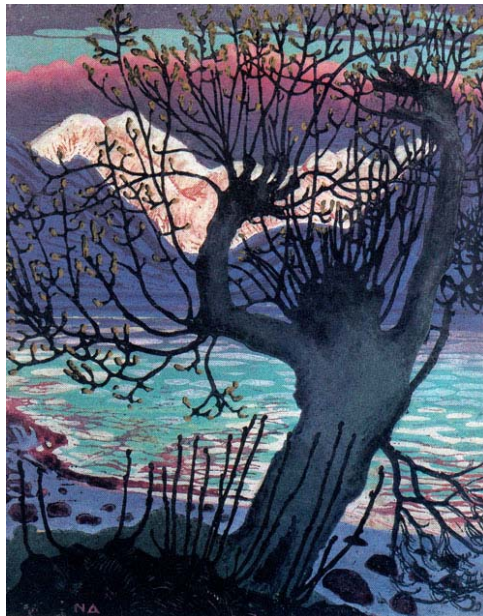




Naturmøtet og det vitale

- drøfting av friluftslivet i lys av den vitalistiske idétradisjon

Sindre Flø



Master Kroppsøving, Idrett og Friluftsliv. 60 std. poeng

Høgskulen i Telemark, Bø





Tittel:	Naturmøtet og det vitale – drøfting av friluftslivet i lys av den vitalistiske idétradisjon
Nøkkelord:	friluftsliv, natur, sansing, vitalisme, hermeneutikk, filosofi, fenomenologi, idèhistorie, Bergson, Munch, Astrup, Hamsun, Schopenhauer, Nietzsche
Forfatter	Sindre Flø
Studentnr.:	022007
Fagkode:	220 9409
	Master
Oppgavetype:	
Studiepoeng:	60
Studium:	Kroppsøving, idrett og friluftsliv
	Nei
Konfidensiell:	



TAKKEORD	2
INNLEIING OG PROBLEMOMRÅDE	3
Å VELJE BLANT VITALISMENS MANGFALD	11
EIT IDÉHISTORISK PERSPEKTIV PÅ FORNUFT VS. KJENSLER	16
Vitalisme	20
Vitalistiske motkulturar	20
Vitalisme vs. mekanisme	30
Filosofisk, kunstnarisk og litterær vitalisme	32
Oppsummering	46
Det vitale undertrykkast	48
Naturen som sanseleg frirom	52
KONTEMPLASJONEN OG MEDITASJONEN I FRILUFTSLIVET	54
Henri Begson	56
Eg-ets to framtreddingsformar	56
Tid og rom	59
Fridomen	61
Suggesjonen	64
Naturoppleving	65
To ulike måtar å sanse natur	65
Overflate-eg, naturen og den deterministiske fridom	66
Vandringas monotoni og naturens suggesjon	69
Nybegynnaren og den erfarne	71
Varigheit – erfaring av romtidas oppløysing	73
Sjølrefleksjon	76
Identifikasjon – frå det bestandige til det forandrelige	81
Kontemplasjonen og meditasjonen i friluftslivet	89
REFERANSER	92

Takkeord

Det må seiast at det kjenst som ein einaste stor sjølvmotseiing å underlegge naturens underfundige og mystiske vesen teorians verden. Å sitje her etter nok ei søvnlaus natt og gruble over naturens tyding og meining, medan vårens mangfaldige livsprosessar gjenskapast, vekkjer i meg ei lengt etter å vere der ute. For å uthalde denne lidinga, har eg hatt god hjelp frå mange som må takkast.

Først og fremst vil eg takke Bjørn Tordsson som har hørt meg ut, grunna over mine ord, og faktisk klart å fange opp noko av det eg har vore ute etter å fortelje.

Kristine Søggen fortener ein stor takk som har tatt seg tid til å lese, kommentere og korrigere denne oppgåva.

Eit takkskalduha skal også Gøran, Helene, Kim, Rune og Margit, pluss Tommy og Atle, som på tampen av semesteret har stimulera til diskusjon, refleksjon og til sist kreativitet.

Så må eg takke min vakre samboar, Mie, som har veksla mellom å irritere seg over ein fråverande mann, og å kjærleg støtte denne same mannen ved å gi han rom, tid og plass til å kunne fullføre denne masteroppgåva. Og eg må sei at både ros og ris har fungera som taktikk for å få meg igjennom dette her. Utan di støtte, hadde det vorte vanskeleg.

Og til sist vil eg takke mine to herligaste, dei to sterke vitalistane Sigurd og Lucas. No kan pappa bli med å leike igjen.

Sindre Flø

Bø i Telemark , juni 2010

Innleiing og problemområde

Forskning viser at det enkle friluftslivet, med fotturar, bading, fiske, skiturar og bærplukking, har ei sterk stilling i den norske kulturen. SSBs levekårsundersøking frå 2001¹ syner eit mangfald av motiv som får nordmannen ut på tur. I denne undersøkinga svarar mange at dei viktigaste verdiane i friluftslivet ligg i sjølve *naturmøtet*, framfor i den fysiske treninga, det sosiale samveret eller i fart og spaning:

Motivledd	Andel viktig/ svært viktig i %
Jeg får samlet nye krefter og overskudd	79
Jeg kommer bort fra stress og mas	78
Jeg får oppleve naturens stillhet og fred.	74
Jeg får forandring fra daglige rutiner.	70
Jeg får oppleve landskap og stemninger i naturen	68
Jeg får tid til å tenke over tilværelsen	57
Jeg får oppleve samhørighet med naturen	50
Jeg får oppleve frihet og uavhengighet	46
Jeg får oppleve storheten i Guds skaperverk	38

Fig. 1. Utdrag frå motiv for friluftslivsutøving, SSBs Levekårsundersøkelse 2001 (Odden 2008 s. 69)

Til skilnad kan vi tittle på dei andre motivdimensjonane. Vi ser at dei fysiske aspekta, som mosjon og helse, og det sosiale som motiv også skårar høgt. Vidare vert det tydeleg at det som har med spaning og meistring ikkje er så viktige for oss.

¹ Resultata frå denne undersøkinga om friluftsliv og motiv, er i følge Alf Odden førebels ikkje publisera av andre enn han sjølv. Difor refererar eg til Odden si doktoravhandling *Hva skjer med norsk friluftsliv?* frå 2008.

Motivledd	Andel viktig/ svært viktig i %
Jeg får mosjon og trening	77
Jeg kan ta vare på egen helse	76
Jeg får være sammen med familien	66
Jeg får være saman med venner	61
Jeg får utvikle ulike ferdigheter	29
Jeg får oppleve fart og spenning	17

Fig. 2. Utdrag frå motiv for friluftslivsutøving, SSBs Levekårsundersøkelse 2001. (Odden 2008 s. 69)

Undersøkinga konkluderar vidare med at det er dei ”meditative og kontemplative verdiane” som dominerar som motiv i det norske friluftslivet. Det vert uttrykt at naturen rommar ei type *opplevingar* som våre arbeids- og kvardagsliv ikkje gir. Naturmøtet gir nye krefter og overskot til å komme attende til arbeidet, det gir oss avstand og pause frå våre moderne liv. I tillegg gir friluftslivet høve til å ta del i kvalitetane ved naturens stordom, stille og ro. Friluftslivet gir nordmenn høve til å dvele ved dei store perspektiva i livet.

Empiriske undersøkingar har altså avdekka desse motiva, men kjem til kort i å forklare dei. Empirien kan einast stadfeste at der finnast ulike motiv, ikkje forstå desse fullt ut.

Fenomenologi. I forsøket på å forstå kva dette kontemplative og meditative i friluftslivet eigentleg er, har ein difor i stadig aukande grad gått til *fenomenologien* etter svar, ikkje minst i forking og teoriutvikling ved Høgskulen i Telemark, som til dømes Langseth (2003), Tordsson (2003) og Bischoff (2005). Fenomenologien handlar om den direkte eller spontane erfaringa med omverda, den undersøker kva som ”viser seg” for oss. Den enkeltes (subjektets) opplevingar eller medvit vert teken på alvor, som det senter

som dannar vår *livsverden*; vår oppleving av å *vere* i konkrete situasjonar, med sine gitte føringar og kjenneteikn. Fenomenologien grip om sjølve subjekta sine opplevingar av å vere i verda, til motsetnad til den empiriske vitskapens harde fakta, som i hovudsak freistar å famne om det universelle og objektive. Tanken er at fenomenologien er betre i stand til å *forstå* ulikskapar, mangfald og variasjonar i det menneskelege liv. Difor freistar ein å nytte fenomenologien til også å forstå kva naturoppleving og friluftsliv rommar av verdiar.

Tommy Langseth forsøker i si masteroppgåva, "*Bidrag til forståelsen av fjellturens meningsfulle oppbygning*" (2003), å gripe naturopplevinga gjennom ei (hermeneutisk) fenomenologisk analyse av det å gå aleine på tur. Det kanskje viktigaste han påpeikar her er at vi på fjellturen har anledning til å legge att klokka, og kjenner oss friare av di vi ikkje treng å koordinere gjeremål med andre menneske. I naturen reflekterer vi annleis over livet enn i kvardagen. I friluftslivet har vi høve til å ta i bruk andre sider ved oss sjølve, som vi ikkje treng elles i livet. Det som tek oss ut av klokketida og gir oss høve til å dra nytte av andre kunnskapsforråd er strevet. Det fysiske strev med å ta seg fram i naturen, gjer at vår medvit vert meir eller mindre tvinga til å vere merksame på det nære; på steinen i stigen, på å forsere neste vatnpytt, på pusten og fysikken, osv. Vi vert meir tilstades her og no, og bekymringar og utfordringar frå kvardagslive kjennes overflødig og vert borte for ei stund. Det kroppslege strevet gir oss høve til å sjå nye sider av oss sjølve, som kan vere berikande på våre liv i sin heilskap.

Bjørn Tordsson (2003) løftar gjerne fram Jean-Paul Sartre (1905-1980) sin fenomenologi når han omtalar naturopplevinga. Ved å vise til korleis våre val av prosjekt i naturen løftar fram ulike sider ved situasjonane, syner han korleis naturen ter seg forskjellig for oss. Om vi til dømes vandrar over vidda på ski, vil snøen, lufta og fjellet te seg annleis for oss enn om vi vel snøscooter.

Vidare viser Tordsson korleis naturen med alle sine kvalitative moglegheiter kallar på vår fridom. Naturen ligg open for oss, og vi kan etter evne og vilje velje i eit mangfald av moglegheiter med vårt friluftsliv. Ved våre prosjekt i naturen har vi høve til å avdekke personlege meiningar og verdiar gjennom vala og handlingane våre. Naturen er eit ope rom for utfolding, slik at vi har anledning til å stadfeste fridommen vår, og å skape meining med livet.

Annette Bischoff stiller spørsmålsteikn ved tilrettelegging av stigar. Stigen er avgjerande for den som driv friluftsliv. Den er ofte vår ven på vegen mot målet, eller som mål i seg sjølv. Stigen gir oss ikkje alltid ein open tiltale, men tvert om kan den leggje føringar for kva friluftslivet skal vere. Det offentlege og DNT legg mykje arbeid i å tilrettelegga norske stigar både i utmark og bynære områder. Tanken er at vi kan sjå den tilrettelagde stigen som ”*materialiseringer av ulike måter å forholde seg til natur på*” (Bischoff 2005). Ein stig som er skapt av mange år med vandring mot seter og jaktterreng minner oss på og kommuniserer andre ting enn den grusa og godt merkte stigen i utkanten av byen, med jamlege søppelspann og toalett. Slik kan ein seie noko om korleis ein stig set rammer for korleis vi opplever naturen omkring oss på.

Er fenomenologien verkeleg i stand til å gripe om kjernen i (natur)opplevinga, og fange han i ord? Høver det fenomenologiske språket til å forstå opplevinga av det meditative og kontemplative fullt ut? Kan fenomenologien hjelpe oss å forstå djupna i erfaringa av naturen som kjelde til noko dynamisk, meningsfullt og livsfremmande?

Veit du ei kjelde

Veit du ei kjelde i frosne skogen,
veit du eit hjarta som i einsemd
vakar og flør?
Der du kan kvila og drikka deg utyrst,
spegla di armod og pussa
pjuskne fjør?
Olav H. Hauge(2000)

Havet

Dette var havet.
Sjølve alvor,et,
veldig og grått.
Men liksom hugen
i einslege stunder
brått opnar
glidande spegelsyn
mot gåtefulle djup –
soleis kan òg havet
ein blå morgontime
opna seg
mot himmel og einsemd.
Sjå, blenkjer havet,
eg har òg stjernor
og blåe djup.
Olav H. Hauge(2000)

Og kva med opplevinga av å høyre saman med naturen? Når vi vandrar ved havet og i fjellet og kjenner på likskapen mellom oss sjølve og naturen. Kan fenomenologien gi oss eit klart og tilfredstillande bilete av erfaringa med å spegle seg i eller ane vesenslikskapar med naturen sine ibuande krefter og kvalitetar? Finst det kanskje andre kulturstraumar – ja, kanskje andre vitskapstradisjonar – som betre kan fange dei djupe opplevingane i møte med naturen?

Vitalismen. Eg vil med denne oppgåva løfte fram ei åndsretning som vart kalla for *vitalisme*. Vitalismen kom forut for fenomenologien og er ein annan *subjektsfilosofi*. Denne retninga har eit språk og tankesett som eg meiner kan bere fram fruktbare perspektiv på dei kontemplative og meditative sidene ved det norske friluftslivet.

Det meditative og kontemplative, som skårar så høgt i friluftslivsforsking, har – ifølgje ordbøker - å gjere med ”djup ettertanke”, ”mental konsentrasjon” og ”inderleg grunning” over eit tema. Denne forma for ettertanke eller grunning kan vere retta mot indre kjensgjerningar så vel som ytre. Både kjensler, stemningar, medvit, landskap, filosofi og tekstar kan vere gjenstand for gjennomlysing i meditasjonen og kontemplasjonen.

Om vi skal freiste å skilje det meditative frå det kontemplative, kan ein seie at meditasjonen handlar om ein *intensjonell* hengjeving eller søken mot forståing, med fridomskjensle og rekreasjon som siktemål. Ei form for aktiv lytting eller medvit merksemd *på* noko. Det kontemplative er augneblinken sin utilsikta eller

umediterte sanseerfaring, som gir opplevinga av fridom. I friluftslivssamanheng kan ein seie at med meditasjon søker ein naturmøtet med den konkrete *hensikt* å oppleve stilla og fridomen i seg og naturen, medan i kontemplasjonen er dette meir eller mindre utilsikta eller *indirekte* effektar av ein særskild friluftslivsaktivitet. Det som ligg i begge desse fenomenen sin natur, er det flytande, instinktive og intuitive, og i mindre grad det kontrollerande og deduktive.

Det er nettopp dette intuitive og instinktive vitalismen tek føre seg, og som legg til grunn ei djuptgripande kulturrørsle så vel som ei verdsoppfatting, ei forståing av menneske, av natur og av kunnskapen sin natur. Vitalismen hevdar at kunsten, poesien og musikken er best egna til å gripe om det levde liv. På mange vis kan vitalismen sjåast på som eit moderne filosofisk talerør eller forsvarar av det som naturvitskapen avfeiar som spekulativt, irrasjonelt og primitivt. Den søker å famne om fenomenen som det sjelelege, intuitive, dyriske og instinktive, så vel som det mystiske, åndelege og spirituelle.

I filosofisk forstand vil dette seie at vitalismen er *metafysisk*. Og dette i den forstand at vitalismen ser for seg noko bak, i eller ovanfor det fysiske eksisterande. Ein søker ei røynd bak den synlege røynda, eit underliggjande og samlande prinsipp bak det materialistiske mangfaldet. Ein søker materien sin indre *essens*. Dette er perspektiv som fenomenologien vel å sjå vekk frå. Fenomenologien freistar i standen å kvitte seg med alle moglege teoriar og forklaringar om underliggjande årsaker, for å kunne konsentrere seg om den direkte og spontane sanseerfaringa åleine. I motsetnad til vitalismen hevdar fenomenologien at *eksistensen* går føre essensen.

Hjå den franske filosofen Henri Bergson (1859-1941) har vitalismen likevel fenomenologiske trekk. Så vel Bergson som dei seinare fenomenologane, freista

å byggje på den spontane opplevinga av å vere i verda, snarare enn den naturvitskaplege gjengjevinga av røynda. Denne tilnærminga var ei stor inspirasjonskjelde til dei første fenomenologane, som t.d. Heidegger (1889-1976) og Merleau-Ponty (1908-1961). Difor er det relevant å ta utgangspunkt i vitalismen for å sette fenomenologien inn i eit vidare perspektiv.

Sentralt i vitalismen ligg forståinga av at det intuitive og instinktive driftslivet er det viktigaste og mest *vitale* ved mennesket, og at desse sidene ved oss vert undertrykt eller nedprioritert i det moderne samfunnet. I vitalismen finn ein ei tru på at menneske djupast sett er kreative og skapande vesen, som har sterk trong og kraft til å uttrykkje seg og leve ut sine potensialar, men samfunnsstrukturen og sosiale konvensjonar hemmar oss i dette. Mennesket vert drive framover av ulike *vitalkrefter* som kjempar for sjølvrealisering, og som dermed skapar retning og handling i liva våre. Det handlar om indre drivkrefter og viljeytringar som stadig tek oss i nye retningar. Vi er verken skapt for eller tent med eit samfunn som einsidig dyrkar forstanden og bokleg lærdom. Dette svekkjer det kreativt skapande så vel som det heilskaplege sansande mennesket, og gjer oss fattigare på opplevingar og forståingar av kva livet er. Samstundes gir naturmøtet oss høve til å få utlaup for dette driftslivet og intuitive i vår frie utfalding i naturen.

Mange vitalistar framset utfalding i naturen som opning for ein annan inngang til livet enn det samfunnet elles gir. Naturen kan sjåast på som ein arena for vitalistisk livsutfalding og sjølvutvikling, der kjenslelivet og driftslivet kan få fritt spelarom. Eit rom utan avgrensing, krav og forventningar. Eit rom der det irrasjonelle, kjenslege, instinktive og kreative kan kome til uttrykk og blomstre. I naturen står vi fritt til å dyrke og utforske det meditative og kontemplative, og dermed oppleve fridom, glede, samkjensle, stemningar, fred og ro, og vinne overskot til å vende tilbake til kvardagslivet.

Dette er nettopp det respondentane i SSBs levekårundersøking frå 2001 også gir uttrykk for. At der finst noko særmerkt med naturen. Eller ein kan seia at det *skjer* noko med oss i møtet med den frie naturen, som vi ikkje har så lett med å forstå. Det er noko naturleg og evigvarande med samspelet mellom menneske og natur. Noko som gir oss desse store og gode opplevingane som vi ikkje heilt får uttrykt, og som forstanden og vitskapen er for firkanta til å forstå.

Ein kan undre seg over kvifor ein finn ein slik likskap mellom vitalismen og nordmenn sine tankar om naturmøtet. Kan ein tenkje seg at vitalismen har skapt ein måte å forstå mennesket og natur på, som seinare har nedfelt seg i og lever i den norske kulturens konvensjonar om korleis ein skal ordleggje seg om naturen? Eller kan ein sjå det slik at vitalismen er i stand til å forstå noko allereie eksisterande i tilhøvet menneske og natur? Er det slik at vitalismen evnar å fange noko vesentleg og særskilt i naturopplevinga sin eigenart? Eg dragast mot den siste forståinga, og vil med denne oppgåva gjere eit forsøk på ei slik forklaring.

Denne oppgåva er altså å forstå som ei hermeneutisk utgreiing. Eg freistar først å orientere meg i den vitalistiske idétradisjon for å finne perspektiv som så kan kaste lys over det norske friluftslivet. Ved å søkje det sansande mennesket slik vitalismen ser det, håpar eg på å setje våre dagars oppfatningar av mennesket og naturen i perspektiv.

Å velje blant vitalismens mangfald

Vitalismen er ei brei og broket retning. Den kjem i mange variantar og ber med seg mange problematiske sider. Det er derfor naudsynt å gjere eit val. I det neste vil eg greie ut om nokre av utfordringane med vitalismen, og samstundes grunnkje mine val av teoretisk forankring.

I mi forståing av vitalismen har eg forutan originallitteratur², hatt god nytte av fleire forfattarar og publiseringar. På generelt grunnlag kan eg nemne Dag Østerbergs *Det Moderne* (2001), det danske tidsskriftet *Kritik* med ei spesialutgåve nr. 171 om vitalisme (Hasle 2004), Rune Slagstads (*sporten*), og *The Crisis in modernism* frå Camebridge Universety Press (1992). I forståinga av Nietzsche har eg først og fremst støtt meg på *Undringens Labyrinter* (2002) av Trond Berg Eriksen, samt Ulf Linde og Arne Eggum i si bok om *Edvard Munch og Thielska galleriet* frå 2007. Framstillinga mi av Henri Bergson byggjer på Hans Kolstad med si bok *Besinnelse* (2007) og med sitt etterord i *Tiden og den frie vilje* (Bergson 1990), samt Asbjørn Aarnes sitt føreord til *Den filosofiske intuisjon* (Bergson, Aarnes et al. 1989). Når det gjeld filosofen Arthur Schopenhauer har eg vendt meg mot Johan Fredrik Bjelkes presentasjon av *Verden som vilje og forestilling* (1988).

Metafysikken. Det er ingen tvil om at temaet vitalisme kan framstå som noko pseudovitskapleg og derfor vert uglesett i vitskapleg samanheng. Heile fundamentet til vitalismen er basert på eit "vitskapleg" sett håplaust utgangspunkt; trua på ei gjennomstrøymande kraft som er essensberaren og føresetnaden for alt liv. Det er snakk om ein metafysikk som ikkje let seg vitskapleg påvise eller prove. Altså føreutset delar av vitalismen³ noko som ligg

² Originallitteraturen eg har lagt mest vekt på: Nietzsche: *Ecce Homo* og *Slik talte Zaratustra*. Bergson: *Tiden og den frie Vilje* og *Den filosofiske intuisjon*.

³ særleg hjå Schopenhauer og Bergson

bakanfor det fysisk eksisterande. Det er difor viktig at ein stiller opp dei vanskeleg spørsmåla ved vitalismen til gjennomlysing, når denne retninga no skal handsamast.

