson 2003:20

<sup>141</sup> Tordsson 2003:21

<sup>142</sup> Tordsson 2003:20



det som ”et uttrykk for de vilkår for livsforståelse og livsforming som tiden og samfunnet gir for den enkelte”.<sup>143</sup>

Vårt fokus kan ofte være preget av gamle vaner og det språk de språklige begreper vi behersker. Dette er med på å bestemme hva vi faktisk trekker ut av omgivelsenes potensielle sanseintrykk, både i og utenfor friluftslivets kontekst. Tordsson hevder at

det som vi *opplever* i friluftsliv i høy grad er kulturelt skapte kategorier, som vi *reproduserer*<sup>144</sup>. /.../ Disse måter for å forholde seg, disse kategorier, handlingsmønstre og holdninger, blir i høy grad tatt for gitte. De blir til vanlig ikke problematisert, og blir derfor sjelden gjenstand for bevisst refleksjon. Vi opplever verden på de måter kulturen tillater, men har vanskelig å få øye på de sosiokulturelle linser som vi betrakter verden gjennom.<sup>145</sup>

Med andre ord, selv om vi sanser fritt og til dels opplever oss som frie og uavhengige i møtet med natur, vil vår bakgrunn kunne gi begrensninger på hva slags mening vi tolker ut i fra vår væren og handling i våre omgivelser.

## **2.5 Situasjon og prosjekt. Sansenes fokus**

Den omverden vi til enhver tid hører til, kan vi med et fenomenologisk begrep, innført av Edmund Husserl, kalle for *livsverden*.<sup>146</sup> Livsverden representerer de muligheter og de potensielle sanseintrykk vil til enhver tid omgås. Men selv om vi går ut i fra en pre-kognitiv forståelse av verden, er det grunn til å anta at vår kulturelle ballast styrer oss mot bestemte typer sanseintrykk fra omgivelsene, og ikke minst styrer vår fortolkning av disse. I tillegg vil det være føringer tilknyttet selve øyeblikket som påvirker fokus og forståelsen.

Tordsson anvender en annen fransk vitenskapsfilosof, Jean-Paul Sartre, og hans kjernebegreper *prosjekt*, og *situasjon* i forklaringen av hvordan vi møter og gir verden mening, også gjennom prosjektet friluftsliv. Vårt prosjekt, altså vår intensjon ved å være der

---

<sup>143</sup> Tordsson 2003:10

<sup>144</sup> Tordsson 2003:20

<sup>145</sup> Tordsson 2003:20

<sup>146</sup> Se Tordsson 2003:37 for ytterligere redegjørelse av begrepet *livsverden*

vi er og gjøre det vi gjør. Bjørn Tordsson anvender disse to begreper fra Sartre<sup>147</sup> og konkretiserer hvordan vi også i en friluftslivssammenheng skjelner og velger ut våre sanseintrykk, avhengig av vårt prosjekt. Hvor vi retter blikket, hvor vi går, hva vi hører (etter), får betydning for hvilke potensielle sansekvaliteter individet oppsøker, og er igjen avhengig av individets hensikter i øyeblikket.

Når vi handler – generelt formulert - for å oppnå noe, da befinner vi oss med Jean-Paul Sartres ord i et prosjekt. Vi benytter situasjonens muligheter for å overskride dens betingelser. Våre prosjekter ordner på denne måte hvordan vi forholder oss til våre livsverden, og ulike prosjekter ordner livsverden forskjellig<sup>148</sup>

Tordsson bruker elvepadling som et av eksemplene på en slik innfallsvinkel, og konkretiserer hvordan et slikt prosjekt fremhever bestemte karaktertrekk ved ei elv –

Prosjektet å padle i elva gjør dermed noe med elva. Elvepadling får visse aspekter av elva til å fremtre – det som er relevant for dette å padle – og andre til å utgjøre bakgrunn. /.../ Prosjektet elvepadling gjør dermed også noe med oss. Det avdekker våre personlige evner, våre følelser og våre holdninger, vår forståelse, våre sanselige og kroppslige ferdigheter. Gjennom å padle i elva får vi en tilbakemelding på hvordan vi forstår elva, og oss selv i forhold til den<sup>149</sup>

Og videre beskriver Tordsson hvordan vi gjennom vårt prosjekt overskrider situasjonens begrensninger, og hvordan vårt prosjekt styrer vår forståelse av situasjonen, samtidig som situasjonens egenart og tilbakemelding er med å beskrive hvordan individet forstår seg selv i samme øyeblikk. Dette foregår i en dialektisk prosess mellom individet og det prosjekt, og den enkelte situasjon.

Prosjektet og situasjonen henviser på denne måten til hverandre. Prosjektet utgjør en måte å fortolke og tydeliggjøre situasjonen på. Det avdekker bestemte aspekter av den, gir den en meningsgivende fortolkning, klargjør noen av dens muligheter og prøver å unngå noen av dens begrensninger. /.../ Omvendt former situasjonen prosjektet.

---

<sup>147</sup> Tordsson 2003:38-39

<sup>148</sup> Tordsson 2003:38-39

<sup>149</sup> Tordsson 2003:40

Samme handling eller atferd – som for eksempel å vandre i fjellet – kan erfares svært forskjellig, avhengig av situasjonens egenart. Mange har for eksempel opplevd den markante forskjellen mellom selv å velge vei i fjellet, og å følge en merket løype.<sup>150</sup>

Vårt prosjekt og fokus i en situasjon medfører med andre ord alltid en reduksjon av det potensial av sanseintrykk som vår totale livsverden rommer. Dette perspektivet motsier imidlertid ikke oppfatningen av vår kroppslige pre-kognitive forståelse av vår sanselige verden. Vi kan eksempelvis fortsatt ha en ubevisst forståelse av hvordan regn på naken hud arter seg, men vår sosiokulturelle og individuelt betingende ballast samt vårt prosjekt og situasjonens egenart i et gitt øyeblikk, er med på å bestemme hvorvidt vi fokuserer på dette sanseintrykket regn på hud, bevisstgjør det og gjør det relevant i det gitte øyeblikk. Et eksempel – vi står i striregn og fisker. Etter lang tids møye får vi på en kilosørret på vår egenbundne flue. Vi blir helt oppslukt av vårt prosjekt – å få ørreten trygt på land, og slutter å høre alt annet rundt oss. Vi har fortsatt en forståelse for regnet på vår hud, men vårt prosjekt og situasjonens egenart gjør dette sanseintrykket helt uvesentlig for vår opplevelse av situasjonen. Vi fokuserer ikke på regnet.

## **2.6 Innfallsvinkel og premisser. Oppsummering**

Aase og Fossåskaret (2007) oppsummerer forutsetningene for den uttrykte opplevelse i form av noen sentrale kategorier. De sier at en opplevelse av et objekt er avhengig av en kombinasjon av våre fem gitte sanser, våre mentale egenskaper og vår kultur.<sup>151</sup> Dette er elementer som skulle oppsummere grunnsteinene for denne undersøkelses teoretiske forankring. Teorivalget inkluderer oppfatningen av mennesket som både natur og kultur. Som Tordsson påpeker, har vi ”noe som vi kan kalle en natur, som forstås ut fra menneskeartens evolusjonære historie”.<sup>152</sup> Samtidig har mennesket en bevissthet som gir føringer og retning på sansenes fokus, og hvordan disse blir fortolket – mennesket er også kultur.<sup>153</sup>

---

<sup>150</sup> Tordsson 2003:41

<sup>151</sup> Aase og Fossåskaret 2007:113

<sup>152</sup> Tordsson 2003:18

<sup>153</sup> For en ytterligere nyansert redegjørelse av menneskets balansegang mellom natur og kultur, og hva vi preges og styres av, se partier av Torbjørn Hobbels artikkel om ”Natur og meditasjon”, i Dyade 1994: 2-12

Den fenomenologisk innfallsvinkel innebærer et studium av fenomenet i seg selv, slik det fremstår i konkrete enkelttilfeller. Dette innebærer at hver situasjon, hvert opplevelsøyeblikk, og hvordan det oppfattes av et enkeltindivid, er unikt.

Maurice Merleau-Pontys perspektiv på kroppen som første premissgiver for vår virkelighetsforståelse, gjennom dens fysiske eksistens *til* verden, hvor vi som mennesker utgjør en uskillelig del i et nært og avhengig samspill med øvrig natur. Kroppen forstår ubevisst hvordan verden og omgivelsene fortøner seg gjennom informasjon fra sansene, *før* denne sanseinformasjon blir bevisstgjort og begrepsfestet. Kroppen forstår hva regn som faller på hud innebærer, før vi har bevisstgjort oss regnet på huden, satt våre begreper på fenomenet, og gjort oss opp en oppfatning av hva slags mening dette sanseintrykket av regn mot hud har for oss. Samtidig muliggjør vår felles kroppslige tilhørighet til en felles livsverden en mulighet for individet å sette seg inn i andres virkelighetsforståelse. Videre tar vårt teorigrunnlag utgangspunkt David Abrams fokus på sansningen. Jo lengre og mer sammenhengende tid vi anvender i nær sansning og samspill med natur, jo mer nyansert og skjerpet blir kroppens sanser for å registrere inntrykk fra omgivelsene. Dette innebærer at jo flere sanser som er aktive, jo mer nyansert og skjerpet de er, jo bredere og mer nyansert råmateriale av sanseinformasjon blir lagt til grunn for den påfølgende bevisstgjøring og begrepsfesting av en opplevelse. Dette gir bedre forutsetninger for en helhetlig og optimal forståelse av situasjonen, og en mer intens og nyansert opplevelse. Våre sanser er disponert for naturuttrykk, på lik linje med at mennesket hører fysisk til natur, som en uatskillelig del av en helhet. Dermed får en være i natur, og sanseintrykkene fra naturomgivelsene, en direkte påvirkningskraft på menneskets sinnsleie, følelses- og tankevirksomhet.

For en total og fullverdig forståelse av verden, innebærer dette perspektivet en kroppslig tilstedeværelse i nært samspill med omgivelsene. Dette medfører et premiss om fysisk tilstedeværelse for å kunne redegjøre for en optimal forståelse og opplevelse av situasjonen. Denne innfallsvinkel setter skille mellom hvilke naturopplevelser som er relevante i vår sammenheng. Det avgjør hvilke naturopplevelser som faller innenfor vår forståelse av friluftsliv - opplevelser som springer ut av et "nakent" og nært samspill med omgivelsene gjennom aktivt bruk av alle våre tilgjengelige sanser<sup>154</sup> som menneske.

---

<sup>154</sup> Forutsetter blant annet kroppslig bevegelse og ferdsliv når dette er mulig, fremfor bruk av mekaniske hjelpemidler som reduserer vår sanselige utfoldelse og potensielle kommunikasjon med våre omgivelser.

Hva individet retter fokus på, skjelner og plukker ut fra dets tilgjengelige livsverden, som i neste omgang blir bevisstgjort og gitt et meningsinnhold og uttrykk, er avhengig av individets særegenheter og sosiokulturelle bakgrunn<sup>155</sup>, foruten prosjektet og situasjonens egenart. Samtidig er det sett av språklige begreper det enkelte individ behersker, med på å styre hva individet klarer å skjelne fra sine omgivelser. Totalen av dette avgjør hvordan innholdet av opplevelsen blir fortolket og gjort meningsfullt for individet selv, og for andre. Likevel kan den skjerpede iakttakelsesevne grunnet intense sanseintrykk fra natur føre til en overskridende<sup>156</sup> opplevelse – en revurdering av de sosiokulturelle føringer og vaner som frem til opplevelsens øyeblikk har påvirket individets vanebefengte sansefokus meningsfortolkning av seg selv og sine omgivelser. Selv om vår bakgrunn gir mange føringer og forårsaker stivnede vanemønstre, er det grunn til å tro at den intense direkte erfaring kan føre til en korrigerende og revurdering av disse.

Det ligger en stor utfordring i det å skulle beskrive en kompleks og nyansert opplevelse, hvor det rette meningsinnhold, tilnærmet slik det faktisk ble opplevd, skal gjøres forstått for andre enn oss selv. Når vi skal beskrive en opplevelse, vil det uansett handle om en redusert abstraksjon ifra selve opplevelsensøyeblikket, ikke bare fordi det handler om en avstand fra fenomenet i tid og rom<sup>157</sup> gjennom vårt konstruerte språk, men også fordi vi ikke evner å bevisstgjøre og begrepsfeste alle de sansesignaler som kroppen ubevisst fanger opp og registrerer fra en situasjon.

## **2.7 Teorikritikk**

Fenomenologien søker å utdype spesielle tilfeller snarere enn å finne hyppighet og det mest typiske resultat på et område. Den fenomenologiske innfallsvinkel, med hensikt å oppnå innsikt gjennom å belyse kjernen av få enkeltstående fenomener, står i fare for å ekskludere oppfatningen til en stor og betydelig masse. I opplevelsessammenheng risikerer denne innfallsvinkel å belyse atypiske meningsdimensjoner, fordi den baserer seg på skildringer fra

---

<sup>155</sup> Foruten tidligere referanser til Abram (2005), se også Tordsson 2003:20 for ytterligere nyansering og poengtering av dette

<sup>156</sup> Et eksempel på dette kan være et behov for å utvide vår språklige ballast for bedre å kunne beskrive den komplekse verden vi erfarer gjennom vår sansning. Børli selv gir uttrykk for et slikt behov i sitt dikt "Bønn" i Børli 1995: 9

<sup>157</sup> Abram 2005:170-171

en enkelt naturbevisst mannlig tømmerhogger, gjort i tidsrommet fra 1945 til 1989<sup>158</sup>, i stedet for å forsøke å velge ut et representativt utvalg av praktiserende ”friluftere” pr i dag.

Fenomenologien søker å grave så dypt som mulig i høyst spesifikke tilfeller i stedet for å rekke over så mange ulike som mulig. Innfallsvinkelen vil gjøre det på sin plass å stille spørsmål ved hvor utbredt resultatene egentlig er. Det er kilde til diskusjon hvor unike den enkeltes opplevelse er, og hvor sannsynlig det er med tilsvarende opplevelser på tvers av individer. Likevel bør vi ikke undervurdere vår nevnte empatiske evne til å sette oss inn i andres livsverden, og erverve en forståelse for hvordan en annen i grove trekk må ha opplevd en situasjon. Ei skal vi undervurdere muligheten for sammenfallende meningsdimensjoner med naturopplevelser som stammer fra det moderne friluftsliv

Premisset om fysisk tilstedeværelse utelukker naturopplevelse ervervet eksempelvis ifra en jeep eller igjennom bussvinduet på en safarireise, fra seteryggen på en snøscooter, gjennom en elektronisk skjerm, eller gjennom å ligge hjemme på sofaen og høre på bølgeskulp ifra en cd. Selv om det godt kan være at disse tilfellene er å regne som meningsfulle naturopplevelser for enkelte, ikke minst for de som har vanskeligheter for å ta seg ut i naturterreng ved bruk av egen kropp.

Merleau-Ponty forankrer vår forståelse av verden i den pre-kognitive kroppslige væren til verden, og David Abram forankrer opplevelsene i sansekvaliteter, med fokus på å sanse natur så forutinntatt og lite farget av vår sosiokulturelle ballast som mulig. Det hersker imidlertid ingen tvil om at nettopp en slik ballast, tidligere erfaringer, kunnskap om emnet, samt vårt intellekt i seg selv, kan være med på å berike en opplevelse.<sup>159</sup> Vårt språk som en begrensning kan også diskuteres, da det ”er ”kulturen”, i vid forstand, som gjør oss i stand til at erfare tingene på måder som innebærer, at vi kan gjøre dem tydelige også for vores tanke”.<sup>160</sup> Selv om vår bevissthet setter en ramme for hva vi kan fange av de kroppslige sansede inntrykk, er det mulig å erverve en dypere erkjent opplevelse gjennom denne. Gjennom vår bevissthet tilkjenner vi *det meningsfulle* for oss selv. Vår kulturelle ballast blir med dette et tveegget sverd i diskusjonen om hvorvidt det forringer eller forsterker vår opplevelse, satt i lys av den pre-kognitive kroppslige kjennskap til verden.

---

<sup>158</sup> Se kap. 6.1 Primærlitteratur for oversikt over de anvendte diktsamlinger. Noen utgivelser er vel og merke datert etter 1989. Utgivelser som er publisert etter Hans Børlis død.

<sup>159</sup> Flere av meningsdimensjonene i denne undersøkelse indikerer nettopp en gjentakelse og en forkunnskap tilknyttet de sanseintrykk som ligger til grunn for opplevelsen.

<sup>160</sup> Tordsson 2006:124

### 3.0 Kildevalg og analysearbeid

Undersøkelsens teoretiske innfallsvinkel til naturopplevelse har påvirket mitt valg av metode. Metodevalget styrer både hvordan jeg henter inn informasjon, og til hvilke kilder jeg henvender meg for å skaffe denne informasjonen. Metode kan sies å omfatte alt som har med hvordan finne svar på en gitt problemstilling gjennom en systematisk fremgangsmåte<sup>161</sup>.

Hvordan kan vi belyse en naturopplevelse? Vi kan åpenbart ikke sette oss inn i hver enkelts hode, som en liten microchip, og registrere inntrykkene i samme øyeblikket som individet som opplever registrerer dem selv - kartlegge tankene og følelsene, graden av kroppsbruk og hvordan dette til sammen gir uttrykk for den endelige, helhetlige opplevelse av situasjonen. Vi kan riktignok gå ved siden av den som opplever, holde en løpende dialog etter hvert som vi skrider frem i landskapet, men da vil vi stå i stor fare for å komme i veien for kildene til opplevelsene. Vi vil fordreie sansers og tankers fokus, og forringe opplevelsesverdien til den vi spør. Samtidig - hvor ofte er det lett å sette velfunderte presise ord på det du opplever i samme øyeblikk, eller rett i etterkant av at du gjør opplevelsen? Trenger ikke disse inntrykk litt bearbeidning før de kan artikuleres i meningsfylte ord og uttrykk? Er det ikke nødvendig med litt avstand før en kan spørre seg - "Hva var det med dette naturmøtet? Hvordan var det jeg kjente meg? Hvordan oppførte jeg meg? Hva sanset jeg, og hvilke assosiasjoner ga det meg? Hva fokuserte jeg mest på? Hvilken grunnstemning satte situasjonen meg inn i? Var det hele en god eller dårlig opplevelse?"

#### **3.1 Fenomenologisk analyse, hermeneutisk fortolkningsprosess**

Gjennom mitt kvalitative metodevalg, hvor jeg har undersøkt såkalte "mykdata"<sup>162</sup>, har jeg tatt i bruk en fenomenologisk analyse på utvalgte lyriske tekster. Begrunnelsen for kvalitativ fremfor kvantitativ metode henger sammen med mitt ønske om den dypere forståelse av naturopplevelsen gjennom bruk av færre eksempler på fenomenet. Min intensjon har hele tiden vært å gå i dybden av hva bestemte naturopplevelser kan inneholde og innebære for det enkelte individ. Jeg ønsket heller å velge færre undersøkelsesenheter og belyse hvilke kvaliteter som kunne ligge til grunn i noen bestemte naturopplevelser, fremfor å spenne ut et

---

<sup>161</sup> Halvorsen 2003: 12-13

<sup>162</sup> Individuelt meningsinnhold, ikke tallfestbare kvaliteter.

grundt og vidt kart over et *totalt antall* potensielle naturopplevelser og hyppigheten av disse.<sup>163</sup>

Å belyse hvordan meningsinnholdet i en naturopplevelse fremstår for det enkelte individ, med alle dets varianter, forutsetninger og uttrykk, har krevd en helhetlig tilnærming til kildematerialet, med et særlig hensyn til alle detaljerte variabler som kan ha vært sentrale og avgjørende for den totale opplevelse.

For innsikt i kvalitativ metode, og for å belyse hvilke kriterier som bør ligge til grunn for metodebruken og diskusjon av resultatene metoden belyser, har jeg støttet meg til Tove Thagaards (2003) innføring i emnet. Thagaard lister opp flere grunnbegreper som bør være rettesnor og kilde til kritisk blick på den endelige fremstilling av resultatene. Av begreper som i den kvalitative tradisjon tilsvarer kvantitative som reliabilitet, validitet og generalisering, fremhever hun begrepene *troverdighet*, *bekreftbarhet* og *overførbarhet*, som har fått en sentral posisjon i kvalitative lærebøker.<sup>164</sup> I sin omtale av disse begrepene kan hun fortelle at:

Troverdighet sier noe om forskningen utføres på en tillitsvekkende måte.

Bekreftbarhet knyttes til kvaliteten av tolkningen, og om den forståelsen det enkelte prosjekt fører til, støttes av annen forskning. Overførbarhet har referanse til at tolkninger som er basert på en enkelt undersøkelse, også kan gjelde i andre sammenhenger.<sup>165</sup>

Jeg har i min anvendelse av valgt metode forsøkt å etterstrebe disse prinsippene for hvordan gå frem for å innhente informasjon, samt hvordan tolke og evaluere resultatene.

Prinsippbegrepene vil bli hentet frem igjen og diskutert opp imot resultatene i undersøkelsens diskusjonskapittel, hvor de vil bli satt inn i denne undersøkelses kontekst.

Jeg har i mitt metodevalg måtte arbeide med min helhetlige forståelse av naturopplevelsens meningsdimensjoner, samtidig som jeg har vekslet mellom å se på detaljer som alle er med på å bidra til den enkelte forståelse av en meningsdimensjon. Jeg har balansert mellom å leve

---

<sup>163</sup> Mer om de generelle trekk ved kvantitativ og kvalitativ metode, og forskjellene dem imellom, i Halvorsen 2003:82-96

<sup>164</sup> Thagaard 2003:21

<sup>165</sup> Thagaard 2003:21



meg inn i Børlis ord og verden og å opprettholde et distansert systematisk blikk på den informasjon og innsikt jeg setter inn i.<sup>166</sup>

Kort oppsummert består hovedpunktene i mitt metodevalg av Hans Børlis lyrikk som kildemateriale, fenomenologisk analyse med konkret bruk av Paul F. Colaizzis (1978) trinnvise fremstilling av analyseprosessen. Jeg har beklageligvis ikke funnet mye bakgrunnsmateriale om Colaizzi, men han gir en beskrivelse av sin metode i en bok som tar for seg "eksistens - fenomenologiske perspektiver på psykologi" (Valle & King 1978) som likner andre tilsvarende metodeforslag. Grunnen til at jeg har holdt meg til Colaizzis metode, er først og fremst at denne er konkret, lett overførbar til bruk i analysen av Hans Børlis dikt.

For å nyansere Colaizzis metodeforslag, få flere perspektiver på denne type metodearbeid, og generelt bedre innsikt i hva fenomenologisk analyse innebærer, har jeg også studert og støttet meg til førmtalte May Britt Postholms (2005) og Clark Moustakas` (1994) refleksjoner rundt den trinnvise progresjon i metodearbeidet. Postholm er førsteamanuensis og underviser i kvalitativ metode ved pedagogisk Institutt, NTNU. Hun redegjør for "den konstant komparative analysemåte"<sup>167</sup>, basert på Strauss & Corbin (1990), en redegjørelse som på mange måter tar for seg hovedtrekkene i fenomenologisk analyse. Postholm beskriver også en konkret fenomenologisk analyseprosess, basert nettopp på Clark Moustakas`<sup>168</sup> to metodeforslag. Moustakas to forslag er to modifiserte metodeforslag, hvor den ene bygger på van Kaams (1959,1966) analysemetode.<sup>169</sup> Den andre er utarbeidet på grunnlag av blant annet Colaizzis metode. Disse to metoder utgjør begge til dels sammenfallende analyseprosesser som det Colaizzi legger opp til i sitt metodeforslag. De ulike bidragsytere med deres metodefremstilling er med andre ord tilnærmet like ved flere av kjernepunktene, og jeg ser en stor sannsynlighet for at mitt resultat kunne blitt det samme, ved et primærbruk av en av de andre metodene fremfor Colaizzis versjon.

Analysemetoden jeg har benyttet på Børlis utvalgte dikt, er i seg selv et eksempel på en hermeneutisk fortolkningsprosess. For generell innsikt i hermeneutikken, og forståelse for hvordan hele min forskningsprosess inngår i en hermeneutisk arbeidsform, har jeg lånt

---

<sup>166</sup> Thagaard 2003:14

<sup>167</sup> Postholm 2005:87-91

<sup>168</sup> Postholm 2005:98

<sup>169</sup> Moustakas 1994:120-121

visdom og refleksjoner fra den svenske professor emeritus i pedagogikk, Per Johan Ödmann (1979).

### **3.2 Forskers forståelse av naturopplevelse**

Som forsker med et bevisst forhold til naturopplevelse, er ikke min forforståelse for forskningstemaet uten innflytelse og betydning. Mine verdier og oppfatninger kan være med på å prege analysen av kildematerialet. Idealet i en undersøkelse som denne er å se så lite forutinntatt på kildematerialet som mulig. Som forsker ønsker jeg at fenomenet skal tre frem slik det er i seg selv, uten at jeg legger forutinntatte føringer på hvordan fenomenet skal forstås. Vi kan i en undersøkelse velge å se på et emne uten forhåndsformulerte hypoteser og formeninger om hvordan fenomenet arter seg, en innfallsvinkel etter den induktive metode.<sup>170</sup> Motsatt innfallsvinkel er på forhånd å formulere klare hypoteser for hvordan vi antar fenomenet arter seg, som vi gjennom vår undersøkelse ønsker å avkrefte eller bekrefte, en hypotetisk-deduktiv metode.<sup>171</sup> Selv om kvalitative undersøkelser ofte tar utgangspunkt i å være så lite forutinntatt som mulig, vil det alltid være innslag av forskerens forforståelse – en innledende formening om hvordan fenomenet arter seg, før det faktisk blir undersøkt. Postholm (2005) påpeker nettopp dette. Kvalitative undersøkelser tar ofte utgangspunkt i idealet ”grounded-theory”, hvor vi forsøker å tømme hodet for alle forutinntatte meninger om et fenomen, før vi går inn og studerer det.

