



Universitetet i Sørøst-Norge  
Fakultet for Humaniora, Idrett og Utdanningsvitenskap  
Institutt for estetiske fag  
[Mastergradsavhandling](#)  
Studieprogram: Formgiving, kunst og håndverk  
**Vår 2022**

Mette Brasøy

# Vandring gjennom skog

- Bevissthet og dannelse



Universitetet i Sørøst-Norge  
Fakultet for humaniora, idrett og utdanningsvitenskap  
Institutt for estetiske fag  
Postboks  
3679 Notodden

<http://www.usn.no>

© 2022 Mette Brasøy

Denne avhandlingen representerer 60 studiepoeng

## Sammendrag

Denne masteravhandlingen dreier seg om å se det store bildet, og de overordnede begrepene folkehelse og livsmestring, gjennom små fragmenter i og av naturen.

Undersøkelsen tar utgangspunkt i en 27 dagers vandring gjennom natur og møte med skog for å komme nærmere omgivelsene over tid. Gjennom å intuitivt samle et utvalg fragmenter fra naturen og løfte disse opp i et større perspektiv, undersøker jeg mulighetene dette gir for bevisstgjøring av verdier og påvirkning av dannelse. De innsamlede fragmentene er utgangspunkt for estetisk skapende arbeid, som bidrar til økt forståelse for forholdet mellom natur og mennesker. Gjennom foto, fenomenologiske beskrivelser og refleksjon over omgivelser og opplevelser, søkes å avdekke sammenhenger som kan øke vår bevissthet og respekt for både natur og menneske.

Relevante teorier om bevissthetstilstand og økosofi og dypøkologi støtter opp om sammenhenger mellom persepsjon og verdier. Jeg løfter fram små fragmenter fra skog og setter søkelyset på naturens egne kunstverk og forsøker å finne sammenligninger opp mot selve livet, både for natur og for menneske. Prosjektet har en gjennomgående analogisk tilnærming og en form for dobbel bunn, der det konkrete jeg observerer og ser, bidrar til forståelse av skogen og naturen og samtidig en refleksjon over menneskers samarbeid og fellesskap. Det didaktiske potensiale knyttes opp mot undervisning innen folkehelse og livsmestring.

# Innholdsfortegnelse

<b>1</b>	<b>Innledning</b>	<b>5</b>
<b>1.1</b>	<b>Bakgrunn</b>	<b>6</b>
1.1.1	Danning	7
1.1.2	Persepsjon	9
1.1.3	Kroppslig læring	9
1.1.4	Bærekraft / Økokrise	10
1.1.5	Didaktikk	11
<b>2</b>	<b>Problemstilling</b>	<b>13</b>
<b>2.1</b>	<b>Problemformulering</b>	<b>13</b>
2.1.1	Forprosjekt	13
<b>3</b>	<b>Teoretisk tilnærming</b>	<b>16</b>
<b>3.1</b>	<b>Arne Næss; Økologi, økosofi og dypøkologi</b>	<b>17</b>
<b>3.2</b>	<b>Kjetil Røed; Bevissthetstilstander, dyder</b>	<b>20</b>
<b>3.3</b>	<b>Dannelsesbegrepet</b>	<b>22</b>
<b>3.4</b>	<b>Bevissthet</b>	<b>23</b>
<b>3.5</b>	<b>Didaktikk</b>	<b>24</b>
<b>4</b>	<b>Metode</b>	<b>26</b>
<b>4.1</b>	<b>Autoetnografi</b>	<b>26</b>
<b>4.2</b>	<b>Fenomenologi</b>	<b>28</b>
<b>4.3</b>	<b>Vandring</b>	<b>29</b>
<b>4.4</b>	<b>Dokumentasjon</b>	<b>31</b>
4.4.1	Lydbok	31
4.4.2	Dagbok	32
4.4.3	Foto	32
4.4.4	Film	32
4.4.5	Fysiske fragmenter	33
<b>5</b>	<b>Empirisk materiale</b>	<b>34</b>
<b>5.1</b>	<b>Vandringen</b>	<b>34</b>
<b>5.2</b>	<b>Lydopptak</b>	<b>35</b>
<b>5.3</b>	<b>Fragmenter</b>	<b>36</b>
5.3.1	Fragment 1 - Bark fra furu – Ringe 10. juli	37
5.3.2	Fragment 2 og 3 - Kjuke og sopp – Sel 13. juli	38
5.3.3	Fragment 4 – buet kvist - Dovrefjell 14.juli	40
5.3.4	Fragment 5 og 6 – barkeruller fra bjørk – Dovrefjell 15. juli	41
5.3.5	Fragment 7 - Rot fra Dovreskogen - 14. juli.	43
5.3.6	Fragment 8 – Øyekvist fra Dovre - 15. juli	43
5.3.7	Fragment 9 – hjerteform fra Hjerkin - 16. juli	44
5.3.8	Fragment 10 – «Foster» fra Oppdal – 18.juli	46
5.3.9	Fragment 11 – «Klo» fra Rennebu - 20. juli	46
5.3.10	Fragment 12 – Utvekst på tre – Oppdal 17. Juli	47
<b>5.4</b>	<b>Dagbok</b>	<b>48</b>

<b>6</b>	<b>Analyse</b>	<b>49</b>
<b>7</b>	<b>Resultater</b>	<b>53</b>
<b>7.1</b>	<b>Bevissthetstilstander</b>	<b>53</b>
7.1.1	Oppmerksomhet	54
7.1.2	Dømmekraft	57
7.1.3	Tilbaketrekning	59
7.1.4	Nysgjerrighet	61
7.1.5	Erkjennelse	62
7.1.6	Håp	64
7.1.7	Samarbeid	65
7.1.8	Tvisyn	67
7.1.9	Håndverk	71
7.1.10	Kjærlighet	72
7.1.11	Solidaritet	73
<b>7.2</b>	<b>Nedsenkingspunkt</b>	<b>76</b>
<b>7.3</b>	<b>Egne begrep</b>	<b>77</b>
<b>7.4</b>	<b>Tilpasningsevne</b>	<b>78</b>
<b>7.5</b>	<b>Mangfold</b>	<b>79</b>
<b>7.6</b>	<b>Forgreininger</b>	<b>81</b>
<b>8</b>	<b>Skapende arbeid</b>	<b>83</b>
<b>9</b>	<b>Drøfting og konklusjon</b>	<b>98</b>
<b>10</b>	<b>Litteraturliste</b>	<b>108</b>
<b>11</b>	<b>Figurliste</b>	<b>109</b>

# Forord

Jeg vil benytte anledningen til å takke mine medstudenter Christina, Linda, Karianne, Zoe, Guro og Lillian for gode samtaler og mye moro i tiden som deltidsstudent på USN Notodden. I tillegg retter jeg en meget stor takk til mine veiledere Anne Solberg og Tollef Thorsnes som gjennom givende samtaler har gitt meg ny innsikt og kunnskap innen faget. Begge er kunnskapsrike mennesker med mye humor og glede. Til slutt takker jeg familien min som gikk denne fantastiske vandringen sammen med meg, Bjørn, Simon, Aslak og Sara.

<Trondheim, mai 2022>

<Mette Brasøy>

# 1 Innledning

Skog er et dagsaktuelt tema i samfunnsdebatten, næringslivet og menneskets bevissthet. Historisk har skog og natur hatt stor verdi for mennesket. Som rekreasjon og nullstilling av kropp og sjel, som materiale for hus og heim, som ly og hjemsted for dyr og planter. Gamle trær kan være symbol på et langt liv og skogen har i generasjoner vært utgangspunkt for overlevelse og inspirasjon for sagn og eventyr, mystikk, kunst, tro og overtro. Alt liv på jorda har sin bakgrunn i fotosyntesen, en prosess som får planter og trær til å vokse, og som produserer livsnødvendig oksygen. Skog er et viktig økosystem som blant annet sirkulerer og renser vann, renser luft, lagrer karbon og hindrer erosjon. Trær vokser nærmest over alt og har en unik og fascinerende evne til å tilpasse seg omgivelsene. På de underligste og til dels umulige steder snor de seg rundt, over, under, inn imellom og trenger seg også gjennom andre materialer. Under overflaten, nede i bakken og i dødt trevirke er det et yrende liv og millioner av arter som insekter, sopp, myceler og mikroorganismer som fungerer som skogens små og flittige arbeidere. Her starter alt i det små som igjen danner grunnlag for skogens videre vekst opp mot det livsnødvendige sollyset. Store variasjonen i værforhold, klima, jordtyper og landskap gir et meget variert arts mangfold. For å bevare det biologiske mangfoldet er det nødvendig at det finnes skogområder som får utvikle seg fritt på naturens egne premisser. Vi må beskytte mangfoldet for å forhindre at flere arter forsvinner fra vår natur (wwf, 2020, p. 16). Kulturhistorisk har mennesket levd i pakt med naturen og utnyttet skogens ressurser på utallige områder.

Håndverkstradisjoner har lange og sterke røtter fra skog og natur. Selv de mest krokete trær får funksjoner i form av selvlagde verktøy som utnytter trevirkets naturlige bøyde struktur som blir transformert til nye formål. Slike kulturhistoriske tilpasninger har stor betydning og skaper gjenkjennbare tradisjoner verden over. Mennesker har lært å utnytte særegenheter gitt ut fra omgivelsene og tilgjengelige materialer. Skogens variasjoner i form og farge er overveldende, men enkelte ganger oppstår en kommunikasjon og interaksjon sterk nok til å handle. Hvorfor vi velger som vi gjør avhenger av subjektive preferanser som tidligere opplevelser, minner og kultur, men også bevisste valg basert på kunnskap som har manifestert seg og blitt en del av oss. Det kan være problematisk å gjøre riktig prioritering og verdivalg og det kan være vanskelig å

stole på egne valg. Samtidig som vi fra ett perspektiv forenes, kjemper hver enkelt en kamp om å bli sett. I skole og undervisning endres lærerplaner og kompetansemål i takt med samfunnsutviklingen. De nyeste lærerplanene har nå fått ny overordnet plan der opplæringens verdigrunnlag uttrykker verdier som samler Norge som samfunn. Det settes søkelys på menneskeverdet og menneskets universelle verdier og eleven som menneske, blir satt i fokus. Identitet, kulturelt mangfold skal bidra til et inkluderende fellesskap. En felles ramme gir rom for mangfold og innsikt i hvordan vi kan leve sammen med ulike perspektiver og holdninger. Et godt samfunn er tuftet på et inkluderende og mangfoldig fellesskap. Skolen skal bidra i å trygge elevene på eget ståsted, slik at de mestrer å møte mangfoldet og være åpen i møtet med verden og fremtiden. Etisk bevissthet læres gjennom mange ulike sammenhenger og bidrar til utvikling av god dømmekraft. Skolen skal også bidra til at elevene utvikler respekt for naturen og miljøbevissthet, gjennom å oppleve naturen og se den som en kilde til nytte, glede, helse og læring. Livsmestring og bærekraft løftes opp og fram som prioriterte verdier. Det blir igjen viktig å opprettholde skaperglede og utforskertrang og det oppfordres til å bruke verktøy, og velge riktig verktøy og materialer utfra oppgave, altså få bevissthet rundt materialer, samt oppøve bærekraftig tankegang for ikke å ødelegge for fremtidige generasjoner. Jeg oppfatter et sterkt ønske om å tilbakeføre noen av de verdier som har blitt noe nedprioritert eller tilsidesatt de siste tiårene, under datateknologiens innpass. Det kan være utfordrende å finne en balanse mellom samfunnstilpasning og verdier.

Jeg vil undersøke hvordan skogen kan være bidragsyter i så hensende, og derfor er nettopp denne skogen mitt utgangspunkt for videre arbeid med dette masterprosjektet. Jeg ønsker å bruke skogen for å bli bevisst en dypere mening av sammenhenger og mening med, og i, selve livet. Jeg er nysgjerrig på hvilke måter vi kan utnytte ressurser fra naturen i vår egen dannelse gjennom å bli bevisst mangfoldet, og være trygge på vår egen rolle- det er plass til alle!

## **1.1 Bakgrunn**

Mitt utgangspunkt for å starte dette masterprosjektet var blant annet å få kunnskap om hvordan artikulere skapende arbeid. Oppnå bevisstgjøring om hvordan koblinger mellom persepsjon og ord oppstår. Hvordan forstå min egen intuisjon og forsøke å



forklare med ord hva som skjer i øyeblikket ved kunstnerisk tilvirkning. Være bevisst de handlinger og valg som oppstår i og gjennom eget kunstneriske arbeid og hvordan mine verdivalg og bevissthet påvirker mine perspektiver og gjenspeiler seg i kunstneriske uttrykk. Jeg ønsker å oppnå større forståelse for hvorfor skogen gjør slikt inntrykk på meg. Jeg møter materialer med undring og nysgjerrighet for transformasjon og er åpen for nye perspektiver og søker ofte å utfordre andre sammensetninger enn utgangspunktet. Jeg tiltrekkes ekte naturmaterialer og fasineres av patina og merker av tid og sted. Sansesapparat og tankerekker om fortid og framtid igangsettes, og jeg vil utnytte dette perspektivet ved å jobbe med naturlige materialer og ektefølte opplevelser. Gjennom refleksjon over egen bakgrunn har jeg noen teorier som underbygger min sterke interesse for naturlige materialer. Vage, men dog gode minner fra en tid hvor mine besteforeldre var selvhjulpne i utnyttelse av ressurser fra både hav og jord, og hvor videreføring av verdier av naturlige materialer i både mat, klær og omgivelser har forankret seg i mitt dna/kropp. Jeg reflekterer ofte over betydningen av positive minner. Gode minner bør omfavnes og få større oppmerksomhet og betydning. «Kjenn deg selv!» satte Sokrates som en forutsetning for å nå visdom (Gjefsen, 2011, p. 71). Hva om alle finner en arena som jorder og balanserer livet, der man prioriterer å vekke gode minner og assosiasjoner til liv. Å øke egen innsikt i hvordan utnytte omgivelser, materialer og samspill og samhörighet seg imellom. Kreativiteten som springer fram i mangel av kommersielle verdier gir materialer en annen dimensjon og betydning. Det skapes for nytte og funksjon. Jeg har gjennom flere år jobbet med gamle materialer med tilhørighet med vær, vind og vann. Erfaringer har gitt meg tilfredstillelse i å omdanne dette gamle og nå utdaterte materielt til nye og andre funksjoner enn ressursens opplagte. Jeg ønsker å gå dypere inn i opplevelsene og følelsene som oppstår i møte med tre. Dette innebærer treet i sin helhet, som trær. Hva med samtidens mennesker, nå som den digitale verden har fått voldsomt innpass. Hvor viktig er det nå og være bevisst treet betydning. Skal vi lære av trær og natur må vi vise interesse for egenskapene ved naturen. Vi kan også lære om oss selv gjennom det vi skaper, gjennom at materiell kultur betyr noe. Vi kan også oppnå et mer humant materielt liv, om vi bare forstår bedre hvordan tingene er skapt (Sennett, 2009, p. 18).

### 1.1.1 Danning

Den tysk-amerikanske filosofen Hannah Arendt skriver at det som gjør menneskets natur *menneskelig*, er at menneskenaturen er noe annet, eller mer, enn ren natur. En

typisk danningsidé er at, mennesket kan bli noe mer enn hva det i utgangspunktet *er*, noe kvalitativt bedre enn sitt første, naturlige selv. (Straume, 2013, p. 15) Mennesket omtales som et potensiale som må realiseres for å bli seg selv. Er da mennesket før oppdragelse og sosialisering, som noe rått og som et frø å betrakte, et frø til seg selv? Menneskenaturen er først og fremst som et frø, som gjennom å ta til seg næring fra omgivelsene utvikler seg til noe unikt (Straume, 2013, p. 26). Synet på menneskenaturen er avgjørende i hvor stor grad danning er nødvendig. Dersom menneskenaturen er negativ definert, blir danning kanskje en kultiveringshenseende som *må* utføres, for å forhindre at mennesket ødelegger seg selv, og andre. Danning som humanisering har derimot en kulturforherligende side og kan slå ut som undertrykkende og ukritisk. Den motsatte ideen er at mennesket fra naturen er godt, mens kulturen er en nedbrytende og forstyrrende faktor. I nyere tid har danningsbegrepet fått ny betydning ved at det moderne individet ofte har et kall om å realisere seg selv som unik subjektivitet, ved å bli den man *er*, på en *unik* måte (Straume, 2013, p. 27). Det finnes flere typer danningsteorier og det finnes ulike forståelser for hva danning er og bør være. Danning som begrep har like mange meningsfulle svar som det er måter å leve sitt liv på. En slik mening eksisterer ikke i seg selv, men er avhengig av sin samfunnsmessige sammenheng, kultur og historie (Straume, 2013, p. 17). Ved endring av ny samfunnsform endres også den enkeltes repertoar for å fortolke seg selv og sin stilling i samfunnet. Forbruk utgjør en sentral del av ungdoms hverdag ved at materielle goder kan brukes for å symbolisere en viss status, klasse eller gruppetilhørighet (Steinnes & Teigen, 2021). Utfordringen ligger i å ta riktige verdivalg, hva er riktig og for hvem og i hvilke situasjoner. Mediene blir ofte omtalt som en vakthund som passer på at demokratiets spilleregler blir fulgt og har gjennom denne funksjonen fått en betydelig maktposisjon. Mediene omtales ofte som «den fjerde statsmakt» og som den kritiske makt. For å understreke medias betydelige maktposisjon kan de tre andre statsmaktene nevnes som *stortinget*, som den lovgivende makt, *regjeringen*, som den utøvende makt og *domstolene* som den dømmende makt (ndla, 2022). Forskning viser at ni av ti ungdommer er på sosiale medier hvor de blir eksponert for store mengder markedsføring fra influensere som fungerer som forbilder som enkelte ungdom har stor tillit til (Steinnes & Teigen, 2021). Sosiale media benytter algoritmer som kartlegger forbrukeres adferd. Algoritmer lager *oppskrifter* for hvordan vi skal gå fram, og skal fungere slik at du får mer av det du allerede liker. Hovedproblemet er at sosiale medier samler poster fra utallige brukere, uansett

bakgrunn og presenterer det uten kontekst i en overbevisende strøm av informasjon (Hofoss, 2020). Vi kan lære av hverandre gjennom samspill og samarbeid og ha respekt for ulike perspektiv og meninger, men alle må selv finne ut av hvor de hører hjemme. Alle må bygge opp egen selvtillit og bevissthet rundt egne verdivalg som man kan stå inne for.

### 1.1.2 Persepsjon

Persepsjon er vår evne til å oppfatte med alle kroppens sanser for å absorbere omgivelser og opplevelser med hele kroppen. Våre visuelle sanser observerer form og størrelser, fargenyanser og avstand mellom innholdet. Vår taktiske sans vil berøre og få impulser gjennom å føle strukturer og tekstur i de fysiske materialene. Impulser i nervecellene sender signaler til hjernen og vi kjenner det i kroppen. Våre fem klassiske sanser er smak, hørsel, berøringssans, syn og lukt. Kroppen vår eksponeres daglig for mengder med inntrykk og sansene registrerer og lagrer hendelsene i hukommelsen vår. Uten disse sansene våre ville grunnlaget for både tanker, følelser og læring være borte. Når vi sanser omdannes sansecellene til elektriske signaler slik at nervesystemet vårt kan behandle signalene. Våre sanser deles inn i grupper etter hva de reagerer på. Sansecellene formidler informasjon til nervesystemet om vår egen kropp. De elektriske impulsene ledes inn i ryggmargen i tykke nervefibre som svært raskt ledes til hjernebarken slik at vi kan oppfatte informasjon om berøringen. Huden er et sanseorgan som oppfatter varme, kulde, berøring, trykk og smerte. Den formidler også emosjonelle signaler til omgivelsene. Når vi for eksempel går igjennom kald og fuktig skog, kan et gufs av tristhet oppstå og være minneframkaller av sorg. Det perifere nervesystemet består av et omfattende nettverk av nerver som forgreiner seg ut fra ryggmargen og hjernestammen som igjen deles inn i sensoriske, motoriske og autonome nerver. De sensoriske nervefibrene mottar sansestimuli fra alle deler av kroppen. Sentralnervesystemet styrer alt vi gjør. Tanker og følelser har også sitt opphav i sentralnervesystemet (NHI, 2022).

### 1.1.3 Kroppslig læring

Den digitale visuelle verden skiller seg betraktelig fra den håndfaste tradisjonen av håndverk, der produkter lages for hånd i bærekraftige materialer. Det å faktisk dvele over, bruke tid på å lage noe med hendene er etter min mening uvurderlig. Det kan være ungdom fratas viktig læring og forståelse om vi velger bort kroppslig læring og i tillegg

fratar de muligheten til å oppdage gleden og tilfredstillessen av å arbeide med hendene i dialog med materialer. Dette må erfares.

Vår egen kropp er i verden, som hjertet i organismen. Vår kropp og våre bevegelser er i konstant interaksjon med omgivelsene: verden og selvet informerer og redefinerer hverandre konstant. Sanselig erfaring integreres i kroppen. Kroppens persepsjon og forestillingsbildet av verden forvandles til en bevisst erfaring; ingen kropp er uten tilknytning til omgivelsene (Pallasmaa, 2012, p. 44). (egen oversettelse)

Kroppen registrerer når noe er bra, men også når noe er galt. Vi kan føle og kjenne om og når det stemmer overens. Det er en magefølelse og en intuisjon som vi kan bli bedre til å ta på alvor. Vi presser oss langt for å innfri både egne og andres forventninger. Når hjertet, magen og hodet er på plass, bør vi ha det bedre med oss selv. I boka *Kunsten og livet* har Kjetil Røed en teori om fenomenet nedsenkningspunkt, som bidrar i søket etter å finne sin plass i verden. Et ønske om å finne ut hvilken tid og hvilke rom vi egentlig hører hjemme i. Å lete etter sin egen stemme for å finne ut hva som er viktig (Røed, 2019, p. 19). Jeg vil utforske hvordan finne sin egen rytme, en puls som skaper bedre balanse i hverdagen. Livet består av flest hverdager, men vi trenger også variasjon i rytmen, fra lav til høy puls. Variasjonen gjør at vi kan ri på bølgene i selve livet, og vite at det vil gå oppover etter nedturer og noen bølger får det til å kile i magen og gjøre oss yre, mens andre bølger drar oss under og gir oss følelsen av å drukne.

#### 1.1.4 Bærekraft / Økokrise

Samfunnsutviklingen har gradvis endret menneskers verdisyn. Situasjonen for kloden er alvorlig. Den økologiske tenkningen sier at den vestlige tenkningen er årsaken, som at vi er «herre» over naturen, er noe som forplanter seg i måten vi forholder oss til andre levende vesener på. Ord som «ferringelse» og «ødeleggelse» forstås som en forandring til det verre, en verdiferringelse. Ut fra verditenkning er det ødeleggelse av mangfold og livsvilkår i naturen. (Haukeland et al., 2008, pp. 32-34). Bærekraftbegrepet oppfordrer til å ikke produsere og forbruke slik at det ødelegger for våre etterkommere. Parallelt har vi en samfunnsstruktur som oppfordrer til å handle mer enn hva vi strengt tatt trenger. Produkter er lett tilgjengelig og svært forlokkende, og det kan oppstå problem med å skille virkelighet fra en oppkonstruert verden. Arne Næss hadde et gjennomtenkt forhold til dette med livstil, og hevdet alt blir et spørsmål om *hvordan* og ikke *hvorfor*. Han mente om man styrket bevisstheten om egenverdiene, ville det føre til mindre *behov* for ytre verdier (Gjefsen, 2011, p. 285). Han mener også de rike nasjonene må ta

en mer aktiv rolle i å forandre sin levemåte. Levestandarden må gå vesentlig nedover, samtidig som levestandarden til de fattigste landene må øke vesentlig. Målet for oss i de rike nasjonene vil være å opprettholde eller til og med øke livskvaliteten under nedgang i materiell levestandard. Livskvalitet kan måles i hvordan man føler seg akseptert og inkludert, enten i arbeidsliv, på skole, i familien eller andre steder (Haukeland et al., 2008, pp. 35-36). Næss understreker at det ikke innebærer sparsommelighet, men et rikt liv med enkle midler! Næss konkluderte med at alle våre valg avhenger av et helhetssyn, men innrømmet at sammenhengen ikke alltid var så tydelig (Gjefsen, 2011, p. 287). Produkter kan tas bedre vare på, ved reparasjon og oppgradering, før de gjenvinnes og brukes i produksjon av andre produkter. Sirkulær økonomi utnytter ressursene lengre og mer effektivt, og vi oppnår mer bærekraftig produksjon. Vi har utnyttet jordas ressurser og kanskje overvurdert jordklodens evne til å reparere seg selv. Alt henger sammen og vi må forsøke å se hele bildet under ett. Vi må dvele ved situasjoner med egenverdi, situasjoner som er gode i seg selv (Haukeland et al., 2008, p. 39).

