

ULRIKA FLODIN FURÅS

..Människan
I VÄXTERNAS RIKE



VOTUM

INNEHÅLL

Kapitel I

SOMMARLANDET 13

- Dubbelexponeringar 14
- Plommon 17
- Persika 18
- Rönnsamak 19
- Libanonceder 19
- Pion 21
- Växtmagi – magiskt skyddande växter 22
- Helande grönska 23
- Samtal med trädgården 25
- Parken – en plats för återhämtning 27
- Detta händer i kroppen när vi är i naturen 29
- Oasen i öknen 32
- Aboriginernas svedjebrukade skogsträdgårdar 33

Kapitel II

VAR LIGGER PARADISET?

– fruktlundens ursprung 37

- Tien Shians paradisiska dalgång 38
- Romarnas cideräppelodlingar 41
- Kalebassens irrfärder
 - att bära med sig trygghet 42
- Sötpotatis – länken till förfäderna 44

Kapitel III

VÄXTERNAS VÄG TILL SVERIGE 49

- Lök 52
- Rova 53
- Persilja 53
- Vejde 53
- Kål 54
- Ärt 55
- Gudarna byter skepnad 56
- Karl den stores trädgårdar 57
- Kolokvint 58
- Bondböna 58

- Morot 59
- Vitlök 60
- Kvitten 60
- Äpple 62

Kapitel IV

VÅR LÄNGTAN TILL GRÖNSKA 67

- Urodingarna som lärde oss om växterna 69
- Hälsoråd från 1000-talet 69
- Äkta kastanj 71
- Körsbär 71
- Citron 72
- Klosterträdgårdarna – rum för livstankar 73
- Mispel 75
- Mariatistel 75
- Portlak 76
- Dill 76
- Lavendel 77
- Ringblomma 77
- Gurkört 78
- Pepparrot 78

Kapitel V

EN NY SYN PÅ NATUREN 83

- Naturen lever och utvecklas 86
- Med öga för insekternas metamorfos 86
- Sockerrör 90
- Kvassia – en medicinmans hemlighet 91
- Ananas – kungen av frukter 92

Kapitel VI

DRA DIT PEPPARN VÄXER 97

- Svartpeppar 98
- Muskotnötens mörka historia 99
- Muskotnöt 101
- Kryddnejlika 103
- Dronten och ebenholtsen 104
- Ebenholts 106
- Gudarnas gåva väcker passionen till liv 107
- Kakao – från helig dryck till storindustri 107

Regenerativ kakaoodling 110
Chili 111
Vanilj 111
Äpplet emigrerar 114
Isaac Newton och äpplets fall mot marken 115
Johnny Appleseeds äppellundar 116
Kristinas Astrakan 118
Röd solhatt 118
Biointensiva odlingar i Paris på 1600-talet 119
Päron – Solkungens favorit 120
Aubergine 121

Kapitel VII

YXAN I KÖRSBÄRSTRÄDGÅRDEN 125

Människan – en art som alla andra 127
Industrierna fjärrar oss från naturen 129
Gräsmattans historia 130
Min barndoms gräsmatta 132

Kapitel VIII

ODLING I ANTROPOCEN 137

Kropotkins kolonilott 138
Trädgården ett refugium 139
Trädgården som hälsans utopi 140
Accelerationssamhället 144
Gammal kunskap och nya rön 146
Bockhornsklöver 146
Pil och vide 148
Fingerborgsblomma 149

Kapitel IV

OM VÄXTERNAS INTELLIGENS 153

Växter som problemlösare 154
Växterna agerar istället för att reagera 155
Växters sömn 156
Kanske sitter växternas intelligens i rötterna 156
Kritik mot växtneurobiologin 158
Växter kommunicerar och minns 159
Växternas samarbete med svamparna 159
Vaniljen dansar genom bina 160

Kapitel X

SLÄPP IN DE VILDA VÄXTERNA 165

Pollen- och nektarrika blommor
 räddar insekterna 167
Stor blåkllocka 168
Rallarros 168
Älggräs 168
Fackelblomster 168
Kaveldun 170
Havtorn 170
Hagtorn 171
Kulturhistoriska ogräs 171
Besksöta 171
Kardvädd 172
Kardborre 172
Kirskaål 172
Våtarv 172
Den postmoderna trädgården 174
Heemparks – på landet i staden 175
Amazonas mitt i stan 176
Vår planet är en trädgård 178
Mikroskogar 178

Kapitel XI

ETT MAKALÖST TRÄDGÅRDSRUM 183

Jätteverbena och järnört 185
Zinnia 186
Pionvallmo 187
Trädgårdsmålla 189
Mangold 189
Ett nytt förhållningssätt 190

EPILOG 193

Författarens tack 195
Huvudreferenser 196
Källor 200
Register 206



Man och kvinna som betraktar månen
av Caspar David Friedrich, romantikens
store landskapsmålare.



Kapitel

I



SOMMARLANDET

Mot torpstugans södervägg på mitt barndoms sommarland växte en vinstock som gav små goda vindruvor med väldigt stora kärnor som syntes genom det gula skalet. Druvorna var svårnjutbara men goda när man väl lyckades pilla bort kärnan utan att halva fruktköttet åkte med. Sötare och med tunnare skal, helt olika köpevindruvor. Jag var stolt över de där druvorna, över att vi i vår familj hade en sådan exotisk rikedom i vår trädgård. Unika druvor. Vinrankan växte där mot söderväggen och pappa beskar den i december varje år. Det var ett väldigt pysslande med vindruvsstocken. På somrarna kunde jag sätta mig intill den, luta ryggen mot den faluröda stugväggen och låtsas att jag var i Frankrike eller så.