Både ved bruk av den konstant komparative analysemetoden (Strauss & Corbin 1990, 1998) og Moustakas (1994) metode for analyse av fenomenologiske data, er idealet å behandle dataene på en mest mulig induktiv måte. Likevel er man innenfor begge tilnærmingene oppmerksom på at forskerens forforståelse alltid vil bli med inn i analysene, slik at det er en viss interaksjon mellom induksjon og deduksjon.<sup>172</sup>

Vi vil aldri helt slippe unna egne tanker og formeninger om et fenomen. Allerede når en forsker har valgt sitt forskningsemne, har vi med en verdimessig subjektiv prioritering å gjøre. Min oppfatning av naturopplevelser vil i tråd med Clark Moustakas (1994) metodeføringer gjøres rede for.

---

<sup>170</sup> Halvorsen 2003:44

<sup>171</sup> Halvorsen 2003:46-47

<sup>172</sup> Postholm 2005: 99

Verken forskning generelt eller friluftslivsfeltet spesielt er verdifritt<sup>173</sup>. Allerede ved å velge ut naturopplevelse som emne har jeg som forsker foretatt en verdimessig prioritering, og signalisert for omverden hva slags fenomen jeg selv mener det er viktig å rette fokuset mot. Mitt valg av Hans Børllis tekster som kildemateriale kom heller ikke ut av det blå. Jeg har som forsker en egen innsikt i emnet, både gjennom kroppslig erfaring gjennom praktisering av egen allsidig friluftsliv og gjennom studier<sup>174</sup> og arbeid<sup>175</sup> med friluftsliv. Jeg har med andre ord et bevisst forhold til friluftslivet og dets kvaliteter. Gjennom egen omfattende friluftslivspraksis, gjennom omgang med likesinnede og studier av litteratur som for eksempel Hans Børllis lyrikk, har jeg utviklet en klar formening om naturopplevelse. Jeg har en grunnleggende innstilling til naturopplevelsens innhold som *positive* meningsdimensjoner, både mentale og fysiologiske, *innen* jeg begynner analysearbeidet av Hans Børllis lyrikk.

Jeg forstår det slik at møtet med natur aktiviserer og stimulerer en rekke kognitive, fysiologiske og emosjonelle prosesser i mennesket. Summen av disse utgjør en kompleks helhet, uttrykt gjennom opplevelsen som preger menneskets virkelighetsforståelse av situasjonen. Jeg har en formening om at disse opplevelser ofte manifesterer seg, og kommer til uttrykk, som ulike *mentale positive tilstander* i menneskesinnet. Jeg er dermed også av den oppfatning at friluftsliv generelt, og naturopplevelser spesielt, inneholder noen kvaliteter som er positive for vår helhetlige helse.

Min bevisste friluftslivsbakgrunn kan gi utslag til to sider. Jeg står i mitt tolkningsarbeid i fare for å legge resultater i mitt kildemateriale, som kanskje ikke åpenbart kan tolkes ut i fra tekstene. Jeg står også i fare for å tillegge resultatene et uforholdsmessig positivt fortegn, uten å se nyansene i hvilken mening det betyr å oppleve natur. Kanskje er det ikke alle situasjoner som uten videre oppleves positivt. Det kan også tenkes at meningsdimensjon er sterkt avhengig av individet og dets bakgrunn og situasjon, hvorvidt det oppfattes som positivt eller negativt.<sup>176</sup> Samtidig gir min bakgrunn meg et fortrinn i forhold til det å sette meg inn i den situasjon som blir beskrevet, og gjør det kanskje enklere for meg å skape en forståelse for hva

---

<sup>173</sup> Tordsson 2006:8

<sup>174</sup> Friluftsliv, natur- og kulturveiledning, Bø, Høgskolen i Telemark 2000-2002

<sup>175</sup> I skrivende stund arbeider jeg som høgskolelærer ved Høgskolen i Hedmark, med friluftsliv som et av fagområdene

<sup>176</sup> Ta for eksempel ”opplevelse av stillhet”. Er du ensom, eller har problemer med andre typer vonde tanker, kan denne opplevelsen oppfattes negativt. Er du stresset og trenger tid for deg selv, kan det tvert imot oppfattes som meget positivt.

som er det essensielle i den naturopplevelse det er snakk om. Min egen erfaringsbank fra opplevelse i og av natur gjør det enklere for meg å leve meg inn i, og forstå den situasjon som blir skildret.

### **3.3 Valget av kildemateriale**

Valg av kildemateriale er avhengig av problemområde og problemstilling, med andre ord hva slags informasjon vi er ute etter. Videre vil et slikt valg av kildemateriale få konsekvenser for hvilke metoder det er aktuelt å velge, som er best egnet for å gjennomføre selve undersøkelsen. Jeg vier mitt kildevalg stor plass i min redegjørelse av metode, da valget av Hans Børli er et bevisst strategisk valg. Det innebærer at resultatene bygger på bare en respondent, samtidig som det er nødvendig å redegjøre for sannsynligheten for sammenheng mellom Hans Børlis skildrede verden, og dagens friluftslivspraksis.

I utvelgelsen av kildemateriale måtte jeg problematisere hvilke kilder som på en best mulig måte kan belyse opplevelsens ulike dimensjoner. En potensiell mulighet var å produsere kildemateriale selv, såkalt primærdata<sup>177</sup>, eksempelvis gjennom dybdeintervju av strategisk utvalgte respondenter. Jeg kunne ført feltsamtaler, arrangert gruppesamtaler med utvalgte temaer som samtaleemne og strategisk valgte gruppemedlemmer. Jeg kunne også valgt andre former for skriftlig materiale, analysert andre typer dokumenter og litteratursjangere.

Jeg valgte å konsentrere meg om ferdigskrevet materiale, kalt sekundærdata.<sup>178</sup> Neste utfordring var å finne beskrivelser som kunne belyse alle de viktige dimensjonene rundt en opplevelse. Det er åpenbart at mange mangler trening i å skildre inntrykk, utover det som vi ser rundt oss. Opplevelse er et abstrakt tema som det er vanskelig å feste essensen av på papir. Vi beveger oss raskt inn i områder som psykologi, filosofi og lite håndfaste følelser når vi skal snakke om hva vi opplever. Mitt inntrykk er at mange naturskildringer i detalj beskriver de visuelle sansekvaliteter vi finner i natur - skildrer hvilke vakre former, farger og stemninger som oppstår, og det kan gi en god indikasjon på at det her er snakk om en verdifull estetisk opplevelse. Problemet er at skildringene ofte ender med dette, og tekstene gir få svar på hva inntrykkene faktisk gjør med mennesket, i hvilken stemning, tilstand, modus disse inntrykk

---

<sup>177</sup> Halvorsen 2003:61

<sup>178</sup> Halvorsen 2003:61

setter vedkommende inn i. Denne kompleksitet er det få som har trening i å uttrykke. ”Ethvert reflekterende menneske har en høy kompetanse når det gjelder de dypeste spørsmål i livet. Men de har jo ikke trening i å artikulere”<sup>179</sup> forteller filosofen Arne Næss i samtale med Øystein Dahle.

Jeg hadde tidlig en klar formening om at lyrikksjangeren kunne egne seg, og Hans Børli lyrikk især egnet seg til belysning av opplevelsedimensjoner<sup>180</sup>. Valget var klart ganske tidlig i arbeidet med denne undersøkelsens forskningsdesign.<sup>181</sup>

### 3.3.1 Naturlyrikk

Hvorfor lyrikk? Og hva er lyrikkens fortrinn i å formidle en opplevelse? Jeg har lenge hatt en formening om at lyrikksjangeren evner å formidle stemninger og situasjoner på en matnyttig måte for en opplevelseseanalyse. Lyrikken evner å få frem perspektivene rundt tankevirksomhet, aktiverte følelser, kroppslig handling, sansning av et gitt ytre miljø, og samtidig integrere disse ulike elementer i en kortfattet men innsiktsgivende skildring. Lyrikken kan evne og formidle sammensveisingen, selve samspillet mellom menneske og øvrig natur, og hvordan denne symbiose, dette møtet kommer til uttrykk i form av en endelig individuell opplevelse. Dette er ingen unik tanke fra min side - at diktformen kan egne seg til skildring av opplevelsens skjulte dimensjoner. Det at lyrikk kan fange de mentale sider indikerer blant annet Olav Vaagbø i en forskningsrapport for FRIFO<sup>182</sup> fra 1993:

”Utgangspunktet for antakelsen om at det foreligger en sammenheng mellom friluftsliv og mental sunnhet, skriver seg fra mange kilder og ulike områder. Dikterne representerer i så måte en interessant informantgruppe”<sup>183</sup>.

Jeg har allerede fortalt at jeg ser på en opplevelse som et produkt av en helhetlig stimulering av mennesket. Samtidig er opplevelsen sterkt avhengig av individets indre liv i opplevelseseøyeblikket – hva som rår av humør, intensjoner, tanker som medbringes fra det

---

<sup>179</sup> DNTs Årbok 2002: 60

<sup>180</sup> Se de første avsnitt i innledningskapittelet for en del argumenter for mitt valg av Hans Børli lyrikk

<sup>181</sup> Se blant annet innledningen, kap 1.0, for en begrunnelse for valget av Børli

<sup>182</sup> Friluftslivets Fellesorganisasjon

<sup>183</sup> Vaagbø 1993:2 i artikkelen ”Mulige sammenhenger mellom friluftsliv og mental helse”

siviliserte liv, tidligere erfaringer, assosiasjoner trigget av omgivelsene og handlingsmønstrer. Lyrikken kan kanskje egne seg til å fange denne komplekse helhet.

Når lyrikken kan få frem opplevelsens ulike dimensjoner, er det også viktig at lyrikken i denne sammenheng evner å knytte meningsdimensjonene opp mot omgang av natur – dvs naturlyrikk. Wærp (1996) påpeker at det er vanskelig å gi en fullgod definisjon av begrepet naturlyrikk. Wærp operasjonaliserer begrepet naturlyrikk for sin avhandling, og gir her en ganske åpen definisjon som jeg støtter meg til –

Her skal ordet forstås så vidt og vagt som at naturlyrikk er lyrikk som i vesentlig grad er preget av natur- eller landskapsmotiver. Det er altså nok at diktet på det manifeste planet inneholder eller bruker natur- eller landskapselementer, hva diktet tematisk dreier seg om er en annen sak, for trolig handler all naturlyrikk om noe annet enn natur.<sup>184</sup>

Som omtalt under problemstillingens begrepsavklaring, holder det i denne sammenheng at den som skildrer og er opphavet til opplevelsen, selv oppfatter sine omgivelser som natur.

### **3.4 Hans Børli, bakgrunn og lyrikk**

Jeg hadde på forhånd en formening om at Hans Børli var en forfatter jeg vanskelig kunne utelate ifra mitt kildemateriale. Både gjennom eget møte med hans tekster, og gjennom hyppig bruk av Børli blant andre som beskrevet i undersøkelsens innledning, har jeg fått bekreftet Børlis relevans for friluftsliv og opplevelse av natur.

#### **3.4.1 Hans Børlis liv, virke og forfatterskap**

Hans Børli (1918-1989) vokste opp på et liten oppsitterplass innpå Eidskogs skoger – Hedmarks sørligste kommune. Oppveksten var preget av enkle kår, og en tidlig yrkesdebut som tømmerhogger. I Hans Børli vokste det seg imidlertid en trang etter å uttrykke seg, til å feste de tanker og følelser på papiret, fremmede for det røffe tømmerhoggermiljø han ellers

---

<sup>184</sup> Wærp 1996:66

vanket i. Kanskje var det nettopp nærkontakten med naturen som først trigget hans uttrykkstrang.

I mange tilfeller virker det som Børlis natursyn er todelt mellom en nærhet til naturens positive inntrykk og egenskaper, samtidig med et anstrengt forhold til naturens brutalitet og beinharde kår. Vi må forstå Børlis forhold til natur både i lys av hans grunnleggende begeistring ovenfor de sansekvaliteter og andre livsformer natur representerer, og hvordan hans oppvekstkår, hans harde yrke som tømmerhogger, tvang ham til å konfrontere seg med naturens ubarmhjertige krefter.

Foruten poesien skrev Hans Børli prosa i form av både noveller og romaner, selv om det antagelig er som dikter de fleste kjenner til ham. Mange av Hans Børlis dikt har en skildrende stil, hvor forfatteren inntar en metaposisjon i sin beskrivelse av sitt eget liv<sup>185</sup> innpå skogen. Disse diktene gir mye informasjon om levekår og konkrete situasjoner i møtet med skogsnatur, men gir mindre av den type innsikt jeg har vært på jakt etter med mitt fokus på naturopplevelsen. Det er en forskjell i Børlis diktning mellom eldre og nyere diktning, både når det gjelder form, innhold og kvalitet, noe også før omtalte Steen<sup>186</sup> påpeker i sin avhandling. Det har derfor ikke vært aktuelt å inkludere alle diktene i min empiri. Det er når jeg kommer til de diktene hvor Børli slynger oss direkte inn i situasjonen – hvor vi eksempelvis inntar jeg - personens posisjon, og får ta del i det som tenkes, føles og handles i øyeblikket, jeg har kunnet trekke ut verdifull informasjon om potensielle meningsdimensjoner i naturopplevelsen. Denne type dikt har jeg særlig funnet i siste halvdel av Børlis diktning. Jeg mener nettopp å se en utvikling i Børlis dikterskap, ifra de strengt regelbundne dikt, med fast verseform og enderim, som beskriver skoglivet på generell basis, til en nyere diktform, hvor det eksperimenteres med linjedeling og andre virkemidler, hvor mer av det essensielle meningsinnholdet blir tillagt det underliggende mellom linjene.<sup>187</sup> Steen påpeker at Børli ofte får tittelen ”skogens dikter”, men at Børlis diktunivers rommer mer enn hva den tittelen skulle tilsi.<sup>188</sup>

---

<sup>185</sup> Se f. eks Børli 1995:123, ”Mitt liv”

<sup>186</sup> Steen 1996:4

<sup>187</sup> Før omtalte Vestheim (1972) velger å basere seg på Børlis diktning fra og med samlingen ”Dagene” utgitt i 1958, nettopp med det argumentet at diktsamlingene før den tid er med på å underbygge klisjeen om Børli som ”skogens dikter”, gjennom primært å skildre naturelementer og stemninger fra skogen.

<sup>188</sup> Steen 1996: 6

### 3.4.2 Friluftslivets praksis og Hans Børli's naturmøter

Det kan virke som en lang og søkt linje å trekke sammenhenger mellom meningsinnholdet i tekstene til en avdød tømmerhogger, til dagens friluftslivspraksis. Det er åpenbart at vi har med to forskjellige epoker å gjøre, med ulike forutsetninger for å tilskrive gjerninger og opplevelser meningsinnhold. Hans Børli levde fra 1918 til 1989, og han ga ut de fleste av diktene i tidsrommet fra 1945 til 1984. Bare fra Børli's død i 1989 og frem til skrivende stund i 2008, har det vært en rivende samfunnsutvikling, hvor blant annet bedre råd og mer fritid er med på å påvirke vårt aktivitetsmønster, og hva slag meningsinnhold vi legger i våre handlinger. Hans Børli oppsøkte da også ofte skog i en arbeidssituasjon, i motsetning til vår tids friluftslivstradisjoner, hvor mye av virksomheten bedrives som et overskuddsliv i fritiden.

Likevel tror jeg ikke jeg er den eneste av den oppfatning at mye av innholdet i Børli's tekster også sammenfaller med dagens praksis og muligheter innenfor friluftsliv. Beretninger fra Børli's væren i skog, sammenfaller på mange måter med en typisk friluftslivskontekst, selv om Børli stort sett hadde en yrkesrelatert grunn for sitt opphold og virksomhet i skogen. Øyeblikkene som Børli skildrer, med deres stemninger, hendelser, møter med naturliv, type handling og ferdselsformer er kjent for mye av den friluftslivspraksis vi kjenner til i dag. I mange tilfeller virker derfor Børli's naturmøter å være overførbar til dagens fritidsliv i natur, og det er grunn til å tro at mange av naturinntrykkene voldte samme påvirkning på Børli's sinn, som det gjør på en friluftslivsutøver pr. nyere dato.

Børli er konkret og gjenkjennelig i sitt bildebruk, som lett kan relateres til sanseintrykk vi kan få gjennom en tradisjonell friluftslivssetting av i dag. Steen (1996) henviser til Beyer (1974) som påpeker nettopp dette at Børli stadig griper ”tilbake til sin egen, tømmerhoggerens nærmeste virkelighet. Der finner han sine symboler, og der opplever han det videste fellesskap”.<sup>189</sup> Så selv om det ene valget av Hans Børli, utgjør en referanse som selv sjelden var i natur i fritiden slik mye av dagens friluftsliv bærer preg av, vil jeg hevde at Børli's diktunivers skildrer et stort knippe av aktuelle situasjoner og sanseintrykk for dagens friluftslivspraksis.

---

<sup>189</sup> Beyer 1978:446, hentet fra Steen 1996:7



### 3.4.3 Hans Børlis direkteskildrede øyeblikk

Børli gir uttrykk for en utvilsom innsikt i skogen, og dets rike potensielle opplevelsesunivers. For å si det med Steens ord – ”Man kan si at Børli bodde i skogen, levde av skogen, skriver ofte om skogen og bruker litterære bilder fra skogen”.<sup>190</sup> Og videre – ”Han benytter seg rikelig av de elementene han er fortrolige med og som han kjenner godt”.<sup>191</sup>

Hvordan gir mange av Hans Børlis dikt oss en innsikt i en situasjon (øyeblikk) hvor en naturopplevelse finner sted? Børli gjør flere grep som fører oss inn i situasjonen, og gir oss innblikk i flere dimensjoner enn det rent observerbare ved situasjonen. Børli er en visuell dikter<sup>192</sup>, som kan beskrive en setting godt med dets relevante naturelementer. Han er i tillegg en billed-dikter<sup>193</sup>, som gir gode beskrivelser av et landskap, av de aktuelle naturomgivelser.

Steen (1996) setter fingeren på nettopp denne fruktbare kombinasjonen mellom ytre kjente naturelementer, kombinert med et innbakt meningsinnhold –

/.../ det nettopp er gjennom et konkretiseringsprinsipp Børli får frem den bakenforliggende store verden, meningen i diktet – dets tema. De konkrete elementene blir etter min oppfatning brukt som et virkemiddel for å nå dypere inn i menneskets gåter. Den bofastes blikk når mye lenger enn til gjøken, tiuren eller svarttrosten.<sup>194</sup>

Hvordan får vi som leser innsikt i den situasjonen som skildres, og samtidig tilgang på det potensielle opplevelsesinnhold? Børli bruker en rekke litterære grep som hjelper leseren til å leve seg inn i handlingen:.

#### *Jeg-perspektiv*

Flere av diktene inntar et jeg-perspektiv, hvor vi som lesere får lov til å følge ”hovedpersonene” gjennom opplevelsen. Vi blir trukket inn i situasjonen og får servert sanseintrykkene som om det er vi som er ”jeget”.

---

<sup>190</sup> Steen 1996:5

<sup>191</sup> Steen 1996:6

<sup>192</sup> Wærp 1996, i Steen 1996:14

<sup>193</sup> Steen 1996:17

<sup>194</sup> Steen 1996:13

### *Leseren tiltales direkte med et "du"*

I andre dikt henvender Børli seg direkte til lesere med et "du"<sup>195</sup>. Det er "du" som befinner seg i det skildrede naturmiljøet, det er "du" som føler, tenker og handler. Diktets innhold vedrører og henvender seg nettopp til deg. I andre tilfeller gir denne henvendelsen til leseren et inntrykk av at opplevelsesdimensjonene har noe typisk og generelt<sup>196</sup> over seg – som om dette er noe vi har erfart flere ganger i tilsvarende opplevelsessituasjoner.

### *Direkte skildringer i presens*

Børli skildrer opplevelsessituasjonen som om det er nå det skjer, og drar inn alle dimensjoner rundt en opplevelse, med hvordan vi tenker og handler samtidig som vi sanser et gitt miljø. Vi får som lesere en følelse av å være med på direkten, og selv oppleve det som skildres i diktet.

### *Refleksjoner i etterkant som peker tilbake på selve opplevelsesøyeblikket*

Noen av diktene er skrevet i preteritum. Det gis et klart inntrykk av at situasjonen i diktet har skjedd for en stund tilbake. Likevel fører Børli oss tilbake til "den gang"<sup>197</sup>, og setter fingeren på "hva det var" med det møtet som satte spor. Gjennom dette grepet får Børli likevel skildret hvilke sider ved øyeblikket som ga seg gjeldende i opplevelsen den gang.

Selv om henvendelsen ofte er direkte, skifter diktene mellom å formidle de åpenbare essensielle meningsdimensjoner direkte, til å gjøre vesensinnholdet mer underliggende som noe "mellom linjene". Hans Børli's innsikt i natur, kombinert med et meget god formuleringsevne oppleves av undertegnede som et godt utgangspunkt for å kunne belyse deler av naturopplevelsens mange ulike dimensjoner. Diktene har en direkte form som tar leseren til øyeblikket hvor opplevelsen finner sted. I stedet for å gå rundt grøten og beskrive om det som skjedde, får vi være med og ta del i de sanseintrykk som melder seg der og da, samtidig som vi får innblikk i hvordan forfatteren føler, tenker og handler i samme øyeblikk. Totalen av dette blir et godt utgangspunkt for å belyse hva slags opplevelse forfatteren gjør seg i denne situasjonen.

---

<sup>195</sup> Se f. eks. Børli 1995: 331 og 370, henholdsvis "Myrene" og "Poeten og skogen"

<sup>196</sup> Se f. eks. Børli 1995:298 "I høstskogen"

<sup>197</sup> Se f. eks. Børli 1995:371, "Barnetro"

Et eksempel:

Et diktparti som favner inn en dimensjon i min resultatdel lyder slik -

Du står der i vårvinden  
Med øret presset mot  
Ru bark.  
    Og plutselig  
Vet du ikke om det er  
Du  
Som opplever treet  
Eller treet  
deg<sup>198</sup>

Her blir jeg geleidet rett inn i øyeblikket. Diktet henvender seg direkte til meg, og skildrer et øyeblikk slik jeg om leser ville kunne oppleve det hvis jeg selv var til stede. Jeg får vite en del om hvilke elementer i omgivelsene som er av betydning, hva jeg gjør, hva jeg sanser, og at dette eksplisitt gir meg en opplevelse av, eller en følelse av nærhet og gjensidig kommunikasjon med elementene. Samtidig indikerer diktet at jeg opplever fellesskap med natur, i dette tilfellet med et tre.

### ***3.5 Analysearbeidet. Et bakteppe av overlappende metodeforslag***

En fenomenologisk analyse av en tekst, med en jakt etter det essensielle meningsinnhold, kan på mange måter oppsummeres i hovedtrekkene til ”den konstant komparative analysemåte”, slik Postholm fremstiller den på basis av Strauss & Corbin (1990, 1998). Innledningsvis er det snakk om å skaffe seg en oversikt over det totale datamateriale, og velge ut det som er aktuelt for problemstillingen. De som synes å dekke samme fenomen, samles i en gruppe for seg. Denne grupperingen kalles ”åpen koding”.<sup>199</sup> Videre er det om å gjøre å konkretisere hver enkelt gruppe, på basis av det materialet som har blitt samlet sammen i denne gruppen, såkalt

---

<sup>198</sup> Børli 1995: 213, ”Treet”

<sup>199</sup> Postholm 2005:88

aksial koding.<sup>200</sup> Når konkretiseringen av gruppene er gjort, gjenstår å finne kjernetemaene blant temagruppene – hva er det som mer enn annet utgjør det sentrale i besvarelsen av problemstillingen. Denne fasen kalles ”selektiv koding”.<sup>201</sup> Hele prosessen bærer preg av å være en reduksjon, sammentrekning og abstrahering av originaldata, hvor hovedtrekkene og de generelle linjer skal belyses. Postholm bemerker imidlertid at dette ikke er en oppskrift som følges kronologisk fra a til å. Undervegs vil det kunne være nødvendig å hoppe frem og tilbake mellom de ulike fasene samtidig som disse er flettet inn i hverandre.<sup>202</sup>

Clark Moustakas (1994) gir forslag til to konkrete modifiserte fenomenologiske analysemetoder. Den ene er særskilt rettet mot tolkning av transkribert intervju materiale, og er modifisert ifra Van Kaams metode (1959, 1966). Den andre er mer lik den jeg har anvendt, og har bygger på en plattform an nettopp Colaizzis (1973) metode, foruten bidrag fra Stevick (1971) og Keen (1975). Denne metoden er naturlig nok mer sammenfallende med Colaizzis versjon. Den beskriver fremdriften i analysen av et fenomen, hvor forskeren innledningsvis skal gjøre rede for egen erfaring og innsikt i fenomenet som skal belyses.<sup>203</sup> Moustakas` metoder følger for øvrig samme prosedyre med utvelgelse av relevant data, sortering i temagrupper, og sammenfatning og abstrahering av de sentrale resultatemer.