Asosial vitalisme. På bakgrunn av det metafysiske problem skulle ein tru det hadde vore tryggast å stø seg på den anti-metafysiske vitalisten Nietzsche(1844-1900), i ein filosofisk diskusjon om vitalisme og friluftsliv. Filosofien til Nietzsche inneheld derimot eit anna problem. I den nietzscheanske vitalisme ligg ei fare for å fall inn i ei primitiv og naiv livsdyrking, som kan knytast til fascisme og nazisme. Ein hyllar det sterke mennesket som ut frå indre drivkrefter kjempar rettane sine fram. I likskap med deler av darwinismen finst det i vitalismen tankar om at dei svake må gå under, slik at den sterke skal overleve og løfte menneskeslekta til større høgder. I framstillingane sine av den sterke mann i arbeid, sport eller friluftsliv, hyllar forfattarar og kunstnarar det sterke, friske, sunne og arbeidssame mennesket. Desse ideala saman med Nietzsche sine teoriar om "*der Übermensch*" og "*Viljen til makt*" vart ført vidare av fascismen og nazismen. Hitler og nazistane syner eit reelt og mogleg utfall av ekstrem vitalisme, på nasjonalt plan, då dei "*skaffa seg Lebensraum (...) for å la den tyske ånds storhet og lidenskap komme til sin rette,*" (*Meisingset*) som ein reaksjon på Versailles-traktaten etter 1. verdskrig.

Dualismen. Med Descartes' skilje mellom ånd og materie, har vi i lært å oppfatte menneske som delt. Fornufta eller den rasjonelle tenkinga har vorte hylla som det mest særmerkte ved mennesket. Kroppen, med sin utstrekning i verda, har vorte nedvurdert på det vis at sansane våre er noko som forvirrar og leiar oss over i det tilfeldige. Det er den rasjonelle og klare tanken åleine som er i stand til gripe om verda som heilskap og skape orden i kaos. Personleg, sanseleg erkjenning kan ikkje gi innsikt i sanninga. Kva sanning er, skal vi overlata til den allmenngyldige og objektive naturvitskapen å gjere greie for oss.

Pessimistisk dualisme. I vitalismen derimot oppstår det ein annan form for dualisme, og då særleg hjå filosofen Arthur Schopenhauer (1788-1860), men denne er òg å spore hjå Henri Bergson. Schopenhauer ser også på eit vis nedlatande på det materielle eller det verdslege, liksom Descartes. Ikkje fordi den materielle verda ikkje er kjelde til sann kunnskap, men av di materie eller utstrekning ikkje er anna enn *ei* førestilling av fleire moglege. Vitalismen kan vere ein pessimistisk filosofi der den materielle røynda leiar til lekamleg liding som vi må søkje oss bort frå. Det viktigaste for menneske er altså å søkje fridom i det andelege. Med det andelege talar ikkje Schopenhauer om fornufta som Descartes, men om opplevinga av det guddommelege eller det hinsidige og mystiske.

Denne pessimisme står sterkast hjå Schopenhauer, som oppmodar mennesket til å oppgi sin vilje til liv, og hengi seg til det hinsidige og søkje Nirvana på buddhistisk vis. Denne forma for vitalisme står for meg som lite føremålstenleg når eg søkjer å uttrykkje gleda ved naturmøtet. Mi drivkraft for å skrive om friluftslivet med sine naturopplevingar, har nettopp utspringet sitt frå mi eiga glede av å vere her i denne verda – av å vere i kontakt med naturen. Følgjeleg skriv Schopenhauer seg ut av denne samanheng, med sin hang til å trekkje seg bort frå denne ”vonde” verda.

Henri Bergson. For å unngå denne dragninga mot den primitive og dyriske livsdyrkinga, og det pessimistiske syn på verda, vender eg meg til den franske filosofen Henri Bergson. Som vi etter kvart skal sjå, framset vitalismen eit uutseieleg djupt og flyktig *eg* og ei subjektiv indre tid, som også syner seg i Bergsons filosofi. Som vi har nemnd, reiser denne metafysikken eit metodologisk problem i vitenskapleg, sosiologisk og filosofisk samanheng.

Vitskapen ser verda som ordna av kausallovane sin determinisme, og relasjonane mellom universet sin materielle verden handlar om desse årsak/verknads-tilhøva. Dette er altså den vitskaplege mekanisme og materialisme, som underleggjer heile universet kausallovenes nødvendighet. Hå Bergson derimot viser det ovannemnte djupare-eg og den subjektive tid seg som ei årsak i seg sjølv. Påstanden vert at alt liv har i seg sjølv ein eigen vilje til å skape, erkjenne og, om ein kan seie, utfalde *seg i rommet*.

Ved å anta at medvitet vårt med si bakanforliggjande sjel *ikkje* er underlagt dei same universelle kausallovane, oppstår eit problem; Korleis kan ein seie noko om korleis kropp og sjel, eller materie og ånd, gjensidig kan påverke kvarandre og fungere i hop? Korleis kan vi unngå og gå i ei ny dualistisk felle?

Dette er store spørsmål som eg ikkje kan overskode, eller tør å gi ei avklaring på. Likevel finn eg ei slags opning hjå Bergson til å forstå livet på følgjande måte: Han hevdar at ein ikkje treng å definere eller hevde ei bastant sanning om korkje sjel eller kropp, eller om ånd og materie, for å kunne sei noko om *relasjonane* mellom desse. Ein kan nøye seg med å vise til dei menneskelege erfaringane om at vi alle på eit eller anna tidspunkt vil kunne oppleve, eller har opplevd; at våre handlingar kan vere styrt av ein indre vilje eller rørsle som er årsak til seg sjølv, og som dermed gjer våre handlingar uføreutseieleg. Ved å vise til den sympatiske intuisjonen, som nettopp undrar seg rommets kausale lover, gir han sjel og kropp, ånd og materie ein relasjon eller interaksjon. Det er i tråd med Bergsons eigen filosofi at noko kan *visast* som ikkje kan *bevisast*.

Ein kan seie at livet ikkje let seg definere, men ein kan likevel finne forklaringar som ligg i korleis fenomen *trer fram* for mennesket, som opplevande og erkjennande vesen. Bergson gir seg med andre ord hen til ein slags fenomenologi, som strekk seg frå det fysiske og inn i det metafysiske.

Sannsynleggjering. Heile vitalismen, både den filosofiske, den litterære og kunstnariske, kan kun basere seg på tru og på den personlege overtyding. Den filosofiske metafysikken sin viktigaste og kanskje einaste veg er sannsynleggjeringa og håpet om lesarens gjenkjenning, og ikkje allmenngjeringa og objektiveringa. På ingen måte kan vitalismen hevde einerett til sanning i vitskapleg, logisk samanhengande og provleg forstand. Vitalismen kan på ingen måte transcendere det ein kallar det spekulative. Og det er kanskje poenget i den vitalistiske posisjon; at der ikkje finnast ei einaste sanning, men eit uoverskodeleg mangfald av sanningar. Ein har høve til å velje si eiga røynd.

Gjenkjenning. Forutan å vere ei innføring og tydeleggjering av vitalismens breidde, aktualitet og skuggesider rundt 1900, er den første idéhistoriske gjennomgangen meint som si styrking av den overnemnde sannsynleggjeringa. Eg søkjer å vise at ein kan finne vitalistiske tankar og språk som har prega den norske mentalitet og kultur heilt fram til i dag. På dette viset kan ein kalle den innleiande hovuddelen for ein slags empiri.

I denne idéhistoriske førstedelen kunne ein valt å setje vitalismen i samanheng med slektande vitskaplege retningar. Ein kunne mellom anna nemnt delar av pedagogikken hjå John Dewey, og sosialpsykologien hjå Mead, med fleire, eller psykoterapien ved Sigmund Freud, Carl Gustav Jung og Bert Hellingar. Eg har derimot valt det eg synast ligg nærare våre kvardagsliv. Eg har med det idéhistoriske freista å skape eit gjenkjennande bilete av vitalismen, gjennom å peike på ulike kulturelle understraumar som har det vitalistiske i seg, fordi dette er lettare tilgjengeleg for oss enn dei pedagogiske, filosofiske og psykoterapeutiske teoriane. Likevel vil fenomenologien verte vigd noko merksemd, av di denne retninga, forutan å ha slektskapsband til vitalistismen, i aukande grad vert nytta i friluftslivsforsking i dag.

Eit idéhistorisk perspektiv på fornuft vs. kjensler

Det vestlege mennesket har over fleire hundreår utvikla ein intellektuell rasjonalitet som har gitt oss eit stort og på mange måtar velfungerande samfunn. Vi har skapt oss eit samfunn som kjempar for edle mål som rettferd, likskap og fridom for alle. Dag Østerberg skriv i sitt verk *Det moderne*, at ledestjerna i vestens utvikling har vore trua på det *frie individet, framsteget* og ikkje minst *fornufta* (Østerberg 2001). Max Weber påpeika allereie i byrjinga av førre hundreåret at det er ein særskilt form for fornuft som dominerer; *formålsrasjonaliteten* (Østerberg 1990).

For å oppretthalde denne kulturen vi er ein del av, er det ikkje nok med berre ein god og rasjonell organisasjon. Ein treng òg at menneska i dette samfunnet evnar og har ”*disposisjon for bestemte former for praktisk-rasjonell livsførsel*” (Østerberg 1990). For å meistre denne forma for samfunnsliv krev det at menneska er *formålsrasjonelle*. Det vil seie at vi må vere i stand til å arbeide effektivt og tydeleg mot gitte siktemål. Å skilje mellom fakta og vurdering er viktig. Den som maktar å vere sakleg kjølig og målretta er i stand til å handle hensiktsmessig og bereknande. Slik vert ein vestleg ”moderne” levemåte og mennesketype utvikla.

I det moderne samfunnet må vi lære oss kunsten å objektivere og abstrahere. Dette påverkar tankane og språket vårt så vel som våre handlingar. Mennesket må vere analytisk og bereknande i høve sine handlingar og val (Østerberg 1990). Jo meir dette vert kravd av oss i det sosiale liv, jo meir nyttar vi oss av det analytiske og bereknande. Formålsrasjonaliteten vert gjort til vår viktigaste orienteringsreiskap, og påverkar vår kvardag, våre tankar, vår veremåte og vårt syn på oss sjølve og naturen.

Idet vi har dyrka denne forma for fornuft, har vi også valt noko bort. Vi har valt bort andre intelligensar, og prioriterar i hovudsak denne eine formålsrasjonelle. Ved at vi erkjenner verda stort sett gjennom rasjonell tenking, vert andre menneskelege erkjenningssevner svekka og gløymd. Det at vi let alle ting å bere preg av materiell framdrift og endring, gjer oss mindre i stand til å dvele ved innhald og kvalitetar. Vi tar oss for lite tid og rom til å dvele ved det enkle, dei små tinga. Dette med å vere tilstades her og no, å vere merksame på det tidlause som skjer rundt og i oss, vert oppslukt av eit *før* og eit *etter*, av eit "øyeblikkets tyranni"(Eriksen 2007). I våre godt planlagde kvardagar har vi vant oss til å leve i, av og med den målretta og kjølige tenkinga, og dermed vert evna til spontan kreativitet og det kvalitativt sansande svekka.

Sjølv om det har oppstått mange motsatsar i kjølevatnet av det moderne, held vi fast ved fornufta, framsteget og individet si frigjering. Det er vitskapen sine funn og kunnskapar vi lærar i skulen. Bokleg lærdom skal sikre framtida i dette kunnskapssamfunnet. Det vert hevda at meir viten vil gje oss kunnskap til å forstå slike ting som klimakrise, helseutfordringar, kriminalitet, uroleg skuleungdom, osb. Meir av det som har skapt problema, skal løyse dei, vert vi fortalt. Vi må ta fatt i problema som trugar samfunnet. Uroande tema som global oppvarming, terror og uhelse må verte luka bort som ugras, og kunnskapen er våpenet vårt, og handelsvara vår.

Med dette abstraherer vi oss bort frå sjølvne problema. Kunnskap åleine fører ikkje til handling og endring. Om vi held oss berre til den objektive kunnskapen, skil vi oss frå det som *er*. For det er gjennom personleg erfaring og opplevingar med dei fenomenen vi møter, at vi verkeleg ser samanhengar og kjem til forståing om kva noko *er*.

For å forstå naturen så vel som vår eigen natur, må vi også komme nær den, gjennom å *vere* saman med den og ikkje kun observere den. Den objektiveringa som vi skolerast inn i på mange vis, leiar oss til å tru at ”vi” er skilde frå dei fenomenen vi møter. Vi trur vi er åtskild frå naturen og kvarandre. Det er den spontane opplevinga eller barnet sitt ordlause møte med skogen som gir oss kjensle av å vere tilknytt noko. Den subjektive opplevinga, ikkje abstraksjonen, kan gi oss svar på kva noko *er*. Å la *fenomena* tale til oss og å opne oss for kvalitetane i dette møtet – å *sanse* naturen! Vi må ikkje berre røre ved treet men òg la oss verte rørt, kjensleg, av treet. Utan dette vil skogen berre vere ein ressurs og ein arena for ulike formål. Utan dette vil vi kjenne oss distansera frå naturen, og ikkje i slekt med han.

Denne fråskillinga frå naturen har også noko å seia for dei helseproblema vi har i dag. I Miljødepartementets rapport om ”Naturopplevelse, friluftsliv og vår psykiske helse” vert det peika på utfordringane med *mentale lidingar* og vår nye folkesjukdom *depresjon*, i tiåra som kjem. Ein treng ikkje ha ”*doktorgrad i medisin for å se sammenhengen med utviklinga av et mer kaldt, materialistisk og fremmedgjørende konkurransesamfunn der så vel sosiale som økologiske sikkerhetsnett svikter.*” (2009 s. 34)

Mange (Hegge 1993; Kolstad 2007) har skildra Vestens filosofi og historie frå dei gamle grekarane og fram til i dag. Dei syner ein menneskeleg abstraksjon bort frå naturen, ved at vi har definera oss som noko høgare eller større enn naturen, ved vår fornuft. Dette påverkar livsverda vår i dag. Dette livet tvingar mennesket til å vere formålsrasjonelle vesen, som fortrengr delar av sin sanselege natur. Medan vi i arbeidsliva våre forpliktar oss til å arbeide rasjonelt og målretta mot framtidige resultat, kan vi i vår fritid fritt dyrke den planlause og retningslause sanselegdom, og drøyme oss vekk i og hengi oss til livet sine fargar og stemningar. Den sanselege kroppen er på mange vis undertrykt i våre

sosiale liv, og kjem til sin rett i vår fritid åleine – og til uttrykk i litteratur, kunst, musikk og friluftsliv.

Dette sanslege mangfaldet i mennesket er på mange vis det vitalismen kjempar for. Vitalismen kjempar for det kreativt sansande mennesket, med sin intuisjon, sine drifter, lyster og kjensler. Mennesket er først og fremst styrd av det irrasjonelle og umedvitne drifts- og kjensleliv, framfor det forstandige.

Vitalistisk livsfilosofi dyrkar rikdomane og lidenskapane ved sjølv livet, og menneskets oppgåve er å vere fullt ut sansande og ta alle livskrefter inn over seg.

Vitalisme

Vitalismen er ei motvekt til det moderne si tru på fornuft og vitskap. Den står derimot ikkje åleine. Med på laget står eit mangfald av livsfilosofiske, kunstnariske, intellektuelle, esoteriske og litterære retningar som påpeikar heilt andre måtar å sanse og orientere seg i livet på. Desse ulike retningane kan sjåast som uttrykk for ei menneskeleg lengt etter eit rikare sanseliv, der emosjonar, spontanitet, instinkt og drifter er med på å styrkje den menneskelege vitalitet og vilje til liv. Vi skal i det neste ta eit raskt blick på nokre av desse motkulturane.

Å framlegge historia som eit spel mellom kulturelle hovudstraumar og motstraumar, er inspirert av verket til Dag Østerberg *Det Moderne*. Her presenterar han vitalismen som ein motkultur, som tek avstand frå det regjerande mekanistiske og materealistiske verdssynet. I tillegg påpeikar han at fenomenologien, hippierørsla og new age stod i liknande opposisjon til det regjerande. Vidare utval av vitalistiske motkulturar som vert presentert i det neste, må eg derimot bere på mi eiga kappe.

Vitalistiske motkulturar

Med industrialiseringa og vitskapen, med sine teknologiske nyvinningar, har dei siste 200 åra vore prega av kraftige omveltinga i samfunnslivet. Hjø somme har desse nyvinningane gitt ei oppglødd tru på framtida, medan det for andre har framkalla skepsis og uro. Ein skepsis og uro over spesialiseringa og mekaniseringa i samfunnet, som også fører til spesialisering av menneska sine oppgåver så vel som våre evner. Dette har skapt motkulturar og understraumar som søkjer den moderne fornuft sin motsats. Det har vorte peika på at der finst andre vegar til forståing enn den logiske bereknande rasjonalitet åleine. Frå modernitetens barndom i opplysingstida og fram til i dag, finn vi mange retningar som har vendt seg mot det irrasjonelle og kjenslege, i sin kritikk av

moderniteten med sin materialistiske, mekanistiske og fornuftsmessige tru på framsteget.

I kjølevatnet av moderniteten har der støtt og stendig oppstått *vitalistiske* motkulturar, som har avla filosofi, kunst og litteratur som utforska det primitive og multisanslege mennesket. Både romantikken, vitalismen, fenomenologien, teosofien og antroposofien tok på 1800-talet del i denne søken etter kva mennesket er. I denne søken etter å definere mennesket, vendte dei seg til sansane våre, så vel som driftslivet og den subjektive erkjenninga. Dei vendte seg til våre sjeleliv, og ikkje til vitskapen med sin objektiverande kunnskap.

Denne søken etter alternative livsoppfatningar gav også ei vending mot gamal europeisk mytologi og austleg filosofi og livssyn. Særleg er der å finne spor frå det hinduiske og buddhistiske i vitalismen, teosofien og antroposofien, men òg i fenomenologien. Liknande tankar finn vi også i *dagens* motkulturar og ideologiske understraumar. Desse finn vi særleg i det ein kallar for New Age, hippirørsla og ”alternativbevegelsen”.

Mange har søkt, og søker stadig, etter andre måtar å vere menneske på, enn det som dominerer i samtidas samfunn. Dei to siste hundreåra har ulike *vitalistiske* tankesett prega motkulturar i det moderne Vesten. Motkulturar som er i familie med vitalismen, og som på ulikt vis held fram den subjektive erfaringa og opplevinga som viktigaste veg til å forstå verda og det levde livet. Retningar som søker det primitivt, intuitivt og spontant sansande mennesket, som gjerne vert drive framover i livet av indre krefter. Dette står i sterk kontrast til den moderne hovudstraumen som framheld det rasjonelle og fornuftbasera mennesket.

Romantikken og vitalisme som motkultur. Om vi går tilbake til fenomenologien og vitalismen sine røtter, kan vi sjå eit Europa som stod overfor svært mange krisar i byrjinga av det 19. hundreåret. Følgjane av den franske revolusjonen, krigar, nye landegrenser og industrialiseringa, avla mange nye tankeretningar og ismer. Som vi har nemnt meinte mange at opplysingstida og industrialiseringa med tankane sine om fornuft, framsteg og vekst hadde avla fattigdom, naud og krigar. Det europeiske folket opplevde på 1800-talet trøystesløyse, framandgjersle og vonløyse i ei tid med store omveltingar. Som ei motvekt til den regjerande rasjonalismen og naturvitskapen oppstod romantikken. Romantikken kan vidare forståast som ei opning for det "vitale", av di den vektlegg kjenslene og det spontant sansande framfor det tankestyrde og bereknande.

I både romantikken og vitalismen får mennesket eit særskilt og nært forhold til naturen. Desse retningane rettar seg attende i historia og løftar fram gamal norsk mystikk og overtru og norrøn mytologi, men òg anna mytologi som den greske og keltiske. Saman framheva desse retningane det indre sjelelivet, framfor naturvitskapen med sin ytre vege- og målearbeid.

Medan romantikken nærmar seg ein platonisk og panteistisk kristendom, heldt vitalismen seg til sjølve dyrkinga av naturelementa og intuitiv hengjeving til *livet*. Romantikken søkte den indre og absolutte kjernen i sjelelivet til mennesket, men i vitalismen finns ingen indre kjerne (Aarnes i Bergson 1989). I staden hevdar vitalismen ein indre livsflyt eller kraft, som ikkje kan reduserast til ei eining. Vitalismen heldt, i motsetnad til romantikken, ingen høgare mål enn *sjølve livet*.

Teosofien og antroposofien. 1800 talets nye teknologiske utvikling skapte nye former for kommunikasjon som dampbåt og tog. Å reise frå aust og vest vart meir og meir overkommeleg og dei først buddhistiske og hinduiske guruane

kom vestover med sin visdom, medan fleire europeiske intellektuelle trakk austover på kuriøse reiser. Ein oppdaga fleire alternative levevis og verdsoppfatningar, enn den heimlege folketrua og den norrøne mytologien. Det vart mellom anna løfta fram sjamanisme, buddhisme, taoisme og hinduisme, i argumentasjonen mot den rasjonelle moderniteten og naturvitskapen. Filosofar og forfattarar leita i livsfilosofiar som legg vekt på *åndelege oppleving* eller *subjektiv erkjening*, framfor religionar og vitskapen som hevdar ein eintydig og absolutt sanning. Særleg er denne påverknaden synleg i Arthur Schopenhauer sin austleg inspirera filosofi. Han talar mellom anna om det buddhistiske mayaslør som tildekkjer tilveret, og gjer den underliggjande viljen vanskeleg å skode.

Fenomena Madame Blavatsky⁴ og Pramahansa Yogananda er typiske for dette nye møtet mellom aust og vest. Yogien Pramahansa Yogananda (1893-1952) vart fødd og vaks opp i India. I sitt vaksne liv reiste han verda rundt med sine yoga- og meditasjonskunster. Hans "Autobiografi of a Yogi" (Yogananda 2003) har vorte rekna som ein klassikar.

Teosofien, som søkjer "den guddommelege visdom", oppstod også på bakgrunn av denne tankeutvekslinga, og vart danna av nettopp Madame Blavatsky. Teosofien var gjerne opptatt av det paranormale; det okkulte, det oversanselege og spiritisme.

Rudolf Steiner høyrer òg heime i denne samanhengen. På eit tidspunkt braut han med Det Teosofiske Samfunn og danna antroposofien. Til skilnad frå teosofien, som basera seg på esoterisk erkjening, hadde Steiner ein meir filosofisk og akademisk tilnærming. Steiner starta mellom anna Waldorfskulen, eller

⁴ Madame Blavatsky reiste i mange år i Egypt, Midt-Austen og Asia. På sin veg oppsøkte ho mystikkarar og okkultistar. Dette gav kunnskapar om og erfaring med vitalistiske filosofiar nok, til å reise vestover att og starte det esoteriske Teosofiske Samfunn. Her vekte ho oppsikt med sin, og Charles W. Leadbeaters, utkåra opplyste meister, Krishnamurti. Teosofien er framleis vital i dag, og har sterk tilknytning til buddhisme og hinduisme, samt kristen mystikk og islamsk sufisme.

Steinerskulen som vi kjenner han som i dag. Siktemålet til Steinerskulens er å gi elevane høve til personleg vekst og livsutfolding. Framfor å tillære elevane formar for kunnskap, som i den tradisjonelle skulen, søker Steinerskulen å leggje vekt på den indre kreativiteten og utviklinga til elevane, ved å legge opp til ein pedagogikk som skal gi eleven høve til personleg innleving og erkjenning av kunnskap.