Jag var ju bara i Sörmland, vilket inte var så illa när allt kom omkring, och runt torpet som var mitt sommarland fanns en tallskog och en granskog, samt en hage med får, som senare blev vår hästhage.

Det var min farmor som för länge sedan fått vinstocken av en granne som var sjöman och som hämtade med sig plantor från långtbortifrån. Framför mig såg jag en sjörövarlik sjökapten på ett fartygsdäck i oväder med en vindruvsranka i famnen.



Mitt sommarland Loviselund
och den exotiska vinrankan.

I trädgården stod också en rönnsamak och såg exotisk ut. Nu vet jag att rönnsumaken har sitt ursprung i Nordamerika men när jag var liten fungerade den bra som en del av en savann eller utkanten av en djungel. Där fanns en äppellund med underbart goda

äpplen. De hängde i träd som var perfekta att klättra i. Runt alla trädstammar sådde mamma ringblommor varje år, jag tyckte det var snyggt, men jag tror hon hade ringblommorna där mot skadegörare, det var något hon lärt från min farmor.

På kvällarna prasslade det i buskarna, jag kunde ana att det fanns någonting där inne. Och i skogen hoade ugglor.

Rosorna doftade alltid och jag kunde bara sträcka ut handen och plocka de godaste hallonen och jordgubbarna, smultron och krusbär. Vi hade en köksträdgård, en komposthög och en vilt växande humle, som även den fungerade bra som djungel.

Mitt sommarland var hela världen och det var mitt paradiset. Trädgården var ett myller med perenner, aklejer, dillpioner och bondpioner som växte i oordning och gräset slog pappa med lie. Jag har arvt mina föräldrars bohemiska trädgårdsstil, det har inte varit min mening. Jag vet inte hur många år jag försökte kämpa emot. Nu står jag där i ett virrvarr av lyckligt blommande sommarblommor och perenner och trassliga bön-

plantor som spretar åt alla håll, växter som trängs och växer in i varandra. Jag tycker att det är alldeles underbart.

Och jag önskar att jag hade en stickling av vinrankan, det har jag inte, de som fanns har försvunnit under livets alla flyttar och de som bor i torpet nu grävde bort vinstocken när de byggde ut.



Smultron

Dubbelexponeringar

Jag funderar på vad det är med trädgård som gör att pulsen går ner och vi blir lugna och nöjda när vi vistas i grönskan. Och jag tänker en hel del på djupet som finns i vår relation med växterna, dess betydelse och innebörd för oss både symboliskt men också mytiskt.

För att förstå samtidens förhållande till natur och trädgård går jag bakåt i tiden för att se efter hur vi förhållit oss till trädgård och natur i äldre tider. Jag följer i religionernas, myternas, äventyrarnas, kolonialmakternas, folkets, handelsmännens, krigarnas och tänkarnas, de läkekunniga och filosofernas spår.

Vårt förhållande till naturen är dubbelexponeringar, olika lager som ligger ovanpå varandra, naturen skänker skönhet och harmoni, det finns råvaror i den vi kan nyttja – och utnyttja, naturen kan vara oändligt vacker, eller skrämmande.

Människans mångfacetterade förhållande till naturen berättas det om redan i Gilgamesheposet som skrevs i Mesopotamien för cirka 3 500 år sedan i kilskrift på lertavlor. Det är en hjältesaga och en äventyrshistoria, en visdomsberättelse om en ung man som är fåfång och naivt hänsynslös men som utvecklas till det bättre. I både Gamla testamentet och Dödahavsrullarna återfinns detaljer ur eposet. På sätt och vis är eposet början på vår civilisation. När det skrevs ner hade människorna i Mesopotamien redan brukat jorden i flera tusen år. Odlat vete, ärtor och bönor.

Gilgamesh har eventuellt funnits som person, han var kung i stadsstaten Uruk.

I början på berättelsen är Enkidu, Gilgamesh bäste vän, djupt deprimerad, han kommer från den vilda naturen och vill inte vara kvar i staden. Gilgamesh vill muntra upp sin vän och föreslår att de ska ge sig av till den stora cederskogen, som också är gudarnas hemvist för att där dräpa jätten och monstret Humbaba. När Gilgamesh och Enkidu kommer till skogen blir de hänfödda av dess skönhet, så möter de Humbaba, som också värnar skogen, han är själva skogen. Humbaba bönar och ber om att inte bli dödad, Gilgamesh och Enkidu tvekar, men dödar honom ändå. Sedan hugger de ner cederträden, bygger en väldig flotte av cederträden och seglar hem till Uruk och bygger sedan staden med virket från cederskogen. Kvar har de lämnat en förödd skog. Och dåligt samvete har de för att de högg ner en sådan vacker skog.

Lertavlorna med berättelsen om Gilgamesh hittades på 1850-talet när man gjorde utgrävningar av ett bibliotek från 600-talet f.Kr. i staden Nineve och sedan dess har man hittat fler lertavlor ur eposet.

Det är i Nineve Babylons hängande trädgårdar troligen låg enligt legenden. Liksom i andra städer i Mesopotamien fanns där sinnrika vattensystem, bland annat pumpade man upp vatten i cisterner med hjälp av Arkimedes skruv och sedan lät man vattnet noga uträknat flöda nedåt i vattenkanaler från cisternerna. (Arkimedes skruv är en skruv som är dikt i kant med insidan av ett stående rör till viss del fyllt med vatten. När skruven vrider sig uppåt följer vattnet med upp.)

