

På røgens vinger

Om brug af rituel røgelse i moderne og oprindelige kulturtraditioner

Annette Høst og Maria Lisette Jacobsen 2022 ©

Tidligere udgivet på engelsk "Sacred Smoke", Annette Høst & Sacred Hoop 2010 ©

At afbrænde røgelse er en traditionel måde at få adgang til planternes sjæl og kraft på, når vi ønsker at drage nytte af dem til spirituel, rituel og magisk brug. Det engelske ord *incense* betyder indviet røg eller røgoffer (ordet *parfume* kommer fra latin *par fumare*; gennem røg). På hollandsk *wierook*, der klart udtrykker: helliget/indviet røg. Den hellige røgelse er i tidens løb blevet brugt i mange spirituelle og shamanistiske helbredelsestraditioner, inklusive de nordeuropæiske.

Gennem mange generationers samarbejde med planternes inderste væsen, har kloge kvinder og mænd lært at visse typer planter bærer visse særlige egenskaber og har visse virkninger når de bruges som røgelse. Lige meget om du lærer af oprindelige kulturers medicinfolk, europæiske bønder fra tidligere tider eller sibirske shamaner, vil de alle fortælle dig at røgen fra visse planter renses, andre vil påkalde ånder og helbredende kræfter, andre igen vil føre dine bønner videre til universet, og nogle er gode til at hidkalde balance og harmoni til både et rum, et menneske eller en situation.

Den smukke fælles jordvisdom er at alle disse mennesker - på kontinenter langt fra hinanden - er forholdsvist forholdsvis/ ret enige om, hvilke planter der er gode til hvilket formål. Lad os se på, hvad de har at lære os.

Som forberedelse og "renselse"

Brugt i starten af dit shamanistiske eller rituelle arbejde, vil den velduftende røg hjælpe med at definere og forberede et ceremonielt rum og åbne dørene i din sjæl til ånde verdenen. Du kan rense og klargøre dine magiske og ceremonielle værktøjer og dig selv før vigtigt, rituel arbejde.

Et par ord om at "rense". Betydningen *at rense* kan have en lidt uheldig klang, da det insinuerer at noget er "beskidt" eller forkert. Hvilket hurtigt kan skabe en polarisering i forhold til rigtigt og forkert, godt og ondt. "Dårlige" eller "skadelige" energier.

Sådan arbejder vi ikke. Vi arbejder med helhed. Og med at der kan være forkert energi på forkert sted. Denne energi vil vi med røgen gerne flytte, sådan at den der udfører ritualen eller det rum vi arbejder i, er velforberedt og fuld af kraft til den forhåndenværende opgave.

Så for forståelsens skyld bruges der i det følgende stadig ordet "rense", men i det skal der læses betydningen af klargørelse, forberedelse og fokusering.

Formålet med at rense med røgen er altså at komme af med uønskede ånder, sygdom, tung energi og lignende. Man kan rense et værelse, en person eller genstande efter dybt, helbredende arbejde eller efter et skænderi, eller for at slippe af med de sidste følelser af elendighed eller sygdom. I ældre dansk bondetradition blev hele huset og alle de mørke kroge røget grundigt igennem med malurt/bynke efter den lange, hårde vinter, ud med den gamle energi for at gøre plads til det nye friske liv der kommer med foråret. I nogle dele af England var det indtil for ganske nylig tradition at "gennemryge" huset på *Mayday* (1. maj) med brændende rosmarinblade. Når du renser et værelse eller hus, så husk at lade et vindue stå åbent, så den uønskede energi kan slippe ud, ridende på røgen.

Følgende urter bruges primært til renselse

Ceder og ene

Der er mange lokale varianter af disse i cypres-familien, og ofte forvirring om deres identitet. Det betyder ikke så meget, da de fuldstændig overlapper hinanden i brug. I Tuva, Sibirien, bliver grene af enebær altid brændt, før enhver hellig handling. I Nordamerika har de oprindelige kulturer en lang tradition for at bruge *red cedar* (kæmpe thuja), her kaldes træet til tider det kærlige og værdiladede "Mother Cedar".

Malurt

(*Artemisia absinticum* og *A. tridentata*) samt strandmalurt (*A. maritima*) og bynke (*A. vulgaris*). Brug blade og unge blomster, undgå kviste. Hele Artemisia-familien bruges traditionelt til spirituelt arbejde. De vokser i tempererede klimaer. Som navnet indikerer, er disse urter dedikeret til Artemis, det græske navn for månens gudinde og de vilde dyr.