### 1.1.5 Didaktikk

Overordnet del av lærerplanene har tre tverrfaglige mål under prinsipper for læring, utvikling og danning. I denne masteroppgaven vil jeg berøre tema som omhandler «folkehelse og livsmestring». Livsmestring innebærer å lære å ta ansvarlige livsvalg og utvikle et positivt selvbilde og en trygg identitet. Det dreier seg om å kunne forstå og påvirke ulike faktorer som kan ha betydning for mestring av eget liv. Verdivalg og betydning av mening i livet, mellommenneskelige relasjoner, å kunne sette grenser, og kunne håndtere tanker, følelser og relasjoner kan læres gjennom å håndtere medgang og motgang gjennom praktiske og personlige utfordringer på en best mulig måte. Bærekraftbegrepet omtales også delvis i tilknytning til våre verdivalg. Menneskehetens levesett og ressursbruk har konsekvenser lokalt, regionalt og globalt. Skolen vil bidra med å utvikle kompetanse som gjør elever i stand til å ta ansvarlige valg og handle etisk og miljøbevisst. Prinsippet om sosial læring og utvikling påpeker god dømmekraft hos den enkelte elev som nødvendig for å ivareta personvern og respekt for privatlivet. Elevene må øves opp i å opptre hensynsfullt og utvikle bevissthet om egne holdninger. Eleven må lære seg å opptre ansvarlig i alle sammenhenger, også utenfor skolen (Utdanningsdirektoratet, 2022).

Det er ikke ukjent for skolen med tankegangen om at lange prosesser og dybdelæring kan føre til endring av bevissthet. Allerede før første verdenskrig hadde vi en lærerplan hvor blant annet den reformpedagogisk orienterte skolelederen Anna Sethne (1872-1961) hadde en organisk variant der hånd og ånd ble knyttet sammen hver eneste skoledag (Kvam, 2016).

Med utgangspunkt i disse tankene vil jeg bruke meg selv for å finne overføringsverdi til didaktiske prosjekter. For selv å bli mer bevisst må jeg bli bedre kjent med naturen og gjennomfører derfor en vandring for å oppnå dybdekunnskap om naturen. Jeg ønsker å utforske hvor nært man må gå, for å oppnå samspill og nærhet til trærne. Mine spørsmål om påvirkning av refleksjoner og observasjoner må også ha relevans for andre. Jeg er nysgjerrig på hvilke biter av naturen som tiltaler meg og hvorfor og når kommunikasjonene jeg søker oppstår. Jeg vil i tillegg utforske gjennom skapende arbeid, for å koble persepsjon og opplevelser av skog og natur sammen med innsamlede empiri inn i kunstneriske uttrykk. Jeg regner med å finne ulike måter dette kan være aktuelt å gjennomføre i prosjekt med elever.

## 2 Problemstilling

Jeg har innledningsvis diskutert store overordnede tema som bærekraft, verdisyn, livsmestring og dannelse og brukt tid på å sirkle inn og konkretisere en problemstilling. Jeg ønsker å utforske skogen og naturens påvirkning på oss. På hvilke måter kan skogen bidra/hjelpe meg å bli en bedre versjon av meg selv? Kan jeg lære noe av skogen? Kan skogen øke min bevissthet rundt verdier og egenskaper? Skogens mangfold er fascinerende og særlig trær som har tydelige og synlige spor av «kronglete» oppvekstvillkår. Når trær, gjennom, tid, gjerne hundrevis av år, overlever gjentatte stormer, kriger og naturkatastrofer, vitner det om evner og egenskaper som overgår menneskets forstand. Naturens tilpasning av hindringer i omgivelsene overbeviser meg om å ta lærdom og nytte av skogen som fenomen. Trær opererer i et tett og sirkulært samspill med hverandre og jeg ønsker å gå nærmere inn i denne materien for å undersøke hvordan overføre lærdom og bevisstgjøring. Jeg ønsker å undersøke hvordan vandring i skog og møter med trær kan bidra til bevissthet og dannelse til livsmestring og styrke verdsetting av bærekraft. Jeg har kommet fram til følgende overordnede problemstilling.

### 2.1 Problemformulering

På hvilke måter kan vandring og møter med skog og trær bidra til bevissthet og dannelse?

#### 2.1.1 Forprosjekt

Jeg bruker erfaringen fra et forprosjekt jeg gjennomførte før vandringen startet, da jeg søkte en dialog gjennom å snakke med trær. Det å snakke med trær opplevde jeg som ubehagelig til å begynne med, men etter hvert godt og befriende. Det var en enveiskommunikasjon, noe som ga meg styring over «dialogen» og som sannsynligvis opplevde størst glede i dette møtet. Jeg følte meg trygg og rolig i møte med en stødig, ufeilbarlig og lyttende «samtalepartner». Tilnærmingen til treet var underlig, jeg følte jeg skulle gjøre noe unormalt, så etter å ha forsikret meg om at ingen så meg, eller aller helst, ikke hørte meg, fant jeg meg til rette og plasserte meg selv i riktig modus. Jeg tror ikke jeg er alene om å se på dette som merkelig, men det henger sammen med at nye og

uvanlige erfaringer styres av andres formeninger om hva som er akseptert og hva som blir sett på som underlig. Det fine er jo at vi styrer dette selv, hva du tidligere har erfart vil påvirke din fremmedgjøring til nye fenomener. Dette kan absolutt være en fin arena få luften sine tanker, ved å uttale de høyt og uten fare for å bli irettesatt eller misforstått. Som alt annet må dette øves på og her ser jeg didaktisk potensiale. Det vil åpne opp nye perspektiver og hindringer overvinnnes. Erfaring bygges og mestring oppnås. Nå er ikke lenger dette, for meg, så rart å gjøre. Jeg opplevde ny innsikt og utvidelse av perspektiv.

*Jeg stryker forsiktig på trestammen. Jeg bøyer meg nærmere, som om jeg visker i et øre, ansikt og tre rører hverandre så vidt. Ved første forsøk brukes den taktile sansen i samråd med den visuelle. Etter hvert ser jeg i en annen retning og forsøker å beskrive det jeg kjenner kun med berøring med hånden. Jeg må tenke og prøver meg fram i begrepsapparatet. Her ligger et potensielt område å øve opp. Den taktile sansen gir meg informasjon om treet. Først selve overflaten som er glatt, ru, hard eller myk. Hult, vått, robust og solid. Jo mer tid man bruker, jo større mental bevissthet oppstår mellom meg og treet. Begreper knyttes opp mot erfaring og sammenlignes av andre overflater. Tanker og ord utfordres og begrepsapparatet utvikles proporsjonalt med erfaring og øvelse. Etter hvert som jeg føler meg fram, begynner mine antagelser og årsakssammenheng til fordypninger, sprekker og hull. Samspillet som oppstår er mellom meg, treet, og våre erfaringer. Erfaringsutveksling og informasjon jeg oppnår via den taktile sansen er min egen, men assosiasjonene jeg har er basert på både egne og andres erfaringer.*

#### Utdrag fra lydopptak/refleksjon «snakke med trær» 10.11.20

I skogen går jeg inn i meg selv og kjenner at noe bra oppstår mellom meg og treet. En interaksjon skjer. Med utgangspunkt i refleksjon over egen bakgrunn framstår mange opplagte følelser i forbindelse med naturlige omgivelser og materialer. Jeg ønsker å gå dypere inn i denne materien, dypere inn i materialitet og utforske betydning og sammenheng. Hva skjer i møte med den taktile sansen og tremateriale av en viss alder og en viss erfaring? Møte mellom menneskelig og materiell erfaring? Erfaringsutveksling mellom menneske og tre? Interaksjon mellom menneske og tre? Jeg har gjennom flere år jobbet med gamle materialer med tilhørighet med vær, vind og saltvann. Erfaringer har gitt meg tilfredstillende i å omdanne dette gamle og nå utdaterte



materielt til nye og andre funksjoner enn ressursens opplagte. Jeg ønsker å gå dypere inn i opplevelsene og følelsene som oppstår i møte med tre. Dette innebærer treet i sin helhet, som trær. Hva med samtidens mennesker, nå som den digitale verden har fått voldsomt innpass. Hvor viktig er det nå og være bevisst treet's betydning?

### 3 Teoretisk tilnærming

Danningsbegrepet fokuserer og setter søkelys på individets evne og plikt til å forme seg selv, og skiller seg fra sosialisering, utdanning og andre pedagogiske begreper.

Danningsprosessen er en evigvarende prosess. En del av dannelsesprosessen er at man anerkjenner at man aldri blir ferdig dannet. (Hegel) Jeg ser paralleller med skogen som forgreiner seg i det uendelige og aldri blir ferdig utvokst. Å endre menneskers handlingsmønster er noe av det vanskeligste vi gjør. Professor i innovasjon Sjur Dragestad hevder det er krevende arbeid og spesielt når folk uttaler «Jeg føler at ...». Ikke alle mennesker har lyst til å lære eller lage det nye, men trives best med det som var, da føler de seg trygg, det er forutsigbart og de har nødvendig kompetanse. «Det som var, er bedre enn det som kommer»<sup>1</sup> Mitt mål og min hensikt er ikke å endre folks handlinger, men heller bidra til en bevisstgjøring, med håp om at gjentatte refleksjoner og erkjennelser til slutt endrer noen av våre holdninger. Vi kan trene oss i å bli flinkere til å leve våre liv og stå opp for det vi tror på. Når man øver og trener tilstrekkelig, vil det gradvis skje endringer over tid.

Jeg har valgt å kombinere to teoretiske tilnærminger i denne masteravhandlingen. Disse teoriene bygger begge opp om dannelsesidealene og bevissthet. Den ene er fra filosof, økosof og professor Arne Næss, som gjennom et lagt liv dedikerte sitt liv til natur og filosofi. Som eneste professor i filosofi i 1939, gikk han av som professor i 1969 og valgte engasjementet for det internasjonale miljøbevegelsen, for å bidra til å gi denne et idégrunnlag og dybde. En del av dette arbeidet var å vise at følelser ikke er irrelevante eller usaklige i miljødebatten (Gjefsen, 2011, p. 374). En annen årsak til hans oppsigelse, før han nådde aldersgrensen, var at han sto i fare for bare å *fungere* i stedet for å *leve* (Gjefsen, 2011, p. 271).

Den andre teoretiske tilnærmingen er fra forfatter, kunstkritiker og er redaktør for tidsskriftet Billedkunst, Kjetil Røed. Han skriver om både film, litteratur og kunst, og har tidligere skrevet for Vårt Land, Aftenposten, Morgenbladet, Klassekampen, Kunstkritikk.no, Film & Kino, Vinduet, Norsk Shakespeare- og teatertidsskrift og Le Monde Diplomatique (<https://kunstavisen.no>).

---

<sup>1</sup> : Hørt på foredrag av og med Professor i innovasjon, Sjur Dragestad.

### 3.1 Arne Næss; Økologi, økosofi og dypøkologi

Arne Næss og økologien benytter jeg som en grunntanke som understreker at alt som lever, er deler av en større helhet, og at alle levende vesener har rett til å utfolde seg. I sin bok, «Økologi, samfunn og livsstil» skriver han at har en indre sammenheng. *Vi er ikke de samme* uten disse sammenhengene og vi lever under de samme betingelsene som alt annet liv. Vi er en del av økosfæren like intimt som vi er en del av vårt samfunn. Vi utvider de positive følelsene til all natur gjennom innsikten at alt henger sammen. (Næss, 1976, pp. 264-265). Næss er opptatt av naturen og mener vi mangler bevissthet og kunnskap om ringvirkninger og skadeomfang når vi driver rovdrift på naturen. Næss er grunnlegger av begrepet økosofi, der økologi og filosofi forenes. Økosofi er et miljøfilosofisk perspektiv som handler om å endre menneskers forhold til naturen. Økosofien søker å beskrive og forklare, og søker dessuten å gi normer, både de grunnleggende og de som mer eller mindre implisitt synes å være forutsatt i økologiske og økofilosofiske undersøkelser av tilsynelatende helt deskriptiv karakter (Næss, 1976, p. 22). Målsettingen er å bidra til forståelse av prosesser og begivenheter innen økosystemer og en erkjennelse av at helheten er mer enn summen av de enkelte delene (Gjefsen, 2011). I ordet «filo-sofi» står «-sofi» for innsikt eller visdom, «filo-» for venn. «Sofia» behøver ikke ha spesifikt vitenskapelige pretensjoner som vanligvis ved -logi (biologi, antropologi, geologi ...), men all innsikt av typen sofia må ha direkte relevans til handling. Gjennom handling viser en person eller organisasjon sofia, kløkt og visdom, eller mangel på sådan. Økosofi er et filosofisk grunnsyn, totalsyn som er inspirert av livsforholdene i biosfæren, særlig slik de fremtrer i økologi, innebefattet økologisk orientert sosialantropologi (Næss, 1976, pp. 22-23).

Næss stiller spørsmål om hva som kan stilles opp som høyeste målsetning for både personlig og samfunnsmessig streben og antyder tre stikkord; lystfornemmelse, lykke (eller trivsel eller glede) og perfektjon. «Den vise må ikke bare innse hva som følger av de grunnleggende prinsippene, men også tenke klart og riktig om disse prinsippene». Det er et spørsmål om klargjøring av synspunkter «å finne seg selv». Når et menneske eller en gruppe er på vei til høy grad av selvrealisering utløses betydelige energier. Når man gløder for noe, går bekymringer og lidelser mot null. Går i motsetning gløden mot null kommer bekymringer og ubehag opp i bevisstheten. Mer og mer passive gleder står i fare for å oppstå. Næss uttaler dermed faren for at idealet blir et klient- og pasientsamfunn hvor man serverer og garanterer varer og tjenester, - normer og verdier

(Næss, 1976, p. 78). Næss oppfordrer derfor til å velge de handlingsalternativene som tenderer mot mest lyst. Mest lyst for hvem? Alle svaralternativer utløser visse andre spørsmål og ingen har entydige fasitsvar, men Næss som økosof heller mot «lyst for alle vesener som kan føle lyst eller smerte». Hva som bringer oss lykke, trivsel, velferd og livskvalitet avhenger av totalsituasjonen. Vi lever i nuet, men nuet er et kompleks, har varighet og består ikke av fornemmelser. Lykke, trivsel og glede har en følelsesdimensjon. Totalsituasjonen er positivt betonet. Det siste prinsippet er perfeksjon som vil mer enn *lykke* og *trivsel*. Perfeksjonisten *vil* noe. Kanskje bli man lykkeligere av det, men målet er ikke lyst og/eller lykke. Rent taktisk er det lite hensiktsmessig stadig bevisstgjøre lyst og lykkenormer, da selvopptatthet kan medføre passivitet og ulyst. Trivselen kommer normalt av seg selv ved aktivt liv, selv om aktiviteten kan føre mye smerte med seg. I den økologiske bevegelsen er *livskvalitet* den høyeste målsetningen. Det er tale om kvalitet og man *måler* livskvalitet i relasjon til ideale tilstander i en rekke henseender (Næss, 1976, pp. 78-81).

Vi må lære å respektere naturen, vi må øve opp bevisstheten. Næss mener at det er lettere om vi først klarer å identifisere oss med naturen. Vi har ofte større forpliktelse overfor det nære enn overfor det fjerne (Næss, 1976, p. 273). Vi kan starte i det små. Bli bevisst de små delene, for å forstå helheten. En respektfull omgang med naturen, og gode naturopplevelser vil i neste omgang skape varig økobevissthet (Gjefsen, 2011, p. 276). Grunnprinsippet «lev og la leve» peker mot et klasseløst samfunn i hele biosfæren. Her snakker vi om rettferdighet også overfor planter, dyr og kanskje mineraler. Dette forutsetter og understreker at alt henger sammen og at *vi* er *fragmenter*-ikke isolerbare deler. Å være fragmenter innebærer mer enn å være del, i og med at vi opplever helheten og har grunnlag for å leve ut denne bevisstheten. Nye dimensjoner av tilfredsstillelse åpner seg. Jo større forståelse vi har i vårt samliv med andre vesener, jo større hensyn vil vi ta. Vi søker vårt eget beste, men ved selvets utvidelse, søker vi dermed også andres (Næss, 1976, pp. 276-278).

Mennesket er den eneste av jordens arter som er i stand til å bevisst å erkjenne både samhörighet og konkurranse med andre livsformer. Prinsipielt har alle arter lik rett til utfoldelse. Ingen art av levende vesen har større rett til å leve og utfolde seg mer enn andre arter. Ved utøvelse av slike prinsipper i praksis oppstår naturlig nok vanskelige spørsmål. Mennesker bringer inn moralske normer og mange er av den oppfatning at

grensen for moral følger artsgrensen, noe som Næss uttaler nærmest som «rasisme» ovenfor artsmangfoldet (Næss, 1976, pp. 266-268). Juridisk kan vi «eie» en skog, men ødelegger vi for livet i skogen, bryter vi normer for likestilling. En realistisk egalitær innstilling er en del av virkeligsoppfatningen, en erkjennelse av likheten mellom alle skapninger og betydning for kretsløpet og sammenhengen i naturen. En slik visdom vil i følge Næss langt på vei løse samfunnets økologiske problemer (Næss, 1976, p. 279).

Forståelse for alle de små fragmentenes rolle i den store helheten vil øke kunnskap om egen rolle i sivilisasjonen. Enhver levende organisme har egenverdi. Arne Næss uttaler at det vil gi mening å gjøre noe for dets egen skyld. Det er noe som gjør at vi kaller det levende og da vil det være logisk å tro at det gjerne vil fortsette å leve. Når man er ute i naturen bør man vise respekt, ved å bøye seg i respekt for det som er levende. Arne Næss satte et skille mellom den grunne og den dype økologiske bevegelsen. Den grunne bevegelsen står for troen på teknologiske tiltak mot forurensning og ressursløsning i de eksisterende samfunnsordninger, hvor naturen skulle bevares for menneskenes overlevelse og velvære. Den dype bevegelsen handler ikke om mennesket *i* miljøet, men mennesket som en integrert del av miljøet. Den dype økologien er derfor økosentrisk. (Gjefsen, 2011, p. 296)

Naturen er fylt av livskraft og kreativitet, egen glede og undring i forholdet til naturen. Næss fikk inspirasjon fra en rekke filosofer. David Hume var en av mange, og for han fantes det ingen forestillinger som ikke stammet fra sanseintrykk. Verden består av sanseintrykk, ikke ting (Gjefsen, 2011, pp. 48-54). Det vi erfarer er ikke verden, men våre betingete *modeller* av verden. Man trenger ikke konstruere noen ting i bevisstheten, mente Næss, de er der umiddelbart (Gjefsen, 2011, p. 56).

Hva tingene *er*, forveksles med hva vitenskapen har å si om dem. Når vi gleder oss over en blomst, er det fordi den *er* gledelig. Det er ikke noe skille mellom den observerende, det observerte og følelsen som oppstår. Den helheten de tvert om utgjør, betegner Næss som *gestalt*, og den virkelighetsbeskrivelsen som følger, gestaltontologi. Han mener altså at han forholder seg til naturen, ikke et bilde av den i hans bevissthet. Den spontane, individuelle opplevelsen utgjør virkelighetens konkrete innhold. *Gestaltene binder jeg og ikke-jeg sammen til et hele*. Gleden blir ikke *min* glede, men noe gledelig som har jeg'et og noe annet som uselvstendig, uisolerbare fragmenter (Gjefsen, 2011, pp. 304-305).

Med slike tanker om betydning og verdi av naturen, vil jeg gjennom egen utforskning i og av naturen, og spesielt skogen, undersøke skogens bidrag for (egen) bevisstgjøring og dannelse. Jeg går ydmykt inn i skogen, også med utgangspunkt i den andre teoretiske tilnærmingen, Kjetil Røeds bruk av dyder/bevissthetstilstander i min søken etter forståelse for skogens påvirkningskraft.

### **3.2 Kjetil Røed; Bevissthetstilstander, dyder**

Kjetil Røed tar i boka «Livet og kunsten», hvor han tar utgangspunkt i Aristoteles tenkning og spørsmål om hvilke verdier som angår oss. Aristoteles mener at alt liv har en form med utviklingslinjer og mål. Vi må være bevisste på hva vi ønsker å oppnå i livet, ellers har vi ikke noe begrep om å leve, ei heller om oss selv. Slik er det for enhver ting, ethvert vesen, for alt har et mål, uttaler Aristoteles. Det er derfor avgjørende å vite hvilke verdier vi har for hva som er verdt å strekke seg etter. Om mot er noe vi trenger i livet, må vi øve på å være modige og utfordre oss selv til å utøve mot i alle situasjoner. Øver vi tilstrekkelig, blir motet til en vane og ikke bare noe vi har forstått, men det blir en del av hvem vi er, altså et karaktertrekk, og en dyd. Ved å strekke seg etter verdier vil alt og alle få realisert sitt fulle potensial og både tingenes og menneskenes plass i helheten vil fullbyrdes. Svaret på hvordan vi skal leve et godt liv, baseres på hvordan vi er som mennesker, og ikke hvilke lover og regler som gjelder. Det er de egenskaper vi innehar som vi trenger for å realisere våre idealer og leve et best mulig liv (Røed, 2019, pp. 12-13).

Kjetil Røed har med utgangspunkt i Aristoteles dyder utforsket hvordan en reise gjennom kunsten kan bidra til forståelse og hvordan disse begrepene og dydene kan gjøre seg gjeldende gjennom møte med kunst. Han gransker elleve ulike dyder gjennom kunstverk. Dydsetikk går her ut på hvordan jobbe med verdier, og spørsmålet om hvordan vi skal leve i tenkning rundt kunst også kan være et arbeid med å forstå oss selv. Røed beskriver sin egen bok som et kulturkritisk utkast med røtter i dannelsesidealet. Ikke et dannelsesideal som kultivert smak, men som en evne til å forme seg selv og ens syn på verden etter verdier man setter høyt, men som er vanskelig å leve i tråd med uten aktiv innsats. Oppmerksomhet, dømmekraft, tilbaketrekning, nysgjerrighet, erkjennelse, håp, samarbeid, tvisyn, håndverk, kjærlighet og solidaritet,

denne bokas dyder, er viktige for et godt liv, men også dyder vi kan få en dypere forståelse av i møtet med kunst.

Røed tar for seg elleve dyder og beskriver disse dydene som følger;

*Oppmerksomhet* er forutsetning for all erkjennelse, omsorg og tenkning. Noen ganger må vi samle tankene ved å være oppmerksomme og tålmodige for å få med oss hva verden har å tilby/by på og hvem og hvorfor vi er i den.

*Dømmekraft* er evnen til å tenke i rommet mellom det partikulære og det allmenne, og den gjør oss fleksible og lydhøre i ulike situasjoner uten at vi lar oss diktere av «hva vi allerede vet» eller «hva som er korrekt». Røed henviser også til Kants uttalelser om at vi må gruble over erfaringen og utvide begrepene vi har eller finne opp nye.

*Tilbaketrekning* er evnen til å lokalisere steder vi kan føle oss trygge og som beskytter oss og eller skaper indre rom som hegner om vårt mentale liv. Tilbaketrekning er nødvendig for å tenke klart og bli kjent med seg selv.

*Nysgjerrighet* drar oss videre i våre betraktninger og tillater oss å undersøke videre uten å la oss begrense eller frykte hva andre mener om forsøket. Nysgjerrigheten blir en videreutvikling av den spontane varianten som får oss til å gå ett skritt videre i erkjennelse snarere enn distraksjon.

*Erkjennelse* er her en holdning til hva vi er vitne til i verden og ikke endelig innsikt.

*Håp* gir oss troen på at det finnes en fremtid og at det fortsatt er muligheter i enhver situasjon og gjør det lettere å kunne orientere seg når ting oppleves vanskelig.

*Samarbeid* minner oss på at vi er knyttet til hverandre og til verden. Gjennom samarbeidet finner vi ut hvor viktig fellesskapet er både gjennom sårbarhet og når vi er sterke.

*Tvisynet* hindrer oss i å ta seremonier, symboler og oss selv for alvorlig, men avviser aldri troen og hvilke virkeligheter vi kan få gjennom den. Ved å bevisst lete etter noe annet enn selve landskapet i landskapet, vil det kunne utvide vår betraktning og forståelse av omgivelsene/situasjonen/objektet. Om vi ikke finner det vi leter etter, vil noe annet dukke opp, som kanskje forandrer hvordan vi så situasjonen i første omgang.

*Håndverk* i denne sammenheng er forstått som den kognitive og emosjonelle konsistensen i det å ha en helhetlig erfaring. Det kan være å tenke grundig gjennom hvorfor vi gjør som vi gjør. Gleden av å beherske et håndverk stimulerer gleden ved å kunne lage noe fra bunnen av, enten det er hekling eller snekring. Det som karakteriserer håndverket er hvilken innsikt man har i de ulike stadiene av det man gjør,

sier eller erfarer og at hver del av prosessene trekkes sammen innenfor rammen av din horisont. Da er håndverket og fortellingen to sider av samme sak. (og danner en helhet) *Kjærlighet* er den dyden som binder mennesket sammen og gir oss grunn til å fortsette å leve, og ønske om å leve et godt liv.

*Solidaritet* er her kjærlighetens sterkeste sosiale og politiske uttrykk, for den forplikter deg overfor en parter så vel som overfor et fellesskap, en verden (Røed, 2019).

### 3.3 Dannelsesbegrepet

Kjetil Røeds teorier om bevissthetstilstander er brukt som en bruksanvisning i utforskningen om hvordan oppnå større forståelse og /eller bevisstgjøring på min dannelsesreise. På hvilke måter kan jeg påvirke tilstandene og kan det igjen påvirke hvordan jeg beveger meg igjennom landskapet og opplevelsene?

Jeg foretar en intensiv vandring gjennom skog og natur og en vandring kan være krevende både fysisk og psykisk og jeg vil underveis reflekterer over når disse dydene fremtrer og når hvilke av disse dydene fremtrer som spesielt virksomme. Det kan også være interessant å undersøke hvordan eller når skogen kan åpne for dannelsesrom.