Man lade ner mycket möda och arbete på att anlägga och underhålla sina trädgårdar och man byggde som sagt kanaler och akvedukter för att förse dem med vatten. Odlingar, som köksträdgårdar och vinodlingar, låg utanför stadsmurarna. Innanför fanns lustträdgårdar som palatsträdgårdar och botaniska trädgårdar, där det doftade av aromatiska kryddörter. I lustträdgårdarna kunde man njuta av att vara i skuggan under ett träd, plocka läckra frukter, fly undan de dammiga gatorna



Teckning som visar en relief som föreställer Enkidu eller möjligen Gilgamesh.

och i grönskan andas den friska luft som kom sig av det dunstande vattnet från kanalerna. Ute på gatan fanns inte något som skyddade mot den obarmhärtigt stekande solen. Lustträdgårdarna var muromgärdade, då de var exklusiva, men också kunde inrymma vilda djur.

Fruktträd var lyx i Mesopotamien. Den assyriske kungen Assurnasirpal II (883–859 f.Kr) lät anlägga en stor fruktlund i staden Nimrod med träd som han tagit



Sagoboks-
illustratören
Virginia
Frances
gjorde på
1920-talet
underbara
tolkningar av
bland annat
*Tusen och
en natt*.

med sig från alla hörn av sitt väldiga rike. Frukträderna krävde stor omsorg för att frodas och de sköttes noga eftersom de symboliserade kungens makt. I hans trädgård växte så skilda träd som mandel, dadelpalm, päron, gran, tall och jakaranda. Det var en lustans trädgård och en ynnest att få vistas där, bland trädens överflöd.

Under många hundra år härskade ömsom babylonier och ömsom assyrier i Mesopotamien. Men på 500-talet f.Kr. erövrades området av perserna, som vidareutvecklade trädgårdskonsten till fulländning, de kallade sina trädgårdar för *pairi-daeza*, ett muromgärdat område, som senare i kristendomen blev en synonym till Edens lustgård.

Den persiske poeten och tänkaren Zarathustra som troligen levde någon gång på 1000-talet f.Kr. beskriver de persiska paradisiska trädgårdarna som en plats där den högsta lyckan kunde uppnås, där man kunde finna målet för sin djupaste längtan.

Ur Zarathustras tankevärld föds det som brukar kallas den första monoteistiska religionen zoroastrismen, efter Zoroaster, grekernas namn på Zarathustra. Zarathustra ansåg att naturen skulle värnas, och inspirerade av honom började persiska kungar skapa naturreservat. Vid ett tillfälle planterade Zarathustra en cypress. Av den anledningen ses cypressen som helig inom zoroastrismen.

Trädgården var till för andligt lugn och själsligt välmående. Men här finns också en aspekt av sensuellt njutande. I *Tusen och en natt* beskrivs trädgårdarna på ett målande och lustfullt vis. Plommonen bär samma färger som vackra unga kvinnor, vindruvorna är röda som rubiner och svarta som ebenholts. Intressant är att delar av sagosamlingen också bär drag från Gilgamesheposet.

Även i de persiska trädgårdarna spelade vattnet en central roll, som svalkande, lugnande och livgivande, i trädgårdarna löpte kanaler som gav vatten åt växtligheten. Att erbjuda besökarna skugga var också väsentligt, under träd eller tak kunde man njuta av dofterna, fåglarnas sång och vattnets porlande. Trädgården var till för att stimulera sinnen, ge välbefinnande. De var ett slags grönskans poesi.

Plommon

Plommon, *Prunus domestica*, är en urgammal hybrid av två prunusarter som växte vilt i Kaukasien. Från detta urplommon har många plommonsorтер korsats fram. De odlades i Europa redan för flera tusen år sedan. Krikon, *Prunus insititia*, kom troligen till Norden redan under stenåldern.

Grekerna och romarna odlade plommon och spred plommonet i Europa, något som de medeltida munkarna fortsatte med.



Mandel



Illustration från 1909 av den i USA verksamme Alois Lunzer.



Reine Claude

Som medicinalväxt användes – och används den – mot tröga magar. Förr pressade man olja ur dess kärnor och andra arter är lämpliga att torka. Plommonen äts färska och användes också i matlagningen. Plommonet fanns med i den första svenska farmakopén, alltså förteckningen över läkeörter, som gavs ut 1775. En fransk 1500-talsdrottning vid namn Claude var förtjust i plommon och gav namn åt plommonsorten Reine Claude.

Solkungen, Ludvig XIV, sin tids trendsättare, var dock inte förtjust i plommon, han ansåg dem fula och vulgära, av den anledningen var plommon inte så populära under hans regeringstid, 1643–1715.

Persika

Persika, *Prunus persica*, odlades redan för 6 000 år sedan i Kina och dess ursprung är dalgången längs floden Yangtze, nära Shanghai. Romarna upptäckte persikan i

Persien och kallade den därför *Malum persicum*, persiskt äpple. Persikan var känd i det gamla Egypten där olja från kärnan användes för att med gift avrätta förbrytare. Kärnorna innehåller nämligen glykosiden amygdalin som förvandlas till cyanid. I dag utvinns oljan ur kärnorna för att användas bland annat i kosmetik. Ordet amygdala, en del av hjärnans emotionella nätverk, kommer från grekiskans ord för mandel, en annan *Prunus*-art, *Prunus dulcis*, sötmandel, som även de innehåller agmygdalin, dock i mycket små mängder.

Under 1950-talet på Sveriges lantbruksuniversitet i Alnarp, provodlades persikomandel, en hybrid mellan persika och mandel, för att se om den klarade det svenska klimatet. Sedan dess finns exemplar av persikomandel i Alnarp och andra delar av Skåne, Sydsverige och Gotland. Kärnorna används som sötmandlar.

I Kina symboliserade persikan odödlighet; en mäktig gudinna som var moder till Asien hade i sin trädgård ett stort persikoträd som var 3 000:e år bar frukter som gav evigt liv åt de som åt dem.