### **3.5.1 En sirkulerende pendelbevegelse – en hermeneutisk fortolkningsprosess**

Analysen av meningsinnholdet i Børllis lyrikk føyer seg innunder en hermeneutisk metodikk og prosess. Per Johann Ödmann presiserer at -

I følge en hermeneutisk forståelse er det meningstolkningen som er det sentrale, med en spesifikasjon av den type meninger som søkes, og fokus på spørsmålene som stilles i en tekst. Begrepene samtale og tekst er essensielle, og det legges vekt på tolkerens forforståelse av tekstens emne.<sup>204</sup>

---

<sup>200</sup> Postholm 2005:89-90

<sup>201</sup> Postholm 2005:121

<sup>202</sup> Postholm 2005:121

<sup>203</sup> Se kap.3.2

<sup>204</sup> Kvale 2000: 40

Hermeneutikken er med dette et nyttig verktøy for å belyse den individuelle mening, slik den springer ut ifra hver enkelts virkelighetsforståelse. Både selve analysemetoden brukt på kildematerialet, men også hele forskningsprosessen for øvrig, med formulering av problemstilling, utvelgelse av teoretiske perspektiver, modifisering av metode, utvelgelsen av Børlis dikt, har fortonet seg som en hermeneutisk fortolkningsprosess. Min forforståelse for forskningsområdet, slik jeg har beskrevet den, har blitt endret og nyansert kontinuerlig etter hvert som forskningsprosessen har skridet frem. Prosessen kan karakteriseres som et vekselspill mellom en forforståelse, innhenting av ytterligere informasjon fra kildemateriale, revidering av forforståelse, for så å vende tilbake til kildematerialet med ny innsikt og justert fokus. Ödmann beskriver denne vekselgangen slik – ”Den hermeneutiske sirkel” betegner det forhold at all fortolkning består i stadige bevegelser mellom helhet og del, mellom det vi skal fortolke, og vår egen forforståelse”.<sup>205</sup> Det gis uttrykk for en slags pendelbevegelse mellom de ulike faser og deler av forskningsarbeidet. Prosessen kan oppfattes som en gjentagende rundreise, eller mer betegnende, en innsnevrende spiralgang hvor en stadig nærmer seg sannhetens kjerne.

En slik hermeneutisk prosess har i en undersøkelse som denne ikke nødvendigvis feid tidligere kunnskap til siden. Det er heller snakk om en infiltrering av ny innsikt i den gamle, slik at totalen smeltes sammen til en mer omfattende og revidert oppfattelse av virkeligheten. ”En totalisering overskrider sålunda en annan totalisering genom at omfatta en større del av virkeligheten och samtidig omsluta det tidigare perspektivet”.<sup>206</sup> Når jeg i min undersøkelse har funnet noe interessant blant mitt materiell, har jeg lagt dette i min svarkurv, før jeg har søkt videre etter mer informasjon. Når jeg så har funnet noe mer, noen motsigende eller ulikt mitt allerede innsamlede materiell, har jeg ikke kunnet bygge den nye innsikten på den tidligere, som en lagvis deling, lik vinterens historikk kommer til syne i en snøprofil. Nei, jeg har måttet ta opp det eksisterende i bunn av kurven, behandle dette i lys av mine nyeste funn, og klemte disse to enheter sammen til en hel ball igjen, til en enkelt enhet.

---

<sup>205</sup> Gilje og Grimen 1993: 153

<sup>206</sup> Ödmann 1979: 52 - 53

### 3.5.2 Analyse av Hans Børllis dikt ved bruk av Paul F. Colaizzis metode

Det er tid for å konkretisere hva jeg har gjort i mitt studie av Hans Børllis dikt. Det er nødvendig å klargjøre to dimensjoner – hva har jeg konkret sett etter i min leting etter aktuelle dikt? Og hvordan har hele analyseprosessen fortonet seg, steg for steg?

Når jeg endelig hadde klargjort teoretisk innfallsvinkel, valg av metode og hva jeg skulle se etter i Børllis dikt, kunne jeg ta fatt på analysearbeidet. For analyse av et skriftlig kildemateriale, har Paul F. Colaizzi (1978) beskrevet sju tolknings- og sorteringstrinn for å komme frem til et riktig resultat. Disse trinnene søker altså å belyse det meningsbærende innhold i en beskrivelse, i en tekst. Jeg har overført disse til min undersøkelse, om enn med mer vekt på enkelte av dem, enn andre, samt i en tilpasset form som passer til min undersøkelse og mitt kildemateriale. Dette har vært nødvendig da hvert kvalitative materiale i seg selv er unikt, og krever en individuell tilpasning. Teorier og metoder kan ikke automatisk adopteres fra et prosjekt til et annet, uten at det blir tilpasset hvert tilfelle. Postholm påpeker dette i det hun henviser til M. Q. Patton (2002), som mener vi ikke kan legge opp en klar struktur på hvordan analysen skal gjøres, men at det er avhengig av den enkelte forsker og forskningsprosjekt.<sup>207</sup> Colaizzi sier selv at hans metode må modifiseres for å passe til det enkelte forskningsprosjekt - ”It must be emphasized that these research procedures of analysis that I employed should be viewed only as typical, and are by no means definitive”.<sup>208</sup>

Videre beskriver Colaizzi hvordan hans punkter overlapper hverandre og forteller om samme tema med flytende overganger, med til tider vanskelig definerbare skillelinjer.<sup>209</sup> Det samme kan sies om mine funn og min arbeidsprosess. Resultatene glir inn i hverandre, utfyller hverandre, og er i noen tilfeller helt avhengig av hverandre for at de skal oppstå. Et eksempel – Det er tilfeller hvor opplevelse av stillhet i natur kommer forut for, og er en forutsetning for at opplevelse av tilstedeværelse kan oppstå. Samtidig kan det være tilfeller hvor det hele snues på hodet, slik at naturmiljøets evne til å fange vår oppmerksomhet, og holde oss mentalt tilstedeværende, bidrar til at vi også opplever stillhet og indre ro. Vi kan snakke om en totalopplevelse.<sup>210</sup>

---

<sup>207</sup> Postholm 2005: 90

<sup>208</sup> Colaizzi 1978: 59

<sup>209</sup> Colaizzi 1978: 59

<sup>210</sup> Utdypes seinere i resultatdel.

Min hermeneutiske fortolkningsprosess gjenspeiler en del av den tolkningsgangen Colaizzi beskriver i sine punkter. Disse punktene tar for seg både helhetsoppfattelse av en tekst, og mer detaljerte tolkninger av partier. Jeg har arbeidet etter dette prinsippet – en vekselgang mellom å danne et totalinntrykk av et helt forfatterskap, til å belyse det enkelte dikts meningsinnhold. Mellom å gjøre opp en generell oppfatning av et dikts grunnstemning, til fokus på enkelte linjers konkrete innhold.

Jeg har fulgt, og vekslet imellom, følgende trinn<sup>211</sup>:

*1. Lest alt kildemateriale – skaffet meg oversikt og dannet meg et helhetlig inntrykk.*

Jeg har lest igjennom samtlige av Hans Børli's dikt, og gjort meg opp en grunnidè om hans forfatterskap. Jeg noterte fortløpende aktuelle emner for min undersøkelse.

*2. Trukket ut det relevante for min oppgave. Grovsortert det inn i hovedtemaer<sup>212</sup>*

Hans Børli har som nevnt ikke bare skrevet om natur. Det er en stor spennvidde i temaene han tar opp i sin lyrikk. Jeg har i denne fasen trukket ut de dikt som kan gi innsikt i min undersøkelse med min problemstilling.

*3. Tolket den essensielle meningsinnhold i hvert av de utvalgte diktene*

Jeg har søkt å belyse det essensielle mening i hvert dikt, ved å se på hvert dikt som en helhet, uavhengig av hverandre.

*4. Reorganisert diktene i aktuelle temaklynger. Sortert temaene i logisk rekkefølge*

Jeg har samlet dikt med sammenfallende meningsinnhold, og funnet en felles overskrift for disse. Temaene seg imellom har jeg forsøkt å ordne i en rekkefølge som virker mest logisk, selv om det ved flere av meningsdimensjonene er vanskelig å avgjøre hva som kommer før det andre - hvilke dimensjoner som er avhengig av at en annen er på plass. Ofte er det heller ikke snakk om et enten eller, men en kombinasjon av flere meningsdimensjoner.

---

<sup>211</sup> Colaizzis originale punktformuleringer er å finne i Colaizzi 1978: 60 -62

<sup>212</sup> I denne undersøkelse, sidestilt med ordet "dimensjoner" eller "kategorier"

5. *Beskrevet uttømmende om hvert enkelt temas mange nyanser og variabler*

Jeg har utdypet så grundig som mulig hvordan hvert enkel dimensjon *arter seg*. Her har jeg trukket inn eksempler og referanser ifra kildematerialet, og søkt å få frem de sentrale varianter og nyanser av en og samme meningsdimensjon, noen ganger titulert som egne underdimensjoner i resultatpresentasjonen.

6. *Beskrevet så presist som mulig essensen av hvert enkelt tema.*

Som Colaizzi forteller -"An effort is made to formulate the exhaustive description of the investigated phenomenon on as unequivocal a statement of identification of its fundamental structure as possible".<sup>213</sup> Jeg har tilstrebet å skrive så konkret og kort som mulig, hver enkelt dimensjons kjerne. Selv om jeg har skrevet dette på basis av den uttømmende beskrivelsen i forrige stadium, har jeg i den endelige resultatdelen plassert denne konkrete fremstillingen først i hvert resultatkapittel, som en innledning. Dette for kjapt å gi leseren en presis innføring resultatets generelle hovedtrekk, før et mer uttømmende og detaljert parti følger.

7. *Gått tilbake til det originale kildematerialet og kildenes opphav. Kontrollert at resultatene er i samsvar med utgangspunktet for analysen.*

I Colaizzis siste punkt skal forskeren gå tilbake og sjekke med kildematerialet og opphavshaver. Til slutt, men også flere ganger undervegs i prosessen, har jeg vendt tilbake til Børlis dikt for å kontrollere at jeg har fått med meg det essensielle i lys av min problemstilling. Opphavsmannen har jeg av naturlige grunner ikke kunnet korrespondere med, siden Hans Børli ikke er blant oss lenger. Jeg har imidlertid luftet mine tolkninger for flere velvillige medhjelpere, som har kommet med verdifulle tilbakemeldinger på min utvelgelse av dikt og min spesielle tolkning av hver enkelt av disse.

Selv om disse punktene skisserer en systematisk fremgangsmåte for tolkningsarbeidet, har det i realiteten vært en prosess som har sprunget frem og tilbake imellom de ulike faser.

Tolkningsarbeidet og formeningen om det endelige resultat har begynt ifra lesingen av det første dikt, videre undervegs i innsamlingen av det totale omfang av dikt, inntil det empiriske grunnlaget har vært samlet og tolkningen av en endelig helhet har begynt. De ulike faser av

---

<sup>213</sup> Colaizzi 1978: 61



tolkningsarbeidet har med andre ord foregått parallelt, både under innhenting av empiri, og i den endelige tolking av ferdig innsamlet materiale. Det er derfor vanskelig å sette et spesifikt startpunkt for analysearbeid, noe som også ofte kjennetegner kvalitativt arbeid av dette slaget.<sup>214</sup>

### 3.5.3 Fokus i analysearbeidet. Hva har jeg sett etter i Hans Børli's dikt?

I kjølvannet av min definisjon av opplevelse – har jeg i diktene vært på letning etter både mentale, fysiologiske og emosjonelle faktorer, i uatskillelig samhørighet og samspill med omgivelsene.

Jeg har i min lesning av Hans Børli's dikt, vurdert dem etter disse kriterier -

- Den som skildrer, eventuelt "Jeg"- personen i selve skildringen, er åpenbart selv fysisk tilstede i det miljø og den situasjon som skildres
- Miljøet som skildres er åpenbart et naturmiljø, eller er av den som skildrer oppfattet som et naturmiljø. Det er åpenbart naturelementer som sanses.
- Skildringene skal i kombinasjon med det ytre miljø, også gi innsikt i hva individet tenker, handler og føler, som en åpenbar følge av tilstedeværelsen, og den gjensidige påvirkning og dialog mellom individet og sanseintrykk fra naturmiljøet
- Skildringen skal gi en ide om grunnstemningen, individets indre sinnstemning i kraft av dets samhandling med et naturmiljø
- Type handling og omgivelser i skildringen skal kunne falle innunder den type friluftsliv definert for denne undersøkelse. Den handling og kontekst som skildres skal kunne utgjøre en sannsynlig situasjon i dagsens friluftslivspraksis.

Selv om dette er et forsøk på å konkretisere hvilke elementer jeg har lett etter i Hans Børli's dikt, er det viktig å påpeke at den endelige vurdering av hver skildring alltid tar hensyn til helheten, det totale inntrykk av opplevelsessituasjonen.

---

<sup>214</sup> Se Postholm 2005:86

### 3.6 Metodekritikk

De valgene en gjør av metode, medfører både muligheter men også begrensninger. Det eksisterer flere alternativer til hvordan gjennomføre en undersøkelse som denne, både gjennom alternativt valg av kildemateriale, samt valg av annen analysemetode.

Det snevre valg av antall bidragsyttere til kildematerialet kan kanskje oppleves som ekskluderende, og kan stå i fare for å oppfattes som et perspektiv for friluftseliten. Hans Børli var erfaren og kunnskapsrik i forhold til natur, og hadde god trening i å beskrive sitt forhold til natur. Kanskje er det først og fremst de av oss som vanker mye i natur, og som arbeider med friluftsliv, som vil kunne kjenne oss igjen i resultatdelens meningsdimensjoner. For noen vil kanskje skildringene virke fjerne og abstrakte, uten rot i det de opplever når de er på tur i natur. Men som antydnet – en fenomenologisk vinkling er ikke ute etter å finne et tverrsnitt. Det er ikke det totale *antall* naturopplevelser som er interessant, men hva naturopplevelse *kan innebære* av kvaliteter for den enkelte i en gitt situasjon, sett ut i fra få, konkrete tilfeller.

Som nevnt, ligger det en feilkilde i at en opplevelse må begrepsliggjøres. En opplevelse blir i mange sammenhenger knyttet opp mot følelser som ikke uten videre finner gode nok representanter i våre ord og uttrykk. Vår begrepsverden klarer rett og slett ikke å fange den fulle og hele essens i opplevelsen, og produktet blir raskt en mangelfull erstatning for hvordan opplevelsen virkelig artet seg. Tordsson beskriver denne problematikken på en god måte:

Å sette ord på en erfaring innebærer å la den bli silt og (de)formert av det sosiokulturelle filter, som språket utgjør. Det vi eier ord for, blir verifisert og dermed forsterket. Det vi savner ord for, blir usynliggjort. Og det som er meningsfullt for oss trenger på ingen måte å være det samme som det vi føler trang til, eller evner, å sette ord på. /.../ Vi kan neppe prøve oss på kunststykket å gjenskape den enkeltes indre erfaringsverden for der å spørre etter friluftslivets mening for den enkelte. Selv uttrykk for personlige opplevelser og erfaringer er derfor et sosiokulturelt stoff, som i første rekke viser hvordan vi *kommuniserer* om våre opplevelser og erfaringer.<sup>215</sup>

En tolkning av og gjennom ord må nødvendigvis bli en mangelfull erstatning for fenomenet i seg selv. Kanskje blir det ekstra vanskelig og upresist når det er snakk om å beskrive en

---

<sup>215</sup> Tordsson 2003: 81

opplevelse. Er ikke nettopp mange av naturopplevelsene en anelse av noe mer enn det konkret håndfaste vi evner å sette ord på? En anelse lik det vi forestiller oss mellom linjene i et godt dikt. Blir ikke det å begrepsfeste slike kvaliteter en umulig oppgave?

Børli selv påpeker hvor vanskelig det er å formulere et dikt;

Nei da - det er ikke vanskelig å skrive dikt,  
det er umulig.

Tror du jeg ellers hadde holdt på med det i over 40 år?

Prøv bare, prøv  
å sette vinger på en stein, prøv  
å følge sporene etter en fugl  
I lufta<sup>216</sup>

Forutsetningene for å uttrykke en opplevelse er avhengig av vårt språk, vår begrepsverden. De beskrivelsene som blir nedskrevet kan bare bli et utvalg av alle sanseintrykk som var tilgjengelige i situasjonen. Men nettopp gjennom Hans Børli's utallige forsøk på å gjøre nettopp dette, er min hypotese at han har fanget noe av det underliggende mange av oss opplever i vårt møte med natur.

Mitt valg av kilder har ikke gitt meg som forsker mulighet til fullt ut å sette meg inn i den beskrevne opplevelse, da jeg er distansert ifra selve fenomenet i både *tid og rom*. Når jeg har sittet inne på mitt kontor og tolker Hans Børli, har dette blitt gjort i lang tid etter, og i god avstand fra den beskrevne hendelsen. Nettopp tidsdimensjonen er en faktor som fremmedgjør meg som forsker ifra fenomenet jeg forsker på. Hans Børli har skrevet ned diktene i etterkant av hans tilstedeværelse i natur. Enda seinere kommer jeg inn som forsker og tolker Børli's ord. En slik forsinkelse i beskrivelsen av et øyeblikkets fenomen kan vær en kilde til misoppfattelser – en forvrengning av hva som virkelig hendte<sup>217</sup>. Det ligger en sannsynlighet for ekstra dimensjoner inkluderes i beskrivelsen, som faktisk ikke fant sted. Dette er kanskje ekstra aktuelt i lyrikken, hvor det er grunn til å tro at meningsbudskapet i et dikt fort kan

---

<sup>216</sup> Børli 1995: 370 "Å skrive dikt"

<sup>217</sup> Hvor ofte husker vi vel ikke våte tunge turer som en rein gledesutmarsj når vi i etterkant sitter varme og tørre tilbake i hytta?

bygge på erfaringer ifra flere ulike opplevelsessituasjoner, hvor da det som passer ifra hvert enkelt tilfelle har blitt klippet sammen for å kunne lage et godt dikt.

Jeg har selv ikke vært fysisk tilstede i de naturmiljø som skildres. Jeg har derfor ikke fått tilgang til den informasjon som en feltobservasjon kombinert med intervju ville gitt meg. Mitt kildevalg skaper en geografisk avstand til det miljø opplevelsen fant sted. – Og skulle jeg mot formodning sitte og gjøre mine tolkninger på de samme stedene som Børli skildrer i sine dikt<sup>218</sup>, vil det likevel ikke være de samme omstendigheter som rår mitt øyeblikk som det gjorde i Børli's øyeblikk. Faktorer som lysforhold, vær, intensjon for turen etc, vil være med på å gjøre forskjellige tidspunkt på samme sted ulike.

Denne avstand i tid og rom ifra øyeblikket selv, kan problematisere hvorvidt de situasjoner som skildres er egenopplevde helhetlige øyeblikk, eller om Børli har lånt fragmenter av flere ulike opphold i natur. Kanskje har han hentet inspirasjon og minner ifra flere ulike situasjoner og sydd sammen disse ulike assosiasjoner av sanseinntrykk til et sammenhengende øyeblikk i et og samme dikt.

Hvordan vi tolker mening inn i vårt liv er avhengig av individuelle forskjeller, så vel som sosiokulturelle forskjeller. De sosiokulturelle forskjeller er avhengig av både stedsbundet og en historisk sosiokulturell kontekst. Tordsson (2003) belyser nettopp dette, hvordan meningsinnholdet i et fenomen som friluftslivet endrer seg gjennom historien, både på det samfunnmessige og det individuelle plan. ”Friluftslivet må (analytisk) forstås ut fra den mangfoldige sosiokulturelle kontekst, som omgir det: samfunn, individ, natur. Forholdene i det samfunn og den kultur, som omgir friluftslivet, bidrar til å forklare friluftslivs fenomenet. De kaster lys over det, avdekker dets ”kontekstuelle mening” ”.<sup>219</sup> Jeg problematiserer ikke hvordan et handlemønster, en aktivitet, tradisjon eller andre faktorer er med på å styre det endelige meningsinnhold i opplevelsen. Mitt fokus og metodevalg (kilde) har ikke gitt meg tilgang til deler av opplevelsens forutsetninger<sup>220</sup> som jeg nettopp tar høyde for i min teoriforankring. Jeg har altså i gjennomføringen av min metode måtte sett bort ifra deler av

---

<sup>218</sup> Noe som forøvrig er en umulig oppgave å avgjøre for de fleste diktene, selv om vi kan anta at de fleste øyeblikkene stammer fra nabolaget rundt Børli-tun og i de nærliggende skogsområder Børli jobbet som tømmerhogger

<sup>219</sup> Tordsson 2003: 61

<sup>220</sup> Individets sosiokulturelle fortolkningsramme (ballast) og prosjekt i situasjonen. Se teorikap. 2.4 og 2.5

mitt teorigrunnlag, grunnet rammer og fokus i min analyse.<sup>221</sup> Jeg ser på de enkeltstående øyeblikk med fokus på de åpenbare naturelementer som sanses, uten å ta høyde for hvilke bakenforliggende prosjekter og fortolkningsrammer som har innvirkning på sansenes fokus og det uttrykte meningsinnhold.

Jeg har ikke kunnet følge min valgte metode fullt ut, med Colaizzis originale punkter til grunn, da jeg ikke har kunnet kontrollere mine tolkninger med kildeopphavet. Dette øker risikoen for feiltolkning, for mangelfullt bruk og oppfølging av en metodes kriterier. Det gjør det også vanskeligere å etterstrebe prinsippet om troverdighet, da den som går meg i sømmene i tillegg til å sette seg inn i Colaizzis originale metode, må forstå hvordan jeg har *modifisert* og anvendt denne metode.

### **3.7 Etske betraktninger**

Det er viktig at en undersøkelse av denne art ikke begår overtramp i forhold til de referanser og kilder som brukes.

Diskusjonen rundt etiske dilemmaer knyttes til beskrivelsen av metoder for innsamling av data, presentasjonen av ulike analysemåter, fremstillingen av forholdet mellom teori og data og beskrivelsen av hvordan resultatene av kvalitative studier kan presenteres.<sup>222</sup>

I denne sammenheng er jeg interessert i å bevare Hans Børli's omdømme, og ikke fremstille ham som person eller det han har skrevet i et skeivt og forvrengt lys. Jeg har imidlertid handlet ut i fra den oppfattelse, med min innfallsvinkel med naturopplevelse i fokus og mitt bruk av referanser undervegs, at jeg ikke har gjort Hans Børli urett. Likevel er det viktig å poengtere at resultatene i oppgaven har kommet frem på basis av Børli's ord, *på grunn av en gitt innfallsvinkel* gjennom valg av problemstilling, teori og metode. Med hensyn til mine øvrige referanser, har jeg tilstrebet å trekke ut partier fra deres tekster som kan stå for seg selv, uten at meningsinnholdet blir forvridt grunnet en manglende sammenheng disse utdrag ellers inngår i. Jeg har handlet med den intensjon å gjengi kjernen i mine referansers budskap.

---

<sup>221</sup> Selv om vi kan uttale oss generelt om Børli's sosiokulturelle bakgrunn, og at han ofte hadde prosjektet "å hogge tømmer" for å gå i skogen, kan vi ikke si for sikkert hva hans spesifikke prosjekter og intensjoner var i hver av de enkeltstående korte øyeblikk som han skildrer i sine dikt.

<sup>222</sup> Thagaard 2003:22

## 4.0 Meningsdimensjoner i naturopplevelsen, belyst gjennom Hans Børlis lyrikk

I presentasjonen av resultatene skal jeg besvare en todelt problemstilling. Jeg er ute etter å benevne *hvilke meningsdimensjoner* som kommer til uttrykk og gi en utfyllende beskrivelse av *hvordan dimensjonene arter seg*. For å få sammenheng i resultatfremstillingen besvarer jeg de to spørsmålene kontinuerlig. Derfor vil en og en meningsdimensjon bli gjennomgått om gangen, med både benevnelse, en presis og kortfattet introduksjon av kjerneinnholdet, samt en mer uttømmende beskrivelse av dimensjonens ulike underdimensjoner med detaljer og nyanser der det er grunnlag for dette.

Et kontinuerlig spørsmål gjennom analysearbeidet har vært i hvilken rekkefølge det er naturlig å presentere resultatene. Jeg har ikke kommet frem til noen entydig konklusjon på dette. I flere tilfeller kan det virke som de ulike meningsdimensjonene har likverdig påvirkningskraft på hverandre - Den ene form for opplevelse kan like gjerne forutsette og innlede en annen, som stikk motsatt. Til eksempel kan vi tenke oss at det mulig å oppleve ro og harmoni *fordi* vi er tilstedeværende i øyeblikket med vår sansning og våre tanker. Samtidig er det motsatte scenario sannsynlig - at vår tilstedeværelse nettopp kommer som en følge av en opplevelse av ro og harmoni i omgivelsene. I tillegg til dette gjensidige forhold av "årsak - virkning" mellom opplevelseskvalitetene, er det sannsynlig at flere dimensjoner eksisterer parallell i samme opplevelse. Dette vil jeg omtale i kapitel 4.8.

Innholdet som gjøres rede for i de ulike kapitler er tuftet på de helt spesifikke enkeltstående situasjoner og øyeblikk, sterkt begrenset i tid og rom. Likevel bærer omtalen av resultatene et preg av en mer generaliserende språkføring, nettopp fordi flere av de uavhengige øyeblikk synes å inneholde et sammenfallende meningsinnhold. I tillegg inntar jeg ofte et "jeg" - eller "vi" - perspektiv i beskrivelsene, som et grep for at vi som lesere skal kunne leve oss inn i Børlis naturmøter.

## 4.1 Den estetiske opplevelse

Det er ikke vakkert i verda  
før sola i vest går ned  
og takker med kveldsgull for ferda  
over hvert velkjent sted

og skogsjøen likesom tenker  
på alt som er fredfullt og skjønt,  
mens blømmende skoger senker  
i vatnet en verden av grønt<sup>223</sup>

Flere av Børli's skildrede situasjoner innebærer et fokus på primært visuelle sanseinntrykk, hvor ulike naturlandskap og naturelementer blir oppfattet som noe vakkert. De estetiske kvaliteter<sup>224</sup> synes å være verdifulle nok i den enkelte situasjon. Vi blir fylt med en positiv forundring til landskapet rundt oss. Det virker å være unødvendig med noen særskilt form for handling foruten det at vi sanser natur. Naturens sanseinntrykk har en egenverdi og er tilstrekkelig meningsdannende i seg selv. Børli's skildringer antyder at disse inntrykkene fanger oss i form av en *vemodighet* over det vakre. Vi kjenner oss nesten litt andektige, sorgtunge og rørt på samme tid over de vakre inntrykk. Hans Børli's skildringer kan i mange tilfeller gi et uttrykk for at den som opplever ledes inn i en tilstand av *hengivenhet til* eller en *beundring av* naturlandskapet. Vi lar oss bevege, blir grepet og fanget av det vakre.

