

Vandring och pilgrimsfärd – två resor på samma stig?

En komparativ studie mellan vandrarens
och pilgrimens förhållningssätt till
och upplevelse av naturen

Camilla Arnlund & Karin Hederyd

IDROTTSHÖGSKOLAN
I STOCKHOLM
Examensarbete 38:2005
Lärarytildningen 2001-2006
Handledare: Pia Lundquist Wanneberg

Walking and pilgrim journeys – two trips on the same path?

A comparative study between the
wanderer's and the pilgrim's relationship to
and experience of nature

Camilla Arnlund & Karin Hederyd

STOCKHOLM UNIVERSITY COLLEGE OF
PHYSICAL EDUCATION AND SPORT
Graduate essay 38:2005
Teacher program 2001-2006
Supervisor: Pia Lundquist Wanneberg

Sammanfattning

Syfte och frågeställningar

Syftet med uppsatsen är att studera företeelserna friluftsliv i form av vandring och pilgrimsfärder. Det ovan nämnda syftet har lett fram till följande frågeställningar: vilka likheter och skillnader finns mellan vandrarens och pilgrimens förhållningssätt till naturen samt vilka likheter och skillnader finns mellan vandrarens och pilgrimens naturupplevelse.

Metod

Den komparativa studien med ett hermeneutiskt förhållningssätt vilar på ett syfte som mynnar ut i två olika frågeställningar. Behandling av för studien relevant material samt fyra kvalitativa intervjuer (två vandrare och två pilgrimer) har genomförts för att få den erforderliga kunskap om problemområdet som krävs för att uppnå syftet med uppsatsen samt besvara de två frågeställningarna. Urvalet av intervjupersoner är baserat på personernas goda kunskap och vana av respektive aktivitet.

Resultat

Resultaten visar att intervjuade vandrare och pilgrimer ser naturen som en estetisk plats där bland annat tid till eftertanke, avkoppling, delande och andlighet ges. Genom regelbunden vandring och pilgrimsfärd möjliggörs mötet med naturen och människan ses som en gäst men samtidigt som en del av naturen. Glädjen av att kunna ta del av det naturen erbjuder i form av svamp och bär är stor men det kommer inte främst. Naturupplevelsen uttrycks med variation och saker som omnämns är bland annat växande natur med dess vatten, djur, färg, form, delande, storslagenhet och Gud. Samtliga respondenter betonar sinnenas betydelse för naturupplevelseregistrering. Faktorer med en negativ inverkan på naturupplevelsen är bland annat nedskräpning och miljöförstöring medan åsikterna går isär beträffande väderförhållandenas påverkan.

Slutsatser

Studiens resultat visar att förhållningssättet till och upplevelsen av naturen uppvisar stora likheter vandrarna och pilgrimerna emellan. Förklaringen till detta tros ligga i samtliga respondenters positiva erfarenhetsbakgrund av att vistas i naturen och ett genuint intresse för naturliv. De förhåller sig till naturen på ett mycket anpassande sätt och mår bra i både kropp och själ av att vistas i den. Det är framförallt den gudliga aspekten som skiljer vandrarna och pilgrimerna åt.

Abstract

Aim

The aim of this study is to examine walking and pilgrim journeys as two occurrences of outdoor life. On the basis of the aim mentioned above two questions at issue have been stated: what similarities and differences occur between the wanderer's and the pilgrim's relationship to nature and what similarities and differences occur between their experience of nature.

Method

The comparative study is hermeneutic in its character and is based on an aim that ends in two different questions at issue. Relevant material has been analysed and four qualitative interviews (two walkers and two pilgrims) have been carried out to get the knowledge needed to reach the aim of the study and to be able to answer the two questions at issue. The selection of respondents is based on their good knowledge and experience of walking and pilgrim journeys.

Results

The results show that the interviewed wanderers and pilgrims look at nature as an aesthetic place of among other things reflecting, relaxing, sharing and spiritual experiences. The contact with nature is enabled through regular walking and pilgrim journeys and the human being is seen as a guest but at the same time as a part of nature. The joy of being able to take part of what nature offers such as mushrooms and berries is big but is not primary. The enjoyment of the countryside is variously expressed and things that are mentioned are among other things growing nature with its water, animals, colours, shapes, sharing, greatness and God. All the respondents emphasize the importance of the senses in the registration of nature experience. Factors with a negative influence on the experience of nature are among other things littering and pollution while opinions differ concerning the influence of weather conditions.

Conclusions

The results of the study prove that the relationship to nature and the experience of nature show big similarities between wanderers and pilgrims. The belief is that the explanation is due to the positive background of nature experience and the genuine interest in outdoor life among all the respondents. They relate to nature in a very adaptive way and feel good in both body and mind by being in the countryside. Above all it's the religious aspect that separates the pilgrims from the wanderers.

Förord

Vår förhoppning är att denna studie ska locka till läsning och skapa ett intresse för undersökta företeelser och i förlängningen hur dessa aktiviteter kan bidra till en förbättrad hälsa hos människor.

Vi vill samtidigt passa på att tacka alla de personer som hjälpt oss i vårt arbete och gjort det möjligt att genomföra studien. Vi vill rikta ett speciellt tack till vår handledare Pia Lundquist Wanneberg för en entusiastisk handledning och ett stort engagemang i syfte att höja nivån på Idrottshögskolans uppsatser. Vi vill även tacka studiens respondenter som helhjärtat ställt upp på våra intervjuer och bidragit med mycket värdefulla kunskaper och åsikter. Vidare vill vi tacka våra hjälpsamma friluftslivslärare Carl-Johan Thorell och Jan-A Aspelin för förmedlande av oskattbara kontakter och ett stort stöd. Till våra sambos vill vi också rikta ett tack för support och tips under resans gång. Sist, men inte minst, vill vi tacka varandra för ett gott samarbete som under tio veckor krävt mycket tankeverksamhet men framförallt bidragit till mycket nöje och skratt!

Stockholm den 20 april 2005

Camilla Arnlund

Karin Hederyd

Innehållsförteckning

1 Inledning	2
1.1 <i>Introduktion</i>	2
1.2 <i>Forskningsläge</i>	3
1.2.1 <i>Förhållningssätt till naturen</i>	4
1.2.2 <i>Naturupplevelse</i>	5
1.3 <i>Syfte och frågeställningar</i>	9
1.4 <i>Teoretiska utgångspunkter</i>	10
1.4.1 <i>Svensk modell för friluftsstilar</i>	10
1.4.2 <i>Norsk modell för friluftsstilar</i>	11
1.4.3 <i>Pilgrimens sju nyckelord</i>	13
1.5 <i>Metod</i>	15
1.5.1 <i>Val av metod</i>	15
1.5.2 <i>Intervjuer</i>	15
1.5.3 <i>Reliabilitet och validitet</i>	17
2 Resultat.....	19
2.1 <i>Förhållningssätt till naturen</i>	19
2.1.1 <i>Vandrarrens förhållningssätt till naturen</i>	19
2.1.2 <i>Pilgrimens förhållningssätt till naturen</i>	20
2.2 <i>Naturupplevelse</i>	22
2.2.1 <i>Vandrarrens naturupplevelse</i>	22
2.2.2 <i>Pilgrimens naturupplevelse</i>	24
2.3 <i>Resultatsummering</i>	26
3 Sammanfattande diskussion.....	28
3.1 <i>Skäl till vandring/pilgrimsfärd</i>	28
3.1.1 <i>Likheter</i>	28
3.1.2 <i>Skillnader</i>	28
3.2 <i>Vandrarrens/pilgrimens förhållningssätt till naturen</i>	29
3.2.1 <i>Likheter</i>	29
3.2.2 <i>Skillnader</i>	31
3.3 <i>Naturupplevelse av vandring/pilgrimsfärd</i>	32
3.3.1 <i>Likheter</i>	32
3.3.2 <i>Skillnader</i>	36
3.4 <i>Avslutande diskussion</i>	36
3.5 <i>Förslag till fortsatta studier</i>	37

Käll- och litteraturförteckning

- Bilaga 1** Beskrivning av respondenterna
- Bilaga 2** Intervjufrågor till vandrare/pilgrim
- Bilaga 3** Käll- och litteratursökning

1 Inledning

1.1 Introduktion

I alla tider har människor vandrat. Ett exempel är vallfärden, en religiös sed som återfinns i olika religioner och förenar religiösa människor oavsett kultur.¹ Under medeltiden pilgrimsvandrade nästan hälften av Europas myndiga befolkning och vandringen gick åt två håll. De som vandrade *inåt* var de som sökte sig ut i öknen eller in bland skogarna. Det som eftersöktes var livets mening och gud själv. De som valde att vandra *utåt* gick in mot städerna och byarna och dessa personer, som ofta var missionärer eller tiggarmunkar, fungerade som själavårdare, läkare och predikanter.² Pilgrimsvandringarna sågs som en möjlighet att möta verkligheten istället för att fly ifrån den.³

Begreppet pilgrim har sina rötter i latinets *Peregrinus* och stod från början för en person som var bosatt utanför Roms stadsgränser. När kyrkan tog över begreppet så var en pilgrim detsamma som en kristen person. I Sverige förbjöds pilgrimsfärderna år 1544 av Gustav Vasa då han menade att vandrandet kunde urarta till ett ansvarslöst vagabondliv. Idag, snart 500 år senare, har vandringen återigen börjat tillta.⁴

De religiösa vandringarna mynnade ut i nya aktiviteter med närhet till naturen. De första formerna av friluftsliv härrör sig från 1700-talets naturromantik. Det var dock först kring sekelskiftet 1800-1900 som friluftslivet fick sin stora etablering.⁵ Övertygelsen om att friluftslivet kunde ge en förbättrad hälsa både mentalt och fysiskt var stor. Konstnärer som Bruno Liljefors samt upptäcktsresande som A E Nordenskiöld var viktiga inspiratörer till det fördjupade naturintresset. I takt med en ökad urbanisering och industrialisering blev fritiden alltmer viktig. Kortare arbetstider, förbättrad materiell standard och en utbyggd infrastruktur möjliggjorde en större tillgänglighet till friluftsliv. Områdena turism, rekreation och friluftsliv blev politiskt viktiga och flera betydelsefulla natur- och friluftsförbund grundades i

¹ <pilgrimscentrum@svenskakyrkan.se>Pilgrimens själ: Pilgrimshistoria, 2004-10-07
<<http://pilgrimscentrum.org>> (2004-11-08).

² Per Anders Sandgren, "Pilgrimsvandring – vandring på annorlunda vis", i *De hundra kyrkornas ö 1959-1999*, red. Maud Lundin (Visby: Stiftssamfälligheten i Visby Stift, 1998), s. 45-49.

³ <pilgrimscentrum@svenskakyrkan.se>Pilgrimens själ: Pilgrimshistoria, 2004-10-07
<<http://pilgrimscentrum.org>> (2004-11-08).

⁴ Hans-Erik Lindström, *Det sjunger under skosulorna – om livet som pilgrimsvandring* (Stockholm: Verbum Förlag AB, 1997), s. 14-17.

⁵ Bengt Johansson, *Natur och friluftsliv* (Stockholm: Liber AB, 1999), s. 147-148.

Sverige, däribland Svenska Turistföreningen år 1885.⁶ I dagens stressade och stillsittande samhälle är behovet av lugn och rekreation i naturnära miljöer allt viktigare. Friluftsliv har därför kommit att bli en av vårt lands största fritidssysselsättningar.⁷

Vid ett besök i Vadstena klostrets Pilgrimscentrum under våren 2004 fick vi upp ögonen för pilgrimer och pilgrimsfärder. Det finns ett flertal pilgrimsleder i Sverige, däribland Klosterleden kring Vättern samt den nyinvigda Dag Hammarskjöldleden i Abisko. En pilgrimsfärd, som vanligtvis pågår under flera dagar, följer ett visst förutbestämt schema och leds av en ”kartläsare” för den yttre färden och en andlig ledare för den inre färden. Färden sker under enkla förhållanden där pilgrismässor och bönestunder är två viktiga inslag.⁸

Utifrån en ytlig betraktelse finns beröringspunkter mellan friluftslivets vandringar och pilgrimsfärder. Denna studie kommer mer ingående att undersöka likheter och skillnader beträffande vandrarens respektive pilgrimens förhållningssätt till och upplevelse av naturen.

1.2 Forskningsläge

Eftersom det är förhållningssättet till och upplevelsen av naturen som fokuseras i denna studie har följande avsnitt disponerats efter den ansatsen. Påpekas bör dock att det inte finns vattentäta skott mellan dessa begrepp utan gränsen är flytande. Inledningsvis följer ett mer allmänt avsnitt om friluftsliv.

Från och med 1970-talet och framåt ökade miljö- och naturintresset dramatiskt och blev samhällspolitiskt viktigt, bland annat med nya miljöorganisationer som följd (Greenpeace bildades år 1971).⁹ Samtidigt gick utvecklingen även åt ett annat håll. Friluftslivet fick parallellt med den ”traditionella” formen en ny sådan med inriktning mot det äventyrliga, kommersiella och trendiga. Dessutom skedde en viss materialisering med krav på specialutrustning mm. Detta gjorde i sin tur aktiviteterna dyrare att utöva. Gränsdragningen mot idrott blev svårare i och med nya aktiviteter såsom slalom, snowboard och klättring. Som

⁶ Erik Backman, ”Friluftsliv i skolan”, i *Mellan nytta och nöje, Bilder av ämnet idrott och hälsa*, red. Håkan Larsson, Karin Redelius (Stockholm: Idrottshögskolan, 2004), s. 174., Klas Sandell, ”Friluftsmotiv förr och nu”, *Tidskrift i Gymnastik & Idrott* (1999:9), s. 33.

