

# PLATSER FÖR KONTEMPLATION I VÅR NÄRA UTOMHUSMILJÖ

- *Från minneslundar till grönområden*

Places for contemplation in our close outdoor environment

- *From memorials to greenbelts*

# PLATSER FÖR KONTEMPLATION I VÅR NÄRA UTOMHUSMILJÖ

- *Från minneslundar till grönområden*

Places for contemplation in our close  
outdoor environment

- *From memorials to greenbelts*

Titel: Platser för kontemplation i vår nära utomhusmiljö  
- *Från minneslundar till grönområden*

Engelsk titel: Places for contemplation in our close outdoor environment  
- *From memorials to greenbelts*

Författare: **Therese Ingerdal**

Handledare: **Carola Wingren**, SLU landskapsarkitektur

Bitr. Handledare: **Mats Lieberg**, SLU landskapsarkitektur

Huvudexaminator: **Eva Kristensson**, SLU landskapsarkitektur

Bitr. Examinator: **Patrik Grahn**, SLU Arbetsvetenskap, ekonomi och miljöpsykologi

Självständigt arbete vid LTJ-fakulteten, SLU

Omfattning: 30hp

Nivå och fördjupning: Avancerad E

Kurstitel: Examensarbete i Landskapsarkitektur

Kurskod: EX0258

Program/Utbildning: Landskapsarkitektprogrammet

Utgivningsort: Alnarp

Utgivningsår: 2009

Omslagsbild: Therese Ingerdal

Nyckelord: Kontemplation, Grönområden, Sekularisering, Gestaltning, Andlighet, Minneslund

## Förord

Mitt examensarbete påbörjades sent på våren 2008 och under tiden har jag klarat av en flytt från Malmö till Stockholm, varifrån jag sedan skrivit mitt arbete på distans. Det här ämnet har varit engagerande och det har nog påverkat mig mer än jag egentligen vill erkänna för mig själv. Jag har fått möjligheten att behandla komplexa ämnen som berör oss alla på något plan och har under processen vuxit mentalt.

Det stora stödet jag fått under den här tiden är jag tacksam för och jag vill passa på att tacka min familj och vänner för bland annat oväntade men välkomna små fikapauser. Speciellt vill jag tacka Peder, för att han tror på att jag kan och för hjälpen och engagemanget när det känns svårt.

Naturligtvis vill jag också tacka mina handledare och de personer jag intervjuat i arbetet, För att de avsatt tid och bidragit med många viktiga tankar och intresserat diskuterat ämnet.

*Therese Ingerdal*

## Abstract

Today, many people have the need of contemplation due to higher stress levels in every day life compared to before. By examining the conditions of a secularized place of contemplation in greenbelts close to residential areas, I hope to contribute to a more balanced picture of how we utilize our greenbelts in the future. This kind of place is not a common phenomenon in our everyday outdoor environment.

I have taken my starting-point in the traditional memorial and by that means been able to study the design of an existing delicate environment intended for mourning and contemplation. In this paper I review foremost the secularized place of contemplation in greenbelts close to residential areas from two central questions. First I examine its possibility to function as a place for mourning and contemplation. Further more I have tried to bring forth the essential elements and materials that are of importance in its design. Based on the result, a design proposal has been produced in aim to examine what a secularized place of contemplation can look like. I base my work on the conviction that there is a need of easily accessible, secularized places of contemplation in greenbelts.

To achieve a realistic design as possible, I have worked with an existing area in the Stockholm suburbs, Rågsved. It has worked as an experimental area and it is here that I, through interviews have been able to produce my analysis and develop a design that is principally based on the result from my analysis.

This work gives an introduction of the suburb and experimental area that is studied. I also describe my motive behind choosing this area in particular. Further theories, regarding design for contemplation, but also of the human need of contemplation, is studied. With support from theoretical studies, the function that nature has in a contemplatory context, is illustrated.

Furthermore, the interview material is analyzed based on those central questions I used during the interviews. A summary over important factors in connection with contemplatory design of a secularized place is also completed. At the end of the essay I present my design of a secularized

place of contemplation. In the last chapter I describe my conclusions from this work and thoughts around these.

This work builds on literature studies and interviews with users but also to a certain extent on study travels with an inspirational aim. With support from these I have then developed a design.

The result shows on a positive attitude from the interviewed to the building of secularized places of contemplation in greenbelts close to residential areas. Likewise, a lot of the literature I have studied highlights the positive effects on people's physical and mental health that both sojourning in greenbelts and conducting of contemplation has. The result shows on a surprisingly open attitude to the possibility of using this type of contemplatory places for mourning and contemplation. The feeling of spirituality that the nature can give many people is experienced as important in this context. It has also appeared that the abstract and diffuse qualities that the nature create conditions for, is hugely valuable.

From this work, I take with me an even greater respect for nature's importance to people. We are naturally linked to it and this fact facilitates for the practice of contemplation. This work has strengthened my faith on the importance of making room for secularized places of contemplation in our greenbelts. I have learned to respect the great in a simple, but well founded design, and believe I have a better understanding for how people relate to their surroundings.

# Sammanfattning

Behovet av kontemplation finns idag hos många människor i samhället eftersom människans vardag i allt större utsträckning präglas av stress och krav än tidigare. Genom att undersöka förutsättningarna för en *sekulariserad kontemplationsplats* i bostadsnära grönområden har min förhoppning varit att kunna bidra till en mer nyanserad bild av hur vi kan använda våra nära grönområden i framtiden. Den här typen av platser är idag inte ett utbrett fenomen i vår vardagliga utomhusmiljö.

Jag har tagit avstamp i den traditionella minneslunden och därigenom kunnat studera gestaltning av en existerande känslig miljö avsedd för bland annat sorgearbete och kontemplation. I arbetet granskar jag framför allt det bostadsnära grönområdets sekulariserade kontemplationsplats utifrån två frågeställningar. Först undersöker jag dess möjlighet att fungera som plats för kontemplation och sorgearbete. Vidare har jag försökt ta fram de essentiella elementen och materialen som är viktiga vid dess gestaltning. Utifrån detta resultat har sedan ett gestaltungsförslag utarbetats i syfte att undersöka hur en sekulariserad kontemplationsplats kan se ut. Jag baserar mitt arbete på övertygelsen att det finns ett behov av lättillgängliga sekulariserade kontemplationsplatser i våra bostadsnära grönområden.

För att kunna utforma ett så realistiskt gestaltungsförslag som möjligt utifrån mitt resultat har jag utgått från ett verkligt område i Stockholms förort Rågsved. Detta har fungerat som ett testområde och här har jag genom intervjuer kunnat göra en analys och utveckla ett gestaltungsförslag till stora delar baserat på resultatet från analysen.

I uppsatsen ges en introduktion av den förort och det testområde som studerats. Jag beskriver också mina motiv till val av område. Vidare behandlas teorier kring gestaltning av kontemplation men också av människans behov av kontemplation. Med stöd från teoretiska studier belyses också naturens funktion i kontemplationssammanhang.

Vidare analyseras intervjumaterialet i en redovisning baserad på de huvudfrågor jag använt mig av under samtalen. En sammanfattning över viktiga faktorer i samband med gestaltning för kontemplation på en sekulariserad plats görs också. I slutet av uppsatsen redovisas mitt gestaltungsförslag av en sekulariserad kontemplationsplats. Avslutningsvis redogör jag i sista kapitlet för slutsatser jag dragit i arbetet och tankar kring dessa.

Arbetet bygger på litteraturstudier och intervjuer med brukare men också till viss del på studieresor i inspirationssyfte. Med stöd från dessa har jag sedan utvecklat gestaltungsförslaget.

Resultatet visar på en positiv inställning hos de intervjuade till anläggandet av sekulariserade kontemplationsplatser i bostadsnära grönområden. Likaså talar mycket av den litteratur jag tagit del av om de positiva effekterna på människans fysiska och mentala hälsa som både vistelse i grönområden och utövande av kontemplation har. Resultatet visar också på en förvånansvärt öppen inställning till möjligheten att använda denna typ av kontemplationsplats i sorgearbete och kontemplation. Känslan av andlighet som naturen kan ge många människor upplevs som viktig i det här sammanhanget. Det har också visat sig att de abstrakta och diffusa kvaliteter som naturen skapar förutsättningar för, är väldigt värdefulla.

Från arbetet tar jag med mig en ännu större respekt för naturens betydelse för människan. Vi är naturligt länkade till den och detta faktum underlättar för vårt utövande av kontemplation. Arbetet har förstärkt min tro på vikten av att bereda plats för sekulariserade kontemplationsplatser i våra nära grönområden. Jag har lärt mig att i högre grad respektera det stora i en enkel men väl underbyggd design och tror mig ha skapat mig en större förståelse för hur människan relaterar till sin omgivning.

# Innehållsförteckning

Begreppsförklaring .....	1
1. Inledning.....	3
1.1 Bakgrund .....	3
1.2 Syfte .....	4
1.3 Metod och genomförande .....	5
1.4 Avgränsning .....	7
1.5 Målgrupp .....	7
2. Platsen för studien.....	8
2.1 Rågsved .....	10
2.2 Testområdet .....	11
2.3 Motiv för val av testområde .....	13
3. Kontemplation .....	14
3.1 Gestaltningsteorier för kontemplationsplatser .....	14
3.2 Behovet av kontemplation och andlighet.....	15
3.3 Naturens funktion i sammanhanget.....	16
4. Resultat & Analys .....	19
4.1 Redovisning av intervjumaterial.....	19
4.2 Vilka funktioner en plats för kontemplation har för brukaren .....	19
4.3 Huruvida brukaren kan tänka sig att använda en plats för kontemplation även i syfte att utöva sorgearbete.....	20
4.4 Huruvida brukaren ser det som en möjlighet att planera för kontemplationsplatser i en offentlig miljö, såsom testområdets .....	20
4.5 Vilka element och material brukaren vill omge sig med på en plats för kontemplation .....	21
5. Gestaltning .....	29
5.1 Platsbeskrivning .....	29
5.2 Förutsättningar .....	31
5.3 Koncept- Björklugn .....	32
5.4 Förslagsbeskrivning - Björklugn .....	34
6. Reflektioner & Avslutande diskussion .....	39
Källförteckning.....	43
Bilaga 1 Informationsblad.....	45
Bilaga 2 Intervjuguide.....	46

## Begreppsförklaring

Jag har under arbetets gång prövat olika ord för att komma underfund med hur jag bäst förklarar vad jag vill säga. Begreppet sorgearbete har exempelvis förklarats med andra ord i intervjuarbetet. Detta har sedan hjälpt mig i mina begreppsbestämningar. De nyckelbegrepp som tas upp här har fungerat som väsentliga utgångspunkter i arbetet. Begreppen har ofta olika betydelser och innehåller ett brett tolkningsutrymme. Jag redovisar för min tolkning av dessa i syfte att öka arbetets läsbarhet, de är: *Kontemplation*, *Sorgearbete*, *Minneslund*, *Sekularisering*, *Andlighet* och *Natur*.

### Kontemplation

Att finna ett ord som förklarar detta med att ge sig själv tid, känna efter och lämna tankarna utrymme, det är inte helt lätt. Kontemplation är ett begrepp med skiftande betydelser även om de alla ligger nära varandra i innebörd. Det är det ord jag påträffat som bäst överensstämmer med andemeningen av vad jag vill förmedla. Kontemplation kan beskrivas som djup begrundan, eller som försjunkande i betraktelser (Svenska akademien, 2006), men också som beskådande eller grubbel (Prisma, 1985). Kontemplation innebär en medveten handling och kan ske i form av koncentration riktad mot objekt eller platser, men det kan lika gärna vara idéer eller annat som inte tillhör våra vardagliga tankar (Krinke, 2005)

Det kan vara värt att notera att det generellt i västlig kristen tradition görs skillnad på kontemplation och meditation med argumentet att

meditation är mer aktiv som handling jämfört med kontemplationen. I det här arbetet görs däremot ingen sådan skillnad på meditation, reflektion eller försjunkhet utan kontemplation blir ett samlingsbegrepp för ord som dessa. Det handlar om att ta sig egen tid, att bjuda in till andlighet och egen eftertanke i sitt liv. Här relaterar olika individer säkerligen lättare till vissa ord än andra och när andemeningen är densamma finns inget egentligt värde i att bygga upp begränsningar. Kontemplation är en mycket personlig handling och detta faktum är en viktig anledning till att begreppet används så brett i arbetet.

### Sorgearbete

Med begreppet sorgearbete syftar jag på de skeden vi som människor behöver gå igenom efter förlusten av exempelvis en vän eller anhörig. Detta är ofta en långsam process som människan mår bra av att ge sig tid till. I denna uppsats inkluderar ordet även behovet av att minnas och hedra den bortgångna. Det blir på så vis ett samlingsbegrepp som täcker den eviga process det innebär att ha förlorat någon nära.

### Minneslund

Minneslunden är en gemensam anonym gravplats och ligger på en avgränsad plats på begravningsplatsen. Aska efter döda grävs ned eller strös ut anonymt på marken (Bonniers lexikon 1996).

## **Sekularisering**

Ordet Sekularisering har många betydelser, det kan betyda att förvärldsliga och avkristna (Svenska akademien, 2006), och nämns ibland som motsatsord till andlig. Det är viktigt att poängtera att det inte är så ordet använts genom det här arbetet. Det kan också betyda överföring av kyrkliga områden till världslig förvaltning (Bonniers lexikon, 1997). Jag har tagit fasta på betydelsen som ett icke religiöst område i samhället. I uppsatsen används begreppet ”sekulariserade platser” detta syftar alltså på en plats utan religiösa förtecken och som alltså är neutral i den bemärkelsen. Det är värt att notera att jag med sekularisering inte menar en icke andlig plats.

## **Andlighet**

Ett annat svårdefinierat ord är andlighet. Här syftar jag på en andlighet helt frikopplad från specifika religioner och neutral i den bemärkelsen. Andlighet beskrivs som en obestämd beteckning på den delen av vår världsuppfattning som berör det som inte är direkt världsligt eller materiellt. Detta kan avse religiositet eller tron på andevärlden men det kan lika gärna handla om konst, kultur, självförverkligande och naturupplevelser. Jag syftar i detta arbete till det vi alla bär inom oss men som kan yttra sig på olika vis hos olika individer eftersom andlighet är något privat. Lars Åke Lundberg beskriver andlighet med att leva i, tro på och utveckla samhörighet (Lundberg, 1996). Här kan man ana en motsägelse, min tolkning är dock att dessa förklaringar hänger ihop. Det är en strävan efter samhörighet och utveckling av denna med utgångspunkt hos individen och dennes innersta. Jag gör genom hela arbetet skillnad på specifika religioner och andlighet.

## **Natur**

Natur är ett svårdefinierat ord. Det syftar oftast på den av människan i stort sett opåverkad miljön. Natur och kultur betraktas därför generellt som varandras motsatser. Det innebär att natur aldrig kan vara artificiell eller skapad såsom kulturen är. I det här arbetet görs inte den skillnaden, detta baserat på det faktum att vad man i folkmun oftast benämner som natur faktiskt är kulturmark. Naturen blir därför i det här arbetet ett samlingsbegrepp för olika typer av grönområden.



# 1. Inledning

## 1.1 Bakgrund

Jag tror att alla individer är andliga varelser med ett behov av sinnlighet. Att ge utlopp för känslor och ge dem utrymme är en viktig del av vad det är att vara människa. De flesta av oss lever våra liv i en stressande och ofta kravfylld värld utan att riktigt ge oss tid för eftertanke och lugn. Ändå tycks intresset för andlighet i samhället växa och vi tillstår ett behov av kontemplation i större utsträckning än tidigare.

Traditionellt har den kristna människan sökt sig till kyrkan när hon haft behov av sorgearbete och kontemplation. I dagens Sverige förlorar kyrkan mark och allt fler finner alternativa vägar till dess kristna linje. Faktorer som den ökade invandringen leder också till att andra religioner tar allt större plats i samhället.