Hvilke konkrete sanseinntrykk blir skildret som noe betagende, og hvordan oppfører disse seg i forhold til hverandre? Børli skildrer ulike elementer i naturen, med deres variasjoner i form, størrelser, farger, avstand, bevegelse. Han navngir planter, dyr, lyssjatteringer, ulike fenomener, som f. eks skodde i bevegelse og planters vekst. Børli skildrer ofte stemninger som et helhetlig resultat av et mangfoldig samspill mellom ulike naturelementer. Vi sanser elementene isolert, men opplever også hvordan de flyter og fletter seg sammen til en pulserende bevegelig helhet som stadig er i endring. Børli skildrer hvordan de fremstår i forhold til hverandre, og hvordan et enkelt element låner uttrykk fra andre elementer. Børli skildrer ulike tider i naturen, skiftninger mellom dag og natt og mellom årstider, natur som

---

<sup>223</sup> Børli 1995:10, "Kveldsstemming ved Steinøy - sjøen"

<sup>224</sup> Se for eksempel Børli 1995:7, "Det skriker ved Brattås-renna", og Børli 1995:11-12, "Vårmorgen"

springer ut i blomst og natur som faller til ro. Et typisk bilde kan være når tynt skylag veksler mellom å tildekke og gi gløtt av månen, eller hvordan en kveldsdis som kommer sigende over vannflata skyggelegger deler av land på motsatt side av skogstjernet, og vi kan ane sola forsvinne i horisonten langt der bak.

Børlis skildringer gir uttrykk for en dybde i sanseintrykkene fra natur. Vi skuer ikke mot en flat, steril vegg, men kan fokusere på elementer med ulik form, størrelse, avstand, farge og bevegelse i ulik dybde og bredde av vår synsfelt – et mangfold av slike romlige dimensjoner synes å appellere til vår estetiske sans.

/.../

Og granene

Som ruvde i høstkvelden

Og åpnet et glimt

mot sjø og stjerner.

Det husker je best

For det var dette glimtet

som gjorde det værende i Gørrvik-brakka.<sup>225</sup>

/.../

Opplevelsen av det vakre synes ofte å bli forsterket av andre typer sansestimuli enn de reint visuelle. Det er nærliggende å tru at de andre sansene kompletterer de visuelle inntrykk. Børli skildrer situasjoner hvor særlig hørsel<sup>226</sup> og den taktile<sup>227</sup> sans gjør seg gjeldende. Samtidig kan også vår luktesans<sup>228</sup> spiller en rolle. Vi ser trær vaie i vinden, men kan også høre vinden gjennom brusningen i bladene. Vi nyter synet av en mangfoldig blomstereng, men kan også kjenne et velbehag gjennom plantenes dufter. Ofte er det et totalinntrykk fra flere sanser som gir oss en opplevelse av det vakre.

---

<sup>225</sup> Børli 1995:6 "Gørrvik-brakka". Gørrvik-brakka er ei brakke Hans Børli sammen med andre tømmerhoggere benyttet i skogsarbeidet.

<sup>226</sup> Se f. eks Børli 1995:2, "Tyrielden" og "Skogen synger" og Børli 1995:92, "Et vårminne"

<sup>227</sup> "Kjenne", "føle". Se f. eks Børli 1995: 280, "Granskogen blømmer"

<sup>228</sup> Bruk av luktesans – se f.eks Børli 1995:16, "Kvite netter"



## 4.2 Opplevelse av ro og harmoni. Den levende stillhet

Et villgrasstrå –  
det uendelig ømt kniplete akset  
rører sakte på seg  
i stilnet kveldsvind.

Denne ly skogstillheten  
er alltid spunnet rundt  
mjuk bevegelse,  
lågmælt lyd:  
En fugl flytter seg på ei grein,  
et ekorn, ei fjern barnestemme  
nede fra grenda. En stillhet  
så levende, lyttende stor at  
himmelen hører tankene dine  
Du sitter som i en skriftestol  
med blått tak  
og ingen vegger<sup>229</sup>

”Den levende stillhet” er et av de mest karakteristiske av Børli's begreper, og gir en beskrivelse av hvordan han oppfatter naturens lyder i mange situasjoner. Vi opplever en *ro og harmoni*, tross for tilstedeværende lyder i natur. Lyder som åpenbart ikke krever vår oppmerksomhet. Denne form for stillhet virker verken trykkende grunnet totalt fravær av lyder, ei heller påtrengende som om lydende skulle være forstyrrende. Vårt indre tar farge av det lavmælte ytre. Samtidig skildrer Børli en noe motstridende underdimensjon i form av en *uro* tilknyttet vår konfrontasjon med stillheten.

Naturens lydbilde virker å føye seg samstemt og lavmælt inn i landskapet. Gjennom flere av Børli's skildrede øyeblikk får vi følelsen av å være tilstede blant toner som ikke krever noen særskilt oppmerksomhet fra oss. Noen bestemte naturlyder går igjen i skildringene, og synes å være et viktig grunnlag for denne type stillhetsoppfatning. Fuglekvitter og vindens sus

---

<sup>229</sup> Børli 1995: 443-444, ”Levende stillhet”

igjennom skog er kanskje de auditive inntrykkene som blir trukket frem mest, og som synes å være den type lyd Børli ofte titulerer som levende stillhet. Samtidig skildrer Børli hvordan stillheten gjør oss var våre egne lyder – pulsen i tinningen, våre lave hjerteslag. Vi opplever våre egne stemmer komme til uttrykk i samspill med naturens lyder.

Skogens levende stillhet, skapt  
Av smålåten lyd. En gave  
av aftenrøde på jorden, et lys  
å leve i for ømhet  
og skogstjerner. Tankene  
risler svalt gjennom deg  
som sommerstrømmen under ei forlatt  
bekkekvinn i skogen. /.../ <sup>230</sup>

Vi opplever det stille naturlandskapet, men også oss selv i den samme modus. Naturens lyder oppfattes ikke som støy, men er toner som integreres uten å kreve oppmerksomhet og energi. Våre tanker oppfører seg som det ytre lydbilde – avslappet i eget tempo, tilsynelatende utforstyrret av omverden. Vi opplever fred og harmoni i oss selv, med en puls smittet av naturens *rytmer* –

Natta dufter av korn og fred. Det går  
en skjelving over markene: Aksene bøyer  
lydig sine svaie pikenakker  
for duggens milde lov. Også i *meg*  
er det fred i natt. Mitt indre er som  
en rolig pust i mørket, et dyr  
som sover i tjoret ute på engene,  
med hodet så nær jorda  
at graset skjelver  
for åndedraget.. <sup>231</sup>

---

<sup>230</sup> Børli 1995:334 "Stillhet"

<sup>231</sup> Børli 1995: 245, "Kornnatt"

## 4.2.1 Ytre stillhet, indre uro.

/.../

Den store ensomheten  
Som forener alt og alle i  
En klagende ulvehymne under  
Den tomme himmelen hvor  
Ingen ledestjerne lenger lyser  
For vise menn på vandring.<sup>232</sup>

I omtalen av stillhet er det ikke mulig å komme unna en motstridende<sup>233</sup> følelse som Børli skildrer. I noen situasjoner virker stillheten vi væreri natur mer påtrengende for oss. Vi blir ubønhørlig konfrontert med oss selv, vårt liv og våre tanker, uten mulighet til å avlede tankene med distraksjoner. Det stille møtet med natur fyller da sinnet med en form for rastløshet over å ikke kunne rette fokuset mot noe annet enn seg selv, uten befriende forstyrrelser fra omgivelsene. I vårt møte med naturens harmoni får vårt egen opplagrede og undertrykte disharmoni og neglisjerte tanker friere handlingsrom.

Børli skildrer hvordan vi sanser de lange linjer i natur. Vi ser horisonter som tilsynelatende ikke har noen ende, som ikke er temmet av noen grenser. Kombinert med stillheten kan disse inntrykkene får oss til å føle vi står midt inne i noe evigvarende og endeløst. Vi opplever den store ensomheten i omgivelsene og i oss selv.

---

<sup>232</sup> Børli 1995: 251, "Den store ensomheten"

<sup>233</sup> Som vi skal komme inn på i diskusjonskapitlet eksisterer det flere slike motstridende kvaliteter ved naturmøtet som Børli skildrer. Likevel er ikke alle like relevant for denne resultatdel som en sannsynlig dimensjon innefor dagens friluftsliv, som opplevelsen av å bli konfrontert med seg selv i møtet med naturens stillhet.

### 4.3 Opplevelse av sammenheng

Steinene

På tunet heime

Har en farge som trofasthet,

Det slitte

Handtaket på en grøftespade

Leidde meg vennlig

Gjennom sommerriker

Av snipeskrik og myrull.<sup>234</sup>

I mange av Børli's skildringer får vi inntrykk av å erfare en form for sammenheng, både i det fysiske landskapet rundt oss men også i vårt eget sinn og liv. Vi erfarer en oppklarende følelse av å se vårt liv relatert til en verden utover oss selv. Denne form for meningsinnhold kommer til uttrykk gjennom både tidsrelaterte og romlige assosiasjoner fra sansning i og av natur. Vi sanser et landskap og ulike naturelementer som åpenbart har eksistert i lengre tid. Vi opplever en betryggende stabilitet som kan utgjøre *varige referansepunkter*<sup>235</sup> for oss selv. Samtidig virker et slikt stabilt miljø å legge opp til *gjentakende handlinger* vi kjenner igjen fra tidligere tilsvarende naturmøter, noe som bidrar til vår følelse av helhet og sammenheng.

Vi kan i situasjoner oppfatte våre fysiske omgivelser som helhetlige og sammenhengende, uten unaturlige brudd. Alle naturelementer synes å være relatert til hverandre og flette seg inn i hverandre. Miljøer og stemninger endrer form, men gjenoppstår med en fast, forutsigbar rytme. Opplevelsen av sammenheng i det ytre landskap kan smitte over på vårt eget liv, hvordan vi oppfatter oss selv.

---

<sup>234</sup> Børli 1995:149 "Jordiske ting"

<sup>235</sup> Se f. eks. Børli 1995:271, "Veien til evigheten"

### 4.3.1 Gjentakende livsreferanser

Liljekonvallen svinger  
Doggvåte klokker  
Over stien opp til sommerfjøset.  
Blomma er ikke blitt ansleis,  
Og stien er ikke blitt ansleis,

Men *du* var barn en gang - - - <sup>236</sup>

Gjennom å sanse inntrykk som vi har tidligere erfaringer med, opplever vi en gjenkjennelsesglede ved å tråkle sammen en slags livshistorie. Vi føler en *tidsrelatert* sammenheng og mening med det vi gjør. Vi adopterer de ytre holdbare inntrykk fra vår livsverden, en form for opprinnelighet vi kan forankre våre liv til.<sup>237</sup> Vi blir fylt av en form for *trygghet*, en visshet om helhet og plan over våre liv. Vi opplever noe tilsynelatende evigvarende vi trygt kan lene oss mot.<sup>238</sup> Gjennom å handle slik vi har gjort i tilsvarende situasjoner tidligere, og gjennom å sanse de samme inntrykk som vi har erfart ved jevne mellomrom opp gjennom livet, kommer vi også i kontakt med noe *grunnleggende og vedvarende i oss selv*.<sup>239</sup> Vi føler en basis dypt inne i oss er ekte og urokkelig. En form for gjenkjennelsesglede over å hilse på en gammel kjenning, en tidligere versjon av den vi har vært – og fortsatt kan være.

Ofte skildrer Børli en type sanseintrykk som skaper assosiasjoner til en livssammenheng i tid. Noe kjent sanses, og noe kjent i deg selv kommer til uttrykk. Børli sanser natur som han knytter til seg som en erfaringsbank, et stort lagringsfelt for minner. En hyppig sanset og besøkt landskapstype setter seg dypt i sjela. Blir en referanseramme for hvor du føler deg hjemme, hvor du er du.

---

<sup>236</sup> Børli 1995:61, "Liljekonvall"

<sup>237</sup> Se f. eks. Børli 1995:281, "Duften av fersk ved"

<sup>238</sup> Se f. eks Børli 1995:277, "Tingene sørger aldri"

<sup>239</sup> Se f. eks. Børli 1995:156, "Dyret i mennesket"

Børen sjø – du favner inn  
Min barndoms grønne vang  
Og synger stilt i sønnavind  
Din gamle voggesang.  
Je minnes støtt ei blomsterli  
Der vest i skogens sus  
Og sjø'n som speilte sommarbli  
Et gammalt, værslitt hus<sup>240</sup>

Samtidig som sanseintrykkene gir assosiasjoner til eget tidligere liv, og er med på å sy sammen en livshistorie, beskriver Børli situasjoner hvor assosiasjonene knytter liv til en enda større sammenheng. Vi sanser naturens stabile inntrykk og erkjenner at vi gjør noe av det samme som våre tidligere generasjoner også har gjort.<sup>241</sup> Vi kjenner en trygg og oppklarende visshet om at vi har røtter og historie som går dypere enn egne grenser. Vi kan sy en helhetlig historie rundt oss selv -

Her gikk de, folk av mitt folk.  
Det eneste minne om dem  
Er denne krøklete stien som  
De sleit inn i landet.

/.../

Men langs denne stien fôr de,  
- Fjellskogen sang for dem alle  
Slik den synger for meg i dag.<sup>242</sup>

---

<sup>240</sup> Børli 1995:27, "Børen sjø"

<sup>241</sup> Se f. eks. Børli 1995:30-31, "De tunge milene"

<sup>242</sup> Børli 1995:159, "Stien innover fjellskogen"

### 4.3.2 "Tankeajóur". Indre sammenheng

Og siden har mine lange tanker  
om evigheten  
alltid gått  
gjennom lauv og bar.<sup>243</sup>

Opplevelsen av sammenheng kommer også mer direkte til uttrykk i vår egen sinnstilstand gjennom en adoptering av omgivelsenes forutsigbarhet og en fast jevn rytme i vår egen tankegang. Vår tankevirksomhet får arbeide i det tempo vi finner for godt. Samtidig gis vi mulighet til å fullføre våre tankerekker, vi opplever å kunne dvele ved de temaer som opptar oss uten å måtte skifte fokus brått og ofte. Vi kan forfølge vårt sinn til vi føler tankene er ferdigarbeidet og vi kjenner oss klare til å flytte fokus videre til noe annet. Vi kjenner en indre tilstand av helhet og sammenheng i kraft av det vi foretar oss. Vi er ajóur med oss selv og våre tanker. De lange tankebaner får regjere, og det preger oss.

Dette kan også komme til uttrykk som mer permanent sinnstilstand i sinnet. Følelses- og tankelivets lange linjer gir oss mulighet til å *holde på en grunnstemning*, opprettholde en form for modus over lengre tid. Naturmøtet gir oss lov til å dvele ved det sinnsleiet vi ledes inn i.

---

<sup>243</sup> Børli 1995: 241, "Bakom lauv og bar"

#### 4.4 Eksistensiell opplevelse

Varsomme fjøn av snø  
Rører ved ansiktet mitt i mørket,  
Famler, føler  
    Langsomt  
Som hendene til en blind.

Og jeg prøver å smile –

For at himmelens blinde hender  
    Skal vite  
At det er et *menneskes* ansikt.<sup>244</sup>

Flere av Børli's lyriske tekster skildrer øyeblikk hvor en væren, handling og sansning i natur gir oss en følelse og erkjennelse av egen tilstedeværelse, eksistens og handling som en del av verden. Vi får en oppklarende *bekreftelse* av egen tilhørighet til vår livsverden, en bekreftelse av at vi faktisk er til. Vi er *tilstede*, vi handler og kommuniserer *aktivt* med våre omgivelser, og erkjenne av vi utgjør en *forskjell*. Vi kan påvirke vårt liv og våre omgivelser og får en slags betryggende og tilfredsstillende følelse av å virkelig være noen, være et "jeg".

---

<sup>244</sup> Børli 1995: 144, "Nysnø"



#### 4.4.1 Opplevelse av tilstedeværelse

/.../

Je glåmer opp

- da ser je et tiendedels sekund  
Nordstjerna skinne kaldt  
Mellom de utspilte svingfjørene  
I vengen til ei trane.

Mindre enn et tiendedels sekund,  
Men sea har je levd  
Lange år  
Som tar mindre plass i hjertet mitt.<sup>245</sup>

Vi erfarer å være helt til stede med våre sanser og tanker. Vi er fullstendig bevisst det som skjer her og nå, er i en tilstand av årvåkenhet og tenker fritt og helt om hvert enkelt øyeblikk som oppstår. Børli gir uttrykk for at det vi ser rundt oss er meningsfullt nok i seg selv, mål nok for oss til å være der vi er. Tankene slår seg til ro med det, med omgivelsene, og gir seg i kast med det som skjer der og da uten å trekke mot andre steder eller gjøremål. Fortid og fremtid legges til side. Vi er årvåken om det som er å tilby rundt oss der og da, og møter hvert øyeblikk klare til å forfølge de frie innfall som måtte by seg, En følelse av å være spontan, fleksibel og snarrådig.

Vandre må vi. Vandre  
Alle vegkors forbi  
Og dette er vår lykke:  
Målet vandrer som vi<sup>246</sup>

---

<sup>245</sup> Børli 1995: 303, "Et tiendedels sekund"

<sup>246</sup> Børli 1995: 96, "Ørkentale"

Børli beskriver veldig korte øyeblikk, som ikke varer lenge i tid. Likevel er dette øyeblikk som gir fangende sanseinntrykk, som får oss til å rette og skjerpe vårt sansefokus mot disse fullt og helt, slik at denne form for inntrykk brenner seg inn i vår bevissthet.

Tilstedeværelsen kan sies å være betegnet som en et samlet fokus rundt omgivelsene her og nå, uten tankeflukt til fremtidige gjøremål eller problemer, eventuelt tilbakeskuende blikk på det som allerede har hendt.

Børli skildrer hvordan det kan arte seg å studere omgivelsene med fokus bare for disse. Med et undrende blikk som fanger alt av interesse som hender her og nå, uten at forutinntatthet og etablerte vanebaserte tankemønstre får lov til å prege. Glemme tidsfaktoren, som så lett kan få oss til å tenke videre på vår ferd mot noe annet. Børli setter seg inn i den gammeldagse nordmanns modus, som levde i nær kontakt med natur og fulgte dens rytme –

Du kappløp aldri med tia

For å nå lengre enn dagene rakk

Nei, du såg inn hver gryende dag

Slik barnet ser

På nye, forunderlige ting<sup>247</sup>

Den absolutte tilstedeværelsen trenger ikke å vare lenge før tankene igjen er på vei et annet sted, men det kan være nok til å sette varige spor i minnet. Børli gir gode skildringer av korte intense øyeblikk<sup>248</sup>, til at opplevelsesinntrykkene der og da får stor betydning når livet en gang skal oppsummeres. I et annet eksempel på en slik altoppslukende situasjon vi kan oppleve i natur, beskriver Børli -

---

<sup>247</sup> Børli 1995: 66, "Gammeldags nordmann"

<sup>248</sup> Dette faktum er nettopp noe av grunnen til mitt valg av Hans Børli som kilde, og noe av grunnen til undersøkelsens fokus på de isolerte enkeltstående situasjoner

Skyggen av ei fjellsvale  
Lyner svart  
Over sommermarkene.  
Streifer med sitt vingekors  
Den døde sneglen på stien.<sup>249</sup>

Vi opplever å være bevisst oss selv og vårt liv, i det vi lever dette liv. Vi er tilstede og registrerer våre sanseintrykk og handlinger, idet vi erfarer dem, og er bevisst vår eget liv, vår egen eksistens til verden, idet vi lever det.<sup>250</sup>

#### 4.4.2 Sanseglede

/.../

Sansene mine  
værer mot verden,  
vare som villdyrsnuten.  
Drikker den levende teften  
av skapningens nakne  
ALT  
Og sære ord  
brister ut i sinnet mitt,  
lik anemoner på tundraen.

Den eneste lykke,  
den eneste salighet  
jeg noensinne har kjent.<sup>251</sup>

I flere naturmøter skildrer Børli en glede over at vi får bruke våre sanser mangfoldig. Vi skjønner idet vi sanser at vi kommuniserer aktivt med omgivelsene, og tar i bruk og tilfredsstillende alle de kommunikasjonskanaler vi som menneske er utstyrt med. Sansningen av naturens mangfold blir en positiv erkjennelse, en *bevissthet* om egen mangfoldige evner. En

---

<sup>249</sup> Børli 1995: 318, "Skyggen av ei fjellsvale"

<sup>250</sup> Se f. eks Børli 1995:334-335, "Du lever"

<sup>251</sup> Børli 1995: 219, "Anemoner på tundraen"

underliggende erkjennelse av å bruke og stimulere oss selv i dialog med omverden. En nærhet til alle elementene rundt oss som vi merker direkte<sup>252</sup> på oss selv. Et uttrykk for dobbelt fokus, både på de inntrykk du sanser og på det at du sanser mangfoldig i seg selv. Vi retter oss åpen mot det vår livsverden har å tilby. Vi er i en forfatning av å kjenne oss tilfredsstilt fysisk tilstedeværende og sansende menneske i verden.

Så hugsamt det er  
Å flekke never av en kvit bjørkelegg,  
Brette den i hop til en hatt  
Og drikke vatn fra kaldkjella,  
Mens angen av sevje  
Famler én over ansiktet!

Eller kramse i seg  
    En tyttebærkrasa  
Langt innpå brennene seinhøstes.  
Knuse den mot ganen,  
Kjenne den bittersøte smaken  
    Av første frostnatta,  
Mens auga kjæler  
Over liene langt inni Värmland!<sup>253</sup>  
-- /.../

Vi kjenner hvordan sanseinntrykk fra natur og hvordan vi svarer disse stimulerer oss og gjør kroppen godt.<sup>254</sup> Vi blir bevisstgjort vår egen mangfoldige sansning av en tilsvarende mangfoldig livsverden. Følelsen av dette kan beskrives som en lykke over hva sanseinntrykkene fra natur gir.

---

<sup>252</sup> Se f. eks Børli 1995:135, "Stål"

<sup>253</sup> Børli 1995: 108, "Små ting"

<sup>254</sup> Se også Børli 1995: 257 "Ting å minnes"

### 4.4.3 Opplevelse av innflytelse

/.../

Og når du svinger nyøksa

I første prøvende hogget

Er det som om musklene lytter<sup>255</sup>

Gjennom en tilstedeværende sansning i *nær* samhandling med naturnaturmiljø, skildrer Børli vår glede over å handle aktivt, være i kontakt med våre omgivelser og kunne påvirke disse gjennom egen handling. Vi er i en slags forfatning av kontroll og oversikt over egen eksistens. Vi utviser *handekraft* og former verden etter egenvalgte handlinger. Samtidig bekrefter vi ovenfor oss selv at vi er til gjennom vår aktive deltagelse i vår livsverden der og da.

Vi kjenner en tilfredsstillende av mestring og beherskning av egen tilværelse, men konkret påvirkningsevne på våre omgivelser. I nær kontakt med våre omgivelser får vi direkte tilbakemelding på at vi er til, at vi utgjør en forskjell og kan påvirke verden gjennom vår aktive utfoldelse.

Denne type erkjennelsesopplevelse får vi ikke minst gjennom å oppleve natur med den taktile sans. Mange av oppgavene og utfordringene i møtet med natur er konkrete og gir seg selv, og man blir "tvunget" til å handle. En kjenner og opplever seg selv i og gjennom bevegelsen, samtidig som omgivelsen gir konkret svar, direkte sanselig respons og bekreftelse på vår eksistens og det vi gjør. Vi kjenner en nærhet til det som angår ditt liv og handling.

/.../ Så begynner jeg å arbeide.

Tar morgenen inn

I åndedrag som smaker spisst

Av nattekjølighet og furunåler.

Å, det er godt å røre på seg!

Godt å ta i redskap

Du er så fortrolig med at

Den kjennes som en forlengelse av armene.

---

<sup>255</sup> Børli 1995: 105, "Øksa"

Ja – når muskler og nerver og vev  
Fører sine ordløse samtaler  
Med tingene i verden,  
Da lytter tunga i munnen min  
Og rører prøvende på seg  
Lik en vanfør i rullestolen.<sup>256</sup>

Det ligger en tilfredsstillelse i den direkte motstand vi erfarer, i en *friksjon* vi kjenner mot omverden når vi er nær dens elementer. Vi får direkte respons og sanser gjennom vår kropp hvordan vi retter oss mot verden.<sup>257</sup>

#### 4.4.4 Oversikt, egen plassering i tilværelsen

Jeg står og ser på himmelen  
En vårkveld under rugdetrekket.  
Forunderlig! Den største stjerne  
Er bare en liten liten ting  
Som et bjørkeblad kan dekke.

- - -

Avstand, avstand er det  
Som gjør det evige til å bære.  
Godt at det skygger så stort  
Det lille nære...<sup>258</sup>

Gjennom tydelige kontraster og perspektiver ser vi tydelig hvor elementer hører hjemme i forhold til hverandre, og oss selv iblant disse. Børli skildrer øyeblikk hvor vi sanser naturelementer som gir perspektiver på ulike motsetninger, eksempelvis det nære og det fjerne, det store og det lille<sup>259</sup> og det naturlige i overgangen mellom liv og død.<sup>260</sup> Møtet med

---

<sup>256</sup> Børli 1995:239, "Morgen"

<sup>257</sup> Se f. eks. Børli 1995: 214, "Nærhet"

<sup>258</sup> Se f. eks. Børli 1995: 127, "Avstand"

<sup>259</sup> Se f. eks Børli 1995: 326, "Heime hos naturen"

<sup>260</sup> Børli 1995: 81-82, "Blommen i blo'sporet". Se også Børli 1995:82 "Død manns røst"

natur kan gi klare kontraster som fremhever ulike særtrekk og elementer i verden, hvor si som menneske settes i perspektiv i forhold til disse. Vi ser klart enkeltdeler, samtidig som vi oppfatter disse som sammenhengende i en naturlig helhet. Vi opplever en beroliget tilstand, en oppklarende lettende følelse av å se verden tre tydelig frem, og selv finne en naturlig plass i denne. Vi føler en form for *kontroll* og *oversikt*, med en visshet om hvor vi hører hjemme.

