

I et samfund hvor tempoet sjældent sænkes, længes flere efter noget andet – en dybere forbindelse. Men hvordan finder man sin egen vej i en verden, der suser afsted med 210 kilometer i timen?



Af Ida Touborg Larsen

Vintersolen skærer gennem trækronerne og rammer dele af den kolde skovbund i gyldne striber. Alexandra knækker forsigtigt en lille kvist af grantræet. Den sprøde lyd bryder skovens stilhed et kort øjeblik, før hun lader nålene gnide gennem fingrene og indsnuser duften. Dyb og skarp. Frisk og citrusagtig.

Hun blender godt ind med farverne fra skoven. Hun er herude mindst to gange om ugen, og næsten altid alene. Lige præcis dette sted og denne skov er for hende magisk. Det føles som hendes eget hellige sted.

Lille Finland

Stedet hedder Lille Finland. Det gør det, fordi området er omringet af birketræer, og dem er der mange af i Finland. Om sommeren, når der er varmt, går hun nogle gange med bare tæer herude. Bare sådan lige for at suge det hele op. Men i dag er temperaturen omkring frysepunktet, så fødderne er godt pakket ind, og de frosne, visne blade knaser, når hun bevæger sig hen over skovbunden. Hun har boet her i Sorø tæt på skoven i 19 år, men i mange af dem har skoven ikke haft så fremtrædende en rolle i hendes liv. Først da hun blev skilt for syv år siden, begyndte hun at komme her regelmæssigt.



I dag er hun herude for at høste gran. Hun tager lidt fra hvert træ og kun den mængde, hun skal bruge. Jeg tager dig her. Tak for det, siger hun og plukker nænsomt en kvist fra et stort grantræ. De små træer tager hun ikke fra. Lige for tiden er her ikke så meget, man kan høste. Men om sommeren høster hun alle de urter, hun har lært. Noget høster hun til medicin, andet til røgelse, som blandt andet bruges til noget der hedder smoke offerings.

De første skridt mod urterne

Hun har ikke altid forbundet sig med naturen på denne måde. Tænker hun tilbage på sin barndom i 70'erne, voksede hun op med to forældre, der mediterede og gik op i vegetarmad. Men det tætteste, på den urtemedicin, Alexandra i dag sværger til, er, at hendes mor altid gav hende kamillete, når hun var syg.

Urterne fandt hun dog først for alvor, da hun som 19-årig rejste til Florida. Her opdagede hun ”The Downtown bookshop”, et antikvariat i byen Fort Myers. En gammel trævilla. Fyldt med bøger om kunst og natur, urter og olier linet op i gamle apotekerglas, og tørrede buketter hængende langs væggen. Fra Alexandra så butikken første gang, vidste hun, at der måtte hun arbejde. Butikken var

ejt af en kvinde af indiansk afstamning. En yndig og hekset lille skikkelse, med stort, mørkt naturkrøllet hår, som udover at sælge bøger, også arbejdede med urter og æteriske olier. I de seks måneder Alexandra arbejdede i butikken, lærte kvinden hende en masse om urter og olier. Alexandra ser tilbage på tiden med et smil og med minder om at gå rundt i bare tæer og flagrende hippiegevandter, mens klassisk musik spillede i baggrunden. Hun kan stadig dufte bergamotolien, når hun tænker på de mørke ædeltræsreoler, hun polerede i butikken. Kvinden kunne ikke betale hende særlig meget, men det var ligegyldigt, for det var ikke det, der var vigtigt for Alexandra. Gennem livet er der nogen mennesker, vi møder som bliver vigtige nøglepersoner, og for Alexandra er hun en af dem.

Alexandra kom hjem til Danmark med en taske fuld af bøger og hovedet fyldt med viden. Men urterne gled hurtigt i baggrunden. Andre ting fyldte. Hun startede på universitetet, uddannede sig til psykolog og fik børn. Al hendes viden om naturen og urterne fyldte dog stadig i baghovedet, og hun tænkte nogle gange, hvorfor var det meningen, at jeg skulle lære alt det her, hvis jeg ikke bruger det?