Det är min uppfattning att det idag är långt ifrån en självklarhet att alla känner sig bekväma på kyrkogården. Trots det finns en längtan efter att få tillfredställa behoven av kontemplation och sorgearbete alltjämt närvarande. Idag behöver samhällsplaneringen anpassas till rådande förhållanden och behov i den här frågan. Den traditionella kyrkans minneslund spelar en viktig roll i det här sammanhanget eftersom det fram till idag varit den plats som samhället på det tydligaste sättet bistått med för att fylla denna funktion.

Minneslunden är en unik begravningsplats på kyrkogården då den är anonym. Det är inte funktionen som begravningsplats som är intressant för det här arbetet utan framförallt den som meditativt rum och för sorgearbete. I syfte att få en bättre förståelse för vilka funktioner minneslunden har som kontemplationsplats har jag

försökt redogöra för dessa. Samma sak har gjorts med den sekulariserade platsen.

## Minneslundens funktion som kontemplationsplats

Minneslunden är en plats kopplad till många uttalade förhållningssätt och regler. Detta har sin förklaring i att den är placerad på vigd jord. Jämfört med traditionella begravningsplatser är minneslunden mer allmän och anonym i sin gestaltning och utsmyckning. Detta ställer stora krav på gestaltningen och påverkar platsens funktioner. Platsen ska tilltala allmänheten men samtidigt kännas personlig. Minneslunden är en gemensam begravningsplats och bär därmed också på en given laddning som sista vilorum för de döda. Det här är en plats för sorgearbete samtidigt som det också finns en väldigt viktig funktion som kontemplationsplats.

Det är min uppfattning efter studiebesök på flera kyrkogårdar att minneslundarna alltför ofta ligger inträngda i något överblivet hörn utan avskärmning eller genomtänkt design. Det är beklämmande eftersom de ska uppfylla idag så viktiga mänskliga behov. En annan viktig faktor är att minneslunden inte är så lättillgänglig som den varit tidigare. Många gånger planeras det inte för kyrkor och kyrkogårdar i nära förhållande till nybyggda bostadsområden.

I dagens samhälle har människans mobilitet ökat och många flyttar från hemorten. Det traditionellt frekventa besöksmönstret som förr kunde kopplas till kyrkogården existerar inte längre i så stor utsträckning. Minneslunden möjliggör däremot för besök och sorgearbete oavsett den befintliga bostadsorten. Människan relaterar inte lika lätt till den gamla kyrkokulturen längre och många har idag lämnat den helt.

## Den sekulariserade platsens funktion som kontemplationsplats

Den sekulariserade platsen för kontemplation är inte en utbredd företeelse i vår vardagliga utomhusmiljö. Det är en plats vars syfte är att erbjuda en kontrasterande lugn oas till vardagens aktiva och ofta stressiga miljöer. Dessa platser kan uppstå naturligt men blir då ofta privata och dåligt efterskötta.

Med sekulariserade kontemplationsplatser menas platser som kan betraktas som religiöst obundna och ge utrymme för kontemplation oavsett religionstillhörighet. En sådan här plats placeras rimligtvis i nära relation till bostadsområden så att den är tillgänglig för så många människor som möjligt. Den är publik och lätt att nå under alla tider på dygnet. Grahn poängterar vikten av att den vardagsnära parken kan möta människans olika känslotillstånd (Grahn, 1998).

## 1.2 Syfte

Jag tar i det här arbetet utgångspunkt i den traditionella minneslunden eftersom det fram till idag varit en plats i samhället som påtagligt fyllt funktionen som kontemplationsplats. Med det här arbetet vill jag därför med minneslunden som utgångspunkt utveckla resonemang kring de kontemplativa behov som kyrkan och samhället givit den i uppgift att fylla. På så vis är min ambition att problematisera och finna alternativa sätt att utveckla dess kontemplativa funktion i nya former.

Ambitionen är att undersöka det bostadsnära grönområdets möjligheter att fungera som plats för kontemplation och sorgearbete. Jag vill också undersöka utformningen av lättillgängliga platser för kontemplation och då framförallt vilka material och element som är viktiga på en sådan plats. Vidare utförs ett gestaltningsförslag för en lättillgänglig sekulariserad kontemplationsplats baserat på den kunskap som förvärvats under arbetets gång. Det syftar till att testa teorier och idéer rent praktiskt för att ge en uppfattning om hur en lättillgänglig plats för kontemplation skulle kunna se ut. Jag ser mitt arbete som en möjlighet att bidra till en mer nyanserad bild av hur vi kan använda våra bostadsnära grönområden.

I uppsatsen undersöks följande frågeställningar;

- *Kan en sekulariserad plats för kontemplation i bostadsnära miljö användas till sorgearbete?*

- *Vilka material och element är viktiga vid gestaltningen av en sekulariserad plats för kontemplation?*

### 1.3 Metod och genomförande

Jag har främst använt mig av litteraturstudier och intervjuer i mitt arbete. Jag har sedan kompletterat med studieresor till framförallt minneslunder för inspiration och bättre förståelse av gestaltning i laddad miljö.

Litteraturstudierna har fördjupat min förståelse för de kunskapsområden som berör examensarbetet. Mina huvudkällor har varit *Contemporary landscapes of contemplation* av Rebecca Krinke (red)(2005); *Människans natur* av Titti Olsson (red)(1998); *Kyrkogårdens meditativa rum* av Inger Berglund (1994); *Andlighet* av Lars Åke Lundberg; *Heliga marker* av Lotte Mjöberg (1997) och *Rågsved Stockholm utanför tullarna* av Olle Ny Lind (2003) Vidare har jag läst litteratur enligt Litteraturförteckningen.

Arbetet har haft stor behållning av intervjuer med brukare. Dessa har syftat till att ge en större förståelse för vilka element och förhållanden som är essentiella på en plats för kontemplation. Jag har i mitt intervjuarbete utgått från ett område i Rågsved i Stockholm där jag själv funnit många av de kvaliteter jag trott varit viktiga. Den mest avgörande faktorn var det bostadsnära läget. Även det faktum att det fanns vatten på området var viktigt liksom kontrastriken mellan öppen och sluten, samt mellan äldre och ung vegetation. Det här området har använts som testområde i arbetet och fungerat som diskussionsunderlag under intervjuerna.

Då syftet var att kommunicera med personer som bodde i Rågsved eller som hade en stark relation till området kontaktades föreningar i Rågsved. Ett informerande brev skickades först till olika föreningar i området och kontakt knöts därefter med tre föreningar (se bilaga 1). Intervjuerna har utförts med en representant vardera från tre ideella föreningar i Rågsved. Intervjuerna har varit av typen kvalitativa halv

strukturerade (Kvale, 1997), och det faktum att de utförts i samtalsform har underlättat för de intervjuade att tala fritt. Intervjuerna har baserats på en intervjuguide (se bilaga 2). Samtalen har ägt rum på det testområde i Rågsved som används i arbetet och i ett fall även i närområdet utanför testområdet. De har tagit mellan en och tre timmar och under den tiden har promenader varvats med lugnare stunder på exempelvis bänkar i området. Intervjuerna bandades och har sedan transkriberats. Detta har gjorts i syfte att kunna identifiera de fyra viktiga teman som jag sedan använt mig av i min analys. I arbetet används fiktiva namn på de intervjuade. Vissa delar av intervjumaterialet har betraktats som för utlämnande då ämnet som behandlas är känsligt och därför tagits bort i arbetet. Detta har gjorts av respekt för de intervjuade, och har inte påverkat resultatet.

I analysen behandlas intervjumaterialet. Här presenteras en sammanställning av avgörande faktorer för god design på platser för kontemplation. Sammanställningen grundar sig på teoretiska studier och intervjuer i kombination med min egen yrkeskunskap som blivande landskapsarkitekt. Här har testområdet fungerat som en verklighetsförankrad miljö och utgjort en viktig roll som diskussionsunderlag i samband med intervjuer. Även studiebesöken har varit till hjälp i förståelsen och utvärderingen av olika egenskaper. Samtalen med brukarna har fungerat som ett viktigt filter i den analyserande processen. Citat från informanterna finns återgiva i redovisningen och i analysen för att förtydliga eller motivera resonemang. De faktorer som nämns i analysen har selektivt plockats ur intervjumaterialet efter förekomst och relevans. Det är ord och resonemang kring dessa som återkommer i diskussionen om vad en kontemplationsplats bör vara och innehålla.

De referensplatser jag har besökt under arbetets gång har varit avsedda att bredda min förståelse för hur man tidigare gestaltat i känsliga miljöer. Jag har besökt olika kyrkogårdar för att speciellt studera minneslundarna. De kyrkogårdar jag har tittat på har varit Assistenskyrkogården i Köpenhamn, Brännkyrka kyrkogård, Sigtuna kyrkogård och Söderfors kyrkogård. Större kyrkogårdar jag besökt är landskapskyrkogården Berthåga kyrkogård utanför Uppsala och Skogskyrkogården i Stockholm. Millesgården på Lidingö i Stockholm har varit ett annat besöksmål. Valet av referensplatser har varit både planerade och spontana. Under besöken har jag studerat gestaltningen av känsliga miljöer genom att ägna tid på platsen och skissa samt fotografera. Vid dessa besök har jag speciellt intresserat mig för hur skaparna förhållit sig till de naturliga förutsättningarna på platsen samt placerat eller arbetat med olika elements relation till varandra.

Dessa olika sätt att samla kunskaper har nyttjats parallellt genom stora delar av arbetet. Detta har möjliggjort för flera olika infallsvinklar i arbetet. Arbetsättet har låtit mig få tillgång till ett brett och innehållsrikt kunskapsmaterial som jag sedan kunnat använda mig av i mitt gestaltungsförslag och i mina reflektioner. Jag har i mitt gestaltungsförslag valt en plats på testområdet som jag anser överensstämmer med många av de kriterier jag funnit viktiga i arbetet. Därefter har jag tagit fasta på vad som framkommer ur främst analysen men även övriga kunskapskällor i arbetet har varit viktiga. Jag har sedan utvecklat gestaltningen av platsen i enighet med dessa så långt det varit möjligt och känts rimligt.

## 1.4 Avgränsning

Ämnet har många dimensioner och vinklar men arbetet är tidsbegränsat och jag har anpassat mina studier därefter. Detta har inneburit att jag fokuserat på vårt västerländska perspektiv på naturen och kontemplation. Den litteratur jag tagit del av som behandlar religiösa aspekter är därför främst inriktad på kristendomen.

Intervjumaterialet i arbetet är begränsat till ett fåtal personer. Urvalet har istället skett med eftertanke och resultatet blivit djupgående. Det hade självklart varit önskvärt att ta del av fler personers tankar och även att belysa problematiken och möjligheterna som det mångkulturella Sverige och förorten innebär. Det har inte heller varit min avsikt att undersöka ämnet internationellt utan fokus har legat på Sverige.

Viktigt att poängtera är att även om det bostadsnära grönområdets möjligheter att fungera som plats för kontemplation och sorgearbete undersöks i arbetet, så inkluderar inte detta vilka konsekvenser en sådan plats får. Inte heller undersöker jag hur kraven på en sådan gestaltning skiljer sig från eller sammanstämmer med de för den typ av kontemplativa plats som behandlas i det övriga arbetet.

Natur är ett alltför stort begrepp för att kunna behandlas i sin helhet inom ramarna för detta arbete och jag har därför inte haft möjlighet att gå närmre in på det. Mitt arbete har koncentrerats till att behandla urbana miljöer där det finns ett tillräckligt stort upptagningsområde för att försvara en satsning på platser för kontemplation. Jag har i mitt arbete utgått från att naturen generellt är en bra miljö för kontemplation och har inte studerat alternativa miljöer i sammanhanget. Detta har till viss del varit en intuitiv process, men stöd har också funnits i den under arbetet behandlade litteraturen.

Det bör också nämnas att fältundersökningar som innefattade även andra miljöer skulle ha blivit för omfattande för arbetets tidsram.

## 1.5 Målgrupp

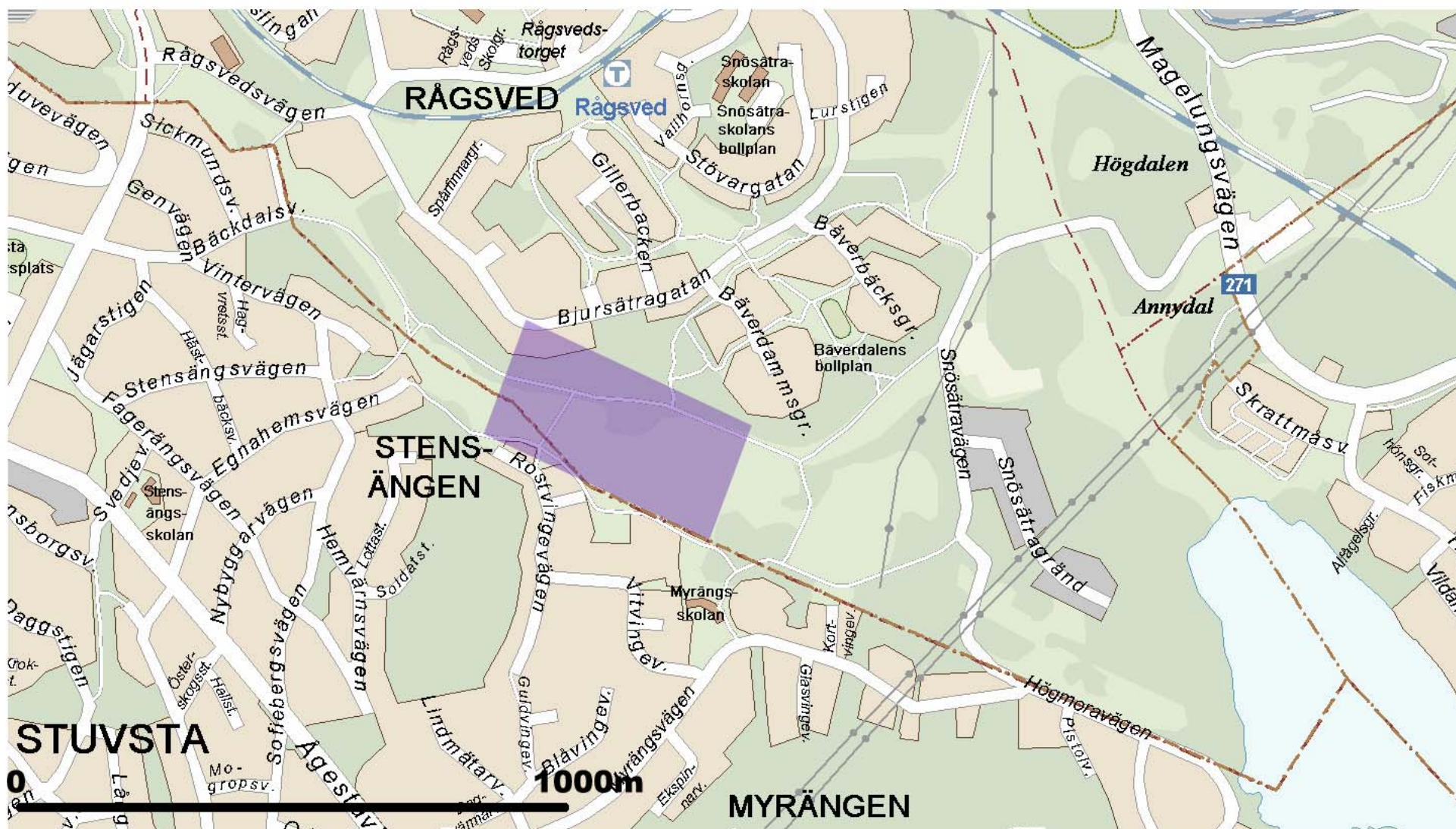
Arbetet riktar sig främst till landskapsarkitekter/planerare och personer som dagligen påverkar utvecklingen av våra offentliga utomhusmiljöer genom sin profession. Då arbetet syftar till att förbättra vår närmiljö genom att utveckla konceptet om platser för kontemplation är det relevant även för allmänheten.