#### **4.5 Opplevelse av frihet**

Under vårmånens gylne båga  
Vi danser på isen i kveld  
Rundt kvistvarmens røde låga  
Til toner fra beljespell,  
Som tvinner på valsen så godt det formår  
Skjønt lufta frå flerrer i belgen går  
I tonge, astmatiske stønn.<sup>261</sup>  
/.../

Gjennom en tilstedeværelse i naturlandskap skildrer Børli en frihetsfølelse. Et uttrykk for at vi kan handle slik vi selv vil, vandre i egen retning fokusere på det vi ønsker, utfolde oss fritt. Vi velger egne oppgaver og opplever å få holde på med det vi virkelig kan.<sup>262</sup> Børli beskriver hvordan dette behovet kan stimuleres og tilfredsstilles i møte med natur. Naturen appellerer oss til å handle selvvalgt, til å bevege oss fritt, handle slik vi finner meningsfullt, dvele ved de sansekvaliteter vi finner interessante. Vi kan velge å holde på de tanker vi finner relevante. Børli skildrer hvordan vi gjennom handling og væren i natur utfolder et bredt spekter av det som innebærer å være menneske. Samtidig indikerer Børli en motstridende frihetsopplevelse, hvor vi nettopp blir klar over vår begrensninger som mennesker, og vi føler en *higen etter* frihet.

Ved siden av en frihetsfølelse som indikerer våre muligheter til å utfolde oss, skildrer Børli en form for frihet hvor vi opplever oss selv *uavhengige* av ytre krav og kilder til kunstige *behov*. I form av å være i et miljø som stiller få sosiale krav, opplever vi en frihet i en reduksjon av krav til momenter vi *må* gjøre. Frihetsfølelsen er på mange måter et uttrykk for sosialrelatert

---

<sup>261</sup> Børli 1995: 11, "Dans på sjøisen"

<sup>262</sup> Se Børli 1995: 326 "I vedskålen"

frigjøring i forhold til andre mennesker og hvordan vi må, eller opplever vi må, oppføre oss i samhandling med våre medmennesker. Færre normer virker påtrengende. Vi må ikke oppføre oss på en bestemt måte, vi må ikke hefte oss selv med mange ting og hjelpemidler, vi må ikke følge en rekke skjulte føringer gitt av miljøet, vi må ikke strekke oss høyt for å oppleve tilfredsstillende, mål og mening med tilværelsen. Vi klarer oss med lite, og sanser en verden hvor vi kan handle og være tilstede uten behov for å strekke oss etter høye mål og ambisjoner.<sup>263</sup> Vi føler en befrielse av å være tilstede med oss selv i en livsverden, og erkjenne at dette holder.

#### 4.5.1 Frihetslengsel

/.../

Det er som om  
Fugler står opp fra de døde  
Og rører lufta  
Mykt mykt  
Med usynlige vinger, vinger  
Hvis hvite knokler smuldret i mosen  
For tusen glemte somrer siden.

Du står der fjetret i det løftende suset.

Vil følge, men kan ikke. /.../ <sup>264</sup>

Samtidig med en positiv form for frihetsopplevelse, skildrer Børli også situasjoner hvor vi tvert imot opplever et frihets*behov*. Naturinntrykkene minner oss om våre egne begrensninger som menneske. Kjerneinnholdet i flere av Børli's dikt handler nettopp om menneskets utilstrekkelighet sammenliknet med ønsker, behov og øvrig natur. Synet av en fugl som flyr er et mye brukt øyeblikk som Børli setter i sammenheng med menneskets opplevelse av egen utilstrekkelighet. Et annet er de fjerne himmelrander<sup>265</sup>, uopnåelige for oss. Vi er bundet til jorden som menneske, og har en begrenset omkrets å handle ut ifra.

---

<sup>263</sup> Se Børli 1995: 326 "I vedskålen"

<sup>264</sup> Børli 1995: 163, "Om nettene i juni"

<sup>265</sup> Se f. eks. Børli 1995:162, "Synsrender"



## 4.6 Fellesskapsopplevelse

Vi sitter i slørblå junikveld  
Og svaler oss ute på trammen.  
Og alt vi ser på har dobbelt liv,  
Fordi vi sanser det *sammen*.<sup>266</sup>

Vi kan i vårt samspill med natur oppleve flere former for nære relasjoner. Børli indikerer to fellesskapsdimensjoner som følge av å sanse natur. Vi opplever en nærhet til hverandre, et *fellesskap til andre mennesker*, gjennom felles sansning. Det er sansningen som binder oss sammen. En usagt fortrolighet over hva som er verdt å fokusere på, og at disse inntrykkene forsterkes fordi de erfares av flere enn en. Et uttrykk for en felles forståelse av hva det er det sentrale, og som binder oss sammen, slik Børli antyder med sin kjente juniskildring, sitert ovenfor. Samtidig er en opplevelse av fellesskap også et uttrykk for opplevelse av *annet liv enn mennesket* i natur. En slags følelse av egen identitet og eksistens som noe mer utvidet og integrert enn dine fysiske kroppslige gitte grenser.

---

<sup>266</sup> Børli 1995:128 "Junikveld". En grunnleggende antagelse for bruk av dette diktet er at de sitter på trammen hjemme på Børtlitun, og sanser tunet og skogen rundt boplassen.

#### 4.6.1 Opplevelse av et ”utvidet jeg”

/.../ Jeg sitter og synker inn i synet,  
lukker øynene til slutt,  
sanser med hele meg,  
med huden på innersiden på albue,  
med hjertemuskelens lille bevegelse  
bak utvasket blåttøy i busserullen.  
Sval lyd av sjø mot strandsteinene  
risler dugget gjennom meg: bølgene hvisker  
inne i en sitrende sivskog av nerver, og  
der er en fisk i min venstre lunge. Befrikk  
stiger jeg ut over legemets grenser  
av selvkjærhet og kjøtt. Går inn i  
et større mønster; ensomheten  
har sprengt sitt vakuum. Og  
selv innerst i gråsteinen  
finnes der et punkt  
som roper på mitt nærvær.<sup>267</sup>

Den andre type fellesskapsfølelse dreier seg altså om nærheten til naturomgivelsene i seg selv. Sansing av naturliv kan gi oss en fellesskapsfølelse der vi ser oss selv som et *utvidet jeg*, som en del av det øvrige liv, uten klare grenser mellom deg og det andre. Vi sanser annet liv, vi værer bevegelse og vekst, som direkte eller indirekte tar tak i oss. En sansning av annet liv gir oss en erkjennelse at vi er noe mer enn oss selv og våre fysiske rammer og tar opp i oss egenskapene til naturlivet rundt oss. Ensomhetsfølelsen er fraværende, selv om det ikke er andre mennesker rundt oss. Vår hud, våre ytre grenser kjennes som et gjennomtrengelig filter, og inkluderer annet liv i en nær og gjensidig samhandling. Vårt ”jeg” blir mer mangfoldig i en sameksistens og opplevd samhørighet til en større verden.<sup>268</sup>

---

<sup>267</sup> Børli 1995:280, ”Ved Kroksjøen”

<sup>268</sup> Se f. eks, Børli 1995:254 ”Fargesyner” og Børli 1995:154, ”Noe var stort” og Børli 1995: 107, ”En sang”

## 4.7 Opplevelse av mystikk

Du får ikke tak i det. Det er bare  
Anelser, bevegelser i mørket  
Langt inne i deg,  
Bakom alle ordene.

Det er som i barndommens dager:  
Du skulle hente hesten heim fra hamminga  
I svarte augustkvelder.  
Hørte knepp i hovleddene på gampen,  
Og pusten, forunderlig het mot det våte  
Graset,

Men dyrekroppen gikk i ett med mørket  
Og himmelen raslet av flaggermus.

Du sto der tafatt  
Og prøvde fåfengt sette grime  
På sjølve natta.<sup>269</sup>

I flere situasjoner skildrer Børli en trang til å uttrykke seg, til å sette ord på den virkelighet vi sanser. Sanseintrykkene fra natur gir en følelse av å være i kontakt med noe *mystisk*, noe ukjent som vi ikke riktig får tak på, men som vi ofte føler et behov for å forstå mer av. Vi befinner oss i en tilstand av undring over den mangfoldige verden vi hører til. En slags følelse av spenning over det ennå ikke oppdagede. Samtidig kan slike sanseintrykk nære en lengsel etter noe vi ikke har eller forstår. Vi ønsker å trenge lengre inn i materien, forstå mer. Samtidig gir disse uttrykk oss en påminnelse om at vi ikke forstår alt, at vi har begrensninger som menneske, og kan virke små og utilstrekkelige sammenliknet med den større helhet.

---

<sup>269</sup> Børli 1995: 276, "Sette grime på natta"

### 4.7.1 Opplevelsen av undring, lengsel og vitebegjær

Det var stille på mine stier. Og godt rom  
Rundt tankens blafrende flamme, ørenslyd  
For meget lave stemmer. Derfor  
Ble jeg aldri ferdig med  
De gamle gåtene, dé  
Som andre for lengst har løst  
Med skramlende svar av blikk.<sup>270</sup>

Det ukjente og mystiske som vi sanser i natur synes å nære en lengsel i oss. Vi får et behov for å forstå mer, for å forflytte oss både fysisk i landskapet, men også mentalt. Naturen er konkret men stiller også ofte mange gåter. Serverer fenomener vi ikke helt klarer å sette fingeren på. Børli skildrer hvordan naturens ro gir stort rom for å undres<sup>271</sup> og anledning til å tenke over de store gåtene i livet. Sanseinntrykkene viser hvilken verden vi er en del av, uten å gi svar på hvordan alt virkelig henger sammen. Vi sanser elementer og stemninger som delvis eller helt dekker det bakenforliggende. Vi får behov for å forflytte oss, fysisk og i sinnet - trenge utover egne etablerte grenser. Vi kjenner en bevegelsestrang<sup>272</sup> vekket til live av det åpenbart uendelige og ubegrensede.<sup>273</sup> En påminnelse om egen forankring i det små. Vi ønsker å utvide vår horisont, få innsikt i noe mer som åpenbart eksisterer<sup>274</sup>, med vissheten om at det ikke er noen konkrete rammer som rammer inn vårt vitebegjær og våre handlinger

Jeg hadde aldri noen vegger  
Rundt mitt liv, ikke noe tak  
Over det. Derfor  
Blåste det fra meg, min stormslitte drøm  
Ligger sammendreven ved himmelredene  
Lik rustent viulauv ved et snøgjerde  
På vegen over høgfjellet.<sup>275</sup>

---

<sup>270</sup> Børli 1995:269, "Det var stille på mine stier"

<sup>271</sup> Se f. eks Børli 1995:269, "Det var stille på mine stier"

<sup>272</sup> Se f. eks. Børli 1995: 336, "Himmelrender"

<sup>273</sup> Se f. eks. Børli 1995: 334, "Dagene går mot vest"

<sup>274</sup> Se f. eks Børli 1995:99, "Noe"

<sup>275</sup> Børli 1995:299, "Takløst liv"

Stemningen i naturen kan få vår fantasi til å løpe løpsk. Alt er åpenbart brakt frem i lyset, men gjemmer seg, kanskje omtullet av morgendis eller tåke.<sup>276</sup>

Hvor den er bitter og skjønn denne stunda

Da fullmånen glir opp bak skogen en

Høstkveld

Og ei furukrone på åsryggen

Synker langsomt gjennom den.

/.../

Du stanser og ser –

Står i pluggstøvler på stien

Med rommets åndedrag om tinningene.

Lengselen rører seg ensomt i brystet,

Lokker,

Som en skaskutt lom

I sivet ved tilfrosset vatn.<sup>277</sup>

Børli beskriver stemninger i naturen med en undertone av melankoli. Inntrykkene gir oss en følelse av at vi har mistet eller mangler noe. De minner oss også om det i livet som måtte være over for godt, som vi aldri kan få igjen. Som når vi skuer noe vakkert i natur, værers en stemning, og skjønner at vi ikke kan holde på dette øyeblikket.<sup>278</sup>

---

<sup>276</sup> Se f. eks Børli 1995:89, "Oktobernatt"

<sup>277</sup> Børli 1995:141 "Silhuetter"

<sup>278</sup> Børli 1995:196, "Månefantasi"

## 4.7.2 Uttrykkstrang

/.../

La meg få søke i dager, netter,  
De orda som skulle forklare  
Stemningens vårsus i sinnet,  
Sangerens smertefødte gave

La meg få synge  
Som villmarka synger,  
Når seinsommers dvelende largorytmer  
Dempes av nattas sordiner.<sup>279</sup>

Denne undringen og opplevelse av det mystiske og ukjente kan nære et ønske og behov for å *navngi* det vi aner. Ønsket om å gjøre inntrykkene til kjenne for oss selv og omverden, gir oss en uttrykkstrang. Vi får et behov for å begrepsfeste det vi sanser. Børli indikerer at disse sanseintrykk fra natur er så intense at de aktiverer tanker og følelser som krever oppmerksomhet. Vi opplever noe uforløst<sup>280</sup> i oss selv, som vi veldig gjerne vil ha ut, anskueliggjort i verden. Sanseintrykkene setter i gang prosesser i oss selv, aktiverer abstrakte følelser som krever en konkretisering. Vi begynner å famle etter uttrykk som kan forklare det vi sanser og hvordan det tar bolig i oss selv.

---

<sup>279</sup> Børli 1995:9, "Bønn"

<sup>280</sup> Se også Børli 1995:298, "I høstskogen"

## 4.8 Tilstand av natur. Oppsummering

Skal jeg kort oppsummere min hovedproblemstilling, sett i lys av resultatgjennomgangen, kan meningsdimensjonene oppsummeres i termene *estetikk, ro og harmoni, eksistensiell bekræftelse, frihet, sammenheng, fellesskap og mystikk*. Jeg har funnet sju hoveddimensjoner totalt, med noen underdimensjoner. Flere dimensjoner gir uttrykk for mentale tilstander – ulike grunnstemninger som samhandlingen med natur forårsaker. Naturmiljøet er med på å farge individet, i samspill med individets egne forutsetninger for å tolke sanseinntrykkene.

Tilstandene kommer til uttrykk som et resultat av ofte korte, enkeltstående øyeblikk, hvor det som har satt i gang prosessen frem mot den fremherskende sinnsstemning og erkjennelse, åpenbart er sanseinntrykk ifra *naturelementer*. Selv om sansingen henter inntrykk fra det ytre naturmiljø, er hvordan meningsdimensjonene arter seg ofte et resultat av en forårsaket tanke- og følelsesprosess i individet..

Flere av Børlis skildringer synes å ta for seg situasjoner hvor flere av de gjennomgatte meningsdimensjoner oppstår samtidig. Som nevnt, skriver forfatterne Hågvar og Støen (1996) om en totalopplevelse<sup>281</sup> som en variant av naturopplevelse hvor flere meningsdimensjoner opererer parallelt. Rekkefølgen på de ulike meningsdimensjoner vi har gått igjennom i resultatdelen, er til en viss grad tilfeldig mye på grunn av dette. Noen opplevelseskvaliteter kan i spesielle situasjoner avlede eller bli avledet av andre, og dermed være forutsetning eller resultat av en annen opplevelseskvalitet. Andre ganger kan de oppstå samtidig, og komplettere hverandre i en sammensatt opplevelse. Ofte er dette tilfellet. Til eksempel, kan både dimensjonen ”frihet” og ”tilstedeværelse” godt eksistere side om side i samme øyeblikk. Opplevelse av natur synes derfor ut i fra Børlis skildringer sjeldent å handle om bare en meningsdimensjon. Det er ofte snakk om en totalitet.

---

<sup>281</sup> Hågvar & Støen 1996: 26

## 5.0 Resultatenes troverdighet, bekreftbarhet og overførbarhet. Diskusjon

Jeg skal i diskusjonsdelen legge resultatene på operasjonsbordet og belyse om det er hold i alle deler, i alle faser og valg som er blitt gjort i gjennomføringen av undersøkelsen. Da er det på tide å trekke frem de tidligere omtalte begrepene<sup>282</sup> som Thagaard (2003) har tydeliggjort. Diskusjonenes tre hoveddeler vil derfor diskutere perspektiver som etterfølger begrepene *troverdighet, bekreftbarhet og overførbarhet*. I lys av de to første begrepene vil jeg problematisere hvorvidt de gjennomgåtte opplevelseskvaliteter er reelle - Gjennom et blikk på forskningsdesignet og tidligere forskningsresultater skal jeg problematisere hvor sannsynlig det er at nettopp disse kvaliteter eksisterer og er sentrale. Under begrepet overførbarhet vil jeg drøfte og synliggjøre den relevans opplevelsesinnholdet måtte ha. Her vil jeg hente frem undersøkelsens redegjorte kontekst av friluftsliv og helse. Resultatenes relevans for dagens friluftsliv blir luftet, og om de kan ha en særskilt relevans for opplevelse av *natur*. Og endelig – hvorvidt er det grunn til å tro at mange individer kan oppleve disse meningsdimensjoner, og om de kan ha en relevans for det enkelte individs helse.

### 5.1 Troverdighet

Thagaard påpeker at ”troverdigheten sier noe om forskningen utføres på en tillitsvekkende måte”.<sup>283</sup> For å belyse dette må det sees på de ulike deler av undersøkelsens forskningsdesign. Denne undersøkelsen bygger på noen grunnleggende *antagelser og premisser* som kanskje kan oppfattes lite reelle for enkelte. Ta eksempelvis min personlige grunnleggende positive innstilling til friluftsliv og naturopplevelsens positive innhold. Resultatenes troverdighet skal derfor først og fremst drøftes i lys av vitenskapsrelaterte avveininger, og gjennomføringen av disse. Likevel er det innledningsvis nødvendig å diskutere resultatenes troverdighet i *lys av seg selv*, grunnet ambivalente verdier og potensielt utelatte dimensjoner.

Ikke minst er det viktig at jeg problematiserer i hvilken grad jeg faktisk har svart på min problemstilling. En mangelfull besvarelse kan både bety en ufullstendig prosess frem til de endelige resultater, eventuelt at problemstillingen i seg selv er upresis.

---

<sup>282</sup> Kapittel 3.0

<sup>283</sup> Thagaard 2003:21



### 5.1.1 Manglende dimensjoner og ambivalente verdier

Min bakgrunn, innfallsvinkel og analysemetodikk har kanskje medført en skeiv vektlegging av de ulike dimensjoner, hvor noen har fått uforholdsmessig mye oppmerksomhet på bekostning av andre. Dette kan ha sin grunnleggende årsak i mitt forhold til opplevelseskvalitetene - min friluftslivsbakgrunn som jeg har tatt med inn i diktanalysen, og at Børli selv skildrer motstridende verdier om de samme tema.

Noen vil kanskje savne et større fokus på en åndelig dimensjon i form av religiøsitet. Børli bruker flere steder begrepet Gud i sine skildringer. Jeg har konsekvent nøydd meg med å beskrive disse situasjoner som en opplevelse av mystikk, av en undring for det ukjente, samtidig som fellesskapsopplevelsen med annet liv kan tolkes som en form for besjeling av alt naturlig på jorden. Min, oppfatning, i likhet med Steens, er at Børli's Gudsbegrep ikke er et uttrykk for en religiøs opplevelse i betydning ordinær protestantisk kristen religiøsitet, men en "allmenn åndelighet".<sup>284</sup> Likefullt uttrykker Børli en oppfatning av verden som noe mer enn det mennesket kan fatte og rå over.

Hva så med frihetsdimensjonen? Børli skildrer situasjoner og perspektiver som både gir inntrykk av en opplevelse *av* frihet, og en lengten *etter* frihet. Vi opplever tilstedeværelse og utfoldelse, men også en lengsel og undring etter noe annet, noe mer. Vi opplever en ensomhet gjennom å erfare den ytre stillhet, men kjenner også et befriende fellesskap med omgivelsene. Meningsdimensjonenes *ambivalente* verdier signaliserer at de ulike situasjoner som ligger til grunn ikke er så stabile og sammenfallende i forhold til det innhold som det kanskje er gitt uttrykk for i resultatgjennomgangen. Det at vi kan erfare motstridende kvaliteter ved vårt naturmøte forsterker situasjonenes preg av tilfeldighet, og svekker argumentasjonen for at en type kvalitet er mer fremtredende enn en annen.

Men det kan også argumenteres for at de ambivalente verdier kommer til uttrykk på ulike *plan*.<sup>285</sup> Vi kan oppleve en handlingsfrihet i kraft av å være i natur, samtidig som vi blir påminnet vår generelle begrensning som menneske. Vi kan være oppslukt med det vi holder på med og føler vi får tatt i bruk våre evner, men likevel kjenne behovet for å forstå mer av

---

<sup>284</sup> Steen 1996:11

<sup>285</sup> Jmhf. argumentasjonen for å bruke begrepet "dimensjon" i omtalen av de ulike former for mening opplevelsen gir.

det vi sanser. Vi kan oppleve et fellesskap og nærhet til naturlivet rundt oss, men samtidig lengte etter sosial omgang med andre mennesker. Det er derfor mulig å se de ulike meningsdimensjonene som motstridende, men også argumentere for at de tar for seg ulike perspektiver ved opplevelsen, og kan leve side om side.

Kanskje gir mine dimensjoner for *lite uttrykk* for ambivalens? Gjennom min undersøkelse har jeg båret med meg min positive grunninnstilling til friluftsliv og naturopplevelse. Denne bakgrunnen kan ha fått forholdsmessig stort spillerom i mitt analysearbeid. Resultatene kan dermed bære preg av hva jeg ”har lært meg ” av verdier som kan tolkes inn i naturopplevelser. Disse er nesten utelukkende positive. Mitt positive syn på naturopplevelse kan ha medført en skeiv vinkling som kanskje ikke harmonerer med den større virkelighet. De fleste av dimensjonene i resultatdelen bærer en undertone av å være grunnleggende positive for individet. Kanskje er det flere naturmøter og flere naturopplevelser som oppleves negativt, og kanskje gir Børli's lyrikk et grunnlag for en mer balansert fordeling mellom positive og negative opplevelseskvaliteter, enn det min tolkning og resultatfremstilling gir uttrykk for. Det er grunn til å tro, både ut i fra Børli's lyriske materiale, og hans trange bakgrunnskår og yrke som tømmerhogger, at han var mer balansert i sitt syn på positive og negative sider ved sitt opphold i natur. Likefullt er tolkningene gjort med dagens friluftsliv i bakhodet. Selv om det seinere blir argumentert for at det er en overføringsverdi mellom Børli og friluftsliv, gir det ikke i mine øyne mening å gi stor oppmerksomhet til de negative affekter. Slik Børli ble ”tvunget” til å konfrontere seg med snø og uvær gjennom sitt arbeid, harmonerer ikke med dagens arbeidsforhold og med den grad av *egenvalgte* påkjenninger og utfordringer som friluftsliv representerer. Et føromtalt eksempel er Børli's ambivalente forhold til snø, hvor han i diktet ”snø”<sup>286</sup> beklager seg over at han må grave seg flere meter ned til marken for å få felt ei gran, mens han i ”nysnø”<sup>287</sup> fremhever de estetiske kvaliteter med fallende snø.<sup>288</sup>

Denne undersøkelsen forsøker da også å belyse hva en naturopplevelse *kan* inneholde, med en klar formening om at naturkontakt kan ha en positiv rolle å spille i sammenheng med individets helse. Med en slik formening lagt til grunn, med bakgrunn i vårt friluftsliv preget av fritids- og overskuddsliv, og med støtte i litteratur, mener jeg det er forsvarlig å holde et grunnleggende verdimesig positivt fokus på naturopplevelsens meningsdimensjoner. Mye av

---

<sup>286</sup> Børli 1995:91 ”Snø”

<sup>287</sup> Børli har to slike dikt om ”nysnø” – se Børli 1995: 144 og 271

<sup>288</sup> Se også Eidsvåg 2003:133-134 for en presisering av Børli's tosidige forhold til snø

gjennomgått forskning og offentlige redegjørelser indikerer nettopp et slikt positivt grunnsyn på naturkontakt, naturopplevelse og generelt friluftslivets rolle i helsesammenheng.<sup>289</sup>

### 5.1.2 Teorivalgets premisser

Undersøkelsens teoriforankring har gitt en rekke premisser for hvordan forstå og tolke en naturopplevelse. En problemstilling er hvorvidt disse premissene har satt en fornuftig grense for hva slags opplevelser som har falt innenfor undersøkelsens rammer, og hvilke som er definert ut av ”det gode selskap”.

En fenomenologisk vinkling med fokus på de enkeltstående hendelser, kan gi et inntrykk av et noe vilkårlig resultatgrunnlag og en skeiv innsikt i opplevelsens essensielle innhold. Selv om det er positivt at det gås i dybden av de fenomener som undersøkes, er det få som får uttrykt sin forståelse for opplevelse i undersøkelsen. I dette tilfellet er det en enkelt manns skildringer som ligger til grunn for kildematerialet. Grunnlaget for å forsvare et slikt snevert utvalg ligger dels i den utbredte gjenkjennelsen i Hans Børllis skildringer, formidlet i innledning og i metodedel. Børllis øyeblikk fanger en stor *spennvidde* av tenkelige naturmøter i friluftslivet gjennom et kildemateriale som har blitt til gjennom lang tid og mange øyeblikk i natur. En annen støttepillar for valget av fenomenologi er forståelse av vår felles referanseramme i det vi alle bebor verden med en fysisk kropp. En slikt, tilnærmet likt, utgangspunkt gir mulighet for gjenkjennelse og forståelse mellom individer. Både du og jeg er bundet til en felles verden gjennom våre kropper. Våre kropper eier mange av de samme forutsetninger, og vi er da også i stand til å forstille oss hvordan den andre måtte oppleve ulike situasjoner og sin virkelighet.