Genopdagelsen

Alexandra var i en periode ramt af stress, men da hun kom ud på den anden side, tænkte hun: Aldrig mere. Jeg skal forebygge, at det sker igen, sådan vil jeg ikke have det. Hun genfandt yogaen og meditationen fra barndommen og ungdommen. Urterne lå dog stadig i dvale. Først da hun blev skilt, vågnede det igen. Hun havde tid til at reorientere sig og fordybe sig i de helende praksisser, der gav mening for hende.

Efter skilsmissen blev hun en del af en kvindecirkel. De fulgtes ad i fire år, og delte deres oplevelser med hinanden, lavede røgelse, amuletter og andre ritualer med urter. Alexandra var ikke altid sikker på, hvor meget hun troede på det hele. Men der var noget smukt i bare at gå med - at slippe behovet for at være kritisk og videnskabelig.

Egetræet

Imellem alle birketræerne i Lille Finland, står et stort egetræ. Det er det eneste af sin slags. Alexandra slår sig ned ved træet i det høje græs.

Træet har fået en betydning for hende. Både som et sted, hvor hun kan sidde og meditere op ad stammen og forestille sig den kraft, tålmodighed, standhaftighed og styrke, som træet afgiver. Men træet var også det der for to år siden inspirerede hende til at starte sin egen psykologpraksis, Livstræet. Hun var et sted i sit arbejdsliv, hvor hun havde brug for, at der skulle ske noget radikalt. En dag sad hun ved egetræet helt grædefærdig, hun havde brug for at blive skubbet i en anden retning og vidste ikke, hvad hun skulle gøre. Pludselig kom ideen om, at hun skulle starte sin egen psykologpraksis dumpende, og så var der ingen vej tilbage.



Hjemme hos Alexandra står gamle apotekerglas linet op på hylderne, buketter af tørrede urter hænger på væggene og naturbøger fylder reolerne. Det er hendes æstetik.

Hun laver en kande af sin hjemmelavede universal-te, som består af mynte, hyld og røllike. Duften fylder rummet. Dagens høst hældes ud på bordet. Gran fra skoven og lidt ene fra hendes lægeurtebed i haven. Hun finder et skærebræt og begynder at pille grannålene af. Det skal blive til en antiinflammatorisk salve. Sådan en, der er god til, hvis man er lidt forkølet. Hun hakker grannålene for at frigive olien. Når hun har nok til at fylde et syltetøjsglas, hælder hun olivenolie i glasset.

Alexandra kan godt lide processen i det, at ting tager tid, og at det ikke bare er et quick fix. Hun kan godt lide at forbinde sig med noget, man har gjort i andre tider, og synes, det er interessant, hvordan forskellige folkeslag gennem tiden har fundet frem til de samme planter og lægeurter, selvom de levede så langt fra hinanden. En gang i mellem kan hun godt tage en hovedpinepille, men det er meget sjældent. Hun vil gerne frigøre sig fra medicinalindustrien. Ideen er til sidst at have et hjemmeapotek.



Det ligger i tiden

Nationalmuseet har for nylig haft en stor udstilling om hekse, magi og vølver, og på sociale medier deler flere kvinder, hvordan de frigør sig fra stress og hamsterhjul og forbinder sig mere med hinanden og naturen, som de gjorde for mange år siden. Alexandra vil helst ikke identificere sig med at være en del af en trend, alligevel kan hun ikke undsige sig det helt. Hendes interesse for urterne går langt tilbage, til The downtown bookshop i Fort Myers.

Yogaen, urterne, meditationen og hendes arbejde som psykolog er meget meningsfuldt for hende. Hun kalder det sin forbindende praksis. Hun føler at hun forbinder sig med naturen, med kvinder gennem tiden og med en ældgammel intuitiv viden. Fællesnævneren for Alexandra er, at alle praksisserne for hende er meditative, hjerteåbnende og helende.

Glasset med granolien forsegles. Sådan skal det stå i et par uger. Derefter skal, det sies gennem et stykke stof, og så skal der bivoks og æteriske olier i. Det er en proces, der tager tid og kræver tålmodighed, ligesom mange ting i livet.