Fenomenologane, særleg Husserl (1859-1938), Heidegger, Sartre og Merleau-Ponty, var inspirera av vitalisten Bergson og tankane hans om tid og rom. Desse to retningane, fenomenologien og vitalismen, kan sjåast på som familiære av tre årsakar: for det første er fenomenologien lik med vitalismen ved å vere ein *subjektsfilosofi*. Denne filosofiske retninga tek utgangspunkt i den spontane opplevinga og erfaringa, for å skildre kva eit menneskeliv er. Både retningane skil seg med dette frå naturvitskapen.

For det andre: Spor frå det austlege er også tilstades i fenomenologien (Østerberg 2005). Fenomenologien nærmar seg buddhistiske, og då særleg zen-buddhistiske, holdningar. Noko som vert stadfeste av den tidlege akademiske interessa for fenomenologien i det buddhistisk påverka Japan. Så vel buddhismen som fenomenologien og vitalismen legg vekt ved *den spontane sansing og handling* for å forstå den menneskelege verden og fridom.

For det tredje er særleg den eksistensialistiske fenomenologien med Sartre og Heidegger, i likskap med vitalismen, opptatt av det ekstreme i tilveret, som skapar vilje til endring og handling. Det ekstreme framprovoserar vilje menneske. Både retningane vart difor opptatt av livslysta og appetitten – ”*appetitt på mat og drikke, appetitt på kvinner, stor reiselyst, et begjærlig menneske som søker tilfredsstillelse*” (Østerberg 2005 s. 359). Denne dyrkinga av vilje,

ekstremisme og begjær skulle seinare skape store utfordringar for både fenomenologien og vitalismen under og etter 2. verdskrig.

Andre verdskrig sette ein midlertidig stoppar for respekten for vitalismen (og eksistensialismen). Det ein gjerne kallar for den asosiale vitalismen, som vi har vore inne på tidlegare, dyrkar det instinktive og irrasjonelle. Her er det krafta til å hevde seg sjølv som vert det vesentlege. Den asosiale vitalismen er ei slags blanding av vitalisme og den sosialdarwinistiske tru på rettane til den sterkaste. Nettopp dette er det som blir lagt vitalismen til last i etterkrigsåra. Krig vart oppfatta som ein fri og ekspressiv kamparena for den dyriske råskapen, som skulle opne for livgivande og eksistensielle livskrefter i mennesket.

En særlig strategi til oppsøgning af livskraften lancerer en del af litteraturen gennem idealiseringen af den ekstreme situasjon.

Forestillingen er den, at den ekstreme situasjon formår at ryste mennesket så meget ud af de vante fuger og former, at det kastes ind i en helt ny oplevelses modus og dermed bliver i stand til at erkende livet innuce.

(Hasle 2004 s. 3)

Krig vart sett på som ein slik ekstrem situasjon, som skulle reinske Europa for det *livskvelande* i den moderne kulturen. Bort skulle tryggleiken, stillstand og konvensjonelle normer. Det sterke og livskraftige hjå mennesket kjem først til liv i møte med krisene og eksistensielle grensesituasjonar. Dødsangsten skulle vekke Europa til handling og endring. Oppreinskinga skulle utrydde det svake og sjukelege, både menneske, leiarar og nasjonar, og dei sterke og handlekraftige menneska skulle tre fram og leie Europa mot ny stordom. Dette var før nokon kjende krigens fulle og katastrofale følgjer. Etter 2. verdskrig var det svært få som stod fram og kunne peike på positive følgjer av krigens

verknad. *Vitalisme* vart derfor uglesett og forbunde med fascisme og nazisme, og sett på som farlege og antisemittiske tankar.

Hippierørsla voks fram siste del av 1960-åra og heldt seg utover 70-åra. Denne forma for vitalistisk tenking skil seg skarpt frå den krigs-, instinkt- og viljedyrkande vitalismen før 2. verdskrig, sjølv om desse har fleire likskapar. Hippierørsla voks fram som ein vestleg motkultur, eller som eit ungdomsopprør. Det var opprør mot så vel imperialismen i vesten som mot vestleg konvensjonell livsføring og fornuft. Hippiane tok i bruk alle moglege verkemiddel og symbol til å markere avstand til dette *vestlege*, med sin hang til fornuft og trong til framsteg. Dei sette langt hår og fargerike klede framfor moteprega frisyrrar og dress; grønsaker framfor biff og burger; peace and love framfor krig og frykt; kunst og musikk framfor "tradisjonelt" arbeid, osb.

New Age vart fødd ut av denne samanhengen. Hippierørsla strakk seg òg mot ikkje-vestleg religiøsitet og filosofi, slik som sjamanisme, buddhisme, astrologi, hinduisme, osb. Dag Østerberg omtalar i sitt verk *Det Moderne* at det moderne mennesket kan sjåast på som sentrera rundt eit *eg*. New Age-mennesket strekk seg mot *sjølvvet*, for å komme "i forbindelse med en større virkelighet, med det guddommelige" (Østerberg 2001 s. 367). I håp om samfunnsendring og verdsfred, søkte ein etter høgare medvit og erkjenning gjennom det *intuitive*; gjennom meditasjon, LSD, yoga, musikk, kunst og litteratur m.m.⁵ Hippiane søkte mot ei *ny tid* (The Age of Aquarius) der mennesket skulle verte løfta inn i ein høgare medvitstilstand, der fred og kjærleik skulle regjere, slik musikalen Hair oppsummerar hippierørsla med ideologien sin.

⁵ New Age kom bl.a. til uttrykk gjennom musikk frå San Francisco, som t.d. Janis Joplin og Jefferson Airplane, gjennom Woodstockens syrerock, men òg gjennom britiske The Beatles med Sgt. Pepper's Lonely Hearts Club. Herleg blanding av vestleg rock, syretrippar og hinduisk og buddhistisk filosofi.

Ein ny vitalistisk motkultur syner seg i dag for det første i New Age-inspirera behandlingsformer som er i stadig vekst. Eldgamle tradisjonar frå heile verda, som kristen mystikk, sjamanisme, buddhisme, chakralære og kabbala, vert revitalisera, og klassifisera som den alternative bevegelsen. Ein kan nemne fenomen som Joralf Gjerstad (Snåsakallen – sjølv om han identifiserar seg med kristendommen, og ikkje New Age) og Astarte Education.

Dette er igjen eit brot med det forstandige. Det er i høgste grad ei vending mot det intuitive, kjenslege og instinktive. Det ”alternative” har vakse med enorm kraft etter oppløysinga av ”Kvakksalvarlova” av 1936. I staden har vi fått ”Lov om alternativ behandling av sykdom” av 2004.

Det vitalistiske i offentlege rom. Vidare ser vi at alternative austlege metodar og tankar også veks fram og vert akseptera av ulike norske helseinstitusjonar. Det vert til dømes nytta ulike merksemdøvingar i arbeidet med stressmeistring. Desse er ofte inspirera av austlege livsfilosofiar, og vert nytta for å hjelpe brukarane til å endre sitt eige medvit om seg sjølv i høve dei ytre impulsane som fører til stress. Kunstformar som Qi Gong, Yoga og Tai Chi vert brukt for å ”auke nærveren i eigen kropp.”

Yoga og meditasjon. Også DNT arrangerar weekendar på turisthytter med yoga og meditasjon. Desse øvingane og den argumentasjonen som her vert nytta, minner om og er ofte direkte knytt til buddhistisk og hinduisk tenking og livsoppfatting. Det er elles verdt å merke seg at ein oftast legitimerar verksemda ut frå vestlege og rasjonelle tankemønster; øvingane har positiv effekt på helsa, dei minkar stressnivå, gir større yteevne, osb. Yoga vert teken ut av sin vediske⁶ samanheng og vert nytta som ein annan form for gymnastikk. Den heile og fulle

⁶ Vedaen dannar kjerna i dei hinduiske skriftene.

djupna som ligg i det hinduiske omgrepet merksemd (awerness) er ikkje nødvendigvis med.

Akupunktur, ein eldgamal tradisjon som spring ut av læra om kroppens energibanar (chakra), har vorte akseptera av legevitskapen som effektiv smertelindring. Akupunktur vert mellom anna nytt av jordmødrer. Også her er forklaringane prega av avmystifisering. Det vert snakka om visse punkt på kroppen som vert stimulera av nåler som påverkar kroppen positivt. Nålene oppløyser spenning i musklar, og gjer oss i stand til å manipulere kroppen på ein naturleg måte utan å bruke kjemiske midlar.

Populærkulturen, og særleg filmen, har også tatt opp tema om det sanselege. Med *StarWars*, *Ringenes Herre* og no sist *Avatar*, vert det mytologiske, spirituelle og oversanselege i fiktive verdar gjenstand for vår undring. Lik zen-buddhistiske samuraiar, finn vi i *StarWars* Jedi- og Sith-ridderane som lyttar til si indre kraft for å kunne kjempe. Stille meditasjon vert brukt som verkemiddel til å roe sinnet for å kunne tenkje og kjempe klart. Trollmannen Gandalf i *Ringenes Herre* er på sett og vis eit spegelbilete av den myteomspunne Merlin eller Myrddin frå Caledonia (Wales), som gjennom livet i den ville skogen tileigna seg eit klarsyn som gav han ein sterk posisjon som rådgjevar ved det engelske hoff. I *Avatar* møter vi Na'vi folket som, lik naturfolk vi finn her på planeten, står i sterk spirituell forbindelse med naturen.

Desse filmane gjenspeglar ulike fenomen som vi finn i gamle og primitive kulturar, og som vert sett inn i ein futuristisk/moderne kontekst. Fenomen som fengjer, forundrar og vekker det nyfikne i oss. Det mytiske, primitive, intuitive og instinktive vert gjort tilgjengeleg for oss til å beundre og til underhaldning. Det kan henge postera på veggen og vi kan leike oss med desse tankane på fritida, men det har ikkje plass i kvardagen vår. Vi må hugse på at dette er

fiksjon, og passar ikkje inn i vår moderne livsførsel. Skilnaden frå desse fiktive samfunna og vårt noverande samfunn er så stor, at vi ikkje kan finne eit møtepunkt mellom desse.

Oppsummering. Historia syner altså eit mangfald av vitalistiske motkulturar, som vender seg til primitive og gamle mytologiske ”førestellingar” frå heile verda, for å sette det modernes tru på fornuft og vitenskap i perspektiv. For å vise at livet har mykje anna å tilby det levande mennesket, med sin heilskap beståande av kjensler, intuisjon, lyster og drifter, i tillegg til vårt fornuftige intellekt.

Meininga med denne gjennomgangen er å vise at til trass for stadig meir rasjonalisering i samfunnet, søker mange av oss til ein annan form for sanselegdom. Dette er uttrykk for at noko ved mennesket ikkje vert teke vare på i det moderne samfunnet. Mennesket har behov for å vere meir enn eit tenkande – meir enn eit *cogito*.

Med dette skal vi forlate desse vitalistiske motkulturane, og vende oss attende til sjølv *vitalismen*. For hovudsiktemålet er å søkje å forstå dette fenomenet natur, som gir slike sterke inntrykk på oss at vi søker attende til det.

Vitalisme vs. mekanisme

Vitalismen kan kallast ei europeisk åndsretning, innan både filosofi, kunst og litteratur, frå ca 1840-1940. Særleg sterkt stod denne retninga frå 1880-åra og til ut på 30-talet. Vitalismen var ein motreaksjon på det regjerande mekanistiske syne på verda (Burwick and Douglass 1992), som fremma den logiske positivismen og naturvitskapen på 1800-talet. I vitalismen er det den *subjektive* erkjenninga av tilveret som står i sentrum, i motsetnad til det mekanistiske verdssynet som hevdar den naturvitskaplege objektive sanninga. Dette gir to svært ulike syn også på kva liv eller natur er.

Mekanistisk liv. Om ein med mekanistiske briller stiller spørsmålet *kva er liv* vil ein få som svar at levande organismar er komplekse fenomen, og det er *kompleksiteten* som skil levande organismar frå det uorganiske. I prinsippet, svarar mekanisten, er der ingen skilnad mellom levande organismar og det uorganiske. Dei same fysiske kreftene/lovane og kjemiske stoffa er i alt og styrer alt i naturen.

Dette synet er det som i hovudsak har vore styrande for den legevitskapen vi har i dag. Menneske er sett saman av ulike organiske materiale og kjemiske stoff. På sitt mest ekstreme har denne mekanismen rekna mennesket for maskiner, som treng dagleg vedlikehald (næring og mosjon) og nye delar innimellom.

Vitalistisk liv. Den vitalistiske forståinga er at liv ikkje berre skil seg frå det uorganiske på grunn av kompleksiteten. Liv er noko heilt anna enn den uorganiske verda. Livet inneheld ei *vital kraft* som ikkje eksisterer i resten av naturen. Denne vitale krafta samverkar med dei fysiske og kjemiske lovene, men kan ikkje verte påvist utifrå eller bli påverka av kjemien og fysikken (Burwick and Douglass 1992). For vitalistane er liv og livsformer noko *energibasert* og ikkje materiebasert.

Mennesket er meir enn berre eit *bevegelsesapparat* med ein hjerne. Menneske og liv generelt, er gjennomlyst av ei kraft, og ein vilje til liv. I sitt indre medvit er *liv* kreative og skapande krefter, medan den på utsida framsyner faste element, eller ein materiell kropp.

My allied is the Force, and a powerfull allied it is. Life greats it, makes it grow. Its energy surrounds us and binds us. Luminous beings are we, not this crude matter. (Yoda, Star Wars – The Empire Strikes Back, 1980)

Med dette er eit skarpt skilje gjort mellom utgangspunkta til to svært ulike verdsoppfatningar. Det mekanistiske og det vitalistiske står som motsetnadar; eller to ulike ytterpunkt i filosofisk forstand. Den eine held si røynd til det synlege og målbare (materien), medan den andre held si røynd til medvitstilstandar og krefter (energi). Kort kan skilnadane mellom desse illustrerast i ein tabell:

Verdsforståing/ontologi	Mekanistisk	Vitalistisk
Vitskap	Naturvitskap	Åndsvitskap
Epistemologi/filosofisk tilnærming	Objektivisme Materialisme	Subjektiv erkjenning Intuisjon
Antropologi	Fornuft	Sanse- og viljeliv
Danning	Sosialisering for samfunnets behov Formålsrasjonelle borgarar	Subjektets behov Vilje- og kjenslestyrt Livsutfalding
Sansing/estetikk	Reduksjonistisk; heil-del-heil	Holistisk – intuitiv
Pedagogikk	Mål/middel-tenking	Prosesstenking

Figur 3. Etter inspirasjon frå *En skole mellom mekanisme og vitalisme*(Hanssen 2009).

Filosofisk, kunstnarisk og litterær vitalisme

Ein kan altså nærme seg vitalismen på ulike vis. Eit vis er å undersøkje dei filosofiske ideane om *élan vital*, *viljen* eller ei *urkraft* i tilveret. Dette synest nyttelaust, og vil ikkje tene mitt føremål. Her vil objektet mitt vere å ta utgangspunkt i vitalismen sitt syn på sansing og erkjenning, for å kunne seie noko om samspelet mellom menneske og natur.

Før fornufta og den objektive sanninga, set vitalismen kjenslene og viljen. Det vitalismen dyrkar ved livet er dei sterke fargane, den personlege opplevinga og intuisjonen. Den vil gje livet i vold, gje seg hen, søkje samklang med urkreftene i tilveret. Vitalismen tek fatt i våre opplevingar av å vere i verda. Den hevdar at det menneskelege intellekt åleine ikkje kan gripe om livet med stor L, i si fulle djupn. Difor leitar ikkje vitalisten i vitskapen etter sanning og erkjenning, men i filosofi, metafysikk, kunst, poesi, metaforar, litteratur, og ikkje minst i det levde livet.

Av di vitalismen er lite kjend i dag, kan ein tenkje at dette var ei lita og smal retning som få var tilslutta. Vitalismen fanna vidt om seg, både her heime og i Europa elles. Mest kjende og framtreande her heime var Knut Hamsun, Edvard Munch, Nikolai Astrup, Gustav Vigeland, Arne Garborg, Tarjei Vesaas, Jacob Sande og Fridtjof Nansen, som alle kan seiast å ha tilknytning til det vitalistiske. Alle desse fremma former for vitalistisk verds- og livsoppfattingar. Dei var på kvar sitt vis opptekne av å ta avstand frå den moderne rasjonalitet som svekkjer den menneskelege livskrafta og vitaliteten, og gjer alt grått og tomt. Bylivet med industrien og kontoret er dekadent og forkasteleg. Naturen gjer oss i stand til å komme tilbake til vårt eigentlege *eg*.

Når eg no vil gi eit djupare innblikk i vitalismen, vil eg samtidig skilje frå det som vert oppfatta som den farlege og utagerande vitalismen. Den tidlegare

nemnde asosiale vitalismen, som nesten blindt dyrkar dei menneskelege driftene og instinkt bortanom all moral og etikk. Desse haldningane skriv seg oftast frå tolkingar av Friedrich Nietzsche.

Dette skiljet er på eit vis kunstig. Det er på ingen måte klare og absolutte grenser frå den eine vitalist til den andre. Samanheng og likskapar går att hjå dei fleste. Ved å gjere eit slikt skilje vert den "farlege" delen av tankegodset tydeleggjort, og vonleg vil vi stå att med ein "ufarleg" vitalisme til sist.

Filosofisk er, som vi har nemnt, den energibaserte og gjennomstrøymande krafta, *èlan vital*, den livberande essensen i alle levande organismar. I den vestlege filosofien finn vi desse tankane hjå Arthur Schopenhauer og Friedrich Nietzsche⁷ som omtalar dette for viljen og av Henry Bergson som nyttar ordet *élan vital*. Dette er filosofi som prega siste del av 1800-talet og starten på 1900-talet, og utgjer det ein vanleg oppfattar som *utgangspunktet* for vitalismen.⁸

Schopenhauer. Hjå tyskaren Arthur Schopenhauer (1788-1860) kan ein sjå vitalismen i si byrjing. Med utgangspunkt i Kant og austlege tradisjonar syner han korleis mennesket, bakom tid, rom og kausalitet, kan nå viten eller kunnskap om tinga i seg sjølve, noko som Kant meinte var umogleg (Schopenhauer and Bjelke 1988). For Schopenhauer står "viljen" som det som står bak og er i all eksistens, og denne viljen gir oss difor høve til å nå tinga i seg sjølve. Mennesket kan difor oppnå sann kunnskap om tinga i seg sjølve, av di subjekt og objekt er av det same.

⁷ Nietzsche skil seg frå dei to andre ved å ta avstand frå metafysikken. For han er *viljen* ingen bakanforliggjande energi.

⁸ Aristoteles kan òg reknast som ein tidleg vitalist med i sin *entelecheia*. Han seier at bak levande organismar står ein formal årsak (Causa Formalis); materiens indre essens eller natur, det levande si sjel, har eit formål i seg sjølv. Kjend er også den joniske trua, frå den greske antikken, på dei fire elementa jord, eld, luft og vatn som dannar dei vitale kreftene i mennesket. Med utgangspunkt i desse elementa vart også menneskekroppen delt inn i fire organsystem og fire væsketypar. Medisinsk diagnostisering var på denne tida basert på likevekt mellom desse. Denne tankegangen er også å finne utover middelalderen og fram til renessansen (Kolstad 2007).

Med andre ord hevda Schopenhauer at treet i skogen ikkje berre er 12 meter høgt, har brun stamme og grønne bar, men det har òg ein eigen *vilje* eller ønske og mål. Her er det snakk om *det transcendent sansande mennesket*. Det er ikkje snakk om å sanse med auge, øyre og kjenslene, men eit høgare nivå av sansing. Tanken er at alle levande organismar innehar og er del av ein altomfattande *vilje til liv*. Det gjeld for mennesket å lytte etter denne viljen, og ikkje lytte til viljen i andre organismar. Gjennom å lytte til sin *eigen vilje til liv* er ein i stand til å sete seg inn i og erkjenne sjølve *livsviljen*. Treet er av denne same livsviljen. Alt er *eitt*.

Friedrich Nietzsche (1844-1900) er den som for alvor har vorte ståande som den første vitalisten, og er den som har hatt mest påverknad på ettertida. Av vitalistane er han den som har hatt mest innverknad på litteratur og kunst rundt 1900-åra. I ”Tragediens Fødsel” (Nietzsche and Haaland 1993) kritiserar han rasjonalismens fornuft. Han peikar på den manglande kontakten og balansen mellom det rasjonelle (det apollinske) og det instinktive (det dionysiske). Nietzsche framelskar først og fremst det dyriske, det intense og instinktive ved menneske.

I ”Slik talte Zarathustra” (Nietzsche 1999) spinn Nietzsche vidare på Schopenhauer sine tankar om viljen til liv. Han tek eit oppgjær med kyrkja sin ”slavemoral”, som hemma nettopp det dionysiske i mennesket. Dei ”svake” individa i kyrkja brukte sine dogmer, arvesynd og lover og reglar for å halde dei sterke menneska nede, hevda han. Ved å forkaste kyrkja og Gud vil menneska bli frie til å velje si sanning og sine verdiar. Mennesket vil få god jord å vekse og utfalde seg i, og då vil dei sterke individa kunne tre fram og lede folket. Viljen i mennesket vil vakne og la det levande i oss få sleppe si kraft laus.

Med orda ”*Dionysos mot den korsfestede*”(Nietzsche 1999 s. 120.) avslutta Nietzsche sitt siste og oppsummerande verk *Ecce Homo*, og slapp dyrkinga av menneska sine livskrefter og vitalismen for alvor laus.

Typisk for Nietzsche var ein sterk og dramatisk ordlyd, som fenga og oppelda. Han tok i bruk saftige metaforar og symbol for å tale til det lidenskapelege i mennesket. Eit anna døme er hans oppfordring til å føre *krig* mot det som er undertrykkjande. Særleg ville han vekkje verda ut av kristenmoralen og fornufta sin tunge svevn. Denne dramatikken har også vorte det mest synlege i Nietzsche sin filosofi; dette dionysiske, med alle sine drifter, vilje og trong til å uttrykkje seg, skin som det høgste i mennesket. Slik vart mange forfattarar og kunstnarar fenga av aggressiviteten, seksualdrifta, angsten og det eksistensielle i menneskelivet. Livet er kaotisk, tilfeldig og utan orden. Alt som er fast og alt som skapar orden er illusjonar. Det er ein evig kamp mellom livskreftene. Vakne opp av dvalen og kjemp mot alt som undertrykkjer! Vis ingen nåde!