Den kroppslige tilstedeværelsen er lagt til grunn som et premiss for hvilke naturopplevelser som faller innunder friluftsliv og innenfor undersøkelsens rammer. Fokuset på vår sanslighet, og hvordan denne styrkes gjennom nær og lengre kontakt med natur, har også gitt et premiss om et optimalt sansegrunnlag – vi er tilstede og kommuniserer med den livsverden som ligger til grunn for opplevelsen med alle våre sanser og forutsetninger som ligger til grunn for det å være menneske. Med en gang vi reduserer vårt optimale sansepotensial gjennom utpreget bruk av hjelpemidler<sup>290</sup>, eller å skue naturomgivelsene gjennom en TV-skjerm, har vi redusert

---

<sup>289</sup> Se referanser fra bla Tordsson (2003), Hågvar og Støen (1996), Langseth (2003) og St.meld. nr 16 (2002-2003) for underbygging av dette.

<sup>290</sup> Slik som å sette seg på snøscooter, eller kjøre med motorisert ”firehjuling”

vår optimale grunnlag for å forstå våre omgivelser og for en intens og mangfoldig naturopplevelse Dette standpunkt er ikke uten betenkeligheter. Et stort tankekors kan være at vi definerer ut de som er avhengig av hjelpemidler for å komme i kontakt med natur, og som sikkert selv hevder de har intense og gode naturopplevelser. Kanskje utelukker innfallsvinkelen en del tilfeller hvor mennesker har en positiv opplevelse, hovedsakelig forårsaket av sanseintrykk av natur, uten at denne innfallsvinkelen klarer å fange opp disse. Vi kan ikke utelukke at tilsvarende, eller andre meningsdimensjoner kommer til uttrykk i en form for naturopplevelse som friluftslivet ikke forbindes med. Det er en problemstilling som vi i denne undersøkelsen har sluppet ”billig unna”, grunnet Børli's naturskildringer. De gir stort sett et udiskutabelt inntrykk av en nær kroppslig tilstedeværelse i et utpreget naturmiljø.

### 5.1.3 Analysearbeidet

Det er viktig for en undersøkelses integritet at andre utenforstående kan trekke de samme konklusjoner som forsker, og får anledning til å gjøre dette gjennom avhandlingens presentasjon av analysearbeidet – vegen frem til resultatene. Mitt valg av type kildemateriale gir rom for flere mulige tolkninger og innfallsvinkler. Det ble referert til tidligere forskning på basis av Børli, hvor bidragsyttere med ulike innfallsvinkler kom frem til ulik informasjon om Børli og hans diktning, selv om de samme dikt ligger til grunn.<sup>291</sup>Siden dette er mulig må vi forstå hvordan Børli's lyrikk blir tolket i de ulike arbeider. En utenforstående må i mitt tilfelle kunne følge og etterprøve min anvendelse av Colaizzis metode. For å gjøre dette må vedkommende være inneforstått med mitt fokus. Jeg har sett på de enkeltstående øyeblikk hvor det er mulig å tenke seg situasjonene som reelle for en forespeilt friluftslivskontekst. I tillegg er det i de anvendte diktpartier et åpenbart møte med et sansende tilstedeværende menneske, og en livsverden preget av naturelementer.

Meningsdimensjonene er forsøkt belyst ut i fra hvordan det tenkes at situasjonen oppfattes *der og da*. Et grunnleggende problem i forhold til å forsvare metodevalget er hvordan det fjerner meg som forsker fysisk ifra opplevelsessituasjonene. Teorigrunnlaget holder nettopp dette som en premiss for å kunne forstå en opplevelse av et gitt landskap i en gitt situasjon fullt ut. Gjennom å tolke et ferdigskrevet materiale som stammer ifra situasjoner jeg som forsker selv

---

<sup>291</sup> Se kap. 1.3.2, hvor tidligere arbeider basert på Hans Børli og hans diktning blir gjennomgått. Undersøkelsene og biografiene har ulik vinkling med ulik forståelse av kjerneinnholdet, samtidig som arbeidene i stor grad baserer seg på det samme lyriske materiale.

ikke har vært med på å erfare, har mine forutsetninger for å forstå situasjonene blitt redusert. Jeg har ikke selv vært til stede med mine sanser idet opplevelsen har funnet sted. Likevel er skildringene av situasjonene korte og presise og gir en god innsikt i hvilke naturelementer som er rådende. På grunnlag av dette er det mulig å danne seg en ide om hvilke inntrykk som er rådende for den enkelte opplevelse, og hvordan disse kan påvirke et menneskesinn.

#### 5.1.4 Et spesifisert fokus

For å besvare min problemstilling valgte jeg å anvende min analysemetode på ferdigskrevet materiale. Et slikt valg fjernet meg som forsker ifra en mer omfattende forståelse for hvilken sammenheng disse situasjoner er plassert inn i. De lyriske skildringene er naturlig nok kortfattet. Kombinert med mitt innsnevrede fokus for de enkeltstående øyeblikk er det grunn til å problematisere dette valget i lys av den teoriforankring som ligger til grunn for undersøkelsen.

Metodikken gir begrenset innsikt i hvilken sosiokulturell bakgrunn som ligger til grunn for meningsdimensjonene. En del generelle trekk ved Hans Børli's bakgrunn og rådende fortolkningsramme er riktignok kjent, men kan være vanskelig å se i hvilken grad denne bakgrunn gjør seg gjeldende i hvert enkeltstående øyeblikk. Samtidig blir ikke Hans Børli's sosiokulturelle bakgrunn viet nevneverdig hensyn i tolkningen av diktene, da fokuset ligger på de grunnleggende sanseintrykk, og hvordan disse er overførbare til dagens friluftsliv. Jeg gjør det klart i teoridelen at den sosiokulturelle bakgrunn har mye å si for vår meningstolkning, men velger likevel å se bort ifra dette i mitt metodiske fokus. Det er mulig at ulike miljø og historiske tidsepoker ville gitt ulike føringer til å tolke disse beskrivelser, og at dermed andre meningsdimensjoner ville vært fremhevet. Det er en svakhet at jeg ikke for hvert skildrede øyeblikk analyserer *hvilke* historiske sosiokulturelle føringer, samt hvilke omkringliggende faktorer rundt den skildrende situasjon som i hvert tilfelle blir avgjørende for meningsinnholdet.

I teoridelen redegjør jeg også for betydningen av individets *prosjekt*<sup>292</sup> i samspill med situasjonen egenart har en betydning for opplevelsen. Nettopp gjennom metodevalg og fokus har jeg også fjernet meg fra den type innsikt. Hva er individets prosjekt i hver situasjon? Hva

---

<sup>292</sup> Om Sartres begreper "situasjon" og "prosjekt", se kap. 2.4

er *intensjonen* bak å være der vi er og gjøre det vi gjør? Dette er bakenforliggende perspektiver som kan fortelle oss mye om *hvorfor* sansefokusets er som det er, og tolkning av situasjonen blir som den blir. Ved å snevre inn fokuset til å bare se på de enkelte øyeblikk, gjøres det vanskelig å forstå hvilke bakenforliggende intensjoner som er med å styre sansingen og den fortolkede mening. Denne innsikten ville også kunne gi verdifull kunnskap om i hvilken grad de enkelte øyeblikk i seg selv kan skape disse meningsdimensjonene og i hvilken grad de er avhengig av bakenforliggende forhold. Det var imidlertid en umulig oppgave med mitt kildevalg å påvise hvilket prosjekt som ligger bak hver situasjon som Børli skildrer i sine dikt.

Til forsvar for ”skylappblikket” på situasjoner frarøvet deres sammenheng, kan de belyste opplevelseskvalitetene benyttes i seg selv. Dimensjonene bærer preg av en type kvaliteter som kan oppstå på tvers av de ulike situasjoners egenart, på tvers av de ulike prosjekter og av individuell bakgrunn. Det er også dimensjoner som tidligere er belyst gjennom ulik forskning og ulike teoretiske og filosofiske betraktninger.<sup>293</sup> Det er mentale kvaliteter som virker å kunne oppstå av den nære relasjon mellom mennesket og øvrig natur i seg selv, uten for mange premisser gitt av individets bakgrunn. Vi kan oppleve ro selv om vi er på fisketur, om vi er på veg til vår jobb som tømmerhogger, om vi bare skal besøke naboen på andre siden av skogholtet osv. Vi kan oppleve oss handlende og tilstede når vi hogger ved hjemme på tunet, når vi setter opp et telt, når vi velger vår veg og skrider av gårde med alt vi trenger i vår sekk.

Selv om meningen med friluftslivet, hensikten med de enkelte turer, og individets bakgrunn kan ha ulike historiske føringer for hvordan gi mening, er det ikke utenkelige at de enkelte situasjoner og naturkontakt i seg selv kan føre med seg noen mentale tilstander for mennesket på tvers av disse sosiokulturelle føringer og ulikheter.

### **5.1.5 Er problemstillingen besvart?**

Etter å ha diskutert resultatenes verdi opp imot hverandre, og problematisert grunnlaget for å komme frem til disse, er det dags for å spørre om jeg har besvart mine problemstillinger. Siste, men sentrale, perspektiv i diskusjonen av resultatenes troverdighet er derfor hvorvidt fremstillingen av resultatene er en besvarelse på undersøkelsens problemstilling eller ikke.

---

<sup>293</sup> Se kap 5.2.2

Valget av forskningsdesign har ført med seg noen problematiske forhold. Viktig informasjon som kunne gitt bedre innsikt i hvorfor de ulike meningsdimensjoner oppstår er utelatt, samtidig gir forskers bakgrunn, analyseverktøyet og kildemateriell høyde for flere mulige tolkninger. Resultatene er derfor ikke uten innvedninger. Likefulle er de tolket ut i fra skildrede øyeblikk som virker klare nok i seg selv, og meningsdimensjonene er i seg selv verdier som ikke utenkelig kan oppstå ut i fra de enkeltstående situasjoner, mer eller mindre uavhengig av situasjonens ytre kontekst, av den større sammenheng møtet mellom individ og natur finner sted innenfor.

Første del av problemstillingen spør etter *hvilke* meningsdimensjoner som eksisterer i naturopplevelsen. På mange måter er selve overskriftene i resultatdelen et svar til dette spørsmålet. De kan kort oppsummeres i sju hoveddimensjoner, som opplevelse av *estetikk, ro og harmoni, sammenheng, eksistensielle bekreftelser, frihet, fellesskap og mystikk*. Hvordan *arter* så disse dimensjonene seg? Gjennom resultatdelen har jeg forsøkt å gi en presis beskrivelse av hovedtrekkene for hvordan disse meningsdimensjonene kommer til uttrykk. Dette har gitt seg utslag i flere underdimensjoner, hvor det eksisterer nyanser innenfor hver hoveddimensjon. Mange av disse beskrivelsene tar utgangspunkt i vår sansing, slik som vårt teorigrunnlag også gir premiss for. Det endelige meningsinnhold blir bevisstgjort, begrepsfestet og gitt mening ut i fra noen innledende sanseintrykk som åpenbart er naturelementer. Disse inntrykkene iverksetter ulik form for tanke- og følelsesprosesser i individet, som ofte arter seg i form av mentale tilstander eller ulike grunnstemninger i menneskesinnet.

## **5.2 Bekreftbarhet. Støtte i annen forskning?**

Eksisterer undersøkelsens resultater utenfor disse to permer, eller er meningsdimensjonene bare noen kunstige konstruksjoner som har oppstått på grunn av et tilfeldig sammensatt forskningsdesign, med en ny form for sammenfletting av problemstilling, teoretiske premisser valg av kilde og analyseverktøy? Thagaard vektlegger at ”bekreftbarhet knyttes til kvaliteten av tolkningen, og om den forståelsen det enkelte prosjekt fører til støttes av annen forskning”.<sup>294</sup>

---

<sup>294</sup> Thagaard 2003:21

Det kan være interessant å få bekreftet de samme opplevelsesdimensjoner som belyst her gjennom andre uavhengige undersøkelser. Sammenfallende resultater styrker troen på at resultatene kan være reelle for flere<sup>295</sup>, selv om det alltid vil være avvik. Samtidig kan det innenfor samme område være ulike nyanser for hvordan den samme dimensjon arter seg, og muligheten for at Børlis skildringer kan få frem nettopp dette, vil jeg hevde er sannsynlig.

I kapittelet hvor undersøkelsens problemstilling blir gjennomgått, nevner vi også problemet med overførbarheten ifra Børlis skildrede situasjoner til dagens friluftslivspraksis. Samtidig, er forskningsdesignet i denne undersøkelsen så spesiell at det utelukker en rekke dimensjoner som flere ville kunne gjenkjenne seg i? Både den fenomenologiske innfallsvinkel, valget av kilder, og ikke minst selve tolkningen og fremstillingen av resultatene har betydning for dette.

### **5.2.1 Har dimensjonene fått riktig uttrykk og innhold?**

Skal jeg kunne sammenlikne mine resultater med annen forskning, må jeg først vite hvorvidt dimensjonene har fått riktig ”merkelapp” og innhold. Har jeg gitt meningsdimensjonene riktig navn, og er det kjerneinnhold jeg har beskrevet virkelig selve essensen av hver dimensjon? Selve benevnelse av dimensjonene skapte hodebry gjennom hele analyseprosessen hvor jeg stadig opplevde å komme i et dilemma mellom flere tilsynelatende likeverdige begreper. Et snev av skjønnsmessig vurdering og prioritering fra min side har derfor spilt en avgjørende rolle for den endelige titulering og vektlegging av meningsdimensjonenes innhold.

Jeg finner flere tilfeller av parallelle eller beslektede begreper med innhold, nyanser over samme kvalitet. Burde dimensjonene hatt annen titulering, men med samme meningsinnhold? Det er mulig å argumentere for at eksempelvis opplevelsen av egne helhetlige tankebaner er en opplevelse av seg selv om hel. Eller er de fleste meningsdimensjoner egentlig et uttrykk for en identitetsskaping eller bekreftelse? Siden de fleste dimensjoner kan argumenteres for å være en opplevelse av seg selv, er det også vanskelig å legge opp en grense for hva som er eksistensielt, og hva som egentlig faller utenfor dette perspektivet. I denne sammenheng har

---

<sup>295</sup> Diskusjonen om den generelle sannsynlighet for gjenkjennelse og sammenfallende meningsdimensjoner mellom individer har jeg tolket til å høre hjemme under begrepet *overførbarhet*. Under diskusjonen om bekræftbarhet konsentrerer vi oss om forskningsutbredelsen av selve *meningsdimensjonene* i seg selv.



jeg vektlagt de meningsdimensjoner hvor individet opplever en aktiv handling, sansning og utfoldelse, som en åpenbar del av omverden, dvs. en *bekreftelse* av egen tilhørighet til verden gjennom *nær* kommunikasjon og påvirkning av vår livsverden. Det ligger en undertone av aktiv handling til den opplevelse av seg selv som i denne undersøkelse er lagt.

Avhengig av perspektiv, kan jeg argumentere for de fleste meningsdimensjonene er et uttrykk for samme type mening, eller passer under en tilsvarende beslektede benevnelser. Dette er noe vi må ha i bakhodet når vi leter etter sammenfallende resultater og perspektiver fra andre bidragsyttere. Selv om begreper og titler kan være ulike er ulike, er det godt mulig det er snakk om de samme fenomener med det samme meningsinnhold.

### 5.2.2 Bekreftelse i annen forskning

Et viktig ledd i drøftningen av hvorvidt resultatene er reelle, er å gløtte til hva annen forskning har kommet frem til. Er det utpregede likheter, eller er det grunn til å tro at forskningsdesignet i seg selv har konstruert noen kvaliteter som eier få røtter i ”virkeligheten”? Har annen forskning kommet frem til tilsvarende resultater? Vi gikk innledningsvis igjennom en del relevant forskning, hvor flere er innoom naturopplevelsens innhold og kvaliteter.<sup>296</sup> Vi henter frem igjen noen av disse for en kortfattet forankring av denne undersøkelses opplevelsesdimensjoner.

Resultatdelen starter med den *estetiske* opplevelse. Dette er kanskje det meningsinnholdet det er enklest å finne paralleller til i andre beskrivelser og forskning på området. Vi snubler stadig over en begeistring for naturens vakre stemninger og elementer. En solnedgang eller en stjernehimmel er kanskje blant de mest kjente og klisjéfylte av dem. Det kan være interessant å trekke frem Langseths (2003) undersøkelse knyttet til fjellet. Langseth trekker frem estetikken som et funn blant beskrivelsen fra de han har intervjuet, hvor fokuset etter hvert på turen legger mer og mer merke til de ”estetiske elementer”.<sup>297</sup> Det er også verdt å merke seg at professor i biologi, Dag Olav Hessen, i skrivende stund er i ferd med å gi ut ei bok om våre sansers naturlige disposisjon for det vakre i natur.<sup>298</sup>

---

<sup>296</sup> Se kap. 1.3.1

<sup>297</sup> Langseth 2003.89

<sup>298</sup> DN magasinet 10.-12.mai: 50-51

Opplevelsen av *ro* og *harmoni* gjennom naturens stillhet er også hyppig artikulert i ulike sammenhenger. Som *motiv* for å holde på med friluftsliv er opplevelse av stillhet og ro fremtredene.<sup>299</sup> Flere påpeker denne dimensjonen med friluftslivet og naturkontakt. Hågvar og Støen (1996) stiller opp denne dimensjonen som sentral i deres redegjørelse av opplevelsesdimensjoner. De poengterer også i likhet med Langseth (2003) opplevelsen av *sammenheng* i livet gjennom vår erfaring med sammenhengende referanser i natur. Langseth skildrer dette godt gjennom en respondentuttalelse, hvordan vi opplever oss selv og vårt liv som sammenhengende -

I uttrykket ”her kjenner jeg meg igjen” ligger det jo at det er *jeg* som kjenner *meg selv* igjen; jeg husker å ha vært her tidligere og jeg husker at *jeg* har opplevd noe her tidligere, og blir dermed med på å skape kontinuitet i en persons identitet.<sup>300</sup>

Ved et tilbakeblikk på perspektivene i Tordssons (2003) omfattende arbeid, er det mulig å finne igjen de fleste opplevelsesdimensjonene, om en i en noe annen innpakning og med annen benevnelse. To sentrale resultater i denne undersøkelsen er *eksistensiell-* og *frihetsopplevelse*. Disse perspektivene finner vi mange paralleller til i Tordssons avhandling. Tordsson fokuserer mye på *identitetsperspektivet*, og ser gjennom Sartres begreper prosjekt og situasjon hvordan individet skaper seg en identitet gjennom prosjektet friluftsliv. Det er også verdt å merke seg at også Steen påpeker det at Børli befatter seg med eksistensielle spørsmål.<sup>301</sup>

I sammenheng med friluftslivets identitetsprosjekter påpeker Tordsson hvordan opplevelsen av *frihet* spiller inn. Friheten til å velge prosjekt i natur gir gode muligheter for å oppleve seg selv i en positiv sammenheng, med de egenskaper vi selv ønsker å tilknytte oss selv. Vi ”kan erfare hva det er å være fritt, fortolkende, velgende, handlende og ansvarlig subjekt: opplevelsen av å ha en identitet”.<sup>302</sup> Dette harmonerer på mange måter med den frihetsfølelse vi har omtalt her, hvor individet opplever en handlefrihet i samspeillet med naturmiljøet. Tordssons tittel ”å vare på naturens åpen tiltalte” henspiller nettopp til valgfriheten vi står ovenfor i møtet med natur – å selv velge hvordan vi skal tolke mening inn i våre egenvalgte handlinger og omgivelser.

---

<sup>299</sup> Vaagbø i tidsskriftet Dyade 2/1994:15

<sup>300</sup> Langseth 2003:87

<sup>301</sup> Steen 1996:9

<sup>302</sup> Tordsson 2003:423

Opplevelsen av *felleskap* gjennom naturkontakt er noe det blir poengtert gjennom flere ulike begreper. Per Espen Stoknes (1996) beskriver dette perspektivet hvor han inkluderer våre mange relasjoner i vårt selv. Stoknes bruker betegnelsen ”*et økologisk selv*”, som også kan sammenliknes med professor Arne Næss` begrep ”*det relasjonelle selv*”.<sup>303</sup> Knyttet til tolkning av Børli lyrikk er det også interessant å bemerke at også Steen (1996) påpeker fellesskapsperspektivet i Børli poesi. Hun sier at Børli formilder ”gleden ved å oppleve samhörighet med sine omgivelser og med sine mest fortrolige mennesker”.<sup>304</sup>

I beslektelse med opplevelsen av *mystikk* omtaler Hågvar og Støen (1996) kvaliteter som eventyropplevelse og oppdagerglede.<sup>305</sup> De retter dette konkret mot å det å utforske nye områder i natur. Det er derfor en mer konkret utforsker- og eventyrtrang<sup>306</sup> som kommer til uttrykk. Likevel belyser denne form for utforskertrang noe av det jeg har omtalt som opplevelse av lengsel og mystikk – en erfaring av *det ukjente*, som jeg føler et behov for å belyse. Vi finner motivet å komme i ”kontakt med naturens sjel og mystikk”<sup>307</sup> fremtredende i Erling Vaagbøs omtale av friluftslivsmotiver. Steen synes også å tolke en uttrykkstrang inn i Børli skildringer. Hun kaller det en *språkbevissthet*,<sup>308</sup> hvor Børli skildrer sitt ”forhold til naturelementene og deres språk”.<sup>309</sup>

Av undersøkelsens resultater kan vi lese at mange av meningsdimensjonene handler om en opplevelse av *seg selv*. Dette er en konkluderende oppfatning som allerede er poengtert av Bjørn Tordsson (2003). Han oppsummerer med at det ”å oppleve natur er å oppleve hvordan det er å *være* i naturen”. Det er altså av fleres oppfatning at en sansning og oppleving av natur, like mye handler om hvem *vi er* og hvordan vi oppfører oss, *i kraft av* samspillet med natur.

Ved å vende blikket til annen forskning har jeg sett at det er mulig å finne tilnærmet like eller parallelle opplevelseskvaliteter til alle meningsdimensjoner som er belyst i denne undersøkelsen. Faren med den type diskusjon og argumentasjon, er at jeg blir vel selektiv i

---

<sup>303</sup> Svært kort og lettfattet beskrivelse av dette perspektivet ufira Næss` tanker, i Løken & Svagård 2007: 23

<sup>304</sup> Steen 1996:9

<sup>305</sup> Hågvar & Støen 1996

<sup>306</sup> Her kan det være fristende å trekke inn vår litterære kulturskatt av nedskrevne eventyr, som et historisk uttrykk for vår oppfattelse av natur som mystisk, ukjent og som ”noe mer enn vi aner”.

<sup>307</sup> Vaagbø (1994) i tidsskriftet Dyade 2/1994:15

<sup>308</sup> Steen 1996:9

<sup>309</sup> Steen 1996:9

min jakt etter å finne litteratur som støtter oppunder egen resultater og argumenter. Jeg skal likevel, i lys av at det faktisk eksiterer andre sammenfallende forskningsbidrag, gå ut ifra at dette er potensielt eksiterende meningsdimensjon i naturopplevelsen. Neste spørsmål bli å drøfte sannsynligheten for dimensjonenes utbredelse, og diskutere dere tilhørighet og relevans for denne undersøkelsens kontekst – friluftsliv og helse.

### **5.3. Resultatenes overførbarhet**

Jeg har til nå diskutert hvorvidt vi kan stole på at de nevnte meningsdimensjoner er reelle. Om de har fått en fornuftig tittel i forhold til innhold, hvorvidt disse meningsdimensjoner er de sentrale i forhold til forskningsdesignet (teori, analysemetode og kildevalg), og om et annet forskningsdesign ville ha belyst naturopplevelsens innhold på en bedre måte. I kjølvannet av dette har jeg forsøkt å belyse i hvilken grad undersøkelsens resultater er en presis besvarelse av undersøkelsens problemstilling. Jeg har forsøkt å bekrefte dimensjonenes reelle eksistens gjennom å gløtte til hva annen forskning kan ha kommet frem til av sammenfallende resultater, for bedre å kunne gå god for at dette er reelle og sentrale meningsdimensjoner i naturopplevelsen. Diskusjonen til nå har med andre ord søkt å dissekere og belyse hvilke premisser, antagelser, begrensninger, styrker, svakheter og feilkilder vi som lesere må ”akseptere”, for å kunne gå god for resultatenes eksistens. Dette er også premisser som må legges til grunn for videre å kunne se hvilke sammenhenger det kan være relevant og interessant å knytte resultatene opp imot.

Resten av diskusjonen tar derfor utgangspunkt i at det er hold i resultatenes eksistens, selv om foregående diskusjon har belyst svakheter, premisser og ambivalenser tilknyttet selve innholdet av resultatene, og i prosessen for å komme frem til disse

Thaagard hevder at ”overførbarhet har referanse til at tolkninger som er basert på en enkelt undersøkelse, også kan gjelde i andre sammenhenger”.<sup>310</sup> Jeg forstår dette slik at selv om jeg har tolket meningsinnhold i naturopplevelsen, er det interessant å belyse disse resultater i andre sammenhenger enn nettopp som kvaliteter ved en naturopplevelse. Jeg har besvart hvilket innhold, nå ønsker jeg en innsikt på hvilke områder disse kan *anvendes* og *spille en rolle*. Innledningsvis ble undersøkelsen tilskrevet et bidrag til friluftslivsfaget og som et

---

<sup>310</sup> Thagaard 2003:21

bidrag til å forstå på hvilken måte naturopplevelsens mentale dimensjoner kan spille en rolle for det enkelte individs helse. Friluftsliv og helse utgjør altså viktige begreper for den kontekst undersøkelsen forsøker å belyse problemstillingens resultater inn i.

Hvilken mulighet for utbredelse har verdiene mellom individer? Finnes det bruer mellom opplevelsesdimensjonene i Børli's skildrede verden og i dagens friluftsliv? Hvilken sannsynlig utbredelse av dimensjonene kan vi anta på tvers av individer? Hvilken betydning og rolle kan disse opplevelseskvaliteter i friluftslivet ha i en helsefremmende sammenheng? I tillegg er det en viktig diskusjon hvorvidt kvalitetene er spesielle for opplevelse av natur, enn av kultur. Til sist, hvis det viser seg at verdiene er relevante for dagens friluftsliv, og kan spille en rolle i spørsmålet om det enkelte individs opplevelseskvaliteter og helse - hvilke føringer bør denne erkjennelse få for forvaltning av natur og formidling av friluftsliv?