I Kina och Japan tänkte man sig också att persikoträdet existerade i gränslandet mellan liv och död och således erbjöd människorna kon-



Illustration av skotten Walter Hood Fitch från 1870-talet. Fitch illustrerade många botaniska verk och medverkade i *Curtis's Botanical Magazine*.

takt med de döda och gudarna. Persikoträdet höll också de onda andarna, Oni, borta. Alla dessa andar är dock inte onda, det finns även skyddande goda Onis.

Rönnsamak

Rönnsumaken, *Rhus typhina*, är ursprunglig i östra Nordamerika där ursprungsbefolkningen använde den både för föda och medicin. Rönnsumaken ansågs livgivande och botade bland annat halsont, var diuretisk och sammandragande. Av de ludna vinröda frukterna gjordes en dryck som ansågs mycket hälsobringande och som numer kallas Indian lemonade, en syrlig välsmakande saft rik på vitamin C och antioxidanter. Av bark, blad och frukter färgades också tyg och läder i kulörer från gult till svart. Linné, som gav rönnsumaken sitt latinska namn, tyckte att de upprättstående fruktklasarna påminde om hjorthorn, på engelska heter också växten staghorn sumac. Trädets unga grenar är ihåliga vilket gjorde dem till viktiga bruksföremål, bland annat tappade indianerna lönsav med dem, och täljde flöjt av dem.

Navajoindianernas shamaner använde rönnsumaken i helande riter och andra stammar har använt den i kvinnliga initiationsriter. I dag har delar av den moderna shamanismen plockat upp rönnsumaken och inspirerad av dess medicinska egenskaper och dess spektakulära utseende vill man ge den nya symboliska innebörder som naturens inneboende vilda kraft, ett livets träd som ger energi och styrka. Dess betydelse för den biologiska mångfalden understryks också, blommorna är rika på pollen och nektar och bären är mat för fåglarna vintertid.



Växtplansch från 1600-talet föreställande rönnsamak illustrerad av Hans Simon Holtsbecker, verksam i Hamburg.

Libanonceder

Libanonceder, *Cedrus libani subsp. libani*, är alltså ceder av den typ som Gilgamesh och Enkidu högg ner. Stora delar av Levanten, inklusive Libanon, täcktes av en gigantisk cederskog som också var gudarnas boning, skyddad av den sumeriske guden Enil. I tusentals år har ceder också varit symbolen för Libanon. Om Gilgamesh var

den som började hugga ner cederskogen så var han inte den sista utan starten på ett mångtusenårigt brukande. Fenicierna byggde sina skepp med cederträ, egypterna använde harts från ceder i balsameringsprocessen, kung Salomo byggde templet i Jerusalem med cederträ. Och så vidare. Libanonceder växer på mycket hög höjd och det är ett gigantiskt grafiskt vackert träd som kan bli 40 meter högt och har en imponerande stam. Libanonceder är ett omtyckt träd att plantera i större parker.



Libanonceder
illustrerad
av den tyske
botanikern
och läkaren
Christoph
Jacob Trew,
1700-tal.

I dag finns de ursprungliga vilda libanoncederträden bara kvar i Kadishadalen och där finns blott en liten andel träd kvar. Under medeltiden anlades kloster i ceder-skogen i denna dal, den successiva minskningen av antalet träd finns noterat i skrifter sedan 1500-talet.

Pion

Pioner, *Paeonia*, växer vilt i både Asien, Nordamerika och södra Europa. Det finns många pionarter och ur dessa har nya pioner förädlats fram. Pioner symboliserar kärlek, välgång och hälsa och används gärna i bröllopsbuketter. Under antiken trodde man att pionens ursprung var månen och att blomman var skapad av månens gud Selene.

Pionens namn kommer troligen från guden Paion som var de grekiska gudarnas läkare och grekiskans paionios betyder välgörande och hälsosam. Paion var elev till läkekonstens gud Asclepius, men när det visade sig att Paion var skickligare än sin läromästare blev Asclepius arg och ville döda honom. Zeus räddade Paion från döden genom att förvandla honom till en pion.

I Europa spreds pionen av romarna, som hade den med sig under sina fälttåg. Den gav gudomliga krafter under striderna och fungerade som läkemedel till sårade soldater.

Till Norden kom den under medeltiden och den var mycket vanlig i klosterträdgårdarna. Som medicinalväxt användes främst rötter och frön. Pionen botade huvudvärk och lindrade epilepsi.

Inom den kinesiska medicinen användes också pionens frön och rötter och görs så än i dag som blodtryckssänkande och kramplösande, den stimulerar också immunförsvaret. I äldre tider användes den lindrande vid barnafödsel.

Som trädgårdsväxt är den också mycket gammal, i Kina fanns den i trädgårdarna redan för 3 000 år sedan. I Sverige odlades den först i de översta samhällsskiktens trädgårdar. När allmogen blev förtjust i den började de besuttna tycka att den var vulgär, därav kallades den bondpion, *Paeonia festiva*, och de övre skikten övergick till att ha den mer exklusiva luktpionen i sina trädgårdar.



Illustration av *Paeonia peregrina* av Walter Hood Fitch i *Curtis's Botanical Magazine* 1918.

Växtmagi – magiskt skyddande växter

Det finns ytterligare en aspekt av människans relation till trädgård, grönska och natur som på ett annat plan samspelar med oss och vars klanger det finns spår av än i dag. Om du kommer till ett torp och upptäcker att det växer en libbsticka vid förstukvisten så är den placeringen inte av en slump och libbstickan står inte där för att den skulle vara lätt att nå för husmor när hon lagade mat. Libbstickan är högt troligen placerad där för att den skyddade dem som bodde i huset från råttor, ormar, pest och spöken. Libbstickan och andra skyddsväxter skapade trygghet och därmed lugn. Så om du vill ha kvar äldre tider i din trädgård, gräv aldrig upp en gammal växt innan du tagit reda på dess historiska betydelse.