Dette kan også vere feiltolkingar av Nietzsche. Om ein går grundig til verks vil ein finne at han med dette dionysiske også talar om *mentale prosesser*. Kanskje var han ikkje så opptatt av instinktiv og dyrisk livsutfalding, men at denne dramatiske måten å tenkje og ordleggje seg på kan vere med til å vekkje sløve menneskesinn i sine trygge og gråe A4-liv? Når han i *Ecce Homo* talar om krig, minner det mest om ein mental krig, og ikkje minst ein krig eller eit sjølvoppgjer innan det enkelte menneske, og ikkje ein ytre og konkret krig med bomber og panservogner:

Alt som vokser viser seg ved å oppsøke den mektigste motstander. [...] Min krigspraksis kan sammenfattes i fire setninger. For det første: jeg angriper bare saker som er seierrike - jeg venter ikke sjelden til de er seierrike. For det annet: jeg angriper bare saker hvor jeg ikke vil finne forbundsfeller, hvor jeg står alene - hvor jeg bare kompromitterer meg

selv... [...]For det tredje: jeg angriper aldri personer - jeg betjener meg av personen bare som et sterkt forstørrelsesglass, som man kan se en almen, men snikende og vanskelig begripelig fare gjennom. [...]For det fjerde: jeg angriper bare ting hvor enhver persondifferanse er utelukket, hvor det ikke finnes noen bakgrunn av dårlige erfaringer. [...] Når jeg fører krig mot kristendommen så kan jeg gjøre det fordi jeg fra det hold hverken har opplevd ulykker eller hemninger - overfor de mest alvorlige kristne har jeg alltid vært velvillig stemt. (Nietzsche 1999 s. 34)

Set ein derimot desse tankane om krig mot undertrykking ut i det levde livet, kan vitalisme verte ein svært aggressiv livsfilosofi. Å blindt følgje sine lyster og kjensler, som til dømes aggresjon og hemnlyst, kan føre til særdeles perverterte handlingar. Vi har vore inne på at desse tankane opnar for farlege asosiale tendensar, med slektskap til fascisme og nazisme.

I denne samanheng kan det vera interessant å nemne at Nietzsche vart nytta av nazismen som del i oppbygginga og formidlinga av deira grunnfilosofi. "Viljen til makt" vart sett i samanheng med eit sosiobiologisk grunnsyn, der det sterkaste mennesket må reise seg mot undertrykkinga frå dei svake. Men den kjensgjerning at Nietzsche sine skrifter *ikkje* gir ein oversiktleg og klar teori, men består av mange fragmenterte tekstar, gjer han lett å tolke i retningar ein sjølv vil. Omgrepet "vilje til makt" skulle vere tittel på eit verk, som han aldri fekk ferdigskrive. Derimot gav Nietzsches søster Elisabeth Förster-Nietzsche, som faktisk *var* nazisympatisør, ut "*Der Wille zur Macht*" som var basert på Nietzsche sine notatbøker.

Om koplinga mellom vitalisme og nazisme er sannferdig eller ikkje, kan ein berre spekulere i. Nietzsche er utydeleg og tvetydig. At Hitler adopterte omgrepet "vilje til makt" frå Nietzsche vitnar for meg meir om ein mann på leit etter den rette retorikken, enn at vitalisme i sin essens er antisemittisk eller

antisosial. Men dette er eit omstridt tema. Vi veit jo ikkje kva standpunkt Nietzsche ville ha tatt om han hadde vore mentalt frisk 20-30 år lenger. Historia har sjølv vist ein mogleg og farleg vidareutvikling av vitalismens menneskesyn: det dionysiske i menneske tek overhand. Men dette betyr ikkje at andre forståingar av vitalismen eller Nietzsche er umoglege, og slett ikkje at vitalismen som heilskap skulle vere ”fascistoid”.

Henri Bergson (1859-1941) skil seg frå dette ved å fremje ein annan veg; han framset *intuisjonen* som bindeledd mellom det instinktive og det forstandige (Østerberg 2001). Med dette skil han seg frå Nietzsche sin til tider einsidige lyst- og lidenskapsdyrking. Bergson har ei fenomenologisk tilnærming til den vitalistiske filosofien, i det han presenterer ei røynd av ”indre kjennsgjerninger” og ”bevissthetstilstander”. Han gjer eit skilje mellom den ytre materielle verda i *rommet*, og dei indre medvitstilstandar som er i ustanselig rørsle etter impulsar frå det ytre. Vårt intellekt er retta mot den materielle verda og *romtida*, og tek på seg oppgåva med å sortere, abstrahere, analysere og berekne. Medan *intuisjonen* rettar seg innover i våre uførutseielege medvitstilstandar og når den skapande og kreative krafta; *élan vital*.

I det indre syner røynda seg som symbol og stemningar, snarare enn klare og åtskilde kategoriar. Intuisjonen er det kreative omskiftet eller augneblinken som skapar forståing i oss. Ein kan kanskje samanlikne dette med aha-opplevinga eller den kreative *inspirasjonen*. Intuisjonen er det som opnar mot det levande, det som er i rørsle, medan ”*vaneperspeksjon og det diskursive intellekt går på det livløse*”(Bergson, Aarnes et al. 1989 s. 21).

Det *intuitive* ligg nært det instinktive. Til skilnad frå Nietzsche gjer Bergson derimot ingen skilje mellom det instinktive og det forstandige. Snarare tvert imot. Intuisjonen er riktig nok noko ukontrollerbart og instinktiv, men den held

seg både til dei indre kjennsgjeringane og den ytre materielle røynda og då også til det forstandige. Det er ingen absolutt skilnad mellom den ytre og indre røynda, snarare ein glidande overgang.

Kunstnarisk vitalisme syner også dette skiljet. Dette er, vil eg likevel hevde, berre på overflata. På den eine sida står Edvard Munch, tilsynelatande, med dei nietzscheanske livskreftene, og på den andre sida finn vi den *naivistiske* vitalismen til Nikolai Astrup. Felles for desse er ein sterk symbolisme og romantikk. Bileta er prega av vekslande konturar og uvanleg sterke fargar, verkemiddel som gav bileta ei abstrakt og ”forteljande” retning. Formålet var å opne for mindre konkrete og eintydige innhald, og framheve stemningar, kjensler og ibuande krefter i menneske og natur. Slik skulle bileta òg kunne gi musikalske assosiasjonar. Alt for å gi uttrykk for sterke personlege opplevingar.

Munch og Astrup sine bilete ber med seg inspirasjon frå heimelege opplevingar i barndommen. Deira ekspresjonistiske kunst var uttrykk frå deira personlege inntrykk. For Munch handlar dette om dei menneskelege kjensler og sorger, medan det for Astrup handlar om naturens vare inntrykk på menneskesinnet.

Munch var mellom anna inspirera av Nietzsche. Rettare sagt; han var inspirert av den Nietzsche han møtte gjennom søstera, Elisabeth Förster-Nietzsche. Munch vart umåteleg populær i Tyskland og hospitera ofte hos Förster-Nietzsche. Sjølv møtte Munch aldri Nietzsche, men portretterte han i 1908. Det var tankane om den reinsande og livgivande krafta frå sola og den ungdommelege vitalitet, frå *Slik talte Zarathustra*, som fenga Munch. Dette er sterkt synleg i badebileta til Munch frå starten av 1900-talet. Bilete av nakne unge menneske badande i sollys ved strendene i Warnemünde. Maleriet er ei materialisering av den ungdommelige begeistringa for fri utfolding og

hengjeving til sola og *livet* – rusen som brusar i blodet når ingenting held deg att frå den tankelause ekstasen. *Sol og ungdom* er hylling av viljen til liv.



Edvard Munch. *Sol og ungdom*, 1910.

Munch vektlegger i bileta sine det dyriske og instinktive. Uttrykka hans er fulle av dionysisk villskap. Mennesket som vert kasta mellom den intense livslyst og den eksistensielle angsten i til dømes *Skrik*. Slik gjenspeglar Munch sitt liv seg i kunsten. Eit dramatisk liv, med ein barndom prega av sjukdom og død i familien, og av intense kjærleiksforhold og alkoholproblem i det vaksne liv.

Slik har Munch vorte oppfatta som ekspresjonist, med sine mange vanskelege opplevingar som ”måtte komme ut”. Ekspresjonisme er likevel ikkje ein dekkjande term på Munch. Han forsøkte nemleg ofte å gripe noko utanfor seg. Minne eller syn av andre menneske og naturen sine stemningar, slik *Skrik* er eit døme på. Visst kan ein seie at *Skrik* dreiar seg om angsten i Munch sitt liv, men sjølv ville han med dette bilete gi eit uttrykksfylt bilete av *naturens* skrik. Slik sett er hans formål noko meir enn ekspresjonistiske uttrykk for dionysiske kjensler. Han søker først og fremst å *tre inn i* det han kalla for *Livsånden*. For så å uttrykke erindringane sine frå dette djupare i tilveret:

Denne evnen – å holde kroppen sammen – å få emnene til å utvikle seg – Livsånden, hvor tar den veien? Ingenting forgår – det finnes ikke noe eksempler på det i naturen. Kroppen som dør – forsvinner ikke – bestanddelene oppløses – omsettes. Men Livsånden, hvor tar den veien? Hvor... (Munch i Linde, Munch et al. 2007 s. 15)

Ulf Linde viser til eit essay av Munchs venn Stanislaw Przybyszewski for å forstå arbeidet hans og forståinga av Munch sitt syn på menneskeleg sansing av natur. Det vert hevda her at det finst sterke og fint-følande sanseorgan i vår umedvitne psyke, som verkar på kjenslene våre og gir opplevingane våre liv. Dette umedvitne medvitet kallar han for *individualiteten*, og det er ein slags høgare medvitstilstand i mennesket:

To mennesker betrakter et landskap. Den ene ser på det med sin fattige hjerne: lys, farger, former, linjer, et velordnet konglomerat, matt glansløst, banalt og kjedelig. Den andre ser samme landskap gjennom sin individualitetsbevissthet. Fargene blir strålende, varme, intense; linjer som kunne ha vært tegnet av et barn med en griffel, får et mektig pulserende liv, de rører ved sjelslivets innerste strenger, de smelter saman med sjelens bevegelse: betrakteren blir ett med landskapet, lever i og gjennom det. (Przybyszewski i Linde, Munch et al. 2007 s. 13)

Dette er den mentale eller indre Dionysos, i nietscheansk forstand – det umedvitne og irrasjonelle. Til motsetnad frå i det ekspresjonistiske, står det dionysiske her i samanheng med sjelelivet og ikkje det utlevde viljeliv åleine. Det er ei vending bort frå det forstandige. Han søker å sanse noko særmerkt ved *liv*, ei livsand, som skjuler seg bak eller i materien. Han ville komme så nær som mogleg det han ville uttrykke. Munch søker å tre inn i naturens inste rørsle.

Nikolai Astrup (1880-1928) sine motiv kjem frå hans heimstad Jølster. Bileta hans av heimstaden syner derimot ikkje den naturen og dei folka han møtte der i vaksen alder. Det var teikningar frå barndommen og minne frå denne tida som utgjorde motiva hans. Astrup stilte seg ikkje berre opp og mala det han såg. Bileta hans rommar ein annan dimensjon; minner frå barndommen, om lys, fargar, stemningar, detaljar, landskap, osb. Ein kan kalle det den naive eller preforstandige forståinga av livet, som ein finn hjå små barn.

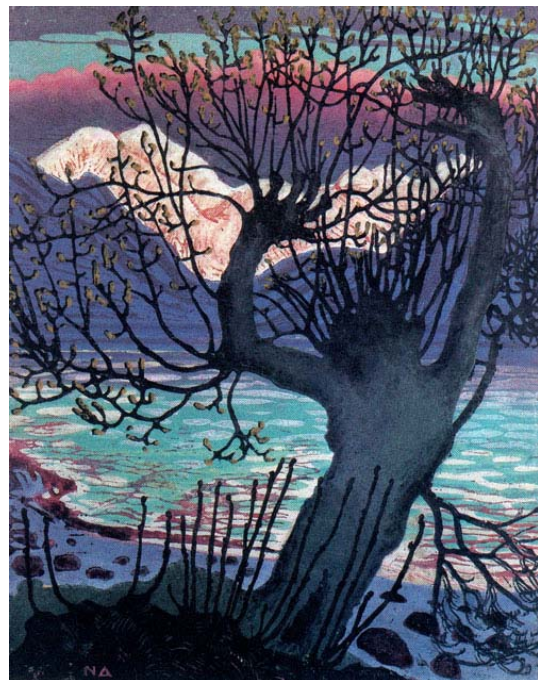


Soleier og regnbue, Astrup

Astrup forsøkte, lik Munch, å *gripe* erindringar og opplevingar snarare enn å *forstå* samanhengar. For dei sterke erindringane veks og endrar seg utanfor vår vilje og kontroll, heile livet igjennom, og pregar, formar og fordreiar våre noverande opplevingar, eller vår røynd i augneblinken. Til skilnad frå Munch, som ofte måla erindringar om vonde hendingar frå familielivet, dreiar det seg for Astrup om positive stemningar av menneske i arbeid, i og nær natur.

Slik har Astrup også vorte oppfatta som ein romantikar, meir enn vitalist. I fleire bilete møter vi ein romantisk hylling, der bonden og kvardagslivet vert løfta

fram. Landskapsmåleri med enkle menneske i arbeid med markens grøde. Naturen er ei organisk og fruktbar kjelde til liv. Dette med det fruktbare og organiske livet kjem mest tydeleg fram i biletseriane om Jonsokfeiringa. Prestesonen Astrup tok avstand frå kristendommen og definera seg som heidning (Loge 1993), og såg difor denne Jonsokfeiringa, med fyll og drikk, som eit uttrykk for menneskeleg binding til naturen. I denne feiringa vektla Astrup midtsommarsblotet eller feiringa av sommarsolkverven frå gamal heidensk tid. Med bileta *St. Hansbål*, *Jonsok* og *Prisen* minnar Astrup oss på det heidenske og primitive ved vår kultur. Der sjølve fruktbarheitskrafta vart beundra og feira, og menneske og natur vart sett på som det same. Denne forbindinga med naturen, ser vi òg i bilete som *Marsmorgen* og *Seljekallen*; seljetreet som i vårmeltinga strekk seg mot sommar og uttrykkjer den livskrafta som driv alt levande til nytt liv etter vinterdvalen. Her må vi gå attende til det mest sentrale ved Astrup, nemleg den barnlege sansing som speglar seg i alt, for å sette opplevingane i ein samanheng. For barnesinnet får naturen ikkje berre tillagde, menneskelege eigenskapar, men naturen rommar noko av det menneskelege i seg. I motset fall rommar mennesket kvalitetane og eigenskapane til naturen i seg.



Vårnatt og seljekall, Astrup

Astrup trektes meir mot naturen enn mot fornufta. Han søkte ein eg-utslettande fortaping og hengjeving i naturen. Som barnet ville han opne seg, utan vilje, tanke eller mål, og la seg naivt styre av opplevinga av det levande i naturen. I denne barnlege røynda vert naturen i aller høgste grad levande og sjeleleg. Dei

same kreftene, driftene og lystene går att i og gjennomstrøymmer alt levande, også mennesket. Lik Munch søkjer Astrup alle tings Livsånd.

I den litterære vitalisme hjå Knut Hamsun møter vi utallege omstreifarar som ikkje maktar å te seg etter normer og konvensjonar i samfunnet. Menneske som vandrar fritt og kvileløyst rundt i sine kaotiske sinn, og verkar vere bortanom all fornuft. Lik Munch er han påverka av Nietzsche, men og Schopenhauer, når til dømes romanfiguren Nagel gir seg hen til det rasande sollyset i *Mysterier*, frå 1892:

En skjelvende glede gjennomfor ham, han glemte sig væk, følte seg henført og forstak sig ind i det rasende solskin. Stilheten gjorde ham aldeles besat av tilfredshet, intet forstyrret ham, bare op i luften suset den bløte lyd, lyden av det uhyre stampværk, Gud som trådte sit hjul. Skogen omkring rørte ikke et blad og ikke en nål. Nagel krøp sammen av behag, trakk knærne op under sig og hutret fordi altsammen var så godt. Det kaldte på ham og han svarte ja(...) Han var i en gåtefuld tilstand, fylt av psykisk behag: hver nerve i ham var våken, han fornam musikk i sit blod, følte sig beslektet med hele naturen, med solen og fjældene og alt andet, kjente sig omsuset av sin egen jeg følelse fra træer og tuver og strå. Hans sjæl blev stor og fuldtonende som et orgel inde i ham og aldrig glemte han hvorledes den milde musikk likefrem gled op og ned i hans blod. Han lå endnu nogen tid og nøt sin ensomhet. (Mysterier, Hamsun 2006 s. 53)

Den litterære vitalismen framhevar det dyriske, åndelege, oversanseleg og sjelelege ved mennesket, og forkastar gjerne normene og konvensjonane i samfunnet. Mennesket høyrer heime i nær kontakt med naturkreftene.

Samfunnslivet er løgnaktig, nedtrykkjande, keisamt og stivt, og forsurar menneskesinnet. Naturen derimot fremmar livsviljen med sin storleik og

mystikk. Liv i natur stimulerar til undring, lengt og åndeleg oppleving. Det gjeld å hengi seg til livets og naturens sanselege rikdommar for å bli det reine og eigentlege mennesket. I *Markens Grøde* skriv Hamsun om gåvene som ligg i naturen og ventar på menneska, for å gjere dei rikare:

Våren – jovel, dens hastighet og galskap og henrykkelse; men høsten! Den stemte til mørkrædhet og kvældsbon, man blev synsk og hørte varsler. Mennesket kunde gå ut en dag om høsten og lete efter noget, mænderne kunde lete efter et æmnestræ og kvinderne efter kyrene som nu løp sanseløse efter sop, - de kom hjem igjen med mange hemmeligheter i sindet. (Markens Grøde, Hamsun 2001 s. 123)

Jacob Sande (1906-1967) er ein norsk forfattar som også har vorte omtala som vitalist, men det mest riktige er vel å sei at han tek dei vitalistiske tankar i augesyn. Det som skil Sande frå dei fleste andre vitalistforfattarar i si samtid, er at han ikkje går inn i den same dyrkinga av instinkta og det dyriske ved mennesket. Han er ein av dei som i førekant av 2. verdskrig ser faren ved å leggje for mykje vekt på dyrkinga av det primitive.

I diktsamlinga si *Frå Sundfjord til Rio* (1933) finn vi mange skildringar om vald og groteske handlingar i det harde sjømannslivet. Om ein samanliknar dette med Nietzsches dionysiske drifter, syner Sande korleis desse handlingane kan leie mennesket til å tape seg til sine indre skuggesider. Framfor å løfte livet opp frå stillstand og undertrykking, kan det dionysiske livet kvele livet sjølv. Om ein baserar livet sitt på å blindt følgje begjæret, driftene og lystene sine kan ein hamne i dei fælaste ulykker. Bakrusen kan svi og forderve. Dette er likevel sjømannens lodd; det evinnelege og flyktige jag etter nye eventyr og draumar; å kastast i runddans av livsdriftenes ustanslege driv:

Sundagsmorgon i hamn

William, min venn er du vaken?

Hjelpe meg Gud, kor du ligg:
Sundslegen, herja og naken,
som segl på ein stormreidd rigg.

Igår sat det gribbar på oss,
ein rovgjeng av verste sort,
som alt det vi eig tok frå oss,
og *lo* når det vel var gjort. (...)

William, min ven, vi lyt lide,
no kjem vår dårskap att.
I dag kjem den sure svide,
for kløen var søt i natt.

Men reis deg og miss ikkje modet,
vi bergar oss no som før,
for ungdommen susar i blodet,
og livet i augo glør!(...)

Bort med dei tunge tankar,
havet er blått som før!
I morgon lettar vi ankar
i dagsprett med blidna bør.
Bak oss i sot søkk hamnen,
svart som ein gamal grav,
og ævelegt ungt for stammen
ligg solblått det salte hav.

(Sundagsmorgon i hamn, Sande 1992 s. 80-81)

Oppsummering

Utgangspunktet for denne idéhistoriske gjennomgangen var påstanden at med det moderne prosjekt har vi valt det forstandige som vårt viktigaste orienteringsreiskap i livet. Dermed har vi valt bort delar av det intuitivt sansande og instinktive ved mennesket. Dette intuitive og instinktive ved mennesket må settast til sides – men kan dyrkast i særskilde livssfærar og då i første rekkje i vår fritid. Vitalismen har tatt på seg oppgåva med å minne oss på dette eventyrleg og mystiske i naturopplevingane, og at dette kan gjere våre kvardagsliv rikare. Vi vert minna om ein annan måte å møte livet på, der våre sansar og kjensleliv spelar ei større rolle. Vi vert presentert ein alternativ antropologi.

Vitalismen har hatt utfordringar med å framstå som troverdig på grunn av tre ibuande vanskar. Det første er det metafysiske utgangspunkt. Tanken om at bak det fysiske synlege ligg ei skapande kraft eller ein usynleg energi, er umogleg å prove. Derfor har vitalismen vorte avfeia og oversett som romantisk svermeri. For det andre har det forhold at vitalismen er blitt knytt til fascisme og nazisme, vore lagnadstungt for den vitalistiske idétradisjonen. Sist har den til tider ført til ein reversert dualisme, der den indre eller andeleg dimensjonen har vorte sett på som meir reell og viktig enn den ytre materielle røynda. Ein har difor meint at vitalismen rommar farlege tankar og må derfor nedkjempast og haldast vekke frå den gode samtalen.

Til trass for dette, syner historia at det stadig finns motkulturar som vedkjenner seg *vitalistiske* tankar og tradisjonar. Med den idéhistoriske gjennomgangen har eg forsøkt å vise at vitalistisk tankegods er ein viktig del av vår kulturelle arv. Dette er livsfilosofiar og livshaldningar, som trass motbør, rommar perspektiv som kan utvide og utfordre vår forståing av kva det vil seie å vere eit sansande menneske. Motkulturar som har satt si lit til meir eller mindre mystiske og

irrasjonelle livsfilosofiar, som vektar andre sider ved livet enn det bereknande og analyserande. Tankegods som dette finn vi òg i gamal og primitiv norsk folketru, som vert løfta fram av forfattarar og kunstnarar her heime.

Vitalismen er mangfaldig. Den strekkjer seg frå filosofien, går innom kunst og litteratur og vidare til det levde liv, der den tek form som ulike kulturstraumar og åndsretningar. Felles er oppfatninga at sann erkjenning kjem gjennom den spontane opplevinga og sansinga. Liva våre kan bringe med seg opplevingar som ikkje let seg gripe om – opplevingar som rører det umedvitne i oss, opplevingar som vi berre kan *ane* konturane eller brotstykke av. Det er tale om *augneblinkens overveldande sansestraum*, som berre let seg verte fanga *intuitivt*. Sanseopplevingar som kun let seg uttrykkje i diktets fargerike metaforar, musikkens varleik og kraft og kunstens ekspresjonisme.