⁷ Johansson, s. 12.

⁸ <pilgrimscentrum@svenskakyrkan.se> Pilgrimsliv: Pilgrimsvandringar: Pilgrimsvandringar 2004 <<http://pilgrimscentrum.org>> (2004-11-08).

⁹ Backman, s. 175.

motvikt mot det trendiga blev en tydlig miljöprofilering kännetecknande för de traditionella friluftorganisationerna.¹⁰

Inom området friluftsliv har det således skett en ökad differentiering. Det traditionella och enkla friluftslivet är fortfarande den form av friluftsliv som dominerar beträffande främjande av hälsa och livskvalitet men samtidigt är det de mer äventyrsbetonade aktiviteterna med friluftsanslutning som ökar mest bland ungdomar. Denna mångfald kan anses vara karaktäriserande för nutidens friluftsliv.¹¹

1.2.1 Förhållningssätt till naturen

Något som alltid varit problematiskt är människans förhållande till naturen.

Friluftslivsforskaren Klas Sandell och idéhistorikern Sverker Sörlin menar att gränsdragningen mellan ”kultur” och ”natur” – människans förhållningssätt till naturen – är suddig och flytande och därför kan diskuteras under rubrikerna natursyn (vad människan föreställer sig) och naturnyttjande (vad människan företar sig). Natursynen i en jägar/samlarkultur skulle kunna karaktäriseras av fruktan, respekt, enhet, helhet och ett behov av att göra naturpåverkan rättmätig. Den praktiska relationen till naturen skulle kunna beskrivas som en anpassning till omgivningen och dess förändringar (årstider, djurs förflyttningar etc.) med ett stort rörlighetsbehov och begränsade materiella ägodelar som följd. Natursynen i den förindustriella jordbrukskulturen kännetecknas av fruktbarhetsmyter (”Moder Jord”) och en mer särskiljande respekt för naturen – en skillnad mellan ”natur” och ”kultur” (vilda djur kontra tamboskap, ogräs kontra kulturväxter etc.). Det praktiska naturnyttjandet inom jordbrukskulturen innebär dels en anpassning *till* landskapet (åkerbruk, ängsslåtter, jakt och fiske mm) och dels en anpassning och specialisering *av* landskapet (inhängning av åkermark mm).¹²

Sandell och Sörlin har även undersökt vad som är karaktäristiskt för vår tids urbaniserade industrisamhälle beträffande natursyn och naturnyttjande. Framstegstanken, dvs. att se naturen som en maskin och en stegvis ökande distansering, är kännetecknande för natursynen. Romantisering/estetisering, dvs. behovet av att försöka finna och njuta av det vackra och äkta, är ytterligare ett kännetecken. Det praktiska naturnyttjandet karaktäriseras främst av en

¹⁰ Johansson, s. 150-151.

¹¹ Sandell, 1999:9, s. 34.

¹² Klas Sandell, Sverker Sörlin, ”Inledning”, i *Friluftshistoria, Från ”hårdande friluftsliv” till ekoturism och miljöpedagogik*, red. Klas Sandell, Sverker Sörlin (Stockholm: Carlsson Bokförlag, 2000), s. 11-12.

landskapsanpassning till ett storskaligt utbyte av varor. För industrisamhällets majoritet är mer reella upplevelser av skog och mark förpassade till fritiden. Nutidens människa lever i ett ”ur-väggen-samhälle” vilket innebär att de viktiga förbindelserna till naturens kretslopp går in och ut genom väggen (vattenledningar, elkablar och avloppsrör mm). Den motström som vuxit fram är den så kallade ”ut genom väggen” – ut till ett ansträngande, naturnära och primitivt liv bland skog, fjäll och ändlösa horisonter.¹³

I en dansk undersökning från år 2002 analyserades naturens betydelse för den danska befolkningen. Skog- och landskapsforskarna Berit C. Kaae och Lene Möller Madsen konstaterar att människor har olika grundläggande uppfattningar om naturen, naturen ses med olika ”glasögon”. En relativt liten grupp människor ser naturen primärt som en resurs som människan kan kontrollera och utveckla. En större grupp ser istället människan som en del av naturen och underordnad dess utveckling. Många har dock en mer sammansatt syn på människans roll i förhållande till naturen.¹⁴

Konstateras kan utifrån ovanstående forskning att naturen kan uppfattas på olika sätt: som en resurs, en maskin, en arena, något som människan är en del av etc. Frågan är hur nutidens vandrare och pilgrimer förhåller sig till naturen.

1.2.2 Naturupplevelse

Friluftsliv är ett begrepp som under åren haft många olika definitioner. En av de definitioner som återfinns idag är Friluftsförbundet. Denna handlar om att ”vistas i naturen på ett sådant sätt att det ger naturupplevelser, rekreation och motion”.¹⁵ En annan definition har presenterats av den inom kulturdepartementet så kallade ”Friluftsgruppen” och anses vara den officiella svenska definitionen av friluftsliv: ”Vistelse och fysisk aktivitet utomhus för att uppnå miljöombyte och naturupplevelse utan krav på prestation eller tävling.”¹⁶ I Norge, som är ett föregångsland beträffande friluftsliv, har friluftslivsforskaren Björn Tordsson lagt fram sin definition: ”Friluftsliv är färdsl och liv i nära kontakt med den fria naturen, där huvudsyftet är upplevelser och erfarenheter.”¹⁷ Friluftsliv kan således vara alltifrån

¹³ Sandell, Sörlin, 2000, s. 11.

¹⁴ Berit C Kaae, Lene Möller Madsen, ”Holdninger og ønsker til Danmarks natur”, i *Naturens værdi, Vinkler på danskernes forhold til naturen*, red. Peder Agger, Anette Reenberg, Jeppe Laessøe, Hans Peter Hansen (Köpenhamn: Gads Forlag, 2002), s. 231.

¹⁵ Backman, s. 176.

¹⁶ Ibid., s. 176.

¹⁷ Björn Tordsson, *Perspektiv på friluftslivets pedagogik* (Bö, Högskolen i Telemark, 1993), s. 32.

skidåkning på längden, vandring och jakt till slalom, motorbåt och skoteråkning. Det som samtliga dessa definitioner dock har gemensamt är naturupplevelsen. Vad innebär då begreppet naturupplevelse, vad upplever människan i naturen och vilka upplevelser söks?

Tordsson har bearbetat den norska synen på upplevelse. I sitt arbete behandlar han upplevelsens uppkomst, utveckling och varande kopplat till den norska natursynen och naturtraditionerna. Tordsson fokuserar på naturupplevelse ur ett historiskt perspektiv som förståelsen av naturen fylld av symboler, färger och intryck, dvs. kvaliteter som bör upplevas.¹⁸ Att uppleva natur innebär att skapa en tolkande förståelse av naturen och urskilja vad som är viktigt för sig själv: ”det som naturen viser for oss, avhenger av hvem vi er. Den sannhet som naturen roper, er sannheten om meg. Dermed er naturopplevelse i friluftsliv personlig også i den forstand, at det bilde av natur jeg vinner refererer tilbake til meg.”¹⁹ Tordsson definierar upplevelsen inom friluftsliv som ett sätt att förena intryck, upplevelser och handlingar till en meningsfull och personlig helhet.²⁰ ”Naturopplevelser er samtidigt å oppleve seg selv i og gjennom situasjonen. Å oppleve natur er å oppleve hva det er å vare i naturen.”²¹

Friluftslivsforskaren Kirsti Pedersen betonar i sin avhandling om norskt friluftsliv att vår erfarenhetsbakgrund och tolkningsram påverkar hur vi tolkar och upplever naturen. Även det kulturella kapitalet som vi bär med oss i ryggsäcken samt hur vistelsen/aktiviteten i naturen förlöper spelar en viktig roll.²² Pedersen uttrycker de för henne centrala delarna inom friluftsliv som följer: ”Naturkontakt och naturopplevelser gjennom sansning og bevegelse i varierte naturmiljøer er kjernelementer i friluftsliv”. En orörd natur med porlande bäckar, fjäll och älvar är en attraktiv upplevelse som upplevs vild, dramatisk och vacker. Miljöer som dessa med en klar naturkänsla blir en slags motsats till dagens samhälle och utvecklade värld. Naturupplevelsen blir inte lika betydelsefull i miljöer som är starkt präglade och tillrättalagda av oss människor, exempelvis stadsparkar eller planterade skogar.²³

¹⁸ Björn Tordsson, *Å svare på naturens åpne tiltale* (Oslo: Norges Idrettshogskole 2003), s. 389-390.

¹⁹ *Ibid.*, s. 393.

²⁰ Björn Tordsson, ”Om friluftsliv som naturforståelse og om friluftslivets egenart” i *Har fjellet ansikt?* - *Naturfilosofiske essays*, red. Hans Kolstad (Norge 2000), s. 191.

²¹ Tordsson, 2003, s. 404.

²² Kirsti Pedersen, ”På sporet av et mangfold av friluftslivsstiler”, i *Ud i det fri – Sport, turisme og friluftsliv: Idraetshistorisk årbog 1995 11. årgang* (Odense: Odense universitetsforlag, 1995), s. 33.

²³ Kirsti Pedersen, *Det har bare vart naturligt*. Friluftsliv – enteressemotsetninger og mangfold, Dr grads avhandling, NIH 2000, s. 32.

Som kontrast mot ovanstående resonemang skriver fysiologen Peter Schantz i en rapport framtagen av FRISAM att begreppet naturupplevelse inte enbart innefattar naturbaserade upplevelser. Stora delar av det svenska landskapet är idag mer eller mindre kulturpräglad vilket leder till att många naturupplevelser har en mer kulturell dimension. Man kan se natur och kultur som två samverkande faktorer i vårt landskap.²⁴

Ytterligare en aspekt på detta resonemang kommer från natur- och miljöprofessorn Sigmund Hågvar. Han uttrycker: ”At opleve natur - det er lige så meget et spørgsmål om personen som om naturen. Naturoplevelse er et vekselspill. En rig natur ger ingen garanti for en rig naturoplevelse...”.²⁵

Kaae och Möller Madsen kom i sin ovan nämnda undersökning fram till att det finns fem huvudmotiv till att besöka naturen, däribland naturupplevelse, lugn och ro samt stärkande av familjeband. Genom naturbesök uppfylls det upplevelsemässiga behovet. Naturen upplevs av människor på många olika sätt. En stor grupp upplever naturen genom sinnena, de upplever naturens dynamik och i naturen ges tid till eftertanke. En annan grupp upplever naturen primärt som ett socialt rum medan en mindre grupp upplever naturen som något av människan orört. Den minsta gruppen upplever naturen som ett rum för tankar och religiös reflektion. Naturen spelar en mycket varierad roll i människors vardagsliv. Många upplever naturen som en del av vardagslivet och som en identitetsskapande faktor, medan vissa ser på naturen som en form av bakgrund, dvs. den finns överallt och är inte fascinerande i sig. För många är dock upplevelsen av naturen en blandning av dessa båda synsätt.²⁶

En plats skönhet har inte enbart grund i platsens fysiska egenskaper utan är en hävdvunnen uppfattning etablerad av besökare, texter, berättelser och bilder. Sverker Sörlin menar att naturupplevelsernas Sverige består av ett stort men likväl begränsat antal sådana överenskomna platser. Några exempel är Stockholms skärgård, Sareks fjällvärld och Höga kusten. Troligtvis krävs vissa egenskaper för att göra en plats lockande för naturumgängets utövare. Dock är antalet platser med sådana egenskaper betydligt fler än de som får en plats på naturupplevelsens ”mentala karta”. Friluftslandskapet vilar på en rad konventioner om vad

²⁴ Peter Schantz, ”Definitioner, perspektiv och avgränsningar”, i *Forskning och utbildning inom friluftsliv, Utredning och förslag*, red. Peter Schantz, Ulf Silvander (Hägersten: FRISAM, 2004), s. 22.

²⁵ Terkel Berg-Sorensen, ”Naturoplevelser! – Hvad vil det sige?”, i *Friluftsliv og Naturoplevelser*, red. Terkel Berg-Sorensen (Dansk Forum for Natur- og Friluftsliv, 1997), s. 48.

²⁶ Kaae, Möller Madsen, s. 230-231.

som är värt att se och besöka samt vilka platser som erbjuder de bästa naturupplevelserna under olika delar av året. Friluftslandskapet ingår i sin tur i det större nationallandskapet som etableras genom en kulturell process. Viktiga inslag i denna process är förmedlade intryck från resenärer och rapportörer som förs över i de genrer som fastställer landskapets ordning. Exempel på genrer är skolböcker (t ex Nils Holgerssons underbara resa) och turistguider.²⁷ Vi menar att även naturfenomen kan vara turistlockande företeelser. Exempel på attraktiva naturfenomen är bland annat midnattssol och norrsken. Med utgångspunkt från detta är frågan om mytomspunna platser och naturfenomen påverkar naturupplevelsen och om dessa platser primärt väljs som arena för utövande av vandring och pilgrimsfärd.