## 2. Platsen för studien

– Rågsved i Stockholm



## Testområdet i Rågsved



## 2.1 Rågsved



### Historia i korthet

Rågsved är en söderförort och ligger nära sjön Magelungen i trakter som innan exploateringen var bebyggd med några få torp med anor från 1600talet. Förorten är en av Stockholms många tunnelbanestäder och växte fram på 1950 och 60-talet med folkhemmet som ideal och i lite större skala än tidigare byggda tunnelbanestäder. Den byggdes enligt modernismens idéer och industrialiseringen utnyttjades inom byggprocessen. Resultatet blev en arkitektur med ett slätt, ljust och mindre bearbetat uttryck. Rågsved skiljde sig från tidigare förorter genom att uppvisa fler höghus och större ytor mellan husen. Dessutom anlades en uppseendeväckande bygelformad centrumbyggnad. Centrumet relaterade till den upphöjda tunnelbanestationen som svävade en bit ovanför (Nylind, 2003).

Rågsved började som en modern solskenshistoria och lockade många höginkomsttagare på 1960 talet. Senare har det kända bandet Ebba Grön med rötterna i Rågsved låtit platsen stå som bakgrund för

motsatsen i sina texter (Nylind, 2003). Detta beror antagligen på att Rågsved fick problem med missbruk under 70-talet och gradvis tonade en annan bild av förorten fram. Problem med drogmissbruk, kriminalitet och hemlöshet dominerade länge bilden av Rågsved. Under 80 och 90-talet gick Rågsved under benämningen ”Drogsved” i folkmun. Men under 1990talet förändrade invandringen från Bosnien och Somalia befolkningsstrukturen i Rågsved som nu har utvecklats till en mångkulturell förort.

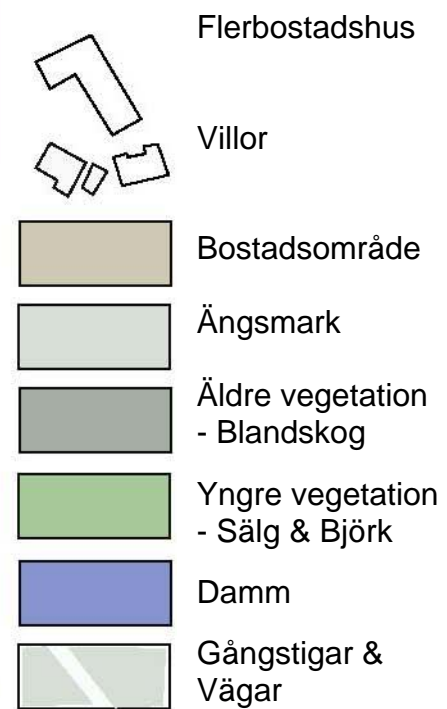
### Rågsved idag

Idag ser bilden av Rågsved och framförallt dess framtid ljusare ut. Ytterstadssatsningen startade 1995 på kommunalt initiativ med en nysatsning 2000. Projektet har gett upphov till fysiska upprustningar men också till medborgarmedverkan i olika projekt med syftet att förbättra invånarnas livsvillkor (Loftenius, 2003). Från statligt håll har Storstadssatsningen som började i slutet av 90-talet varit bidragande till förändringar i Rågsved. Den syftar till att bryta den sociala och etniska segregationen. Metoder som används är projektbaserade och bygger på medborgarnas engagemang för närsamhället (Loftenius, 2003). Satsningar som dessa börjar märkas i Rågsved och på flera håll ser man nybyggen och upprustningar. Detta är viktigt för stärkandet av Rågsvedsbornas självkänsla och stolthet över sitt eget bostadsområde, något som idag inte är en självklarhet.

Undersökningar som gjorts från lokala Medborgarkontor visar att kraven på förändringar i området är mindre i Rågsved än i andra förorter i Stockholm som exempelvis Skärholmen. En tolkning av resultatet kan vara att det politiska självförtroendet är lägre i Rågsved (Lawson, 2003). Stämmer den tolkningen kan det få negativa konsekvenser för Rågsved som då riskerar att få svårigheter i konkurrensen mot närliggande förorter.



## 2.2 Testområdet



## Beskrivning

Det testområde jag har valt att arbeta närmre med ligger i ett grönstråk kallat Rågsveds friområde, som relaterar till den närbelägna sjön Magelungen i en miljö med höga naturvärden. Genom friområdet löper Kräppladiket, ett långt vattendrag som mynnar ut i Magelungen. Testområdet ligger precis på gränsen mellan Stockholms stad och Huddinge kommun. För invånarna i västra Rågsved är detta det största sammanhängande naturområdet (Översiktsplan Stockholm 1999).

Det finns ett stort engagemang kring Rågsveds friområde och Stockholms stad har flera pågående projekt kopplade till Kräppladiket. Projekten syftar till att öka den tillgängliga vattenytan och försköna miljön, bland annat är ambitionen att återskapa öppna kulturmarker. Då Kräppladikets vatten bär med sig för mycket föroreningar ner i sjön Magelungen har man anlagt en dagvattenanläggning år 2007 och modifierat delar av diket för att bättre rena och syresätta vattnet (Magelungens vänner, 2008). Detta har man gjort genom att anlägga översilningsytor med meandering (Stockholms vatten, 2008).

Projektet ”Återskapande av öppna kulturmarker” har ett program som fokuserar på restaurering av lämpliga delar av kulturlandskapet genom slyröjning och friställning av träd. Det ingår även att finna målpunkter och sätt att tillgängliggöra gångstigar och sittplatser samt förbättra informationen. Detta innefattar aktiviteter såsom medborgardialog och syftar till att göra friområdet mer tillgängligt och attraktivt för besökare (Stockholms stad 2005). I vänsterpartiet finns den så kallade ”Kräpplagruppen” som verkar för att Rågsveds friområde ska bli ett naturreservat och att det närliggande upplagsområdet kallat Snösätragränd ska avvecklas. Med stöd från Ytterstadssatsningen anlades natur- och kulturstigen, även kallat Kräpplasåret 1998. Det är en ca 4 km lång vandringsstig som löper

genom testområdet med informationstavlor om Rågsveds historia uppsatta med jämna mellanrum (Rågsveds historiegrupp, 1999).

Friområdet är en gammal natur- och kulturbygd med ett intressant fågelliv och en rik flora. Kräppladiket har stor betydelse för den biologiska mångfalden i området. Här finns våtmarker, ängsmarker och skogsklädda höjder med ek och tall. Här finns även flera områden med odlingslotter.

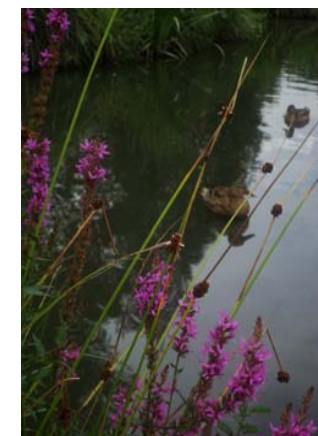
På testområdet möter en öppen men relativt otillgänglig våtmark den tätare blandskogen som klättrar brant uppåt i norr. De olika karaktärerna kontrasterar skarpt mot varandra men länkas samman av välbesökta gångvägar och slingrande stigar. Området används frekvent under dygnet av bland annat motionärer, dagisgrupper, hundägare och småbarnföräldrar. På båda sidorna av sänkan ligger bostadsområden, flerfamiljshus i norr och villor i söder.

Dagvattenanläggningen som byggts på området har gett upphov till en stor förändring. En naturliknande vild parkkaraktär med tydliga inslag av vatten har skapats. Anläggningen relaterar till sin omgivning på ett övertygande sätt och har gjort området mer tillgängligt för brukarna. De byggda inslagen är i trä och domineras av en bro och en utsiktsplats. Från utsiktsplatsen kan man lyssna till vattnet som porlar fram precis under konstruktionen och rinner ner mot dammen. På kvällen hör man istället ofta näktergalen sjunga i snåren. Anläggningen har uppskattats av boende och förhöjt de rekreativa värdena i området, dessutom har den gynnat fågellivet (Stockholms vatten 2008). Det är en plats som tydligt vittnar om att Rågsved är på väg att förnyas och att man satsar på de bostadsnära grönområdena.

## 2.3 Motiv för val av testområde

Det här arbetet har skrivits på distans från Stockholm och det blev därför naturligt att arbeta med en miljö jag kunde besöka och studera frekvent. Skälet till att jag valde Rågsved var att jag upplevde det som en spännande förort i förändring med en intressant historia. En annan anledning var att Rågsved är rikt på bostadsnära grönområden, något jag eftersökte.

Jag hade börjat ta del av relevant litteratur för ämnet innan jag valde testområde och detta har säkerligen påverkat mig. Anledningen till att jag valde just det här området är att jag lokaliserat många olika kvaliteter som jag tror är värdefulla vid kontemplation här. Speciellt spelade kontrastriekedomen mellan öppet och slutet och mellan ung och äldre vegetation en stor roll. Likaså det faktum att det fanns vatten på området var viktigt. Det bostadsnära läget var avgörande då arbetet syftar till att behandla lättillgängliga platser. Patrik Grahn menar i boken *Människans natur* att man bör nå ett grönområde på 6-7 min för att det ska kunna räknas som nära och besökas på en vardaglig basis (Grahn, 1998).



### 3. Kontemplation

#### 3.1 Gestaltningsteorier för kontemplationsplatser

Begreppen "contemplative space" och "contemplative landscape" används idag av många verksamma inom formgivning enligt Rebecca Krinke (2005) som är docent i landskapsarkitektur och redaktör till boken *Contemporary landscapes of contemplation*. Sökandet efter mening är grundläggande för det mänskliga beteendet och design har alltid fungerat som ett sätt att utforska och uttrycka det här förhållandet (Krinke, 2005). Ändå verkar det vara svårt att sätta fingret på kriterierna för kontemplativ design. Hur man faktiskt åstadkommer detta rent konkret finns det inget recept på, även om det har gjorts försök att belysa viktiga aspekter i sammanhanget (Beardsley, 2005).

Enligt Beardsley (2005) samlas bevis för att det finns strategier som är mer framgångsrika än andra för att framkalla goda förutsättningar för kontemplation. En viktig sådan som han tar upp är att avlägsna stimuli som annars koncentrerar människans uppmärksamhet på överflödiga element. Han menar att detta avlägsnande resulterar i en renare mer avskalad miljö, som tillåter de resterande elementen att framträda tydligare, vilket gör det enklare för människan att ta dem till sig och finna ro. Detta är också enligt Beardsley anledningen till att exempelvis de japanska stenträdgårdarna är så starkt förknippade med kontemplation. I drastiskt stiliserade miljöer som dessa framträder exempelvis ljusspel eller vindens sus i ett bladverk mycket tydligare och detta främjar vår kontemplativa förmåga (Beardsley 2005).

Marc Treib (2005) menar att om man har rätt sinnelag kan alla miljöer fungera som effektiva vid kontemplation. Men liksom

Beardsley understryker Treib fördelarna med fysiska förstärkningar på en kontemplationsplats som gagnar de som inte är rutinerade på kontemplation. Vidare betonar han, liksom Beardsley, vikten av ett reducerat antal objekt som kräver uppmärksamhet på en kontemplationsplats. Treib liknar det vid konserter eller sex, då människan gärna stänger ögonen för att bättre kunna använda andra sinnen (Treib, 2005).

En viktig aspekt att beakta är hur vetskapen om att en plats är gestaltad för just kontemplation kan försämra besökarens upplevelse av den (Krinke, 2005). Kanske kan detta tom minska dess kontemplativa effekt. En miljö kontemplativa, poetiska och andliga dimension handlar främst om dess förmåga att få besökarens vardagliga verklighet att försvinna tillfälligt i bakgrunden till förmån för kontemplation (Hermann, 2005). Vet besökaren om vad hon förväntas känna på en sådan här plats kan det mycket väl tänkas att det påverkar denna förmåga som Hermann talar om, negativt.

En annan intressant aspekt i sammanhanget är förhållandet mellan det materiella, av människan skapade och naturen. Detta bör enligt Hermann (2005) betraktas som en möjlighet även i miljöer dominerade av människan, där naturen endast framträder som ljus och skuggor. Design kan enligt Beardsley (2005) hjälpa oss att uppskatta utvalda aspekter från den naturliga eller materiella världen. Genom att använda sig av naturen som fenomen och då särskilt av vind och ljus, kan en design bjuda in till kontemplation (Beardsley, 2005). Detta skulle i så fall innebära att den vilda naturen kanske inte behöver upplevas i sin helhet för att kunna ha en positiv inverkan. Heinrich Hermann (2005) är inne på ungefär samma sak när han skriver att det finns världsomfattande, grundläggande symboler för livet som sol och vatten, och att dessa är viktiga i gestaltningen av kontemplationsplatser.

Varje design erbjuder enligt Hermann (2005) möjlighet för kontemplativa aspekter om designern bara väljer att ta vara på dem. Men trots att design kan erbjuda goda förutsättningar för kontemplation är det ändå så att i slutändan måste viljan och intresset komma från individen själv (Beardsley, 2005).

## 3.2 Behovet av kontemplation och andlighet

Kontemplation är något många nog inte skulle säga sig behöva eller ens påstå att de ägnar sig åt över huvud taget. Ändå innehåller i stort sett all världens religioner en kontemplativ tradition (Krinke, 2005). Detta visar på att kontemplation länge har varit en inarbetad och använd metod i samhället.

Rebecca Krinke (2005) hänvisar till Robert Thurman (1994) och hans uppfattning att kontemplation inte alls är en ovanlig aktivitet. Thurman menar att alla människor fokuserar sin kontemplativa energi på olika sätt och att exempelvis tv försätter många i kontemplativ trans. Vidare säger han att människor spenderar mycket tid såhär men att det är en otillfredsställande trans som stärker materialism och förvirring. Något väldigt intressant som Thurman skriver är att människan bör fokusera på att finna metoder för att förflytta kontemplativa energier från ett fokus till ett annat, istället för att försöka utveckla något som redan existerar. Det här kan nog betraktas som ett stärkande argument för behovet av gestaltade kontemplationsplatser. Att människor idag skulle kontempera ofta men på fel sätt är en intressant tanke. Det betyder i så fall att alla människor har förmågan till kontemplation men att fler medvetet behöver bereda plats för den i sin vardag. Behovet av kontemplation är idag i allra högsta grad redan existerande men växer också hos många människor. Stressen som det talas om i dagens samhälle tar sig många uttryck och påverkar

människor olika. Tid för kontemplation är något vi alla behöver men alltför få faktiskt tar sig. Bevis på detta ser vi i vår vardag i form av sjukdagar och ökat antal överarbetade. Ändå ökar antalet stressreducerande kurser liksom yoga och meditationskurser då allt fler människor av olika slag söker sig till kontemplativa verksamheter (Krinke, 2005).

Fördelarna med kontemplation har länge varit kända, den sänker blodtrycket och minskar muskelspänningar samtidigt som den försänker oss i ett lugnt avslappnad tillstånd som bidrar till fysisk och mental hälsa (Krinke, 2005). Andra fördelar enligt Krinke är förhöjd självinsikt, och förbättrad koncentration och empati. Kontemplation förbättrar människans prestationer inom ett väldigt brett ämnesområde, det kan röra sig mellan allt från sport och kreativitet till akademiska prestationer (Krinke, 2005). Hon menar också att trots att kontemplation ofta beskrivs som motsatsen till aktivitet är de båda nödvändiga för att människan ska kunna leva ett bra liv. I boken *Människans natur* är Patrik Grahn (1998) inne på samma spår, han skriver att det är helheten som är viktig och att man inte bör skilja den kroppsliga från den själsliga tillvaron. Kroppen och tanken är ett och vi vinner på att ta våra sinnen och känslor på allvar (Grahn, 1998).

Kontemplation blir ett sätt för människan att tackla de ökande kraven vårt samhälle ställer på oss. Rosendal (1973) talar om människans hemlighetsfulla längtan bort från vardagens vistelseort och även Brusewitz (1993) beskriver detta behov; *"För att uthärda i en värld som kräver att förnuftsmässigt begripa och förklara allt, där minsta molekyl måste fotograferas och inte ens månens baksida tillåts leva i det fördolda längre, måste vi ge det outgrundliga en chans"* (Brusewitz, 1993, s 22).