Difor har naturen vorte framsett som eit sanseleg frirom, der det vitale i oss får blomstre. Naturen har ingen konkrete krav eller føremål med oss, og vi kan oppleve avlasting. Meir viktig er det at møtet med naturen gir oss ei djupare forståing av oss sjølve, om vi tillet oss å hengi oss til dei mangfaldige sanseopplevingane naturmøtet rommar. I det vitalisten forkastar fornufta og det analyserande og bereknande, går han inn i det indre sjelelivet og oppdagar ein djupare del av seg sjølv. Ved å sanse omverda ut frå dette djup, kan ein kjenne den indre og nære relasjonen mellom seg og naturen. Skilje mellom oss og naturen vert viska ut, og vi ser at dei same livsprosessane går att i naturen så vel som i oss. Vi kan spegle oss i naturen og ta lærdom av den.

Det vitale undertrykkast

Vi har konstatert at den moderne levemåten først og fremst er prega av det formålsrasjonelle. Dette å framsette og arbeide mot klare og gitte mål, krev at ein meistrar å vere analyserande og bereknande i høve den ytre verda. Dette krev òg at vi utøvar ein viss form for kontroll over eigen kropp og eige kjensleliv, slik at ikkje kjensler, lyster og andre "usaklegheiter" forstyrrar den edruelege og kjølege nøytrale vurderingsevna. I det moderne er kjensleg innleving berre forstyrrande, ettersom vi tenkjer at vi skal ta avgjersle på fornuftig og sakleg vis.

I vitalismen derimot er tanken at desse lidenskaplege sidene ved mennesket er ein umisteleg del av oss. Utan våre kjensleliv og lidenskarar er vi ikkje heile menneske, og vi undertrykkjer det levande i oss. Ved å kontrollere og fortrenge kjensler og lyst, tek vi livet av det som dannar grunnlaget for vilja vår til å leve i fullt mon. Vi tek livet av den sanslege kroppen, og vår evne til å setje oss inn i og dermed forstå det som omgir oss. Dette må følgjeleg gi konsekvensar.

Overbelasting. På slutten av 1800-talet skildra den tyske filosofen og sosiologen Georg Simmel (1858-1918) den moderne byen som sansleg overbelastande (Østerberg 1990). I møte med byen må individet tilpasse seg ein særskilt måte å leve på. Med stadige inntrykk, krav og forventningar, må vi lære oss å velje og sortere ut sanseintrykk for å kunne handtere alt som skrik på vår merksemd. All informasjonen vi vert møtt med krev at vi har ein viss form for sjølvkontroll for at vi ikkje skal gå oss vill og verte overbelasta. Vi vert bombardert av sansemessig støy og larm som ikkje direkte er tydingsfull eller relevant for våre daglege gjeremål. Vi vert tvinga til å avvise fargar, lukter, lydar og kjensler. Berre nyhende i aviser kan vere nok til å framkalle både sorg og frykt, men fordi vi står på gata og er på veg til arbeid må vi flykte frå desse kjenslene. Vi har ikkje tid til dei fordi dei vert ein fare for den logiske tanke og produktiviteten. For å kunne leve i dette samfunnet må mennesket lære seg å

lukke ute delar av naturen sin. Vi må halde fokus på måla våre, og skilje oss frå eller oversjå det som ikkje vedkjem oss. Vi må utøve *eigenkontroll* på vår sanslege kropp.

Om Simmel opplevde byen som abstrakt og støyande, kan ein i alle fall seie det same om den trådlause røynda vi har i dag. Den sosio-materielle utviklinga har gitt oss eit handlingsfelt som grip om seg mykje vidare og meir intens enn for 100 år sidan. Vi får stadig kommunisert det kollektive sine forventningar til oss, gjennom media som aviser, fjernsyn og internett. Det vert kravd av det moderne mennesket å vere mobilt, i rørsle og smidig i eit samfunn i stadig akselererande endring på jakt etter framgang på alle frontar. Vi har aldri vore så tilgjengelige som i dag, og det er mangt som ropar på vår merksemd. Aldri før har stress og depresjon vore så utbreidd.

Stress er ikkje i seg sjølv noko negativt eller uønska. Vi vert heile tida utsett for ulike påverknadar utanfrå, og stress hjelper oss til å handle og meistre desse utfordringane. Problemet er nødvendigvis ikkje ytre påverknad og stress i seg sjølv, men problema og overbelastinga oppstår med den intensiteten samfunnet gir. Det er auken i den daglege dosen av påverknad som kan gi kjenslene eller oppleving av å vere stressa (forutan det ein kallar traumatisk eller akutt stress) (Klingberg Larson and Nilsen 2003). Om ein ikkje kan svare til forventningane og utfordringane vert stress usunt. Jamleg påtrykk utanfrå over lang tid aukar risiko for negativ stress.

Stress kan gi ei mengde symptom, slik som trøttleik, irritabilitet og aggresjon, søvnløyse, irrasjonalitet, kjenslevar, konsentrasjonssvikt, varleik for støy, kraftløyse, osb. Ein gler seg over mindre, orkar mindre og kjenner seg tappa og kanskje tom. Om ein ikkje får gjort noko med stressfaktorane på dette stadiet kan dette utvikle seg til å verte kronisk. I verste fall vil stresssymptoma kunne

manifestere seg i kroppen og gi seg utslag i psykosomatiske lidningar. Muskelspenningar med påfølgjande hovudpine og ryggplager, fibromyalgi, hypertoni, urolig tjukkarm og forhøgt blodtrykk, med fare for hjerte- og karsjukdomar, er blant det som anten skriv seg frå, eller vert forverra ved, langvarig stress. (Klingberg Larson and Nilsen 2003) Alt dette gir store utslag i dei årlege statistiske oversikta over langtidssjukemeldingar. Dette er ei stor utfordring i samfunn i dag, og denne utviklinga som starta som verst på 1990-talet, ser ut til å auke.

Fortrenginga av den sanselige kroppen. Dette å tilpasse seg samfunnets strukturar og reglar tyder at mennesket må dele seg sjølv i to. Ein del som vert akseptert og ein del som må avvisast. Å vere eit formålsrasjonelt menneske inneber at medvitet eller intellektet gjer seg til dommar over ein annan del av sjølvvet. Den sanslege kroppen vert satt til sides og forneakta, til fordel for fornufta; det bereknande og analyserande. Den moderne livsførselen fortrengjer det instinktive, det erotiske, det draumande, det lidenskaplege, irrasjonelle, aggressive, kjenslevare osv., og definerer dette som uroskapande og uproduktivt. Ein finn mange situasjonar der ein må fortrengje og kontrollere instinktive reaksjonar, slik som gråt, latter, sinne og frustrasjon, for å kunne fungere som moderne produktive menneske.

Menneske er i stigande grad utsett for overbelastning i form av stress, og det er påfallande at dette som vi må fortrengje i kvardagslivet, for å unngå *human errors*, kjem som oppgulp ved overbelastning. Det samfunnslivet krev at vi skal forvise slikt som impulsiv åtferd, det kjenslevare, det ustabile, sinne og irritasjon, rastløyse og trong til å gråte er det som viser seg som symptoma på stress.

Vi trur gjerne vi kan styre oss sjølve eller tileigne oss måtar å leve på, basera på formålsrasjonelle val. Med Knut Hamsun sine ord feiar vi då dei små *brøkdelskjenslene* under teppet. Det umedvitne i oss, altså instinkt, kjensler og drifter, styrar våre handlingar og gir oss retning meir enn vi forstår. Difor vert vi berre halve menneske, utan det instiktive. Om vi ikkje får integrere kjensle- og driftslivet i kvardagen vår, vert vi svekka og avstumpa. Vi står att med fornufta som ror, og nektar for kjenslenes kraft til å få vind i våre seg.

Naturen som sanseleg frirom

I så vel filosofien, kunsten og litteraturen finn vi i vitalismen ei særleg vending mot naturen og det naturlege. Til skilnad frå kulturen og bylivet, vert naturen framsett som ein fristad for det sansande subjekt. I naturen er mennesket menneske i instinktiv forstand. Det prerefleksive menneske får handle friare utan kulturens ustanselege krav.

Til skilnad frå byen er naturen som livsmiljø i større grad i stand til å ta i mot dette heile mennesket. Naturen vert gjort til arena for full sanselege nyting og livsutfalding. Ein stad der mennesket kan få rom for heile registeret av lengslar, drifter og krafter. Vi kan oppleve å vere oss sjølve fullt ut, i eit miljø som er meir i tråd med våre indre kjensleliv – dette flyktige kjenslelivet som ikkje kan tilpasse seg rutetabellar og tidsfristar. I naturen kan vi gi slepp på klokketida og det skjematisk kvardagslivet og la oss sjølve vere den vi er, utan klare avgrensingar. Naturen vert ein stad å vekke kjenslelivet og det sanseleg opp frå gløymsla.

I samfunnets kvardag er der så mykje som trekkjer i oss og kan hindre oss i å merkje oss sjølve. I naturen står vi derimot meir eller mindre att med oss sjølve, og møter omgjevnadar som ikkje vil oss noko. Naturen berre *er*, og gir oss ingen oppskrift eller reglar for korleis vi skal te oss. Vi kan kjenne oss avstressa og heime.

Mennesket og naturen bombarderer ikke hverandre, de gir hverandre ret, de konkurrerer ikke, kapløper ikke efter noget, de følges ad. (Mysterier, Hamsun 2001 s. 285)

Naturen gir oss altså høve til å nå inn til vårt sanse- og kjensleliv. I det den gjer det, vekker den også evnene våre til sympati og innleving. Idet vi får verke med

heile vårt kjensleliv, har vi høve til å gripe våre omgivnader utan den fornuftige tanke. I staden trer det intuitive og kjenslevare fram som sansande senter, og gir oss eit heilt anna bilete av naturen. Vi trer inn i ei vid symbolverd der vi speglar oss sjølve og kjem i samklang med stemningar i naturen – med bruset frå bekken, suset frå bjørka og disen i horisonten. Naturen verkar på oss, idet vi blir samstemte med den, og vi kjenner oss nærare naturen.

Vitalismen går så langt som å snakke om eit fundamentalt eller meir autentisk *eg* som har ”fintfølande” sansar. Slik har vi mellom anna sett det i arbeida til Munch og Astrup, og i Hamsun sine hengjevingar til mysteria i naturen. Desse tre er ikkje dei einast. Som vi skal sjå i det neste finn vi hjå Henri Bergson også ei tenkt deling mellom eit overflate-eg og eit djupare-eg. Med dette som utgangspunkt skal vi sjå nærmare på sjølve sansinga av natur.

Kontemplasjonen og meditasjonen i friluftslivet

Vi er no på sporet av å finne ei forklaring på kvifor *vitalisten* opplever naturen som så viktig og livgivande. I vitalismen finn vi ein påstand om at naturen er det miljøet kor mennesket lettast kan vere seg sjølv fullt og heilt, og med alle sine sansar opne. Byen og det sosiale liv utsett oss for å verte delte menneske som i for stor grad må gå på kompromiss med sine omgivnader. Vi kontrollerar oss sjølve slik at vi svekkjer vår fulle sanselegdom, og difor også vår livsgneist. For å verte heile att, hevdar vitalismen at vi må søke fri utfalding i naturen, og tillate sansane våre å dvele i naturen, med alle dei kvalitetane som finst der.

Korleis verkar dette i vårt daglege friluftsliv? Om vi ser tilbake på spørjeundersøkinga frå SSB, passar desse tankane til å forklare kvifor nordmenn opplever friluftslivet som noko avlastande, menings- og fridomsskapande? Går vitalismens tankar om naturnærleik saman med våre opplevingar av å kjenne seg ”heime” i naturen? Kan denne 100 år gamle åndsretninga gi oss gode perspektiv på kvifor vi opplever stilla og stemningar i naturen som noko positivt og godt? Kan vitalismen forklare kvifor vi etter ein fjelltur kjenner oss som gjenfødde vesen med ny og frisk kraft til å vende tilbake i arbeid?

I det neste vil eg freiste å kaste lys over friluftslivet ved hjelp av vitalismen vi finn hjå filosofen Henri Bergson. Vi skal gå inn i vitalismens opplevande subjekt, og sjå på kva naturmøtet rommar. I den førre delen, som mellom anna viser at å gi slepp på det forstandige gir rom for det instinktive og intuitive, oppdaga vi i vitalismen eit slags djupare sansande *eg*. Det dukkar opp eit ekstra *eg*, som det er mogleg å komme i kontakt med. Den vidare utgreiinga vil difor ta utgangspunkt i spørsmålet kva dei er, desse to subjekta; det *djupare-eg-et* og *overflate-eg-et*.

I følgje vitalismen har det *djupare* eget ein særleg *sympatisk sans* som gjer oss i stand til å sette oss inn i stemningar frå anna liv. Når vi let kjensle- og driftslivet få større plass i liva våre, gir vi oss sjølve høve til å setje oss inn i og sympatisere med våre omgjevnader. Med sympati meinast den evne vi har til å tre inn i andre sine stemningar, og opplevinga av samkjensle. Til skilnad frå det moderne individ, som vert oppfatta som eit *eg* for seg sjølv, og som i si røynd sansar andre objekt som *avskilde* frå seg sjølv, talar vitalismen om eit *sjølvutslettande eg*, som er i stand til å sanse eller setje seg inn i anna liv.

Vitalismen utfordrar med dette vår forståinga av det *eg-et* eller individet som sansar noko. I staden for ein relasjon mellom eit *ego* og eit *alter*, kor desse to for alltid vil vere avskilde, får vi i vitalismen ei forståing der individet er i stand til å gjenoppdage vesenslikskapar med alt liv, noko som samtidig er del av individet si djupare erkjenning av seg sjølv. Vi står altså ovanfor to ulike vis å forstå kva sansing er, som dermed også kan gi to ulike bilete av kva naturoppleving og det meditative og kontemplative ved friluftsliv er. Vitalismen gir ei anna forståing av kva mennesket i grunnen er, som gir eit nytt utgangspunkt for å forstå menneske som handlande og fridomssøkande vesen.

I den vidare forståinga av filosofien til Bergson, har eg i hovudsak støtta meg til *Tiden og den frie vilje* (1889) som, ved sidan av *Materie og minne* (1896), er det verket Bergson nyttar seg mest av det fenomenologiske. Forutan dette har eg også hatt nytte av Hans Kolstad sine etterord i 1990 utgåva av *Tiden og den frie vilje*. Asbjørn Aarnes sine føreord i *Den filosofiske intuisjon* frå 1989, har òg vore oppklarande og nyttige.

Henri Bergson

Denne inndeling av *eg-et* kan, om ein mistyder, framstå som ein slags personlegdoms-spalting eller schizofreni; at vi anten er det eine eller det andre. At vi tilfeldig vinglar mellom det eine og det andre *eg*, og der det eine *eg* eventuelt skulle vere betre enn det andre. Dette er ikkje tilfelle. Føremålet er tvert om å betre kunne forstå psykologiske fenomen, og korleis desse ter seg. Hovudsiktemålet er ikkje å dele mennesket i to (ein ny dualisme), men å gi oss ei betre forståing av våre indre kjennsgjerningar, slik at desse i samklang med vår fornuft kan komme oss meir til nytte. Difor må denne spaltinga sjåast på som midlertidig, no medan vi skal gripe innover i oss sjølve. Overflate-eg og det djupare-eg er alltid i ein form for dialog, og ein tenkjer seg ein glidande overgang mellom desse. Meininga med å framstille to *eg* er difor å påpeike at vi ved å dra meir nytte av det djupare og kjenslege i oss kan vi vinne tilgang til verdifulle kvalitetar ved livet.

Ein kan kanskje minne lesaren om at filosofien til Bergson, og i endå mindre grad denne oppgåva, ikkje er eit forsøk på å komme fram til absolutte sanningar. Føremålet er å angi ei retning for *kor* ein kan søkje svar på spørsmål om det menneskelege medvit, og dermed også om vala, handlingane og fridomen til mennesket. Det er difor ingen grunn til å freiste og prove at denne filosofien er avdekkjer sanninga om friluftslivopplevingane til respondentane i SSB undersøkinga. Føremålet er enkelt og greitt eit håp om å vekkje gjenkjenning hjå lesaren.

Eg-ets to framtreidingsformar

Henri Bergson skildrar i *Tiden og den frie vilje* korleis eg-et vårt trer fram på to ulike vis. Han talar om *overflate-eg* og eit *djupare-eg*. Den første er av sosial art. Våre liv dreiar seg i størst grad om sosial samhandling med andre menneske og med dei materielle omgjevnadane. Det er i den ytre, synlege verda vi handlar og

verkar. Særlig gjeld dette i arbeidslivet, og det er gjerne på desse felta at vi lever i overflate-eg-et. Dette er det *eg* som vert nytta i vår orientering i kvardagslivet, og gjer oss i stand til å handle og samhandle med andre menneske og ting, i samsvar med den målbare klokketida.

Forstanden er organiseringsreiskapen til dette *eg*-et. Forstanden er det refleksive medvitet som analyserer og bereknar, skapar klare skilnader og kategoriar som enkelt kan verte uttrykt med ord. Dette er altså eit slags overflate-eg, som gjerne sentrerar si forståing av verda rundt den objektive vitskap og språket.

For det moderne menneske, som søker å oppnå sine ønska resultat og mål i arbeidslivet, vert dette overflate-eg det mest føremålstenlege. Fordi vi er så vane med dette overflatiske eg-et, har vi difor vanskar med å oppdag vårt andre og djupare eg. Problemet oppstår fordi vi er vane med å tenkje i omgrep og faste kategoriar. Vi lev gjerne etter den ytre målbare verda, av di vi så ofte vert tvinga til å respondere på noko utanfor oss, og lærar oss til å gripe fatt i det som er av ein slik natur at det kan verte delt opp i kategoriar og distinksjonar. Ikkje berre lettar dette språket og kommunikasjonen, men det lettar også vår orientering i verda eller *rommet* slik Bergson omtalar den. Slik gjer vi det også med kjenslene våre. Vi delar dei opp og skil dei frå kvarandre, for å kunne uttrykkje dei med ord og omgrep.

Tek vi denne måten å tenkje på med oss når vi forsøker å gripe våre indre liv, slik psykologien er eit døme på, kjem vi til kort, ifølgje Bergson. Å tru vi at kan gripe våre kjensleliv med språket og fornufta vår, er ein vaneperspeksjon som faktisk hindrar oss i å forstå desse indre kjenslgjeringane fullt ut. I det vi forsøker å uttrykkje ei kjensle eller ei oppleving med ord, kan vi kun uttrykkje ein avstumpa del av opplevinga. Slik vi gjer det med gjenstandar, forsøker vi å halde fram ei stemning og forklarar til våre tilhørarar at så stor og vakker er mi

glede. Men i det medvitte forsøker å gripe ei indre stemning, startar stemninga å smelte lik ein snøball, og er meir eller mindre borte for oss når vi forsøker å uttrykke kva vi har opplevd. Sjølv ordet *gripe* er misvisande, av di dette ordet gir oss ein illusjon om at livets augneblink faktisk let seg halde fast i ei absolutt sanning eller naturlov. Dette indre djupare-eg er av ein heilt annan art enn den ytre materielle og statiske røynda. Sjelelivet dreiar seg om *kvalitative* storleikar, som ikkje kan gjerast til eller reduserast til *kvantitative* storleikar og verdier.

Dette fundamentale eller djupare-eg er altså det indre sjelelivet eller medvitte vårt, med alle minna, kjenslene og opplevingane våre som utgjer eit heile. Medvitte vårt består av eit uendeleg mangfald av sinnstilstandar som ikkje kan verte skilt frå kvarandre og verte forstått med den logiske tanke. I ein augneblink kan ei særskild stemning eller psykologisk tilstand syne seg for medvitte vårt, for straks å verte utskifta med ein ny tilstand, og aldri meir komme tilbake i si tidlegare form. Det indre sjelelivet er alltid i ein framskridande prosess, som frir seg frå den logiske klarleiken. Vårt djupare-eg er ikkje av fornuftig art, og kan dermed ikkje verte forstått av overflate-eg-et. Våre mangfaldige og stadig skiftande indre kjennsgjeringar kan berre *gjennomlevast*. Følgjeleg krev forståinga eller gjenkjenninga av dette djupare-eg, og den djupare opplevinga av røynda, ei viss form for erfaring.

Det som særmerkjer dette djupare-eg er evna til samansmelting og samklang med andre fenomen og anna liv. Når vitalistisk sansing skil seg frå den moderne tanken, dreiar det seg difor om dei menneskelege evnene til å gå utover seg sjølv, til å sette seg inn i eller ha sympati med andre vesen og fenomen. Denne evne til å ta innover oss andre stemningar og kjensler, nærmar seg det ein gjerne omtalar som det *oversanselege*; at menneske har høve til å nå til erkjenning om tinga *i seg sjølv*. Det handlar altså ikkje berre om å sjå, observere og analysere,

men å kjenne, merkje eller lytte til stemningar og kjensler. Vitalismen fremmar ein *intuitiv* form for sansing.

Tid og rom

Bergson har altså sett fram desse to ulike senter for vårt eg. Det som gjer hans tenking enda meir særmerkt og original, og som nok er hovudbodskapen i hans arbeid, er dei to sfærane desse *ega* er lokalisera i eller retta mot. For å forstå denne inndelinga mellom to røynder, påpeikar Bergson ein vane vi har med å setje oppfattinga vår av *tid* i direkte samanheng med *rommet*. Vi har for vane å oppfatte tida som ei line av hendingar – ei tidsline. Vår oppfatting av tid er bestemt av klokka, som seier at tida er lik for alle. Bergson hevdar at dette er ein illusjon som hemmar oss i å forstå kva menneske og liv eigentleg er, og han forsøker difor å oppløyse denne illusjonen som han kallar *romtida*. Bergson skil derfor røynda i to, der *rommet* er eit materielt eller fysisk fenomen og *tida* eit slagas medvitsfenomen. Tida er altså ikkje knytt til *rommet*, der vi vanlegvis plasserar ho. For å forklare denne skilnaden gir eg mellombels ordet til Asbjørn Aarnes:

Vi har alle erfart at denne sontring (mellom tid og rom) har noe for seg. Hvem har ikke erfart at ett og same tidsavsnitt snart kan fortone seg kort, snart langt? I en bestemt sinnstilstand kan uker kjennes kortere enn dager eller timer. Som regel tyder vi erfaringen som sanse- eller sinns-bedrag. Det er én og same tid, sier vi, som oppleves forskjellig, og forskjellen beror utelukkende på subjektive omstendigheter: om vi er tilfredse eller utilfredse, apatiske eller forventningsfulle. Nøler vi derimot med å avfeie spørsmålet så enkelt og begynner å reflekter over om de to tidserfaringer svarer til realiteter ikke bare i psyken, men i selve tidsforløpet, da er vi på vei inn i Bergsons problemkompleks. (Aarnes i Bergson 1989, s. 23)

Romtida er den målbare tida som vi forstår som klokketida, eller den tid, eller avstand, ein gjenstand tilbakeleggjer frå eit punkt til eit anna. Den spontane tidsopplevinga som klinger i sinna våre og vårt *djupare-eg*, har ein heilt annan natur. Denne "reine tid" gjenkjennast i den augneblinken vi til dømes kjenner den særmerkte dufta av kamfer, og alle minna om og stemningar frå mormor fyller oss. Denne rørsla eller tid, som Bergson kallar *varigheita (la duree)*, fortonar seg som ein evigvarande flyt av omskiftelege tilstandar. Varigheita er den indre psykologiske tid som alltid varer – ei varigheit som utgjer den subjektive tidsopplevinga.