Växter som genom århundradena läkt oss och gett oss skydd och kraft är många. Och när man upptäckt dem och lärt deras betydelse förvandlas trädgårdsrummet till en djupare berättelse. Johannesörten, som har en förmåga att se rufsig och ovårdad

ut ett stycke in på sommaren, skyddade boskapen mot djävulen. Nämnad libbsticka, åbrodd och vinruta skyddade mot spöken, pesten, råttor och ormar. Det är inte bara i vår svenska folklöre växter har magiska skyddsfunktioner, över hela världen ges växterna liknande funktioner. I gårdsplanens träd och buskar bor andar som skyddar de boende mot ont. Människorna måste hålla sig väl med dessa väsen som befolkade världen, som fanns fast de inte var helt synliga. Som gårdstomten, eller vården som bodde i vårdträdet. Huldrorna befann sig i gränslandet mellan trädgårdens ordnade natur och den vilda skogen, utmarken.

Det handlar om en allmogens föreställningsvärld, ett sätt för vanligt folk att förklara livets skeenden, men också ett sätt att förhålla sig till den omgivande naturen. På så sätt blir naturen också en plats där man kan utläsa olika saker, man skulle kunna kalla det spådomar, möjligen rebusar. De som kunde uttyda spådomarna var de kloka gummorna och gubbarna, spåmännen, druiderna och



Libbstickan var inom folktron inte bara skyddande utan också lockande. Den var en kärleksört och ett afrodisiakum. Illustration ur *Icones planetarium*, 1804.

nåjderna. Inom kungahusen var det astrologerna som hade denna förmåga att ur stjärnornas och planeternas ställning på himlavalvet genom matematiska uträkningar se vad som skulle hända härnäst.

De västerländska mystikerna och esoterikerna, som alkemister och hemliga ordensällskap, såg naturen som levande, undflyende, lockande, fylld av ande.

Det är inte så länge sedan vi klev in i den rationella världen, naturen avförtrollades och vi upphörde att tänka på växtligheten som någonting fyllt av gäckande väsen som man inte riktigt visste var man hade, men som man alltid behövde förhålla sig till, som den tjurige gårdstomten.

Helande grönska

Redan i Gilgamesheposet beskrivs hur naturen skänker den som vistas där glädje, styrka och kraft och under antiken rekommenderade läkekonstens fader Hippokrates skogspromenader och han anlade också en hälsoträdgård. Filosofen Epikuros kom fram till att stadsgrönska var bra för stadsbornas välmående och skapade en hälsoträdgård även han. Platon och Aristoteles var inne på samma bana. De aspekter som lyftes fram var grönskans estetiska skönhetsvärden. Ofta beskrevs stadens trädgårdar poetiskt och trädgårdarna gavs också religiösa dimensioner. Så även under medeltiden, särskilt i klosterträdgårdarnas slutna rum där växterna frodades inom kvadratisk formade och noga avgränsade bäddar med gångar och luft emellan varje kvarter. De munkar och nunnor som levde sina liv i klostret och dess fruktlundar, örta- och köksträdgårdar kunde under sin vistelse i trädgården studera naturen. Bland andra Thomas av Aquino ansåg att man i naturstudierna kom Gud nära.

Kålgårdarna låg i städernas utkanter, där odlade stadsborna sin mat till familjen, men i kålgårdarna fanns också utrymme för varandet, på gräsbeklädda bänkar kunde man slå sig ner och vila en stund, lyssna till vinden i träden.

Under renässansen tillkom också det gyllene snittet som en ytterligare skönhetsaspekt och siktlinjerna kunde ibland åstadkomma häpnadsväckande djup i trädgårdarna. Raka linjer skapade harmoni, men där fanns också vinklar som väckte besökarnas nyfikenhet och förhöjde känslan i trädgården, gav den en estetisk hänförande effekt. Även i dessa trädgårdar blandades det stramt geometriska med grönskans friare böljande former.

Än i dag är den estetiska parametern central när vi värderar stadsgrönska. Det finns andra aspekter än rent estetiska som också är viktiga för vårt välmående. Stadens parker är platser där man till exempel kan leka, motionera och träffa sina vänner. Ju större städerna växer sig, desto viktigare blir stadsgrönskan. Vi stadsbor i små som stora städer behöver inte bara tillgång till drägliga bostäder till överkomliga priser, vi behöver också grönområden.

Samtal med trädgården

Kan vi hitta en ny relation till trädgården och naturen i den? Om man vill närma sig en trädgård och få ett verkligt utbyte av den så måste man slå av på takten. Ofta sker det helt naturligt, och utan att man tänker på det så infinner sig ett flöde. Jag kan längta efter samtalen med växterna, jag gör det särskilt under vårvintern när allt är sterilt och grått och isigt och man inte tror att någonting någonsin ska kunna börja växa igen.

I dag finns flera strömningar inom trädgårdsodlingen som leder in naturen i trädgården, som förvildar den utan att för den skull försumma den. Allt fler börjar plantera vilda blommor i trädgården och utforma odlingar som efterliknar skogen. Vi skapar nya kretslopp i våra trädgårdar, där humlor, grodor och igelkottar trivs. Och i städerna planterar vi stadsskogar och ätbara parker, fulla med fruktträd och bärbuskar. Det är trädgårdsideal och estetik som ofta resulterar i lummiga oaser, trivsamma att vistas i.