Den amerikanske Artemisia ved navn *sagebrush* kaldes nogle gange endda for kort 'sage', altså det engelske navn for salvie. Dette har skabt meget forvirring i de kredse som benytter sig af røgelse, fordi ægte salvie (*Salvia*) også bruges til at rense med. Lad os få det på det rene at *sagebrush* er en Artemisia, den er ikke medlem af *Salvia*-familien, og de to er meget forskellige i krop og personlighed. Lokale amerikanske varianter af *sagebrush* er *A. tridentata*, *A. frigida* og *A. californica*.

Salvie (*Salvia*)

Navnet *Salvia* kommer fra latin *salvus* (sundhed). Brug blade plukket før planten blomstrer. Jo mere sol planterne får, jo bedre og stærkere bliver det. Danmark er efter vores mening det nordligste område for dyrkning af salvie til røgelse. Bortset fra havesalvie (*S. officinalis*), der er almindelig i Europa, vokser en anden underart af ægte salvie; hvid salvie (*S. Apiana*), kun i det sydvestlige Nordamerika, hvor den er populær til røgelse og bruges i dag flittigt i spirituelle kredse. Hvid salvie kan virke meget stærkt i sin duft og en anbefaling herfra er at bruge den i begrænsede mængder.

- Hvid Salvie er ikke truet (eller rødlistet) på nuværende tidspunkt, men hermed en opfordring til altid at bruge indkøbte og høstede urter bevidst og etisk.

Egetrøske - brunmuld

Eg der er blevet angrebet af en særlig brunrådssvamp kaldes "trøske" (hvidmuld, brunmuld), et mere folkeligt navn for den rest, der bliver tilbage efter at svampen i veddet nedbryder cellulosen og efterlader den mørkfarvede lignin. Det døde ved kan nu forsigtigt "plukkes" fra træet (ofte kan det findes indvendigt i hule træer eller ved afbrækkede større grene. Tag kun hvad træet selv afgiver og undgå at brække.) En god trøske bærer gløden let og udsender en fin, sødlig duft der fungerer godt til at ændre tilstanden i et rum - f.eks. når det skal gøres klar til en rituel handling. Et godt hjemmehørende alternativ til de forskellige slags importerede røgelsler.

Palo santo

De senere år har der været en opblomstring i brugen af den sydamerikanske træsort *Bursera graveolens*, bedre kendt som palo santa (helligt træ). Ligesom trøske, er palo santo dødt og nedbrudt træ der ved afbrænding frembringer en parfumeret og stærk duft på grund af det olieholdige træ. Brugen af palo santo stammer fra de oprindelige kulturer i Sydamerika, men benyttes faktisk også af den katolske kirke samme sted.

- Selve træsorten er ikke truet, men levestederne; de tørre tropiske skove, for *Bursera graveolens*-træet ér og der opfordres derfor fra flere naturbevarings-organisationer til at begrænse aktiviteten i disse områder - herunder høst af palo santo.

Til påkaldelse og til at skabe harmoni

I Black Elks beretning om Oglala Sioux's syv ritualer anbragte Slow Buffalo *sweetgrass* - festgræs (*Hierochloe odorata*) på gløderne og udtalte: "*Bedstefar, Wakan-Tanka, jeg tilbyder dig din hellige plante... Jeg vil skabe røg, som vil trænge ind i himlen og nå helt til vores bedstefar, Wakan-Tanka; den vil sprede sig over hele universet og berøre alle ting!*"

Røgen fra følgende urter kan bruges til at påkalde naturånder og helbredende kræfter og til at skabe harmoni med. De bruges også til velsignelse, udvise taknemmelighed og i den ovennævnte beretning – at sende bønner afsted med.

Skovmærke / Bukkar (*Galium odoratum*)

En delikat grøn urt, der vokser i løvskove, ofte bøg. Brug hele urten plukket før de små blomster åbner sig. Traditionelt høstes skovmærke indtil Valborgsaften / Beltane, hvor dens kraft kulminerer. Lokale britiske navne for skovmærke som *Kiss-me-quick* (Dorset) og *Sweethearts* (Somerset) vidner om dens evne til at frembringe vellyst og bindende kærlighedsbesværgelser, mens Berwickshire-navnet 'sweet-grass' viser det tætte åndsforhold til dets navnebrødre i Nordamerika og Sameland.

Festgræs - "sweetgrass" (*Hierochloe odorata*)

Et græs, der vokser og bruges i det nordlige Nordamerika og Nordskandinavien. Begge steder er det tørrede græs almindeligvis flettet sammen til røgelse. Festgræs kendes også fra Skotland som "helligt græs" og lægges på

kirkegulve. Hos nogle nationer af Nordamerikas oprindelige folk er festgræs fortsat meget helligt og er brugt til næsten alle formål, også rensende.