Stressen och oförmågan att ta oss tid att känna nuet lämnar oss lätt med en känsla av förlust och tomhet. Kontemplationsprocessen får

effektivt individen att lämna sina vanliga referensramar rörande tid, rum och eget jag, på så vis kan kontemplation leda till en större känsla av närvarande och deltagande (Hermann, 2005)

### 3.3 Naturens funktion i sammanhanget

Naturen har fått en viktig roll i arbetet och detta har olika förklaringar. Under arbetets gång har det framkommit flera tydliga argument för att naturen utgör en bra miljö för kontemplation. Krinke (2005) skriver att vissa ser vildmarken som en plats med bättre förutsättningar för att väcka en stark kontemplativ respons än andra miljöer, men att det inte är helt sant. Hon menar att det är riktigt att vissa av naturens element genom tiderna har betraktats som rehabiliterande och att det här inte längre behöver betraktas som en intuitiv kunskap. Krinke refererar till forskare som Rachel och Stevens Kaplan samt Roger S. Ulrich som med sin forskning kunnat bevisa att kontakt med naturen har en positiv effekt på vår fysiska och mentala hälsa. Det intressanta är att det inte är någon avsevärd skillnad mellan hur vildmarkens natur och den bostadsnära i exempelvis parker påverkar oss positivt (Krinke, 2005). Grahn (1998) är inne på samma sak när han beskriver hur viktiga de rofyllda stunderna i grönområden är för människan. Han menar också att det ibland kan räcka med att ha tillgång till en balkong med lugna gröna omgivningar eller en parkutsikt från kontoret, för att må bättre (Grahn, 1998). Det är viktigt att även människor som lever i staden har tillgång till laddade, magiska rum som motsvarar och speglar människans innersta behov och önskemål (Olsson, 1998). Grahn (1998) menar att parker och trädgårdar innehåller vissa element som direkt påverkar människans känsloliv och därigenom också hennes förutsättningar för god hälsa. Det här är väldigt intressant och jag tror att många av dessa tankar även gäller för att skapa goda förutsättningar för kontemplation. Ottoson (2007)

betonar speciellt vikten av stenar och vatten som hjälpte honom själv i hans rehabilitering från en hjärnskada.

När människan är i ett utvecklingsskede eller har hamnat i en kris, känns hennes samband med naturen starkare, och den skänker då trygghet och stabilitet (Olsson, 1998). Ottoson (2007) beskriver hur öppna ljusa och naturliga platser anses vara speciellt förmånliga i detta avseende. Han beskriver en plats med träd som står relativt långt från varandra, med utsikt över vatten och någon form av trygg sköld bakom personen som exempelvis ett buskage (Ottoson, 2007).

I arbetet har två av naturens viktigaste funktioner i sammanhanget lyfts fram, den som helande och den som helig. Människan har ett livslångt förhållande till naturen och det har lämnat spår, inte minst kulturellt. Dessa två aspekter som helande och helig är viktiga att beakta på en plats vars syfte är att fungera som kontemplativ.

#### Naturen som helande

Stora känslor kan behöva en rofylld plats för att bearbetas. Likaså kan en svag själ stärkas i rätt miljö. Jag upplever det som att det finns en spontan sann koppling mellan människan och naturen. Behovet av samhörighet nämns ofta som viktig under svåra perioder i livet, det handlar om att känna sig delaktig i något större, i en ständigt pågående livsprocess. Kraven på platser som läkande rum är komplicerade och till viss del självklart individuella. Det är exempelvis viktigt att känna igen sig och kunna identifiera sig med platsen.

Patrik Grahn (1998) har genom sin forskning kommit fram till att naturmiljöer och grönområden fungerar som avstressande och kan vara till stor hjälp vid rehabilitering. Anledningen till detta ska vara att människans riktade koncentration får vila medan den spontana

uppmärksamheten tar över i naturen, det här påverkar koncentrationsförmågan gynnsamt. På senare år har medvetenheten om länken mellan natur och rehabilitering ökat i vårt samhälle och många vård och rehabiliteringsanläggningar utvecklas med detta i åtanke.

Searles (1960) menar, liksom Grahn (1998), att människor i kris eller med behov av rehabilitering mår bra av att vistas i utomhusmiljö. Enligt Searles har människan ett kravlöst förhållande till naturen och hon uppfattar sig själv som en del av den. Vidare beskriver han hur människor i en utsatt situation lättare relaterar till naturen än till andra människor. Det beror på att relationen till andra individer ställer krav som människor i den situationen inte alltid orkar leva upp till. Enligt Searles finns det en slags upptrappingsstege i hur vi tar kontakt och relaterar till vår omgivning när vi mår dåligt. Stenar och döda ting som torra trädstammar är enklast att relatera till, sedan kommer djur och växtlighet och allra sist andra människor.

## Naturen som helig

Munken Thomas Merton (1995) och prästerna Lars Åke Lundberg (1996) och Gunnar Rosendal (1973) nämner alla naturen, träden, ängarna, åkrarna och skyarna med vördnad, kärlek och respekt. De ger ett tydligt intryck av att ha en nära andlig och personlig relation till naturen. De tre författarna förknippar den med egna andliga upplevelser, uttrycker sin uppskattning för den och då speciellt för naturens estetiska värden som vårdad och med parkkaraktär. Författaren och naturtecknaren Gunnar Bruswitz (1993) presenterar ett alternativt närmande till naturen som skiljer sig lite från den i arbetet studerade litteraturen av uttalat religiösa personer. Här är respekten ännu tydligare och även om estetiska värden värderas är det inte alls i lika hög grad. Här skådas skönheten i allt, från öde kärr

till gläntor som i stort sett är helt igenväxta. Naturen berättigas vara föränderlig och cirkeln erkänns till fullo.

Oavsett hur vi tar den till oss ger många människor naturen en andlig dimension. Den kan vara svår att ta på och för många är den också svår att tala om. Heligheten är en del av den innersta kärnan för religionerna och för den enskilda människan talar den om att hon är en del av en större helhet (Mjöberg, 1997). I en intervju talar en av brukarna om en nästan religiös känsla inför naturen. Det här är nog något många känner igen oavsett om man betraktar sig som religiös eller inte. Samma brukare poängterar att religiositeten inte syftar på Jesus Kristus och Gud. ”... *Det är mer en känsla av att jag ingår i ett sammanhang liksom, med varet som har varit*” (Intervju med Lena, 67). Det är vackert uttryckt ”varet som har varit” Naturen är inte bunden till någon religion och därför tillgänglig för alla.

I sin bok *Heliga marker* undersöker Lotte Mjöberg (1997) kända och nästan glömda platser i Sverige som betraktas som heliga, exempel kan vara en anonym källa med mycket historia eller kända Ales stenar på Österlen. Hon menar att dessa heliga platser alltid skyddats och fredats, att de är okränkbara. Hon beskriver vidare heligheten som något irrationellt och ambivalent (Mjöberg, 1997). Prästen Lars Åke Lundberg uttalar sig på ett liknande sätt om det flyktiga och svårdefinierade med begreppet. ”*Hur ofta försöker vi inte fånga andligheten och behålla den för egen del eller stoppa in den i något fack eller en kyrka. Det går inte. Det märker vi idag, när andlighet söks och uppstår på oväntade sätt och ställen.*” (Lundberg, 1996, s 6-7).

De heliga platserna både skrämmer och fascinerar enligt Mjöberg (1997), det är därför viktigt att handskas vördnadsfullt med dem. Hon hävdar att alla kan välja sin egen personliga heliga plats, samtidigt poängterar hon att de kollektiva platserna har en tydligare

funktion än vad de privata har. Det här är intressant då det kan uppfattas som ett stödande argument för att skapa kontemplationsplatser för allmänheten och inte lämna det upp till varje individ att finna dem på egen hand. På heliga platser koncentrerar man sig på den metafysiska världen (Mjöberg 1997). Det är min uppfattning att naturen erbjuder oss den här möjligheten till eget utövande av andlighet och att det kan uttryckas på väldigt skilda sätt olika individer emellan. Prästen och teologidoktorn Gunnar Rosendal delar i sin bok *Mystik, meditation, kontemplation* (1973) med sig av en sådan stund från hans ungdom i Bjerred: *”I solnedgångstiden befann jag mig längst ute på en av de oändligt långa smala båtbyggorna fjärran från allting, till synes nästan mitt i Öresund. Solen sjönk, vinden dog, tystnad omgav mig, allt blev så fjärran, genom naturens egendomligt öppna port steg jag in i en värld av skönhet och fick dröja där en sekund eller en halvtimme, vad vet jag. Jag tillbad Gud utan ord, ord behövdes icke”* (Rosendal, 1973, s 45).





## 4. Resultat & Analys

### 4.1 Redovisning av intervjumaterial

Jag har i arbetet haft stor nytta av de intervjuer som utförts i samband med arbetet. Kommentarer från de intervjuade finns återgiva för att förtydliga eller motivera resonemang. Jag skrev ner de frågor som jag ville ställa i intervjuerna utan åtskillnad. När jag sedan lyssnat på resultatet kunde jag tydligt se att det gick att sammanfatta dessa i 4 huvudfrågor. Det här är en sammanställning av mitt intervjumaterial där jag fokuserar på att redogöra för de delar av samtalen som behandlar mina följande 4 huvudfrågor;

- *Vilka funktioner en plats för kontemplation har för brukaren*
- *Huruvida brukaren kan tänka sig att använda en plats för kontemplation även i syfte att utöva sorgearbete.*
- *Huruvida brukaren ser det som en möjlighet att planera för kontemplationsplatser i en offentlig miljö, såsom testområdet.*
- *Vilka element och material brukaren vill omge sig med på en plats för kontemplation*

### 4.2 Vilka funktioner en plats för kontemplation har för brukaren

En kontemplationsplats tillåter de intervjuade att låta tiden stanna. Här bleknar vardagens bekymmer och de får perspektiv på tillvaron. Vikten av att komma bort och få chansen att stressa av är tydlig. *”Det är väl ... att ta chansen att kunna komma bort och bara stänga av hela världen, att slippa tänka på, på verkligen någonting egentligen”* (Magnus, 18).

Att ges möjligheten att få slippa tänka på de problem och bryderier som präglar det verkliga livet tycks vara en viktig funktion. En brukare säger att om man ändå tänker på dessa problem och grubblar på en plats som ger avstånd till den vanliga världen så kan det hända att problemen blir mindre och kanske tom känns obetydliga. Fokus flyttas istället till andra dimensioner och den existerande omgivningen. Beträktelser av vad som sker i närmiljön är vanliga och återkommer brukaren ofta till samma plats noterar hon förändringarna. *”Jag andas ut och jag finner tröst, och tänker på de jag känt en gång kanske och upplever naturens skiftningar”* (Lena, 67). Naturen blir här ett sätt för Lena att identifiera sina egna tankar om hur tiden går. Hennes känslor och tankar bekräftas i naturen och hon upplever den som tröstande eftersom hon kan identifiera sig med den och uppleva sig som en del i ett större sammanhang. Ordet stillhet och frid nämns också som viktiga funktioner på en plats för kontemplation. De intervjuade vill få vara ifred och finna ro.

### 4.3 Huruvida brukaren kan tänka sig att använda en plats för kontemplation även i syfte att utöva sorgearbete

Mina intervjuer visar på en öppen inställning till sorgearbete i den bostadsnära naturen. Det tydligaste och finaste exemplet på det är när Hans, 56 visar sin egen heliga plats, en liten bergsknalle i ett närliggande koloniområde. Här hade hans pappa lotter och därför kändes det efter faders bortgång rätt för Hans att sprida lite av sin fars aska på berget och ha en egen avskedsceremoni. Han besöker platsen regelbundet och har tagit med sig sina barn hit ibland. *”Rågsveds lägsta berg är det här, sedan är de väldigt höga. Här är min andliga plats, här ber jag, den här var inga problem att skapa... jag har ju stått här nere många gånger på nätterna”* (Intervju med Hans, 56).

De intervjuade visar generellt på en ganska positiv inställning till kyrkogården och minneslundan även om det bara är en som faktiskt besöker den. Uppfattningen att kyrkogårdens funktion som begravningsplats förknippas alltför mycket med död framkommer också i samtalen. Resonemanget går ut på att om man vill minnas en person för vem hon var och minnena man hade med henne, bör man göra det på en plats där hennes död inte blir dominerande. Samtliga intervjuade utövar minnesvård på andra platser än på kyrkogården och gärna utomhus. *”Jag tror inte att det behövs en speciell plats för att jag ska kunna komma ihåg dem... även fast det kan ju förstärkas av vissa platser, eller av vissa saker”* (Magnus, 18). I en intervju med Hans, 56 förklarar han att han tycker att det är svårt att ta sig till kyrkogården då han upplever den som avlägsen.

### 4.4 Huruvida brukaren ser det som en möjlighet att planera för kontemplationsplatser i en offentlig miljö, såsom testområdets

Uppfattningen i intervjuerna var att det var både viktigt och i allra högsta grad genomförbart att planera för kontemplationsplatser. *”Det går ju absolut, att skapa platser där man känner att man kan sitta med eftertanke och tanke, och få lite själslig ro, absolut går det att göra”* (Hans, 56). En brukare skiljer på olika stora behov av kontemplation och säger att de lättillgängliga platserna är bra till vardags men att det kan vara nödvändigt att röra sig längre bort från civilisationen vid större behov.

Stressen och de krav som finns på människor idag nämns som tydliga indikatorer på att det behövs en medveten planering av de här platserna. *”Jag tycker principen av att ordna ställen där folk kan finna ro, det är en av de viktigaste sakerna idag... man vet inte att man behöver ro för människan har förlorat känslan av vad man själv behöver, det tror jag i alla fall.”* (Lena, 67). Det här tolkar jag som att den intervjuade tycker att det är viktigt planera och medvetet ge en plats funktionen som kontemplationsplats. Detta på grund av att många inte är medvetna om att de har ett behov av det eller för att de inte skulle ta sig tiden annars att leta upp en plats själva.

Den här typen av platser kan enligt de intervjuade uppträda både i mer naturlig miljö och i parkmiljö. Anlägger man en plats för kontemplation i parkmiljö bör man välja en park med slingrande stigar och skuggor och vrår. Parktypen som beskrivs efterhärmar naturen och det stämmer väl överens med diskussionen om naturlig natur som förs senare i det här kapitlet baserat på intervjuerna.

”Jag tror att man ska ta vara på naturens egna resurser då som finns så att man inte behöver förändra så mycket utan skapa ett rum liksom... jag vet inte hur det går till, det känner man ju själv” (Hans, 56).

## 4.5 Vilka element och material brukaren vill omge sig med på en plats för kontemplation

Samtalen med de intervjuade behandlar den här frågan på många olika sätt och det har varit det ämne som givits mest fokus i intervjuerna. Jag hade förväntat mig att få fram ett utförligare underlag rörande vilka material som är viktiga på en kontemplationsplats och jag återkommer till detta i reflektionen.

Ett viktigt syfte med arbetet har varit att undersöka vilka element och material som är betydelsefulla på en plats som ska kunna användas av olika människor i det ofta personliga sammanhang som kontemplation innebär. Det finns mycket skrivet inom tangerande ämnen och som väntat inom ett så brett och svårdefinierat ämne också gott om motsägelser. Exempel på detta kan vara önskemålen om en avskild och samtidigt öppen plats.