Dannelsesbegrepet vil forankres til arbeidet ved å øve opp en bevissthet om hvilke tilstander som påvirker, endrer eller berører meg og min forståelse. Dannelsesbegrepet forstås her som resultat av ulike perspektiv og innspill som kan bidra til holdningsendring og/eller ny bevisstgjøring og som av den grunn kan påvirke min personlige utvikling. Jeg vil utforske hvilke dyder som vil vise seg å være mer eller mindre fremtredende i de ulike situasjoner og omgivelser.

Ifølge forfatter Ingerid S. Straume har bevissthet tre dimensjoner som må være til stede i en dannelsesteori, *det sosiale, bevegelse og subjektet*. Gjennom *bevegelsen* som dimensjon skjer en endring, en bevegelse, som forstyrrer den pågående sosialiseringprosessen. En slik bevegelse kan oppstå i møtet med noe nytt, i form av en reise eller en hendelse, en oppvåkning til en høyere bevissthetstilstand, som igjen kan være kilde til nytenkning og vekst. En slik bevegelse setter de andre dimensjonene i relasjon og skaper en prosess. Et tradisjonelt dannelsesperspektiv er når subjektet investerer følelser og eksplisitte personlig idealer for seg selv, i form av *min* kultur, *min* tradisjon. Det er snakk om en transformasjon av subjektet snarere enn det sosiale. En slik oppvåkning kan skje i form av en dannelsesreise. Ved skjellsettende møter er likevel subjektets opplevelse av et innhold (Straume, 2013, pp. 22-24).



Danning skjer gjennom å tilegne seg nye ideer og kulturelle betydninger gjennom å aktivt arbeid i ønsket om å ville dannes. Vi kan si at danning har med et bevisst arbeid med seg selv å gjøre, kanskje en forbedring, noe som krever en anstrengelse. Danning dreier seg om å bli et subjekt i en kultur i motsetning til sosialisering hvis mål er å produsere sosialiserte individer (Straume, 2013, pp. 20-21).

### 3.4 Bevissthet

Å gi en forklaring på bevissthet regnes for å være en av de største utfordringene i moderne sinnsfilosofi, og begrepet referer til ulike kognitive egenskaper som også er meget sentrale begrep innen psykologi og de kognitive vitenskapene. Det engelske ordet for bevissthet er *consciousness* som består av *con*, som betyr «med» og *science*, som står for «kunnskap». Forfatter og Dr. Philos. Lisbeth F Holter Brudal hevder at bevissthet tidligere var knyttet til en helhetlig forståelse av fellesskap, men etter Sir Isaac Newtons tid (1624-1727), hvor han kom med en ny vitenskapelig tilnærming til virkeligheten, byttet man helhetstenkningen med studier av enkeltfenomener. Newtons verdensbilde kunne ses på som byggeklosser som var mekanisk knyttet sammen. Veien til erkjennelse og forståelse var å bryte ned fenomenene i naturen til enkelte komponenter og å beskrive sammenhengene mellom dem. Nærhet til natur og fellesskapet med andre mennesker ble på dette tidspunktet erstattet med ideen om «at enhver er seg selv nærmest (Brudal, 2012, p. 32).

Bevissthet omtales gjerne som menneskets evne til å oppleve, registrere og sanse hva som hender i ens omgivelsene og med en selv. Er man i tillegg bevisst ulike tilstander gjerne med variasjon av fokus, anser/forstår jeg det som begrepet bevissthetstilstand. Brudal hevder at en endring i bevissthetstilstand kan føre til nye perspektiver på virkeligheten, og vi får kunnskap om uante «potensialer» for nye oppdagelser i oss selv. Slik kunnskap kan gjøre noe med vår opplevelse av hvem vi er. Vi erfarer en utvidet identitet – en ny følelse av fellesskap og samhørighet med alle mennesker og i universet (Brudal, 2012, p. 31). Røed refererer til folks behov for å utvide egen horisont. Vi mennesker søker stadig andres perspektiv enn våre egne, nettopp for å nyansere blikket på livet og hvordan vi lever. For Røed er det akkurat dette kunsten handler om (Røed, 2019, p. 12). For meg handler mitt møte med skog om tilsvarende sak.

Vi kan øves opp til å konsentrere oss og være oppmerksomme i gitte situasjoner. Alle biter av livet krever øvelse. Vi må øve for å lære å gå, lære å sykle, spille fotball, tørre å snakke høyt i klassen, tørre å si sine meninger, tørre å skille seg ut, tørre å feile. Hele denne reisen er en bevisstgjøring hvor man oppdager ganske sent i livet at denne reisen er normal og gjelder alle. Vi er ikke så forskjellige vi mennesker. Vi har samme utgangspunkt, men vi går ulike veier, vi påvirkes av ulike ting, vi modnes i forskjellig tempo, vi øver forskjellig, noen har mere mot enn andre (Haukeland et al., 2008). Øvelse gjør motet til en vane, slik at det ikke er noe vi kun har skjønt, men det har blitt en del av oss, en del av hvem vi er. Slik blir en verdi et karaktertrekk – en dyd ved oss (Røed, 2019, p. 13). Røed kobler dette opp mot kunst. Jeg kobler dette opp mot estetisk skogsvandring og egen estetisk skapende prosess.

### **3.5 Didaktikk**

I overordnet del av lærerplanen står at et godt samfunn er tuftet på et inkluderende og mangfoldig fellesskap. Formålsparagrafen bygger på at menneskeverdets ukrenkelighet og at alle mennesker er like mye verdt, uavhengig av hva som ellers skiller oss. Når lærere viser omsorg for elevene og ser den enkelte, anerkjennes menneskeverdet som en grunnleggende verdi for skolen og samfunnet. Vi kan alle oppleve at vi skiller oss ut og kjenner oss annerledes. Derfor er vi avhengig av at ulikheter anerkjennes og verdsettes. Hvis ny innsikt skal vokse fram, må etablerte ideer granskes og kritiseres med teorier, metoder, argumenter, erfaringer og bevis. Skolen skal la elevene utfolde skaperglede, engasjement og utforskertrang, og la dem få erfaring med å se muligheter og omsette ideer til handling (Utdanningsdirektoratet, 2022).

Positive følelser og følelsestilstander er viktig for enkeltindividets opplevelse her og nå. Forskning viser at livskvalitet handler om å ha det godt og fungere godt, kort sagt om hva som gjør livet godt å leve – hva vi ofte kaller «lykke». Å fremme livskvalitet er et overordnet mål i folkehelsearbeidet, med faktorer som opplevelse av glede, mestring, autonomi og mening i tillegg til tiltak som reduserer stress. Tema skal bidra til at elevene lærer å håndtere medgang og motgang, og personlige og praktiske utfordringer på best mulig måte. Gjennom opplæringen skal elevene få kunnskap om og utvikle respekt for naturen. Elevene skal utvikle bevissthet om hvordan menneskets levesett

påvirker naturen og klimaet, og dermed også våre samfunn (Utdanningsdirektoratet, 2022).

## 4 Metode

Jeg har valgt å kombinere fenomenologi og autoetnografisk metode i dette masterprosjektet. Autoetnografien tar utgangspunkt i å fortelle subjektive historier i etterkant av opplevelsen/forskningen. Fenomenologien representerer en lære og teori om verden slik den fremtrer for den som opplever og oppfatter den. Tilnærmingen åpner opp for å være i nuet og observere i øyeblikket.

### 4.1 Autoetnografi

Autoetnografi er en vitenskapsteoretisk, metodisk og praktisk tilnærming innen kvalitativ metode. Ved bruk av autoetnografi forstås mine subjektive erfaringer som en sentral kilde til kunnskap. Målet med en autoetnografisk tilnærming i forskningen er å utfordre forståelser av kunnskap, samt forestillinger og praksiser, som ofte blir tatt for gitt. Gjennom metodisk utvikling med utgangspunkt i etnografi, hvor forsker og forskerens erfaringer er i fokus og med mulighet for en implisitt dobbeltrolle som både forsker og informant, har denne utviklingen ledet frem til forskjellige varianter av autoetnografi (Karlsson et al., 2021). Forskers/informants subjektive erfaringer anerkjennes som betydningsfulle fordi de relateres til sosiale, politiske og kulturelle mønstre og uttrykk vedkommende har møtt i sitt liv og sitt virke. Jeg som forsker er en person og har som alle andre personer, mine gleder, sorger, utfordringer, muligheter, tap og alle andre opplevelser og erfaringer som hører med i livet. Utgangspunktet er forskers/informants ønske om å ha et metodisk repertoar for utforsking av egne erfaringer og praksis (Sælør et al., 2021).

Den primære metoden i autoetnografiske er deltakende observasjon som tilnærming i feltarbeidet der forskerrollen er tett knyttet til det som studeres. Kunnskapsutveksling i en autoetnografisk tradisjon tar alltid utgangspunkt i subjektet – jeget – som erfarer noe, altså der subjektive erfaringer er utgangspunkt for å utvikle kunnskap og forståelse. Autoetnografisk skriving omhandler ofte erfaringer og kan være et redskap for deling av tanker, følelser og opplevelser som vi vanligvis ikke deler i offentligheten. Mine erfaringer kan foruten å være «bare» mine erfaringer, også forstås som uttrykk for kontekster både de – og jeg – inngår i (Karlsson et al., 2021, p. 16). Ved autoetnografisk metode kan våre egne erfaringer gis legitimitet som kunnskap, ved at de forstås som uttrykk for noe større som går ut over subjektet som erfarer dem og i tillegg

ta et steg vekk fra ideen om den «nøytrale og observerende forsker» (Karlsson et al. (2021)). Fokus er opplevelser og erfaringer som har vært emosjonelt sterke og gripende. Autoetnografi beskrives som å skape personlige tekster med fokus inn mot forsker/informant. Forskerens egne tanker, følelser og erfaringer anvendes til å forstå et spesifikt aspekt av eget liv og egen erfaringsverden. (Ellis et al., 2011) fremhever at autoetnografien samler erfaringer i etterkant som dreier seg om minner og erindringer fra den situasjonen, hendelsen og erfaringen man har som forskningsfokus (Ellis et al., 2011, p. 12). Fortellingene som produseres, har kraft til å vekke til live følelser og tanker, både hos forsker og leser. Målet er å utløse egne minneframkalte erfaringer gjennom leserens møte med forskerens erfaringer. Det åpnes opp for bruk av formidlingsformer som kan støtte oppunder det evokative. Poesi og andre kunstformer kan være hjelpemidler i et autoetnografisk prosjekt. Det handler også om å utfordre hva som forstås som kunnskap, og om å gi plass til de «små» og personlige historiene som ofte slukes av de store felleshistoriene i mer tradisjonell forskning. Teksten blir et vitnesbyrd om forskerens levde erfaring. Både informant/forsker og leser bringes inn i informantens/forskerens erfaring gjennom sine egne følelsesmessige reaksjoner som leser. Dette muliggjør empatisk deltagelse hos leser og informant/forsker (Karlsson et al., 2021).

Mitt prosjekt har en eksplorativ inngang der jeg benytter autoetnografisk metode. Som forsker er jeg derfor selv deltaker i det fenomenet det forskes på og må aktivt og reflekterende forholde meg til egen forforståelse for tolkninger som gjøres. En 27 dagers vandring gjennom norsk natur er utgangspunktet for innsamlingen av det empiriske materialet. Datamaterialet består av notater, refleksjoner, fysiske fragmenter, bilder, lydopptak og små filmklipp. I løpet av vandringen snakket jeg inn mine refleksjoner, ideer og umiddelbare tanker og gjorde lydopptak på mobilen. Jeg tok i tillegg bilder mens jeg gikk og var følelsesmessig i nuet og til stede i omgivelsene. I etterkant har jeg gjennomgått det innsamlede materialet og reflektert over hva jeg egentlig fant ut. Jeg har hørt igjennom lydopptakene og transkribert over til skriftlig form. Mobilen registrerer tid, sted og varighet på lydopptakene og bidratt med å plassere vandringen nøyaktig på kartet både geografisk og tidsmessig. De fysiske fragmentene jeg samler fra naturen fremstår mer eller mindre tilfeldig for meg i løpet av vandringen. Bitene er små og tatt ut av en større sammenheng, hvor skog og trær lever

sammen i tett symbiose og tilpasser seg hverandre og fragmentenes form og struktur antyder sammenhenger med omgivelsene.

## 4.2 Fenomenologi

Jeg har en særskilt tilnærming og en direkte oppfatning av fenomenene som jeg finner særlig støtte for i fenomenologien. Ved bruk av fenomenologien avstår man fra å ha hypoteser til menneskets atferd og reaksjoner. Det er den direkte oppfatningen av fenomenene som har fokus i analysen. Når vi har erfart og kommet fram til intuitive forståelser, er det vanlig å ikke alltid være i stand til å redegjøre for hvordan man kommer fram til vår oppfatning (Brudal, 2012, p. 120). Næss uttaler at den filosofiske fenomenologi søker å gi beskrivelser av det umiddelbare oppfattede og også selve oppfattelsen, for eksempel «det å innse noe». For naturfølelse og naturoppfattelse er fenomenologiske synspunkter av interesse blant annet fordi de gir støtet til beskrivelser av kvaliteter som sådan, feks farger, uten tanke på bølgelengde de svarer til, fysisk sett eller hvilken «signalfunksjon» de har. For eksempel kan *brunt* for enkelte ha signalfunksjonen «tørr» og «dårlig avling», hvilket hindrer dem i å oppfatte visse kvaliteter i f.eks. ørkenlandskapet. Glede over naturen avhenger i noen grad av bevisst eller ubevisst oppøvelse overfor kvaliteter (Næss, 1976, p. 45). Fenomenologisk tilnærming er å se langsomt, dvele ved tingene samt ofte forundre seg og ilegge merbetydninger i detaljenes rikdom. Fenomenologien mistenkes ofte for å kun å gi en subjektiv redegjørelse av opplevelsen, men man bør skille mellom subjektiv redegjørelse og en redegjørelse for subjektiv opplevelse (Gallagher, 2010).

Jeg går bredt ut for å observere, registrere og sanse hvilken påvirkning og betydning skog og trær kan ha på meg, og utnytter spontaniteten til å oppdage noe uforutsett og overraskende. Jeg er ekstra var for detaljer og tilfeldige møter med naturen. Ved å fristille mine forventninger til hva jeg skal samle eller finne, lar jeg meg gli inn i omgivelsene og fristille meg fra mitt eget selv, bli ett med omgivelsene. Jeg dveler ved å finne riktig stemning og bevissthetstilstand. Jeg utforsker hvilke egenskaper og potensial treet har som materiale og i form av å være seg selv og i sine omgivelser. Jeg fanges av de ulike omgivelsene og sansene påvirker mine opplevelser. Ved å utforske detaljer og gå i dybden av materialene, samt se trærnes evner til samarbeid, assosierer, føler og tolker jeg ulike sammenhenger mellom natur og menneske. Jeg river meg løs fra reisefølget og går daglig et par timer alene med meg selv og mitt eget sinn. Alle

mulige forstyrrelser elimineres, da jeg vil oppnå å bli en del av stedet/skogen. Stedet og jeg smelter sammen i persepsjonen. Jeg varierer min bevissthet i valg av ønsket modus jeg plasserer meg selv i. De fleste gangene er jeg bare til stede og stiller meg åpen for flest mulig sanseintrykk. Der og da vet jeg ikke hva jeg vil oppleve, det ligger et overraskelsesmoment, en usikkerhet i hva jeg vil oppfatte, hvilke sanser som kobles på og fremheves i gitte situasjon. Jeg søker de umiddelbare ord og tanker som dukker opp i møte med omgivelsene og de spesifikke fragmentene jeg sanker. Jeg gjør også en studie av fragmentene jeg samler. I et forsøk på å se hvert enkelt fragment i kraft av seg selv og sin situasjon, forsøker jeg å sanse objektet ved å plassere meg selv inn i dets rolle. Jeg persiperer og reflekter over hva jeg føler. Jeg dveler ved det utvalgte fragment, og gjør lydopptak av ord og tanker i den gitte og oppståtte persepsjon. Jeg foretar en fenomenologisk beskrivelse av de innsamlede fragmentene. Jeg forsøker å være bevisst min egen bevissthetstilstand i øyeblikket.

### 4.3 Vandring

Før vandringen gjorde jeg meg kjent med Kjetil Røeds (Røed, 2019) dyder som dannelsesidealer. Røed brukte disse begrepene opp mot dannelse i betydningen av evne til å forme en selv og ens syn på verden etter verdier man sette høyt gjennom en reise i møte med kunst. Disse dydene er viktige for et godt liv og kan ifølge Røed, gjennom kunsten gi en dypere forståelse av dydene i seg selv. Jeg ville ha disse dydsbegrepene med meg og undersøke hvilke dyder som vil være fremtredende i mitt møte med skog og undersøke i hvilke situasjoner eller tilstander disse dydene kan ha betydning i møte med skogen. Et viktig poeng er å være eksplorativ og åpen for at intuisjon og situasjon får fritt spillerom. Hensikten vil være, i etterkant og analysere hvordan og hvorfor jeg gjorde mine valg og refleksjoner. Når er jeg for eksempel mottakelig for de ulike dydene? Hvilke deler av skogen og opplevelsene påvirkes jeg av?

Vandringen var 64 mil til fots fra Oslo til Trondheim. Lange etapper foregikk gjennom by og tettsteder, langs asfalt og bilvei, opp og ned lange strekk som til tider var utmattende for både kropp og sinn. Tung ryggsekk med full oppakning med nødvendig utstyr for både å sove og ellers være selvhjulpen i ca. 30 dager, påvirket både bevegelse og utholdenhet. Vi var en gruppe på 5 personer, min familie, mor, far og tre barn, nå ungdommer, som gikk mer eller mindre i samlet flokk. Mitt prosjekt var derfor et eget prosjekt i familieprosjektet. Det ga meg noen ekstra utfordringer med

planlegging, da jeg skulle ta hensyn til flere enn meg selv og mine egne pålagte gjøremål. I tillegg ga det rom for andre perspektiver, da samtaler med andre kan påvirke mine perspektiv og kanskje mitt blikk på omgivelsene. Bevissthetstilstand og fokus henger tett sammen og påvirker både observasjoner og resultat.

Jeg kom veldig nær elementene og omgivelsene, men kjente på de fysiske utfordringer som fulgte gjennom hele vandringen. Den fysiske anstrengelsen var større enn antatt, så kroppens tilpasningsbehov fikk full oppmerksomhet, spesielt den første uken. Jeg valgte meg kun 18 fragmenter ut av millioner. Det oppstod øyeblikk og dialog mellom meg og enkelte biter av naturen og alle fragmentene utrykte noe særegent og fanget min oppmerksomhet på hver sin måte.

Når du går i flere timer hver dag, dag etter dag, faller du etter hvert inn i en egen rytme, en rytme bestemt av taktfaste skritt og din egen puls. Dette frigjør plass i hodet til å tenke litt på, meningen med livet, hva som er viktig i tilværelsen og det er tid og rom til å kjenne på vanskelige følelser. Å vandre slik gir også mulighet til å komme riktig nær naturen og mulighet for å bruke alle sanser og føle tilhørighet til naturen.

Pilegrimsleden – St. Olavsvegene til Trondheim, er et nettverk av historiske veier gjennom vakker natur, kulturlandskap og historiske steder. Alle veiene ender opp i Olav den helliges gravkirke, Nidarosdomen, som var det nordligste pilegrimsmål for kristenheten gjennom hele middelalderen. Det er mange ulike motivasjoner for å foreta en slik pilegrimsvandring. Eventyrlyst, tro og religion, naturopplevelser, fysisk utfordring eller møte med andre mennesker. I tillegg vil vandringen gjøre noe med mennesket, uansett tro og religion. Etter å ha vandret i flere dager er det mange som opplever en mental forandring. Enten det er å gå i fotsporene til våre forfedre som har gått, i sorg og glede, håp og fortvilelse, gjennom hundrevis av år eller som naturopplevelse i seg selv. Pilegrimsleden ligger åpen for en reise som berører, med rom for refleksjon, stillhet, vakker og variert natur, kulturminner, fysisk aktivitet og en arena for å utfordre seg selv (Pilegrimsleden, 2022). Jeg vil gå denne vandringen, i pilegrimenes fotspor, men med mitt eget perspektiv og fokus å være ekstra bevisst på hva jeg opplevde i møte med skog og natur og med vandringen som et tilrettelagt verktøy og hjelpemiddel for å forflytte seg gjennom naturskjønne omgivelser. Pilegrimenes lange tradisjoner har opprettholdt og vedlikeholdt fremkommeligheten gjennom å tilrettelegge vei og overnattingsmuligheter med historisk sus. Veier og stier er lagt gjennom de gamle skoger og kongeveier, og med tydelig merking langs hele



leden. Det er tydelige tegn av et stort markedsapparat som står bak satsningen og vedlikehold av Pilegrimsleden. Turen preges av en markedsrettet satsning på religionshistoriefortelling. Personlig trivdes jeg best inne i de gamle skogene, der naturen selv i størst grad har banet vei. Jeg er derimot takknemlig for at det tas grep for å synliggjøre en slik vandring, gjennom et tverrsnitt av landet vårt. Pilegrimshistorien berører og gir rom for refleksjon, og man føler respekt og takknemlighet for at man er født i dette århundret. Jeg føler meg ufattelig heldig og forskånet mot slit og fattigdom. Det kulturhistoriske perspektivet løfter min egen bevissthetstilstand og gir rom for å verdsette egen tilstedeværelse. De kulturhistoriske aspekter er også viktige for å føle tilhørighet med fortiden. Aller sterkest føler jeg respekt for naturen, som har vært et tilstedeværende vitne i flere generasjoner. Det er beundringsverdig hvordan naturen har evne til å overleve og tilpasse seg omgivelsene.

---

*Mist for all del ikke lysten til å gå. Jeg går meg til det daglige velbefinnende hver dag og går fra enhver sykdom; jeg har gått meg til mine beste tanker og jeg kjenner ingen tanke så tung at man ikke kan gå fra den.*

---

Søren Kierkegaard

Gjennom en slik vandringen gis rom for ulike bevissttilstander. Det å ha tid og mulighet for roe ned og foreta en tilbaketrekning vil kanskje åpne for inntrykk man i det daglige ikke reflekterer over. Er det mulig å skape rom for sammensmeltinger mellom meg og naturen, å oppnå en tilnærmet «symbiose»? Kroppen må være til stede både fysisk og sanselig. Man ser ikke kun med øynene, man ser med hele kroppen i et samspill med omgivelsene.

## 4.4 Dokumentasjon

### 4.4.1 Lydbok

Selv om man har full opppakning mens man går flere mil hver dag er mobilen lett tilgjengelig. Jeg benyttet mobilen som både lydopptaker og kamera og den ble mitt viktigste redskap for å lagre empiri. Jeg hadde den i en egen veske på magen, sammen med vann, plastertape, og nøtter. Når sekk og sko var på og ellers alt innen rekkevidde

kunne jeg bare gå og være til stede i nuet. Jeg snakket inn mens jeg observerte og fikk umiddelbare refleksjoner som lydopptak. Mobilens lydopptakerfunksjon fungerte utmerket og registrerte automatisk nøyaktig tid og sted. Det lettet arbeidet i etterkant og hjalp meg å holde oversikt over stedene jeg passerte og opplevde.

#### 4.4.2 Dagbok

Dagboken inneholder en annen type notater enn de daglige refleksjonene som jeg tar lydopptak av mens jeg går. Dagboken ble tatt frem når vi hadde funnet plass for natten, spist og ellers organisert utstyret. Det er fin måte å avrunde og reflektere over dagens gjøremål på. Nå gis rom for oppsummering av dagen eller skrive ned tanker som har gjentatt seg, gledet meg eller plaget meg. Denne boken inneholder både skisser, betraktninger, dikt og mer personlige tanker. Været og type overnatting, samt hvor sliten jeg faktisk var, hadde påvirkning på hvor mye og om det i hele tatt ble skrevet noe den aktuelle dagen.

#### 4.4.3 Foto

Av hensyn til bagasje benyttes mobiltelefonens kamera som fotodokumentasjon. Størrelsen gir meg også mulighet til å ha den i en veske på magen. Bildene kan automatisk lagres i en «sky» i tilfelle et uhell skulle oppstå. Dato og sted gjengis også nøyaktig og automatisk. Dette letter arbeidet med å sette søkelys på omgivelsene og benytte situasjonen til å være i øyeblikket. Foto fanger øyeblikket og låser opplevelsen. Kamera lar meg studere bilder for å komme virkelig nært. Detaljer forstørres og studeres. Ved å investere i en mobil med tre kamera, ble kvaliteten god nok til å gjengi naturen i tilstrekkelig oppløsning. Jeg organiserer bilder i etterkant.

#### 4.4.4 Film

Mobilen benyttes også til å ta mindre sekvenser av filmopptak, både for å gjenskape øyeblikk og opplevelser, men også for å ha lyden av fossefall, fuglekvisper og trærne som beveger seg i vinden. Om ikke det kan gjengis i den skriftlige avhandlingen, kan det kanskje benyttes i utstillingen og det er uansett fantastisk å reflektere over turen ved å se gjennom klippene i etterkant. Både for å gjenoppleve deler av turen, samt i arbeidet med å analysere, slik at jeg virkelig kan sette meg selv tilbake til øyeblikkene, og reflektere med nye innfallsvinkler og ny bevissthet.