Att sköta en trädgård är att samtala med den, att glömma tid och rum. Nu är det ju inte ett riktigt samtal som pågår, jag pratar inte med växterna utan känner mer in stämningar och ser hur de mår. Något liknande gäller för mötet med skogen, när ett harmoniskt flöde uppstår. Men ibland, kan jag erkänna, måste jag koncentrera mig, få bukt på rastlösheten för att få den ro som krävs för att jag ska nås av det lugn som skogen ger mig; när jag stannar upp och andas, lyssnar, vilar i dofterna, noterar hur vinden rör sig mellan träden. Och kan ana det som gömmer sig i mellanrummen mellan odling, natur, kultur och trosföreställningar.

Allt oftare händer det också att jag saktar ner farten, rörelserna, vandrar långsammare, rensar ogräs utan mobilen i fickan eller klockan på armen och då upptäcker jag något annat, jag blir någon annan i naturen och grönskan där tiden inte längre spelar någon roll. Det är när jag lyckas få tiden oviktig som jag också kan börja känna välbefinnande och tacksamhet. När naturen börjar tala till mig. När jag befinner mig i samma rymd som växterna, det är då jag kan känna naturens och trädgårdens klanger. Det är då jag kan uppleva det innerliga välmående som naturen ger.

Då återkommer min barndoms tankar om att växterna har en egen agenda, en egen agens. Att växterna finns för sin egen skull, alldeles oavsett oss människor. Att det finns händelser i naturen som vi människor inte har något med att göra. Att växterna har en alldeles egen plan.

Jag betraktar en snärjmåra som gömmer sig bland myskmadran och som tycks göra sitt bästa för att kamouflera sig, se ut som en myskmadra för att slippa bli bortrensad. Aha, tänker jag, du må ha en plan, men jag ser dig nog. Du måste vara smartare än så för att slippa bli borttryckt.

Växterna tycks också vilja ha uppmärksamhet från oss. Dess skönhet finns där för att locka till sig pollinatörer. Men är det så att de också gör sig vackra – har



Myskmadra

evolutionerat fram skönhet – för att vi ska pyssla om dem? Vårda och värna dem? Att vi ska bli förälskade i dem, vurma för dem? Som dahlia- eller orkidésamlaren? Falla pladask för en rar viol?

Jag har samtalat med vänner, kollegor och forskare om detta – om växterna och oss. Om relationen mellan naturen och trädgården och människan ur olika perspektiv.

Den spanske filosofen Paco Calvo är en av dem jag pratat med, han studerar växters beteende, kallar det en särskild slags intelligens och menar att ogräsen är smartare än odlade växter just för att de hela tiden riskerar att rensas bort. Ogräsen måste hitta strategier för att föra sitt släkte vidare, medan tomater och gurka lojt står och väntar på näring och vatten och förlitar sig på att vi ska pyssla om dem. Det är därför våra grönsaker så lätt blir offer för skadegörarna. För att de saknar ogräsens list. Mer om detta senare i boken.

Ogräsens listighet är något jag ofta tänker på när jag rensar ogräs, det blir ännu roligare att överlista dem då. Och vad är ett ogräs förresten? En växt som växer på fel plats brukar man säga. Förvisso, och även snärjmåran hade en funktion förr i tiden, man rullade ihop den till en boll och silade mjölk igenom den för att få bort småflugor och annat bös. Numer är det också alltfler som förespråkar att man ska ha kvar en viss mängd snällt ogräs, som våtarv, i odlingsbäddarna och låta ogräset agera marktäckare, så att jorden inte ligger bar.

Rysk
martorn och
stenhumla.



Parken – en plats för återhämtning

En gräsgrön guldbagge kravlar runt på aklejrutans fluffiga bolster av rosa blommor, ett tungt lastat honungsbi flyger hem med pollen mot bikupan, en talgoxe tar ett bad i en skål fylld med vatten. Ett stycke bort rafsar en koltrasthona runt bland gamla löv under en buske. Några jordgubbar är färdiga att plockas. Roströd linnétagetes skapar blickfång i det grönskande rummet, vår uteplats med sina väggar täckta av växter.

Här på uteplatsen omsluten av grönskan är luften en annan, friskare, mer syresatt. Det är just på uteplatsen jag sitter när jag skriver detta. Det är juni, molnigt och inte särskilt varmt. De röda vinbären håller på att mogna, ovanligt tidigt, och solens strålar gör att vinbären glittrar som pärlor. Den senaste veckan har det regnat mycket, grönskan är mättad, intensiv. Jag känner att växterna mår bra, de har fått sin näring från gräsklipp och stallgödsel. Regnet gör att de lättare kan ta till sig den. På kvittenträd och äpple finns kart som ger hopp om skörd i höst.

Uteplatsen ligger i kanten av Tantolunden i vars träd fåglar gärna sitter. Framför allt koltrastar, detta är koltrastarnas park. Så här års har deras sång ändrat karaktär från vårens lockande läten till sommarens tjatter. En fluga flyger förbi. På gångvägen utanför är några barn och deras föräldrar på väg till lekplatsen. I parken och lunden breder koloniträdgårdarna ut sig. Gröna oaser där stadsbor odlat i över 100 år. Själva parken anlades tidigare än kolonilotterna, redan under slutet av 1880-talet som en av min stads första publika parker. Stockholmarna fick en lummig lund där de kunde ta igen sig och träffa vänner. Runt om i Stockholm och andra städer etablerades lummiga parker för stadsborna att njuta, promenera och lata sig i. Ligga i gräset, betrakta molnen och tugga på ett grässtrå. Då liksom nu är Tantolunden full av liv. Här tillbringar de som är kvar i staden sina somrar. Parken är en trädgård för alla som inte har en egen, precis så som det var tänkt när den skapades för länge sedan, när landsbygdens folk flyttade in till städerna och fabrikena.