Inger Berglund sammanfattar i sin bok *Kyrkogårdens meditativa rum* (1994), gestaltning av minneslundar i tio variabler baserat på hennes egen forskning, dessa är; rumskänsla, ostördhet, enkelhet och mjukhet, värme, känsla, andlig tyngd, centralpunkt, solen, lugn och stillhet. Trots att kyrkogårdens traditionella minneslund på flera sätt skiljer sig från den plats för kontemplation i sekulariserade utomhusmiljöer som undersöks i det här arbetet, finns också många användbara likheter. Grahn (2005) har genom sin forskning sammanfattat åtta huvudkaraktärer som är viktiga för hur vi bygger upp vår grönstruktur. Dessa är; det rofyllda, det vilda, det artrika, det

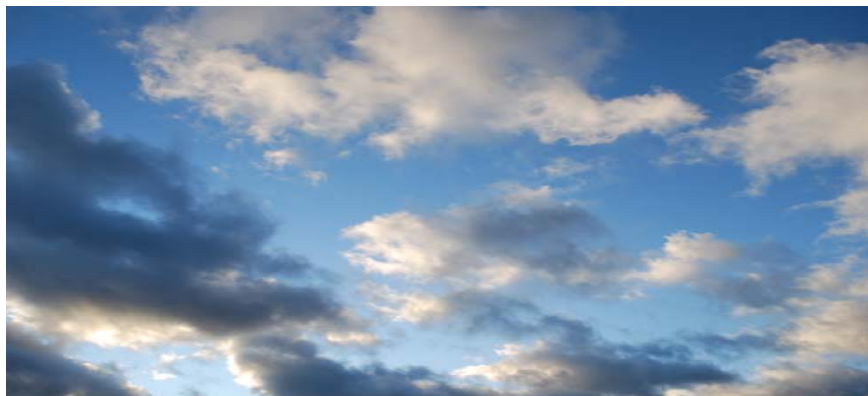
rymliga, det öppna, det privata, det sociala och det kulturella. De fyra första riktar sig speciellt till stressade och utsatta människor. Jag har i resultaten av mina egna studier funnit många likheter med både Berglunds och Grahns forskningsresultat. Därför har jag dragit slutsatsen att de är relevanta för arbetet och kan användas i diskussionen kring kontemplationsplatser, deras forskning har utgjort ett viktigt stöd.

De faktorer som nämns nedan är resultatet av analysen med ambitionen att selektivt plocka ut de faktorer som registrerats som viktigast. Processen har utgått från teoretiska studier men framförallt från intervjumaterialet. Från intervjuerna har ord plockats och resonemang kring dessa som återkommer i diskussionen om vad en kontemplationsplats bör vara och innehålla. Jag är medveten om att följande sammanställning innehåller begrepp av varierande karaktär men har medvetet valt att bortse från detta för att återge analysen så hel som möjligt.

De olika begreppen har grupperats under följande överrubriker: *Platsens läge*, *Komponenter på platsen* och *Det diffusa*. Detta har gjorts eftersom de behandlar olika frågor och för att förbättra materialets läsbarhet. Under *Platsens läge* har faktorer som är kopplade till valet av plats placerats. Det handlar exempelvis om vilka vyer som finns och hur ljuset framträder. Andra viktiga faktorer att ta hänsyn till här är hur tyst och avskild platsen är. Under rubriken; *Företeelser på platsen* har specifika gestaltningselement lokaliserats. I det här fallet har vikten av blickfång, träd och en plats att sitta på lyfts fram. *Det diffusa* behandlar kontemplationsplatsens mystik och vilda karaktär. Detta är två viktiga, men på många sätt otydliga faktorer, jämfört med de övriga.

## Platsens läge

### Ljuset



Beardsley (2005) lyfter fram ljusets betydelse som kontemplativt medium. Han hänvisar tillbaka till vårt uråldriga sätt att använda ljuset som manifestation av det andliga. Beardsley tar även upp ljusets föränderliga egenskap och talar om de positiva effekter som kan framträda ur en destillering av ljusupplevelsen. Denna menar han kan förhöja vår uppmärksamhet av ljusets fysiska och översinnliga egenskap

Intervjuerna visar på att ljuset är viktigt för brukarna vid kontemplation. När Lena, 67 bli ombedd att visualisera en drömplats för kontemplation beskriver hon hur hon i solnedgången sitter på ett berg och ser blänkande ljus i motljus. Vidare betonar hon vikten av ett vackert ljus. *"Himmelen är alltid viktig, alltid i alla sammanhang, den ger stämning åt landskapet"* (Lena, 67). Hon berättar också att molnen har stor betydelse för henne och att det är viktigt att ha fri utsikt över himlarna. Hon är inte ensam om att tydligt uttrycka sin uppskattning för ljuset. Magnus, 18 berättar att han tycker om när det är soligt och att han vill ha en ljus och vacker natur. *"Det ska*

*vara ljust och skönt, det ska vara varmt, jag kan inte trivas på kalla platser"* (Magnus, 18). Berglund (1994) tar upp solen som en viktig variabel i gestaltningen av kyrkogårdens meditativa rum och pekar på vikten av att fånga in solen och solljuset för att inte förstärka olustkänslor eller kraftiga kalla skuggor.

Mina studier visar att det på den här punkten finns tydliga paralleller mellan kyrkogårdens meditativa rum och de för kontemplation i sekulär miljö. En ljus plats som släpper in sol är att föredra framför mörkare som då kan betraktas som kalla och otrivsamma.

### Kommentar

Stannar man upp någonstans söker sig blicken gärna mot horisonten eller upp i det blå och det blir då lättare att släppa tankar och funderingar fria. Solen och skyarna är viktiga element vid gestaltningen av en plats för kontemplation. Ljuset varierar från dag till dag och förändrar därmed också omgivningarna. Skyn är kanske det första människan ser när hon tittar ut på morgonen och den tar upp en stor del av synfältet när vi rör oss utomhus. Det finns också studier som visar på att vi mår bra av ljus (Ottoson, 2007) och många människor går i ljusterapi vintertid eller reser söderut.

Det finns de som läser väderrapporten i himmelen istället för i tidningen men de allra flesta tittar upp för att njuta av en solig dag eller en särskilt stjärnklar natt. En betydelsefull aspekt med himmelen är att den i stort sett är densamma i hela världen. Den förenar oss med andra länder, avlägsna miljöer och människor vi kanske inte sett på länge. Detta kan vara viktigt när Sverige blir ett alltmer mångkulturellt land.

## Vyer

Whiston Spirn (1998) tar upp bergen som grundläggande i landskapsbilden. Hon skriver att de i många kulturer varit platsen för möten mellan gudar och människor.

Höjder och platser med god utsikt värderas högt av de intervjuade. Samtliga intervjuade refererar spontant till platser som är upphöjda i förhållande till sin omgivning när de resonerar kring goda platser för kontemplation. Huruvida det ska finnas något som skiljer dem från det helt öppna är de däremot inte eniga om. Magnus är tydlig med att han tycker om när det finns något mellan honom och utsikten, så att den kan anas där bakom men ge honom en känsla av att vara skyddad. De andra vill ha en fri utsikt där de gärna ska kunna se ganska långt bort. Detta är också viktigt när det kommer till kontemplation. *”För mig är utsikten, tanke och känsla ett”* (Lena, 67). Lena säger att det betyder mycket för henne att ha fri sikt framåt och uppåt. Hon går t.o.m. så långt som att beskriva utsikten som ett mänskligt behov. En annan brukare uttrycker sig såhär: *”Men du ser ju när vi kommer upp på alla de bergen vi besökt idag, det är ju andligt”* (Hans, 56).

## Kommentar

Att skåda ut över något, vatten, landskap eller stad, är speciellt. Det ger en känsla av kontroll eftersom det ger en överblick, men det ger också en aning om vår egen litenhet. Många känner respekt och vördnad inför naturen i en sådan situation och det är lätt att försjunka i en utsikt.

## Avskilt

Berglund (1994) poängterar det viktiga i att ett avskilt läge inte behöver stå i motsats till utsikt. Enligt statens planverk rapport från 1983 bör en meditativ plats ges avskildhet och orientering mot en vacker utsikt eller annat blickfång. De intervjuade talar om behovet av att få sitta i ensamhet och avskärma sig från världen.

På frågan om de skulle kunna tänka sig att dela en plats för kontemplation med andra svarade de jag intervjuade lite olika. Generellt vill de vara ensamma men att människor rör sig på avstånd verkar inte upplevas som besvärligt. *”Den här är ju verkligen delad den här platsen där vi sitter nu och det rör mig ingenting”* (Lena, 67 om utsiktsplatsen vid dammen). Magnus är tydligare med att vara ensam och klart avskärma sig från omgivningen. *”Jag vill gärna vara själv, det känns som att det är svårt att helt stressa av och helt slappna av när andra är där, för då får man ändå den här ständiga påminnelsen om allt annat”* (Magnus, 18).

## Kommentar

Ett avskilt läge är att föredra, det behöver inte betyda att platsen ska ligga avlägset. Det viktiga här är att gestaltningen ger besökaren en känsla av avstånd till människor som rör sig i omgivningarna. Det finns en annan betydelsefull aspekt på avskildheten som rör den personliga sfären. Vid ett besök på en plats för kontemplation är det viktigt att besökaren kan få vara ifred med sina egna tankar och inte störs av andra. Detta beror på att andra människor påminner oss om verkligheten vi tar avstånd från på en kontemplationsplats.

## Tystnad och ro

Vikten av tystnad har länge utforskats i meditativa traditioner. Hermann (2005) menar att detta inte bara handlar om akustik utan också om avsaknaden av distraherande sinnesstimuleringar. Prästen och teologidoktorn Gunnar Rosendal poängterar vikten av detta. ” *Tystnad och ensamhet, avsked från buller och sällskap – hur underbart, hur nödvändigt, hur befriande. Vi har råkat in i ett bullrets vanvett* ” (Rosendal, 1973, s 60). På en meditativ plats finns enligt Berglund (1994) ett tystnadskrav som behövs för att besökaren ska kunna koncentrera sig och finna stillhet. Enligt Grahn (2005) är det också viktigt att inte trafikljuden dominerar över naturens egna ljud. Vidare förklarar han att skräp och ogräs inte heller gynnar känslan av rofylldhet (Grahn, 2005).

I intervjumaterialet finns stöd för dessa tankar och behovet av att exempelvis lyssna till vinden nämns. Att skarpa ljud och ljud som tydligt hör civilisationen till är ovälkomna på en plats för kontemplation är tydligt. Oljud från mopeder och motorljud i allmänhet nämns som störande. I intervjuerna framkommer att de kan vara en direkt orsak till varför brukaren låter bli att besöka vissa platser eller områden. Men en obehaglig tystnad är inte heller bra. ” *Det ska inte vara typ knäpptyst., Men det ska ju inte vara en massa, vad ska man säga mänskliga ljud, bilar och buller och skit. Men det får gärna vara så här, när vinden blåser i träden och man hör fåglar* ” (Magnus, 18).

## Kommentar

En tyst och lugn plats hjälper människan att stressa ner. Det gör det möjligt att lyssna till ljuden som av många kanske inte ges utrymme

längre. Dessa kan komma från naturen själv och exempelvis vara fågelkvitter eller vinden i träden.

## Komponenter på platsen

### Blickfång



Kulturen är en viktig huvudkaraktär som hänger ihop med människans historiska arv (Grahn 2005). Han belyser vikten av det här och skriver om en karaktär med symbolisk laddning som gärna får innehålla historiska spår, det kan exempelvis gestaltas i en gammal stenmur (Grahn 2005). Han menar att människans fascination för exempelvis monument, gamla träd och byggnader är stark. Mina egna studier antyder att det beror på att de har en tydlig historisk laddning, något många människor värderar. Berglund (1994) menar att centralpunkter kan vara en god hjälp för de människor som inte är vana av att meditera och att det finns ett behov av föremål att rikta uppmärksamheten och koncentrationen mot. Något man enligt Statens planverk (1983) däremot bör undvika är dramatisering och utformning som känns påträngande.

Det är viktigt att blickfånget ger en lugn stämning åt platsen och att det harmonierar med omgivningen (Statens planverk, 1983).

Mitt intervjumaterial visar att ett blickfång kan vara allt från specifika träd med en egen historia till svanen som alltid brukar simma på ett visst ställe. När Lena, 67 i en intervju får frågan om statyer, vattenanläggningar eller andra inslag som människan skapat kan göra platsen bättre, svarar hon ja under förutsättning att det inte är en naturlig plats från början. Lena säger också att hon inte skulle se något värde med en staty på en plats för kontemplation eftersom hon vill att den ska vara så naturlig som möjligt. *"I min rena naturmiljö som jag tänker mig vill jag inte ha något av människan placerat utan där räcker naturen"* (Lena.67). Värt att notera är däremot att hon följer upp detta påstående med att säga att hon skulle kunna tänka sig att placera en staty på en plats för kontemplation. Förutsättningen för det skulle i så fall vara att platsen fungerade som samlingspunkt eller att man kunde ge en offergåva på platsen. Hon beskriver vidare hur hon blir glad över att träffa på rösen i naturen och vetskapen om att andra har varit där före henne själv.

Under en annan av mina intervjuer visade Hans, 56 mig en plats där en nersatt mur skiljde skogen från ett bullrigt upplagsområde. Muren var målad med grafitti och det var också många av de träd som stod nära den. Marken var täckt av sprayburkar och färgpytsar. Många hade säkert tyckt att det såg skräpigt ut men platsen tilltalade brukaren som kände andlighet och historia här.

Samtalen med brukarna visar på en ovilja att smycka en plats för kontemplation alltför mycket. Stenrösen och stensamlingar nämns spontant i väldigt positiva ordalag medan tanken på statyer eller fontäner avskräcker. Här verkar den historiska bakgrunden vara viktig och vetskapen om att andra människor lagt ner arbete på och värderat rösen. De olika svaren på den här frågan skapar ett

motsägelsefullt intervjumaterial. Min tolkning är att idealet att hålla platsen så naturlig och äkta som möjligt i gestaltningen påverkade brukarna. Rädslan för att placera något som skulle ta över platsen och kännas malplacerat var stor.

## Kommentar

Jag har noterat att blickfång och centralpunkter används ofta i utsmyckningen av våra offentliga miljöer. Hans plats med en grafittimur som dominerande inslag är ett mycket bra exempel på en plats där natur och konst samexisterar. Kombinationen skapade en väldigt laddad och fångslande miljö.

Det är min uppfattning att blickfången är viktiga på en plats för kontemplation och att de blir ett sätt att ge en plats identitet och karaktär. Däremot krävs en noga avvägning vid gestaltningen. Stenar, och framförallt stenar i samlingar eller rösen tycks vara ett bra alternativ medan man bör undvika alltför konstlade utsmyckningar.

## Träd

Whiston Spirn (1998) menar att vi personifierar träd och ger dem mänskliga egenskaper. Prästen Lars Åke Lundberg (1996) som själv har samerötter har värnat om sitt kulturarv där konsten att tala med träd ingår. Han har integrerat det med sin kristna tro och beskriver det som ett väldigt effektivt sätt att öka sin självinsikt och finna verklig närvaro. Lundberg beskriver vidare hur valet av träd måste göras via intuitionens väg och resulterar i en lång tids samvaro.

Mitt intervjumaterial visar också på ett stort engagemang i träd och att de är viktiga på en plats för kontemplation. Framförallt äldre träd som ekar eller granar är uppskattade men också ljusare träd

som björk och hassel nämns i positiva ordalag. *”Sen är all skog... det är mäktigt, det är det finaste som finns, jag älskar den här hasseln som finns. Gigantiska granar är helt superfantastiskt!”* (Hans, 56). Magnus, 18 talar om sin uppskattning för stora, kala och gamla träd. Han föredrar liksom de andra intervjuade äldre träd men utmärker sig då han uttalat önskar barrträd som inslag på platser för kontemplation. Dessa beskrivs som täta och mäktiga och tillåter honom att slappna av mer samtidigt som de ger en känsla av att han avskärmat sig och är ensam.

### Kommentar

Det verkar vara tydligt att människan har ett speciellt förhållande till träd. De lever oftast längre än vad vi själva gör och det är lätt att betrakta dem som besjälade väsen. Speciellt gamla träd som exempelvis ekar talar till individen och många har en egen relation till specifika träd som de kommer tillbaka till.