#### 4.4.5 Fysiske fragmenter

På vandringen sanker jeg fragmenter fra skogen. Små biter som intuitivt vekker min oppmerksomhet og som jeg varsomt tillater meg å ta med meg. Jeg har ingen plan om hvor mange eller hvilke biter jeg skal velge ut og lar omgivelser og bevissthetstilstand velge sammen med meg. Jeg må ta hensyn til at alt jeg samler faktisk skal bæres, så jeg forutsetter å samle små biter og ikke for mange. Flere av bitene ødelegges når jeg pakker de i sekken, så jeg skaffer meg en boks med lokk for å beskytte de. Enkelte biter må også pakke inn i beskyttende papir. En kraftig strikk sørger for at lokket holder seg tilstrekkelig på plass og boksen plasseres øverst i sekken, horisontalt under topplokket.

## 5 Empirisk materiale

Foruten erfaringer fra et forprosjekt er all empiri samlet i løpet av vandringen. Som et ledd i forberedelsene for gjennomføringen av prosjektet gjorde jeg et forprosjekt hvor jeg undersøkte ulike tilnærminger til skogen. For komme så nær naturen som overhodet mulig gjorde jeg en studie av trær hvorpå jeg utforsket ulike typer interaksjon, ved å fristille meg selv og observere og sanse omgivelser, noe som også innebar å «snakke med trær». I løpet av vandringen gjør jeg lydopptak av mine umiddelbare observasjoner, jeg fotograferer og filmer, skriver dagbok og samler fysiske fragmenter fra skogen.

### 5.1 Vandringen

Vandringen var metode og et middel for å tilegne meg empiri gjennom kroppslig tilnærming som utgangspunkt. Vandringens fysiske utfordringer ble større enn antatt, så jeg måtte tilpasse meg situasjonene etter hvert som de oppstod. Jeg observerte omgivelsene jeg bevegde meg gjennom, men fokus fikk primære behov, som å spise og drikke regelmessig, ta ofte pauser for å hvile ryggen og beina, skifte sko og sokker (!), forebygge gnagsår ved å plastre føttene, finne sted å lage mat, finne sted å sove, generelt pleie av kroppen som helhet. Utstyret bestod av stor og tung ryggsekk, med flere par sko, hengekøye, sovepose og liggeunderlag, klær for flere typer værforhold, plaster, myggspray, solkrem, mat, vann, primus og kamera. Etter hvert som kroppen gradvis tilpasset seg utstyret og omgivelsene, hadde motivasjon, samarbeid og samhandling stor og avgjørende betydning for videre opplevelse. Ettersom vi gikk sammen som gruppe med ulike behov, opplevde jeg at kommunikasjon og tilpasningsevne hadde påvirkning på utfall av eget prosjekt. Det var til tider utfordrende å prioritere gjøremål, da lengdemeter og høydemeter påvirket det fysiske og psykiske i større grad enn forventet og jeg måtte jobbe bevisst for å sette meg selv i modus og bevissthetstilstand for å utnytte omgivelsene og observere og registrere empiri. Jeg trengte tid på å finne inngang til ønsket tilstand. Jeg trengte alenetid for å dvele og gjøre lydopptak av mine observasjoner, jeg trengte tid for å sanse omgivelsene og jeg trengte tid til å reflektere. Naturen var overveldende, fasinende, imponerende og mektig, men også sårbar og brutal. Jeg måtte prioritere tid og tilstand til å sortere tanker og inntrykk.

## 5.2 Lydopptak

På vandringen snakker jeg inn på mobilens opptaksfunksjon mens jeg går og beskriver det jeg føler og opplever akkurat der og da, i øyeblikket. Jeg reflekterer over de umiddelbare følelsene jeg kjenner på og hvilke omgivelser jeg til enhver tid befinner meg i. Når jeg i etterkant hører igjennom opptakene hører jeg tidvis voldsom pusting og pesing og det kommer tydelig fram at det er tunge og slitsomme etapper. Det er interessant å høre meg avbryte meg selv, fordi jeg får øye på noe som overtar hele min oppmerksomhet.

Her følger tekst som er direkte avskrift av min dialekt. Jeg har valgt å transkribere de øvrige opptakene til bokmål.

*«3/7 –Dag 6– Hvordan har vandringen påvirket meg? Den første uka har vært slitsom! Æ trudd vi skull finn bålplass, rigge oss te, å campe ... Æ har med øks og kniv og var forberedt på å lage minitipi for bålloppheng for kaffekjelen. Men æ merker no at æ bli så silten, ... og alt fokus e på føtter egentlig, plastre og forebygge gnagsår. I pausan må æ hvil beina, plastre og spis ... æ klare ikke å ha fokus på nokka anna. WOW, det va et vakkert træ! Et gedigent træ, i en liten hage med gult hus og skigard rundt det hele og en hvit benk for å slapp av og bare nyt. Skikkelig idyllisk, æ må ta bilde.. Æ får my tid te å se og tenk, å være åpen å observere å se ka som gjentar sæ og treffe meg. Æ oppdage ka æ tiltrekkes av. Trærne e mektig og fin ..., men æ må fortsett å gå ...»*

(Utdrag fra lydopptak fra vandringen)

*Det er gått kun 6 dager og jeg har ikke kommet inn i riktig rytme ennå. Det er fysiske og psykiske tilpasninger som må få førsteprioritet. Jeg blir overveldet av det vakre landskapet og hvor fysisk krevende det faktisk er å gå med 20 kg på ryggen, i all slags vær og alle slags terreng. Dag 3 er ofte den tyngste dagen, får jeg høre, de første to-tre dagene er man så gira og går entusiastisk ut med rak rygg og overmot. Sakte, men sikkert kommer den fysiske belastningen sigende. Beina må få prioritet, jeg må unngå gnagsår. Fungerer ikke beina er det bare å reise hjem. Jeg klarte knapt å gå de siste kilometerne på tredje dag, når vi endelig når dagens siste mål, faller både sekk og kropp ned i gresset, skoene lirkes av og jeg lukker øynene og puster ut. Helt utslitt!*

*Jeg må roe ned mine planer om innsamling av empiri den første uka. Jeg samler inntrykk og snakker de inn som lydopptak. Det blir interessant å se hva jeg sitter igjen med til slutt. Hva som har utmerket seg i løpet av turen.*

*Neste dag er kroppen overraskende frisk og rask og jeg er klar for å gå inn i skogen.*

(Utdrag fra lydopptak)

*Jeg føler meg som Askeladden der jeg undres over alle de fine bitene som ligger både så laglig til, men også så alene og forlatt. Det er jo så mye spennende. Jeg er tross alt på en lang vandring, alt jeg plukker må jeg bære og sekken er relativt full fra før.*

*Skogens magiske atmosfære omfavner meg med sitt mørke. Luktene, lydene, formene og lyset som slipper inn gjennom grenene høyt der oppe lager skyggespill og dansefest. Jeg må se ned for ikke å snuble i de enorme røttene som fletter seg under meg. Jeg er liten, men stor sammenlignet med de små bitene av trær og planter som har funnet veien ned til bakken. De ligger som usynlig dekke på sti og veg. De snor seg, vrir seg og brekker under mine føtter. Plutselig treffer en stråle av energi meg, midt i åsynet, og jeg bøyer meg ned og plukker det varsomt opp. Jeg studerer det, lukter på det og holder det en liten stund før jeg varsomt legger det i en liten boks med lokk og fester strikket rundt. Den må skånes i møte med mitt øvrige pikkpakk. Den får vente til vi er helt alene, ut av skogen og inn i et annet modus. Nå samler jeg, senere skal jeg analysere, så transformere og skape noe nytt. Vi skal enes vi, jeg og den lille biten av skog.*

(notater fra dagbok)

Slik samler jeg fragmenter i løpet av min vandring.

### **5.3 Fragmenter**

Jeg fristiller meg helt og planlegger ikke hva jeg skal samle, av hverken observasjoner eller små biter. Min bevissthetstilstand og mitt modus påvirker hva jeg velger å samle. Selv med dydene til Røed i bakhodet samler jeg enkelte ganger ubevisst, vær, humør,

tanker, følelser eller min fysiske og mentale tilstand overstyrer gjerne dydene. Jeg erfarer også at underbevisstheten kan overstyre mine handlinger.

### 5.3.1 Fragment 1 - Bark fra furu – Ringe 10. juli



*Figur 1 Fragment 1, funn av bark.*



*Figur 2 Fragment 1, funnsted.*

*Med ett dukket «batman» opp.  
Som om denne barke-biten lekte i vinden  
og fløy imellom trestammene  
før den endte sin ferd på bakken.  
Den fikk aldri vind under vingene igjen.*

(utdrag fra dagbok)

En regnfull dag bød på en vandring gjennom frisk og fuktig barskog med bakken dekt av store biter bark og tusenvis av kongler. Det kan minne om et slags hamskifte for trærne. Lange stammer står på rad og rekke med trekronene høyt der opp. Vind og regn vasker trærne, og løs bark og små kongler faller ned til bakken. Regnet farger trestammene og brunnyansene lager et vakkert skue. Luften er særdeles frisk, med deilig og duft av kongler, kvaie og bar. Alle farger og lukter forsterkes og viser seg på en ny måte i og etter regn. Regnet er forfriskende både for meg og naturen.

### 5.3.2 Fragment 2 og 3 - Kjuker og sopp – Sel 13. juli

Jeg har lenge lagt merke til disse kjukene som vokser på døde og døende trær. De klatrer langs trestammer og danner små trappetrinn på stubber og trær. Jeg vil plukke med meg en av disse. Jeg må bruke litt makt for å løsne den utvalgte kjuken, der den suger seg til treet og jeg får litt vondt inni meg og sier et stille «unnskyld» i det jeg separerer den fra trestammen og fratar den videre vekstvilkår og liv. Jeg overtar dens funksjon, men bidrar samtidig med ny funksjon og på en måte nytt liv. Jeg utnytter dens estetiske uttrykk og form. Jeg setter den inn i en annen sammenheng, dog på mine premisser. Denne kjuken hadde egne betingelser og agenda for sitt virke.



*Figur 3 Fragment 2 og 3, kjuke og sopp, samt funnsted for begge.*

Den hadde funnet seg en vert, et døende tre og den var i starten på en reise, et liv, sitt liv. Overflaten er hard og fløyelsmyk i vakker kombinasjon. Tydelige striper og spor synligjøres lagvis ettersom den har vokst. Sporene danner striper langs kjukens form og kropp og har fargenyanser i en hvit, grå, beige og brun fargepalett.

Kjukene snylter ofte og overtar siste livskraft fra den døende materien. De kan derimot også leve i symbiose med verten da de tilpasser seg hverandre og kan leve sammen over lengre tid. Jeg opplever det oppstår en dialog mellom liv og død. Jeg valgte denne kjuken da den skiller seg ut i sine omgivelser. Den er et synlig bevis på endring og tilpasningsdyktighet. Omgivelsene var brutale og markerte et meget tydelig skille i min vandring. Fra idylliske omgivelser til brå overgang til jernbane og hogstfelt i en dyp dal med fuktig fossefall og klima.



Kjucker og sopp tilpasser seg og utnytter endringen i skogens livssyklus, noens død blir andres begynnelse. Det var kjuken jeg hadde plan om å plukke, men disse svarte soppene var en ny interessant erfaring. De var helt sorte, porøse og meget lette av vekt. Mine fingre ble farget sorte og soppene måtte behandles med varsomhet. Jeg gjorde flere forsøk på å løsne dem i mer eller mindre hel tilstand. De ble tydelig symbol på kontrasten mellom liv og død.

*Området som helhet hadde en blandet, men dyster atmosfære. Etter en bratt bakke med fin stigning stoppet med ett stien og en jerngrind med klirrende kjetting markerte slutten av den idylliske skogsturen. Herfra gikk stien over i en provisorisk vei videre gjennom et menneskeskapt hogstfelt, forbi døde og døende trær og bratt ned en konstruert sti med støttepilarer og gjerde som skjerming mot en meget bratt skråning ned mot fossefall på venstre min side og et jernbanespor på høyre side. Stedet bar tydelig preg av endring. Fossefallet skapte et fuktig klima, der en tåkesky lå over nederste del av dalen. De døende trærne hadde mistet kronen og var svarte av sopp i nedre del og særlig på den ene siden av trestammen. Kjucker og sopp hadde særs gode vekstvilkår og de klatret oppover langs bjørkestammene. Kombinasjon av råte fra fuktig klima, forurensning fra jernbane samt uttak av trær og jordsmonn fra hogstfeltet skapte en blandet, men dyster atmosfære. Kontrast mellom liv og død var tydelig og jeg plukket med meg både kjuke og en type ukjent svart sopp.*

(Utdrag fra dagbok)

### 5.3.3 Fragment 4 – buet kvist - Dovrefjell 14.juli

Dovrefjell nasjonalpark var preget av frisk luft og mye buskas. En smal tørr grusvei ledet oss over mange steiner og brukne kvister og greiner. I en klynge av grånyanser av stein og kvist lå en liten form som skilte seg ut. Den hadde form som et spørsmåltegn og jeg besvarte med å plukke den opp.



Figur 4 Bilder av veien opp mot Dovrefjell.  
Jeg finner Fragment 4, som er verdt å ta med seg

*Mine bein går lett, flat mark, tørt underlag, grå sand, grå stein, grå kvister, lite farger egentlig .... Oi, den var søt. Et spørsmålstegn? Hva vil du? Jeg bøyer meg, plukker opp og undrer hva har skjedd her? Formen viser retning rett fram, så en loop tilbake, anger eller resultat av kronglete vekstforhold.*

(Utdrag fra lydopptak)

#### 5.3.4 Fragment 5 og 6 – barkeruller fra bjørk – Dovrefjell 15. juli



*Figur 5 Fragment 5 - Bilder av innsamling av fragment fra ung bjørk. Øverst til venstre vises snitt etter utskåret bark i trestammen. Øverst til høyre viser bark og never før de er rullet sammen som vist i nederste bilde.*

Jeg hadde vært på pilflettekurs like før vi la ut på denne vandringen for å lære nye teknikker til eventuelt skapende verk og hadde merket meg disse små rullene av bark som kursleder hadde sanket og rullet sirlig sammen til vakre små emner. Slike eksemplarer ønsket jeg også å sanke. Nå bød sjansen seg. Oppe på Dovrefjell tok vi en rastepause. Været var nydelig og en lengre matpause var innen rekkevidde. Mens

primusen kokte kaffevann benyttet jeg anledningen til å finne emner. Jeg hadde gjort meg noen tanker om denne måten å frigjøre barken fra stammen og ved å knytte dem sammen ville de beholde en spiralform i tørkeprosessen. Jeg ble overrasket over hvor lett de slapp underlaget, da jeg skar et langsgående snitt i en trestamme. Jeg skar bevisst lang nede på stammen og krøp inn på «baksiden» av et tettvokst buskas for å skjule min «overtredelse». Jeg tok prøver fra to ulike bjørketrær, en ung bjørk og en gammel bjørk. Det var enorm stor forskjell på utfallet. Den unge bjørka bar preg av sterk frisk grønnfarge, fuktig og glatt trestamme. Bark og næver delte seg overaskende lett. Den gamle bjørka hadde kun et lag bark, og desto mørkere farget med en helt annen konsistens og utseende, den minnet om som jord og moll. Bjørka vokste helt i vannkanten og var ganske råttent innvendig. Det kunne virke som bjørka allerede hadde begynt transformasjonsprosessen over til jord.



*Figur 6 Fragment 6 - Barkeprøver av gammel bjørk.*

*.... så tok jeg en gammel bjørk som stod rett over på andre siden av bekken, jeg hoppet over fordi jeg ville gjøre snittet mest mulig usynlig, slik at det ikke ble så skjemmende, men mest mulig skjult, ....jeg gikk derfor på baksiden.... Fikk ikke så tykk bit, mulig det ikke var like tykt som det helt ungt dette treet.... Øverste laget var syltynt, så var det helt brunt, helt mørkt, mollfarge.... Den var helt grei å ta av, så jeg rullet den av og da jeg skulle klatre tilbake så brakk den svære greina som jeg holdt meg fast i, det visste seg at det her var et pillråttet tre. men jeg fikk en prøve av to naboer, en gammel og en ung...*

(egne notater fra dagbok)

### 5.3.5 Fragment 7 - Rot fra Dovreskogen - 14. juli.



*Figur 7 Fragment 7. Røtter.*

Det er ganske drygt å gå langs denne litt forblåste stien. Mye sand og kvist som klamrer seg til bakken. Går litt foroverbøyd for å avlaste ryggen, da det er tyngre å gå når veien er uten særlig variasjon. Fargene er i gråtoner og det blåser litt så jeg kikker ned i bakken og ser hvor jeg trår. Med ett ser jeg en form som skiller seg ut. Den fascinerte meg. Den lå litt ute på kanten av stien, som om den krabbet av gårde. Jeg plukket den opp og studerte alle disse små greinene som tvinner seg over og under hverandre. Fine forgreininger, fine røtter.

### 5.3.6 Fragment 8 – Øyekvist fra Dovre - 15. juli

På Dovrefjell finnes smale stier av sand, stein og utallige små kvister. Kratt og små bjørkestrær dominerer naturen, foruten lange åpne vidder og flott utsikt. Det er friskt, befriende og vakkert. Det er lett å gå og blikket er rettet utover vidder og langs etter krokete bjørkestrær, busker og kratt som ligger helt flatt ned til bakken. Det vitner om værhardt miljø. Stigningen opp til fjellet var hard, nå er stigningen slak og jeg går ganske lett med blikket framover. Plutselig ser jeg en form som skiller seg ut.



*Figur 8 Foto av fragment 8 - funnet på vei opp Dovrefjell.*

*Ååh så søt! ..... en kvist med sirkel-form, et øye ..  
som et halvt evighetssymbol egentlig..*

*Vi har gått halvveis til Trondheim, føles som en halv evighet ...*

*(Utdrag fra refleksjon/lydopptak)*

### 5.3.7 Fragment 9 – hjerteform fra Hjerkin -16. juli

Denne biten fant jeg liggende under vann. Den var helt gjennomtrukket av vann, nesten svart av farge, tung som en stein etter sannsynligvis vært lenge under vann. Formen var tiltrekkende, som et hjerte. Jeg trodde det først var en stein, og ble litt overrasket da jeg plukket den opp. Den måtte reddes, jeg følte den holdt på å drukne. Etter hvert som den tørket, kom et tydelige fargespill til syne og fargen bleknet gradvis til både mørke og

lyse nyanser av brun. Små sandkorn lå i sprekke og de runde kantene vitnet om å ha rullet rundt i sand og stein over lang tid. Den ser ut til å være en bit av noe mye større.



*Figur 9 Foto av fragment 9 - hjerteform*

### 5.3.8 Fragment 10 – «Foster» fra Oppdal – 18.juli



*Figur 12 Fragment 10 "foster»*

Vi stoppet for en rast, da jeg oppdaget den lille biten. Av med sekken, av med skoene og egentlig veldig fokusert på å skifte sokker og få meg en sjokoladebit. Dette lille vidunderet lå litt skjult bak en stein, den lå litt i ly. Formen minner om et foster og jeg plukker den straks opp. Som en fugleunge som har falt ut av reiret. Jeg la meg ned for å hvile og studerte biten. Jeg bar den lenge i hånden før jeg la den i boksen med de andre fragmentene.

### 5.3.9 Fragment 11 – «Klo» fra Rennebu - 20. juli

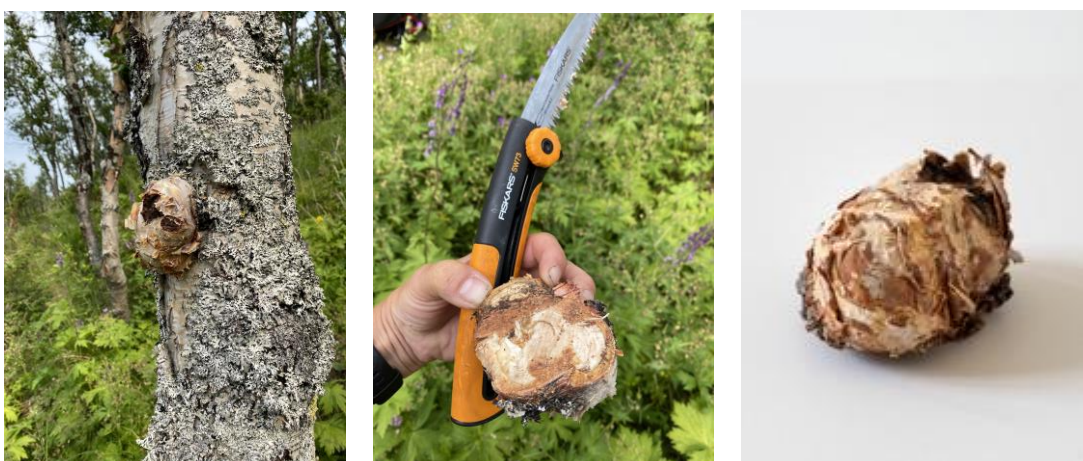


*Figur 13 Fragment 11, spiss "klo" fra spjæret tre.*



Dette treet var tydelig merket av vær og vind, da det regelrett var spjæret og brukket i to. Fra en massiv vertikal sprekk i trestammen vokste det små spirer ut av «såret». Treet skilte seg særlig ut og det så ut som det var truffet av lynnedslag. Jeg gikk umiddelbart bort til treet da jeg så de små kvasse greinene som stakk opp fra innsiden av treet. Greinene hadde en fascinerende spiss form som jeg straks assosierte som en klo. Med litt fantasi kunne det gjerne vært et enormt rovdyr som hadde slått treet over ende og satt fast klørne i trestammen. Barken og trets struktur var skrukket og lå i mange sirlige folder som så ut til å ha vokst over lang tid. Farge og mangel på inntak av fuktighet indikerer også gammelt trevirke. Det er mulig det er slik baksiden av greinene ser ut, men jeg vil anta at naturen følger «instinkt» og vokser i kontakt med luft og lys, de tilpasser seg rett og slett situasjonen. Jeg brukte min nysgjerrighet og tilstedeværelse i funnet av dette fragmentet.

#### 5.3.10 Fragment 12 – Utvekst på tre – Oppdal 17. Juli



*Figur 14 – Fragment 12, innsamling av utvekst på bjørkestamme.*

Dette treet stod litt alene, derfor ble konturene av trestammen mer synlig og jeg fikk øye på den lille utveksten på trestammen. Jeg følte en slags omsorg, samtidig som jeg tok fram saga og skar av denne klumpen/byllen. Kanskje var det et forsøk på å frigjøre eller operere bort en kreftbyll. Var litt nysgjerrig på hvordan den så ut inni, da dette ofte er forårsaket av sykdom. Den så tilsynelatende frisk ut så jeg tok den med.

## 5.4 Dagbok

Jeg har i tillegg til en liten notisbok som også er en del av det empiriske materialet, hvor jeg noterer og skisserer underveis. Det oppstår for mange uforutsette opplevelser og utfordringer i løpet av den daglige vandringen, at skriving og dagbokskrivning skjer i de sene kveldstimer eller rundt frokosten. Notater blir sporadisk gjennomført og jeg benytter utdrag fra dagboken gjennom hele avhandlingen.