I sin undersökning om moderna svenskars syn på människans plats i naturen refererar psykiatri- och livsåskådningsforskaren Nils Uddenberg till tankar ur boken *Om heligheten* av Owe Wikström, professor i religionspsykologi. Dessa tankar handlar om att människans behov av helighetsupplevelser inte har upphört trots urholkningen av kristendomen och kyrkans auktoritet. Det är snarare så att det finns ett ökat behov av att uppleva det större och beständigare än de flyktiga kontakter och skiftande relationer till människor, landskap och ting som dagens tillvaro erbjuder. Människor av idag har i regel skilda erfarenheter vilket gör att de kollektiva riterna inte längre fyller samma funktion som förr. Det sker en privatisering av "det heliga". En av de företeelser som Wikström pekar på som förmedlare av existentiella och religiösa upplevelser är naturen. Detta resonemang knyter an till teorier av religionsforskarna Rudolf Otto och Mircea Eliade som menar att religiösa upplevelser är uttryck för en primär mänsklig förmåga eller en allmänmänsklig längtan snarare än sekundära uttryck för i grunden sociala eller psykologiska behov. Med andra ord så föds människor med anlag för religiösa upplevelser, de har en slags förmåga snarare än ett behov. Det är genom sinnen som "det heliga" kan nås. Via öron och ögon kan kontakt tas med det heliga. Naturens överflöd av färger, former, ljud och dofter skapar en överväldigande känsla. Den skiftande mångfalden bland naturens livsformer manar till ödmjukhet. I de intervjuer som Uddenberg genomfört i sin studie framkommer tydliga kopplingar mellan naturupplevelser och religion. Viktiga skäl till att flera av respondenterna söker sig till skogar, berg, sjöar och stränder är kombinationen av ro, återhämtning och rekreation samt kontakten med något varaktigare och mäktigare än människan. Detta är centralt i många människors naturupplevelse. Majoriteten av undersökningens deltagare uppger att de blir harmoniska av

²⁷ Sverker Sörlin, "Upptäckten av friluftslandskapet", i *Friluftshistoria, Från "hårdande friluftslif" till ekoturism och miljöpedagogik*, red. Klas Sandell & Sverker Sörlin (Stockholm: Carlsson Bokförlag, 2000), s. 16-21.

att vistas i skog och mark. Uddenberg betonar vikten av naturupplevelser och dess sinnliga omfång: ”Ofta har sådana upplevelser en dimension som bäst kan beskrivas som religiös”. För att sätta ord på känslan och upplevelsen av naturen används inte sällan det ”religiösa språket” med ord som t ex helig.²⁸

Vidare menar Uddenberg att naturen kan användas på mer eller mindre förbrukande sätt och presenterar två former av naturupplevelser: ”konsumerande” och ”icke-konsumerande” upplevelser. Jägaren, fiskaren och blomsterplockaren har en konsumerande upplevelse, dvs. tar för sig av naturen medan fågelskådaren har en icke-konsumerande form av naturupplevelse. Skillnaderna är dock inte så knivskarpa som de förefaller. De som nyttjar naturen på ett konsumerande sätt gör det i regel inte primärt för att för att just konsumera naturen utan istället för att få en naturupplevelse. Mötet med naturen sker därmed inte i första hand för att tillägna sig resurser. Det är istället upplevelserna som står i centrum.²⁹

Utifrån ovanstående forskningstankar kan konstateras att forskningen funnit flera bevekelsegrunder till människans upplevelse av naturen: naturupplevelsen påverkas av vem man är som person och vilken erfarenhetsbakgrund som innehas, hur naturen ser ut och hur en naturupplevelse registreras etc. Mot bakgrund av detta är frågan hur vandrare och pilgrimer av idag upplever naturen.

1.3 Syfte och frågeställningar

Syftet med uppsatsen är att studera företeelserna friluftsliv i form av vandring och pilgrimsfärder.

Utifrån det ovan formulerade syftet ställs följande centrala frågor:

- Vilka likheter och skillnader finns mellan vandrarens och pilgrimens förhållningssätt till naturen?
- Vilka likheter och skillnader finns mellan vandrarens och pilgrimens naturupplevelse?

²⁸ Nils Uddenberg, *Det stora sammanhanget - moderna svenskars syn på människans plats i naturen*, (Nora: Bokförlaget Nya Doxa, 1995), s. 43-46., Nils Uddenberg, *Natursyn och handling*, (Linköping: Nils Uddenberg och tema Hälsa och samhälle Linköpings Universitet, 1998), s. 17-35.

²⁹ *Ibid.*, s. 19-20.

1.4 Teoretiska utgångspunkter

För att kategorisera vandrarens respektive pilgrimens förhållningssätt till naturen samt vilken naturupplevelse som erhålls kommer nedanstående analysverktyg i form av modeller, tankegångar och beskrivningar kring friluftsliv och pilgrimsfärder att användas.

1.4.1 Svensk modell för friluftsstilar

I boken *Friluftslivets pedagogik* presenterar Klas Sandell en modell för tre typiska friluftsstilar där perspektiv på natur, landskap och samhällsutveckling skiftar. Sandell menar dock att människan sällan intar en renodlad stil utan snarare blandar stilar. Vidare betonar Sandell att ingen av stilarna bör framhållas som bättre eller sämre än de andra, samtliga tre har sina för- och nackdelar.³⁰

”Dominans”-stilen

I denna stil är själva aktiviteten central och den mer eller mindre medvetna ambitionen är att dominera eller att ha makt över naturen. Landskapet ses som en ”fabrik”, en arena, för friluftaktiviteten. Friluftslivet ses som en upplevelseindustri i ett mer eller mindre specialdesignat äventyrslandskap. Det rådande landskapet byggs således om för att passa aktiviteterna. Alternativt så byggs ett nytt landskap upp inomhus. Exempel på detta är bland annat klätterväggar, inomhusskidspår och äventyrsbad. Det nära mötet med naturen uteblir ofta i denna tillrättalagda miljö.³¹

”Aktiva anpassnings”-stilen

Utgångspunkten för utvecklingstänkande och naturnyttjande i denna stil är det lokala överblickbara landskapet. Här är människans anpassning till det lokala landskapets utseende, årstid mm central. Anpassningen är dock aktiv vilket innebär att naturen förändras och nyttjas på olika sätt. Landskapet kan jämföras med en ”hembygd” där människor bor, arbetar och lever sitt liv. På så vis blir friluftslivet ett sätt att nyttja landskapet. Detta innebär å ena sidan att bruket av landskapet vidgas. Nyttjande i form av jordbruk och skogsbruk men även fritid måste samsas i samma landskap. Å andra sidan kan landskapets mångbruk innebära att möjligheterna till nyttjande inskränks för människor utanför hembygden. Kännetecknande för denna friluftsstil är just det aktiva landskapsnyttjandet i form av bland annat jakt, fiske och

³⁰ Klas Sandell, ”Från naturliv till friluftsliv”, i *Friluftslivets pedagogik*, red. Britta Brügge, Matz Glantz & Klas Sandell (Stockholm: Liber, 1999), s. 17-18.

³¹ *Ibid.*, s. 18-19.

hantverk. Den naturnära relationen är påtaglig och landskapet blir en försörjare av mat, vatten, värme och skydd. Det enkla, naturnära och fysiska som präglar den aktiva anpassnings-stilen är ofta förenat med påfrestningar i form av kyla, tålamod och kroppsansträngning.³²

”Passiva anpassnings”-stilen

Anpassningen till det lokala landskapet är det centrala inom denna stil. Dock är det viktigt att endast anpassa sig till naturen, dvs. inte påverka den. Perspektivet blir museimässigt, sevärdheter med natur- och kulturrelation skyddas, besöks och betraktas. Exempel på detta är nationalparker. Det kan vara enskilda platser (en utsikt) eller större områden (kalfjäll, stränder) som är föremål för intresse. Det handlar dock i huvudsak om en passiv betraktelse och avnjutning som blir en mycket begränsad del av hembygdens liv i övrigt. Besöken sker tillfälligt. En ytterlighet inom denna stil är reservattänkandet som till mångt och mycket varit viktigt för friluftslivet. Den passiva anpassnings-stilen rymms inom allemansrätten och ställer i allmänhet inga krav på ombyggnation av naturen.³³

1.4.2 Norsk modell för friluftsstilar

I sin studie rörande friluftsliv i 1990-talets Finnmark i norra Norge presenterar Kirsti Pedersen olika friluftslivstraditioner (livsformer) med skiftande förhållningssätt till naturen. Pedersen menar att det norska friluftslivet står på varsin fot, en i staden och en på landsbygden. Friluftslivet från landsbygden har präglats av nödvändig verksamhet och nytta. Integreringen i vardagslivet har således gjort gränsen mellan arbete och fritid flytande. Stadens friluftsliv har däremot kännetecknats av lust och upplevelse och kan ses som en kontrast till vardagens och arbetets rutiner och krav.³⁴ Pedersen menar att naturens roll har förändrats från att vara en livgivande materiell resurs till att bli symboliskt värdefull; en identitetsmarkör och upplevelsearena. Samtidigt finns flera exempel på motsättningar beträffande förhållandet till naturen: ett bruksorienterat och ett estetiskt synsätt, ett turistoptimistiskt och ett turistikritiskt synsätt etc.³⁵

³² Sandell, 1999, s. 19-20.

³³ Ibid., s. 20.

³⁴ Pedersen, 1995, s. 29-34.

³⁵ Ibid., s. 42.

Pedersen identifierar tre olika typer av tur- och friluftslivsstilar: höstaren, vandraren och specialisten. Dessa tre grupper bör betraktas som ”idealtypiske og analytiske kategorier” som kan vara svåra att skilja åt i det verkliga livet.³⁶

Höstaren

Det är från de naturnära livsformerna på landsbygden, där hösting var en nödvändig del av familjernas hushållsekonomi, som höstarens turliv växt fram. Höstarens turliv är mångsidigt och anpassat efter årstiderna, t ex bärplockning, jakt och fiske. Det är endast vid behov, dvs. när ett bestämt ärende ska utföras, som höstaren går ut i naturen. Höstarens form av turliv är främst förlagt till det lokala området där stor lokalkännedom finns. Inga speciella kläder eller utrustningar har förekommit inom hösting. Eftersom turen har setts som en ofrånkomlig transportsträcka för att uppnå målet, att hösta, har det varit berättigat att försöka göra höstingen mindre fysiskt krävande. Anpassning och användning av ny teknologi i form av bland annat skoter, traktor och motorisborr har därför skett i snabb takt.³⁷

Vandraren

Det är från ”stadens friluftsliv” som vandrarens tur- och friluftsliv har sitt ursprung. Turen, naturupplevelsen och det ”goda slitet” är mål i sig för vandraren. Friluftslivet utförs med enkel utrustning och närkontakt söks med naturen. Till skillnad från höstingen präglas vandrarens turliv av regelbundenhet. Turer sker regelbundet oavsett väder och vind och har en mindre strikt säsongsbundenhet. Det avgörande är istället vandrarens tillgång till fritid. Den lokala uppfattningen (i Finnmark) om vandrarens typ av friluftsliv är att det är en företeelse som kommit in i samhället via utomstående, t ex präster, lärare och ämbetsmän m fl.³⁸

Specialisten

Utmärkande för specialisten är att denne ”dyrkar” en eller flera aktiviteter som på många sätt är krävande; stora investeringar beträffande tid, ekonomi, kunskap och färdighet är nödvändiga för att kunna utföra aktiviteten. Exempel på specialistaktiviteter är flugfiske, ripjakt, havspaddling och hundsläde. Följden av den stora personliga insatsen/investeringen blir anammandet av en livsstil. Idag sker inte aktiviteterna på grund av nödvändighet utan snarare för sportens, spänningens och rekreationens skull. Ytterligare drivkrafter är jakt på

³⁶ Pedersen, 1995, s. 38.

³⁷ Ibid., s. 38-39.

³⁸ Ibid., s. 39.

personlig prestige och status. Specialisterna är ofta enkla att med hjälp av kläder och utrustning identifiera i samhället. Genom aktiviteterna markeras en tydlig identitet och livsstil som skiljer sig från den stora massan (läs höstare och vandrare). Gemensamt för specialisternas aktiviteter är närheten till avancerad teknologi, kommersialisering, mediafokusering och turistifiering. Vidare tycks aktiviteterna bli mer mansdominerade ju större personlig investering och specialisering som krävs.³⁹

1.4.3 Pilgrimens sju nyckelord

En pilgrim är en person som lärt sig se det inre landskapet bortom det yttre, en person som lever i världen utan att leva av den.⁴⁰ För att uttrycka pilgrimens själ och identitet används sju nyckelord – ”sju längtor” – som det råder brist på i vårt moderna samhälle.⁴¹ De sju nyckelorden, som är av stor vikt för pilgrimen, kommer att användas som analysverktyg för att identifiera naturupplevelsen av vandring respektive pilgrimsfärd. Nedan följer beskrivningar och tankar formulerade av Pilgrimscentrum i Vadstena kring dessa sju längtor.

Långsamhet

Långsamheten symboliserar tid till eftertanke och är ett nyckelord för pilgrimen. Färdsätten ska gå i långsamhetens tecken och vandring väljs före snabbtåg. Det är den stilla lunken som sker i takt med hjärtats slag som öppnar människans inre och gör människan mottaglig för nya möten. Det finns både en yttre och en inre långsamhet. Den yttre kan liknas med vandringens lugna rytm, dess pauser och eftertanke medan den inre långsamheten beskriver en inre hållning som återspeglar den yttre fysiska miljön. Om människan tillåts att stressa av och ta sig tid i den fysiska miljön så kommer det att ge inre resultat.⁴²

Frihet

Friheten innebär att i lagom tempo njuta av naturen utan kalendrar, mobiltelefoner etc. Detta förhållningssätt ses som en möjlighet att fly från samhällets alla måsten och människans ofria livsstil.⁴³

³⁹ Pedersen, 1995, s. 40.

⁴⁰ Hans-Erik Lindström, *Gå med Gud, ett sätt att erövra långsamhetens kultur* (Göteborg: Cordia AB, 1999), s. 125.