### Sittplats

I statens planverk rapport (1983) poängteras det viktiga i att placera bänkar på meditationsplatser och man skriver att dessa företrädesvis ska vara i trä med armstöd. I mitt intervjumaterial ges inte bänken en självklar plats i det här sammanhanget. På frågan om hon skulle uppskatta att sitta på en bänk när hon besöker en plats för kontemplation svarar Lena, 67 lite tveksamt ja. Hon berättar att hon själv brukar välja ut en bra plats att sitta på och att hon inte söker sig till platser som har bänkar bara för att få sitta på en. *”Men det stör mig inte att det finns en bänk, jag kan tycka att det är fint att andra också lagt märke till att det är en fin plats och att de placerat en bänk här, det kan vara positivt”* (Lena, 67). Denna öppna inställning till naturliga sittplatser som klippblock och liknande är intressant och återfinns hos samtliga intervjupersoner. Även trä omnämns i positiva ordalag och Hans, 56 talar varmt om timrade bänkar med ett enklare uttryck även om han lika gärna slår sig ner på en sten. *”Det är gediget, otympligt att förflytta, du kan inte sparka sönder den, den är stabil”* (Hans, 56). Vidare beskriver Hans varför han föredrar en sådan bänk framför andra. *”Den har ju liksom vart där, kommit dit och vart där sedan den kom dit”* (Hans, 56). Det här kan låta svårförståeligt men jag tror att vad Hans vill poängtera är tidlösheten i materialet

### Kommentar

Att skapa utrymme för viloplatser är viktigt så att besökare utan ansträngning ges goda förutsättningar för kontemplation. I sittande läge är det lättare att ta till sig omgivningen mer till fullo och det bli lättare att slappna av. Samtidigt är det viktigt att inte sittplatsen känns för malplacerad. Detta bör gå att undvika vid materialval och



placering. Trä som material tycks vara attraktivt på en sådan här plats om man skulle gestalta för bänkar. Det verkar däremot inte vara en nödvändighet då intervjumaterialet visar på en öppenhet inför att placera sig själv på platsen.

## Vatten



En spegeldamm eller ett vatten som porlar sakta, stillar till meditation (statens planverk rapport, 1983). Man bör vara varsam med att anlägga för komplicerade vattenanläggningar på platser om osäkerhet föreligger för på hur väl de kommer att skötas i framtiden (statens planverk rapport 1983). I rapporten lyfts också de potentiellt negativa effekterna med att ha synliga betongytor eller skapa alltför konstlade vattenanläggningar. De är varken estetiskt tilltalande eller enkla att sköta.

Intervjuerna visar på en positiv inställning till vatten. Exempel på platser med utsikt över vatten tas upp som förebilder och

dagvattenanläggningen som utgör den huvudsakliga bakgrunden på platsen för intervjuerna får ett bra betyg. Under intervjun med Hans passerar vi en källa längs med vägen. ”Så har vi en källa här direkt, det är ju jätteballt, bara med stenarna hur de ligger tillsammans” (Hans, 56). Hans beskriver vidare hur tråkigt han tycker det är att den numera ligger svåråtkomlig i en hage. Det är tydligt att han vill kunna nå fram till källan.

## Kommentar

Vattenspeglar har en unik förmåga att reflektera den fysiska världen. Det här ger miljön en ny dimension och närvaron av vatten kan förhöja en utsikt. Ljudet av vatten är tilltalande men ett alltför häftigt brusande kan upplevas som olustigt. Det är ett element vi dras till och fascinerar av redan som små genom vattenlek och bad. Säkert var det också det Hans upplevde vid källan.

## Det diffusa

### Mystik

Berglund (1994) har genom sin forskning kommit fram till att andligheten kan finnas ibland annat i storslagen natur eller i hur olika element som stenar och träd relaterar till varandra. Men hon menar också att den finns i det enkla och rena och att överdådig gestaltning kan förstöra den andliga karaktären. Vidare skriver Berglund att man kan ge människan utrymme att ana dolda dimensioner genom att integrera det mystiska och outtalade i gestaltningen. (Berglund, 1994)

I mitt intervjumaterial finner jag uttryck för andliga upplevelser på olika sätt. Lena, 67 talar om sin stora känsla för stenar och hur hon föreställer sig dem nästan som kurande varelser, ruvande på en

uråldrig hemlighet. Hon ser stenarna som stämningsskapare i landskapet och hänvisar till det hedniska. ” *Jag kan ibland när jag är ute i naturen känna väldigt, väldigt starkt ifrån tidigare generationer som har gått på samma ställen som jag eller arbetat, lyssnat på fåglar och... att de haft samma känslor och tankar som vi har va? Stenar bland annat hjälper till tycker jag, att föra en tillbaka till de tankarna*” (Lena, 67). Stenar upplevs generellt i intervjuerna som speciella och viktiga. Likaså träd verkar kunna ge brukarna den här känslan av mystik. Vid flera tillfällen stannar de upp på vissa platser för att kommentera ett specifikt träd eller hur några träd och stenar står fint tillsammans. Känslan av att naturen skulle ha en andlig dimension tas upp av alla och omtalas som en väldigt positiv egenskap.

### Kommentar

Att skapa utrymme för en andlig dimension kan te sig som en svår uppgift eftersom alla relaterar olika till begreppet. Det är individuellt vad man som människa betraktar som mystisk karaktär och många kan ha svårt att sätta fingret på vad det är som gör att en plats upplevs som andlig.

### Det vilda och orörda

Det här är något som tycks viktigt för många av brukarna när de går ut och relaterar till utomhusmiljön. Den vilda aspekten handlar om hur äkta och autentisk naturen upplevs. Det behöver inte betyda att man måste komma bort från civilisationen men man måste känna ett avstånd till den. Grahn (2005) belyser vikten av det här och skriver om en karaktär med mossiga stenar och gamla upptrampade stigar. Det vilda handlar om en känsla av det ursprungliga och om det orörda. En natur som ger intrycket av att ha sett likadan ut under en lång period och som inte färgats tydligt av den samtida människan.

Känslan av att en plats är anlagd väcker inga positiva reaktioner i intervjuerna. Begreppet ”naturlig natur” dyker upp och Magnus, 18 betonar vikten av en naturtrogen variation i gestaltningen och vill inte att platsen för kontemplation ska kännas för perfekt och slipad. ”... *Det ska inte kännas påtvingat och skapat, utan det ska vara en naturlig plats*” (Magnus, 18). Även Lena, 67 betonar vikten av att inte skapa något för tillrättalagt. ”*Jag brukar ofta reta mig på sånt som ser för tillrättalagt ut, som de här lyktstolparna här, det är nödvändigt för att folk ska ha ljus, jag vet det, men det förstör känslan av natur för mig... Om jag ska ha någon känsla för det ska det vara så vild natur som möjligt*” (Lena, 67). Något intressant i det här sammanhanget är att hon innan detta uttalande har beskrivit att hon var missnöjd med hur bron på testområdet såg ut. Hade hon fått bestämma skulle bron ha varit betydligt mer utarbetad och detaljrik, och hon betonade vikten av att den smälte in i naturens linjespel. Lena kommenterar detta med att om det ska vara en bro så ska det vara en konstnärligt utarbetad sådan så att den passar i miljön.

### Kommentar

Motsatsen i att som Lena vilja ha det ”vilt” och samtidigt addera konstnärligt utarbetade detaljer är tydlig. Jag vilar på min yrkeskunskap i slutsatsen att det är en kulturmark med genuin karaktär som eftertraktas och att brukarna är oroade över en förstädd och i viss mån modern miljö. För att uppnå den ”naturliga” karaktär som omtalas krävs en god anpassning till lokala förutsättningar i gestaltningen. Här erfordras fingertoppskänsla och en noga avvägning vid materialval. En känsla av tidlöshet kan vara viktig då jag anar att behovet av denna aspekt grundas i vetskapen om att miljön har sett likadan ut under en längre period.

## 5. Gestaltning

I gestaltningen har jag tagit fasta på vad som framkommer ur främst analysen men även övriga kunskapskällor i arbetet har varit viktiga. Jag presenterar ett verklighetsförankrat gestaltningsförslag där jag utgår från en existerande plats på det i arbetet använda och tidigare beskrivna testområdet i Rågsved. Efter många besök på testområdet känner jag det väl och har lokaliserat ett läge jag anser stämmer väl överens med kriterierna.

Jag har självklart varit tvungen att välja bland de olika faktorer som framträtt som viktiga och inte kunnat ta hänsyn till dem alla. Det har egentligen inte handlat om någon medveten prioritering utan mer om att välja en plats med goda förutsättningar. Jag har sedan utvecklat gestaltningen av platsen i enighet med analysresultatet så långt det varit möjligt och känts rimligt. Jag har exempelvis inte tagit hänsyn till höjder i mitt förslag utan har arbetat med en relativt plan yta och förstärkt existerande kvaliteter. Eftersom mitt intervjumaterial ofta legat på en ganska abstrakt nivå har jag fått utgå mycket från mina tolkningar av vad som sades i intervjuerna. Detta för att ge en så god bild som möjligt av hur en kontemplationsplats kan se ut. Likaså har jag ibland fått utgå från mig själv. Exempel på detta har varit vid bedömning av vad som är ett avskilt läge men framförallt i min tolkning av gestaltning gällande mystik och vild karaktär.

### 5.1 Platsbeskrivning

Den valda platsen för gestaltningsförslaget ligger på testområdet i nära anslutning till den existerande dagvattenanläggningen. Det finns ett välutvecklat system av gångvägar och stigar i området då det fyller en viktig funktion som ett rekreationsområde. En av dessa

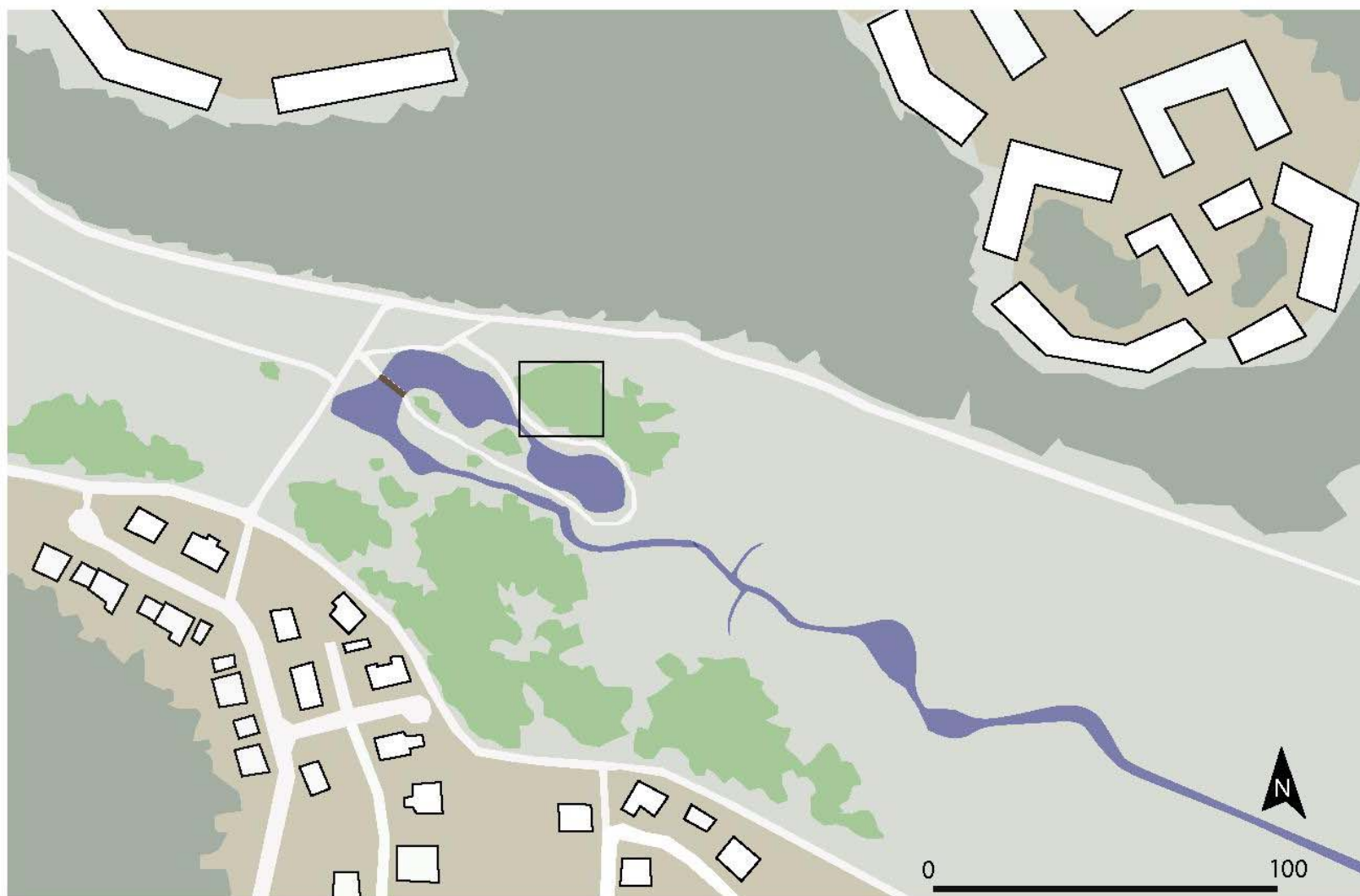
stigar löper lite avsidis i en bana runt dagvattenanläggningen och passerar mellan kontemplationsplatsen och dammen.

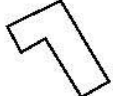
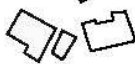


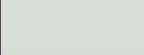




Platsen består av en större björkdunge med främst unga träd. Den är ca 20×40 m stor i sin väsentliga del för att sedan fortsätta i mindre sammanhängande armar runt det angränsande buskaget. Bakom björkdungen tar ett vildvuxet och tätt sälgbuskage vid och kontrasterar starkt mot de ljusa björkarna. Björkdungen har blivit gallrad nyligen och stammarna sträcker sig höga och gängliga mot himmelen. Platsen är ovanligt plan för området och har inga tydliga nivåskillnader. På marken mellan träden är en del ris kvarlämnat men i övrigt finns inga andra träd eller märkbara inslag med ett undantag. Marken är nämligen täckt med ett högt yvigt gräs som vintertid färgas brunt och bildar ett vackert nedre fältskikt. Det samspelar väl med de ljusa och luftiga björkarna.

Utifrån dungen ser man inte långt in mellan träden, de är för många och bildar ett naturligt kamouflager för den som vill vistas därinne osedd. Inifrån dungen har man däremot god utsikt över dammen och ängsmarken som fortsätter vidare bort i sänkan.



## Plan över testområdet och den valda platsen



-  Flerbostadshus
-  Villor
-  Vald plats
-  Bostadsområde
-  Ängsmark
-  Äldre vegetation  
- Blandskog
-  Yngre vegetation  
- Sälg & Björk
-  Damm
-  Gångstigar &  
Vägar

## 5.2 Förutsättningar

Förslaget har tagit avstamp främst i analysen men de teoretiska resonemang som föregått denna har också varit viktiga. Vissa av de faktorer som framkommit som betydelsefulla i analysen är påtagligt närvarande i förslaget och andra mer svårdefinierade faktorer kan vara svårare att utskilja. Beardsleys och Treibs idéer om behovet av en avskalad miljö med några få tydliga element på en kontemplationsplats har lagt grunden för mitt gestaltungsförslag.

### Platsens läge

Platsen ligger avskilt i enlighet med analysen men inte på så stort avstånd att den helt undgår kontakt med omvärlden. Människor rör sig i området och även om det inte sker ofta så händer det att slingan som passerar dungen trafikeras av en förbipasserande. Behovet av vyer framkommer i analysen och har ägnats stor uppmärksamhet i förslaget. I detta sammanhang nyttjas också platsens ljus då solen går ned i samma riktning som besökaren vänder sig mot. Solen och den färgade himmelen får då god hjälp av dammens blanka yta för att komma till sin fulla rätt. Björkdungen är i sig själv en plats med egna ljud. Här susar gräset ljudligt och träd kronornas sång i vinden är svår att missa. Detta bringar platsen rofylldhet även om civilisationens ljud stundtals tränger fram. Det är en tyst plats för att ligga så nära vägar och bostäder.

### Komponenter på platsen

Det har känts viktigt att kunna erbjuda närbelägna blickfång på en lite närmre skala och i det här fallet utgörs de av stensamlingen och utvalda träd. Träden är en viktig ingrediens för en lyckad kontemplationsplats och förslaget bygger mycket på dessa. Björkarna är många och ljusa, de står tätt och bildar tillsammans en

tydlig enhet. Ändå har det varit viktigt att särskilja vissa individer från mängden. En anledning till detta är att det förstärker intrycket av en omslutande helhet från de övriga träden. Den andra anledningen har varit att särskilja och uppmärksamma specifika träd för att besökaren lättare ska kunna relatera till dem. I centrum för min gestaltning står en bänk, den fyller funktionen som sittplats för de som inte trivs med att sitta på exempelvis marken. Bänken är i trä och enkel i sin konstruktion då det framkom av analysen att detta material och utförande betraktas som mest tilltalande. Vatten finns naturligt på platsen i form av en damm och den har utgjort en stor tillgång. Förslaget utnyttjar detta speciella element som förstärker den längre vyns kvaliteter och speglar himmelen.