Med *varigheita* freistar Bergson mellom anna å vise oss korleis vitskapen med sit matematiske tidsomgrep feilaktig underleggjer menneska dei same kausale lovene som materien, eller *rommet*. Dermed feilar vitskapen også i å forstå vala, handlingane og fridomen til mennesket, av di den oppfattar medvitet eller våre medvitstilstandar som om dette er av romleg karakter. Hovudargumentet her er at medvitstilstandane og kjensler våre er så sterkt samanvevd at dei ikkje kan skiljast og stillast ved sidan av kvarandre, slik vi kan det med klinten og kveita. Dermed kan ikkje vårt djupare-eg, med sine omskiftelege kjenslgjeringar og kvalitative prosessar, underleggjast den naturvitskaplege deterministiske årsak/virkning.

- Betraktet i seg selv har de dypere bevissthetstilstander intet med kvantitet å gjøre; de er ren kvalitet; de blander seg på en slik måte med hverandre at man ikke kan si om de er én eller flere, like så lite som man kan undersøke dem med hensyn til dette uten straks å utøve vold mot deres natur. (Bergson 1990 s. 105)

Den røynda vårt overflate-eg og djupare-eg held seg til i sin persepsjon vert difor ganske annleis frå kvarandre. Overflate-eg får i sin persepsjon kun auge på

det kvantitative og objektive ved rommet, og formar i si førestilling verda som eit homogent (kvalitativt einsformig) rom, der alt er åtskild frå kvarandre. På kantiansk vis held vårt overflate-eg seg kun til *das ding an mich*.

Det djupare-eg får i sin persepsjon auge på det subjektive og kvalitative i rommet, og formar i si førestilling verda som eit heterogent (kvalitativt mangfaldig) rom, der vi intuitivt grip likskapar mellom oss sjølve og andre. Slik vårt djupare-eg gjenkjenner seg sjølv som kjensle og kvalitative prosessar, slik gjenkjenner dette eg-et også det kvalitative ved det observerte. Menneske har høve til å nå erkjenning om *das ding an sich*. Riktig nok kan ein ikkje komme til absolutte erkjenning om til dømes andre menneske. For å kunne dette måtte ein i så fall ha gjennomlevd heile livet til dette mennesket. Det vi derimot kan oppnå er glimt av stemningar i eller impulsar frå det indre i andre levande vesen.

Fridomen

Når dette djupare-eg og *varigheita* er av ein slik omskifteleg og uhandgripeleg natur, at vi ikkje kan nå djupna av vårt sjelelege indre med korkje språk eller analyse, korleis kan vi så gripe eller forstå vala, handlingane og fridomen til mennesket? Bergson har avfeia den måte vi forstår det romlege og materien på, som metode til å skaffe klarleik om medvitet. At den vane vi har med å analysere moglege val og moglege konsekvensar av valde handlingar, som grunnlag for å treffe korrekte og fornuftige val, ikkje kan gjelde det djupare-eg. Intellektuell rasjonalisering er altså utilstrekkeleg for å famne om det avgjerande menneskelege. For Bergson er eit kvart forsøk på å forstå menneskesinnet som noko som agerar i eit årsak/verknad-tilhøve, det same som å anta at menneske og all rørsle er av statisk, føreutseieleg og kontrollerbar natur. Dette er feiltolking av mennesket, fordi dette leiar oss inn i den overnemnte *romleg* determinismen, der vala, handlingane og kjenslene våre er

underlagt dei same kausallovne som materien. Med dette synet vil ein til dømes tru at ein provokasjon med naudsyn leiar til ein motreaksjon. Bergson skildrar dette som medviten automatisme, og seier med dette at vi kan kjenne oss forplikta til å instinktivt reagere med skuffelse når vi møter motstand.

Av di vårt djupare-eg stadig flyt og aldri er konstant gjeld ikkje denne deterministiske tankegangen når vi har å gjere med medvitet og det djupt sjelelege. Av di vårt djupare-eg alltid er i ein framskridande prosess, og dermed aldri det same, er det heller ikkje determinert og det er heller ikkje mogleg å fullt ut spå om menneskelege handlingar og val. Noko anna gjeld om vi vil forstå ein stein. Då er den kausale tankegangen rimeleg, fordi steinen ber større preg av stillstand enn det menneskelege medvit, og er dermed også lettare å sjå føre seg og berekne i eit årsak/verknad-tilhøve.

Overflate-eg er underlagt dei deterministiske kausallovne, og held seg difor til handling og fridom gjennom val og høvet for frieval. For Bergson handlar fridom ikkje om valfridom, men om den handling som står i direkte tilknytning til vårt djupare-eg og *varigheita*. Bergson forstår fridommen som den handlinga som er i forlenging av eller stadfestar den djupare vilje i vårt omskiftelege indre *eg*. Vår djupare vilje er av givande karakter, og kan kallast ei årsak i seg sjølv.

Den indre tida er ei stadig skapande, givande og framskridande kraft, og på grunn av dette omskiftelege *oppdagar* ein ikkje høve til val i *varigheita*. Ein opplever snarare *ein* vilje og *eit* alternativ til handling som *må* verte utlevd. For andre menneske kan handlingane våre fortone seg som om dei er eit resultat av våre val – fornuftige eller ikkje. For den fritt handlande derimot står handlinga fram som ei nødvendig følgje av den indre rørsla, og val er utenkjeleg. Den frie handlinga vert på eit vis eit meir eller mindre direkte eller spontant avtrykk av vår indre vilje i *rommet*.

Når eg her seier ”meir eller mindre” er det av di vi sjeldan er absolutt frie. Vi vert nemleg ofte distrahera bort frå våre djupare lag av romlege eller overflatiske fenomen. Det er alltid noko som trekkjer i oss og stiller krav til oss; som til dømes arbeidet, familie, venner eller sosiale konvensjonar. Bergson snakkar difor om gradar av fridom, og seier at jo meir vi handlar i overinstemming med den djupare viljen eller krafta, jo friare vert våre handlingar, og jo djupare i vårt indre vi når jo meir løyser vi oss frå den *romlege* determinismen.

Dette kan verke som ei forholdsvis vag forklaring, som gir oss ein type fridom som er vanskeleg å kjenne igjen. Dette er ei forklaring om ei *fridomskjensle* som ein må oppleve for å forstå ho, og ikkje ein bastant definisjon om kva fridomen er eller skal vere. Kun subjektet kan svare for denne fridomen, og ingen kan fastsette fridom som noko konstant, ved å til dømes framlegge i kva tilhøve fridomen best kan erkjennast. Fridom for Bergson handlar meir om korleis ein tek det, enn om korleis ein har det.

Her skil Bergson seg frå den vitalismen som ser ut til å fremje all form for menneskeleg kraft og vilje. Bergson tek avstand frå den meir eller mindre blinde livsdyrkinga som vi tidlegare har sett i samanheng med Munch og Nietzsche. Ved å forklare fridomen ut frå heile vår personlegdom, fjernar Bergson seg frå den naive og primitive livsdyrkinga. Hjå Bergson er dette reint instiktive og *grunne* fridomsytringar som lokkar oss bort frå heilskapen til vårt djupare-eg. Med dette vert til dømes sinne eller aggresjon sett på som grunne kjensler, som gjer oss blinde for den absolutte fridomen. Riktig nok gir også sinne og aggresjon liknande fridomskjensler, men desse kjenslene spring ut av berre ein liten del av heilskapen vår.

Suggesjonen

Bergson hevdar at vi ofte lever i det overflatiske nære rommet og romtida. Difor opplever vi sjeldan vårt djupare-eg, og vi føler sjeldan at vi har trong for å søkje innover og djupare i oss sjølve. Likevel kan kunst, musikk, dans og litteratur gi oss ei opning mot varigheita og det djupare. Særleg vert verknaden musikken har på oss fyldig omtala hjå Bergson. Han fremmar den evna musikken har til å hensette oss til stemningar og kjensler. Musikken si forførande kraft kallar han suggesjon, og hevdar denne evnar å føre oss inn i ein kjensleg og intellektuell sympati.

I det vi er i stand til å forstå ønska våre om å analysere, samtale og reflektere over musikkens toneart og melodi, lener vi oss tilbake i stolen og tillet oss sjølve å vere mottageleg for det musikalske uttrykk og inntrykk med heile vårt sanseapparat. Vi kan seie at vi legg heile vår personlegdom open i ei persepsjonsakt som let seg blindt farge av dei kvalitative rikdomane i musikken, og som viskar ut grensene mellom oss og våre omgivnader. Vi søker i musikken samklang med vårt indre, og snakkar gjerne med venane våre etter ein konsert om musikken ”trefte” oss eller ikkje. Musikken kan verkeleg treffe oss. Den kan vogge tankane våre og medvitet vårt i svevn, slik at vi *føler* musikken framfor å registrer, observere og analysere den. Musikken kan verkeleg røre oss til tårer, og gi oss ei kjensle av at musikken overveldar oss med si suggererande kraft.

Med erfaringa av suggesjonen kan vi oppdage at den tid vi til vanleg kjenner vert oppheva, og den indre subjektive og varige tida tek over som det senter vi sansar frå. Vi har i suggesjonen tillete oss å gå djupare i oss sjølve, og opplever den indre flyt og rørsle. Vi opplever i suggesjonen at vi let oss verte leia inn i ei *suksessiv* reise frå det analytiske til det kjenslevare, frå det kvantitative til det kvalitative, frå gjentakning til rørsle, frå det statiske til det intense, frå kulde til varme, frå stillstand til liv og frå tomleik til fylde.

Naturoppleving

Så er det tida for å bringe menneske, natur og friluftslivet inn i teorien til Bergson. Etter den overnemnde utgreiinga av teoriane og omgrepa hans skal vi gjennom nokre eksempel freiste å greie ut om det kontemplative og meditative i friluftsliv. Vi skal ta ein titt på opplevinga av stille, fridom, avlasting og identifikasjon med naturen, og sjå kva bilete vi får av friluftsliv, eller førehaldet mellom menneske og natur.

To ulike måtar å sanse natur

Først skal vi kort ta for oss korleis overflate-eget og det djupare-eg føreheld seg til naturen. Grovt gir desse to *eg-a* to ulike måtar å møte naturen på; den første er av fysisk og kvantitativ art, medan den andre er av psykologisk og kvalitativ art. *Overflate-eg-et* tek seg av planlegging, organisering og orientering, medan det andre *eg-et* får gleda av å nyte fruktene av vårens første fönvind i lyngen. Den eine arbeider og den andre smakar og luktar, men saman fargeleggjer og utfyller dei kvarandre til eit heile, og gjer oss i stand til å både gjennomføre og nyte vandringa over fjell og vidder.

Ein kan stille det opp slik, at vårt overflate-eg i naturen vil stille seg opp framfor utsikta og fotografere landskap og detaljer, den vil notere i sine reisebøker dagens gjeremål og registreringar av dagsetappar, møter med dyr og observasjon av plantar. Det er ein persepsjonsform som systematiserar sanseinntrykk, og stiller desse ved sidan av kvarandre for å samanlikne, analysere og forstå dei. Dette er vår refleksive medvit som ustanselig plasserar det vi ser i språklege kategoriar. Overflate-eg grip i sin persepsjon alle inntrykk som stillbilete, eller som observasjonar, og freistar å sette desse i logiske og lovmessige samanhenger. Denne persepsjonsforma søkjer kontroll og oversikt over observasjonar, og innskrenkar desse inntrykka ved å utelate kjenslene og det kvalitative.

For det djupare-eg handlar persepsjonen om meir enn logisk handsaming av observasjonar og stillbilete, den grip etter noko som overskrider sjølve persepsjonen. I motsetnad til overflate-eg-et som innskrenkar inntrykka ved å tillegge desse berre kvantitet, set det djupare-eg heile sitt medvit i rørsle i sin persepsjon, og opnar seg for kvalitetane i tillegg til kvantitetar. Det djupare-eg begriper naturen ved sin *intuisjon* og ”lyttar” på lukt, smak, hørsle og kjensler. Vi opplever stemningar og fornemmingar som fortel oss at ”no er eg i naturen og naturen er her hjå meg”. Med sinna våre og kroppen vår kan vi oppleve å verte fylt av eit nærvær langt frå språklege kategoriar, der alle våre sansar er retta innover mot vår indre rørsle, samtidig som vi er open for omverda vår. Denne forma for persepsjon er meir *gjennomlevande* enn tenkande og deduserande.

Overflate-eg, naturen og den deterministiske fridom

Når overflate-eg-et søker fridomen, søker han den i valet. Overflate-eg vender seg ut i rommet, analyserar og bereknar sine omgivnader for å finne den beste løysinga for målet sitt, føreteik eit val og handlar etter dette. Handlinga vert ei intensjonell akt, der eg-et som utfører handlinga har eit særleg føremål i sikte.

Slik er det også gjerne i friluftslivet vårt. Turane våre kan ha eit klart mål og eit medvittent føremål. SSBs Levekårsundersøkelse viser til dømes at 78% av oss nordmenn legg opp til turar for å tilfredsstille krav om avlasting frå stress og mas i våre kompliserte og tyngjande kvardagsliv. Vi opplever kvardagen og arbeidslivet som utilfredsstillande eller utilstrekkeleg i vår søken etter valfridomen, og ønskjer med vårt friluftsliv forandring i dei ytre tilhøva for å oppnå dette. Vi vel difor den turen som kan gi oss høve til å erfare dei opplevingane vi har satt oss som mål. Vi søker minst mogleg avgrensingar.

For å sikre oss avlastinga frå stress og mas, søker vi på rasjonelt vis å få oversikt over så mange faktorar som mogleg. Vi tileignar oss nok kjennskap til naturen og tilhøva der ute ved å lese vêrmeldingar, gå til innkjøp av nytt utstyr, tileigne oss kunnskapar om orientering, med meir, for å garantere at dette vert ein så ”god” tur som mogleg. Vel avgarde, etter å ha dobbeltsjekka langtidsvarselet og ruteval, møter vi fjellet vonleg vis slik vi har føreutsett det. Sola syner seg over bakkekammen, og stigen er tørr og enkel å følge. Stemninga er god, og alt førekjem oss lyst og lett. Naturen viser seg frå den gode sida, seier vi, og takkar i vårt stille sinn for at vi fekk oppleve dette. Naturen krev ikkje anna av oss enn å ete, gå og sove. Vi har fått avlasting frå det krevjande kvardagslivet. Vi oppnår det vi søker – både rekreasjonen og fjelltoppen. Vi opplever meistring og fridom.

Om vi derimot har feilkalkulert vêrtilhøva, kan vi oppleve at turen vår vert forringa, ved at vi til dømes ikkje nådde den toppen eller den hytta vi hadde førestilt oss. Når tåka legg seg over landskapet, og vi ikkje kan halde fram, vert turen lett eit vonbrot. Turen gir oss mas og kjas i staden for avlasting og kvile, og for vårt overflate-eg følgjer det av dette at naturen eller vårt dårlege forarbeid er årsak til dette vonbrotet. Vi vert vonbrotne av di vi kjem heim meir slitne og tappa, enn det vi var før vi la i veg, eller at vi ikkje nådde målet om den toppen vi hadde for auge. Naturen står framfor oss som krevjande og lunefull. Ja, vi kan oppleve den som ein uoverkommeleg fiende, som hindrar oss i den frie handlinga.

Vi tillet oss altså å seie at turen var dårleg, av di det regna og det var kaldt, eller at turen var god fordi den gav oss mykje sol, varme og ei vakker utsikt. Vi vil gjerne at det skal vere gode tilhøve der vi dreg på tur, for å få den roa og avslappinga vi søkte med turen. Vi vil ha det vi kom der for. Med dette søker

vårt overflate-eg ein viss trong til kontroll og forsikring om at tilhøva vil gi oss avlasting.

I det vi dveler i vårt overflate-eg og på dette viset forsøker å oppnå noko og kontrollere tilhøva rundt oss, utset vi oss for det Bergson omtalar som *rommets* kausalitet. Det vil seie at vi tillet dei same årsakslovene som gjeld for ting, å gjelde også kjenslelivt og medvitnet vårt. Slik vi ser for oss at eit glas vil knuse i møte med golvet, har vi for vane å tru at dette også gjeld dei indre kjennsgjerningane. Vi lar dei ytre årsakslovene nedfelle seg i våre reaksjonsmønster, og trur vi er dømd til å oppleve skuffelse, når naturen ikkje tillet oss å innfri våre ønskje om avlasting.

Om vi let fridomen i friluftslivet verte determinert av naturen med sin lunefulle natur, opplever vi ein natur som vi må overvie og temme for at vi skal kunne framstå som sigerrike, og stadfeste vår fridom. I vårt naturmøte trur vi med vårt overflate-eg at samspelet mellom menneske og natur handlar om å handtere fysiske utfordringar. Vi trur at den gode naturopplevinga og fridomskjensla, vert determinert av vilkår til naturen og våre utgangspunkt.

Likevel trur eg den ivrige nordmannen i sitt friluftsliv (SSB) opplever at det skjer noko meir i naturmøtet. Sjølv etter ein strabasiøs ferd, med piskande regn og uoverkommelege bjørkekratt, finn vi noko givande ved den monotone vandringa likevel. Sjølv om vi ikkje alltid når målet vårt, og dei vanskelege tilhøva har prega sinnstilstanden vår monaleg, oppdagar vi når vi ser tilbake på turen i sin heilskap at noko godt likevel har rørt oss. Vi kjenner oss likevel friske og glade. Vi ser at vi ikkje reagerer på motgang eller vonbrot på same vis som i kvardagslivet heime, der vi gjerne er prega av mange automatisera gjeremål og der våre fleste handlingar liknar reflekshandlingar. Vi har med andre ord for vane å ikkje innlemme vår heile personlegdom i kvardagen vår, medan vi i

naturmøtet tillet oss å la vår personlegdom ta større del i handlingane våre. Vi tillet kjenslelivet større plass i vår sansing i naturen, enn i kvardagen.

Vandringas monotoni og naturens suggesjon

I bylandskapet har vi gjerne merksemda retta mot delane. Å opne heile sanseapparatet og sleppe heile bybiletet inn over oss, kan verte for massivt, og vi må difor lære oss å aktivt oversjå det aller meste av det som møter sansane våre. Dette passar vårt overflate-eg ypparleg. Vi kan la vår refleksive medvit trå til for å navigere oss gjennom gatene. Det vert i stor grad venta at vi verkar analyserande og bereknande for å henge med i verdas gang. Bybiletet utviser så mange krav, forventningar og inntrykk som vi må respondere på, at vi heller interagerar med andre menneske og ting, enn med våre indre kjensgjerningar. Med andre ord må kjenslene og det djupare-eg vike. Overflate-eg vert på eit vis tvinga til å ta seg av det praktiske livet og tilpasse seg og sine behov etter omgjevnadane sine, og vi lev etter den ytre verda, snarare enn for oss sjølve (Bergson 1990).

I naturen har vi derimot ikkje i like stor grad behov for å analysere og rasjonalisere. Naturlandskapet utviser ei mildare overflate som ikkje ropar etter oss om alle våre moglegheiter, eller gir oss føringar for korleis vi skal opptre. Etter Bjørn Tordsson er:

naturen i liten grad noe pre-strukturert. Den rommer ikke rigide rammer eller regler for hvordan å forstå, forholde og utfolde seg – slik som livsmiljøer preget av menneskelige hensikter, funksjoner og bruksmåter gjerne gjør. (Tordsson 2003 s. 46)

Dette gjer at vi kan senke garden vår. Vi kan gi slepp på kontrollen over sanseimpulsar, som vernar oss i det daglege livet. Vi treng ikkje anstrenge oss

for å halde verda ute, når vi oppdagar at den ytre verda ikkje lenger ropar etter oss, slik den gjer i kvardagen, med sine reklamer, deadlines og oppmøtetider. Dermed kan vi slappe meir og meir av, og gi slepp på analyse- og sorteringsarbeidet vårt. I staden har vi høve til å komme nærmare oss sjølve.

Typisk for tanken dei første dagane på tur er ei ustanseleg og flyktig straum av usamanhengande inntrykk frå kvardagslivet forut for turen. Inntrykk eller minne som blandar seg inn i den noverande situasjonen på fjellet. Bekymringar, utfordringar og kjensler flyt av stad som skyene på himmelen, meir eller mindre fri frå den logiske framstilling og den målretta tanken. Som vi beveger oss i naturlandskapet over lengre tid, viser naturen seg som, ja nettopp, eit landskap. Eller kanskje er det rettare å seie eit *heilskap*. Etter ei tid i den monotone vandringa skil vi ikkje treet frå graset, elva frå lyngen, fjellet frå himmelen, men konturane i landskapet vert viska ut og vi opplever og grip naturen oss som eit heile. Etter ei tid kan vi oppleve at den monotone vandringa og naturen sin heilskap voggar våre tankar og medvit i svevn. Vi kan seie at overflate-eg er i ferd med å kvile, for sakte men sikkert å sleppe det djupare-eg og *varigheita* til. Sjølv om det *hender* minimalt på turen, og vår fysiske rørsle er prega av gjentaking ved å stille den eine foten framfor den andre, vert vi var ei anna rørsle – den indre rørsle. Vi oppdagar at der ikkje lenger er noko som ”*hemmer den frie utfoldelse av følelseslivet som alltid bare venter på at hinderet skal fall for å bli beveget i sympati.*” (Bergson 1990 s. 27)

Suggesjonen er altså erfaringa av å la seg verte bevega bort frå det romlege, kvantitative og analyserande, til ein suksessiv forandring inn i det intensive, kvalitative og kjenslege, i og rundt oss. Vi vert med andre ord suggerert inn i sympati eller samklang med heilskapen i naturen, eller naturens harmoni som Bergson kallar det.

Spesielt oppstår denne sympati i de tilfeller hvor naturen oppviser vesener med regelmessige proporsjoner, slik at vår oppmerksomhet fordeles likt mellom alle skikkelsenes deler uten å feste seg ved noen av dem. (Bergson 1990 s. 27)

Vi opplever færre og færre hindringar, både frå tankane og *rommet*, og ein kan oppdage at vi tillet medvitte vårt og kjenslene våre å brette seg utover og kvile i landskapet. I våre kvardagsliv har vi for vane å tenkje at det kjenslege er forstyrrende i vår forståing av og omgang med gjenstandar og menneske. Til skilnad frå bybiletet der ein gjerne må skjerme seg for inntrykk og halde sine emosjonar tett inntil seg, kjennest det i naturen plutselig trygt å sleppe kjenslene ut over *rommet*, og ein kan tillate seg å verte rørt av stemningar i landskapet.