*Skogen brer seg over underlagets kuperte kriker og kroker. Små frø svever i vind og virvler i sirkler og strykes av strå som strekker seg i brisen og treffer slike små frø som så faller til bakken. Frø finner jord, vann og et sted å være, være for å slå rot og bli noe stort. Frø endrer form da frø får næring og skyter i sakte film og blir til stilk, stilk, stilk. Stilk utvider flere retninger og brer raskt sine bevegelser i et nett på kryss og tvers og nye spirer blomstrer, blomst får farge og liv. Stilk brer seg som et teppe over jordmassene, omfavner steiner og farger landskapet.*

*Langsamt eller rask, uten tidtaking og forventning. Det skjer, det vokser, det beveger seg i utakt med menneskets tidsregning. Sidelengs, nedover, diagonalt snor det seg mellom jord, partikler, molekyler og luft. Transparent svampaktig masse skrider og åler fram, ned i dypet, langs hulrom, gjennom brun masse, dypere, videre i det uendelige.*

(utdrag fra dagbok)

*Jeg løfter blikket og skanner omgivelsene, blikket leter og følger formene på omgivelsene. Jeg ser langt fram og leter etter retning å gå. Ser ned for å passe på hvor jeg setter foten, ett steg av gangen, terrenget er ujevnt og det er lett å tråkke feil. Konsentrasjonen og fokuset er rettet mot det å gå. Gå mot et mål, dagens etappe.*

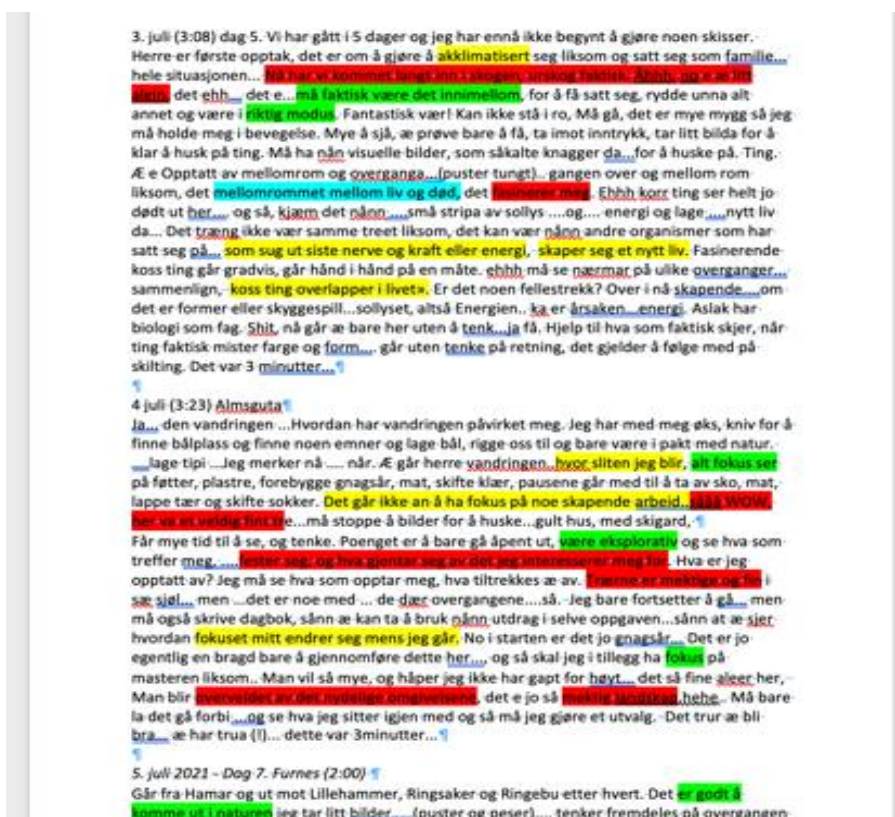
(utdrag fra dagbok)

## 6 Analyse

I analysen bruker jeg dydene til Røed som en grunntanke, som analyseknagger for videre analysearbeid. Jeg leser mine egne notater og refleksjoner fra vandringen med nye øyne etter hjemkomst. Det tok litt tid å komme hjem, komme til hektene og lande. Ny innsikt av opplevelsene åpner seg, og jeg opplever fordypning og større forståelse. Ved å høre igjennom refleksjonen som ble snakket inn som lydopptak klarer jeg i stor grad å gjenoppleve opplevelsen. Ved å se igjennom filmklippene blir jeg ytterligere til stede og gjenopplever deler av turen.

Jeg hører gjennom de samme refleksjonene gjentatte ganger med ulike begrep og bevissthetstilstander som utgangspunkt. Jeg har gjort en datareduksjon for å skille ut materiale som er interessant og relevant og fargekoder den transkriberte teksten og lager i tillegg et analyseskjema som samler flere kategorier og teorier i ett stort felles skjema. Den transkriberte teksten fra lydopptakene fargekodes etter følgende begrep;

Samarbeid - Mangfold – Tilstedeværelse – Tid - Begeistring – Nettverk



Figur 15 Utsnitt av fargekodet transkribering av lydopptak.

Jeg velger i første omgang å forenkle antall begreper og ikke bruke alle de elleve ulike bevissthetstilstandene fra teorien til Rød. Samarbeid blir et samlebegrep for bevissthetstilstander som *samhold*, *samarbeid*, *kjærlighet* og *omsorg*.

Tilstedeværelse innebærer også *tilbaketrekning*. Begeistring samler begrepene *oppmerksomhet* og *nysgjerrighet*, De øvrige begrepene får klarere betydning når de sammenstilles i et større analyseskjema.

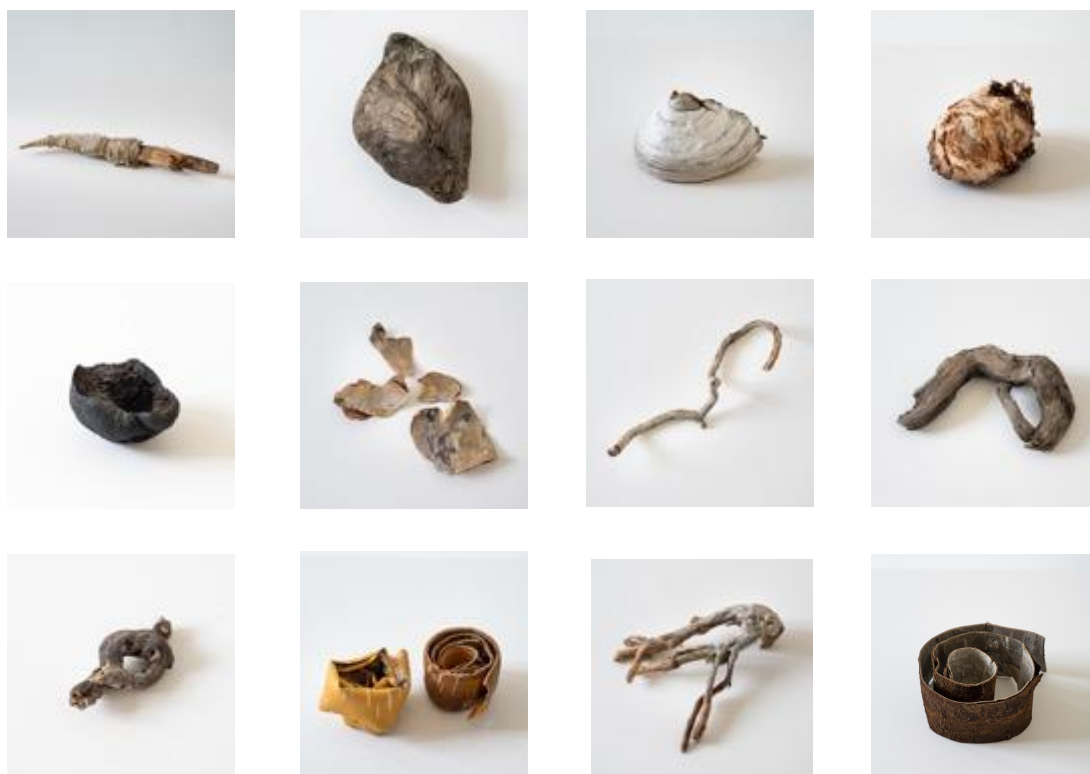
Figur 16 Analyseskjema

Jeg fotograferer de innsamlede fragmentene med bedre kamera ved hjemkomst og de framstår i nytt og bedre lys. Bildene får fram ytterligere detaljer og jeg opplever de kan anerkjennes som små kunstverk, kun i form av seg selv. Bildene kan også bidra til å forsterke og bekrefte min påstand om at de små delene i naturen har stor verdi i seg selv. Jeg skriver ut bildene i stort format slik at detaljene virkelig blir synlige. Jeg henger de opp på veggen slik at de inspirerer meg og skaper god atmosfære i mine arbeidsomgivelser. De hjelper meg i å reflektere, når jeg skifter imellom ulike bevissthetstilstander og innfallsvinkler i leting etter ny innsikt. De gjenskaper minner og jeg evner å se for meg opplevelsene om igjen, samt at det åpner for ytterligere rom for

assosiasjoner. I avhandlingen knytter jeg, de bildene jeg tok av detaljer i naturen, opp mot hver av dydene, og i tillegg bidrar bilder til å underbygge situasjoner, assosiasjoner og opplevelser for å svare på problemsstillingen.

Gjennom skapende arbeid utforsker jeg mulige sammensetninger/tablå/installasjoner til de ulike begrepene. Den ene leder til den andre. Jeg komponerer flere små installasjoner som oppsummerer og/eller setter søkelyset på de ulike dydene og øvrige resultater. Når jeg bruker fragmentene uten å bearbeide dem, tar jeg bilder for å dokumentere, før jeg lager nye installasjoner. Jeg utforsker ulike uttrykk som bidrar til forståelse og visuell framstilling av begreper og bevissthetstilstander.

Jeg setter meg inn i de elleve bevissthetstilstandene som utgangspunkt og oppdager nye meninger og ny forståelse. Jeg opprettet egne mapper og sorterte bilder som utmerker seg som for eksempel *samarbeid, mangfold og håp*.



*Figur 17 Foto av de utvalgte fragmentene som alle knyttes opp mot teori i videre arbeid.*

Her er har jeg samlet noen av de innsamlede fragmentene. Alle disse analyseres opp mot de samme bevissthetstilstandene som Røed sammenstiller opp mot kunst. Jeg kobler de opp mot opplevelser fra møte med skog og trær, analogier og refleksjoner.

Etter gjentatte gjennomganger av datamaterialet registrerer jeg gjentakende bruk av egne begreper. For meg framstår disse som videreutvikling av dydsbegrepene, da de oppsummerer min empiri i den forstand at naturen er mangfoldig og alt henger sammen og forgreninger seg. Begrepene innebærer en sammenfatning og er fortettet til; *mangfold, forgreninger og tilpasningsevne.*

## 7 Resultater

Mitt utgangspunkt for prosjektet var å undersøke hvordan verdsette de små delene av naturen og samtidig undersøke hvilken type bevisstgjøring som kan oppnås i relasjon til disse og ved tilstedeværelse generelt på en vandring gjennom skog. Hvordan kan så de ulike bevissthetstilstander og evt. endring av disse bidra til dannelse, både for egen og andres del? Jeg gjentar her problembeskrivelsen:

På hvilke måter kan en vandring, og møte med skog og trær bidra til bevisstgjøring og danning?

I analysearbeidet kom jeg fram til noen resultater ved bevisst bruk av Røeds elleve bevissthetstilstander. Jeg reflekter rundt begrepene og knytter alle dydene opp mot de innsamlede fragmentene. I tillegg kobles bilder fra vandringen, fenomenologiske beskrivelser og refleksjoner fra transkriberte lydopptak og passende dagboknotater opp mot de samme dydene. Jeg finner også noen egne begreper som gjentar seg for meg og som jeg anser som resultat.

### 7.1 Bevissthetstilstander

Jeg har som tidligere nevnt, benyttet Kjetil Røeds teori om bevissthetstilstander, og knyttet disse opp mot opplevelser i vandringen.

Med noe ulik tilnærming til bevissthetstilstandene i møte med skogen stiller jeg meg åpen til å se omgivelsene med ulike blikk. Jeg går bevisst inn med de elleve ulike tilstandene og utforsker dialogen som oppstår mellom meg og landskapet. Noen av bevissthetstilstandene framtrer sterkere enn andre og får større betydning for mitt blikk, mine opplevelser og mine refleksjoner. Bevissthetstilstandene er oppmerksomhet, dømmekraft, tilbaketrekning, nysgjerrighet, erkjennelse, håp, samarbeid, tvisyn, håndverk, kjærlighet og solidaritet.

### 7.1.1 Oppmerksomhet

Jeg registrerer at alt har en overgang, fra en tilstand til en annen eller over i en annen form. Det oppstår et mellomrom i en periode for at naturen skal få rom til å skape endring og transformere over til ny form og ny tid. Ny form for å skape mykere overgang, for å skape gradvis nedtrapping eller opptrapping. Det foregår en utvikling mellom perioder, mellom materialer, mellom form og farger. Mose og sopp får



*Figur 18 Detaljer i naturen. Med oppmerksomhet oppnås tilgang til "usynlige" detaljer.*

vekstgrunnlag og lager ny vegetasjon som får nye funksjoner. Enten videreføres døende vekster eller så reparerer eller overtas og dekkes disse overgangene over, beskyttes og skaper nye formasjoner og funksjoner. Overgangene oppleves som svært vakre. Ved nærmere oppmerksomhet og refleksjon konkluderer jeg med at det ikke finnes stygg natur. Jeg oppfatter ikke brukne greiner som stygge brudd. Det er heller interessant å se hvordan trevirket har delt og splittet seg, og jeg blir mer nysgjerrig på hvordan dette har skjedd enn om treet lider noe nød. Er det vind, lynnedslag eller tidens tann, eller har mennesket vært involvert? Om siste tilfelle blir naturen faktisk stygg om motorsag og effektive kutt ikke gjøres med respekt for omgivelsene.

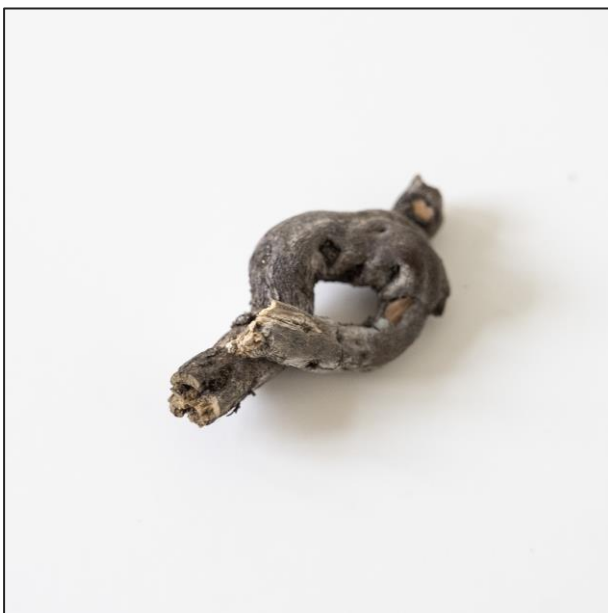
Om jeg er bevisst og entrer omgivelsene med et oppmerksomt blikk overveldes jeg ofte av naturen. Oppmerksomhet er avgjørende i de fleste faser og tilstander og påvirker opplevelsen sterkt. Er man ikke oppmerksom, vil man sannsynligvis gå glipp av det



som skjer rundt seg, både nært, som rett foran seg og fjernt, som i verden generelt. Ved å gå alene er det enklere å ha oppmerksomheten rettet mot ønsket mål. Går man sammen med noen og samtaler, er oppmerksomheten gjerne rettet mot innhold og samtalepartner. En mellomløsning er å kombinere samhold, ved å samtidig ha blikket på omgivelsene. Grad av oppmerksomhet avhenger derfor av flere faktorer, men kan styres. Røed sier at dyden oppmerksomhet er en forutsetning for all erkjennelse, omsorg og tenkning. Røed har katter som et gjennomgangstema i boken og reflekterer over kattens betydning, som et eksistensielt kompass som endrer oppfatningen av det sosiale rommet som noe utelukkende menneskelig. Han søker sin egen stemme gjennom katter (Røed, 2019, p. 19). Jeg kan relatere til dette, men min oppmerksomhet og omsorg er påfallende ofte knyttet til deler av naturen som jeg oppfatter som sårbare, de «rareste» delene av skogen, de skjeve, gamle, råtne og «ødelagte» delene av en tilsynelatende fullkommen natur. Jeg føler en omsorg og har en egen oppmerksomhet mot detaljene som framkommer i slike omgivelser. Mitt blikk jobber i underbevisstheden og skanner omgivelsene mens jeg går og samtaler, eller er i andre tanker. Røed har et eget avsnitt om å lære seg å se det oversette. Kunsten har ofte et bevisst ønske om å formidle et budskap, noe kunstneren har sett og mener også andre bør se. Røed mener effekten av et bilde også kan vise og forandre hvordan vi betrakter verden, også utenfor kunstverket (Røed, 2019, p. 29). På samme måte utforsker jeg muligheten for at vi ser skogen med større interesse og tenker over sammenhengene den inngår i. Det ligger ofte en større historie bak det vi først får øye på, det gjelder bare å være oppmerksomme på det oversette, det «usynlige». Oppmerksomhet kan også være en minneframkaller, da noe man ser, noen detaljer, om bare konturene av, minner det deg om en annen tid, et annet rom og et minne framstår. Vi blir bevisst at våre liv kan endres gjennom å være oppmerksom på det som skjer rundt oss. Når vi går i den store skogen, ser vi oss ofte blinde på omgivelsene, «vi ser ikke skogen for bare trær». Vi må øve oss i å være oppmerksomme og vi oppdager forhåpentligvis at oppmerksomheten leder oss til et sted hvor vi kan vurdere hva som er viktig og mindre viktig ut fra en ny synsvinkel. Selv en liten bit fra naturen kan lede oss inn i riktig store tanker om livet, bare vi er oppmerksomme.

*Å gud, det e jo nesten så en man bli religiøs vettu!*  
*Når man skjer dét landskapet og de fjellene!*  
*som bare strekker seg så langt øyet kan se..*  
*men de nydelig ste grønne nyansene over det hele ...*  
*det bølger bortover, .... der trærne og gresset følger formasjonene.*  
*Så når det blåsers litt, blir det bevegelse, så de e heelt fantastisk ...*  
*bare å se på .... og kjenne den samme luften som trærne kjenner ....*  
*Puste inn den samme luften .... det gjør utrolig godt.*  
*Kjenne det langt inni..... kunne stått her flere timer egentlig ...*  
*det gjør så godt,*  
*Absolutt en type nedsenkningspunkt ... og den lukta ... (inhalerer med*  
*nesa) hehehe, det er så frisk at æ bli nesten ... ja.....*  
*har ikke ord ...*

(Notater fra lydopptak/refleksjoner)



Dette fragmentet fikk min oppmerksomhet idet jeg skulle plassere min fot på stien. Mitt blikk var rettet oppover, framover og utover busker og småvokste fascinerende krokete bjørketrær, men jeg så også ned hvor jeg skulle plassere mine ben, og der ble jeg oppmerksom på dette lille «øyet», som så rett tilbake på meg. En gjensidig oppmerksomhet?

*Figur 19 Fragment nr.8 symboliserer oppmerksomhet*

### 7.1.2 Dømmekraft

Dømmekraft er vår evne til å sette ord på ting og erfaringer. Når vi kan plukke opp en kvist og kaller en kvist for en kvist er jobben gjort. Vi navngir tingene etter hva vi vet. Om vi må gruble over erfaringen og utvide begrepene vi har eller må finne opp nye, for å kunne tenke om tingen vi har framfor oss, benytter vi en refleksiv dømmekraft. Nå vil kvistens overflate og form, som kjennetegner akkurat denne kvisten, ha betydning for vår dømmekraft for å begripe «kvisten». Når hver enkelt kvists karaktereregenskaper potensielt får betydning, åpnes et helt univers av nyanser, og alle kvisters ulike særtrekk utover det å være en generell kvist har betydning. Mennesket som ser kvistene, er like forskjellig som kvistene er forskjellige. Forskjellige synsvinkler og ulike minner framkalles og hektes ved. Slike tanker knyttes opp mot vår evne til å tenke bredere enn vi er i stand til på egen hånd, gjennom å se fra et annet ståsted enn vårt eget (Røed, 2019). Når vi kaster kvister og stein et sted vi ikke kjenner og aldri vil få se hvor de lander eller hva som skjer, kan man tenke seg alle de dødvinklene som landskapet inneholder, og alt som befinner seg i skyggene, i skogens eller havets dyp og menneskers hoder. Jeg tenker ofte at kvister har analogi til menneskers sjeleliv. Jeg



*Figur 20 – Foto – dømmekraft. Jeg ser tydelig to ansikter. Et feminint, lett framoverbøyd, sjenert ansikt til venstre og en mann i profil vendt mot damen. Hva ser du?*

finner automatisk likheter inn mot menneskelige assosiasjoner og reflekterer rundt ulike nye betegnelser av delene jeg observerer. Det viser seg ofte det har en sammenheng med min bevissthetstilstand eller sinnstilstand.

*Jeg kikker egentlig bare rett ned i bakken, tungt framover lent og svetten renner ... jeg må være oppmerksom på hvor jeg orker å sette føttene ... det er greit underlag, fint gress, ganske bred sti, men den bakken var skikkelig tøff.... plutselig ligger den der da. ... en liten krøll av en kvist, som om den har ... (jeg puster og peser) ... krøllet seg i fortvilelse .... eller vridd seg i smerte ... hvordan har den havnet her? iallfall har den brukket av og fått seg en hvil i bakken ... (pust og pes) ... døden kom faktisk ... jeg tar den opp ... det blir et slag symbol på den krokete veien til toppen her .... jeg er ikke alene om å kroke meg sammen på veien videre ...*

Notater fra lydopptak/refleksjoner 14.juli, Dovre



*Figur 21 Fragment 4 - krokete kvist funnet på vei opp mot Dovrefjell.*

Dette fragmentet assosierer jeg med hvor kronglete og tung veien opp til Dovrefjell var. Kvisten har en krocket form og kanskje hadde jeg behov for en stokk i de bratteste partiene av bakken. Den ligner også et spørsmåltegn, et spørsmål om hvordan både jeg og kvisten havnet på samme sted eller hvorfor jeg plukket opp nettopp denne kvisten. Det oppstod noe mellom oss – jeg kjente meg litt igjen og jeg stoppet opp, tok en pust i bakken og den hjalp meg opp siste kneika.

### 7.1.3 Tilbaketrekning

Ved å evne å rydde plass, skape rom for å være alene ved tilbaketrekning opplever jeg omgivelsene med en helt annen ro. Når jeg selv er på plass i meg selv og unnlater å tenke på andre eller noe annet enn å være, harmoniserer det meste. Ved å gi meg seg selv tid til å dvele og kjenne på tilstedeværelse, opplever jeg å falle mentalt inn omgivelsene og lar meg omfavne av alle inntrykk. Det er dog noe med å finne disse stedene hvor man faktisk har mulighet til å sette den øvrige verden på hold, skape en balanse, der lydkilder nøytraliseres til en behagelig, hvit støy og bare lukke øynene og gå inn seg selv. Meditasjon for å komme nærmere seg selv og egne tanker bør ikke undervurderes. Man kan øve på å trives i eget selskap, skape en balanse ved å være alene for å bli bedre kjent med seg selv for lettere finne sin plass i verden, et sted man kan kjenne seg trygg og få utnyttet sitt potensiale. Røed sier at tilbaketrekning er grunnleggende forbundet med å stå fram for andre, for uten et fellesskap å flette dine livshistorier inn i, vil du ikke kunne delta i hva som skjer i verden (Røed, 2019, p. 68). Skogen kan være et slik sted, der trærne omfavner oss og skaper et rom for å reflektere. Jeg har oppdaget at urskogen gir meg denne roen. Det kan ta tid å finne roen, men det er først når jeg kobler fullstendig av over tid, de store tankene kommer.



*Figur 22 Eget foto fra mosekledd urskog*

*Nå er jeg er inne i de dypeste skogene,  
hvor tid og sted er satt på hold, og et meget tykt lag med mose dekker  
store deler av bakken og klatrer oppover stammer og stein.*

*Det er stille som i grava.*

*Mosen fungerer som lydisolasjon så vel som dyne for alle de små  
organismene under. Jeg føler jeg må viske for ikke å forstyrre. Jeg  
klatrer litt innover, bort fra stien for å rekke tak i en interessant grein,  
men faller igjennom moselaget og faller så lang jeg er. Foten havner i  
klem mellom usynlige steiner. Det var mykt å lande, men foten må  
lirkes ut av et stort hull. Jeg krabber tilbake og føler nesten jeg gjorde  
et overtramp mot naturens omgivelser .... unnskyld ... men jeg blir litt  
nysgjerrig på hva som skjer under mosen.*

*Jeg føler jeg er i en overgang mellom liv og død.*

*Det er fantastisk stille her.*

*Jeg blir en stund til.*

(Notater fra lydopptak/refleksjoner)



*Jeg trekker meg sammen,  
jeg legger meg i ly,  
jeg kryper inn i mitt sinn og  
kjenner på ro,  
alene med mitt ego og min  
kropp.  
Jeg er myk, smidig og sterk,  
jeg er liten, men trygg i meg  
selv. Tilbaketrekning fra  
livets tjas og mas.  
- vi trenger slike øyeblikk.*

Figur 23 – Fragment 10, symboliserer for meg  
en type tilbaketrekning.

#### 7.1.4 Nysgjerrighet

Underveis i arbeidet med å dokumentere detaljer gjør jeg meg stadig nye oppdagelser. Alle disse tilsynelatende tørre og døde bitene fra skogens omgivelser ser med det første ganske ubetydelige ut. Det er biter vi normalt trækker på, sparker bort eller kaster til hunden. Relativt enkle grep hjelper oss til å se med nye øyne, fra et annet perspektiv, og vi utvider vår erfaringshorisont. Etter hvert som man går i dybden oppdager man innholdsrike detaljer som ofte er overveldende. Røed hevder at ved å vekke nysgjerrighet, vil man undre over hvor veien går videre. Man får lyst til å avdekke flere lag. Jeg er nærmest besatt av alle disse usynlige bitene som er rundt overalt og som de fleste overser. De er alle biter av en større helhet, men når de faller av og ned fra sin opprinnelse, er de glemt. Vi mister (på en måte) respekten for dem, de er ubetydelige og ubrukelige.