I festgræs og skovmærke, (såvel som i flere andre planter, bl.a. gul snerre), bæres dens kraft og sødme af stoffet kumarin, som har den karakteristiske søde duft og den fysiologiske effekt af virke både afslappende og opløftende på sjælen.

HJEMMEhørende planter til HJEMMEhørende traditioner

I vores, til sammen mange år med shamanistisk arbejde og indsamling af folkemagiens og kloge folks gerninger, har viden om planterne været uundværlig.

I tilfældet med urterøgelsen har én ting imponeret os meget. Det er at naturen så vidunderligt har sørget for at uanset hvor du bor, er der altid hjemmehørende urter med præcis den egenskab, du har brug for.

Hvor det bliver for koldt eller barsk til at én plante kan leve, tager den næste med samme egenskaber over. For eksempel starter festgræs' udbredelse, hvor det er for koldt til skovmærke og gul snerre. Og cedertræ og enebær vil vokse, hvor det er for koldt til salvie og artemisia.

Når vi ved dette, kan vi nu se at de tilsyneladende forskelle i røgelsespraksis verden over egentlig ikke er forskelle. Det er den samme åndsviden, de samme plantekræfter og planteånder, men med lokale variationer forårsaget af klima og jord.

Så groft sagt, oprindelige kulturer i dagens nordamerikanske tradition bruger sagebrush, salvie, festgræs og ceder-enebær. Den europæiske tradition bruger skovmærke i stedet for festgræs, og malurt i stedet for sagebrush. Den østsibiriske tradition bruger enebær/cedertræ til næsten alt.

Festgræs er i flere områder i Nordamerika udryddelsestruet blandt andet på grund af overhøst, hvilket delvist skyldes dets popularitet på New Age-markedet, herunder eksport til Europa. Pointen er her: Hvorfor købe planter hjem fra andre kontinenter, når dem, du har brug for, vokser i din egen baghave, hjemmehørende i den samme jord som dig, de samme planter, som dine forfædre brugte?

Planten er læreren

Lokale traditioner og personlige præferencer varierer i det uendelige, og mange andre urter kan bruges, og de formål, de er udvalgt til, kan overlappe og ændre sig. I Nordeuropa er der dokumenteret brug af lavendel, vilde rosenblade, gul snerre, solbærblade, birkebark, timian, mynte, rosmarin og harpiks. Helt tilbage fra både grækere og romere har også rav været i brug til røgelse blandt andet til offergaver.

Den åndelige kraft og den aromatiske duft af planterne kan også frigives ved at varme eller gnide planten. Sagebrush drysses ud over gulvet i den nordamerikanske svedehytte, mens birkeløv bruges til samme formål i den svensk-finske sauna-badstue tradition. Unge *Chippewa*-mænd plejede traditionelt at flette festgræs i deres

hår som parfume, mens unge danske bondekvinder puttede friske kviste af aromatisk artemisia i deres kavalergang, når de gik til dans.

Alt, hvad der gives videre her, er traditionel viden. Det er et fælles grundlag for hver af os at bygge videre på. Vores dybeste forståelse er at når vi henvender os til planterne for helbredelse eller magi, er den rigtige autoritet planten selv, altså den virkelige lærer.

Indsamling og fremstilling af din egen røgelse

Jorden bliver klædt i grønt hvert forår, hvilket åbner en ny sæson for urteindsamling. Hvis det at bruge røgelse er en del af dit shamanistiske eller rituelle arbejde, så prøv at samle og lave din egen urterøgelse.

Indsamling af planterne

At finde, høste og tørre planter er en både tidskrævende, men også dyb og inderlig måde at forbinde sig med planterne på. Det er en universel handling, der overskrider både tid og sted, hvor du drager nytte af de samme kilder til viden, som vejledte vores egne forfædre, shamaner, landsbyhekse og helbredere, såvel som hellige kvinder og mænd fra verdens andre kulturer.

Der er en skønhed og tidløs kraft i den direkte lære fra plante- og urteånder, når vi arbejder med dem ansigt til ansigt. Det er herfra al plantemagi stammer.

Brug de samme principper til at samle, tørre og opbevare urter til røgelse, som du ville gøre ved al anden praktisk eller magisk urtebrug. Generelle retningslinjer kan findes i gode urtebøger. Tiden, stedet, tilstanden du og planten er i, vil alt sammen have en effekt på kraften af den færdige røgelse.