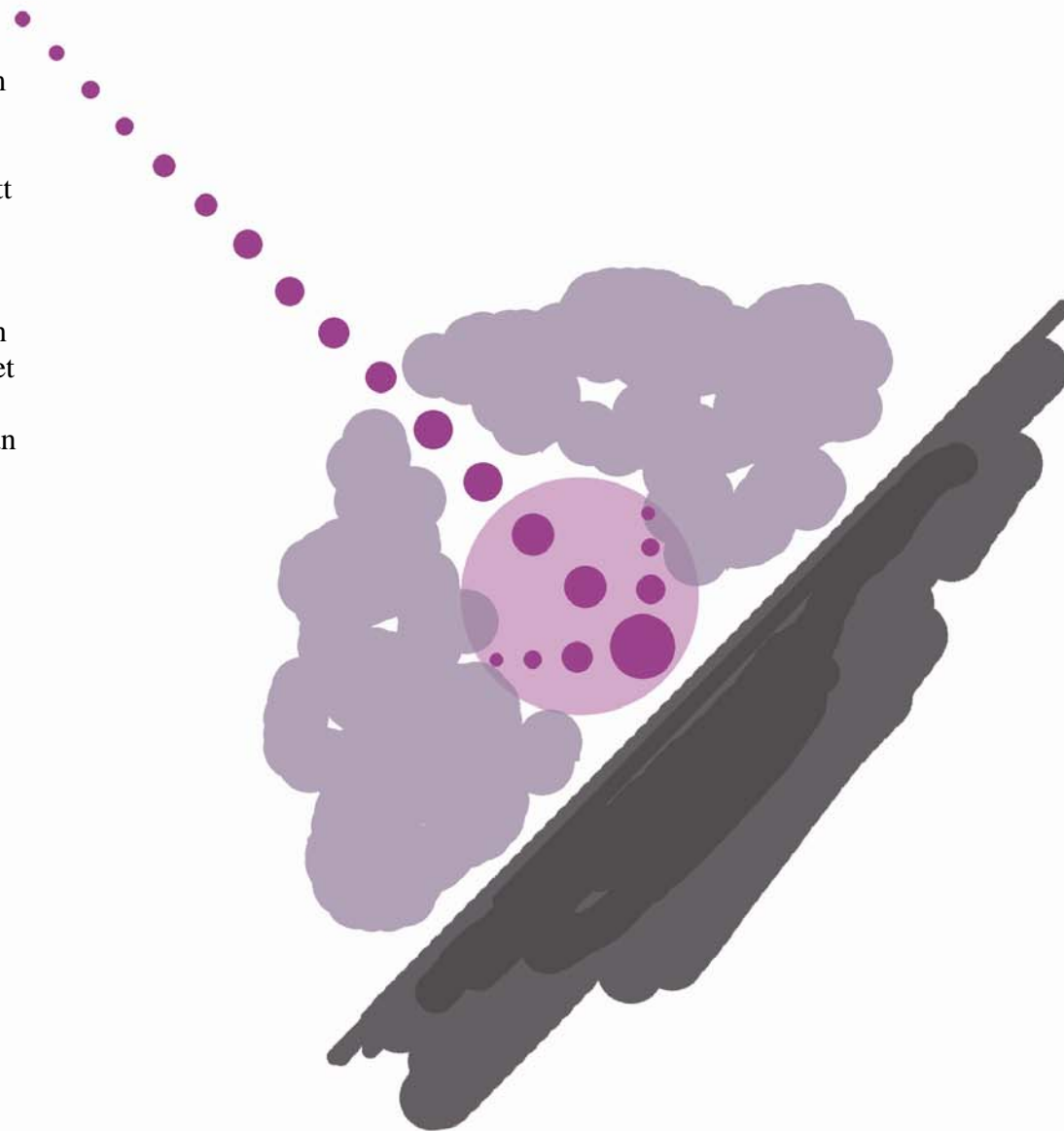
### Det diffusa

De svåraste aspekterna att ta hänsyn till har varit mystiken och det orörda. Dessa är från början svårdefinierade faktorer och kräver noga avvägning vid gestaltningen. Det har varit min ambition att bevara många av de element som redan karakteriserade platsen. Det ris som ligger på marken mellan träden avlägsnas inte och det höga gräset behålls. Likaså utsätts inte sälgbuskaget för någon större förändring utan får behålla sitt täta men lite slängigt risiga utseende. Den hårdgjorda ytan anläggs i en organisk form som anpassar sig efter befintliga träd. På så vis skapas goda förutsättningar för att ge intrycket av vad som i intervjuerna omtalas som en "naturlig" plats. Den andliga dimensionen är väldigt individuell men jag har i mitt förslag valt en plats som från början kändes karaktärsstark och tydligt definierad. Här finns en fin kontakt med himmelen och vattnet. Vidare har jag en samling stenar på platsen. Stenarna placeras så att mellanrum finns mellan dem och förhoppningsvis även en stark laddning. De ligger också nära omgivande björkar så att relationen mellan träd och sten framhävs. Detta görs i enlighet med Berglunds (1994) forskning kring gestaltningen av den andliga aspekten.

### 5.3 Koncept- Björklugn







Konceptet bygger på idén om att skapa en kontemplationsplats som anpassar sig efter platsens förhållanden och som förstärker vissa element i omgivningen. Tanken är att forma en lite mer avskalad plats som ändå behåller mycket av sin ursprungliga karaktär och sitt ganska otämjda uttryck.

Platsen ska kännas trygg och intim. Den bör vara avskärmd men samtidigt ge besökaren valmöjligheten att uppmärksamma antingen närmiljön eller de avlägsna omgivningarna. Visionen är att förslaget ska spela mycket på kontrasterna mellan den avskilda och slutna platsen och den omgivande öppna miljön. Den eftersträlvade känslan är att gå in i en bubbla utan att känna otrygghetskänslor av att vara isolerad eller utsatt.



# Illustrationsplan

-Björklugn

-  Bänk
-  Sten
-  Sälg
-  Björk
-  Damm
-  Stenmjöl

5

10



## 5.4 Förslagsbeskrivning - Björklugn

En kontemplationsplats skapas i en björkdunge med stark karaktär och med nära relation till dammen. Platsen nås via en mindre stig som sluter an till den redan existerande stigen som idag passerar dungen. Stigen är hårdgjord och leder fram till en öppen plats längst in mellan träden. Här placeras en enkel bänk i trä mot väster för vila. Besökare som föredrar att sitta eller ligga på marken vid kontemplation kan göra så då markytan är plan och anpassad i storlek. Väl inne i dungen kan besökaren känna sig trygg i förvisningen att hon är ifred och skild från omgivningen. Härifrån, med ett tätt buskage bakom sig som tryggar och med en vacker utsikt vänd mot väst och solnedgången framför sig bereds plats för kontemplation.

Rakt ovanför syns tydligt himmelen och hur träden sluter sig om platsen samtidigt som de strävar mot ljuset. Snett till höger om bänken ordnas en samling relativt stora stenar. Dessa ligger så att de tydligt relaterar till varandra och tillsammans bildar en laddad enhet. De framhävs av att de är placerade på den hårdgjorda ytan och skapar ett spännande blickfång. Stenarna utmärker sig på platsen som i övrigt är ovanligt plan för området. De relaterar också vackert till de närväxande björkarnas ljusa stammar. Den hårdgjorda ytan på platsen formar sig efter vissa träd och innesluter andra. Den är formad efter platsens förutsättningar. Genom att lämna kvar några träd inne på ytan framhävs deras karaktär och de står ut i mängden samtidigt som de blir lättare att relatera till.

På marken växer ett fint högt och böljande gräs. Det kontrasterar vackert mot den hårdgjorda ytan och integreras i platsen genom den organiska anpassade formen. Det susar lugnande i gräset när det blåser och i björkarna ovanför när de snuddar vid varandra.

Från kontemplationsplatsen kan blicken söka sig från den nära omgivningen till området bortom träden. Genom den naturliga öppning som finns i dungen idag kan besökaren med blicken följa änderna i dammen eller de människor som passerar på den mer trafikerade gångvägen en bit längre bort. Hon kan försjunka i solens möte med vattnet och de vackert dansande reflexerna som blir resultatet, eller låta blicken söka fjärran, där borta bland de avlägsna träden i början av sänkan.

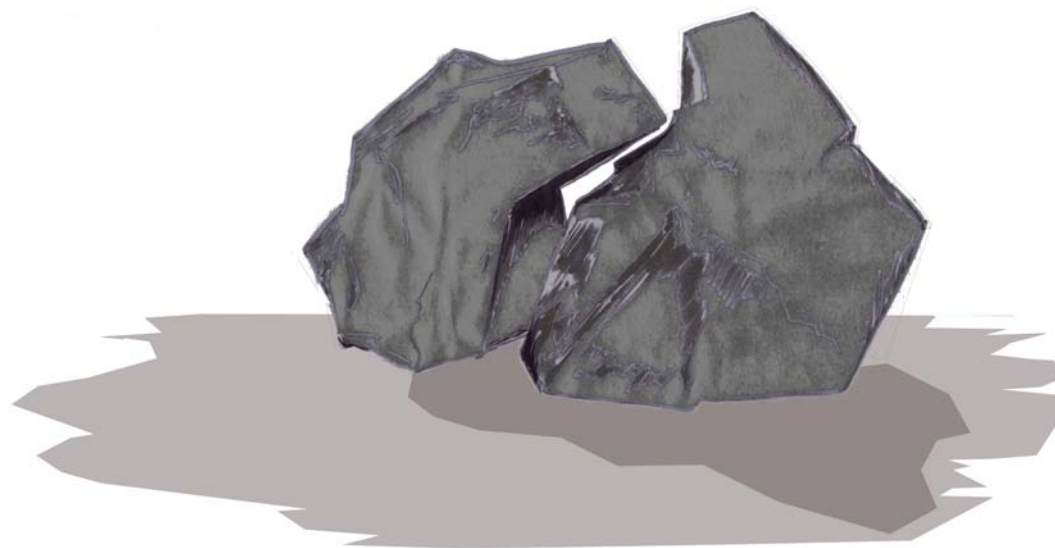


*Dungen sedd från väst på avstånd*





**Det inre rummet med fokus på bänken, träden och stenarna.**



**Stenarna placeras så att en laddning uppstår i dess relation till varandra.**



Perspektiv från bänken

Snitt genom dungen från  
bänken ut mot dammen



Fotografier från platsen



## 6. Reflektioner & Avslutande diskussion

Nedan följer en reflekterande diskussion där erhållna kunskaper från arbetsprocessen länkas samman.

### Den sekulariserade platsen för kontemplation och sorgearbete

Analysresultatet visar på en positiv inställning hos de intervjuade till anläggandet av sekulariserade kontemplationsplatser i bostadsnära grönområden. Likaså är inställningen till möjligheten att använda denna typ av kontemplationsplats i sorgearbete och kontemplation väldigt öppen. Känslan av andlighet som naturen kan ge många människor upplevs som viktig i det här sammanhanget

Det kan konstateras att det finns både skillnader och gemensamma drag mellan minneslunden och den sekulariserade platsen för kontemplation. Diskussionen angående huruvida minneslunden är lättillgänglig känns skälig då många nya bostadsområden inte förses med kyrka och många existerande saknar den. Detta pekar på en fysisk otillgänglighet knytet till kyrkogårdens minneslund.

Det finns också en mental otillgänglighet man bör ta hänsyn till då jag tror att många känner sig obekväma på kyrkogården och i minneslunden. Är man inte själv religiös kan det kännas olustigt och svårt att slappna av och komma till ro på en plats med så tydligt uttalade religiösa förtecken. Jag tycker mig ha funnit starkt stöd för detta i mina egna intervjuer. Då kan den mer neutralt laddade sekulariserade utomhusmiljön vara ett bättre alternativ för andliga behov. Stefan Edman uttrycker detta tydligt. "... *Visheten i naturen förnekar sig inte, det är sånt som får en att tro på en urkraft bakom allt*" *'Johan har inte varit i kyrkan på elva år, inte sedan hans brorsdotter gifte sig.'* "Nej det är för tungt och trist, en får ingen

*känsla för det heliga, bara pladder som inte gör en enda människa glad."* *'Stränga ord (med stänk av besvikelse) från mannen som gjort skogen till sin katedral.'* " *Den bästa andakten i år hade jag på orrmossen. Med fem spelande tuppar, himlaljus och starka dofter ur jord och vatten. Den liturgin, du!"* (Mjöberg 1997, s 8, förord av Stefan Edman).

Efter att ha sammanfattat de intervjuades svar på frågan om att utöva sorgearbete på en kontemplationsplats känns det som ett i allra högsta grad möjligt framtidsscenario. Jag är övertygad om att sorgearbetet går att jämföra med andra starka sinnestillstånd. Därför borde det gå att gestalta för dem även på en sekulariserad plats för kontemplation. Den sekulariserade utomhusmiljön bör även kunna erbjuda ett komplement till, och för vissa personer ersätta minneslundens funktion som plats för sorgearbete. Den bostadsnära utomhusmiljön kan många relatera till och känna sig bekväma med då den är tillåtande och kravlös. Specifika lättillgängliga platser utomhus blir då ett alternativt mål för människor med behov av kontemplation och sorgearbete. Många skulle säkert uppskatta platser som saknar specifika religiösa attribut men som ändå skänker en känsla av stillhet och av ro, som kan fungera i tröstande syfte och som har det som tydligt uttalad funktion att göra så.

Det hade varit väldigt intressant att vidare undersöka kontemplationsplatsen för både kontemplation och sorgearbete. Speciellt om den skiljer sig gestaltningmässigt, och så fall hur, från kontemplationsplatsen som inte har som uttalat syfte att fylla båda dessa funktioner. Jag har inte i mina intervjuer undersökt om detta skulle ställa andra krav på gestaltningen eftersom det inte ingått i mitt arbete. Ändå kan jag konstatera att många använder utomhusmiljön på det viset och att det i ett material från endast tre personer återfanns många andligt laddade platser.

## Naturen i arbetet

Naturen har fått en relativt central roll i det här arbetet. Mina teoretiska studier visar tydligt på ett samband mellan naturen och kontemplation. Trots att det testområde som används i arbetet är av en vildare parkkaraktär utesluter inte det möjligheten att anlägga kontemplationsplatser i mer städad parkmiljö. Mitt intervjumaterial visar på en öppenhet inför detta, stöd går också att finna i litteraturen där exempelvis Grahn (1998) och Krinke (2005) skriver om grönområden och deras goda egenskaper för vår hälsa, även i mindre kvantiteter. Jag har inte undersökt hur mina resultat kan användas i mer stadsnära parkmiljö även om det hade varit väldigt intressant att utreda om det finns skillnader och vilka de i så fall är.

En intressant aspekt är hur de intervjuade talar om ”naturlig” natur och eftersträvar en vild karaktär. Jag tror nu inte att det är riktigt så enkelt. Jag tolkar det som att vad de vill ha är en plats som är fri från tydliga samtida inslag, och som därför kan upplevas som tidlös. En plats som känns genuin och har influenser som känns autentiska och obearbetade. Det är exempelvis inte många som tänker på att skogarna gallras även om det är just så de vill att skogen ska vara när de är ute i naturen. Kontentan blir en plats som är underhållen och medvetet gestaltad men som är det med insikten om dessa behov. Det är viktigt att i en sådan gestaltning lämna utrymme för vegetationen att ta för sig och därmed ge intrycket av att vara otämjd. Samtidigt är det betydelsefullt på en kontemplationsplats att det inte är för ostädad eller upplevs som plottrigt. Det här är en fin balansgång som kräver fingertoppskänsla och resulterar i en kompromiss, en i mina ögon högst möjlig sådan.