⁴¹ <pilgrimscentrum@svenskakyrkan.se> Pilgrimens själ: Sju nyckelord: Översikt, 2004-10-07 <<http://pilgrimscentrum.org>> (2004-11-08).

⁴² Ibid.

⁴³ Ibid.

Enkelhet

Nutidens människa är en materialist av stora mått. Två av dödsynderna har idag blivit till vanor; girighet och frosseri. Pilgrimen och dess utrustning ger en tydlig bild av vad enkelhet är och bör vara. Pilgrimen varken bär eller kräver mer än vad som behövs. Det viktigaste i livet måste upptäckas och kan sällan köpas.⁴⁴

Tystnad

Tystnaden är en bristvara i samhället då människan ständigt utsätts för ett ljudbrus. Detta har kommit att bli så vanligt att människan knappt reflekterar över företeelsen. Att vandra i tystnad eller att umgås utan att ständigt konversera är ovanligt och något pilgrimen längtar efter. Denna tystnad kan fungera som en nyckel som leder till det inre. I tystnaden möter människan inte bara sig själv utan även andra.⁴⁵

Bekymmerslöshet

I dagens samhälle är många människor bekymrade över budgetar, omorganisationer och resultat. Medlen i samhället har börjat ta över och individen tappar så sakteliga siktet på själva målet – livet! Det är lättare sagt än gjort att kunna leva idag utan att bekymra sig för morgondagen. En pilgrim lever i nuet, det är då hon/han kan vara närvarande i det hon/han gör. Den vardagliga oron kanske inte försvinner men det skapas inga ytterligare problem.⁴⁶

Delande

Människan är idag så upptagen med sig själv att varken ork eller tid ges till att reflektera över en medmänniskas situation. Det är i mötet med andra som individen växer och mognar, livet berikas genom möten. En grundläggande del av pilgrimens leverne är delandet. I det mänskliga samtalet delas erfarenheter, känslor och tankar och olikheter accepteras.⁴⁷

Andlighet

Allt är en skapelse – ett universum med Gud som skapare. Att vandra som pilgrim innebär att vandra med gud. Vandringen kan vara en hjälp att reda ut de mest existentiella frågorna. Det landskap som pilgrimen vandrar i kan sägas vara ett mysteriets landskap. Andligheten har fått

⁴⁴ <pilgrimscentrum@svenskakyrkan.se> Pilgrimens själ: Sju nyckelord: Översikt, 2004-10-07

<<http://pilgrimscentrum.org>> (2004-11-08).

⁴⁵ Ibid.

⁴⁶ Ibid.

⁴⁷ Ibid.

ett "uppsving" i det materialistiska samhället där människan nu börjar söka efter meningen med livet.⁴⁸

1.5 Metod

Studien, som har ett hermeneutiskt förhållningssätt, karaktäriseras av en djupare förståelse av ett fenomen där tolkning används som metod. Vidare vilar den på ett syfte som mynnar ut i två olika frågeställningar. Behandling av för studien relevant material samt intervjuer har genomförts för att få den erforderliga kunskap om problemområdet som krävs för att uppnå syftet med uppsatsen samt besvara de två frågeställningarna.

1.5.1 Val av metod

Syftet med denna studie är att skapa en djupare förståelse för det studerade området istället för att erhålla fragmentiserad kunskap i form av siffror. Därför baseras studien på ett kvalitativt förhållningssätt där slutsatserna kommer att grunda sig på analys och tolkning av mjukdata såsom värderingar, föreställningar och attityder i syfte att nå en helhetsförståelse.⁴⁹

I studien används det vetenskapliga arbetssättet komparation som metod. Inom komparationen finns en mängd olika klassifikationer gjorda. En av de mer intressanta är att ta utgångspunkt från likheter och skillnader. Vid komparation är det viktigt att ha relevanta frågeställningar och teoretiska utgångspunkter. Inriktningen bör i första hand vara kvalitativ för att nå intressanta resultat.⁵⁰ Då studiens frågeställningar handlar om just likheter och skillnader så har komparation valts som arbetssätt.

1.5.2 Intervjuer

Information har inhämtats genom intervjuer med utövare av vandring respektive pilgrimsfärd för att få svar på studiens frågeställningar. Intervjuer kan vara mer eller mindre strukturerade. En strukturerad intervju innebär att frågor ställs med på förhand bestämda formuleringar och i en bestämd ordning. I denna undersökning har istället en mer ostrukturerad och ostandardiserad intervju, som genomförts i en normal samtalsform, valts för att få mer

⁴⁸ <pilgrimscentrum@svenskakyrkan.se> Pilgrimens själ: Sju nyckelord: Översikt, 2004-10-07 <<http://pilgrimscentrum.org>> (2004-11-08).

⁴⁹ Ulf Lundahl, Per-Hugo Skärvad, *Utredningsmetodik för samhällsvetare och ekonomer* (Lund: Studentlitteratur, 1992), s. 91-93.

⁵⁰ Stellan Dahlgren, Anders Florén, *Fråga det förflutna, En introduktion till modern historieforskning* (Lund: Studentlitteratur, 1996), s. 195-199.

uttömmande och nyanserade svar. Under en sådan intervju kan frågornas ordningsföljd bestämmas mer fritt. Den ostrukturerade intervjun karaktäriseras av att den:

- är förutsättningslös och har en bredare samt mindre fokuserad inriktning
- får fram respondentens värderingar, åsikter, attityder och föreställningar och inte bara ren fakta
- stimulerar respondenten till att utveckla sina frågor och tankar, vilket är mer utvecklande för dialogen.⁵¹

Trots att generalisering och representativitet inte är det primära i den kvalitativa metodiken är urvalet av undersökningspersoner mycket viktigt för studien. Ett felaktigt urval kan göra att undersökningen förlorar sitt värde. Syftet med kvalitativa intervjuer är att erhålla ett ökat informationsvärde och skapa en djupare förståelse för det som studeras. Detta kan uppnås på flera olika sätt. För det första ger en stor variationsbredd i urvalet ett större informationsinnehåll. För det andra kan informationsinnehållet ökas genom att intervjua personer med god kunskap om den företeelse som undersöks. Slutligen är intervjupersonernas vilja att delta och förmåga att uttrycka sig viktiga aspekter vid urvalsprocessen.⁵² Urvalet av intervjupersoner i denna studie gjordes med hjälp av egen research samt kontakter och är baserat på personernas goda kunskap och vana av respektive aktivitet. För att uppnå en variationsbredd har två kvinnor och två män intervjuats. Av dessa är två personer involverade i sin aktivitet både genom fritid och arbete medan övriga två endast har aktiviteten som en fritidssysselsättning. Vandrare A är 70 år och aktiv i Svenska Fjällklubben. Hans intresse för vandring väcktes vid 19 års ålder och han har vandrat sedan dess. Vandrare B är en 53-årig kvinna med lång vandrarbakgrund. Sedan barnsben har naturen varit en viktig del av hennes liv. Pilgrim A är en 60-årig pilgrimspräst inom Svenska kyrkan med en stark vandringsådra. Pilgrim B är en pensionerad lärarinna på 76 år som på frivillig basis leder pilgrimsvandringar. (Se Bilaga 1 för mer ingående beskrivningar av respondenterna.)

Antalet intervjuer bör begränsas till ett fåtal (läs fyra eller fem) för att inte få en ohanterlig mängd material. Risken kan då vara att överblicken och därmed viktig information går förlorad. Värdet av ett fåtal väl utförda intervjuer är betydligt större än ett flertal mindre väl

⁵¹ Lundahl, Skärvad, s. 93., Annika Lantz, *Intervjumethodik* (Lund: Studentlitteratur, 1993), s. 17-21.

⁵² Idar Magne Holme & Bernt Krohn Solvang, *Forskningsmetodik – om kvalitativa och kvantitativa metoder*, 2. uppl. (Lund: Studentlitteratur, 1991), s. 114.

utförda sådana. Kvaliteten är alltid det centrala.⁵³ I denna studie har fyra personer intervjuats för att få ett hanterbart material i förhållande till uppsatsens totala omfång.

Fyra kvalitativa intervjuer har genomförts. Samtliga fyra har gjorts under personliga möten och spelats in på band med samtycke från respektive respondent. Analys av det inspelade materialet har skett i efterhand. I god tid innan intervjutillfället erhöll respondenterna intervjufrågorna via mail. Varje intervju har genomförts utifrån ett antal på förhand bestämda frågor (se Bilaga 2). Följdfrågor har ställts för att djupare tränga in i respondenternas syn på förhållande till natur och naturupplevelse. Intervjuaren har undvikit egna åsikter, styrning och sammanfattningar under intervjuandet.⁵⁴

1.5.3 Reliabilitet och validitet

Reliabilitet eller tillförlitlighet betyder att mätningen är pålitlig, dvs. inte utsatt för slumpinflytande. För att motverka slumpinflytande ska exempelvis intervjusituationen vara densamma och frågorna ska formuleras på samma sätt. Ett annat sätt att förklara reliabiliteten är att ny mätning ska ge samma resultat som ursprungsmätningen. Hög reliabilitet kräver en hög grad av standardisering. Att tala om reliabilitet när det handlar om kvalitativa intervjuer kan därför ses en aning märkligt eftersom en intervjusituation förutsätter en låg grad av standardisering då det är just förändringarna och ej de statiska förhållandena man försöker fånga.⁵⁵

Reliabiliteten handlar om hur väl mätinstrumenten står emot slumpens betydelse. Då ett tydligt mått på reliabilitet inte kan erhållas, exempelvis i och med användandet av intervju som metod, säkerställs tillförlitligheten i hög grad av intervjuarens förmåga och erfarenhet. Detta i kombination med bandinspelning stärker reliabiliteten.⁵⁶ För att stärka reliabiliteten i denna studie har samma frågor enligt en på förhand uppställd frågelista ställts till respektive respondent och den mest intervjuerfarna personen har haft huvudansvar för att hålla i samtliga fyra intervjuer. Vidare har alla intervjuer genomförts i lugn miljö med gott om tid till förfogande för att ytterligare stärka studiens tillförlitlighet.

⁵³ Jan Trost, *Kvalitativa intervjuer*, 2. uppl. (Lund: Studentlitteratur, 1997), s. 110.

⁵⁴ *Ibid.*, s. 84.

⁵⁵ *Ibid.*, s. 99-101.

⁵⁶ Runa Patel, Bo Davidson, *Forskningsmetodikens grunder - Att planera, genomföra och rapportera en undersökning* (Lund: Studentlitteratur, 1991), s.87.

Validitet innebär att undersöka det som faktiskt avses undersökas. Studier som handlar om människor innehåller ofta mer abstrakta fenomen såsom inställningar, upplevelser, beteenden etc. För att möjliggöra en mätning på nämnda företeelser krävs en identifiering samt ett passande mätinstrument med god validitet.⁵⁷ Respondenterna bedömdes ha en god erfarenhet av respektive aktivitet och i kombination med att intervjufrågorna konstruerades utifrån studiens syfte och frågeställningar bedöms validiteten vara hög.

⁵⁷ Patel, Davidsson, s.85-86

2 Resultat

Denna del är en sammanfattning av de intervjuer som genomförts för att söka svar på vilka likheter och skillnader som finns mellan vandrarens och pilgrimens förhållningssätt till naturen samt vilka likheter och skillnader som finns mellan vandrarens och pilgrimens naturupplevelse. Inledningsavsnitten under ”Vandrarens/Pilgrimens förhållningssätt till naturen” behandlar skäl till vandring/pilgrimsfärd för att få en ökad förståelse för respondenternas förhållningssätt till och upplevelse av naturen. De åsikter som förs fram är respondenternas egna.

2.1 Förhållningssätt till naturen

2.1.1 Vandrarens förhållningssätt till naturen

Det är färdandets och upptäckandets glädje som ligger till grund för vandringsintresset och detta är således viktiga skäl till vandring. Själva vandringen är därför mer ett mål än en metod. Njutningen av att vandra i obruten mark och terräng samt uppleva naturens årstidsväxlingar är ett mål i sig, en livsstil, som samtidigt för med sig positiva värden. Nedstämdhet och oro kan genom vandringen vändas till upprymdhet och lugn. Vandringen bidrar till att komma i fas, nå nollpunkten och återfå andningen. Att umgås med sin/a vandringspartner/s är ett stort värde, där delandet av vardagens vedermödor är viktigt. Samspelet som uppstår skapar en skön inre känsla. Naturen, klimatet och sättet att leva ger en känsla av att ha kommit hem. Ett annat värde ligger i att naturen med dess fjäll och vattendrag ger tid till eftertanke, tid att filosofera. Denna inre upplevelse har med tiden blivit allt djupare. Vidare bidrar vandring till att hålla kroppen i trim, dvs. att må bra både fysiskt och psykiskt.

Även i svåra stunder har vandringen haft en viktig funktion i form av en helande effekt på det mentala planet. Naturen fungerar som en säkerhetsventil i stunder av ledsamhet och oro. Det är en plats att sortera tankar och hantera problem. Om det har att göra med den fysiska förflyttningen är oklart men naturen har en helande inverkan och fungerar som ett mentalt reningsbad, eller som en vandrare uttryckte det: ”en plats att bara sitta och glo, som Astrid Lindgren sa.”