*Figur 24 Foto – to typer nysgjerrighet*

*Jeg ble nysgjerrig på dette skadeskutte treet som var kløvet i to. Ut stakk en klo, med en spiss så skarp som kunne spiddet hva som helst. Tiden har vært her, de engang så brune farger er bleket av vær og vind, og blitt grå. En ring av kranser krymper seg rundt, kravler oppover eller nedover, sirlige skrukker og av tørt skall. Jeg undres hvordan og hvorfor disse klørne har vokst på innsiden av treet?*

Notater fra lydopptak/refleksjoner



*Figur 25. Fragment 11 er her symbol på nysgjerrighet. Jeg ble veldig nysgjerrig på dette fragmentet da jeg fant det inne i et ødelagt tre.*

### 7.1.5 Erkjennelse

Erkjennelse, være vitne til deler av verden og akseptere at ting kan være så uendelig mye. Trær vokser med et utgangspunkt i et avmålt stykke vekstgrunnlag, røttene er hvor de er og forflytter seg ikke, men forgreiner seg og utvider sin omkrets. Trærne erkjenner trolig sin tilstand og akseptere sin plassering i verden. Utgangspunktet for form og farge bestemmes av artens bestemte egenskaper, men påvirkes nok av ytre påvirkninger som vær og vind. Livet er en kamp, en kamp om å overleve, strekke seg etter nærliggende næringskilder som sol og vann. Gjøre det beste ut av enhver situasjon. Skogen har ingen angrerett, og kan ei plukke opp knekte og falne greiner, det er ny vekst og utvikling som gjelder. Vi mennesker har valgmuligheter, vi må erkjenner valg, feil og begrensninger. Vi kan nok glemme oss et øyeblikk, men har evne til å minne oss selv på egne



verdivalg, minne oss på hvem vi er og hvorfor velge som vi gjør. Vi vet ofte hva som er bra for oss, men lar oss påvirke, lar oss rive med av andres synspunkt. Samtidig kan vi erkjenne feilgrep, men det er som oftest greit, for vi lærer av å gjøre feil. Vi bør erkjenne vår u-perfeksjon. Vi har forpliktelser og det kan forstyrre våre ønsker og drømmer. Vi prokastinerer, vi utsetter gjøremål, vi bør kjenne oss selv bedre jo eldre vi blir, også våre egenskaper og verdier. Vi kan øve på å være bevisst, respektere nye perspektiver og andres erfaringer. Erkjenne at vi lærer så lenge vi lever, vår bevissthet endrer seg gjennom hele livet, skogen vokser så lenge det er liv. Trær vokser mer om de makter å strekke seg etter rikelig med sol, men også beskytte seg mot for mye sol, tar til seg vann, men også regulerer inntaket for ikke å drukne.

*Disse kjukene har fasinert meg lenge .... de er parasitter eller en soppstype som kommer når ting dør .... de vokser fram på døende eller gamle .... det er noe som kommer snikende og overtar og suger ut siste rest av energi av tre-kroppen, ...*

*det er både trist og fint .... at det siste tegn til liv i treet*

*blir nytt liv for andre ...*

(Notater fra lydopptak)

Dette fragmentet kan passe inn under erkjennelse. Denne kjuken er en parasitt som suger energi fra naturen slik at livet på visse organismer ebber ut. Sopp og kjuker kan derimot leve i symbiose med noen arter, der de gjensidig har nytte av hverandre. De er også hjelpelig med å rydde naturen og ved å bryte ned dødt eller dødende trevirke. Erkjennelse av at livet er mangfoldig



*Figur 26 Fragment 2, kjuke er her symbol på erkjennelse.*

### 7.1.6 Håp

Det finnes alltid et håp, et håp om en bedre fremtid, og det finnes nye og andre muligheter i enhver situasjon. Trærne vokser seg fram på de underligste og umulige steder, ikke fordi de vil, men fordi de kan. Det er neppe tanker bak, men de utnytter omgivelsene og håper kanskje på det beste, og går det galt, vrir de om og fletter seg over og under steiner og samarbeider i et håp om å skape et fundament for videre vekst. Når jeg ser alle de løsningene naturen benytter seg av, er det umulig å ikke bli imponert. Om bare vi mennesker kunne få noe kunnskap om denne enorme kraften og evnen til å tilpasse seg, vil det være håp for alt og alle. Det ligger et håp i våre umiddelbare omgivelser, det er rett fremfor oss, og er dermed innenfor rekkevidde om vi tar det vi ser på alvor (Røed, 2019, p. 138).



*Figur 27 – Foto som bilder på håp*

*Jeg kjenner kroppen er sliten, jeg går og går, har et hovedmål for dagen, lager meg delmål og vet av erfaring at belønning nærmer seg.*

*..... kjenner på kroppen faktisk at litt til nå ... så blir det pause, med belønning .... klarer jeg litt mer, tåler litt mer, enten man har vondt en plass, om det er i viljen eller i foten .... smerteterskelen endrer seg, jo mer man gjør det her ... jo mere man tyner seg selv og oppdager at den belønningen er verdt det, da blir det lettere neste gang, .... grensen er forflyttet, og sånn er det å klatre også faktisk, jeg holder på å gi opp, men så er det sååå verdt det, ... gang etter gang - erfaring!*

Utdrag fra eget lydopptak/refleksjon



Dette fragmentet var sannsynligvis en slik «byll» som gradvis ville stagnert, men allikevel vokst på og med modertreet i kanskje hundre år til. Det gir en type håp.

*Figur 28 Fragment 12 - utvekst på bjørk symboliserer her håp.*

### 7.1.7 Samarbeid

Utgangspunktet for dette prosjektet er et samarbeid. Et samarbeid om å planlegge, gjennomføre, fungere, reflektere, å samarbeide om å være samlet om vandringen. Være samlet som gruppe, som familie, være samlet om opplevelser også når vi sliter. Følelsen av fellesskap ligger ikke bare i hodet, i sjel og sinn, men i såre muskler og verkende ledd, og til slutt kanskje samles rundt et felles måltid. I mitt eget mitt i prosjekt (i prosjektet) vil jeg søke et utvidet samarbeid med omgivelsene og se hvilken dialog jeg kan etablere for å oppnå økt forståelse og bevissthet. På vandringen forsøkte jeg å se

trærne og skogens evner til samarbeid. Akkurat som oss mennesker, klarer ikke trærne og naturen seg alene. De ser ut til å samarbeide for å opprettholde liv og de hjelper hverandre med å vokse ved å støtte hverandre, bokstavelig talt, ved å vokse parallelt, ved å sno seg rundt, gjennom over hverandres greiner og utvekster, som om de avlastet hverandres tyngde og framkommelighet. To tynne trestammer framstår som sterkere sammen i møte med vind og regn. Jeg observerer samarbeid på alle plan i naturen. Samarbeid mellom steiner og trær har tredd fram svært synlig for meg på vandringen. Trær bruker steiner i stor utstrekning som støttespiller. Naturen samarbeider,



*Figur 29 Foto av tre og stein i samarbeid over lang tid.*

overlapper, kommuniserer med ulike arter. Det framstår et gjensidig fellesskap om å overleve og tilpasse seg omgivelsene.

*Jeg føler meg heldig og i ett med omgivelsene. Jeg fryder meg over opplevelsene, trærne tar imot meg, jeg er ikke alene. Kroppen er frisk og sterk, sekken føles ikke tung, jeg nyter og er lykkelig.*

*Jeg er til stede.*

(Egne notater fra lydopptak/refleksjoner)

Dette fragmentet indikerer samarbeid i sine forgreininger. Sammen vokser de i alle retninger for å finne næring, de samarbeider med andre vekster og materialer, de kommuniserer og danner nettverk. De bygger et rotsystem som er selve livskilden og de bygger det sammen som art og i samarbeid med omgivelsene



*Figur 30 Fragment 7 som symbol på samarbeid.*

### 7.1.8 Tvisyn

Man tviler på hva som er riktig å gjøre, i alle faser av livet. Om skogen tviler er tvilsomt. Skogen er begrenset til sitt område, sin grobunn og sitt vekstgrunnlag, men kan spre seg, og sprer seg og vokser utover store områder. Som menneske kan vi bruke skogens omgivelser og reflektere over livets oppturer og nedturer, tvil eller ikke. Skogens fokus er å gjøre det beste ut av enhver situasjon, den tilpasser seg omgivelsene. Om den knekker litt, starter den med å reparere og gjenvinne seg selv. Om den bukker under, så gjør den kanskje det, visuelt, eller så er det en del av en overordnet plan, og helt naturlig. Skogen går over i neste fase. Som menneske kan vi opparbeide et større bilde på livet. Vi må ta et meta-blikk og se oss selv i en større sammenheng. Skogen

kan bidra til å jorde oss og gi oss en forståelse av at vi er faktisk små i den store sammenhengen. Utvide våre perspektiver og bli mer bevisst. I løpet av vandringen tviler jeg. Jeg tviler på om kroppen holder, jeg tviler på om jeg finner svar på oppgaven, jeg tviler på meg selv, jeg tviler på om jeg makter å lengre den dagen, men jeg tviler aldri på skogen.

### *Tvisyn*

*– man er i tvil .... vi mennesker er i tvil om hvem vi skal høre på ... hvilke forventninger ..., stole på seg selv, være trygg på seg selv, bli kjent med seg selv.. Finne svakheter ... En vandring kan være med på å bli kjent med hvor mye man tåler ... fordi det er jævla tungt..., jeg har vært langt nede i kjelleren, og jeg har vært helt på toppen, ...så det er virkelig å kjenne på hele spennet. Hvor er tvilen i skogen? Hva er skogens sterke/svake sider? .... Erkjennelse, har skogen bare funnet seg i at de bare er her, her skal vi slå rot, vokse, utnytte de mulighetene man har rundt seg, strekke seg etter sola, lage seg røtter, finne vann, vokse, er de nysgjerrige, samarbeider de med nabotrær?*

*Tvisyn - tviler på om denne harde naturen er bra for kroppen min...*

*vi går og går og går, og blir så glad for små ting, bare det å fylle vannflaska fra en bekk, så gå videre til neste bekk, iskaldt kildevann ... i fantastisk natur, det er helt....!!*

*Alle bør gjøre noe sånt som dette ...er ikke i tvil om det.*

(utdrag fra lydopptak 12. juli)

Ved tvil oppdaget jeg fordeler ved å tvinge meg selv over på andre tanker for å distansere meg og snu negativt tankespinn når det var fysisk og psykiske utfordringer. Jeg opplevde å bli sliten og frustrert etter en heftig diskusjon og måtte derfor endre fokus. Jeg trengte å få tankene over på noe annet. Jeg forlater gruppen, oppsøker tilbaketrekning og fortsetter videre alene. Jeg går inn i skogen og observerer omgivelsene, forsøker å være til stede, være oppmerksom og nysgjerrig. De destruktive tankene slipper gradvis taket og jeg reflekterer ganske snart over skogens evner til å reise seg etter en stormfull natt. Skogen hjelper meg å sette egne problemer i bakgrunnen. Det er i tvil å spore i skogen, skogen ser seg ikke tilbake.

*No går vi, det er tungt, det regner, jeg e sint ... Skal liksom få tankene over på noe annet ...så kikker jeg utover skogen, ok, den står nå der, bare rett opp og ned...lar seg vaske på en måte, jeg vet ikke helt hva den gjør, den står der og bare venter på at det skal gå over..., ....jeg klarer ikke finne noe glede i noe som helst akkurat nå.. .....ja da,....det er vandringen som er slitsom....og den diskusjonen var irriterende. og derfor føles alt slitsomt ... å så må æ skriv en master opp i herre her..... (går og går) .... (puster tungt) .....aner ikke hvordan jeg skal få til dette her.....(går går) ..... det er noe med de blomstene som står der ... vi må bare gå inn i oss selv og bare .... stå'n av rett og slett .... vente til det kommer lysere tider, sola kommer igjen, alt våkner igjen .... bli behagelig, plantene begynner å riste seg, tørke seg, strekke seg..... en annen ting er, .... når trærne beskytter hverandre.....noen tar støyten, noen tar dem under, eller brer seg over ... de som er øverst tåler det .... de som er under ..., de er der av en grunn, de som ikke er her, .... det er den streketes rett. De som blomster etter regn, det er da. .... man kan bare lukke seg og samle energi egentlig ... fokusere på å holde seg fin inni .....når sola kommer, så er det bare å åpne opp igjen og suge inn ny energi og vente på neste regnværsdag eller ei stormfull natt.*

#### Notater fra egne lydopptak/refleksjoner 10. juli

Jeg må nok en gang jobbe med min bevissthetstilstand før vi legger ut på dagens etappe. Kroppen er fremdeles sliten etter gårdagens lange strabasiøse økt i krevende terreng. Jeg var fullstendig utslitt og var i sterk tvil om å gå videre når jeg tror kroppen ikke makter mer.

*Etter å ha gått flere mil i går og ligget ute i hengekøye i natt er kroppen sliten. Det er tiltak å ta på den tunge sekken for å fortsette å gå. Heldigvis er vi inne i skogen, været er nydelig og alt ligger egentlig til rette for en fantastisk dag. Men jeg kjenner på hvor sliten jeg er og det er vanskelig å konsentrere seg om andre ting, .... men jeg må presse meg inn i et annet modus, flytte fokuset rett og slett, for da glemmer man enten hvor fælt man har det, eller om jeg har vondt et sted. .... Skogen har ikke hatt en vond natt, det litt dugg, ser nesten ut som det har regnet, med det er bare dugg fra temperaturforskjellene i løpet av natten. Trærne står fremdeles her, på sitt vante sted og strekker seg opp mot sola. Takknemlige for en ny dag.Nok en gang klarer jeg å flytte meg over i en annen bevissthetstilstand ved å sammenligne meg selv med trærne rundt meg, de klager ikke, hvorfor skal jeg. Tankene spinner heller rundt deres situasjon, og omgivelsene rundt. Deres mål denne fine morgenen er å strekke seg etter sola. Mitt mål er å gå, 2,5 mil.*

Påfølgende dag reflekter jeg over den endringen jeg opplevde ved å endre min bevissthetstilstand med fokus på omgivelsene i skogen. Jeg ble nødt til å bevisst søke tilbaketrekning, tilstedeværelse og være oppmerksom for å overvinne tvilen.

*.....men æ må bruke det til noe, bruke følelsene i naturen og se om det kan hjelpe meg å faktisk til å. ... fokusere på tvisyn, kjærlighet.....  
Langt inne i skogen ligger det mange kvister som spriker i alle retninger, som en veiviser,. livets veiviser...kan jo lage et skapende verk som kalles veiviser...det må no være et bra bilde på at alt kan gå i alle retninger og man må bare gjøre et valg... og alle valg blir jo et eller annet...noen blir kortere noen blir lengre, noen blir mer krokete enn andre...tykkere tynnere, skal prøve å finne meg et mini-veiskille en plass....så en rot... som var avbarket, med fin form, den ser litt lei seg ut... fordi jeg var litt sint og lei meg når jeg fant den... det var kanskje et eller annet mellom oss... det kan jo være et innfallsvinkel, å bruke moduset sitt i leting etter objekter*

(Utdrag fra refleksjoner/lydopptak)



*Figur 31 Fragment 3 symboliserer her tvisyn.*



### 7.1.9 Håndverk

Håndverk i Røeds betydning viser til hvilken innsikt man har ved å beherske et håndverk på en tilfredsstillende måte, slik at prosessen får fram flere sider og danner en helhetlig forståelse. Når jeg går gjennom gammel skog, ser jeg emner til tradisjonshåndverk. Saktevoksende trær med solid og herdet tremasse som mennesket i generasjoner har tilegnet gjennom utforskning og praktisk tilvirkning for bruk i daglig virke. Å utnytte treets egenskaper for å nytte i redskaper og verktøy er vanskeligere i dag. Skogen er tynnet ut og de riktig gamle, saktevoksende trærne er nok i mindretall. Det er erfaringene, kunnskapen og selve prosessen som er kjernen i godt håndverk.



*Figur 32 Fragment 5 og 6. Tørket og sammenrullet bark og never fra bjørk som her symboliserer håndverk.*

Disse fragmentene symboliserer tradisjonshåndverk. Bark og never har lange og svært lange tradisjoner innenfor håndverk, eksempelvis takteking, matlaging/barkebrød samt fletting av ulike praktiske produkter m.m

Når jeg nå går gjennom skog, særlig viltvoksende skog, oppstår assosiasjoner om håndverkstradisjoner, objekter som kan lages, krokete greiner som kan utnyttes, øser, kopper og økseskaft. Jeg ser hvordan trær vokser og skjønner hvordan mennesket utnyttet og lærte av sammenføyinger fra naturen. Jeg observerer kvalitetsforskjeller i materialer, og får større respekt for kunnskapen som ligger i godt håndverk. Jeg får i tillegg mange nye ideer til både praktiske og kunstneriske kreasjoner. Jeg sanser

estetikken i både fortid og framtid. Dagens håndverk er preget av andre materialer og nye marked.

#### 7.1.10 Kjærlighet

Ved å vekke gjenklang i følelsene våre oppnås kontakt med nye sider ved oss selv. Følelser setter i gang en assosiasjonsrekke som hekter på stadig nye tanker og assosiasjoner på sin ferd gjennom situasjoner i livet. Det skjer en forgreining, der følelser, tanker, refleksjoner og assosiasjoner beveger seg på kryss og tvers, noen ganger møtes de, andre ganger sneier de inn i hverandre og andre ganger passerer de hverandre, men kan ense andre bevegelser, men får ikke tak i selve kjernen av den enkelte følelsen, og en annen følelse overlapper og viser seg fram som gjeldende. I min søken etter gode opplevelser, observerer jeg at skogsmøter og trær gjenskaper følelser i meg. Jeg føler omsorg for trær som har trange vekstforhold, har synlige skader, er veldig små eller av en eller annen grunn vekker morsinstinkt i meg. Skogens omgivelser frambringer en følelse av kjærlighet for livet.

*Som et lite foster ligger en sammenkrøllet bit på bakken, i fosterstilling ligger den der, på starten i livet eller på veis ende. Tvilen ligger i om den er i sin spede begynnelse eller om den ligger på veis ende. Krokete og gammel, ny og klar til å springe ut, men dog den falt i grus, uansett, mitt blikk, min kjærlighet for krokete former brakte denne vakre sjelen til mitt hjerte. Jeg vandrer med freidig mot og møter skog, trær og landskap på utallige måter. Jeg er sliten, jeg er glad, jeg er trøtt, har vondt, er energisk, er lei meg, tyner meg, er lykkelig, er frisk, kroppen blir sterkere og tåler mer, hjertet pumper og pusten er rask, men jevn. Jeg kommer inn i min egen rytme og jeg kjenner at jeg lever, godt. Jeg får en overveldende følelse av lykke av å bare være til stede. Jeg viser meg selv nye sider. Jeg er så mye og jeg omfavner alt.*

(Utdrag fra dagbok)



*Figur 34 Fragment 9 symboliserer her  
kjærlighet.*



*Figur 33 Fragment 10 symboliserer her  
også kjærlighet.*

#### 7.1.11 Solidaritet

Solidaritet henger sammen med det å ha respekt for mennesker og medmennesker. I møte med skog sammenfaller dette begrepet med samarbeid. Jeg finner tydelige spor av samarbeid mellom trær og omgivelsene. Greiner og rotsystem samarbeider.

*15 meter opp i høyden  
strekker greinene seg mot hverandre og danner et slags 5 kløver,  
jeg teller, alle berører hverandre med fem greiner!  
Er det tilfeldighet? for det gjelder forbausende mange.*

(Egne notater fra lydopptak/refleksjoner)

På bakkenivå står furutrærne med godt mellomrom med lang stamme før trekronen først vokser ca 10 meter høyt der oppe. De viser en solidaritet for hverandre, de kommuniserer og holder sammen. De beskytter hverandre, for sol, vær og vind, og det ser ut som de verner om omgivelsene sine. Det er ingen andre vekster på bakken, kun granbar og kongler, og små brukne greier. Furutrærne er i solidaritet med sin egen art.

På bakkenivå har trærnes samarbeid med steiner tiltrukket mye av min oppmerksomhet. Det er fascinerende å se hvordan de bygger hverandre opp, skaper balanse og samarbeider om å vokse. De tilpasser seg omgivelsene og hverandre, de samarbeider i solidaritet.

### *Furuskog*

*rett til himmels, på rekke og rad, på geledd som militær, lik form, lik størrelse, samme mål, en høyere makt,*

*sollyset.*

(Eget utdrag fra dagbok)

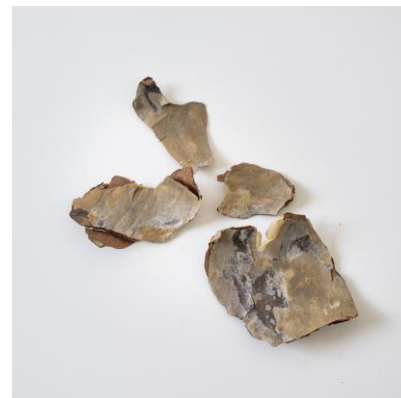


*Figur 35 Tett furuskog.*

Selv om flere typer sopp og kjuker er parasitter som utnytter døende vekster, finnes eksempler på symbiose mellom artene. Sopp og kjuker samarbeider på et vis med naturen. De lever ofte i solidaritet med ulike arter hvor de tilpasser seg hverandres behov. Naturens gang er sirkulær, den går over i naturlige overgangsfaser. Døende arter og organismer blir næring for andre, helt naturlig.

Barken dekker og beskytter treet. Den ligger lagvis og overlapper hverandre

og gjør overflaten sterk og motstandsdyktig. Et samarbeid.



*Figur 36 Fragment 1. Her i samarbeid med andre typer bark om å være symbol på samarbeid.*

## 7.2 Nedsenkingspunkt

I tillegg til de elleve bevissthetstilstandene merker jeg meg Røeds bruk av begrepet nedsenkingspunkt. Når Røed finner sin plass i verden utvikler det seg til et mer omfattende ønske om å finne ut av hvilken tid og hvilke rom han egentlig hører hjemme i (Røed, 2019, p. 24). Jeg har kanskje funnet min egen stemme ved å gjøre denne vandringen gjennom skog, og gjøre oppdagelser som blir eksempler på noe som er større og viktigere enn å bare observere de vakre omgivelsene. I en tid da alt går fort og det er viktig å verne om slike rom hvor vi kan betrakte verden fra en mindre støyende vinkel. Ved å eksplorativt gå inn i skogen, blir jeg nærmest blendet og overrumplet over hvor vakkert det er. Jeg erfarer gjennom ulike landskap, hvilke omgivelser som gjør at alt føles nærmest komplett. En harmonisk følelse av å bare å være, fri for bekymring, fri for slit og tunge bein. Belastninger forsvinner, den tunge sekken kjennes bare god, ikke tung, jeg puster og peser, men det føles ikke som om det er en kamp om annet enn å nyte mest mulig. Jeg samarbeider med trær når jeg klatrer opp bratte bakker, steinene blir fantastiske trappetrinn og det er lekende lett. En følelse av lykke over at kroppen fungerer og jeg faktisk får oppleve dette øyeblikket. Jeg lagrer opplevelsen, jeg gjør den til en del av meg slik at jeg kan ta den fram igjen og finne tilsvarende øyeblikk på tilsvarende steder. Det blir mitt hemmelige rom, et rom for påfyll av energi. Nå vet jeg



*Figur 37 Bilde av en mosegrodd vakker skog. En lun og deilig atmosfære gir meg en følelse av lykke.*

hvor jeg skal finne det. Jeg har funnet et såkalt nedsenkningspunkt, gjennom tilbaketrekning, oppmerksomhet og nysgjerrighet – i den dype skogen.

*Nettopp gått forbi Kristin Lavransdatters sted – en km inn i skogen, mot Ringen. Her er en sti som går over et fossefall på en måte, med rå natur, mye gammel skog og røtter som ligger og lager en sti som lager godt fotfeste, mose, masse barskog, masse kvister som ligger på bakken og masse kongler. Små ny-skudd helt nederst ved stien, fordi her er det lys. Så er det mange gamle krokete bjørketrær, mosegrodde steiner, rogn ser jeg, grantrær og furutrær ... så har vi nydelige fossefallet nederst her, som både er kilden her og vitne til alt. Et kaldt og fuktig klima, kald gufs fra elva som helt sikker påvirker vekstforholdene her. Det er jungel assosiasjoner, både med brusende lyd og meget frodig vegetasjon, det finnes alt mulig av vegetasjon her, men samtidig tørre, knusktørre greiner som har falt ned og blir en del av stien, blad som faller ned blir en del av stien, bladene som faller, fargene er borte.*

(utdrag fra lydopptak)

*Gammel urskog.*

*Her har tiden tilsynelatende stått stille. Eldgamle og falne trær, står og ligger omkring. Mose og skjegg vokser vilt og legger seg som en beskyttende dyne over bakken og oppover stammer og greiner. Luften er fuktig, mørk og rå. Kjuker og sopp invaderer de døende trestammene og skogen transformeres sakte over i en ny fase.*

*Et nytt systemet og ny symmetri tar over.*

(utdrag fra refleksjoner)

### **7.3 Egne begrep**

Som et resultat av at jeg følger opp begrepene til Kjetil Røed, har jeg kommet fram til noen egne *begreper* jeg vil ha med. Disse begrepene samler og gir meg en oversikt over prosjektets innhold med utgangspunkt i vandringsen og de tilhørende opplevelser, observasjoner og refleksjoner. Begrepene er *tilpasningsevne, mangfold og forgreninger*.

## 7.4 Tilpasningsevne

Jeg endrer meg selv i takt med vandringen. Jeg tilpasser meg situasjonen, finner motivasjon i omgivelsene. Jeg observerer tilpasningsevne som skogens suverene evne til å overleve ved å utnytte omgivelser til egen fordel. Hindringer møtes med løsninger om å endre kurs, retning eller materialitet gjennom transformasjon. Det vokser ut nye deler, det splittes og vokser på begge sider av en hindring, nye skudd vokser ut om konstruksjoner brytes. Naturen reparerer seg selv og starter nye «prosjekter» med en unik kraft og overlevelsessevne. Når høye trær faller overende treffer sollyset nye mål. Lyset når fram til de tålmodige vekstene som har tilpasset seg de mørke deler av skogen og får ny energi og ny utvikling. Vekstene strekker og tilpasser seg lyset og endrer retning, form og farge. Greiner og røtter løfter og støtter hverandre og tilpasser og overlapper hverandre i måten de vokser på. De har en imponerende evne til å skape balanse og fundament. Blader som faller ned ser ut til å ha en isolerende effekt når de legger seg som et teppe og både skjuler, varmer og sørger for ny grobunn.