I arbetet användes den befintliga karaktär som finns i Rågsved och jag tror att det viktigaste oavsett miljö är att utgå från och förstärka befintliga förutsättningar och element som existerar på platsen när

man skapar en kontemplationsplats. Det kan vara en bergsknalle, en vacker samling träd eller en sällsynt tyst plats.

Naturen som arena spelar alltså en viktig roll för kontemplationsgestaltning utomhus. Hur den upplevs påverkar människans förutsättningar för kontemplation. Jag tror att vi i Sverige kunde ta vara på mycket mer av den bostadsnära naturen som det finns så mycket av i landet och utveckla den sekulariserade kontemplationsplatsen som koncept. Naturen har en betydelsefull funktion som gemensam, då mark inte förknippas så tydligt med ägande i Sverige som i många andra länder. Att den nästan betraktas som allmän egendom skapar gynnsammare förutsättningar för avspänning och lugn.

Tillhörighet och sammanhang är viktiga känslor som naturen hjälper oss att stärka. Grahn (1998) menar att den fysiska miljön är betydelsefull för människans identitet och att den bekräftar individen. Den kan även stödja oss i försoningen med livets gång då den på många vis påminner oss om den. Årstiderna avlöser varandra liksom livets olika skeden och exempelvis blommor är tydliga tecken på livets förgänglighet. Samtidigt är cykeln väldigt tydlig i naturen, att allt kommer åter och att inget är slutgiltigt, en hoppfull tanke.

Människan har ett livslångt förhållande till naturen och detta har lämnat spår, inte minst kulturellt. Naturen skänks ofta ett gåtfullt magiskt skimmer och förknippas med mystik. Under arbetets gång har det blivit tydligt att många eftertraktar den natur de upplever som ”naturlig” och att det är en fin gräns mellan denna och upplevelsen av den artificiella, av människan skapade naturen. Vi lever i en värld där orörd natur är en raritet som få ens har upplevt. Människan uppskattar och avnjuter istället kulturmark och denna upplevs som genuin. Vi romantiserar kring det vilda men ofta inkluderar detta exempelvis ängar som är en tydlig kulturprodukt.

Det här är ett brett och komplicerat ämne som jag inte behandlar utförligt i arbetet men som har varit viktigt och intressant att ha i åtanke i analysprocessen vid hanteringen av intervjumaterialet.

## Utvärdering

Även om intervjuerna syftade till att ge en uppfattning om vilka material och element som spelar roll på en sekulariserad plats för kontemplation bör det nämnas att det faktum att intervjuerna utfördes utomhus i ett specifikt område kan ha påverkat resultatet. Det känns också viktigt att poängtera att intervjuerna och dess återgivande färgades av arbetets syfte och av mig själv. Det går inte att kalla dem objektiva även om ansträngningen att hålla dem sådana naturligtvis funnits. En annan faktor som bör nämnas är att svenskar generellt har en stark koppling till naturen och att allmänheten ofta svarar utifrån vad som är känt och vad de sett tidigare

Min intention att ta fram specifika material som är aktuella vid kontemplation gav inte det resultat jag hoppats. På frågan om vilka element och material som de intervjuade ville omge sig med på en kontemplationsplats blev svaren ibland svävande. Elementen redogjordes det för tydligare och träd och stenar nämndes spontant. Även när det gällde mer direkta frågor om specifika material tycker jag inte att kvaliteten på det sammanställda materialet är tillräcklig för att redogöra för. Det faktum att jag inte medvetet ställt många ledande frågor om material kan vara en orsak till det ojämna resultatet. Om jag hade varit mer konsekvent och tydlig i min intervjuteknik är det möjligt att resultatet sett annorlunda ut. Samtidigt har det funnits stora fördelar med att samtalen varit så fria då jag upplever det som att de intervjuade har öppnat upp och berättat mer personligt.

De faktorer jag kommit fram till som viktiga på en kontemplationsplats är inte helt okomplicerade i sig själva. Vissa är

så starka att de tydligt skulle utesluta vissa potentiella platser om man såg dem som nödvändiga för en kontemplationsplats. Jag har inte haft som intention att använda sammanställningen av avgörande faktorer i analysdelen som en checklista i mitt gestaltungsförslag. Det kan däremot tyckas så när man studerar det faktiska resultatet då jag beaktat oväntat många faktorer. Själv tror jag att detta kan bero på områdets karaktär som är ovanligt tacksam i detta hänseende jämfört med många andra bostadsnära grönområden. Jag tror inte att man ska betrakta mitt analysresultat som ett helt recept utan istället se det som en fördel när man kan gestalta med så många av dem som möjligt i åtanke.

Diskussionen om heliga platser och om värdena i en andlig dimension är väldigt intressant men också väldigt svårbehandlad. Jag tror att det är väldigt svårt att skapa en sådan plats men jag är övertygad om att det är fullt möjligt att skapa goda förutsättningar för detta. Krinke (2005) behandlar en viktig aspekt när hon tar upp problemet med att uttala ge en plats funktionen som kontemplationsplats. Hennes farhågor att det kan försämra dess kontemplativa kvaliteter om besökaren förväntar sig sådana tål att tänkas på. Samtidigt belyser Mjöberg (1997) värdet i de kollektiva platserna i det här sammanhanget. Det här är en fråga som är värd att studera närmre.

Det är intressant att gestaltungsförslaget, med så mycket information och åsikter att beakta ändå gick att stilisera. Här har jag arbetat med Beardsleys och Treibs idéer om en mer avskalad kontemplationsplats. Jag har också noterat att mitt gestaltungsförslag stämmer väl överens med den plats bland träd med utsikt över vatten som Ottosson (2007) nämner som extra attraktiv för människan. Det blev ett enkelt förslag som egentligen inte alls bör kallas enkelt. Det har för mig blivit tydligt att i den här typen av gestaltning ligger storheten i det lilla. Det är inte lätt att ta hänsyn till så många faktorer och samtidigt forma något konstlat

och tydligt. Ändå är det just så jag tror man ska närma sig gestaltning för kontemplationsplatser.

De studier av referensplatser som utförts under arbetets gång har visat sig vara viktiga på så vis att de hjälpt mig i min förståelse för gestaltningen av det laddade rummet. De har också hjälpt mig att bredda mina referensramar för dessa. Ändå har inte detta visat sig som en uttalad kunskap i arbetet utan har mer fungerat som en tyst sådan. Studieresorna har ändå haft betydelse, inte minst för gestaltningsdelen. I mitt arbete skulle jag annars säga att intervjuerna har varit det viktigaste momentet. Dessa har spelat en oärlig stor roll för arbetet och har också varit mer tidskrävande än väntat att behandla. Tyvärr har detta inneburit att jag varit tvungen att prioritera och inte kunnat behandla allt material i min analys. Likaså litteraturstudierna blev mer omfattande än vad jag planerat. Mängden litteratur på detta specifika område är kanske inte så stor men den är desto större inom de tangerande. Arbetet har därför medfört väldigt intressant och stimulerande läsning på många olika plan.

Antologin *Contemporary landscapes of contemplation*, av Rebecca Krinke upptäcktes tyvärr relativt sent i min arbetsprocess. Därför har jag inte kunnat ta till mig dess innehåll i sin helhet. Den är i allra högsta grad relevant för ämnet och tar upp många av de frågeställningar jag själv arbetat med. Skulle det finnas intresse av att studera detta ämne vidare skulle jag därför varmt vilja rekommendera boken som får alldeles för lite uppmärksamhet i mitt eget arbete.

## Slutord

Jag gick in i det här arbetet med många funderingar och en stor nyfikenhet över vad jag skulle finna. Övertygelsen om att samhället behöver platser avsedda just för kontemplation hade jag med mig från början. Hur dessa kunde komma att se ut eller vilka förutsättningar som krävdes för att realisera dem hade jag däremot svårare att förutse. Kontemplation som handling liksom vistelse i grönområden har båda visat sig ha en positiv effekt på vår fysiska och mentala hälsa. En plats som tar vara på båda dessa funktioner känns viktig idag när så många människor lider av stress. Det här arbetet har därför definitivt stärkt min tro på vikten av att bereda plats för sekulariserade kontemplationsplatser i våra nära grönområden.



## Källförteckning

### Tryckta källor:

Berglund, Inger (1994) Kyrkogårdens meditativa rum. Stockholm: Verbum förlag AB. ISBN 91-526-2169-3

Beardsley, John (2005) Filling a void. Krinke, Rebecca (red) *Contemporary landscapes of contemplation*. 174-195. New York: Routledge ISBN: 0-415-70069-8

Bonniers lexikon (1997) ISBN 9– 632-0055-4

Bonniers lexikon (1996) ISBN 91-632-0050-3

Brusewitz, Gunnar (1993) Vägval i minnesmark .2. Borås: Wahlström & Widstrand. ISBN 91-46-16163-5

Grahn, Patrik (1998). Vårdande natur. Egen härd guld värd för själens harmoni. Olsson, Titti (red) *Människans natur*. 85-125 Stockholm: Bygghälsningsrådet. ISBN 91-540-5825-2

Grahn, Patrik (2005) Att bota människor i en trädgård. Olsson, Titti (red) *Tänkvärda trädgårdar* 127-146 Stockholm: Formas. ISBN: 91-540-5940-2

Hermann, Heinrich (2005) On the transcendent in landscapes of contemplation. Krinke, Rebecca (red) *Contemporary landscapes of contemplation*. 36-72. New York: Routledge ISBN: 0-415-70069-8

Krinke, Rebecca (red) (2005) *Contemporary landscapes of contemplation*. New York: Routledge ISBN: 0-415-70069-8

Kvale, Steinar, Den kvalitativa forskningsintervjun, Lund 1997

Lawson, A (2003) Storstadssatsningen i Stockholm. Lund: Arkiv förlag i distribution. ISBN 91-7924-167-0

Lundberg, Lars Åke. (1996) *Andlighet*. Stockholm: Verbum Förlag AB. ISBN 91-526-2390-4

Merton, Thomas (1995) *Vägen till kontemplation* .4. Vejbystrand: Catholica. ISBN 91-86428-55-1

Mjöberg, Lotte (1997) *Heliga marker*. Stockholm: Bonnier Alba AB. ISBN 91-34-51873-8

Nylind, Olle (2003) Rågsved. Söderström, Göran (red) *Stockholm utanför tullarna* 186-190 Värnamo: Fälth & Hässler. ISBN 91-7031-132-3

Olsson, Titti (1998) (red) *Människans natur*. Stockholm: Bygghälsningsrådet ISBN 91-540-5825-2

(1985) *Prismas främmande ord*. 2. Köpenhamn: Nordiskt förlag A.S ISBN: 91-518-1941-4 Först publicerad 1984

Rosendal, Gunnar (1973) *Mystik, meditation, kontemplation* Uppsala: Pro Veritate

Rågsveds historiegrupp/PRO i samarbete med Ytterstadssatsningen Rågsved och Studieförbundet Vuxenskolan Farsta-Vantör (1999) *Rågsveds Historia*

Searles, Harold (1960) *The nonhuman environment*. New York

Statens planverk rapport 69 (1983) *Planering av Minneslundar*. Stockholm: Civiltryck AB. ISBN 91-38-07939-9

Svenska Akademien (2006) *Svenska Akademiens ordlista över svenska språket*. Trettonde upplagan, tredje tryckningen. Stockholm: Svenska Akademien. ISBN: 10: 91-7227-419-0

Treib, Marc (2005) Attending. Krinke, Rebecca (red) *Contemporary landscapes of contemplation*. 13-35. New York: Routledge ISBN: 0-415-70069-8

Whiston Spirn, Anne (red) (1998) The language of landscape. New York. ISBN 0-300-07745-9

Översiktsplan Stockholm (1999) Stadsdelarnas utveckling.

### **Avhandlingar:**

Sidén Lannergård, Karin (2008) Framtidens begravningsplatser. Examensarbete. Uppsala: SLU

Johan Ottosson (2007) The Importance of Nature in Coping. Doktorsavhandling. Alnarp: SLU ISBN: 978-91-85913-14-5

### **Muntliga källor:**

Intervjuer utförda i Rågsved 2008-09-16 – 2008-10-04 med:  
Lena, 67  
Hans, 56  
Magnus, 18

### **Elektroniska källor:**

Föreningen Magelungens vänner. Hemsida. [online] (2008-09-15)  
Tillgänglig: <http://www.magelungen.se> [2008-10-23]

Sofie Loftenius. [online] (2003) Hökarängen och Rågsved -om grannskapsförortens framtida form och struktur i ett växande. D-uppsats från Blekinge Tekniska Högskola/Inst. för fysisk planering. Stockholm.  
Tillgänglig:  
<http://www.bth.se/fou/cuppsats.nsf/6753b78eb2944e0ac1256608004f0535/3e57529b8be14388c1256dfe006190b5?OpenDocument>

Stockholms vatten. Hemsida. [online] (2008-08-13) Tillgänglig:  
[http://www.stockholmvatten.se/Stockholmvatten/commondata/styrelsehandlingar/2008-03-13/17\\_Redovisning\\_av\\_Miljomiljardenprojektet\\_inom\\_SV.pdf](http://www.stockholmvatten.se/Stockholmvatten/commondata/styrelsehandlingar/2008-03-13/17_Redovisning_av_Miljomiljardenprojektet_inom_SV.pdf)

Stockholms stad. Hemsida. [online] (2008-01-16) Tillgänglig:  
[http://portal.miljomiljarden.se/wf\\_miljomiljarden/home/ext\\_projects\\_vie\\_w.asp?projectid=155](http://portal.miljomiljarden.se/wf_miljomiljarden/home/ext_projects_vie_w.asp?projectid=155)[2008-10-23]

Stockholms stad. Hemsida. [online] (2005-06-01) Tillgänglig:  
[http://portal.miljomiljarden.se/wf\\_miljomiljarden/home/ext\\_projects\\_vie\\_w.asp?projectid=155#](http://portal.miljomiljarden.se/wf_miljomiljarden/home/ext_projects_vie_w.asp?projectid=155#)

Thurman, Robert. [online] (1994) Meditation and education: Buddhist India, Tibet and Modern America. Tillgänglig:  
<http://www.contemplativemind.org/programs/academic/thurman.html>

### **Bildförteckning:**

Samtliga bilder är fotograferade eller utförda av författaren.

### **Kartmaterial:**

Från Stockholms stad Hemsida. [online] (2008-11-01) Tillgänglig:  
[http://www.map.stockholm.se/kartago/kartago\\_fr\\_sth.html](http://www.map.stockholm.se/kartago/kartago_fr_sth.html)

## **Bilaga 1 Informationsblad**

## Bilaga 2 Intervjuguide

Arbetet har haft stor nytta av de intervjuer som utförts i samband med arbetet. Intervjuerna har varit av typen kvalitativa halvstrukturerade och alltså fungerat som fria samtal. I arbetet redovisar jag en sammanställning av mitt intervjumaterial. Där fokuserar jag på att redogöra för de delar av samtalen som behandlar mina 4 huvudfrågor. Nedan presenteras intervjufrågorna i sin helhet.

- Finns det idag platser utomhus som du använder för kontemplation?
- Ta en stund till att visualisera en drömplats för kontemplation framför dig eller en verklig plats där du känner att det finns möjlighet för egen andlighet. Beskriv vad du ser:
- Hur ska den ligga i landskapet?
- Vart vill du befinna dig på platsen?
- Vilka element och material vill du omge dig med på en sådan här plats?
- Vilka funktioner har en plats för kontemplation för dig?
- Hur viktigt är det privata här/Kan andra använda platsen samtidigt?
- Finns det värden i att känna att det är ”anlagt” på en sådan här plats?

- Kan statyer, vattenanläggningar eller andra inslag som människan skapat göra platsen bättre?
- Om du vill minnas eller sörja en avliden, går du då till kyrkan/kyrkogården?
- Kan andra platser ersätta kyrkan/kyrkogården?
- Hur länge tror du att du använder en plats för kontemplation?
- Hur ofta tror du att du använder en plats för kontemplation?
- Tror du att det går att planera platser för egen kontemplation i offentlig miljö, som den här (testområdet)?

Utifrån dessa frågor har sedan samtalen och följdfrågorna varierat. Svaren från intervjupersonerna har skilj sig åt och samtalen har anpassats därefter.