Förebilder som exempelvis 1920-talets pionjärer präglade till en början vandringarnas karaktär. Vandringarna kunde pågå flera veckor och med tung packning var de mycket krävande. Ett mål var att bestiga varje topp. Idag är inställningen till natur och vandring betydligt mer ödmjuk och det primära är inte att bekämpa naturen och slå sig fram. Naturen ses istället som en plats för eftertanke och filosoferande och det är genom vandringen som mötet med naturen sker. Naturen i sig är välkomnande och vänlig och det är bara upp till en själv om vistelsen blir enkel eller svår. Med mer erfarenhet och kunskap blir naturen mer hanterbar. Förhållningssättet förändras genom kunskap. Det som förr sågs som naturförstörande, exempelvis kalhyggen, kan idag förstås nyttan av. Med ett holistiskt förhållningssätt till naturen ses naturens små detaljer utifrån helheten.

Vandrarens roll i naturen kan ses på olika sätt. Dels är vandraren en gäst i naturen på naturens villkor, dvs. det är med försiktighet och respekt som vistelsen ska ske dels är vandraren en del av själva naturen såsom samer och bönder. Naturen är en estetisk plats som människan bör värna om. Att inte skräpa ner och lämna spår efter sig är därför viktiga aspekter. Kuvast naturen förstörs den för alltid vilket är en skrämmande tanke, men att kunna ta del av det naturen erbjuder i form av svamp och bär mm känns naturligt. Vidare är det viktigt att ta del av kulturlandets historia, vilka människor som har bebott platsen och hur de levde, för att förstå deras förhållningssätt till naturen. Fascinationen över hur jordefolken närmat sig naturen på ett nästan obemärkt sätt är stor och en känsla av förtretlighet infinner sig vid tanken på hur illa nutidens människa förvaltat den värdefulla kunskapen om detta förhållningssätt.

2.1.2 Pilgrimens förhållningssätt till naturen

Det finns många skäl till att pilgrimsvandra, varav de tre främsta är en ökad självinsikt, delandet samt själva vistelsen i naturen. Det monotona långsamma vandrandet möjliggör ett hissålkande från huvudet ner till magen och blir en slags mental "självinsiktsfriskvård". Kunskapen om jaget ökar samtidigt som vardagslivets skyddsmekanismer avskalats. Att komma åt kärnan, bli mer naken och våga se sig själv som den man faktiskt är med alla styrkor och svagheter är mycket spännande och något som ingen form av terapi kan ersätta. Den öppna och fria miljön under en pilgrimsfärd är den mest optimala för delandet av tankar, erfarenheter och livstycken med andra människor. Det som färden frigör, viljan att berätta om hur det faktiskt är, det delandet är livets poäng. Naturen är den vackraste katedralen. "Det finns ingen vackrare kyrka än skog och mark", menar en av pilgrimerna. Naturen möjliggör

mer än något annat mötet med skaparen i tystnaden, prasslet och fågelsången vilket ger en stor Gudsupplevelse. Ytterligare skäl för pilgrimsfärd är att må bra i både kropp och själ.

Pilgrimsvandringarna sker regelbundet, både genom arbete och på fritid. Färden går dit näsan pekar utifrån närmiljön eller längre bort från hemmet/arbetet och pågår alltifrån några timmar till flera dagar.

Naturen står för något levande, den är en del av livet och är ständigt i förnyelse. Det som vissnar ner på hösten blommar upp på våren. Denna fascinerande del av Guds skapelse fungerar som en hjälp att inte stelna till i sinnet. Vidare blir ibland avsaknaden av de gamla mytbilderna med väsen, tomtar och troll, en slags levande natur, stor. Spänningen kring om det skulle dyka upp en tomte bakom ett träd i mossan är nästan försvunnen utanför sagornas värld. Ett helgon som påverkat synen på naturen är Franciskus av Assisi. Han förhöll sig till naturen som om den vore hans släkt, dvs. alla träd, fåglar och myror var systrar och bröder, och tilltalade dem alla som medskapade varelser i världen. Människan kan även ses som en gäst i naturen, inbjuden att ta del av den på allemansrättsliga grunder. Liksom hos indianerna ses naturen som ett lån, något som ska lämnas vidare till nästa generation. En lärdom från Franciskus av Assisi är minoritetstolkandet, dvs. att naturen inte primärt är en resurs utan att den ska vördas och vårdas för sin egen skull. Utifrån samhällets horisont kan naturen ses på olika sätt. Den kan bland annat ses som en resurs att nyttja, använda och ta del av för användandets skull. På så vis förloras respekten, vördnaden och naturens eget existensberättigande. Att kunna glädjas av det naturen ger är utmärkt men det kommer inte främst. Dock är naturen även en försörjningsplats som möjliggör de härliga aktiviteterna svamp- och bärplockning. Det är som om naturen delar med sig, den slösar.

Synen på naturen har till viss del förändrats från att ha fungerat som en plats för bland annat idrottsutövning till att bli en plats för tillfredsställelse av behoven stillhet, skönhet, färg och form. En av pilgrimerna anser att ”Gud som grafiker är fantastisk”. Den överväldigande känslan av skapelsens skönhet har således ökat med åren. Att värna om naturen blir därmed en självklarhet.

2.2 Naturupplevelse

2.2.1 Vandrarens naturupplevelse

Naturupplevelsen har till viss del förändrats genom åren. Idag är det blommande växtlighet, avrundade fjäll, vattendrag med dess växtlighet som ger liv åt både människor och djur samt de öppna ytorna med milsvid utsikt som föredras. Naturens ljus och vidd är njutbara fenomen, att låta ögat se långt, långt bort.

Beträffande naturupplevelser så har vissa platser fått ett oförtjänt bra rykte såsom exempelvis Sarek, ett vildmarksområde som det anses vara lite ”macho” att vandra i. Det finns andra platser som är minst lika vackra och mer lättforcerade men som är mer okända för allmänheten. Vad andra människor upplever och tycker om en plats är därför inte det primära vid valet av vandringsområde. Det som upplevs som mest fantastiskt är en personlig uppfattning och bidrar exempelvis till att kända platser inte företrädesvis väljs framför andra. Däremot är naturfenomen som exempelvis norrsken och midnattssol fantastiska skådespel i ljus och färg som lockar till besök.

Ett exempel på en fantastisk naturupplevelse är dock från en vandring i Sarekområdet bland glaciärfyllda nischer och spetsiga toppar. Doften av blå självlysande naken is i kontrast mot fjällängens blomster på andra sidan dalen var något enastående och minnesvärt. Ett annat exempel är naturupplevelsen av djur och storslagna företeelser såsom flygande korpar och sandtorn vid Akkastugorna samt bassänger av turkosa blommor i trakterna kring Hemavan.

Det är själva vandringen som möjliggör mötet med naturen och är en förutsättning för naturupplevelse. Att kunna färdas för egen maskin skänker tillfredställelse, det är det som människan är byggd för. Terrängen måste vara omväxlande, vacker och intressant för att ge naturupplevelse. Vatten i alla dess former är vackert och lugnande att se på samt har en mycket stimulerande och mentalt livgivande effekt. Nyfikenheten och viljan att lära sig mer om den omgivande naturen i kombination med fantasier kring platsens historia gör att naturupplevelsen blir väldigt påtaglig under själva vandringen. Inte sällan görs en inläsning om det aktuella området för att förstärka och möjliggöra upplevelsen. När en vacker plats nås fångas ögonblicket och upplevelsen genom att stanna upp insupa stunden. Det är främst genom syn, hörsel och känsel som naturen upplevs. Dokumentation i form av nedskrivna texter och fotografier är sätt att minnesgöra upplevelserika vinstelser.

Naturupplevelse är en känsla av överväldigande som infinner sig i kroppen, som att komma in i en vacker högtidlig byggnad. ”Jag ska inte säga kyrka för det har inget med religiositet att göra” säger en av vandrarna. Känslan är ändå mäktig och stämningsfull, en lyckokänsla. Tänk att den lilla människan får ta del av naturens storhet.

Genom att vandra med barn kan naturupplevelsen få en annan dimension då barnets fokus ligger på fjällets småsaker. En liten porlande bäck eller en tuva med roliga blommor kan bli till ett fantastiskt äventyr för både vuxna och barn. Barn ser inte det storskaliga med toppar, stigningar och vidder utan upplever främst småsakerna och smådetaljerna. Som vuxen kan det vara värdefullt att ta del av barnets upplevelse av naturen för att bredda sin egen naturupplevelse. Att vandra ensam utan färdkamrater gör upplevelsen mer enskild. Det är alltid enklare att dela på det besvärliga och allt blir mycket vackrare om man är fler än en. Genom erfarenhetsutbyte och diskussion med andra människor förstärks upplevelsen. Mötet och gemenskapen med andra människor i naturen är således en viktig del av upplevelsen. Känslan av att göra något tillsammans men samtidigt befinna sig i tystnaden och vara fri att på egen hand uppleva livets rytm med naturens blommor, växter och djur är fängslande.

Vid en jämförelse mellan naturupplevelsen förr och nu är det möjligt så att nyhetens behag i början av ”vandringsskarriären” gav en större naturupplevelse. Varje dag var som en fantastisk upptäcktsresa. Idag, med en större hemkänsla i naturen och en liten dos lättja, finns risken att delar av naturupplevelsen förbigås. Å andra sidan är det tänkbart att möjligheten till naturupplevelse kan öka med åren, ju mer kunskap en människa har desto mer upptäcker hon.

För att inte begränsa naturupplevelsen gäller det att röra sig ekonomiskt och inte slita för mycket. Den påtagliga begränsningen är framförallt hårt väder i form av kyla, motvind och hällregn. Dock kan även det vändas till något positivt och en vandrare uttrycker: ”Har man inte upplevt fjällets avigsidor kan man heller inte riktigt njuta av fjällets goda sidor”. Det är kontrasten som ger njutning och upplevelse.

Vidare kan upplevelsen påverkas/variera beroende på om vandringen sker ledat eller oledat. Vid oledad vandring kan fokus lätt hamna på karta, kompass och att sätta fötterna rätt istället för att uppleva allt det som finns runt omkring.

Ytterligare begränsande faktorer är bilar, vägar, buller, skräp och miljöförstöring. Det är synd att lämna naturen för att komma ut bland trafik. Det stör rytmen i upplevelsen. Samtidigt påverkas djurlivet negativt av dessa faktorer. Det är ett tragiskt faktum att den natur som människan upplever idag inte kommer att finnas kvar till nästa generation.

Slutligen är mörkrädsla en faktor som kan begränsa möjligheten till naturupplevelse. Vetskapen om att det rör sig ”farliga” människor ute i samhället gör att ensamma vandringar i skogsområden i många fall undviks.

2.2.2 Pilgrimens naturupplevelse

Pilgrimsfärderna sker överallt: i fjällen, i öknar, i skog, på slätter och utmed vattendrag. Sverige är ett mycket vackert land som med sina årstidsväxlingar och olika typer av landskap bidrar till en stark naturupplevelse. Den ”växande” naturen med inslag av vatten är mycket givande. Hemkänslan infinner sig varthän färden går men är stor i den kuperade blandskogen. Även i storstädernas grönområden sker pilgrimsvandringar. Till en början hörs bilarnas buller men efter hand försvinner alla ”störande” ljud. Den plötsliga känslan av att befinna sig i en oas mitt i city är en egenartad upplevelse. Fredad natur är dock det som föredras vid pilgrimsfärd på egen hand.

Naturupplevelse är saga och myt, det är himmel, vatten, träd, färger och former. Hela naturen är en otrolig skönhetsupplevelse. Samtliga fem sinnen är involverade i upplevelsen och registreringen av naturen. Impulser inifrån och ett av ögonen skapat bildspråk fångas och skrivs ned med hjälp av papper och penna. Upplevelserna sparas i form av minnen. Ibland plockas föremål från naturen hem som souvenirer och ofta dras paralleller mellan upplevelsen och sedd konst. Ett medvetandegörande av naturen sker genom att stanna upp och meditera inför exempelvis ett speciellt träd och studera dess grenar, frukter och rötter eller genom att studera fåglarna i ett vattendrag. Trädet eller fågeln blir en slags metafor och symbol för mänsklig tro och naturupplevelsen blir på så vis mer påtaglig. Genom meditation sker en koncentration på en del av naturens skapelse vilket gör att överförningen mellan naturen och människan blir mycket fruktbar.

Eftersom pilgrimsfärden både är en inre och en yttre vandring så sker upplevelsen på flera plan. Den yttre upplevelsen kommer av att rent fysiskt använda kroppen medan den inre upplevelsen är det som sker i själen och det är just Gudsupplevelsen, den andliga delen, som

har förstärkts med åren. Totalupplevelsen kan leda till att livet får ett nytt perspektiv. Genom att nollställa sig och förhålla sig nyfiket öppen blir mötet med naturen mer fruktbart än om förväntningarna på naturupplevelser är höga.

Frihet är en av de känslor som infinner sig först i själva naturupplevelsen. Beträffande nyckelordet frihet finns föredömen i gestalter som Bolle, huvudperson i Harry Martinssons *Vägen till klockriket*, Snusmumriken i Mumindalen samt Paradis-Oskar i Astrid Lindgrens *Rasmus på luffen*. De uttrycker alla det frihetsbehov som människan har. Idag är pilgrimen en pånyttfödelse av luffaren som är en utdöd grupp.

Enkelhet är en annan känsla som förstärker naturupplevelsen. Det är viktigt att kunna lyfta blicken och skala av det traditionella livet, dvs. upptäcka att man kan klara sig på väldigt lite och samtidigt få ut så mycket av det som är gratis i naturen. Ytterligare känslor är tystnad och bekymmerslöshet som erhålls mer och mer ju längre färden är. Till slut infinner sig känslan av att allt är möjligt. Bördor och bekymmer lättar.