Egen tilpasningsevne oppleves gjennom tålmodighet og utholdenhet. Jeg tilpasser meg situasjonen og innretter min bevissthetstilstand ved å tilpasse meg og holde ut når det føles tungt. Erfaring hjelper på minnet om belønning. Når det er aktivitet og bevegelse i skogen, ser det ut til at naturen gror bedre. Vær og vind forflytter vann og jord, trær og busker styrker sine røtter og det skapes positiv variasjon i vekstforholdene. Vind skaper bevegelse og lyset treffer de ulike delene fra ulike vinkler og det skaper ytterligere variasjon og det ser ut til at naturen blir frodig og sterk av det. Det samme gjelder for min egen del, når jeg er i bevegelse og går, tenker jeg klarere, får stadig nye perspektiver som fører til økt refleksjon og assosiasjon og samtidig blir jeg fysisk sterkere.

Oppmerksomhet og nysgjerrighet er en forutsetning for å oppdage omgivelsene. Vi stagnerer om vi ikke får nye ideer. Noen har en unik evne til å fortsette å stille spørsmål for å søke ny kunnskap, andre godtar i større grad ulike dogmer og unngår å stille spørsmål om årsak. Ved å bevisst være nysgjerrig, undre seg over hvorfor, hvordan og når ting skjer eller oppstår vil det føre til ny innsikt og større forståelse. Perspektivene utvides og det oppnås ny kunnskap (Næss, 1976).





*Figur 38 Bilde hvor trær tilpasser seg omgivelser*

## 7.5 Mangfold

Gjennom egne observasjoner og refleksjoner i møte med skog har jeg samlet empiri som underbygger og synliggjør et vesentlig og betydningsfullt mangfold. Skogens mangfold inneholder et konglomerat av ulike arter, former, farger, materialer, arter og organismer som lever i tilsynelatende harmoni. Mangfoldet skaper rom for nysgjerrighet, undring og fasinasjon. Jeg observerer jo større mangfold, jo klarere farger, friskere skog desto større vitalitet. Jeg er beæret over å få ta del i dette mangfoldet. Det er som en invitasjon til samhold i og av en annen verden.

*Furet, værbitt over hele landet,  
framstår de i utallige former og farger.*

*De vitner om levd liv.*

*Kroket og vridd, råttten og hul, mosegrodd og nedgrodd,  
høyreist og slank, liten og vindskjev,  
men også mengder av ny-skudd og frisk sevje..*

*Skogens mangfold slutter aldri å imponere.*

*(utdrag fra dagbok)*



Figur 39 Bilder fra vandringen som viser mangfold.

## 7.6 Forgreininger

På min vandring sanser jeg og opplever det meste i omgivelsene som forgreininger. Det startet med fasinasjon over imponerende røtter og greiner og etter hvert dekket dette begrepet det meste jeg la merke til i naturen. Begrepet forgreininger knytter på en måte alt sammen, og for meg blir det et bevis på, som jeg innledningsvis påstår, at alt henger sammen. Uendelige assosiasjoner spinner ut fra dette begrepet. Begrepet i seg selv forgreiner seg og strekker seg over i andre betydninger som eksempelvis nettverk, kommunikasjon, røtter, hierarki, blodomløp, elektrisitet, og tyngdekraften fører masse i forgreininger. I skogen studerer jeg trærne og undrer og reflekterer over hvor enestående naturen faktisk er med tanke på det lille utgangspunktet, hvor lite treets synlige fotavtrykk er, og den funksjonen røttene har, som både stabiliserer og rotfester treet til bakken, leter og skaffer næring. Jo flere og større utstrekning røttene forgreiner seg, jo stødigere står treet og får flere muligheter og «flere ben å stå på». Røttene er fundamentet for all vekst, de gir næring til planter og trær, de samarbeider om sted å vokse og de fletter seg sammen for å bli sterkere, for å balansere på løst og ujevnt underlag og røttene baner sammen vei mot vann samtidig som de forgreininger, tvinner og fester seg fast i hverandres røtter, utvekster og omgivelser. Det kan fortone seg som en kamp for tilværelsen, og det ser ut som tilpasning til omgivelsene er avgjørende. Røtter og greiner kommuniserer og holder sammen. Et eksempel fra et hyttebyggefelt med tilknytning til skog hvor trær hadde vokst i generasjoner og både stått imot og vært vitne til utallige stormer og derfor vokst seg store, vakre og solide. Grunneier ville bevare noen av trærne, imellom hyttene på ei vis, trolig for å beholde en følelse av skog. Hytter blir bygd, folk flytter inn, storm og uvær går sin gang, og trærne faller om. Røtter ble kappet og nabotrærne er hogd og samholdet brutt. Trærne dør en sakte død. Dette overasker meg i grunnen, da både grunneier og utbygger burde forstått prinsippet om rotsystem som fundament.



. Figur 40 Foto av ulike eksempler på forgreninger jeg observerte på vandring

## 8 Skapende arbeid

Gjennom skapende prosesser og fysisk interaksjon med hender og kropp tilføres nye impulser og perspektiver til opplevelsene gjennom materialitet. En skapende prosess manifesterer seg i uttrykk og kommuniserer det indre tankesett. Gjennom å skape, finner jeg ut mer mens jeg lager og får nye perspektiver og innganger underveis. Det blir et videre dypdykk samtidig som jeg søker svar på problemstillingen. Jeg forsøker å visualisere dydsbegrepene ved å utforske gjennom andre materialer og lage små installasjoner som underbygger, representerer, symboliserer eller assosieres med begrepene. I startfasen av det skapende arbeidet er jeg ekstra søkende, oppmerksom og nysgjerrig, noe som resulterer i utprøvinger i flere retninger og materialer og begrepene *mangfold* og *forgreininger* blir tidlig relevant. Mine ideer forgreiner seg og blir gjenstand for ideer i flere og ofte uventede retninger, et mangfold av resultat.

Jeg utforsker treets struktur og tekstur gjennom bearbeiding av trevirke jeg samler fra naturen. Jeg bruker kniv og stemjern til å skjære meg gjennom treets lagvise oppbygging. Fargenyanser og naturlige sammenføyninger studeres og konsistens og materialeegenskaper undersøkes. Jeg pusser, høvler, sanser den indre materialitet og polerer og behandler overflater for å skape variasjon samtidig som jeg forsker på treets tilpasningsevne, egenskaper og tilbøyelighet. Rommet fylles av frisk lukt av natur og mine sanser skjerpes. Jeg har samlet et knippe trebiter, slik at form, struktur, farge og tilstand viser varierende mangfold. Ved bearbeiding kommer ytterligere variasjoner til syne, da råte, sopp, vær og tiden har påvirket og materialisert seg i treet. Mønster, fargespill, sprekker og brudd, dominerer biter og viser tydelig hvordan tiden setter spor.

I følge Sennett ferdighet er en tillært praksis som krever trening og øvelse (Sennett, 2009). John Dewey argumenterer for at vi lærer gjennom praktisk tilnærming. «Learning by doing». Når sanseapparatet kobles på og vi plasserer oss i en bevissthetstilstand som for eksempel nysgjerrighet kan ny bevissthet og innsikt oppstå. Nye perspektiver, nye teknikker og ny erfaring erfares. Elevene må derfor tas med ut for å gjøre. Bruke kroppen og utføre praktisk arbeid med materialer og verktøy. Tilstedeværelse er en forutsetning.



*Figur 41 En gammel og råttne trestubbe inneholder interessante biter. Jeg bryter de opp og setter de sammen på rekke og rad, i form av seg selv.*



*Figur 42 Bilder av ulik bearbeiding av små biter av tre, uten nevneverdig bearbeiding.*

*Tiden er kunstneren  
naturen er materialet  
jeg er kurator  
(egen refleksjon)*

Jeg påtar meg rollen som tilrettelegger av tidens eget kunstuttrykk og løfter opp og synliggjør den for allmennheten som et bidrag til økt bevissthet rundt verdien av naturen i sin opprinnelige form. I det ligger også verdien i å ta vare på det vi allerede har, være takknemlig og nøysom, noe som også er i tråd med Arne Næss sine teorier om at alt har egenverdi.



*Figur 43 - Lagde et utsnitt som symboliserer menneskelig inntreden på naturen.*

Når innsamlede trebiter er våte og fuktige av å tilbringe tid ute i naturen, er det interessant å se hvordan de endrer form, farge og tekstur i tørkeprosessen. Jeg opplever at tid tilfører verdi til materialene, verdier som farge, form, patina, lukt. Ved å ha et blikk som kan anvende og utnytte de ulike perspektivene får man synliggjort fragmenter fra naturen som folk flest overser. Ved å være nysgjerrig og se nære nok, avdekkes naturens skjulte kunstverk. Det er biter av skog som har vært, som er og som er på vei over i en annen form og transformeres sakte med unik tilpasningsevne til de øvrige omgivelsene. Naturens tidsperspektiv er underfundig. Det spenner mellom døgnfluer til tusen år gamle trær, men også organismer som reproduser seg selv og organismer som dør etter parring.

Transformering av opplevelser over i det skapende arbeidet blir gjennom estetisk læreprosess en dannelsesoppgave. Jeg reflekter over begrepene og undersøker gjennom skapende arbeid. Jeg motiveres til å etterligne og skape mimesis av naturens forgreininger. Gjennom hele vandringen observerer jeg forgreininger som en gjentakende tendens. Greiner, røtter og myceler danner nettverk som springer ut fra en struktur som deler seg og vokser i utstrekning. Jeg ønsker å utforske dette begrepet gjennom eget skapende arbeid. Kvister fra bakken sankes. Ved å dyppe disse



*Figur 44 Brente kvister dyppet i leire med papir. Her vises aske etter at kvisten er oppbrent. Skallet rundt kvisten danner et slags avtrykk av den naturlige formen fra kvisten.*



fragmentene i en blanding av vann, leire og papir for så å brenne dem på 1000 grader oppnås en transformasjon. Den naturlige kvisten brenner opp, og etterlater seg et hult skall av fragmentets opprinnelige form, som et motsatt avtrykk, en negativ form. Kvistens fiber blir til aske. Utrykket forsteines og kan minne om fossiler. Form varierer, fargene er mange og når mine objekter brekker, gjør jeg som naturen og utnytter bitene i nye funksjoner, som danner nye retninger, nye farger og ny form. Jeg utforsker ulike lengder og tykkelser og ser hvilken tåleevne materialet har. Jeg fasineres av formenes struktur og min interesse og nysgjerrighet øker proporsjonalt med resultatene, jo mer vridd og «ekte» og jo større variasjon i farger og form, jo bedre. Forskjellen ligger i detaljene, så jeg utnytter at bitene brekker og sprekker. De er små, akkurat som de minste delene i naturen, men jo flere jeg samler, jo større helhet dannes. Jeg gjør tilsvarende på et stort utvalg kvister. Jeg vrir, vender og løfter fram det hule rommet og bygger sammen med mer bløt leireblanding, for så å brenne igjen. Denne prosessen kan gjentas i det uendelige, slik at svært store skulpturer kan bygges. Jeg konsentrerer meg om å lage et mangfold av små former. Jeg finner glede og interesse i de små delene av naturen og jeg fortsetter å utforske mangfoldets muligheter ved nye sammensetninger med utgangspunkt i de små fragmentene. Selv om kvistene forsteines gjennom transformasjon, er de fremdeles en del av helheten, i form, og med bakgrunn og utgangspunkt som naturlige kvister. Jeg har utforsket videre gjennom å brenne kvister og utnytte og akseptere at de brekker under brenning og sette de sammen på nytt, gi de ulike fargetilsetninger og kombinere de i nye grupperinger. Det blir som små puslespill



*Figur 45 Råbrente kvister dyppet i leire iblandet papir.*



*Figur 46 Andregangs råbrann, etter å ha satt sammen brukne biter etter første råbrann.*

som kan bygges og formes i prosessen. De hule formene vender jeg opp mot lyset, både for å vise hulrommene, men også som et symbol på at greinene strekker seg mot lyset. Nå har alle kvistene fått samme utgangspunkt, lik form, samme materialitet, lik oppbygging. For å skape mangfold tilsetter jeg farge i form av glasurer og oksyder. Fargene gir dem dybde, variasjon og mangfold og kan indikere en inndeling av arter som uttrykker og frambringer ulike assosiasjoner avhengig av farge. Fargene endrer inntrykk av form og overflaten på bitene oppleves forskjellig avhengig av glatt, matt, med farge eller uten farge. Eksempelvis fra glødende rød, til mer vital gul og litt kaldere blå som jeg kan se for meg være greiner i nær tilknytning til vann, og de mer grågrønne som jeg kan tenkes vokse i en fuktig og seig masse som omgivelser.



*Figur 47 Bilder av kvister brent og glasert med ulike farger.*



*Figur 48 Brente greiner dyppet i leire og papir, glasert i grønn og blå glasur.*

Jeg brenner sammenhengende krokete kvister med litt mer lengde. De brekker i løpet av brenning, men gir spennende resultater.



*Figur 49 Lang kvist brent og glasert i matt grønn glasur.*



*Figur 51 Eksempel på forgreininger med maleteknikker akvarell og stearin.*



*Figur 50 Naturlig kvist sammen med keramikkgreiner.*



*Figur 54 Små trær av leire, glasert med blank grønn*



*Figur 53 "Forgreininger" i leire, glasert med blank grønn.*



*Figur 55 Forgreininger laget av leire. Forgreininger forgreiner seg.*



*Figur 52 Kvist med tvist laget av leire, raku brennt for å skape forgreininger i overflaten.*



*Figur 55 Forgreninger av brent leire, glasert i grønn-nyanser*

Alle disse utprøvingene representerer et mangfold. Mangfold i materialer, form, farge, teknikk, hardhet, mykhet, symbolikk, uttrykk og inntrykk. Utforskning med skapende arbeid utvider kreativiteten, ideer og former eskaleres og utvikler seg, de forgreiner seg og tilpasser seg situasjonen.

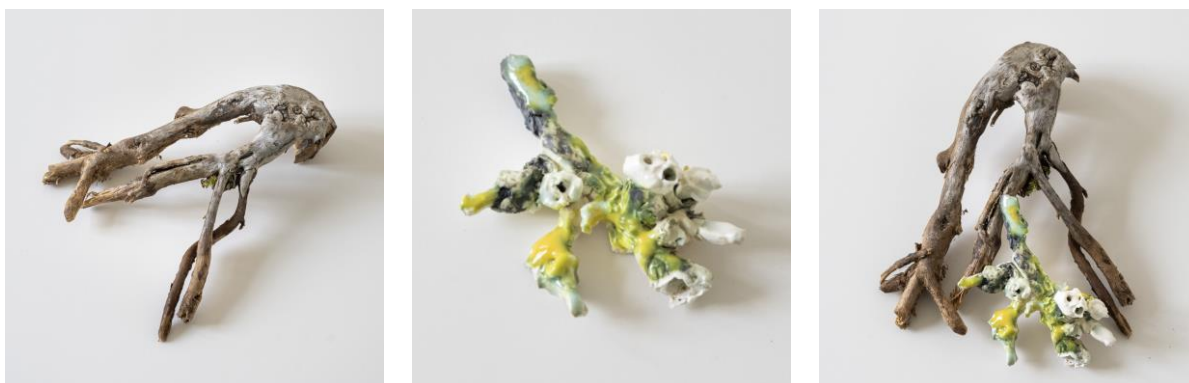


*Figur 57 Ulike former av greiner i keramikk som kan settes sammen til større helhet. Puslebiter.*



*Figur 56 Små trær i forsøk på å lage motiv av greiner med rakuglasur som krakelerer ved brenning.*

Ved å sette disse keramiske fragmentene sammen med de innsamlede fragmentene fra vandringen, forsøker jeg å visualisere ulike bevissthetstilstander. Jeg tar utgangspunkt i fragmentene i sin rene form og setter de sammen i nye konstellasjoner, situasjoner og sammenhenger og knytter de opp mot Røeds dannelsesbegreper. Viser her noen få eksempler. Mulighetene er uendelige.



*Figur 59 Fragment kobles opp med keramikk og symbolikk. - Forgreininger*



*Figur 58 "omsorg"*





*Figur 60 Keramikk av brente og knekte greiner bygd opp, glaser og brent på ny.*



*Figur 61 - Keramikk av brente og brukne kvister satt sammen med Fragment 9.*



*Figur 62 Keramikk av brente og brukne kvister satt sammen med Fragment 4.*



*Figur 63 Mangfold av fragmenter.*



*Figur 65 Innsamlede fragmenter i solidaritet med annen art. (keramikk)*



*Figur 64 Symbiose.*



*Figur 67 Skulpturer med  
variasjon av  
tilpasningsevne og  
mangfold.*



## 9 Drøfting og konklusjon

I dette kapittelet vil jeg kommunisere min tilnærming til skogen, gjennom denne vandringen jeg gjorde og formidle de observasjoner og opplevelser og som jeg mener har relevans også for andre i en bevisstgjøringsprosess. Ved bevisst bruk av Røeds ulike dyder og bevissthetstilstander og Næss sine grunntanker om økologi i møtet med skog har jeg sortert og analysert ulike resultatbidrag. Jeg har jobbet meg gjennom dydene og funnet relevans i skogen, i mine refleksjoner og i de fragmentene jeg samlet under vandringen. Jeg har funnet sammenhenger og forgreininger i naturen som bidrar til å binde alt sammen. Mitt bidrag har vært å undersøke hvordan skogen kan hjelpe oss ved refleksjon som gjør oss mer bevisste slik at våre verdier kan styrkes og bidra til egen dannelse. Dette ser jeg som et ledd i et didaktisk prosjekt. Ved å forske gjennom å bruke meg selv slik at jeg bruker egen erfaring, knyttet opp mot teorier, komme fram til ulike didaktiske perspektiver.

Skogen som utgangspunkt har jeg beskrevet innledningsvis, men jeg gjentar min fasinasjon og begeistring for dens overlevelsessevne gjennom tusenvis av år. Det er mer enn godt nok som utvalgt referanseramme for mitt masterarbeid. Gjennom hele prosjektet har jeg en gjennomgående analogisk tenkning og sammenligner mennesket opp mot naturen. En erkjennelse av likhetstrekk mellom skog og trær, kvae og blod, kutt og sår på overflaten som reparerer seg selv, bevegelige lemmer, vi står sammen, vi eldes med skrukker og vi er avhengig av nettverk og samarbeid. Våre røtter fører slektskap videre og vi sprer våre frø. Om vi evner å se sammenligningsgrunlaget kan vi også kjenne på en viss samhörighet med naturen. Vi kan søke hjelp og råd ved å samtale med naturen. Den mørke dype skogen oppleves faktisk trygg og gir rom for å åpne seg, nærmest som en guru eller en klok gamle mann eller kone. Omgivelsene har vært vitne til århundrer med historie og alt ligger lagret i omgivelsene. Tillater man seg en åpen tilnærming kan man få ny innsikt. Ved å se hvordan trær vokser nærmest uansett underlag og i nærmest umulige omgivelser kan vi trekke sammenligninger opp mot eget liv og aldri gi opp, men alltid se etter alternative veier og løsninger.

Ved å sette de små fragmentene inn i en større sammenheng har jeg sett på hvordan trær kan minne oss på hvem vi er og hvor vi kommer fra. Å se trærne i en større interessesfære og tenke over sammenhengen den inngår i kan skape bevissthet og

forandre hvordan vi betrakter verden. Alt starter i det små, og alt henger sammen og er avhengig av en større helhet for å fungere. Selv når kvister bryter og faller til bakken har de en funksjon, en ny funksjon, men kanskje vel så viktig for å skape et mangfold, enten i form av transformasjon til jord eller som bolig eller ly for andre organisme. Det bør være en viss variasjon i hele næringskjeden, slik at rollene fordeles. Mennesker er avhengige av et bærekraftig naturmangfold for å overleve på jorden. Bærekraftige og sterke økosystemer med rikt naturmangfold bidrar til gratis økosystemtjenester som for eksempel hvordan trær og planter produserer luft. Alle arter har en bestemt funksjon og må evne å se sine muligheter og utnytte de til eget beste eller i solidaritet og/eller omsorg for og med andre. På samme måte må vi øve på å omgås nye mennesker, nye situasjoner og nye utfordringer. Vår kropp er også tjent med å bli utsatt for nye virus for å trene og lære oss å omgås og enkelte ganger gjøre oss immune mot sykdommer. Vi øver opp vår evne til å håndtere utfordringer, både i hode og i kropp. Jeg ser det samme i naturen, der alle de mindre delene har særdeles viktig bidrag for å bli motstandsdyktige og praktisere å oppnå et visst artsmangfold.

Vi mennesker må være bevisst vår lille rolle i den store sammenhengen. Vi er i ett med naturen og alle deler må være operative for at maskineriet skal fungere best mulig, som i egen familie, i klassen, i naturen og i verden. En viss struktur kreves dog for å unngå kaos. Om en art dør ut eller blir for stor påvirker dette alt og alle, og kan føre til utryddelse eller at økosystemet kollapser. Hvilke verdivalg er da avgjørende for resultat? Det er uendelig mange meninger om hva som er bra for hvem og hva. Naturen og de store skogene organiserer dette uten menneskelig innblanding. Er det fordi skogen er brutal, der den sterkeste rett råder, og den sterkeste tar for seg og regelrett spiser opp andre? Er dette bare en naturlig del av næringskjeden som vi må akseptere? Det har jeg ikke svar på, men observerer at det ikke nødvendigvis er de sterkeste som vinner, eller som overlever, men de som tilpasser seg best.

Å anerkjenne dette mangfoldet i naturen og oppdage at alle deler er viktige for at verden skal fungere, kan være et bidrag til bevissthet rundt egen rolle for så å påvirke egne dannelsesprosess. Desto bredere mangfold desto flere muligheter for de involverte partene å finne noen å samarbeide med. Kulturelt mangfold sikrer overlevelse, akkurat som biologisk mangfold gjør det (Næss, 1976). Stort mangfold tiltrekker seg flere organismer. «Folk trekker folk». Jo flere mennesker som samles om et samlingspunkt,

jo flere blir nysgjerrige på hva som skjer. Mangfold gir livet større innhold, skaper interesse, bidrar til nye perspektiv og nye opplevelser. Mangfold gir rom for fasinasjon og interesse. På vandringen opplevde jeg de fineste øyeblikkene i frodig og allsidig vegetasjon. Ifølge Næss er symbiose er det typiske trekket ved naturen, mer typisk enn kampen for tilværelsen. Av det igjen kan det utledes analogier om samhandling framfor konkurranse også i menneske samfunnet Symbiose danner nye vekster, nye forgreininger, nytt samarbeid og nytt liv. Når mennesker samarbeider får vi nye ideer, nye konstellasjoner og ny utvikling. Det er slik verden går videre. Naturen er fullkommen når og der den trives best og det samme gjelder for oss mennesker. Vi *blomstrer* også når vi har det som best. Vi må ivareta det biologiske mangfoldet og anerkjenne vår rolle i naturen og respektere vår tilnærming og bruk av naturen. Ved å ta seg tid, dvele ved bitene i naturen og være nysgjerrig og interessert, kan man, om man også klarer å plassere seg i riktig bevissthetstilstand, få ny energi og gjøre nye oppdagelser og oppnå ny innsikt.

Forutsetning for opplevelser er å være til stede. Som Arne Næss, opplever også jeg at det ligger en dyp glede i å være i noe som føles så ekte som skogen. Du trer inn i en virkelighet der tenkning og sansning smelter sammen. Du er ikke en fremmed. Du er innenfor det hele i kropp, sjel og ånd og hører hjemme der. Når man kommer inn i en slik bevissthetstilstand, glemmes tid og sted, og det oppnås en unik kontakt med omgivelsene. Jeg får et annet blikk, kobler på flere sanser, følelser og har en tilnærming til omgivelsene som oppleves som fruktbar og givende. I slike øyeblikk av tilstedeværelse skiller de ulike små fragmentene seg ut. Noen fragmenter har en egen utstråling og energi som tiltrekker min oppmerksomhet og får meg til å plukke dem opp. Det oppstår en kontakt. En kontakt mellom meg og et naturfenomen. Det holder ikke alltid bare å være til stede, men tilstedeværelse plasserer meg i rommet som gir mulighet for kontakt med omgivelsene og meg selv. Å være til stede med hele kroppen, ved kroppslig tilnærming. Hele menneskets væren i verden er kroppslig, og kroppen har betydning for hvordan vi kommuniserer, og hvordan vi forholder oss til andre mennesker. Gjennom livet dannes vi som kroppslige subjekter (Osnes & Osnes, 2021).