Monotonien i friluftslivet opplevar vårt overflate-eg som keisam og tom, medan for vårt djupare-eg oppstår det i den vedvarande monotoni ein kjensleg og kvalitativ fylde av rørsle og flyt. Med den monotone vandringa og suggesjonen kan vi seie at vi har høve til å gripe oss sjølve og naturen i eit intuitivt *no*, som leiast oss inn i ein meditativ tilstand, der vi først og fremst avdekkjer heilskapar og kvalitetar ved naturen, og i mindre og mindre grad kvantitative og åtskilte delar av naturen, etter som vi vedvarar i monotonien med sin suggererande kraft.

Nybegynnaren og den erfarne

Å gjenkjenne den forførande eller suggererande effekten av naturmøtet, krev at ein har hatt erfaringa med dette. Å gjenkjenne monotonien som noko kvalitativt og verdifullt, er ikkje alle unnt. For nybegynnaren kan suggesjonen og erfaringa av eit djupare eg framstå som ein uoppnåeleg eller utopisk kvalitet ved friluftslivet. For at naturen i det heile teke kan føre oss inn i det kvalitative og intensive kjenslelivet, og at vi medvitne søker dette i friluftslivet, er krevd at vi på eit vis gjer oss sjølve mottageleg for ei slik rørsle i sympati. Ein kan derfor

anta at denne måten å vere open for naturen må skrive seg frå tidlegare erfaring eller at vi rett og slett er nyfikne på forteljingar om naturens gåver, gjennom historier vi har lest i tidsskrift eller høyrte frå vener.

Om ein kan tenkje seg ein person som aldri har drive friluftsliv, vil denne fritidssysselet i starten fortone seg som ein rasjonell og teknisk praksis. Den ferske vil oppleve at han treng ein heil del nye dugleikar som må verte tileigna, og erfaringar som må verte gjort for å kunne meistre ein tur på høgfjellet. Med Bergson sine ord vil ein kunne seie at nybegynnaren må i stor grad halde seg til overflate-eg-et sitt, for å kunne orientere seg, finne leirplassen sin, slå opp teltet sitt og lage maten sin. Friluftslivet krev ein heil del observasjon, refleksjon, analyse og val. Dette kan gjere fjellet og friluftsliv generelt vanskeleg tilgjengeleg, fordi vi stadig kjenner oss tvinga til å gjere nye ting.

Fjellvandringas suggererande monotoni har liten eller ingen påverknad på denne fiktive personen. Dei romantiske forteljingane om stilla og freden i naturen han kanskje har lest om i Fjell og Vidde, kan han oppleve som ein fjern draum eller ein mystisk illusjon.

Om nybegynnaren held fram med friluftslivet, vil han oppdage at mange av dei gjeremåla som i starten gav han mykje hovudbry, vil verte automatisera og nedfelt i reaksjonsmønster hans. Jo meir han tek ut på tur, jo meir erfarer han at dugleikar set seg i kroppen. Å orientere seg vert ein vane idet han lærer kart, kompass og terrenget å kjenne. Det å finne leirplass skjer meir og meir av seg sjølv. Tidlegare behov for å tenkje og analysere før kvar handling forsvinn meir og meir for kvar tur, og ein kan seie at handlemåten hans no vil verte stadig meir prega av det intuitive. Han leitar ikkje lenger etter leirplassen, men snarare ser den når den er der, utan så mange vurderingar.

Når handlingane våre vert automatisera har vi høve til å gi slepp på ein del av den tankeverksemda som friluftslivet fører med seg. Vi kan gi slepp på det refleksive overflate-eg og la vårt indre sjeleliv bade seg i kvalitetane i naturen. Vi kan tillate oss å verte forført av naturens suggesjon, og verte bevega i sympati med omgivnadane våre.

Varigheit – erfaring av romtidas oppløysing

Om vi vedvarar i denne sympatien har vi høve til å oppdage naturmøta i friluftslivet som meir enn eit pustehol frå kvardagens mas og kjas. Dette mellomrommet i liva våre som vi skapar med friluftslivet vårt, rommar meir enn gleda ved endring i stemning eller samklang. Den samstemming vi kan oppleve i naturen går djupare enn å berre vere ein slags underhaldande og avvekslande erfaring.

Bergson si forståing av omgrepet rommet kan samanliknast med eit kart. Slik kartet er ei planteikning av eit geografisk område, slik føreheld vårt refleksive og analyserande medvit seg til røynda. Den rørsla vi sporar i denne røynda (rommet) er dei lovmessige interaksjonane mellom det materielle, som vi kan observere. Og det er dette Bergson vil ha oss til å komme vekk frå. Vekk frå den flate, stilleståande og bortimot innhaldslause førestellinga vi har av røynda. Vekk frå førestellinga om det homogene rom, med sine objektive sanningar. Bergson gjer oss merksame på dei kvalitetane som kartet eller rommet er berar av, den røynda som kartet representerer. Dette kvalitative som ligg der under overflata og ventar på å verte avdekte av oss, med vår intuitive merksemd. I det vi tillet oss sjølv å lytte etter det kvalitativt verande både i oss sjølv og i våre omgivnader, får vi ein smakebit av *tida*, som han kallar varigheit. Vi får eit blikk inn i eit heterogent rom, som framheld mange sanningar i eit og same objekt. Det er her rørsla kjem frå, det er her livet utspelar seg. Rørsla skriv seg ikkje frå kartet, men frå det kartet er eit uttrykk *for*.

I lys av dette kan ein seie at å bevege seg i naturen sitt landskap er å bevege seg i den indre kvalitative tid. Rommet i forståinga av eit objektivt sett reint deskriptivt kart, vert gjennomlyst av dei kvalitetane naturens liv framheld for oss. Gjennom suggesjonen inn i sympati med våre omgivnader, kan vi oppleve at vår daglege stivna forståing av rommet vert mindre og mindre viktig i den situasjon vi er i, samtidig som det kvalitative ved tilveret suksessivt aukar i intensitet, og verkar på oss. Når opplevinga av her og no fyller oss med sitt kvalitative nærvær, opphøyrer den ytre objektive røynda å ha tyding for oss. I staden vert vi var den indre røynda og tida, i både oss sjølve og naturen. Vi kan seie at vi opplever å ta tida tilbake frå *rommet*. Denne spaltinga av tid og rom kan vi kanskje lettast forstå i retrospektiv; Når vi ser tilbake på ei god og ei dårleg oppleving, ser vi også ein skilnad i opplevinga av tid og rom, men òg i kvalitet og kvantitet, intensitet og stillstand.

Eit eksempel kan vere skikjøring i laussnø på Kolåstinden, sjølv om ein her kunne tatt for seg eit uttal av eksempel. Vi kunne likså godt tale om ein vandretur eller segletur, men no skal vi ta for oss ei god og ei dårleg nedfart frå Kolåstinden. Vi skal sjå for oss at vi har gjort to turar med ulike utfall, og at vi så vil uttrykke desse to opplevingane for våre venner. I vårt minne vil den gode og den dårlege turen fortone seg svært forskjellig, og vi vil kunne oppleve at vi vil gi to svært ulike skildringar.

Den dårlege turen minnst vi som prega av uorden og kaos. Hukommelsen vår har vanskeleg for å spore ei rørsle eller ein heilskap, og grip difor etter årsaker og påfølgande verknad. Vi grip fort etter bortforklaringar og enkelthendingar; snøen var for gammal og dårleg; for mange steinar i overflata gjorde det vanskeleg; for slak eller bratt bakke; vi kjende oss slitne; det vonde kneet plaga oss, osb. Og vi tenkjer at ”neste gang må vi prøve oss på Slogen, for den skal vere bra.”

Desse bortforklaringane dannar utgangspunktet for ei forklaringsrekke om kvifor denne utforkjøringa ikkje vart god. Vårt minne og vår etterfølgjande forklaring ber preg av kvantitative hendingar og stillbilete som gav sine nødvendige verknader. Med andre ord minnst vi opplevinga som determinert av romlege faktorar, og forklaringa har eit strok av eit linjert tidsløp. Den bevegelsen vi har gjort i bakken, nedfarta, ser vi tydeleg for oss har føregått i rommet, og vi har difor også ei viss aning om kor lang tid i minutt denne turen tok.

Den gode nedfarta fortonar seg annleis. Eg tenkjer her på den verkeleg gode eller perfekte nedfarta. I motsetnad til den dårlege turen, kan vi no oppleve at vi manglar ord. Vi opplever no ein større grad av orden og flyt. Det er ikkje lenger så lett å få fatt i nokon årsak som skulle tilsei at nettopp denne turen skulle gi ei god oppleving. Vi seier gjerne at tida opphøyrer for ei stund, og eventuelle stein i overflata og det vonde kneet, som plaga oss i den dårlege utforkjøringa, pregar oss langt mindre no.

Med vanskelegare ord kan vi seie at denne opplevinga er meir heilskapleg og prega av noko suggererande. Vi kan merkje at når vi går opp i våre eigne handlingar syner det seg ei sterk endring intensiteten og kvaliteten i opplevinga, i høve til den førre og dårlegare nedfarta. Ein kvalitativ intensitet som førekjem oss å ha opphavet sitt i ei indre rørsle, framfor ei rørsle i rommet, med tydelege punkt av hendingar som strekk seg over ei tidsløp. Det analytiske og bereknande opphøyrar og det intuitive, kjenslevare og sympatiske får utfalde seg. Vi finn oss i ein flyt der vi ikkje løyser problema eit av gongen, men i *eit* mjukt og føyeleg andedrag. Tida vert opplevd som ei rein kvalitativ rørsle, utan ein tydeleg start eller slutt. Vi opplever den subjektive tid og *varigheit* der kjensler og opplevingas fargenyansar går i kvarandre og dannar ein heilskap, som ikkje er så lett å dele opp og uttrykke. Vi kan merkje denne rørsla som eit

fyldigare nærver av oss sjølve, og oppleve at denne rørsla snarare *er* oss, enn *gjort* av oss.

Sjølvreleksjon

Påstanden er altså her, at naturen er i stand til å suggerere oss inn i ein tilstand av sympati og til ein intuitiv persepsjon av omgivnadane våre. I denne akta skjer det i oss ei forflytting frå det overflatiske til det djupare, frå det kvantitative til det kvalitative, og frå det stillestående til det intense. Monotonien med vandrainga og aktivitetane i friluftslivet forfører oss inn i ikkje berre eit fyldigare nærver av oss sjølve, men òg ei meir fundamental erkjenning av kven vi er. Ein kan oppleve at ved å opne sine sansar og kjensler mot naturens stemningar, opnar ein seg samtidig for det fargerike og kvalitative i oss sjølve.

Tommy Langseth påpeikar i *Bidrag til forståing av fjellturens meningsfulle oppbygning* (2003) at ein i naturen og i friluftslivet har høve til ei sjølvevaluering, som skil seg frå refleksjonane ein gjer seg i kvardagen. Denne sjølvevalueringa hevdar Langseth har å gjere med den avstanden og avvekslinga ein oppnår med friluftslivet, men òg med vår relasjon til naturen i vårt friluftsliv som bind oss, ved at vi ikkje så lett kan gå frå den situasjonen vi er i. I det vi vert tvungen til å stå i situasjonen, og ingen fluktveg er mogleg, vert vi tvinga til å førestelle oss til heile oss. Det er ikkje berre å forlate kafeen når vi vert provosert av vår samtalepartner. På fjellets vidder må vi i større grad ordne opp der og da.

Det opnes opp for at en kan gå i dialog med seg selv på en annen måte enn en gjør i hverdagslivet. En dialog med seg selv som medfører et nytt blick på sin egen rolle i den hverdagslige situasjon, at en "får plassere seg selv i en større sammenheng" som Ørjan sier. [...] Flere av informantene mine antyder at de på fjelltur får et mer reflektert forhold til

egen kropp. Dermed blir en mer klar over hvordan det kroppslige virker inn på opplevelsen en har av verden. Refleksjonen over egen kropp kommer mer "opp i dagen" på en fjelltur enn det den gjør på eksempelvis en joggetur, fordi en i mange tilfeller på fjellet ikke har noen anledning til å avbryte turen selv om en skulle føle kroppslig ubehag. [...] Fjellturen kan dermed være med på å avdekke fysiske og psykiske sider ved en selv som en til daglig ikke legger merke til. (Langseth 2003 s. 102-103)

I lys av Bergson meiner eg å sjå denne form for sjølvrefleksjon som del av ein djupare erkjenning av oss sjølve. Ein sjølvrefleksjon som føregår, ikkje i det refleksive og analyserande medvitet, men i det kjenslelege og intuitive. Ved den suksessive suggesjon og rørsla mot det kvalitative og intensive, vert det skapt ei opning mot det fundamentale i oss. Vi kjem nærare det som er heile vår person, og det som vi djupast sett ønskjer å vere trer tydlegare fram. Ein kan seie med Bergson sine ord at vi kjem i kontakt med det som ønskjer å vere ein årsak i seg sjølv, vår djupare vilje som alltid vil vere i ein skapande og givande prosess. I det sosiale kvardagslivet kan vi oppleve dette som vanskeleg, idet vi stadig er utsette for inntrykk og andres meiningar.

Når våre mest trofaste venner enstemmig råder oss til å utføre en viktig handling, legger de følelser seg som de med så stor iherdighet uttrykker, seg på overflaten av vårt jeg og stivner der i en fast form på samme måte som de ideer som vi talte om for et øyeblikk siden. Litt etter litt vil disse følelser danne en tykk skorpe som dekker over våre personlige følelser; vi tror vi handler fritt, og det er først ved senere eftertanke vi erkjenner vår feiltagelse. Men derfor er det heller ikke sjelden at det i det øyeblikket da handlingen skal utføres, intreffer en omveltning. Det er jeget nedenunder som stiger opp til overflaten. Det er en ytre skorpe som brister idet den gir efter for et uimotståelig trykk. (Bergson 1990 s. 128)

Dei velmeinte råda frå venene våre, kan, om vi forsøker å ta dei til oss, opplevast som poda på vårt sjølv. Om vi skal lytte til desse råda, og gjere dette til vårt, må vi kjenne at vi med heile oss fell saman med den ideen eller det rådet vi vert gitt, for at vi skal kunne handle fritt. Likevel er det sjeldan at vi opplever at vi er heilt frie. For at vi skal finne dette djupare-eg trengs det ei punktering av den overflatiske skorpa, som held oss frå å finne vår vilje. Det er denne punkteringa av skorpa eg meiner at naturens suggesjon kan vere til hjelp med. I det skorpa vert broten og vår personlege *eg* og vilje til handling syner seg, kjenner vi frigjeringa frå overflate-eg-et og den romlege determinismen, og vi opnar oss mot nye perspektiv. Vi vert open for fridomen.

I *Tiden og den frie vilje* gir Bergson eit bilete på skilnaden mellom det djupare og overflatiske i oss, som vi kan bruke i synleggjeringa av fridomen. Lik vatnet har vi menneske eit djup og ei overflate. Ei overflate som er lik med det homogene (einsformige) rom. Denne overflata er i berøring med verda utanfor vatnet, samtidig som den verkar som ei forlenging av det djupare og heterogene (mangfaldige) rom. Om vi ser for oss at vassoverflata vert treft av ein stein, kan vi seie at steinen er årsak til bølgiene på vatnet. Steinen bryt vasskorpa, og framkallar ein venta reaksjon med bølga. Nett slik kan vi oppleve sanseimpulsane frå den ytre verda i kvardagsliva våre, som vi responderar på kontinuerlig. I samanstytt med

Perspektiv

Herre lyt du vera
i ditt eige liv
skal du kunne sjå det
rett i perspektiv:
Anten lyt du stranda
ovanpå som konge
eller att på botnen
ha di frie gonge.

Mangeleis er livet,
berre sjeldan fred;
ofte må du undrast
kva er upp og ned.
Men det klårnar stundom
når du vinn ein tume,
eller beiskt lyt vedgå
at du tapte sume.

Skal du sjå den makken
du i røyndi er
og di eigi vesle
narrevorne verd,
lyt du stogga lite
utanom frå brålet
og på eigen stordom
leggja alenmålet.

Fyrst du sluttar træla
for den tome verdi,
stoggar litevetta,
skodar attum herdi,
har du gjort det fyrste
steg på visdomsvegen,
endå andre synest
at du just er slegen.
Olav H. Hauge(2000)

steinen, eller når vi går den ytre verda i møte, trekk vi merksemda instinktivt mot overflata, for å registrere, analysere og respondere. På overflata vil samanstøyta prege oss med ein viss intensitet eller kraft, på same måte som vårt eg vil reagere med ein viss intensitet og handlekraft. Vi kjenner oss determinerte til å reagere med kjensleutbrot eller direkte handlingar. Ser vi i tillegg for oss at desse impulsane aukar i tal, kan vi også tale om ei mogleg og gradvis auke av stress. Jo fleire påtrykk frå den ytre verda, jo meir kan vi kjenne oss utilstrekkelege, om vi ikkje maktar å handsame desse.

Gjennom naturens suggesjon derimot, og den påfølgande rørsla frå det overflatiske til det djupare, vil vi sjå den ytre verdas påverknad på eit heilt anna sett. Vi kan førestille oss at vi med vårt eg, framfor å halde vårt medvit til vassoverflata, trer djupare og betraktar steinens treffpunkt og verknad på oss derifrå. Vi vil frå dette djup oppleve dei ytre påverknadane som mindre intense. Mindre intense av di vi opplever samanstøyta med ein større del av oss. Lik det djupe i dammen som vil oppleve at steinens påverknad og kraft minskar i intensitet som den søkk mot botnen, på grunn av djupets masse med sin motstand, vil også vi i det djupare oppdage at dei ytre impulsars verknad opptek kun eit lite rom i vår person. Slik kan vi midt på den opne vidda oppleve at kvardagens krav og forventningar opphøyrar å gjere sin verknad på oss. Vi kan seie at vi opplever tilveret i eit nytt og uvant perspektiv.

Det er i denne frigjeringa frå den romlege determinismen at stilla og gleda syner seg, og det er kanskje ikkje så rart at vi gjerne nemnar stilla og fred i same andedrag som gleda. Vi sei gjerne at vi opplever oss som frie til å vere i stille og fred med omgivnadane våre i naturen. Ei stille som ikkje handlar om fråver av lyd, men fråver av krav og forventningar. Og med Bergson sine ord kan vi seie frigjering frå *rommet*. Etter lang tids vandring, utan å vere refleksivt tenkande og medvit, og ved å gå opp i handlinga med heile oss, kan vi oppleve frigjering frå

det daglege. Frigjering frå det vante tanke- og sorteringsarbeid i kvardagen. Frigjering frå det refleksive medvit som ønskjer å feste sitt grep og kontroll over handlingar, og som gjerne vil gjere oss oppmerksame på våre høve til val. Frigjering frå dei automatisera handlingane som ein kan oppleve tvingar oss til å verte kasta rundt i ein uendeleg sirkel av årsak/verknad. At vi bestandig har eit gjeremål, som skulle ha vore gjort i går.

Holmen

Einsleg, forvist
langt frå land,
strider holmen
på gufsen fjellsjø.
I stille netter,
når sjøen søv,
kjenner han berget under seg
breide seg tungt og veldig ut
og vert eitt med landet.
Olav H. Hauge(2000)

Med frigjeringa frå kvardagens tvingande determinisme, kan vi få auge på vår indre tid og rørsle. I det vandringas monotoni suggererer vårt tenkande eg i svevn, og let den indre rørsle flyte ukontrollert av stad, får vi auge på det i oss som varar, og reduserar våre daglege tankar og problem til det dei eigentleg er; overflatefenomen. Frigjort frå kvardagens kjas og mas, kjem vi nærare det vi opplever som vårt autentiske eg - ikkje vårt eg i kraft av vår identitet i høve til andre, men i kraft av dei djupaste ønska og lengsla som skjuler seg under vår kvardagslege overflate. Det er som om desse djupare kjenslene pressar seg mot overflata og vårt medvit, og minner oss på det vi djupast sett er og opplever oss *som*. Og i kontakt med dette djupare i oss, får vi auge på vår eigen vilje. Den viljen som på underleg vis oppklarar våre kvardagslege grunning over uavklarte spørsmål og val, ved at vi straks kan få ei kjensle av å vite kva vi må gjere. Vi får auge på vår varigheit.

Den absolutte rene varighet er den form som vår bevissthetstilstanders suksjon antar når vårt jeg umiddelbart hengir seg til sine opplevelser, når det avholder seg fra å opprette noen form for skille mellom den nuværende tilstand og de tidligere tilstander. For å gjøre dette behøver det ikke å gå fullstendig opp i den fornemmelse eller idé som glir forbi, da det i så fall tvert imot ville holde opp med å vare. Det behøver heller ikkje

å glemme de tidligere tilstander: det er tilstrekkelig at det ved erindringen om disse tilstander ikke stiller dem ved siden av den aktuelle tilstand liksom et punkt ved siden av et annet, men lar dem slutte seg til denne, således som det skjer når vi erindrer oss de så å si sammensmeltede toner i en melodi. (Bergson 1990 s. 80)

Det vert tydeleg at den avvekslinga frå kvardagen vi søker gjennom friluftslivet ikkje berre er oppnådd av di vi fysisk er ein annan stad, men òg av at vi vert ført inn i ein meir eller mindre djupare del av oss. I det vårt overflate-eg i suggesjonen resignerar, lener vi oss tilbake til det som ”måtte komme” og våre handlingar pregast av meir av det spontane, impulsive og intuitive. I det vi oppgjev eller på anna vis trekk oss bort frå overflata, og trongen til å respondere og handle ”korrekt” på den ytre verdas krav og forventningar, kan vi oppleve stilla, som gjer at vi ser utfordringane vi har i kvardagen i eit nytt lys. Vi koplar av frå det overflatiske og tenkjande, og stiller oss meir opne for våre indre rørsler, i høve ytre impulsar. Med vår djupare oppleving av kven vi er, får vi nye perspektiv på sakene, og ser våre daglege utfordringar klarare. Og slik kjenner vi oss som nye og rekreera. Vi har oppdaga oss sjølve på nytt, og gledar oss over den gåva vi har fått av naturen.

Identifikasjon – frå det bestandige til det forandrelige

Når vi no har hevda at vi i naturen kan komme til å reflektere over oss sjølve på ein annan måte enn i kvardagen, ligg det i lufta at også våre omgivnader står fram i eit nytt perspektiv. At nordmenn i sitt friluftsliv ser noko anna i naturen, enn i sine omgivnader i kvardagen, kjem også fram i SSBs levekårundersøking. Her uttrykkjer nordmenn at det er noko særmerkt med å kunne få oppleve stemningar og landskap i naturen, og samstundes vert det hevda at det er mogleg å komme i samkjensle med naturen. Men kva er så særmerkt med relasjonen mellom menneske og natur?

I følgje Bergson møter vårt overflate-eg og vårt djupare-eg verda ulikt.