Delandet, som är det viktigaste nyckelordet av de sju, förstärker naturupplevelsen. Att tala med varandra om det som ses och hörs i naturen är berikande samtidigt som livets bördor delas och bekymmerslösheten ökar. Tio ögon ser mer än två och en ovan vandrares "friska" ögon kan utveckla gruppens naturupplevelse. Dock kan upplevelsen även vara högst personlig utan delandet med andra. Sammantaget så medför samtliga sju nyckelord, alla på sitt sätt, en ökad naturupplevelse. Ytterligare en aspekt som förstärker upplevelsen är tryggheten i naturen. Orädslan öppnar sinnen att kunna se och uppleva mer.

Naturen kan aldrig ge en mättnadskänsla då den är ständigt ny och oförutsägbar på så vis tar nyfikenheten och intresset för nya naturupplevelser aldrig slut. Antalet naturupplevelser är större idag än i unga år men samtidigt har upplevelsens intensitet minskat något. Hemkänslan i skogen har ökat med åren.

Den som går för att få ett märke, papper eller intyg i handen har fel fokus och missar mycket av naturupplevelsen. En pilgrim menar att det är först när man förstår och lär sig att "det är vägen som är mödan värd", dvs. att kunna suppa in det livet har att ge just då, som naturupplevelsen förstärks.

Vid sidan av naturupplevelsen finns en kulturupplevelse. Pilgrimsfärden kan delas in i tre delar: en kulturvandring, en naturvandring och en andlig vandring. På så vis stärks den totala upplevelsen.

Efter upplevda pilgrimsfärder med bristfällig utrustning i spöregn och kyla konstaterar en pilgrim att ”det är bäst när det är som sämst”. Trots dessa omständigheter kan en sådan färd leda till en tajt gruppkänsla. En upplevelse av att allt är uschligt kan således i slutändan få motsatt effekt. Den faktor som däremot kan ha en negativt inverkande effekt på naturupplevelsen är hård vind.

Ytterligare faktorer som kan påverka naturupplevelsen negativt är misskött skog och natur som t ex påkörda och döda djur, halvvisna granar, nedskräpning och utsläpp. Även fysiska aspekter såsom skoskav och ansträngningsgrad är begränsande. Dock kan känslan att klara av de kvarvarande kilometrarna trots hunger och trötthet ha ett egenvärde i sig. Vidare kan för mycket prat eller misstämning i vandringsgruppen minska möjligheten till upplevelse.

Som vana stadsvandrare begränsas dock inte naturupplevelsen av bilar och buller. Trafiken ses som en naturlig del av landskapet, en tapet långt borta, och är därför inget störande moment.

2.3 Resultatsummering

En tydlig likhet mellan vandrarnas och pilgrimernas förhållningssätt till naturen är att naturen fungerar som en plats för tillfredsställelse av olika behov och det är främst till fritiden som vandring och pilgrimsfärd blir förpassade. Vidare ser sig både vandrarna och pilgrimerna som gäster eller som en del av naturen och värnandet om densamma är mycket viktigt för båda grupperna. Den största skillnaden beträffande vandrarnas och pilgrimernas förhållningssätt till naturen är att pilgrimerna ser naturen som något av Gud skapad, en katedral, vilket inte sammanfaller med vandrarnas natursyn.

Naturupplevelse möjliggörs genom den faktiska förflyttningen för både vandrarna och pilgrimerna. Vidare är naturens utseende av stor betydelse för upplevelsen och det är med sinnenas hjälp som vandrarna och pilgrimerna registrerar sin naturupplevelse. Ytterligare likheter är att upplevelserna uttrycks i ”religiösa” termer och gemenskapen med andra

människor har en upplevelseförstärkande effekt. Vädrets negativa påverkan på naturupplevelsen samt sättet att förstärka upplevelsen är de skillnader som finns grupperna emellan.

3 Sammanfattande diskussion

Vi har gjort en studie rörande vandring och pilgrimsfärd. Den sammanfattande diskussionen kommer att grunda sig på redovisat forskningsläge, teoretiska utgångspunkter samt intervjuer som redovisats i tidigare kapitel. I detta avsnitt kommer en redogörelse att göras för de likheter och skillnader beträffande förhållningssätt till samt upplevelse av natur som vi kan finna mellan vandring och pilgrimsfärd.

Mellan begreppen ”förhållningssätt till” och ”upplevelse av” finns, som ovan nämnts, inga skarpa gränsdragningar. I diskussionen förekommer det därför att forskning upptagen under forskningslägets upplevelsedel används vid diskussion kring förhållningssätt och vice versa.

3.1 Skäl till vandring/pilgrimsfärd

Trots att det skett en ökad differentiering inom friluftsliv kan konstateras att det fortfarande är det enkla och traditionella friluftslivet som dominerar för att uppnå livskvalitet. Både vandring och pilgrimsfärd är varianter på denna typ av friluftsliv då dessa aktiviteter inte synes handla om kommersialisering och trendighet. För att få en förståelse för respondenternas förhållningssätt till och upplevelse av natur är det därför av stor vikt att inledningsvis analysera vilka skäl som finns till vandring/pilgrimsfärd.

3.1.1 Likheter

Båda dessa aktiviteter kan antingen ses som metoder eller mål i sig själva. För studiens samtliga respondenter synes den fysiska förflyttningen vara en metod och inte ett mål i sig själv. Målet är mötet med naturen vilket vandringen/pilgrimsfärden möjliggör. Skälen till varför respondenterna vandrar/pilgrimsfärdas är många. Ett gemensamt sådant är att må bra i både kropp och själ. Förklaringen till detta tycks vara att både vandring och pilgrimsfärd är två aktiviteter relativt fria från krav på idrottsprestation, prestige och tävling. Ytterligare skäl som nämns av majoriteten av respondenterna är att aktiviteterna ger tid till eftertanke, tid för kontakt med något större än det som sker här och nu samt delande.

3.1.2 Skillnader

En av de mest distinkta skillnaderna aktiviteterna emellan är det andliga perspektivet. Det är mycket tydligt att pilgrimerna genom sin aktivitet och vistelse i naturen ges möjlighet till en fördjupad Gudstro. Genom meditation och bönestunder, som är viktiga inslag i

pilgrimsfärden, blir närheten med skaparen större. Detta skäl för aktivitet saknas hos vandrarna.

3.2 Vandrarens/pilgrimens förhållningssätt till naturen

3.2.1 Likheter

Respondenternas syn på naturen har många likheter trots aktiviteternas något olika utgångspunkter. Naturen sägs bland annat ge tid till eftertanke, fungera som en säkerhetsventil, vara en estetisk plats, vara en del av livet samt fungera som en plats att uppnå andlighet. Utifrån dessa tankar kan konstateras att naturen, i likhet med vad majoriteten av deltagarna i Kaaes och Möller Madsens undersökning anser, inte primärt ses som en resurs att utveckla och kontrollera. Den grundläggande synen på förhållningssättet till naturen överensstämmer således respondenterna emellan. Trots att olika värden av naturen uttrycks är vår tolkning att samtliga respondenter istället ser naturen som en ”arena” där ovanstående värden kan uppnås på ett eller annat sätt. Denna konklusion får stöd av Pedersens slutsats om att naturens roll har förskjutits från att vara en materiell resurs till att bli en upplevelsearena. Pilgrimerna omnämner exempelvis naturen som ”den vackraste katedralen”, vilket tolkas som att naturen är en arena för andliga upplevelser.

Med arena menas dock inte samma sak som att naturen vore en fabrik och förhållningssättet ska därför inte jämföras med Sandells ”dominans”-stil. Förhållningssättet liknar mer en blandning av den ”aktiva anpassnings”-stilen och den ”passiva anpassnings”-stilen, vilket styrker Sandells resonemang om att människan sällan intar en renodlad friluftsstil. Varken vandring eller pilgrimsfärd är aktiviteter som ställer krav på en ombyggnad av naturen. Trots att nyttjandet sker aktivt är naturanpassningen stor. Vidare är båda dessa aktiviteter enkla, naturnära och fysiska då förflyttning sker för egen maskin under enkla förhållanden mitt i naturen, vilket ligger i linje med den ”aktiva anpassnings”-stilen. Värnandet om och skyddet av naturens fortbestånd är gemensamma angelägenheter för samtliga respondenter och uppvisar likheter med den ”passiva anpassnings”-stilen. Detta tolkas som en form av respekt och anpassning till omgivningen vilket även sammanfaller med den historiska jägar/samlarkulturens natursyn som Sandell och Sörlin diskuterar.

Som ovan nämnts synes det viktigaste skälet till vandring respektive pilgrimsfärd vara välbefinnande. Naturen förefaller således ha en viktig funktion som ett avbrott från dagens stressade och självupptagna vardagsliv, vilket kan tolkas som en form av civilisationskritik. Detta resonemang kan stödjas av Pedersens tankegångar om stadens friluftsliv där värdena lust och upplevelse blir kontraster mot vardagens och arbetets rutiner och krav. Paralleller kan även dras till Wikströms resonemang om det ökade behovet av att uppleva det större och mer varaktiga än den dagliga tillvarons flyktiga kontakter och skiftande relationer. Slutligen finns även tydliga likheter med pilgrimens nyckelord "frihet" som innebär att människan ges en möjlighet att fly från alla måsten och sin ofria livsstil. Samtliga respondenter ser även naturen som något vackert och estetiskt. Detta är mycket tydligt då faktorer som exempelvis skräp, naturförstöring och misskötsel av natur omnämns som negativt påverkande på naturen. Samtliga intervjuade tycks därför mena att naturen, med sina färger och former, symboliserar det vackra. Detta sammanfaller med de tankar om romantisering och estetisering som återfinns i den av Sandell och Sörlin framförda framstegstanken. Sammantaget blir tolkningen att naturen, med sina estetiska och vårdande värden, ses/fungerar som ett "behandlingshem" för kropp och själ (läs en arena för kroppsligt och själsligt välbefinnande).

En annan viktig del av vandringen och pilgrimsfärden är för samtliga fyra respondenter delandet med andra människor. Genom gemenskapen delas tankar och erfarenheter vilket omnämns som berikande. Tolkningen av detta är att naturen fungerar som en arena för samvaro, ett socialt rum, där mötet med andra människor möjliggörs. Denna natursyn återfinns i Kaaes och Möller Madsens undersökning om motiv till naturvistelse där en grupp av undersökningens deltagare primärt såg naturen som just ett socialt rum. Utifrån detta resonemang tycks en viss motsättning föreligga mot ovan nämnda tankar av Wikström om flykten från vardagens ytliga kontakter. En tolkning av detta är att de möten och kontakter med människor som uppstår under vandringen/pilgrimsfärden får en annan dimension och upplevs därmed inte lika flyktiga.

Vandrare A och Pilgrim B är pensionerade varför ett särskiljande mellan fritid och arbetstid inte är möjligt för dessa personer vid diskussionen huruvida vandringen/pilgrimsfärden i dagsläget sker under fritiden eller är en del av det vardagliga livet. En tillbakablick visar dock att det för samtliga respondenter i huvudsak är till fritiden som aktiviteterna blir förpassade, inte minst för vandrarna som ofta beger sig till mer avlägsna platser för att utöva sin aktivitet. Detta sammanfaller med delar av framstegstankens resonemang. Både vandrarna och

pilgrimerna i studien kan sägas tillhöra den så kallade ”ut genom väggen”, motströmmen mot ”ur-väggen-samhället”, som Sandell och Sörlin berör i sin friluftslivsforskning.

Respondenterna söker sig så snart tillfälle ges (läs vid fritid) aktivt ut till ett naturnära och primitivt liv bland skog och fjäll.

Fritidens stora betydelse för vandring/pilgrimsfärd ligger även i linje med den av Pedersen framtagna friluftsstilen ”vandraren” där fritiden anges som central för möjliggörande av utövandet. Liksom för ”vandraren” sker respondenternas vandringar/pilgrimsfärder regelbundet och året om och varken väder eller vind sätter stopp för aktiviteterna.

”Vandrarens” förhållningssätt tangerar även de i framstegstanken framförda tankarna om ett enkelt och nära naturliv vilket även det är applicerbart på respondenterna.

De intervjuade personerna har investerat mycket tid och personligt engagemang i sin aktivitet vilket lett till en stor färdighet och kunskap om naturen. För både vandrarna och pilgrimerna tycks aktiviteten ha bidragit till en livsstil varför vissa paralleller kan dras till Pedersens friluftsstil ”specialisten”. Det är, liksom för ”specialisten”, snarare för rekreationens skull än för nödvändighetens skull som aktiviteterna bedrivs. Beträffande personlig prestige, status, dyrkande och identitetsskapning, som är viktiga inslag för ”specialisten”, så går förhållningssätten isär.

Naturen omnämns av majoriteten av de intervjuade som en försörjningsplats av exempelvis svamp, bär och blommor. Likheter med Pedersens ”höstaren” kan utifrån detta synas förekomma men då ”höstaren” aldrig vistas i naturen ärendelös så blir likheterna endast ”kosmetiska” och inte ideologiska. Denna friluftsstil är således endast i liten utsträckning applicerbar på intervjuade vandrare/pilgrimer.

Sammantaget kan utifrån Pedersens modell konstateras att såväl vandrare som pilgrim är ”vandrare” med inslag av ”specialisten” och ett mycket svagt inslag av ”höstaren”.

3.2.2 Skillnader

Beträffande människans roll i naturen så uttrycker vandrarna och pilgrimerna detta med variation, både inom och mellan grupperna. En syn är att se sig själv som en gäst i naturen medan den andra synen är att se sig själv som en del av naturen. Detta skulle kunna tolkas som att de som ser sig som en del av naturen känner sig mer hemma i den än de som ser sig

som gäster. Dock förkastas denna tolkning då samtliga respondenter tydligt ger uttryck för en stark hemkänsla i naturen.