Høst på en respektfuld måde. Tag aldrig den første og aldrig den sidste plante. Efterlad noget til andre. Giv tak. Det er for os god praksis, som både er baseret på mange års erfaring samt andre traditioners pli at det er givende at fortælle planten, hvilke dele og hvilke kræfter (i dette tilfældes den magiske) du ønsker at bruge, og til hvilket formål du høster. Giv planten lidt tid til at forberede sig, før du høster den.

Nogle mennesker føler at det er vigtigt ikke at bruge metal, når man høster planter til hellig brug, og har lavet specielle træ- og stenredskaber til formålet. Hvis det giver mening for dig, er det fint, og hvis det synes uden betydning, er der i vores erfaring, ikke noget til hinder for at bruge en almindelig saks eller kniv. For at vise din taknemmelighed kan du for eksempel synge til planten. Ved tørring og opbevaring skal du være skånsom med urten, så dens duft, kraft og sjæl bevares så meget som muligt.

Fremstilling af røgelse

Din røgelse kan laves enten af én slags plante, eller den kan være en blanding af forskellige. Efter du har udvalgt og tørret planterne, er der mange veje at gå. En typisk måde er at brænde de knuste, løse urter i en skål.

En anden måde, der ofte bruges i flere oprindelige kulturer primært i Nordamerika, er at binde urterne i bundter eller såkaldte *smudgesticks*, der ligner store cigarer. Disse tændes i den ene ende og brænder langsomt af sig selv eller ved hjælp af vifte.

En tredje teknik er at smide de løse urter direkte på ildens gløder. Dette kendes blandt andet fra beretninger om sibiriske shamaner, der bruger timian på denne måde. De kan også drysses oven på varme sten i en sauna eller oven på en brændeovn. I Tuva tændes enebær-grene blot og viftes rundt, mens man i Mongoliet knuser nålene til et fint pulver som antændes.

At lave løs urteblanding

Her er Annettes opskrift, som med stor tilfredshed har været brugt i hendes shamanistiske kredse i mere end tredive år og i dag benyttes af mange af hendes tidligere elever. Egenskaberne for denne røgelsesblanding er primært til brug ved påkaldelse og som harmoniskabende - en fokusering og åbning af rum og mennesker forud for det rituelle arbejde. Den kan fremstilles udelukkende af hjemmehørende planter i de fleste nordeuropæiske lande.

Tørrede urter:

5 gram skovmærke

5 gram havesalvie

5 gram lavendelblomster

5 gram lokal artemisia (her foretrækkes strandmalurt)

2,5 gram enebærnåle eller cederkviste (f.eks. fra thuja)

Valgfrit: 2,5 gram vilde rosenblade

Brug en lille, lav skål til at brænde blandingen, og kom mindst to spiseskefulde fulde i. Måske skal du knuse de tørrede planter lidt mere, så de brænder bedre. Tænd røgelsen nær kanten af bunken med en lighter eller et par tændstikker, indtil den brænder godt.

Pust flammen ud og brug en vifte eller en fjer for at holde gløden i live. Med lidt øvelse kan du styre mængden og retningen af røgen. Lad den person eller genstand, der skal "ryges" blive omsluttet og badet af røgen.

Fremstilling af urtebundter – "smudgesticks"

I dette tilfælde bruger man en 'buket' af hele planter, som bindes sammen, når de er næsten tørre, men før de er sprøde. Efter høst anbefales det altså at lade planterne overfladetørre for at forhindre råd i midten af bundtet.

Du kan for eksempel lave den med blomstrende gul snerre i midten, der sørger for god ventilation, omgivet af skovmærke og/eller lavendel, og udenpå artemisias bløde blade og de brede blade af salvie til at holde sammen på blandingen. Bind bundtet fast i diagonale drejninger fra rod til top og ned igen. Brug bomuldstråd, ikke uld eller syntetisk, som vil smelte og lugte dårligt.

Hvis bundtet er bundet for stramt, vil den have problemer med at brænde, og hvis du binder den for løst, vil den brænde væk på ingen tid. Den eneste måde at få det rigtigt på er med øvelse. Når bundtet er tændt, kan den slukkes ved at skrabe gløden af, eller lægge det i sand.

I den rette ånd

Planterne er stærke. Og ældgamle. De var her længe før os. Ild er et endnu ældre væsen i denne verden, ligesom Vind. Lad dit hjerte være åbent i respekt, når du arbejder sammen med disse store væsener. Det bedste råd til gode resultater i dit samarbejde er at se dig selv som lærling hos dem og søge deres venskab, når du høster, og under hele røgelsesritualet. Hvis du gør det, vil det også være nemt at finde passende ord eller taksigelsessange, når arbejdet er afsluttet.

Til glæde og gavn,

Annette og Maria, 2022