Overflate-eg grip i sin persepsjon det allmenne og kvantitative ved dei observera objekta. Det djupare-eg, derimot, grip om det subjektet opplever av kvalitetar i nærveret av objekta. Med den sympatiske sansen vår trer vi inn i våre omgivnader, og smeltar meir eller mindre i hop med desse. Dette står i kontrast med slik vi elles sansar omverda vår i arbeidsliv, skule og det sosiale liv. Vårt djupare-eg er meir relasjonell i sin veremåte, enn det refleksive overflate-eg-et, med evna si til å skape skilje og kategoriar i sin språklege omgang med andre menneske.

Gjennom sosialisering vert vi vane med språket som det verktøyet vi nyttar i samhandling med andre. Dette gjer at når vi i vår kvardag tenkjer over ting, reflekterer over våre omgjevnader med vårt overflate-eg, er det språket som talar i oss. Språket som orienteringsreiskap inneber derimot ei avgrensing. Det held oss i frå å oppdage noko nytt i våre relasjonar med omverda, av di språket er så avhengig av klart definerte omgrep og ord. Difor kan språket berre avdekkje det bestandige i materien.

ordet med sine tydelige bestemte konturer, det brutale ord som oppmagasinerer alt som vinnes av stabilt, felles og følgelig upersonlig i de menneskelige inntrykk, knuser eller i det minste tildekker våre individuelle bevissthets fine og flyktige inntrykk. (Bergson 1990 s. 101)

Det innhald vi finn i språket er berre det objektive ved fenomen. I språket når vi berre til forståing om det kvantitative og faste ved elementa, det som kan seiast å gjelde for alle artar i ein og same familie. Slik gjenkjenner vi og nemnar jord, eld, luft og vatn ved sine bestanddelar. Vi betraktar jorda som ei lausmasse, med eit visst innhald av vatn, luft, organisk og uorganisk materiale, samt mikroorganismar. Med eld tenkjer vi på kjemiske reaksjonar som får brennbart

materiale til å reagere med oksygen, med flamme eller lys som resultat. Luft har vi for vane å forstå som ein blandingsgass, som inneheld blant anna nitrogen, oksygen, edelgassar, og karbondioksid. Vatn kjenneteiknast som H₂O. Ei fargelaus veske som er ei molekylær samansetning av hydrogen og oksygen.

Dette er kort, kva vi forstår som jord, eld, luft og vatn. Vi lærer i skule og i arbeid ei sanning om desse elementa som baserar seg på ei kvantitativ oppsummering av det eigenskapane som er felles for fenomenen. Denne måten å forstå materie på er som nemnt nyttig i dei sosiale liva våre, men Bergson hevdar at dette kastar stillstand over all rørsle, og skapar ein illusjon av at alle fenomen er statiske. Denne måten å forstå fenomenen, som til dømes jord, eld, luft og vatn, skapar eit homogent rom, utan mangfald, rørsle og kvalitet.

Denne forståinga av omverda pregar også vår forståing av oss sjølve og dei indre kjennsgjeringane våre. Fordi vi med overflate-eg-et vårt instinktivt søker å uttrykke inntrykka våre med språket, anten for vår eigen refleksjon eller i kommunikasjon med andre, tømmer vi opplevingane for innhald. I det vi gir kjenslene våre fast form med språket, opphøyrar kjenslene å *vare*. I så måte følgjer det at vi ved å uttrykkje, eller ved at vi med det refleksive medvitet vårt forsøker å ordleggje oss om våre kjenslege opplevingar, skapar stillstand i vår eigen indre prosess og rørsle. I den overflatiske persepsjonen opplever vi både naturen og medvitstilstandane våre som meir eller mindre livlause. Vi trur gjerne at smakar, lukter og lydar alltid er like med seg sjølv, at dei tilhører rommet, og at vi dermed skal oppfatte desse likt for kvar gong. Om eg ein dag skulle smake på vatnet i krana heime, og berre eg opplevde smaken som forskjellig frå i går, uttrykkjer eg meg som om det var min smakssans som har spela meg eit puss, og smakar igjen for å bekrefte at eg tok feil. Vi har ei førestelling om at kvalitetar har dei same eigenskapar som rommets kvantitetar. Med overflate-eg-et vårt har vi ei von om at alt er bestandig, og at varigheit ved ting ligg i det romlege.

Ein kan seie at språket er stivna symbol for dei kvalitetane, verdiane eller eigenskapane orda eigentleg representerar. Følgjeleg er språket einaste første steg på vegen i erkjenninga av kva noko er, i kraft av å kunne rette merksemda mot noko nytt for den vankunnige. Språket og orda, og dei ålmenne oppfatningane desse ber med seg, er berre introduksjonar, og tener kun til ein viss grad vår personlege forståing av verda, ved å vise oss ei retning.

I friluftslivet derimot, opplever vi i naturen noko meir enn det bestandige i våre omgivnader. Vi tillet våre sansar å "lytte" på ein annan måte enn vanleg. Vi tek i bruk andre kunnskapsforråd enn det vi er vane med, og kan kjenne oss i stand til å avdekkjer andre ting, og meir i våre omgivnader, enn det vårt refleksive medvit kan klare. Vi kan oppleve at våre blikk strekk seg mot vidare perspektiv. At vi frå det djupare ser andre ting i oss sjølve og våre omgivnader, enn det vi har for vane å sjå etter i kvardagslivet. I naturen kan vi oppdage at det tillærte språket ikkje lenger talar i oss i persepsjonen vår. Vi får høve til sjølve å tre inn i dei kvalitetane som omgrepa jord, eld, luft og vatn er berarar av.

I det vår tankeverksemd meir eller mindre fell i svevn under vandringas monotoni, opnast vi for ei intuitiv og sympatisk sansing av våre omgivnader. Med sympatien meinast den evne vi har til å sette oss inn i anna liv. Ein sansemåte som er meir lyttande og anande, enn kognitiv og rasjonerande. Ei sanseakt der vi instinktivt eller spontant går i samstemming med våre omgivnader. Det vi avdekker då er ikkje lenger det kvantitative og bestandige.

Med suggesjonen og den påfølgjande rørsla inn i sympati og det djupare, vert vi open for ein kvalitativ nærleik til naturen. Når det djupare-eg går "bakom" den ytre verdas romlege overflate, og opnast mot verdas kvalitetar, er det ifølgje Bergson ikkje det språklege men det sympatiske i oss som talar til oss. Det er dei

kvalitative prosessane vi persiperar og som rører seg i oss, og ikkje overflatas stillestående bilete.

etterhvert som man graver seg ned under denne overflate, etterhvert som jeget igjen blir seg selv, opphører også dets bevissthetstilstander å stille seg ved siden av hverandre for tvertimot å gjennomtrenge hverandre, å smelte sammen med hverandre og å farves hver enkelt med alle de øvriges farvetoner. (Bergson 1990 s. 124)

I det djupare sidestiller og kategoriserar ikkje vårt medvit sin omverden, men let kvalitetane flyte i hop med kvarandre. I det vår tankeverksemd under suggesjonen opphørrar, og tek oss bort frå språkets rammer, tillet vi kjenslene og stemningane frå naturen å *vare* i oss. Ikkje berre observerar vi desse kvalitetane, men vi gjenkjenner oss sjølve i dei, og tillegger noko av oss i dei. Vi sympatiserar med våre omgivnader, og avdekker med dette det skallet som skjuler alle tings indre rørsle, og får auge på det forandrelege ved våre omgivnader, så vel som i oss sjølve. Våre subjektive opplevingar i friluftslivet avdekker det kvalitative ved naturen, og skapar for oss eit heterogent rom. Vi avdekkar verda som mangfaldig og ueinsarta, og kan sjå at vår oppfatning av verda endrar seg etter som både omverda og vi endrar oss. Ved suggesjonen inn i vårt djupare-eg, der vi gløymer oss sjølve, får vi fatt i vår eigen varigheit og går å samklang med varigheita i omgivnadane våre.

Med sympatien kan vi strekke oss lenger i forståinga vår av verda, enn det vi kan nå med språket, og det vert sjølvsagt nyttelaust å fullt ut forklare korleis naturen ter seg for oss frå dei djupare lag. I det vi i vårt friluftsliv har vore i samklang med naturen, og gjerne over lengre tid, kan vi oppleve at dei djupare opplevingane av naturen projiserer eit bilete eller ei ny forståing av naturen. Eit bilete av naturen som skil seg sterkt frå den overflatiske forståinga.

I naturmøta i friluftslivet har vi høve til å oppdage at vi ikkje gjenkjenner jord, eld, luft og vatn gjennom den objektive og statiske framstillingsmåten til språket. I naturen opplever vi ikkje omgivnadane som upersonlege kvantitetar, men personlege og subjektive kvalitetar. Vi gjenkjenner elementa ved sine organiske og dynamiske interaksjonar med sine omgivnader, og set desse i samanheng med oss sjølve. Vi identifiserar oss med våre omgivnader.

Ætt

Er du i ætt med bjørki,
greider du deg lenga,
du toler både vind og regn
og at marki bit ditt hår.
Men du vert ikkje like ljøs
og rak alltid;
skredbjørk
er knudrut og krøkt
og svart i riset.

Er du i ætt med fura,
greider du deg òg,
og di lenger di skinnare
du har det;
men du er skjøyrt i malmen
og tung i storm
og stur under snø.

Er du i ætt med finntoppen,
greider du deg lengst;
Flisgul og grøn i skjegget,
sint og seig som fan;
ingen ting bit på deg
- og ingen vil ha deg!

Olav H. Hauge(2000)

Når vi slitne etter eit par timars vandring i solskin, bøyer oss ned i bekken for å slokke vår tørst, kan vi oppleve vatnet si rørsle i terrenget. Vi opplev rennande vatn, som i sin ustanselege flyt, ikkje stoggar for steinen. På sin alltid framskridande vandring tilpassar vatnet seg sine omgivnader for å komme seg vidare, men set samtidig langsamt varige spor etter seg i stein, sand og jord.

Tørste og friske, reiser vi oss og held fram vår vandring med dette inntrykket av vatnet rungande i våre sinn. I den vidare vandringa vil vi kunne oppleve at desse inntrykka av vatnet smeltar i hop med våre øvrige sinnstilstandar i ein meir eller mindre flyktig tankeverksemd. Om vi så held vårt

refleksive medvit frå å sidestille og kategorisere inntrykka sine, og i staden vert verande i suggesjonens grep, vil sympatien instinktivt streve mot å setje vår betraktning av elva i samanheng med våre indre liv og rørsle. Sympatien i oss vil gjenkjenne dei same livsprosessar i oss sjølve som hjå vatnet. Lik vatnet er vi i rørsle, lik vatnet flyt vi mot eit ukjend mål, møtar vår motstand, stoppar opp, pressar på, for så å finne ein ny veg vidare. Vi tek form av og formar våre

omgivnader med små avtrykk og går vidare til neste. I kraft av vår flytande essens strevar vi etter å nå våre mest inderlege ønskjer.

Om vi tittar tilbake på Nikolai Astrup sit bilete *Vårnatt og Seljebakall*, ser vi frå vårt djupare-eg det personifisera seljebaket ikkje berre som ei projisering av våre førestellingar i naturen, men at denne mannsfiguren i baket *er* oss. Vi som baka, strekk oss mot frigjerung og utvikling i livets kamp. Etter vårsmeltinga vaknar vi frå vår vinterdvale, og lengtast mot sommar og utfalding.

Ein kan sei at vi gjenoppdagar den rørsla ved vatnet, eller seljebaket, som skulelærdomen kast stillstand over. Den forståinga av vatnet som i vår sosialisering meir eller mindre har vorte poda på vårt eg vert gjennomlyst, og vi *gjenoppdagar* vatnet og skapar ei forståing som fell meir saman med vår heile personlegdom. Denne nye erkjenninga av vatnet gir oss gjerne ei kvalitativ oppleving som skil seg i intensitet og djupn frå den tidlegare forståinga som basera seg på kvantitativ data. Det skjer ei føreflytting i vår forståing av omverda, som går frå det bestandige til det forandrelige.

Vi avdekker det kvalitative i oss, så vel som i våre omgivnader. Ved suggesjonen og rørsla inn i sympati, har vi høve til å oppdage det som er mangfaldig og alltid forandreleg og alltid i rørsle, i oss sjølve og tilveret. Lik naturen er vi i ein stadig utviklings- og modningsprosess, der vi alltid strevar mot å skape og gjenskape oss sjølve. Med våre djupare-eg søker vi alltid å avdekke nye sider ved oss sjølve og våre omgivnader, i jakt etter å forstå kven vi er og kva livet er. I motsetnad til det overflatiske i oss som søker kunnskapens forståing gjennom datainnsamling, søker vi med vårt djupare-eg meining med livet. Og meining avdekker vi gjennom stadig erkjenning av dei livsprosessane vi gjenkjenner i oss sjølve og våre omgivnader. Meining avdekkast i vår

livsutfalding i naturen, og vi veks og utviklar oss gjennom å stadig komme til ny erkjenning av dei kvalitetane naturen held fram for oss.

Kontemplasjonen og meditasjonen i friluftslivet

Påstanden min var innleiingsvis at arbeidslivet tvingast oss meir eller mindre til å vere formålsrasjonelle og fornuftige vesen, der vi først og fremst tek i bruk det analyserande og bereknande. Dermed utset vi oss for å betrakte verda som eit statisk og objektivt rom, meir eller mindre tømt for kvalitativt innhald. Vi må behalde den formålsrasjonelle fornufta for ikkje å verte fortapt i det flyktige og forvirrande grepet til kjenslelivet. Med dette utøvar vi vold mot vår menneskelege natur, som instinktivt strevar mot å ta i bruk heile vår personlegdom med sine viljar, drifter, kjensler og intuisjon. Vi amputerar våre liv ved å tilstadigheit dyrke berre ei side av oss sjølve, noko som før eller seinare vil føre til konsekvensar.

Med vitalismen vi finn hjå Bergson har eg forsøkt å gi eit bilete av korleis vi kan oppleve friluftslivet som avlastande, meinings- og fridomsskapande, ved å verte inn i eit kjensleg nærver med naturen. Gjennom aktivitetane i friluftslivet og evna naturen har til å suggerere vårt overflat-eg i svevn, vert vi leia inn i ei suksessivt djupare erkjenning av ikkje berre naturen, men også av oss sjølve. Suggesjonen rører oss bort frå det overflatiske og inn til det djupare, frå det kvantitative til det kvalitative og frå det stillestående til det kjensleg intense.

I naturen har vi høve til å virke med heile oss, og vi kan tillate oss å dyrke det kjenslege, viljesstyrde og intuitive, som vi kanskje saknar i kvardagslivet. I vandringa på fjellets vidder fell våre daglege tankar i svevn og vi opnast mot det kjenslege og sympatiske i oss. Ved å på dette viset å vedvare i samklang med naturen i vårt friluftsliv, kan vi oppleve å tre utanfor språkets allmenngjerande rammer. Vi avdekker ikkje lenger det kvantitative, objektive og bestandige ved naturen, men det kvalitative, subjektive og forandrelege. Med Bergson sine ord vert det homogene og einsformig rom i suggesjonen avdekka som eit heterogent og mangfaldig rom. På dette viset opnast vi mot ei meir fundamental erkjenning

av kven vi og naturen er. Vi oppdagar og gjenkjenner liv i naturen og oss sjølve, som noko utviklande og alltid skapande. Ei erkjenning som gir oss ei kjensle av å gjenskape eller gjenoppdage oss sjølve og våre omgivnader, som må seiast å vere rekreasjonens og kontemplasjonens føremål.

Vidare kjenner vi oss med dette friare i naturen når den ytre kvalitative og objektive forståinga av verda opphøyrar. Naturen leiar oss suksessivt inn til ei mental stille og glede, der dei ytre impulsar i mindre og mindre grad utøvar sine tvingande verknadar på oss. I det klokketida opphøyrar i takt med suggesjonen, har vi høve til å verte ført inn i gradar av kvalitativt fylde og liv. Eit fyldigare og fyldigare nærver av oss sjølve og naturen. Frå den heilt enkle gledeskjensle og avveksling til den eksistensielle sensasjon eller peak experience, om ein vil.

Vi har gjerne for vane å tru at glede er *ein* tilstand, som er meir eller mindre lik for kvar gong den kjem opp. Vi tenkjer på glede som *ei* kjensle, og kan fort gå glipp av det mangfald og variasjon ei glede rommar. Dette mangfaldet og det tidlause i gleda har eg ei tru på at mange på eit eller anna vis vert merksame på i naturmøta. At vi i heilage stunder forundrast over naturens og vår eigen indre rørsle, og på visse tidspunkt får vi auge på det kvalitative mangfaldet og den fargerikdomen og fylde som ligg i naturopplevingane.

Bergson sitt syn på persepsjon er at vi alltid kan vere i stand til å komme i samstemming med noko nytt i vår omgang med rommet. I det kvalitative og djupare i oss vert vi alltid pressentera ei ny verd. Naturen framheld for oss alltid ei ny stemning og nytt mysterium for oss å avdekke, sjølv om vi på overflata observerar *ein* natur, som framheld dei same kvantitetar. Både den overflatiske og den djupare røynda er tilgjengeleg i same no.

I naturmøtet vekkjast vi til ein kvalitativ og meir intens sansing av vår omverden, som leier vårt tilvere til *liv*. Vi kan oppleve at vi kjem nærare på sjølve livet, som alltid er i rørsle og endring. Friluftslivet har potensiale til å innvie oss i livets skapande prosessar, slik at vi kan gjenkjenn oss sjølve som ein skapande, og ikkje statisk, eksistens. Vi kan verte mint på at livet er ei ustansleg rørsle og ein ustansleg modningsprosess, der vi heile tida lengtar etter å utfalde oss i verda. Kva for glede er vel større enn å skape, erkjenne og utvikle oss sjølve som menneske?

For å forstå friluftsliv og naturoppleving kan ein konkludere med at ein ikkje *må* vende seg mot vitalismen. For å vinne forståing om dei gåvene vi får gjennom naturmøtet, vil eg med denne oppgåva hevde at ein må ta i bruk same retorikk og dei same forklaringsmodellane som ein nyttar i forståinga av kunst, musikk og lyrikk. Vi må kanskje gripe om ord og fenomen som rytme, sympati, intuisjon, sjel, samkjensle, det evige, sinnsbevegelse, kjensleliv og estetikk for å kunne trenge gjennom opplevingane og uttrykkje friluftslivets gleder. Vi må søkje å gå inn i oss sjølve og komme til medvit om den rørsla som går føre seg der, i våre naturmøte. For sosiologien og naturvitskapen kan ikkje gjere dette åleine.

Referanser

- (2009). Naturopplevelse, friluftsliv og vår psykiske helse: rapport fra det nordiske miljøprosjektet "Friluftsliv og psykisk helse". [Oslo], Miljøverndepartementet.
- Bergson, H. (1990). Tiden og den frie vilje: en undersøkelse av de umiddelbare indre kjensgjerninger. H. Kolstad. Oslo, Aschehoug: 314 s.
- Bergson, H., A. Aarnes, et al. (1989). Den filosofiske intuisjon: to essays. Oslo, Gyldendal.
- Bischoff, A. (2005). Stien i ytre og indre landskap: 20.
- Burwick, F. and P. Douglass (1992). The Crisis in modernism: Bergson and the vitalist controversy. Cambridge, Cambridge University Press.
- Eriksen, T. B. (2002). Undringens labyrinter. Oslo, Universitetsforl.
- Eriksen, T. H. (2007). Øyeblikkets tyranni: rask og langsom tid i informasjonssamfunnet. Oslo, Aschehoug.
- Hamsun, K. (2001). Markens Grøde, Gyldendal.
- Hamsun, K. (2006). Mysterier, Gyldendal.
- Hanssen, L. O. (2009). En skole mellom mekanisme og vitalisme. Om innføringen av PALS i skolen. Masteroppgave i Statsvitenskap., Universitetet i Tromsø.
- Hasle, S. (2004). Vitalisme - fænomen og begreb, Gyldendal, København.
- Hauge, O. H. (2000). Dikt i samling. Oslo, Samlaget.
- Hegge, H. (1993). Mennesket og naturen: naturforståelsen gjennom tidene, med særlig henblikk på vår tids miljøkrise. Oslo, Antropos.
- Klingberg Larson, S. and L. Nilsen (2003). Stress og helse: stressutløst utmattelse og utbrenthet. Oslo, Gyldendal akademisk.
- Kolstad, H. (2007). Besinnelse: naturfilosofiske essays. Oslo, Humanist forl.
- Langseth, T. (2003). Bidrag til forståelsen av fjellturens meningsfulle oppbygning: en hermeneutisk fenomenologisk analyse av det å gå aleinei fjellet. Bergen, [T.Langseth]: 153 s.
- Linde, U., E. Munch, et al. (2007). Edvard Munch og Thielska galleriet. Oslo, Labyrinth Press.
- Loge, Ø. (1993). Gartneren under regnbuen: hjemstavnskunstneren Nikolai Astrup. Oslo, Grøndahl Dreyer/De Norske bokklubbene.
- Meisingset, K. "D. H. Lawrences forståelse av det gode liv." <http://meisingset.blogspot.com>.
- Nietzsche, F. (1999). Ecce homo: hvordan man blir det man er. [Oslo], Gyldendal.
- Nietzsche, F. (1999). Slik talte Zarathustra. [Oslo], Gyldendal.
- Nietzsche, F. and A. Haaland (1993). Tragediens fødsel. Oslo, Pax.
- Odden, A. (2008). Hva skjer med norsk friluftsliv?: en studie av utviklingstrekk i norsk friluftsliv 1970-2004. Trondheim, Norges teknisk-

- naturvitenskapelige universitet, Fakultet for samfunnsvitenskap og teknologiledelse, Geografisk institutt. **2008:289**: 318, 316 s.
- Sande, J. (1992). Sjømannen Jakob Sande: brev og dikt. Oslo ; [s.l.], Samlaget ; I samarbeid med Jakob Sande-selskapet.
- Schopenhauer, A. and J. F. Bjelke (1988). Verden som vilje og forestilling: Arthur Schopenhauers hovedverk. Oslo, Solum.
- Tordsson, B. (2003). Å svare på naturens åpne tiltale: en undersøkelse av meningsdimensjoner i norsk friluftsliv på 1900-tallet og en drøftelse av friluftsliv som sosiokulturelt fenomen. Oslo, Norges idrettshøgskole, Institutt for samfunnsfag: VIII, 478 s.
- Yogananda, P. (2003). Autobiography of a Yogi, Self-Realization Fellowship.
- Østerberg, D. (1990). Handling og samfunn: sosiologisk teori i utvalg. Oslo, Pax.
- Østerberg, D. (2001). Det moderne: et essay om Vestens kultur 1740-2000. [Oslo], Gyldendal.
- Østerberg, D. (2005). Jean-Paul Sartre: filosofi, kunst, politikk, privatliv. [Oslo], Gyldendal.