Den andliga och Gudsrelaterade aspekten av naturen, som för pilgrimsrespondenterna är mycket viktig, saknas hos vandrarsrespondenterna. Pilgrimerna ser naturen som en skapelse av Gud vilket kan tolkas som att de förhåller sig till naturen som om den vore gudomlig. Tydliga paralleller kan dras mot pilgrimens nyckelord ”andlighet” som innebär att pilgrimsvandring är en vandring med Gud i ”mysteriets” landskap. För vandringsrespondenterna däremot är istället förståelsen av kulturlandets historia, vilka förfäder som bebott vandringsområdet samt hur de levt sina liv viktiga aspekter som sannolikt påverkar förhållningssättet till naturen.

3.3 Naturupplevelse av vandring/pilgrimsfärd

Som ovan nämnts är vandring och pilgrimsfärd två former av det enkla och traditionella friluftslivet. Det som många definitioner av friluftsliv har gemensamt är naturupplevelsen, vilket tyder på dess relevans för utövandet av själva aktiviteten.

3.3.1 Likheter

Respondenterna uttrycker naturupplevelse med hjälp av olika faktorer. Viktiga sådana som omnämns är bland annat blandskogslandskap, kuperad och omväxlande terräng, öppna ytor, årstidsväxlingar, djur, växter och skönhet. Förklaringen till att olika faktorer uttrycks vandrarna och pilgrimerna emellan är sannolikt att de utifrån uppväxtförhållanden och uppväxtmiljö värdesätter olika saker. Trots att respondenterna anger olika men för dem viktiga faktorer för naturupplevelse så tycks naturen för samtliga upplevas genom dess exteriör. Uppfattningen om vad som är naturupplevelse är således högst subjektiv men det gemensamma och centrala för naturupplevelse synes vara naturens utseende. Detta resonemang kan styrkas av både Tordssons och Pedersens tankar kring naturupplevelse. Tordsson menar att den bild av naturen som innehas reflekterar vem man är som person och det naturen visar för människan är beroende av vem människan är, dvs. upplevelsen är subjektiv. Även Pedersen betonar den enskildes erfarenhetsbakgrund och tolkningsram som påverkande på naturupplevelsen.

Den estetiska upplevelsen av naturen uttrycks av samtliga respondenter som viktig, om än på olika sätt. Pilgrimerna uttrycker denna upplevelse i termer av färg och form och menar att

Gud är en fantastisk grafiker medan vandrarna ser de vackra blommorna växandes i ett vattendrag som en fantastisk upplevelse. Detta tolkas som att upplevelsen kräver ett personligt varande i naturen, dvs. naturupplevelsen blir inte reell förrän den faktiskt upplevs, vilket stämmer överens med Tordssons tankar om en natur fylld av symboler, tankar och intryck som bör erfaras.

Den faktiska förflyttningen som sker under vandring respektive pilgrimsfärd är för samtliga respondenter en förutsättning för naturupplevelse. De intervjuade stannar dock upp för att fördjupa sin upplevelse när ett intressant fenomen skådas. Pilgrimerna gör detta i form av meditation medan vandrarna insuper stunden som den är. Tolkningen är således att förutsättningen att uppnå naturupplevelse finns i respektive aktivitet och metoderna att uppnå densamma påminner mycket om varandra.

Ett av de ovan nämna skälen till varför vandring/pilgrimsfärd sker synes vara att få uppleva något större än det som sker här och nu, vilket ligger i linje med de i Uddenbergs undersökning framförda åsikterna om varför naturkontakt tas och styrker hans resonemang om att tydliga kopplingar föreligger mellan naturupplevelser och religion. Pilgrimerna uttrycker tydligt en Gudsupplevelse av att vistas i naturen medan vandrarna istället uttrycker upplevelsen i termer av storslagenhet, mäktighet och överväldigande. Utifrån Ottos och Eliades teorier om att människan föds med en förmåga att uppnå religiösa upplevelser skulle detta kunna tolkas som att vandrarna saknar denna förmåga då upplevelsen aldrig uttrycks som gudomlig. Dock förkastas denna tolkning då den religiösa förmågan sannolikt kan finnas hos samtliga respondenter men upplevelsen uttrycks i olika termer vandrarna och pilgrimerna emellan. Vidare menar Uddenberg att sinnliga upplevelser inte sällan beskrivs som ”religiösa” och med det ”religiösa språket”. Vandrarna uttrycker exempelvis naturupplevelse på följande sätt: ”... en känsla av överväldigande som infinner sig i kroppen, som att komma in i en vacker högtidlig byggnad... känslan är ändock mäktig och stämningsfull”, vilket uppvisar stora likheter med det sätt på vilket pilgrimerna uttrycker sina sinnliga upplevelser.

Naturupplevelser kan registreras på olika sätt. Gemensamt för respondenter är sinnenas betydelse för naturupplevelsen. Både vandrarna och pilgrimerna anger tydligt att det främst är synen och hörseln som är involverade men övriga sinnen omnämns även dem. Sinnenas stora betydelse för naturupplevelse stärks i Kaaes och Möller Madsens undersökning där en stor grupp av undersökningsdeltagarna upplever naturens dynamik just genom sina sinnen. Även

Otto och Eliade betonar sinnenas betydelse för upplevelse. De menar att det heliga kan nå genom öron och ögon.

De preferenser som respondenterna har beträffande miljö för vandring/pilgrimsfärd är varierande men gemensamt är dock att växande natur med vattendrag föredras framför ofredad stadsmiljö. Detta tolkas som att upplevelsen blir större i den förstnämnda typen av natur vilket överensstämmer med Pedersens tankar om att miljöer med en tydlig naturkänsla blir mer betydelsefulla för naturupplevelsen. Trots att vandrarna i större utsträckning än pilgrimerna rör sig i fjällmiljö uttrycker vandrarna en fascination över kulturlandskapets historia vilket kan jämföras med pilgrimernas upplevelserika färder genom kulturpräglade bygder i stadsnära miljö. Pilgrimerna betonar att det vid sidan om naturupplevelsen finns en kulturupplevelse. Således är även Schantz tankar om naturupplevelsens kulturella dimension, dvs. att naturupplevelse inte bara innefattar naturbaserade upplevelser, applicerbara. Hågvars uttryck ”en rig natur ger ingen garanti for en rig naturopplevelse...” kan därmed sammanfatta ovanstående resonemang.

Vandring/pilgrimsfärd har för samtliga respondenter bedrivits på många olika platser, både kända och mindre kända. Gemensamt för vandrarna och pilgrimerna tycks vara att det är den egna viljan/önskan som styr till vilken plats som vandringen/färden förläggs snarare än vad andra människor anser vara ett bra vandringsområde. Naturupplevelsen tycks därmed inte vara beroende av huruvida platsen är känd och mytomspunnen eller ej. Istället synes själva vandringen/pilgrimsfärden vara naturupplevelseskapande. Dock kan noteras att leder för vandring/pilgrimsfärd inte sällan ligger vid erkända platser. Om platsen blivit känd på grund av ledens funktion för människor (många människor kommer dit för att slippa gå oledat) eller på grund av platsen i sig själv låts vara osagt men den nyinvidga Dag Hammarskjöldleden i Abiskoområdet är ett exempel på detta. Utifrån Sörlins resonemang om hur en plats hamnar på naturupplevelsens mentala karta och därmed blir värd att besöka kan konstateras att ingen av de intervjuade vandrarna och pilgrimerna medvetet tycks välja mytomspunna platser framför icke mytomspunna sådana. Dock kan det ske per automatik då en ledad vandring/pilgrimsfärd väljs framför en oledad. Naturfenomen såsom norrsken och midnattssol omnämns däremot som upplevelseförstärkande av vandrarna vilket sannolikt kan påverka valet av vandringsområde för dem.

Vandrarna menar att vägar med dess trafik har en negativ inverkan på naturupplevelsen. Detta tolkas som att tystnaden är en viktig del av naturen och upplevelsen av den. Pilgrimerna ser däremot inte trafik som en begränsande faktor för naturupplevelse utan upplever istället denna som "en naturlig del av landskapet, en tapet långt borta". Tolkningen av detta är att pilgrimerna, med sin större vana av att färdas i stadsnära miljöer, bättre lärt sig att koppla bort störande ljud i form av bilar och buller än vad vandrarna har gjort. Tystnaden uttrycks även för pilgrimsrespondenterna som en viktig del av upplevelsen varför likhet råder grupperna emellan. Tystnadens viktiga funktion kan jämföras med ett av pilgrimens sju nyckelord; "tystnaden". Vandrings/pilgrimsfärden tycks därmed fungera som ett sätt att komma bort från det ständiga ljudbrus som I-ländernas människor är utsatta för. Frågan är om tystnadens betydelse för naturupplevelsen är en form av kulturell överenskommelse, "det ska vara tyst i naturen", och därför tros/förväntas förstärka naturupplevelsen eller om det verkligen är så. Detta låts vara osagt.

Som tidigare konstaterats fungerar naturen som ett socialt rum för samtliga respondenter och delandet med andra människor uttrycks genomgående som en upplevelsesterkande faktor. Bland annat utifrån vandrarnas tankar om vandring med barn kan konstateras att naturupplevelsen berikas av att delas med andra. Olika människor upplever olika saker och genom att dela med sig av sin personliga upplevelse förstärks den gemensamma och totala upplevelsen. Ett av pilgrimens sju nyckelord är just "delande". Pilgrimerna menar att delandet är det viktigaste av de sju nyckelorden och de går så långt som att säga att delandet "är livets poäng". Samtliga fyra respondenter har varit mycket tillmötesgående och villiga att dela med sig av erfarenheter och åsikter vilket ytterligare tyder på att de är präglade av en miljö där delande värdesätts.

Naturupplevelsen kan utifrån Uddenbergs resonemang ses som antingen "konsumerande" eller "icke-konsumerande". Som konstaterats vid diskussionen om respondenternas förhållningssätt till naturen är både vandrarna och pilgrimerna "vandrare" med inslag av "specialisten" och "höstaren". Vidare är det friluftsstilarna "aktiva anpassnings"-stilen och "passiva anpassnings"-stilen som dominerar. Liksom Uddenberg betonar är det svårt att särskilja den konsumerande och den icke-konsumerande upplevelsen av naturen hos respondenterna. Slutsatsen blir därför att upplevelsen är en blandning av dessa två former. Vandring/pilgrimsfärd utan svamp- och blomsterplockning blir en icke-konsumerande upplevelse medan vandring/pilgrimsfärd med bärplockning blir en konsumerande sådan.

Fastslås kan dock att upplevelsen alltid synes vara det centrala för både vandrare och pilgrimer.

3.3.2 Skillnader

Meditationen, den av pilgrimerna använda metoden att förstärka och medvetandegöra naturen, kan ses som den religiösa delen av pilgrimernas naturupplevelse och saknar sin motsvarighet hos vandrarna. Naturens roll som förmedlare av religiösa upplevelser synes därmed viktig för pilgrimerna. För vandrarrrespondenterna tycks naturen istället ha en helande effekt i stunder av oro och splittring och en form av mental upplevelse erhålls. Trots upplevelsernas olikheter knyter de båda an till Wikströms tankar om naturen som en förmedlare av existentiella och religiösa upplevelser.

En naturupplevelsepåverkande faktor där variation i åsikt förekommer mellan respondenterna är väder, som omnämns i både positiv och negativ bemärkelse. Vandrarna är av den uppfattningen att hårt väder i form av regn och vind inte behöver ha en negativ inverkan på upplevelsen. De menar istället att dessa faktorer kan ge en fördjupad upplevelse: "Den som inte upplevt fjällets avigsidor kan heller inte riktigt njuta av fjällets goda sidor. Det är kontrasten som ger njutning och upplevelse". Detta tolkas som att dessa respondenters långa erfarenheter av natur och naturliv under olika väderförhållanden har gett en kunskap att klara sig bra i naturen och erhålla naturupplevelse under alla omständigheter. Pilgrimerna ser däremot hårt väder utifrån två perspektiv, dels som en höjande faktor och dels som en begränsande faktor för naturupplevelse. Förklaringen till detta kan vara att pilgrimsfärden oftare sker i närmiljö istället för i fjällmiljö och därmed ges en större valmöjlighet att kunna avstå från pilgrimsfärd i "dåligt" väder. Tolkningen är därför att valmöjligheten bidrar till att optimal naturupplevelse främst nås vid vad som uppfattas som behagligt väder eftersom träningen/erfarenheten av dåligt väder minskar.

3.4 Avslutande diskussion

Utifrån den sammanfattande diskussionen kan konstateras att likheterna mellan vandrarens och pilgrimens förhållningssätt till och upplevelse av naturen är många och betydligt fler än skillnaderna.

Beträffande förhållningssättet är det primära att naturen, av både vandrarna och pilgrimerna, ses som en arena för olika intressen och behov, dvs. det är intresset/behovet som styr vad naturen används till. För studiens respondenter fungerar naturen främst som en arena för avkoppling, rekreation och samvaro där möjlighet till möte med något större än det som sker här och nu ges. Det välbefinnande som erhålls av naturvistelsen är svårt att nå på andra sätt och naturen, med sin tysthet och estetiska skönhet, blir ett optimalt "behandlingshem" för både kropp och själ. Både vandrarna och pilgrimerna kan främst ses som "vandrare" med en blandning av den aktiva och passiva anpassnings-stilen då de förhåller sig till naturen på ett mycket anpassande och värnande sätt. Den mest framträdande skillnaden mellan vandrarnas och pilgrimernas förhållningssätt är pilgrimernas gudliga aspekt av naturen, att den är något av Gud skapad. Vandrarna förhåller sig inte till naturen som om den vore gudomlig. Istället är kulturlandskapets historia präglade för natursynen.