Industrialismen förändrade vårt förhållande till grönska, stad och natur. *Spinning Jenny* brukar räknas som en startpunkt för industrialismens tidevarv, den hade ett poetiskt namn, men var en dammande, skramlande maskin som spann tråd med en aldrig skādad hastighet. *Spinning Jenny* började användas i den engelska textilproduktionen under 1760-talet och med henne och andra uppfinningar omformades västvärlden och människorna fick fixa arbetstider och försvann in i fabrikena, bort från naturen och in i smutsen och bullret.

Redan i början på 1800-talet höjdes röster runt om i Europa för att skapa bättre livsvillkor för arbetarna på bruken och i de industrialiserade städerna. I bland annat England, Tyskland och Frankrike började välgörenhetsorganisationer arbeta för att ge stadsborna frisk luft, ljus och lummiga trädgårdsrum. Man diskuterade stadsbornas behov av grönska och anlade publika parker med vackra promenadstråk och koloniträdgårdar, platser där arbetarna kunde umgås och få motion, odla grönsaker, hålla sig sunda, underförstått vara ute i friska luften istället för att gå på krogen och

supa. Alkoholmissbruket var utbrett och ett samhällsproblem, för stadsmiljöerna var eländiga. På många håll var läget akut, stadsbornas, särskilt de fattigas, livsförutsättningar var usla. Under 1870–1880-talen var boendeförhållandena i Sverige ett av Europas sämsta. Folk bodde illa, familjer levde trångt i dragiga smutsiga kyffan.

Slummen bredde ut sig i städerna. Jag tar Stockholm, min hembygd, som exempel. Vid det som i dag är det tjusiga Hornsberg bodde folk i jordhålor och skjul, och i



Augusti-
månads
illustration
av franske
Eugène
Grasset.
Sekelskiftet
1900.

de senare bortsprängda Tyskbagarbergen som låg nära Valhallavägen inredde människor provisoriska hem i kojor som klättrade längs klippskrevorna, i Lill-Jansskogen bodde folk i tält. I ett nedlagt kolerasjukhus delade 450 personer på 17 rum.

Tantolunden angränsar till en vik av Mälaren, Årstaviken, och när jag tar en promenad bland koloniträdgårdarna som klänger sig fast på slänten ovan strandpromenaden och ser ut över Årstaviken så vet jag att det på andra sidan vattnet för drygt hundra år sedan låg ett gytter av slumbostäder. Det är för inte så länge sedan. På sommaren gick det väl an att bo i ett dragigt skjul, men på vintern? Det måste ha varit förfärligt.

Detta händer i kroppen när vi är i naturen

Lösningen då på 1800-talet och under 1900-talets början för att få en välmående stadsbefolkning, var grönskande städer. Att grönska ger stadsbor välmående framhålls även i dag, och det finns mycket forskning som påvisar detta.

Vi trivs i grönskan och dragningen till den finns nedärvt i oss. Begreppet biofil innebär att människan har ett inneboende behov av natur eftersom det är i naturen som vi utvecklats som art. Djupt inne i oss vet vi att naturen är bra för oss. Behovet av att vara i grönskan är genetiskt nedärvt, vi trivs i naturen, här vet vi att det finns gynnsamma livsbetingelser som mat, vatten och skydd. Teorin om biofil kommer från socialpsykologen Erich Fromms idéer om människans djupaste behov och utvecklades vidare av biologen Edward O Wilson på 1980-talet. Som bevis för att



Lekande barn
i en park
i Stockholm
under
1900-talets
början.



vi människor är ihopkopplade med naturen tog Wilson exempel som att de flesta av oss hoppar till när vi ser en orm komma slingrande. Våra kroppar är beredda på flykt innan vi hunnit tänka tanken på flykt. Reaktionen kommer från amygdala, den äldsta delen av vår hjärna, en del av den så kallade reptilhjärnan.

Att naturen utgör en stark dragningskraft på oss människor syns också i att vi, särskilt när vi är små, dras till djurungar. Jag kommer också att tänka på barns benägenhet att bygga kojor så fort de får tillfälle, kanske är det också detta nedärvda behov av att vara i grönskan som gör att en del av oss blir hängivna trädgårds- och friluftsmänniskor.

Intuitivt vet vi att grönska och natur gör oss lugna i själen, en promenad i skogen gör oss avstressade. Naturen har alltså en förmåga att hela oss. WHO har slagit fast att för att vi ska må bra bör vi ha ett grönområde i vår närhet så att vi kan vistas där och genom det hålla oss friska och välmående. Stadsbor behöver tillgång till både parker, trädgårdsrum och natur. Många undersökningar och forskningsrapporter vittnar om att hjärt- och kärlsjukdomar minskar hos dem som spenderar mycket tid ute i det gröna. Antalet friska år ökar medan risken för diabetes typ 2 liksom att psykisk ohälsa minskar när vi är i grönskan.

Det handlar inte bara om att vi erfar en må bra-känsla, varandet i naturen och trädgården påverkar både kropp och själ rent konkret.

Vi behöver dagsljuset som har en våglängd som är svår att ersätta med elljus. När vi är i dagsljus ökar nivån av betaendorfiner, de som gör att vår inre stress minskar, vi får bättre aptit, blir på gott humör och slappnar därigenom av. Dagsljuset påverkar också vår kroppsklocka så att sömnen blir bättre och mer regelbunden vilket i sin tur leder till att risken för depression minskar. Morgonljuset höjer våra kortisolnivåer som gör att vi vill gå upp, kvällsljuset ökar våra melatoninnivåer så att vi vill vila och så småningom sova.

Solljuset mot huden gör också att de livsnödvändiga D-vitaminerna bildas under huden. D-vitamin gör skelettet och tänderna starkare. När huden nås av solljus aktiveras också immunförsvaret och gör att risken för autoimmuna sjukdomar minskar.