### **5.3.1 Overførbarhetsverdi mellom Børli's øyeblikk og friluftslivets praksis**

Hans Børli skildrer mange situasjoner hvor han åpenbart er tilstede og sanser naturelementer. Slik vi kjenner Børli's bakgrunn, vil jeg anta at det stort sett er gjennom hans virke han har gjort seg de betraktninger som det seinere er mulig å finne igjen i hans lyrikk. Det var med prosjektet ”å hogge tømmer” han som oftest oppsøkte skogsmiljøet. Kan vi da gå god for at Børli's fokus og meningstolkninger også er sannsynlige for dagens friluftslivspraksis?<sup>311</sup> Er det meningsdimensjoner som primært er gjort mulig på grunn av Børli's fokus og bakgrunn? Eller er de sannsynlige for vår tids *fritidsliv*, uten andre hensikter enn å være tilstede og oppleve natur?

Sammen med Børli's yrkesrelaterte prosjekter, kan jeg også argumentere for at den tid med de samfunnsforhold Børli levde i, var preget av en annen dynamikk enn i dag. Flere av opplevelseskvalitetene synes klart avhengig av en *lengre tidshorisont*, hvor evnen til å være til stede og observere natur over lengre tid, kombinert med å ha ro og fokus for de sansekvaliteter og inntrykk som måtte oppstå, synes sentral. Har vi egentlig en reell mulighet til å erverve oss den type opplevelser slik vi lever i dag, hvor de daglige turer kanskje bare varer en time eller to? Er det mulig og hensiktsmessig å trekke paralleller mellom det vi opplever og har mulighet til å oppleve gjennom vår tids friluftsliv, og det Hans Børli opplevde

---

<sup>311</sup> Se kap.1.1.1

gjennom sitt kontinuerlige liv i nær kontakt med natur, både gjennom boplass og gjennom sitt virke? Han levde utvilsomt mer kontinuerlig i nær kontakt med natur enn mange av oss gjør i dag. Slik sett blir spørsmålet hvor ofte og lenge vi praktiserer friluftsliv i dag, og hvor rask det enkelte individ er i stand til å sette seg selv i en motagelig modus for naturinntrykkene.

Kikker jeg på den enkelte handling og intensjon ved å sanse dette naturmiljø, blir det straks mer problematisk å avgjøre hvorvidt Børlis bakgrunn og intensjoner (prosjekt, fokus) ved å være i natur er overførbart til dagens friluftsliv. Hvor avhengig inntrykkene og fortolkningen av hver situasjon er av den særskilte kontekst? Det kan synes å være en søkt sammenlikning mellom to ulike verdener. Børlis yrkesrelaterte bakgrunn for å oppsøke skog strider utvilsomt med dagens utbredte friluftslivspraksis, som må sies å være et overskuddfenomen som utføres i fritiden, med andre hensikter enn de rent nytterelaterte. Samtidig har vi i redegjørelsen for friluftslivet tatt høyde for at det er mulig å sanse og oppleve natur på tilsvarende måte, selv om vi skulle befinne oss i en yrkesfaglig setting. Børlis skildringer stammer åpenbart fra sansning av utpregede grunnleggende naturelementer de fleste av oss har tilgang på.

Sammenliknet med tallene til Odden (in prep) ser vi at de aller fleste går på tur flere ganger i løpet av året. Et betydelig antall erfarer gjentagende opplevelser av natur gjennom et enkelt ”hverdagsfriluftsliv”. Dette skulle tale for muligheten til å sanse og oppleve noe av det samme som Børli. Vedrørende fortolkningens betydning, er det også interessant å registrere at Børli allerede på sin tid påpekte problematiske forhold med samfunnsutviklingen, som tilsynelatende bare har vedvart, blitt forsterket og er enda mer aktuelle i dag.<sup>312</sup> Slik sett skulle endringen av de sosiokulturelle forhold ifra Børlis tid til i dag bare *forsterke* muligheten for å tolke det samme positive meningsinnhold inn i dagens naturopplevelser.

Selv om Børlis prosjekt og grunnleggende sosiokulturelle føringer skiller seg fra dagens samfunnsforhold og motiver for å oppsøke natur, er det mulig å argumentere for sanseintrykkenes *universelle preg*. At de er relativt uavhengige i den større sammenheng - individets prosjekter og bakenforliggende sosiokulturelt betingede fortolkningsmønstre, samt situasjonenes egenart. For å låne Steens omtale av Børlis skildrede øyeblikk så ”er det i et glimt av gjenkjennelse kunstneriske uttrykk som oftest treffer oss. /.../ Det er i et slags ur - øyeblikk at gjenkjennelsen og identifikasjonen skjer, et øyeblikk som på samme tid

---

<sup>312</sup> Også et perspektiv som vil bli brukt i argumentasjonen av naturopplevelsens helserelevans - Se Børlis dikt med ”flyktighet” og ”tidspress” som tematikk i kap. 5.3.4.

inneholder en del av menneskehetens evighet. Det er et språk fra hjerte til hjerte”.<sup>313</sup> Øyeblikkene et uttrykk for et slags ”minste felles multiplum”. De har et universelt preg som inneholder en form for handling og sansning vi kan argumentere for eksisterer i mange vidt forskjellige sammenhenger.

Jeg må likevel anta at ulike naturmiljø gir ulike føringer til hva salgs sanseintrykk og kanskje hva slags stemninger og meningsinnhold som er naturlig å knytte det til. Eksempelvis vil mange hevde en tur i et åpent fjellandskap vil trigge frihetsfølelsen, mens opplevelsen av skog har fortrinn i forholdt til å nær mystikk og undring. Likevel har de *stemninger* Børli skildrer, og de gjennomgåtte meningsdimensjoner, ofte uttrykt som mentale tilstander, et slikt generelt og universalt preg over seg. Det er grunn til å spørre om ikke disse er tilgjengelige og sannsynlige på de fleste områder hvor friluftsliv praktiseres. Stillhetsopplevelsen på fjellet kan fortone seg ganske likte vår ro og harmoni i skogen. Vår sanseglede og opplevelse av handelkraft kan oppleves i en seilbåt på åpent hav, så vel som med øksa, i gang med kveldens bålved. Slik sett er både de ulike naturmiljø, og de ulike prosjekter kilder til potensielt like eller tilsvarende meningsdimensjoner i naturopplevelsen. Selv om nyere tid friluftslivspraksis er mangfoldig kan jeg, satt på spissen, anta at en *kiter*<sup>314</sup> så vel som en tradisjonell *vandrør* kan ha tilgang til en noe sammenfallende verden av opplevelseskvaliteter. Det er i min oppfatning at denne undersøkelses resultater er basert på noen grunnleggende universelle sanseintrykk og *naturstemninger* som kan gi seg til kjenne i mange ulike situasjoner.

### 5.3.2 Særskilt relevans for opplevelse av natur?

Gir opphold og sansning i et utpreget naturmiljø en tilgang til andre kvaliteter, andre handlings, tanke- og følelsesdimensjoner enn sansning av miljøer som preges av et stort innslag av sosiomaterie? Skal jeg problematisere hva slags type sanseintrykk som fortrinnsvis gir grunnlag for en type opplevelse og hvorvidt en naturopplevelse gir letter tilgang til et knippe kvaliteter enn andre type opplevelser, er det lette å igjen trekke skillet i drøftningen mellom natur og kultur.

---

<sup>313</sup> Steen 1996:98

<sup>314</sup> Kiting er en av de nyere former for praksis som kan bli definert innenfor friluftsliv. En form for seglduk mange bruker for å benytte seg av vindkraft i forflytning og triksing på ski eller snowboard. Minner om bruk av seglbrett på vann. En aktivitet hvor det kan problematisere hvorvidt det er friluftsliv, med særskilt preg av natursansning, eller en aktivitet med utpreget fokus på egen fysisk prestasjon, teknikk og triks. Hvorvidt opplevelsesdimensjonene i denne undersøkelsen kan oppleves av en kiter, vil være veldig avhengig av den enkeltes *fokus* og *intensjoner* for å kite.

Spørsmålet er om ikke disse meningsdimensjoner like gjerne kunne oppstått i et bymiljø, som i natur. Er resultatene mer typisk for opplevelse av natur, enn som opplevelse i og av kultur? Slik sett er det mulig å problematisere flere av meningsdimensjonene. Er det ikke mulig å isolere seg på et lydtettrom og oppleve stillhet selv midt i en larmende by? Hva er det i så fall som gjør opplevelsen av stillhet i natur så spesiell? Opplevelse av stillhet kan deles opp i flere dimensjoner. Og selv om jeg ut i fra teorigrunnet vil hevde våre sanser er særskilt disponert for naturinntrykk - er det ikke mulig å bli tilsvarende stimulert av kunst? Handler ikke skjønnheten i et maleri – dybden i motivet med dets nyanser, kontraster, form og farger, om mye av den samme form for estetisk opplevelse? Er det ikke mulig å kjenne sammenheng i livet gjennom å stadig vende tilbake til de samme bygninger? Eller kjenne handlekraft gjennom fysisk utfoldelse og arbeid innendørs? Er en fellesskapsfølelse som er forårsaket inne noe annerledes en tilsvarende opplevelse av hverandres nærvær utendørs i felles sansning med natur? Det er i min oppfatning at det arter seg annerledes som resultat av sansning og en væren i en livsverden som er preget av en høy tetthet av sosiomaterie. Ser vi tilbake til vår forankring i David Abram, finner vi en argumentasjon for at vi er særskilt disponert for naturinntrykk. Vår sansning blir skjerpet og mer nyansert etter lengre tids samvær med øvrig natur. Slik sett er det grunn til å tro at en opplevelse tuftet på naturinntrykk vil arte seg annerledes enn en opplevelse tuftet på utpreget sosiomaterie.

Det er mulig å anta at naturinntrykk er i stand til å gi oss intense opplevelser med det meningsinnhold som resultatgjennomgangen har beskrevet. Det er også sannsynlig at disse kan erkjennes gjennom å praktisere friluftsliv og oppsøke miljø hvor vi kan sanse det vi oppfatter som et naturlandskap. De tilstander naturen setter oss inn i når vi opplever den, er nødvendigvis et resultat av vår kulturelle ballast som kontrast til den type inntrykk. Vi opplever oss selv *annerledes*<sup>315</sup> i natur, fordi vi er i et miljø som er annerledes enn vårt daglige miljø. Hvis vi går ut ifra at vi søker friluftslivet fordi vi ønsker *miljøforandring*, som den offentlige definisjon av friluftsliv hevder - da må vi også gå ut i fra at opplevelsesinnholdet arter seg annerledes i dette miljø enn i det vi lever i til daglig i vårt samfunn. Vi forflytter oss ut av våre hjem omkranset av rette, flate vegger og tak, vi går ut av våre hyppigst trafikkerte veier av asfalt, vi fjerner innkapslende transportmidler som fly, bil, og buss for å møte ”det grønne”, og nettopp dette burde kunne setter oss inn i mentale tilstander som arter seg ulikt de tilsvarende tilstander vi oppnår i det tilrettelagte miljø vi

---

<sup>315</sup> Se også Klepp 1998:12 for ytterligere redegjørelse av *distansens* betydning for hvordan vi forstår et landskap



forlater. Et naturmenneske som oppholder seg kontinuerlig i nært samspill med natur og som ikke kjenner til ”sivile livsformer”, vil antagelig ikke oppleve livet i natur på samme kontrastfylte måte som det vi i Norge gjør gjennom vår naturkontakt.

De fleste av de gjennomgatte opplevelseskvaliteter eksisterer høyst sannsynlig i en eller annen form gjennom sansning og bevisstgjøring av utpregede kulturinntrykk, og interaksjon ene og alene mellom menneskene imellom. Det er imidlertid grunn til å problematisere i hvordan kvalitetene arter seg i sine nyanser, og hvorvidt de gir det samme innhold som en opplevelse forårsaket av natur.

### **5.3.3 Overførbarhet mellom individer**

Er det sannsynlig at også andre individer kan tolke det samme meningsinnhold inn i sine naturopplevelser, eller ligger det sære, ekskluderende vilkår til grunn for undersøkelsens resultater? Teorigrunnlaget tar utgangspunkt i at ethvert individ er unikt, men gjennom en felles fysisk tilstedeværelse i den samme livsverden kan forstå hverandre. Det vil kunne hevdes at vi med våre empatiske evner kan leve oss inn i hvordan andre individer opplever verden. Samtidig har vi i kap. 5.3.1 argumentert for at det eksisterer noe *universalt* i de anvendte skildringene i denne undersøkelsen, noe som kan oppleves på tvers av ulike situasjoner og individuell bakgrunn. Slik sett vil selve kildene til opplevelsen være tilgjengelige for de fleste av oss.

Likevel, er det grunnlag for å problematisere hvorvidt meningsdimensjonene er lettere tilgjengelig for en spesiell gruppe individer enn andre, eksempelvis mellom kvinner og menn, mellom gamle og unge, mellom erfarne og uerfarne friluftslivsutøvere? Sosiokulturell bakgrunn og individuelle forskjeller vil helt klart være med på å gjøre en forskjell, men det synes vanskelig å trekke generelle skillelinjer mellom ulike grupper, med tanke på hvor sannsynlig det er at de kan danne seg samme meningsdimensjoner i opplevelsen. Jeg tror ikke det eksisterer noen åpenbar logisk forskjell mellom kvinner og menn når det gjelder opplevelsen av egen handlekraft når de svinger øksa, eller opplevelsen av tilstedeværelse i natur mellom ungt og gammelt sinn.

Øyeblikkene som er lagt til grunn argumenteres for å være universelle siden de bygger på gjenkjennelige grunnleggende sanseintrykk. Likevel kan det argumenteres for at det også ligger individuelle og situasjonsbetingede premisser til grunn for at de ulike meningsdimensjoner skal være mulige. Vil eksempelvis en som for tidende gang ser en kjent og markert stein langsmed sin lokale sti, oppleve en større sammenheng stabil gjentakelse i sitt liv enn en som opplever steinen for første gang? Kanskje. I noen tilfeller virker det å være sentrale kriterier som må oppfylles for at opplevelsens dimensjoner skal kunne erfares på tvers av individer og type situasjoner. Ut i fra de meningsdimensjoner jeg har belyst, er det mulig å sette fingeren på noen særtrekk eller forutsetninger som antagelig vil hemme eller fremme utbredelsen av disse. Noen tilfeldigheter vil det dog alltid være knyttet til en situasjon, eksempelvis våre innfall og vår årvåkenhet vår sansning, slik Børli selv påpeker -

Da skjer et under. Her og nå:

En blomst blir blomst, et strå blir strå,  
- fordi du stanset opp og så.<sup>316</sup>

Foruten et visst fokus i øyeblikket gir flere av dimensjonene et inntrykk av et premiss av gjentakelse. Sanseintrykkene fra natur setter i gang en assosiasjonsprosess i individet som knytter opplevelsesøyeblikket til tidligere erfaringer i eget liv, eller til en bevissthet om hva tidligere generasjoner har foretatt seg. Vi må ha gjort tilsvarende form for sansning og handling i det samme naturmiljø over tid. For de som ikke fra barn av er sosialisert inn i friluftsliv kan de besitte en mager referanseramme for å oppleve disse meningsdimensjoner. Andre dimensjoner synes å kreve nettopp godt tid i selve øyeblikket. God tid til å dvele over inntrykkene. Andre dimensjoner virker å kreve en visst forkunnskaper om det naturmiljø som sanses.

Det viktigste premisset synes likevel å være selve sansefokus og en bevisstgjøring av disse inntrykkene. Det å oppleve er avhengig av mer enn å være på rett sted til rett tid.

Vedkommende som opplever må også være i rett modus til å ta inn over seg det hver enkelt møte mellom menneske og natur har å tilby. Det blir et spørsmål om en tilstrekkelig sinnsro og mottagelighet for å være seg bevisst de faktiske omgivelser, og om hvorvidt detaljene i terrenget fremstår som interessante og relevante, eller som uvesentlige elementer i en

---

<sup>316</sup> Børli 1995:170, "Hver liten ting -"

bakgrunnskulisse. Det blir igjen avhengig av det enkelte individs prosjekt og fokus i den enkelte situasjon.

### 5.3.4 Relevans for individets opplevde helse

Hvis det så er hold i de ulike opplevelsesdimensjoner, og det er mulig å erverve disse gjennom dagens friluftslivspraksis, er det på tide å spørre hvilken betydning de kan ha for vår psykiske helse. Første premiss må være at innholdet er å oppfatte som grunnleggende positivt. Mange vil nok bekrefte at de opplever de fleste som det. I så fall har opplevelsen av natur en egenverdi som alene kan stå for et positivt tilskudd til vår helse. Kanskje er det snakk om et både og. Det er også mulig å argumentere for at flere av meningsdimensjonene kan fortone seg negativt. Børli skildrer en følelse av ufrihet og av lengsel. Dette er mulig å oppfatte negativt. Samtidig kan det diskuteres hvorvidt naturkontakts evne til å skape rom for undring - en grubling over de større eksistensielle spørsmål i livet, alltid er av det gode for det enkelte individ. Det kan kanskje føles håpløst og deprimerende å gi tilgang til den type tanker og bli var sin egen plassering og begrensinger som menneske. Kanskje er det tilfeller hvor en kulturell ”distraksjon” er å foretrekke fremfor å bli konfrontert med seg selv og de store tanker gjennom naturs stillhet. Det kan imidlertid diskuteres om det egentlig er naturkontakten i seg selv som er kilde til den type kvaler, eller om det er undertrykte forhold og neglisjerte tanker og spørsmål som endelig får slippe til, etter stadig å ha blitt skjøvet i bakre rekke av en travel og oppmerksomhetskrevede hverdag. Med en slik innfallsvinkel må disse negative meningsdimensjoner sees i lys av individets totale livssituasjon, og at naturkontakt er det dommuliggjør et uttrykk av det underliggende og neglisjerte i menneskesinnet.

De fleste av gjennomgatte meningsdimensjoner synes imidlertid å være av det åpenbart positive slaget. Det er nevnt at disse opplevelsesdimensjonene i seg selv kan stå for en styrket helse – et pluss i livet uten videre behov for formålsforklaring. Samtidig må vi spørre oss hvorvidt kvalitetene er noe som kan stå i kontrast til de uheldige virkninger vi ser vårt vestlige moderne samfunnsliv *kan* medføre, og at friluftslivet med dets opplevelseskvaliteter kan spille en rolle for å reparere uhelse. Det må skilles mellom de tilfeller av psykisk svekket helse, hvor det vil være behov for andre tiltak<sup>317</sup>, og i de tilfeller friluftslivet kan spille en rolle - enten i sin frie form, eller som bevisst anvendt virkemiddel. Det er også tenkelig at

---

<sup>317</sup> Eksempelvis kan et ensomt og isolert menneske ha et primært behov for kontakt med andre mennesker, underordnet om dette skjer gjennom friluftsliv eller eksempelvis kafébesøk.

naturopplevelsens meningsdimensjoner kan forårsake en mental velvære *i øyeblikket*, men at ikke inntrykkene erfares sterkt nok, eller hyppig nok, i forhold til å kunne spille en rolle for en vedvarende positiv psykisk helse.

Jeg finner bemerkelseverdig mange treffpunkter de samfunnsrelaterte helseutfordringer, slik jeg la de frem i kjølvannet av Tellnes (2003), Fugelli (2005) og Skårderuds (1998)<sup>318</sup> betraktninger. Samtidig er det interessant å registrere, at Hans Børli selv påpekte noen problematiske forhold i sin tid, relatert til hvordan vi lever våre moderne liv. Forhold som nettopp står i kontrast til de opplevelseskvaliteter Børli's øvrige lyrikk gir grunnlag for. Ekstra interessant er det å se at Børli's kritikk harmonerer med de utfordringer beskrevet fagfolk i nyere tid. Dette forsterker vår antagelse av dette faktisk er reelle utviklingstrekk tilknyttet vårt vestlige samfunn, som bare har blitt forsterket gjennom tiden og blitt enda mer aktuelle. Eksempelvis beskriver Børli i likhet med Skårderud (1998) hvordan vi har redusert vår evne å dvele og holde på en sinnstilstand over lengre tid. Et uttrykk for uro og flyktighet -

Flyktige er vi blitt,  
alltid på gjennomreise i tiden.  
Lever aldri så lenge i stunda at  
vi setter merke etter oss:  
leirplasser, fotavtrykk i mjuk mold,  
eldsteder - -

Er kommet en øde mislyd  
inn i våre rastløse liv  
- som hvisling av drevsnø på skare.  
En skygge av dødens glemsel  
iser oss i hælene på fåfengdens veier.  
Se – dine spor fyker igjen bak deg  
etterson du trår dem.<sup>319</sup>

---

<sup>318</sup> Se innføringen i helsebegrepet innledningsvis, kap. 1.1.2

<sup>319</sup> Børli 1995:435, "Flyktige er vi blitt"

Samtidig poengterer Børli konfrontasjonene mellom livsrytmen skapt av et opphold i natur, og tendensene til raskere omskiftninger og høyere tempo i vårt samfunn. Det er en disharmoni mellom vår naturgitte tempo, og det vi ledes inn i gjennom vår kultur –

/.../ Nei, hva nytter det med langsom  
fotgjenger-drøm langs stiene  
i disse voldsomme tider av utålmod  
som krummer seg til sprang mot stjernene?  
Fabelen vandrer ikke lenger til fots  
i lyngen lågt nede på jorda,  
den suser fram i en Agneta-kapsel av stål  
gjennom verdensrommets mørke  
uendelig høgt over det jordslätte  
hjertet mitt  
som tikker på gammeldags vis  
mellom frosne graner innpå Buberget  
i kveld.<sup>320</sup>

Er det mulig å finne koblinger mellom de helerelaterte mangler og behovet for helsefremmende arbeid i dag, og naturopplevelsens mulige kvaliteter? Om jeg sammenlikner meningsdimensjonene med de uttalelsene av helseutfordringer jeg har trukket inn, er det mulig å koble *en helserelevans til alle de sju hovedkategorier av meningsdimensjoner*. Flere av koblingene er åpenbare hvor det er direkte motpoler som settes opp mot hverandre. Eksempelvis kan opplevelsen av sammenheng og oversikt stå som et motsvar til den økte fremmedgjøring og flyktighet. En tilstand av *ro* og *harmoni* står i kontrast til stress og uro – en tilstedeværelse med lange tankebaner som følger naturens rytme, i kontrast til et økt tempo og tidsjag. Jeg finner ”sammenheng og orientering i livet forårsaket av en kontinuerlig sansning av natur” som et motsvar til ”fremmedgjøring”, ”ro og harmoni” mot ”tidspress, mer stress og stadig etterskudd”, ”tilstedeværelse” kontra ”flyktighet”, ”felleskapsfølelse” i motsetning til ”isolasjon”. Opplevelsen av utfoldelse, frihet og nærhet til omgivelsene” befinner seg på andre sida av vektskåla for ”handlingslammelse og mangel på

---

<sup>320</sup> Børli 1995:216, ”Tanker på skogstien”

mestringsfølelse”. Vi finner en ”sanseglede og økt oppmerksomhet” i motsetning til ”isolasjon og apati”. En tilstand av ”undring og uttrykkstrang” i kontrast til ”likegyldighet”.

Natur synes å kunne stå for positivt kvaliteter knyttet til en alternativ tidsdimensjon, en bedre konkretisering av oss selv og vår plassering, et stabilt miljø som egner seg bedre til å orientere<sup>321</sup> seg i livet, og relatere livet til en større gjenkjennelig sammenheng. Vi kommer i direkte kontakt med natur og får mer umiddelbar svar og bekreftelse på vår egen tilstedeværelse, handelkraft og grunnleggende evner som menneske. Vi kan bevisstgjøre vår egen eksistens - at vi faktisk er noen som utgjør en forskjell i landskapet. Vi opplever oss selv aktivt tilstedeværende og handlende i vår egen direkte sanselige kommunikasjon med naturomgivelsene, hvor tilbakemeldingen er umiddelbar. Samspillet med natur har et utfoldelsespotensial, hvor det kan synes enklere å synliggjøre egne grunnleggende egenskaper og muligheter som et fysisk tilstedeværende og sansende menneske. Sanseintrykkene i seg selv aktiverer mennesket på en helhetlig måte, uten at særskilt aktiv handling synes påkrevd. Enkle sanseintrykk som lyden av en bekk, duften av blomster, følelsen av vann mot hud. Samtidig kan vi anta at naturkontakt kan bidra til et mer stabilt sinn – forankre den flyktigheten Børli hevder vi bærer preg av. Sansning av natur gir oss en mulighet til å roe ned og kjenne etter med oss selv, mindre plaget av forstyrrende og skiftende formålstanke.

Nå skal jeg være forsiktig med å overvurdere de enkelte øyeblikks varige innflytelse på menneskesinnet - hvor permanent effekt disse kvaliteter egentlig har helse. Kanskje er opplevelseskvalitetene et primært uttrykk for et mentalt velvære i selve øyeblikket. Hvorvidt opplevelsesinntrykkene vil kunne få en langvarig effekt, vil være avhengig av hvor ofte et individ har muligheten til å erverve slike inntrykk. Samtidig vil selvfølgelig naturopplevelsens betydning for helse være avhengig av individets totale livssituasjon, og hvilke grunnleggende behov som er mest presserende. Kanskje vil faktorer som ikke har vært omtalt her være avgjørende for den psykiske helse. Friluftsliv og naturopplevelsens innhold er ikke vegen til å løse alle helseproblemer. Eksempelvis kan en som føler seg isolert og ensom, ha større behov for å møte mennesker og bli akseptert av andre i *et samfunn*, snarere enn å praktisere friluftsliv for å oppleve fellesskap. Når dette er sagt, burde det være grunnlag nok til å vurdere verdiene med naturkontakt og naturopplevelse som relevant i forhold til de nyere helseproblemer vi står ovenfor. Her vil det selvfølgelig være individuelle variabler. En rekke

---

<sup>321</sup> Tordsson (2003) poengterer også denne muligheten med å orientere seg i livet

helseproblemer er nettopp av en sosial art som også må løses i interaksjon med andre mennesker, ikke med en ”flukt” til et ensomt møte med skogen. Samtidig skal vi ikke glemme naturopplevelsens poengterte potensial å kjenne en fellesskapsfølelse, både med andre mennesker og med andre former for naturliv. Jeg kan konkludere med at naturopplevelsens dimensjoner representerer et meningsinnhold som kan stå i positiv motsetning til mange problematiske utfordringer knyttet til psykisk helse og velvære i dag, - sett ut i fra de redegjørelser for temaet jeg har valgt å vektlegge i denne undersøkelse.