Trots att naturupplevelse är något subjektivt så är naturens utseende av stor betydelse för erhållande av upplevelse för både vandrarna och pilgrimerna. Förutsättningar för upplevelsen, som både är konsumerande och icke konsumerande, är den faktiska förflyttningen och varandet i naturen som både vandring och pilgrimsfärd möjliggör. Upplevelsen, som främst registreras med hjälp av sinnen, uttrycks av både vandrarna och pilgrimerna i religiösa termer såsom gudomlig, storslagen och mäktig och det är genom delandet som upplevelsen förstärks. De tydligaste skillnaderna beträffande naturupplevelse som finns mellan grupperna är väderförhållandenas negativa inverkan som ibland förekommer hos pilgrimerna samt vandrarnas respektive pilgrimernas olika sätt att medvetandegöra naturen.

Både vandrarna och pilgrimerna har ett genuint intresse för naturliv och människor samt en lång och positiv erfarenhetsbakgrund av att vistas i naturen, vilket enligt Pedersens resonemang till stor del kan förklara varför förhållningssättet till och upplevelsen av naturen uppvisar stora likheter respondenterna emellan. Vandrarnas och pilgrimernas positiva bild av naturen och välbefinnandet som infinner sig av vistelsen i den blir en motpool till vardagen och ett sätt att slå sig fri från människans ofria livsstil.

3.5 Förslag till fortsatta studier

Vardagens och arbetets krav och förväntningar leder för många svenskar till ohälsa med i vissa fall sjukskrivning som följd. Utifrån denna studie kan konstateras att människor på

många sätt mår bra av att vandra och pilgrimsfärdas varför ett anammande av dessa aktiviteter i hälsofrämjande syfte är en intressant tanke.

I Norge finns en företeelse som kallas ”Attføringscenter”. Detta är en form av behandlingshem där den grundläggande målsättningen är att bekräfta människovärdet och skapa en positiv självbild hos människor sjukskrivna på grund av ohälsa. Denna form av rehabilitering, som bedrivs i naturnära miljöer, har lett till att ”patienterna” på ett bättre och snabbare sätt kommer tillbaka till ett aktivt yrkesliv.⁵⁸

Både vandring och pilgrimsfärd kan bedrivas enskilt men även under mer organiserade former. Via exempelvis STF och Friluftsrådet anordnas vandringar runtom i Sverige och pilgrimsfärder organiseras på olika orter av bland annat Pilgrimscentrum i Vadstena. Möjligheten att, i likhet med ovan nämnda ”Attføringscenter”, nyttja dessa organisationer i syfte att rehabilitera människor sjukskrivna på grund av framförallt psykisk ohälsa skulle vara ett mycket intressant forskningsområde för fortsatta studier.

⁵⁸ <post@ribo-att.no> Tjenester <http://www.ribo-att.no/om_ribo.htm> (2005-04-19).

Käll- och litteraturförteckning

Otryckta källor

I författarnas ägo

Bandupptagning med utskrifter

Intervju	1	17/3 2005
Intervju	2	17/3 2005
Intervju	3	22/3 2005
Intervju	4	29/3 2005

Tryckta källor

Backman, Erik, "Friluftsliv i skolan", i *Mellan nytta och nöje, Bilder av ämnet idrott och hälsa*, red. Larsson, Håkan, Redelius, Karin (Stockholm: Idrottshögskolan, 2004), s. 174-176

Berg-Sorensen, Terkel, "Naturoplevelser! – Hvad vil det sige?", i *Friluftsliv og Naturoplevelser*, red. Terkel Berg-Sorensen (Dansk Forum for Natur- og Friluftsliv, 1997), s. 48

Dahlgren, Stellan, Florén, Anders, *Fråga det förflutna, En introduktion till modern historieforskning* (Lund: Studentlitteratur, 1996)

Holme, Idar Magne, Krohn Solvang, Bernt, *Forskningsmetodik, Om kvalitativa och kvantitativa metoder*, 2. uppl. (Lund: Studentlitteratur, 1991)

Johansson, Bengt, *Natur och friluftsliv* (Stockholm: Liber AB, 1999)

Kaae C, Berit, Möller Madsen, Lene, "Holdninger og ønsker til Danmarks natur", i *Naturens værdi, Vinkler på danskernes forhold til naturen*, red. Peder Agger, Anette Reenberg, Jeppe Laessøe, Hans Peter Hansen (Köbenhavn: Gads Forlag, 2002), s. 230-231

Lantz, Annika, *Intervjumetodik* (Lund: Studentlitteratur, 1993)

Lindström, Hans-Erik, *Det sjunger under skosulorna – om livet som pilgrimsvandring* (Stockholm: Verbum Förlag, 1997)

Lindström, Hans-Erik, *Gå med Gud, ett sätt att erövra långsamhetens kultur* (Göteborg: Cordia AB, 1999)

Lundahl, Ulf, Skärvad Per-Hugo, *Utredningsmetodik för samhällsvetare och ekonomer* (Lund: Studentlitteratur, 1992)

Patel, Runa, Davidson, Bo, *Forskningsmetodikens grunder - Att planera, genomföra och rapportera en undersökning* (Lund: Studentlitteratur, 1991)

Pedersen, Kirsti, *Det har bare vart naturligt. Friluftsliv – enteressemotsetninger og mangfold*, Dr grads avhandling, NIH 2000

Pedersen, Kirsti, "På sporet av et mangfold av friluftslivsstiler", i *Ud i det fri – Sport, turisme og friluftsliv: Idraetshistorisk årbog 1995 11. årgang* (Odense: Odense universitetsforlag, 1995)

Sandell, Klas, "Från naturliv till friluftsliv", i *Friluftslivets pedagogik*, red. Britta Brügge, Matz Glantz & Klas Sandell (Stockholm: Liber, 1999)

Sandell, Klas, Sörlin, Sverker, "Inledning", i *Friluftshistoria, Från "hårdande friluftslif" till ekoturism och miljöpedagogik*, red. Klas Sandell, Sverker Sörlin (Stockholm: Carlsson Bokförlag, 2000), s. 11-12

Sandgren, Per-Anders, "Pilgrimsvandring – vandring på annorlunda vis", i *De hundra kyrkornas ö 1959-1999*, red. Lundin, Maud (Visby: Stiftssamfälligheten i Visby Stift, 1998), s. 45-49

Schantz, Peter, "Definitioner, perspektiv och avgränsningar", i *Forskning och utbildning inom friluftsliv, Utredning och förslag*, red. Peter Schantz, Ulf Silvander (Hägersten: FRISAM, 2004)

Sörlin, Sverker, "Upptäckten av friluftslandskapet", i *Friluftshistoria, Från "hårdande friluftsliv" till ekoturism och miljöpedagogik*, red. Klas Sandell & Sverker Sörlin (Stockholm: Carlsson Bokförlag, 2000), s. 16-21

Tordsson, Björn, "Om friluftsliv som naturförståelse og om friluftslivets egenart" i *Har fjellet ansikt? - Naturfilosofiske essays*, red. Hans Kolstad (Norge 2000)

Tordsson, Björn, *Perspektiv på friluftslivets pedagogik* (Bö, Högskolen i Telemark, 1993)

Tordsson, Björn, *Å svare på naturens åpne tiltale* (Oslo: Norges Idrettshogskole 2003)

Trost, Jan, *Kvalitative intervjuer*, 2. uppl. (Lund: Studentlitteratur, 1997)

Uddenberg, Nils, *Det stora sammanhanget - moderna svenskars syn på människans plats i naturen*, (Nora: Bokförlaget Nya Doxa, 1995)

Uddenberg, Nils, *Natursyn och handling*, (Linköping: Nils Uddenberg och tema Hälsa och samhälle Linköpings Universitet, 1998)

Artiklar

Sandell, Klas, "Friluftsmotiv förr och nu", *Tidskrift i Gymnastik & Idrott* (1999:9)

Elektroniska källor

Pilgrimscentrum <pilgrimscentrum@svenskakyrkan.se>Pilgrimens själ: Pilgrimshistoria, 2004-10-07 <<http://pilgrimscentrum.org>> (2004-11-08)

Pilgrimscentrum <pilgrimscentrum@svenskakyrkan.se> Pilgrimsliv: Pilgrimsvandringar: Pilgrimsvandringar 2004 <<http://pilgrimscentrum.org>> (2004-11-08)

Pilgrimscentrum <pilgrimscentrum@svenskakyrkan.se> Pilgrimens själ: Sju nyckelord: Översikt, 2004-10-07 <<http://pilgrimscentrum.org>> (2004-11-08)

RIBO Attføringssenter <post@ribo-att.no> Tjenester <http://www.ribo-att.no/om_ribo.htm>
(2005-04-19)

Beskrivning av respondenterna

Vandrare A är 70 år och aktiv i Svenska Fjällklubben. Hans intresse för vandring väcktes vid 19-års ålder under en upptäcktsresa på motorcykel i Norrland då han kom i kontakt med den legendariske fjällvandraren Sten Brander. Stens personlighet, enorma kunskap och vana av fjäll och natur kom att bli en viktig inspirationskälla som lockade fram intresset för vandring och tände nyfikenhetens eld. Innan pensionering togs semestrarna till förfogande för att kunna genomföra vandringar och fjällen har besökts under i stort sett samtliga årets månader. Idag upplever han stor glädje med att vistas i naturen både på egen hand och i sällskap. Som person är han något av en ensamvarg då han gärna vill ha kontroll och hantera saker och ting på egen hand. Han känner respekt för naturen och har lärt känna sin egen begränsning.

Vandrare B är en 53-årig kvinna med bakgrund inom vårdsektorn sedan 1973. Under barndomen tillbringades mycket tid i en by i Hälsingland och naturen har kommit att bli en viktig del av hennes liv. I det vuxna livet har en stor del av semestrarna tagits i anspråk till långa vandringar med familj och vänner i både närmiljö, fjällmiljö och utomlands. Som person är hon utåtriktad för att vara ute i naturen och det vardagliga välbefinnandet upprätthålls genom dagliga promenader.

Pilgrim A är en man i 60 års ålder som arbetar som pilgrimspräst inom Svenska kyrkan. Redan som barn fanns en fascination för äventyrs- och luffarromaner såsom HC Andersens och Bröderna Grimms sagor. Senare i livet, som färdig präst, bedrevs arbete bland Stockholms hemlösa, ett arbete präglat av vandringar på Stockholms gator med en ryggsäck fylld av kaffe och smörgåsar. Vid mitten av 1980-talet fördjupades vandringen till mer regelrätta pilgrimsfärder. Vandring har således varit en stor del av hans liv och han har en stark vandringsådra i kropp och själ. Han ser sig själv som en person med två ben och två fötter som han älskar att nyttja. På sin gravsten vill han därför att det ska stå "Pilgrim".

Pilgrim B är en 76-årig före detta högstadielärarinna som idag på frivillig basis på sin fritid verkar som pedagog i kyrkans regi. Som ung var hon "väldigt mycket scout" och det sättet att leva sitter kvar även idag. Trots sin ålder ser hon sig själv som en tonåring som aldrig blev vuxen och därför är nyfikenheten och intresset för att möta nya människor viktiga delar i hennes liv som ser till att hon varken stelnar i sina åsikter eller i kroppen.

Intervjufrågor till vandrare/pilgrim

- Hur skulle du kortfattat vilja beskriva dig själv som person?
- Varför vandrar/pilgrimsfärdas du? (Vilket är det primära syftet, vad får du ut av din vandring/pilgrimsfärd?)
- När vandrar/pilgrimsfärdas du? (När ges tid till vandring/färd, en del av vardagslivet eller endast på fritiden?)
- Hur uppfattar du/ser du på naturen? (Arena vid behov, naturen en försörjare, naturen en maskin, naturen en resurs, naturen estetisk, identitetsskapande?)
- Beskriv ditt förhållande till naturen. (Kontrollerande dominans över naturen eller underordnad gäst på naturens villkor?)
- Har ditt förhållande till naturen förändrats genom åren och i så fall på vilket sätt? Varför har en eventuell förändring skett?
- Var vandrar/pilgrimsfärdas du helst? (Typ av miljö, landskap?)
- Beskriv din bästa vandring/pilgrimsfärd utifrån ett naturupplevelseperspektiv.
- Vad är naturupplevelse för dig? (Vad upplever du i naturen?)
- På vilket sätt ger vandringen/pilgrimsfärden möjlighet till naturupplevelse?
 - Hur ska vandringen/pilgrimsfärden se ut för att uppnå naturupplevelser?
 - Är naturupplevelsen något du tänker på under vandringen/pilgrimsfärden?
- Vilken typ av naturupplevelser söker du under vandringen/pilgrimsfärden?
- Vad begränsar din naturupplevelse under vandringen/pilgrimsfärden?
- Hur/på vilket sätt registrerar du en naturupplevelse/din vistelse i naturen? (Syn, hörsel?)
- Vad stör din naturupplevelse?
- Har din syn på naturupplevelse förändrats genom åren och i så fall på vilket sätt? Varför har en eventuell förändring skett?
- Har vandringens/pilgrimsfärdens förlopp (ansträngningsgrad, väder etc.) någon påverkan på erhållen naturupplevelse och i så fall på vilket sätt?
- I vilken typ av landskap blir din naturupplevelse störst?