Luften i parken är renare och friskare än på den trafikerade gatan, grönskan inbjuder till fysisk rörelse och äldre som ägnar sig åt trädgårdsarbete håller sig i fysiskt bra form längre än de som inte har en trädgård eller kolonilott att sköta om.

Grönskan är också en själsligt återhämtande miljö. Vi är en del av naturen och inte skild från den. Naturen och stadsgrönskan är en plats där existentiella reflektioner tillåts. Forskning på grön rehabilitering visar att människor som under sin rehabilitering fått vistas i naturlig, stillsam och omfamnande grönska vittnar om en närhet till naturen där de existentiella tankarna blir en del av återhämtningen. Att vistas i naturen ger också en känsla av att vara en del i världsalltet. Ibland närmar sig denna känsla religiösa dimensioner.

Vi lever i mätandets tidevarv – men hur mäter man välmåendet i trädgård och natur? Landskapsarkitekten och forskaren Patrik Grahn i Alnarp har tillsammans

med kollegor tagit fram en modell som visar vad det är i stadens grönytor som vi människor mår bra av och på vilket sätt vi mår bra av olika natur- och parktyper. Modellen är tänkt som ett hjälpmedel för stadsplanerare, fastighetsägare, byggherrar, arkitekter och landskapsarkitekter. Den delar upp stadsgrönskan i lugna miljöer med milda färgskalor, som ger vila och återhämtning – platser som uppfattas som trygga, omfamnande och rofyllda – medan gröna miljöer med vackra designade blomsterrabatter och ytor för lek och picknick stimulerar till aktivitet. De lugna gröna miljöerna är i högre grad naturliga och fungerar rehabiliterande, medan de aktiva gröna miljöerna oftare är formgivna för att vara sociala och fulla av intryck. Vi människor behöver tillgång till bägge typerna av miljöer, vilka vi behöver vid ett tillfälle beror på hur vi mår just då.

Oasen i öknen

Åter till det praktiska sättet att förhålla sig till natur och grönska och till en annan miljö än de nordiska landskapen, till öknens oaser, som var skyddande platser där karavaner kunde vila och äta gott. Från dem kunde man på långt håll se om någon närmade sig och de höga dadelpalmerna gav nödvändig skugga. Oasen var en livsviktig, livgivande plats. Ofta använder vi också ordet oas i en överförd betydelse, en oas är en källa för kreativ inspiration, en plats där man får idéer och nya kunskaper. En plats där man får energi. Dadelpalmerna i öknen gav också energi rent konkret i form av söta, fiberrika dadlar som dessutom var lätta att lagra och ha med som proviant. Dadelpalmerna skyddade också oasens övriga växtlighet mot sol och sand-



Oljemålning,
Oas i öknen
av Antal
Ligeti, 1862.

stormar. En dadelpalm står stadigt med sin pålrot djup ner i öknens sand. Det är inte för inte som dadelpalmen på latin bär fågel Fenix namn, *Phoenix dactylifera*. Fenix är den mytiska fågeln som återuppstår i askan ur elden som förgjort den. Palmerna var livets träd, hade en egen gudinna och skyddande andar.

Oaserna var egna ekosystem, växterna där stöttade varandra och var anlagda ungefär som dagens skogsträdgårdar. Under de höga palmerna växte fikon och andra fruktträd och intill dem låg köksträdgårdarna. I oaserna vilade människorna ut efter strapatserna i öknen och provianterade inför nästa etapp på sin fortsatta färd.

Aboriginernas svedjebrukade skogsträdgårdar

När jag tänker på oasernas odlingsteknik så associerar jag vidare till aboriginernas odlingsmetoder. När engelsmännen kom till Australien möttes de av prunkande skogslika miljöer med en intensiv växtlighet, där det mellan träden fanns odlingar av grödor som jams. Aboriginerna hade utvecklat egna odlingsmetoder som fungerade väl i den natur de levde i och möjligen hade de brukat enligt dessa metoder under åtminstone 30 000 år. Metoderna påminner om svedjebruk och våra tiders skogsträdgårdsodling. Britterna såg något annat, en bördig natur som inte odlades enligt det europeiska sättet att odla – med åkerbruk och plantager. Enligt deras sätt att se var aboriginerna samlare och jägare, och ett folk som inte brukar jorden kunde heller inte hävda sin rätt att behålla jorden. Britterna flyttade på aboriginerna och började bruka den bördiga jorden enligt europeiska metoder. Det fungerade inte bra, marken förvandlades till obrukbar öken. Numer, när stora svårsläckta skogsbränder blir allt vanligare i Australien, vill myndigheterna lära sig av aboriginernas sätt att använda och tämja elden såsom de gjorde med sitt svedjebruk. Man har insett att aboriginerna levde med naturen i ett slags symbios där aboriginerna förstod växtligheten och elden och odlade utifrån dessa element. Britternas och aboriginernas sätt att förhålla sig till naturen var helt motsatta.

Britterna satte sina behov före naturens medan aboriginerna gav naturen och människan lika värde, med naturen som centrum. I dag växer en ny ekocentrism fram, då naturens behov sätts i centrum. Ekocentrism kan vara att ge naturen juridiska rättigheter så att exempelvis en skog via juridiska ombud kan hävda sin rätt att inte bli exploaterad. Detta har blivit verklighet i Nya Zeeland där naturområdet Te Urewera getts samma juridiska rättigheter som medborgarna.

Ekocentrism är ett förhållningsätt som liknar urbefolkningars sätt att se på naturen – där växter, djur, floder och väderfenomen äger en själ och en egen vilja, eller agens. Urfolkens idé om person och själ skiljer sig från vår uppfattning av vad som är besjälad. I vår tid är det att sätta naturen i centrum, en metod att göra naturen synlig och att lyfta upp naturens behov. Det handlar också om att människan mår bra i en natur som mår bra.