Dette har overføringsverdi til didaktiske opplegg, hvor elever kan tas med i rom som legger til rette for å åpne sansene og bruke hele kroppen. Det trenger ikke være en lang vandring, slik jeg utførte, men kanskje lengre prosesser i arbeid med tema. Naturen

rommer omtrent alt. Jeg tror en tilnærming med det utgangspunktet kan være et fint bidrag for å belyse min påstand om at naturen faktisk rommer alt. Næss og økosofien hevder alt henger sammen og da kan det meste knyttes opp mot skog og natur. Et konkret eksempel kan være *forgreining*er som tema. Jeg har selv utforsket begrepet og det rommer det meste og kan vris og vendes i alle retninger. Det kan knyttes opp mot skapende arbeid i de fleste materialer og medium. Det kan knyttes til alt fra filosofiske betraktninger, kommunikasjon, samarbeid, til områder som medisin og anatomi, atomer og nettverk. Jeg vil anta at man gjennom forgreininger som tema, kan oppnå en større bevissthet om at alt faktisk henger sammen, og at det forhåpentligvis vil påvirke hvordan vi tenker oss og behandler både oss selv og hverandre. Bærekraftperspektivet kommer også naturlig inn, da det nettopp innebærer å imøtekomme dagens behov uten å ødelegge for at kommende generasjoner skal få dekket sine behov.

Våre handlinger forgreiner seg. Overføringsverdien fra naturen er mangfoldig. Som jeg har hevdet, så tror jeg de fleste tema kan knyttes opp mot natur, helt naturlig. Vi er ett og vi samarbeider. Utfordringene våre er kanskje ulike verdivalg. Et didaktisk skoleopplegg med natur som utgangspunkt tror jeg kan bidra til bevisstgjøring om verdivalg ved å fysisk være til stede i naturen, ha undervisning i omgivelsene, langt nok unna hverdagslig støy for korte, men gjentakende perioder. Bruke litt tid på å distansere seg og senke skuldrene og bare være. Ved å kanskje finne et sted som egner seg å sitte ned og samtale, reflektere og bare være. Ved å gjenta slike små turer ut i naturen, gjøre det til en gjentakende øvelse vil over tid, være både til glede og gi rom for ny innsikt. Gradvis kan man kjenne på kroppen, når man er klar for det, og fysisk kjenne hva som gir gode assosiasjoner. Vi kan være bevisst ulike bevissthetstilstander og jobbe ut fra det. Jeg kan se for meg mine elever i samtaler, refleksjon eller oppgaveløsning i et lunt skogholt. Det kan også være tema for dagen og det kan være en fin måte å få i gang idemyldring på. Ved å være i aktivitet og sanke objekter, lage eller planlegge prosjekter kan en «uteskoletime» i uka være verdt et forsøk. Jeg har gjennom denne vandringen erfart hvor viktig en tilvenning til omgivelsene er, før man etter litt tid, finner seg til rette, og da kan koble på sanser og refleksjonsapparatet. Starten kan være krevende, men utholdenhet er avgjørende. Tilstedeværelse er som tidligere nevnt en forutsetning for erkjennelse.

En helt annen didaktisk tilnærming kan være bevisstgjøring ved foredrag eller seminar. En arena er Ted talks, hvor personer blir forespurt om å dele en idé, en lidenskap, en oppfinnelse eller forskningsarbeid eller lignende blir kringkastet på egne kanaler verden over. Jeg ble forespurt og jeg gjennomførte en «Ted talk» med denne vandringen som utgangspunkt. Tema var de små fragmentene jeg har samlet og den påvirkning biter fra naturen har på meg og mitt arbeid. Jeg oppfordret folk til å se skogen med et nytt blikk og ta med seg en bit av naturen hjem, omfavne den, legge den synlig, for så å bruke den som en positiv minneframkaller hver gang de ser og sanser den. Jeg har fått tilbakemelding om at folk har endret sitt blikk når de nå går tur i skogen. En bevisstgjøring er dermed oppnådd.

Ved å være nysgjerrig oppdager jeg stadig nye detaljer. Det ligger så mye skjult i detaljene, man må bruke tid på å se, vri og vende på innfallsvinkler. Se sammenhenger, symbolikk, fargenyanser og materialeegenskaper for å nevne noe. I et didaktisk perspektiv vil jeg påstå at uansett tema kan man finne detaljer å utdype fra og i skogen. Energien ligger i detaljene. Kunnskapen ligger i naturen, i de deler av naturen som ser smutthull og veier som ingen andre ser. Slik fungerer også vi mennesker. Smidighet, kreativitet og evne til å se hva andre kanskje ikke ennå har sett, og være innovative og nytenkende, er avgjørende. Også det å utvikle en ny teknikk, enten det er løpeteknikk eller noe teknisk, kan gi fordeler som fører til ny innsikt, kunnskap og bevissthet. Detaljer og særtrekk, noe som skiller seg ut fra den gemene hop, kan også gi og også gir et eller annet fortrinn. I skogen fasineres jeg av nettopp disse vindskjeve, krokete, bøyde og merkelige formasjonene De tiltaler meg og er interessante.

Når vi ser hvor lite naturen klarer seg med er dette en sterk indikasjon på at vi, som Næss også er opptatt av, kan leve et rikt liv med enkle midler. Slik kan vi utvikle bevissthet om egne holdninger. Ved å bruke naturen kjenner vi på kroppen hvor lite vi egentlig trenger for å føle velbehag. At vi dermed behandler planter og dyr med respekt og også forstår den logiske balansen og regnestykket om å ikke ta ut flere ressurser fra naturen enn naturen klarer å reprodusere.

Mangfold krever samarbeid. Trær og steiner samarbeider og bygger hverandre opp. De skaper fundament for hverandres vekst og de støtter hverandre. De har utviklet et samarbeid som gir dem bedre vekstvilkår. For oss mennesker minner fellesskapet oss på



hvor knyttet vi er til andre mennesker og verden. Vi kan ikke klare oss lenge alene. Vi finner frem til hvor avgjørende fellesskapet er, og hvordan vi kan tre frem for andre også i sorg og sårbarhet, ikke bare når vi skal være sterke (Røed, 2019). Type samarbeid varier, da man uansett må tenke selv, men utfordringen er å dele sine tanker og meninger. Ved å bidra med en tanke, kan mange nye oppstå som ringvirkning av den første. Det skjer en forgreining av tanker og ideer. Det er slik idemyldring og «brainstorming» fungerer. Den ene ideen kan føre til ti nye ideer. Ideene forgreiner seg og det knytter sammen både argumenter, assosiasjoner og det skapes nye nettverk. Vi får nye perspektiver, ny innsikt og ny bevissthet.

Trær og skog tilpasser seg fortreffelig. Det er kanskje hemmeligheten bak deres lange levetid - om de får stå urørt av mennesker. Skogen har en enorm kapasitet for ro og harmoni og vi bruker skogen for å lade oss selv. Generelt i samfunnet synes jeg å oppfatte en sterk og fornyet interesse i å bruke skogen og naturopplevelser som kilde for inspirasjon til både kunst og som restitusjon i eget liv. Det er utrolig hva som kommer til syne under de ulike lagene av bark, jord, kvister og trevirke. Det er en annen verden, men samtidig er det fullt mulig å relatere seg til denne verdenen, da vi faktisk, ifølge Næss er i ett med naturen. Jeg erfarte at ved å ta noen steg tilbake, distansere meg fra det umiddelbare og forsøke å se et større bilde, samtidig som jeg studerte de små delene i naturen, kunne jeg reflektere over livet generelt. «Av jord er du kommet, av jord skal du bli». Vi må bare tillate oss en slik tilnærming til naturen. For meg har disse erfaringene bidratt til større forståelse for både meg selv og av og for natur i sin helhet.

Gjennom observasjon av skogens unike tilpasningsevne har jeg blitt mer bevisst våre egne omgivelser. Å bruke tid, å være til stede og observere det samspillet som utspiller seg i naturen, og være vitne til sammenhenger og samarbeid mellom arter og materialer gir meg økt respekt og anerkjennelse på flere plan. Fasinasjonen over nuet og øyeblikket frambringer en overveldende følelse av noe stort, noe langt større enn meg selv. Tanker og refleksjoner får fritt spillerom og jeg får et klarere syn. Jeg ser så mye. Uansett hvor jeg retter blikket, ser jeg noe nytt, noe stort, noe smått, et mangfold som fascinerer og roper mot meg, til meg, men det oppleves ikke som støy, det er en overveldende stillhet. Det er lunt, og det føles trygt. Jeg føler meg beskyttet. Jeg føler jeg er en del av noe større enn meg selv, men jeg føler meg inkludert. Jeg føler samhold. Jeg kobler så observasjonene på andre deler av mitt liv, jeg får assosiasjoner og inspirasjon som løser ulike praktiske oppgaver. Jeg ser kompleksiteten i naturen, men

samtidig enkle løsninger som å løfte eller flette sammen materialer eller hvordan et samarbeid mellom ulike avdelinger og mennesker kan utføres.

Vi gjør dette når vi er små, men hvorfor slutte når vi vokser til (Næss, 1976).

Menneskene griper (begriper, persiperer) forskjellig innbyrdes og forskjellig til forskjellig tid, alt etter deres (varierende) tilstander (Næss, 1976, p. 50). Ved tilstedeværelse opplever jeg at alle sanser åpnes og jeg ser med nye øyne. Alt kjennes ut til å fungere og jeg er i ett med meg selv. Det er godt å bruke kroppen selv om det er til tider er tungt, kroppen er meg og forstyrrende følelser overstyres og viskes bort av bevissthetstilstanden tilbaketrekning og egen tilstedeværelse. Jeg tilpasser meg situasjonen. Når vi opplever endring i bevissthetstilstand, kan det føre til nye perspektiver på virkeligheten og vi får nye oppdagelser i oss selv. (drøft) Vi erfarer en utvidet identitet (Brudal, 2012, p. 31).

Vi stagnerer om vi ikke får nye ideer, på samme måte som naturen vil stagnerer når forgreiningprosessen stanser. Forgreininger bidrar til vekst og utvikling, samt næring og vitalitet. Enkelte mennesker har en egen evne til å fortsette med å stille spørsmål og være nysgjerrig. De har en egen iboende kraft, en sterk indre motivasjon for å søke kunnskap og utvide sine perspektiver. Næss uttaler at verdier kjeder seg sammen: noe er bra for noen arter som atter er bra for noe tredje. Jeg opplever naturen som et uendelig stort nettverk. Nettverk er uendelig og knytter sammen elementer, enten det er mennesker, røtter, greiner, tanker, handlinger eller skapende arbeid. Det ene tar det andre og ting skjer, vokser og utvikler seg. Alt henger sammen. Næss sier også at hva enn vi studerer, så inngår det i et ubegrenset nettverk av gjensidige avhengigheter – «det totale relasjonsfelt». Dette gir seg i uttrykk i *alt* vi sier *om* det vi studerer (Næss, 1976, p. 59). Nye spørsmål fordrer andre, flere spørsmål.

Når en grein brekker vokser en ny ut. En dør lukkes og en ny dør åpnes. Straks vi flytter grenser, mestrer og gjør krevende ting vi ikke trodde vi var kapable til, skjer det noe. Vi mestrer, vi overviner en frykt, enten det innebærer å hoppe fra 10 meter eller stå foran klassen. Jo mer vi øver, jo mer overbeviser vi oss selv om at vi faktisk kan og tør og mestrer. Vi flytter grenser og vi trygger oss selv.

En oppgave blir å bevisstgjøre unge og voksne, inspirere og endre dårlige verdier. Vi må ikke blå-holde på «gamle» verdier, da vi må tilpasse oss utviklingen. Vi vet alle innerst inne at vi er født unike. Det må være greit. En bevissthetsendring rundt slike verdier er så viktig. Mitt bidrag kan være å vekke gode minner og fokusere på gode assosiasjoner, men også lære av skogens hardt levde liv. Har trær følelser? Kjenner de på at de slåss om plassen, de klatrer bokstavelig talt oppå hverandre. Er det en kamp, eller er det en dans? Hva kan vi mennesker lære av dette? Jeg velger å se på den som livets dans. Vi gir og tar, vi snur og vender oss etter vind, sol, jord og vann. Alt henger sammen. En runddans. Vi er alle født inn i denne verden, til forskjellig tid, sted og rom. Tid er ifølge Aristoteles kun for å hindre at alt skjer samtidig. Det er et system, et spill, vi lærer av andre og vi lærer ved å erfare. Vi må øve oss på å ta bevisste valg. Alle valg fører til forskjellige løsninger og mål. Dette bruker vi hele livet på å trene på. Vi har alle samme utgangspunkt, vi blir født, men vi er alle prisgitt våre nærmeste og våre oppdragere.

Når man beveger seg gjennom naturskjønt landskap over tid, kommer man nærmere seg selv og omgivelsene. For meg har det bidratt til å se meg selv og det som binder en til verden, på alvor. Jeg ser med nye øyne i etterkant av vandringer. Jeg har fått ytterligere bevissthet for detaljer og bruker mere tid på å se og jeg reflekterer i større grad enn noen gang tidligere. Jeg bruker flere sanser når jeg ser, da jeg er bevisst på at jeg faktisk ser med hele kroppen. Jeg tenker mer og planlegger derfor mer og unngår å stresse.

Endring i bevissthetstilstand kan føre til nye perspektiver på virkeligheten (Brudal s.31) Dannelsesreiser kan gjøre noe med vår opplevelse av hvem vi er, vi erfarer utvidet identitet, ny følelse av fellesskap og samhørighet med alle mennesker og alt som rører seg i universet (Straume, 2013, p. 31). Identifiseringsprosessen er en prosess hvorved relasjonene som definerer knutepunktet utvides til å omfatte mer og mer. Selvet vokser (Næss, 1976, p. 52).

Hvordan kan vi så lære av skogen og benytte ny kunnskap inn i en skolehverdag? Lærerplanens overordnede del stiller store forventninger til lærere om store spørsmål som folkehelse og livsmestring. Jeg har tatt tak i disse store temaene og tenkt ut en måte å gripe det an. Jeg har prøvd ut denne måten selv og jeg mener det relevant for lærere på ulike nivåer. Gjennom hele mitt prosjekt har jeg prioritert og fokusert på verdier, etikk

og moral. Som et didaktisk grep har jeg forsøkt å ta med meg de overordnede begrepene inn i min vandring i skogen og knyttet det til fragmenter har funnet og observert gjennom å nettopp se *det store i del lille*. Mine erfaringer og refleksjoner kan også gjøres meg elever.

Mitt eget skapende arbeid med å bearbeide ulike materialer og knytte de opp mot ulike begreper og teorier har bidratt til å gi meg bedre innsikt og dypere forståelse. Alle disse utprøvingene jeg har gjort kan gjennomføres med elever. De fleste tema kan knyttes sammen og visualiseres. Dette arbeidet innebærer persepsjon og bruke hele sanseapparatet for å være oppmerksom på detaljer for så å visualisere inntrykk og symbolikk. Jeg har vært opptatt av små detaljer for å sette søkelyset på store spørsmål. Jeg er opptatt av de store verdiene og jeg bruker de små bitene i et forsøk på å forstå. Dette tenker jeg er fullt mulig å gjennomføre med elever. Elever kan gjøre akkurat det samme som jeg har gjort. Materialbevissthet er også et viktig element som kan dras inn for å skape en større forståelse over hva som gjør en gjenstand interessant (Sennett, 2009, p. 128). Kroppslig tilnærming og Sennetts tilnærming til motoriske håndverksteknikker er også relevant. John Dewey argumenterer for at vi lærer gjennom praktisk tilnærming, «Learning by doing». Når sanseapparatet kobles på og vi plasserer oss i en bevissthetstilstand som for eksempel nysgjerrighet kan ny bevissthet og innsikt oppstå. Nye perspektiver, nye teknikker og ny erfaring erfares. Elevene må derfor tas med ut i naturen for å sanse og gjøre.

Min reise har vært mangfoldig, jeg har vært åpen for opplevelser og inntrykk. Reisen har utvidet mitt perspektiv ved å belyse nye synsvinkler og være grobunn for ny forståelse og økt bevissthet. Nye tanker og refleksjoner satt opp mot nye teoretiske perspektiv har ledet meg mot nye tanker og refleksjoner om bevissthetstilstander og dets betydning og sammenhenger. Min egen tilpasningsevne ble inngangen til å fristille meg og være åpen for persepsjon. Respekt for natur, for meg selv og min evne til å omfavne de små detaljene har høyst sannsynlig manifestert seg som egenskaper hos meg og derfor også påvirket min dannelses. Naturens forgreninger kommuniserer og skaper nettverk. Røtter og greiner er visuelt synlige for oss, men under bakkenivå og utenfor vår fatteevne spres det i uendelig utstrekning. Jeg har observert ved å tilpasse meg omgivelser og situasjoner som oppstår. Jeg har observert at naturens evne til å overleve

henger sammen med dens tilpasningsdyktighet. Jeg observerer en udefinert kraft i naturen, en livskraft.



# 10 Litteraturliste

- Brudal, L. F. (2012). *Om bevissthet : psykologi, mindfulness, science fiction, nær-døden-erfaringer, kosmisk bevissthet*. Fagbokforl.
- Ellis, C., Adams, T. E., & Bochner, A. P. (2011). Autoethnography: An overview. *Forum, qualitative social research*, 12(1).
- Gjefsen, T. (2011). *Arne Næss : et liv*. Cappelen Damm.
- Haukeland, P. I., Ness, O. E., & Næss, A. (2008). *Dyp glede : med Arne Næss inn i dypøkologien*. Flux forl.
- Hofoss, E. (2020). Sosiale medier er blitt et våpen. *Forskningsrapport*.
- Karlsson, B., Karlsson, B., Klevan, T., Soggiu, A.-S., Sælør, K. T., & Villje, L. (2021). *Hva er autoetnografi?* (1. utgave. ed.). Cappelen Damm Akademisk.
- Kvam, V. (2016). Willy Aagre: Folkeopplyseren. Anna Sethne og den norske reformpedagogikken. In (pp. 354-355): Universitetsforlaget.
- ndla, N. D. L. (2022). Mediene som den fjerde statsmakt [undervisning]. <https://ndla.no/nb/subject:1:058bdbdb-aa5a-4a29-88fb-45e664999417/topic:1:0c9ce0dc-3863-4e03-a2df-a1480a4e929c/topic:1:ef0fa226-c29a-418b-91ad-21de2c54cc5b/resource:1:168477>
- NHI, N. H. (2022). Det perifere nervesystem. <https://nhi.no/kroppen-var/organer/perifere-nervesystem/>
- Næss, A. (1976). *Økologi, samfunn og livsstil : utkast til en økosofi* (5. omarb. utg. ed.). Universitetsforl.
- Osnes, H., & Osnes, H. (2021). *Kroppslig litterasitet* (1. utgave. ed.). Fagbokforlaget.
- Pallasmaa, J. (2012). *The Eyes of the Skin: Architecture and the Senses*. Somers: John Wiley & Sons, Incorporated.
- Pilegrimsleden. (2022). <https://pilegrimsleden.no>
- Røed, K. (2019). *Kunsten og livet : en bruksanvisning* (1. utgave. ed., Vol. 379). Flamme forlag.
- Sennett, R. (2009). *Håndværkeren : arbeidets kulturhistorie: hånd og ånd*. Hovedland.
- Steinnes, K. K., & Teigen, H. M. F. (2021). *Livsstil til salgs: om influensermarkedsføring på sosiale medier og hvordan ungdom påvirkes*. Universitetsforlaget. Retrieved 1 from
- Straume, I. (2013). *Danningens filosofihistorie*. Gyldendal akademisk.
- Utdanningsdirektoratet. (2022). *Overordnet del, Folkehelse og livsmestring*. (2.5.1). Retrieved from <https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/prinsipper-for-laring-utvikling-og-danning/tverrfaglige-temaer/folkehelse-og-livsmestring/>
- wwf, v. n. (2020). *Den fantastiske skogen*. [www.wff.no](http://www.wff.no)
- (Sælør, K. T., Klevan, T. & Sundet, R. (2021). Utdanningsforskning: Ensretting, standardisering og kunnskapsbasert praksis – autoetnografi som motstand?)

# 11 Figurliste

Figur 1 Fragment 1, funn av bark.	37
Figur 2 Fragment 1, funnsted.	37
Figur 3 Fragment 2 og 3, kjuke og sopp, samt funnsted for begge.	38
Figur 4 Bilder av veien opp mot Dovrefjell. Jeg finner Fragment 4, som er verdt å ta med seg.	40
Figur 5 Fragment 5 - Bilder av innsamling av fragment fra ung bjørk. Øverst til venstre vises snitt etter utskåret bark i trestammen. Øverst til høyre viser bark og never før de er rullet sammen som vist i nederste bilde.	41
Figur 6 Fragment 6 - Barkeprøver av gammel bjørk.	42
Figur 7 Fragment 7. Røtter.	43
Figur 8 Foto av fragment 8 - funnet på vei opp Dovrefjell.	44
Figur 9 Foto av fragment 9 - hjerteform	45
Figur 10 Fragment "foster"Figur 11 Foto av fragment 9 - hjerteform	45
Figur 12 Fragment 10 "foster»	46
Figur 13 Fragment 11, spiss "klo" fra spjæret tre.	46
Figur 14 – Fragment 12, innsamling av utvekst på bjørkestamme.	47
Figur 15 Utsnitt av fargekodet transkribering av lydopptak.	49
Figur 16 Analyseskjema	50
Figur 17 Foto av de utvalgte fragmentene som alle knyttes opp mot teori i videre arbeid.	51
Figur 18 Detaljer i naturen. Med oppmerksomhet oppnås tilgang til "usynlige" detaljer.	54
Figur 19 Fragment nr.8 symboliserer oppmerksomhet	56
Figur 20 – Foto – dømmekraft. Jeg ser tydelig to ansikter. Et feminint, lett framoverbøyd, sjenert ansikt til venstre og en mann i profil vendt mot damen. Hva ser du?	57
Figur 21 Fragment 4 - krokete kvist funnet på vei opp mot Dovrefjell.	58
Figur 22 Eget foto fra mosekledd urskog	59
Figur 23 – Fragment 10, symboliserer for meg en type tilbaketrekning.	60
Figur 24 Foto – to typer nysgjerrighet	61
Figur 25. Fragment 11 er her symbol på nysgjerrighet. Jeg ble veldig nysgjerrig på dette fragmentet da jeg fant det inne i et ødelagt tre.	62
Figur 26 Fragment 2, kjuke er her symbol på erkjennelse.	63
Figur 27 – Foto som bilder på håp	64
Figur 28 Fragment 12 - utvekst på bjørk symboliserer her håp.	65
Figur 29 Foto av tre og stein i samarbeid over lang tid.	66
Figur 30 Fragment 7 som symbol på samarbeid.	67
Figur 31 Fragment 3 symboliserer her tvisyn.	70
Figur 32 Fragment 5 og 6. Tørket og sammenrullet bark og never fra bjørk som her symboliserer håndverk.	71
Figur 33 Fragment 10 symboliserer her også kjærlighet.	73
Figur 34 Fragment 9 symboliserer her kjærlighet.	73
Figur 35 Tett furuskog.	74
Figur 36 Fragment 1. Her i samarbeid med andre typer bark om å være symbol på samarbeid.	75
Figur 37 Bilde av en mosegrodd vakker skog. En lun og deilig atmosfære gir meg en følelse av lykke.	76
Figur 38 Bilde hvor trær tilpasser seg omgivelser	79
Figur 39	80
. Figur 40 Foto av ulike eksempler på forgreninger jeg observerte på vandring	82
Figur 41En gammel og råttent trestubbe inneholder interessante biter. Jeg bryter de opp og setter de sammen på rekke og rad, i form av seg selv.	84
Figur 42 Bilder av ulike bearbeiding av små biter av tre, uten nevneverdig bearbeiding.	84
Figur 43 - Lagde et utsnitt som symboliserer menneskelig inntreden på naturen.	85
Figur 44 Brente kvister dyppet i leire med papir. Her vises aske etter at kvisten er oppbrent. Skallet rundt kvisten danner et slags avtrykk av den naturlige formen fra kvisten.	86
Figur 45 Råbrente kvister dyppet i leire iblandet papir.	87
Figur 46 Andregangs råbrann. etter å ha satt sammen brukne biter etter første råbrann.	87
Figur 47 Bilder av kvister brent og glasert med ulike farger.	88
Figur 48 Brente greiner dyppet i leire og papir, glasert i grønn og blå glasur.	89
Figur 49 Lang kvist brent og glasert i matt grønn glasur.	89

Figur 50 Naturlig kvist sammen med keramikkgreiner.	90
Figur 51 Eksempel på forgreininger med maleteknikker akvarell og stearin.	90
Figur 52 Kvist med tvist laget av leire, raku brent for å skape forgreininger i overflaten.	91
Figur 53 Små trær av leire, glasert med blank grønn	91
Figur 54 Forgreininger laget av leire. Forgreininger forgreiner seg.	91
Figur 55 "Forgreininger" i leire, glasert med blank grønn.	91
Figur 56 Små trær i forsøk på å lage motiv av greiner med rakuglasur som krakelerer ved brenning.	93
Figur 57 Ulike former av greiner i keramikk som kan settes sammen til større helhet. Puslebiter.	93
Figur 58 "omsorg"	94
Figur 59 Fragment kobles opp med keramikk og symbolikk. - Forgreininger	94
Figur 60 Keramikk av brente og knekte greiner bygd opp, glaser og brent på ny.	95
Figur 61 - Keramikk av brente og brukne kvister satt sammen med Fragment 9.	95
Figur 62 Keramikk av brente og brukne kvister satt sammen med Fragment 4.	95
Figur 63 Mangfold av fragmenter.	96
Figur 64 Symbiose.	96
Figur 65 Innsamlede fragmenter i solidaritet med annen art. (keramikk)	96
Figur 66 "fuglen har fløyet" - håp	97
Figur 67 Skulpturer med variasjon av tilpasningsevne og mangfold.	97