#### **5.4. Mulige konsekvenser for naturforvaltning og veiledning i friluftsliv**

Jeg har til nå i diskusjonen forsøkt å redegjøre for sannsynligheten for de gitte meningsdimensjoners eksistens og utbredelse. Gjennom dette har jeg belyst en del forutsetninger som synes å være sentrale og avgjørende i dette spørsmålet. Hvis vi så videre, i til tross for alle innskytelser, fortsatt hevder resultatene er pålitelige og gjør seg gjeldende innenfor friluftsliv. Samtidig, hvis vi erkjenner at meningsdimensjonene *kan* spille en rolle for det enkelte individs psykiske helse (velvære) – da er det grunnlag for å problematisere hvordan disse kvaliteter bør tilrettelegges for gjennom forvaltning og formidling.

Flere av opplevelseskvalitetene kommer som et resultat av jevnlig kontakt med natur, hvor tidligere erfaringer blir aktivert og assosiert i det sansning av natur finner sted. Skal vi tro det er viktig med kontinuerlig naturkontakt for å oppleve verdier som eksempelvis ”sammenheng” i tilværelsen, må det være naturområder som er tilgjengelig for jevnlig (daglig) kontakt. Det synes mer vanskelig å oppleve de meningsdimensjoner som bærer preg av gjentakelser og lengre tidsperspektiv, som er tuftet på en trenet og nyansert sanselig kommunikasjon mellom menneske og natur, uten tilgjengelige naturområder i nærmiljøet. Det synes mer vanskelig å oppnå disse dimensjoner gjennom en form for friluftslivspraksis hvor det må legges opp til færre større ”ekspedisjoner” i helger og ferier for å oppnå samvær med øvrig natur. utfordringen er å tilrettelegge og bevare naturområder, *lett tilgjengelig der hvor*

*mennesker bor*, og unngå at naturområder blir fjerne lagre som skal ”oppbevares” i egne soner, et godt stykke utenfor bebodde områder.<sup>322</sup>

Forvaltning av våre naturområder kan høres ut som et rent fysisk, strukturelt anliggende, men det er viktig å ha med at det også *styrer hvilke type opplevelser vi ledes inn i*. Forvaltning kan sies å fungere som pedagogikk, og en form for vegledning i friluftsliv.<sup>323</sup> Tilrettelegging av stier er også en form for vegledning i friluftsliv, hvor det legges føringer for hvor vi skal gå, hvilke områder vi skal innom på vegen og underforstått hvilke kilder til våre opplevelser det er verdt å få med seg. Det å gå på sti i seg selv gir føringer til hvordan vi opplever vårt landskap. Det er en kilde til diskusjon i hvilket *omfang* det skal legges fysisk til rette for ferdsel i natur, på bekostning av å appellere til selv å praktisere et friluftsliv bestående av egne frie vegvalg, slik den frihetsdimensjonen i resultatdelen gir uttrykk for. Naturopplevelsens innhold vil være avhengig av *hvordan* vi fysisk blir ”ledet” til og igjennom naturområder. Det er viktig å være bevisst hvilke opplevelsedimensjoner som blir favorisert og stadfestet gjennom naturforvaltning og friluftslivsvegledning.

Hvordan skal vi så møte natur for å aktualisere disse opplevelseskvaliteter for oss selv? Eller for de av oss som arbeider med formidling av og undervisning i friluftsliv - hvordan skal vi tilrettelegge for disse meningsdimensjoner i friluftslivet? Vi har nevnt gjentagelsen som et sentralt premiss, men dette er ikke noe vi kan styre gjennom den enkelte tur foruten å motivere for å gjøre flere turer i naturmiljø seinere. En annen faktor er tidsperspektivet når vi først befinner oss i et naturlandskap. Dimensjoner som opplevelse av stillhet og ro og opplevelse av tilstedeværelse virker ofte å komme i kraft av et lengre opphold i naturmiljø hvor fokuset nettopp er konsentrert om *naturen* i dette miljø. Dette kan aktualiseres gjennom didaktiske grep – eksempelvis gi en turgruppe tid til å sanse natur, tid til å kommunisere med omgivelsene og en opplagt *anledning* til å dvele over dette møtet. Like mye som tid blir satt av til å bevege oss fra et punkt til et annet, behøves tid til å være i ro, til bevisstgjøring av omgivelsene – hvilke sanselige naturelementer vi egentlig har tilgjengelig i vår livsverden. Samtidig er det grunn til å tro at sansningen og utbyttet vil fortone seg annerledes ved å være aleine i kontakt med natur, slik Børli åpenbart ofte var. En utfordring synes å skulle

---

<sup>322</sup> Det der selvfølgelig vel så viktig å verne større naturområder gjennom eksempelvis etablering av nasjonalparker og landskapsvernområder, men vi trenger også de mindre grønne lunger tilgjengelig i tettbebygde strøk.

<sup>323</sup> For poengtering og nyansering av relasjonen mellom forvaltning og pedagogikk, se artikkelen ”Mellom meg og det andre finnes det stier” av Annette Bischoff (2007) i *Med Sookermany & Eriksen 2007:150-159*



ufarliggjøre natur, og hjelpe individer over bøygen med å oppsøke natur *aleine*. Det er grunn til å tro at sansningen fokuset for natur virker mer intenst og nært med det nakne møtet mellom enkeltmennesket og øvrig natur, hvis det så ikke er det mellommenneskelige fellesskap som er selve målet med å oppsøke naturmiljø. I formidlingen av friluftsliv bør det derfor gis åpne rom med anledning til å sanse natur i seg selv – egenturer, stille timer etc. Her vil det være interessant å teste ut øvelser som eksempelvis å *bare sitte i ro aleine* og registrere lydbildet. Øvelser for å dreie oppmerksomheten mot omgivelsene, for bevisstgjøring av det liv og de sansekvaliteter naturomgivelsene rommer.

Gjennom egen erfaring med de miljøer friluftslivet blir brukt pedagogisk, og av den generelle omtalen av friluftslivet som turvirksomhet, er det min tese er mye av dagens friluftslivspraksis bærer preg av innlæring av *praktiske ferdigheter* og ikke minst et overfokus på *transport* – av å skulle ferdes fra et sted til et annet, med et følgelig innsnevret sansefokus for hva som omgir oss. Dette fokuset ytrer ”slitet”, de fysiologiske, kroppslige dimensjoner ved å ferdes i natur, men kanskje ikke så mye mer enn det. På basis av denne undersøkelsen vil jeg hevde mer av friluftslivet og vår generelle naturkontakt bør konsentrere seg om selve *væren* i natur, om *sansningen* og om de *generelle handling* tilknyttet samspillet mellom menneske og øvrig natur. Fokuset bør dreies mer vekk ifra et formål *der fremme* til en bevisstgjøring av de naturomgivelser med sansekvaliteter vi til enhver tid hører til.

En annen utfordring er å trene seg i å bevisstgjøre og begrepsfeste inntrykkene. Etter å ha søkt etter aktuelle opplevelsesskildringer, kan det virke som mange har en velutviklet *synssans*, og et fokus for hva de konkret observerer rundt seg, uten å beskrive ytterligere de øvrige sanseintrykk og ikke minst hvordan disse inntrykkene påvirker vårt sinn. Det kan virke som en utfordring å gi seg mer tid og flere anledninger til å reflektere aktivt over hva vi egentlig har sanset, og hvordan vi kjente oss selv og forstod vår livsverden gjennom denne sansning. Som Stoknes påpeker, ”det ytre er det umiddelbart sanselige, den konkrete overflate, og det indre henviser til det skjulte lag, de vi først oppdager ved å lytte med hjertet”.<sup>324</sup> En naturlig del av friluftslivet og et mål ved våre turskildringer bør være å inkludere nettopp disse underliggende dimensjoner ved opplevelse av natur.

---

<sup>324</sup> Stoknes 1996:185

## **5.5 Aktuelle problemstillinger for videre forskning**

Flere områder har behov for å belyses ytterligere i forhold til naturopplevelse i friluftsliv. Selve *innholdet* i opplevelsen trenger å belyses ut i fra flere ulike kildevalg, og med en bedre sammenkobling mellom nåtidens sosiokulturelle føringer og helserealterte behov. Kanskje er det andre meningsdimensjoner som er like sentrale? Antagelig er det også behov for å se naturopplevelse med slakkere rammer - de teoretiske kriterier må kanskje gi mulighet for flere typer naturopplevelser innenfor friluftsliv, enn de som i denne undersøkelse falt innenfor rammene.

Hva slags mening er det mennesket i dag vil tillegge sin samhandling med øvrig natur? Rent metodisk kan det fortsatt være interessant å belyse de konkrete enkeltstående øyeblikk, men samtidig undersøke den *kontekst* øyeblikkene inngår i. Hvilke prosjekter er det de ulike opplevelseskvalitetene ofte oppstår i? Hvilke samfunnsrelatert bakgrunn er det som får individet til å tolke akkurat sitt meningsinnhold inn i sine opplevelser? Slike problemstillinger innebærer en bredere tilnærming til fenomenet enn i min undersøkelse. Kanskje er dybdeintervju i etterkant av en form for deltagende observasjon er en veg å gå, med en mer umiddelbar refleksjon over inntrykkene rett i etterkant av opplevelsen. Forskeren får førstehånds erfaring med de ytre omstendighetene rundt opplevelsen, men må samtidig være mer kritisk til hvordan egen tilstedeværelse kan styre respondentens sansefokus, fortolkning og valg av ord og uttrykk.

Det kan synes å være en bred oppfatning om at naturkontakt er positiv for vår helse. Friluftslivet evner å aktivere en bredt spekter av det å være menneske. Likevel er det behov for ytterligere synliggjøring av sammenhengene her. Naturkontakt bør belyses som noe mer enn et botemiddel på redusert helse. Samhandling med natur har en klar egenverdi som kilde til livskraft og overskudd. Samtidig er det åpenbart friluftslivet brukt som bevisst middel i forebyggende og rehabiliterende helsearbeid har et potensial som bør utforskes. Er det flere åpenbare områder hvor naturkontakts effekt kan fremme vår psykiske helse? Antagelig er det det.

Vi vil være tjent med å belyse ytterligere ulike oppfatninger på natur og kultur. Ikke med hensikt å sette et absolutt skille mellom disse begrepene, noe som ville vært en kunstig og innfløkt øvelse, men for å få et mer nyansert innblikk i hva ulike individer faktisk oppfatter

som natur og kultur og legger til grunn for ulike typer opplevelser. En måte å undersøke dette på vil kunne være å analysere ulike opplevelsesskildringer, med fokus på hva slags *elementer* som blir sanset og lagt til grunn for den uttalte meningsdimensjonen. Børli hadde et utpreget fokus på ubestridelige naturelementer<sup>325</sup>, som fugler, stein, vind, trær og dyreliv. Andre bidragsyttere til opplevelsesforskning vil kanskje ikke være så entydig som Børli i den type elementer de inkluderer. Er det åpenbare naturelementer, eller er det også innslag som er skapt og formet av menneskehånd?

Opplevelsesperspektivet berører både forvaltningsrelaterte og pedagogiske spørsmål, uten noe naturlig skille mellom disse. Hvordan vi tilrettelegger for opphold og ferdsel i naturmiljø, og hvordan vi gjennom formidling ”leder” mennesker i sitt møte med natur, har betydning for hvilke type naturopplevelser som blir aktualisert. Opplevelse av natur handler mye om å ha skjerpede sanser, en iakttakelsesevne David Abram påpeker gjennom nær jevnlig kontakt og bevissthet om våre omgivelser. Vi må forske på hvordan vi skal bevisstgjøre naturens iboende sansekvaliteter for mennesket. En god start er å stille spørsmålet om hva sansningen av disse kvaliteter gjør med nettopp *deg*. Og ikke minst undersøke hvordan gjøre folk observante på det som eksisterer *utenfor* våre hyppigst bruke ferdselsårer, inkludert stier. Natur kan fort bli en kulisse hvor stier tar oss *igjennom* et naturlandskap uten at vi sanser annet enn vår egne skotupper, og stadig har vårt hode *der fremme*. Vi hører *til* stien, men også til den øvrige livsverden som omgir oss. Ofte skal det ikke mange stegene til, ut av allfarvei, ut av det strømlinjeformede, for å oppdage en annen verden med et helt annet repertoar av sanseintrykk. Det kan være passende i så måte å avslutte denne undersøkelsen med en iakttakelse fra Børli selv - om hvordan en redusert sanselighet og et ensartet fokus kan redusere vårt opplevelsespotensial. En nyansert og rik sanselighet ligger latent i oss, en sanselighet som er verdt å stimulere og vie oppmerksomhet. Ansvaret ligger både på det enkelte individ, forvaltningen av naturområder og på den faglige formidling av friluftslivets potensielle innhold. *Hvor og hvordan vi sanser* avgjør hvilke meningsfulle dimensjoner vi kan erfare i friluftslivets naturopplevelser -

---

<sup>325</sup> Innholdsfortegnelsen til Steen (1996) underbygger denne iakttakelsen.

Mannen tramper sin sti  
Tungt.  
Snubler i sleipe røtter,  
Trår ut i gjørmehull  
Og drar svart med seg  
Utover nysnøen.  
Ser ikke  
Hører ikke.

Inne i krattskogen  
Reiser et dyr seg varsomt.  
Står der  
Spinkelt levende i frostlyset.  
Ser med bunnløse fløyelsøyne  
Mot den stomlende lyden av  
en blind.

Mannen tramper forbi.  
Bærer sin døde tyngde  
inn i det øde snølyset.  
Uten å vite  
hvor nær han var -<sup>326</sup>

---

<sup>326</sup> Børli 1995:176, "Livet"

## 6.0 Litteratur og kilder

### 6.1 Primærlitteratur

Børli, Hans (1995), *Samlede dikt*, Aschehoug & Co, Oslo

- Hvor følgende originalutgivelser er samlet:

*Tyrielden*, (1945) Oslo

*Villfugl*, (1947) Oslo

*Men støtt kom nye vårer*, (1949) Oslo

*Likevel må du leve*, (1952) Oslo

*Ser jeg en blomme i skogen*, (1954) Oslo

*Kont-Jo*, (1957) Oslo

*Dagene*, (1958) Oslo

*Jeg vil fange en fugl*, (1960) Oslo

*Ved bålet*, (1962) Oslo

*Hver liten ting*, (1964) Oslo

*Brønnen utenfor Nachors stad*, (1966) Oslo

*Som rop ved elver*, (1969) Oslo

*Isfuglen*, (1970) Oslo

*Kyndelsmesse*, (1972) Oslo

*Vindharpe*, (1974) Oslo

*Vinden ser aldri på veiviserne*, (1976) Oslo

*Når kvelden står rødt over Hesteknatten*, (1979) Oslo

*Dagen er et brev*, (1981) Oslo

*Landskap*, (1981) Kongsvinger

*Dagene går mot vest*, (1982) Kongsvinger

*Frosne tranebær*, (1984) Oslo

*På harmonikk*, (1991) Oslo

*Siste dikt*, (1991) Oslo

*Frittstående dikt, fra aviser og blad* (1941 – 1991)

## 6.2 Sekundærlitteratur

Aase, Tor Halfdan, Fossåskaret, Erik (2007): ”Skapte virkeligheter. Om produksjon og tolkning av kvalitative data”, Universitetsforlaget

Abram, David (2005): *Sansenes Magi. Å se mer enn du ser*, Flux Forlag

Bagøien, Tor Egil (2003): *Nærmiljøfriluftsliv, tilrettelegging og helse – en forskningsoversikt. Folkehelse og kultur i ditt distriktsfylke. Høgskolen i Nord-Trøndelag. Arbeidsnotat nr 1146.*  
Steinkjer

Bagøien, Tor Egil (1999), *Barn i friluft. Om verdifullt friluftsliv*, Sebu Forlag, Oslo

Bischoff, Annette, Marcussen, Jens, Reiten, Tone (2007), *Friluftsliv og helse. En kunnskapsoversikt*, Høgskolen i Telemark, Institutt for idrett og friluftslivsfag

Bischoff, Annette (2007), *Mellom meg og det andre finnes det stier*, Artikkel i boka *Veglederen. Et festskrift til Nils Faarlund* av McD Sookermany, Anders (red.) og Eriksen, Jørgen W. (red.) (2007), GAN Ascheoug, Oslo

Bischoff, Annette (2004), *Å fange turstiopplevelser gjennom samtale*, Eksamensbesvarelse på forskerkurset ”Kvalitativ samtale”, OMB

Buaas, Ellen Holst & Lysklett, Olav B. (2006), *Temahefte om natur og miljø*, Oslo: Kunnskapsdepartementet

Børli, Hans (1988), *Med øks og lyre. Blar av en tømmerhuggers dagbok*, Ascheoug & Co

Colaizzi, Paul F. (1978) “*Psychological Research as the Phenomenologist Views It*”, Artikkel i boka “*Existential-phenomenological alternatives for psychology*” av Ronald S. Valle og Mark King, Oxford University Press

Damman, Erik (1978), *Dagen er din*, Gyldendal Norsk Forlag A/S

- Eidsvåg, Inge (2003), *Forunderlige øyeblikk*, J.W. Cappelens Forlag a.s
- Fogt, Anne (2000), *Eventyret som aldri tar slutt. Natur, helse og livsglede*, Akribe Forlag
- Fugelli, Per (2003), *0-visjonen. Essays om helse og frihet*, Universitetsforlaget AS, Oslo
- Faarlund, Nils (1992), *Støy og stillhet i friluftsliv*, Statens forurensningstilsyn
- Gilje, Nils og Grimen, Harald (1993), *Samfunnsvitenskapens forutsetninger – Innføring i samfunnsvitenskapenes vitenskapsfilosofi*, Universitetsforlaget AS
- Gjefsen, Truls, (1998), *Syng liv i ditt liv! Hans Børlis liv og diktning*, Aschehoug & Co, Oslo
- Grimen, Harald, Ingstad, Benedicte (Red.) (2006), *Kulturelle perspektiver på sykdom og helse*, Universitetsforlaget
- Halvorsen, Knut (2003), *Å forske på samfunnet – en innføring i samfunnsvitenskapelig metode*, J. W. Cappelens Forlag as, Oslo
- Hoel, Torlaug Løkensgard (1973), *Draumen om frigjering. Eit hovudtema i Hans Børlis lyrikk, Hovudoppgåve i norsk*, Universitetet i Trondheim (NLHT)
- Hågvar, Sigmund og Støen, Hans Anton (1996), *Grønn velferd, Vårt behov for naturkontakt, Fra bypark til villmarksopplevelse*, Kommuneforlaget AS, Oslo
- Karlsen, Ole (red.) (1998), *Svarttost-strupen så hvit av toner. Om Hans Børlis forfatterskap*, Cappelens Akademiske Forlag AS, Oslo
- Klepp, Ingun Grimstad (1998), *På stier mellom natur og kultur. Turgåeres opplevelser av kulturlandskapet og deres synspunkter på vern*, Dr. Scient Avhandling, Det historisk-filosofiske fakultet, Universitet i Oslo
- Krogh, Erling (1995), *Landskapets fenomenologi*, Doktorgradsavhandling, Universitetet for miljø og biovitenskap (tidl. Norges Landbrukshøgskole), Ås

Kvale, Steinar (2001), *Det kvalitative forskningsintervju*, Gyldendal Norsk Forlag AS

Langseth, Tommy (2003), *Bidrag til forståelsen av fjellturens meningsfulle oppbygning – En hermeneutisk-fenomenologisk analyse av det å gå alene i fjellet*, Hovedoppgave i sosiologi, Sosiologisk institutt, Universitet i Bergen

Løken, Bård & Svagård, Mia (2007), *Naturlig rik. Om norsk naturfølelse med Arne Næss og utdrag av H.D. Thoreaus livsfilosofi*, Tun Forlag AS, Oslo

Matthews, Eric (2006), *Merleau-Ponty: A guide for the perplexed*, Continuum International Publishing Group

Merleau - Ponty, Maurice (1994), *Kroppens fenomenologi*, Pax Forlag A/S, Oslo

Moustakas, Clark (1994), *Phenomenological research methods*, Sage Publications, Inc

Mysterud, Atle (1997), *Med meitestang og Remington. Jakt og fiske i Hans Børlis liv og diktning*, A/S Landbruksforlaget

Mæland, John Gunnar (2005), *Forebyggende helsearbeid – i teori og praksis*, Universitetsforlaget Oslo (2.utgave)

Norling, Ingemar og Larsson, Eva – Lena (2004), *Ett gott och friskare liv som äldre – för en aktiv livsstil i natur och trädgård*, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Göteborgs botaniska trädgård

Norling, Ingemar (2001 a), *Rekreation och psykisk hälsa. Om hur rekreationen kan förbättra psykisk hälsa och behandlingen av psykisk ohälsa*, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Göteborg

Norling, Ingemar (2001 b), *Naturens och trädgårdens betydelse för hälsa och livskvalitet*, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Göteborgs botaniska trädgård



Odden, Alf (in prep), *Hva skjer med norsk friluftsliv? En studie av utviklingstrekk i norsk friluftsliv 1970-2004*, Doktorgradsavhandling, Geografisk institutt, NTNU

Odden, Alf, Aas, Øystein (2003), "Motiver for friluftslivsutøvelse – Teori, metoder og resultater fra norske undersøkelser i perioden 1974-2001". Ifra heftet " Rapport fra konferansen *Forskning i Friluft*, Øyer 19.-20. november 2002, FRIFO

Postholm, May Britt (2005), *Kvalitativ Metode. En innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier*, Universitetsforlaget

Skårderud, Finn (2004), *Andre reiser*, Aschehoug & Co

Skårderud, Finn (1998), *Uro. En reise i det moderne selvet*, Aschehoug & Co. (W. Nygaard)

Steen, Elisabeth (1996), *Skogen, livet og evigheten. En studie i Hans Børlis lyrikk.*

Hovedoppgave i litteratur. Institutt for nordistikk og litteraturvitenskap. Avdeling for nordisk språk og litteratur, Universitetet i Oslo

Stoknes, Per Espen (1999), *Naturopplevelse og det økologiske selv*, Artikkel i boka "Mestre fjellet" av Norsk alpincenter AS, Hemsedal

Stoknes, Per Espen (1996), *Sjelens landskap. Refleksjoner over natur og myter*, J.W.Cappelens Forlag as

St.meld.nr 16 (2002-2003), *Resept for et sunnere Norge. Folkehelsepolitikken*, Oslo: Helsedepartementet

St. meld. nr. 39 (2000 -2001), *Friluftsliv – Ein veg til høgare livskvalitet*, Oslo: Miljøverndepartementet

Taule, Ragnvald (1994), *Escolas ordbok*, Escola forlag

Tellnes, Gunnar (2003), *Samspillet Natur – Kultur – Helse. NaKuHel – konseptet i teori og praksis*, Unipubforlag Oslo

Thagaard, Tove (2003), *Systematikk og innlevelse. En innføring i kvalitativ metode*, Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS

Tordsson, Bjørn (2006), *Perspektiv på friluftslivets pædagogik*, CVU Sønderjylland, University College

Tordsson, Bjørn (2003), *Å svare på naturens åpne tiltale – En undersøkelse av meningsdimensjoner i norsk friluftsliv på 1900-tallet og en drøftelse av friluftsliv som et sosiokulturelt fenomen*. Dr. Scient avhandling, Norges Idrettshøgskole

Vaagbø, Ola (1993), *Den norske turkulturen*, FRIFO

Vestheim, Geir, (1972), *Tingenes og menneskenes verden. En studie i Hans Børli's lyrikk*, Hovedoppgave i nordisk, Universitetet i Oslo

Vittersø, Joar (1994), *Friluftsliv: Effekter og goder. Referat fra forskningskonferanse*, Direktoratet for naturforvaltning, DN-notat 1994-7

Wærp, Henning Howlid (1996), *Natur og landskap hos Andreas Munch, Vilhelm Krag og Hans Børli. – Studier i naturlyrikkens unaturlige historie*, Universitetet i Oslo

Ödman, Per Johann (1979), *Tolkning, forståelse, vetande. Hermeneutikk i teori og praktikk*, AWE/Gebbers, Stockholm

Østerberg, Dag (1998), *Arkitektur og sosiologi i Oslo – en sosio-materiell fortolkning*, Pax Forlag A/S, Oslo

## 6.3 Andre kilder

### Tidsskrifter

Eier, Sverre (Red.) (3/2007), *Tyristikka*, Hans Børli-Selskapet, Skotterud

Eier, Sverre (Red.) (1/2007), *Tyristikka*, Hans Børli-Selskapet, Skotterud

Eier, Sverre (Red.) (2/2006), *Tyristikka*, Hans Børli-Selskapet, Skotterud

Nygaard, Ole (Red.) (2/1994), *Dyade. Natur og stillhet*, Oslo

### Avisartikler

DN- magasinet (Dagens Næringsliv) (10-12.mai 2008)

### VHS

Vestheim, Geir, Larsen, Rolf (prod.) (1988), *HANS BØRLI leser dikt i samtale med lektor*

*Geir Vestheim*, VHS, Det historisk-filosofiske fakultet, Universitet i Oslo

### Internetsider

[www.borli.org](http://www.borli.org)

[www.nakuhel.no](http://www.nakuhel.no)