



2.8. RELIGION OG SPIRITUALITET I DANSKE DAMEBLADE UGE 7

Abstract: Danskernes religiøsitet kommer til udtryk i mange andre sammenhænge end de kirkelige. En gennemgang af danske dameblade for uge 7, 2010, viser, at det er på mode at tale om spiritualitet – og at særligt yngre, købestærke og veluddannede danske kvinder i deres foretrukne dameblade kan hente vejledning i at koble hverdagslivet med spiritualitet.

Af [Iben Krogsdal](#), Postdoc, Afd. for Religionsvidenskab, Det Teologiske Fakultet, Aarhus Universitet.
ik@teo.au.dk



Damebladsreligiøsitet

Når man skal beskrive danskernes religiøsitet og religiøse vaner, tyer man ofte til kirkestatistikker. Ifølge de nyeste tal er 80,9 % af danskerne medlemmer af Folkekirken, og de fleste danskere deltager i hvert fald lejlighedsvist i folkekirkelige ritualer. Men folkekirkemedlemskab og deraf følgende religiøse vaner siger ikke nødvendigvis meget om, hvad danskerne tror på, hvordan de lever deres tro ud i hverdagen eller hvad der rører sig i det religiøse landskab i foråret 2010.

Lad os derfor vende blikket fra kirkestatistik og tal om trossamfund til noget ganske andet: De mest læste danske dame- og familieugeblade i uge 7, 2010: *Femina*, *Alt for Damerne*, *Søndag*, *Familie Journalen*, *Ude og Hjemme*, *Hjemmet*, *Psykologi* og Nettos gratisblad *Lime*. Hvad kan vi sige om tidens religiøse strømninger og tendenser ud fra indholdet i disse dameblade? Hvor meget og hvordan omtales religion og religiøsitet? Og kan man vi måske spotte, hvad der er på religiøs mode i foråret 2010?

Ingen religion, masser af mystik og spiritualitet

Hvis man leder efter omtale af kristendom eller ordet religion i damebladene, går man stort set forgæves. I uge 7's sortiment nævnes hverken Gud, Jesus eller Folkekirke, og ordet religion optræder kun i enkelte interviews, hvor den interviewede tager afstand fra det: Således fx



DET TEOLOGISKE FAKULTET

AARHUS UNIVERSITET

skuespilleren Mads Mikkelsen, der udtaler, at religion ikke har noget med Gud at gøre og at Det Nye Testamente er manipuleret og redigeret af spindoktorer og derfor ikke skal tages for gode varer (*Femina* s.19).

Mens kristendom stort set ikke nævnes, og religion kun nævnes som noget negativt, bugner bladene til gengæld af artikler, der behandler forholdet mellem krop, sind og ånd, inddrager "åndelige dimensioner" eller lægger spirituelle perspektiver på hverdagstilværelsen. Fælles for alle bladene er, at de - på forskellige måder og i varierende omfang - sætter dagliglivet i forbindelse med "en anden" eller en "åndelig dimension". Næsten alle blade har eksempelvis små indslag om astrologi og/eller et fast ugentligt horoskop for alle stjernetegn, hvor læserne kan læse om deres uge ud fra deres soltegn. Og i de fleste blade anmeldes bøger, der omhandler selvudvikling ud fra et spirituelt perspektiv.

Der er dog markante forskelle på fremstillingen af religiøsitet i de forskellige typer af blade. I de blade, der særligt henvender sig til kvinder over 50 (som ikke nødvendigvis er højtuddannede) og børnefamilier, der "sætter pris på traditionelle værdier^[1]" (*Hjemmet*, *Familie Journalen* og *Ude og Hjemme*), bliver der ikke skrevet meget om spiritualitet men langt mere om "det uforklarlige", "det mystiske", "det skjulte" og "det alternative". I disse blade er der faste sider med clairvoyant brevkasserådgivning (i denne uge kan sandsigeren John fra *Hjemmets* brevkasse "John ser alt" fx fortælle en læser, at hans forsvundne Nintendo ser ud til at være i en plasticpose i et skab), ligesom der er længere artikelserier, der behandler "den anden dimension". I denne uge bringer *Ude og Hjemme* således en artikel i serien "det mystiske Danmark", hvor bladets udsendte clairvoyante modtager en åndeligt medieret besked fra en hjemsogt families hest om, at den kan mærke familiemoderens uforløste sorg over en abort 30 år siden - og at en anden hest i øvrigt vil få problemer med højre bagben, hvis ikke manden i familien får en knæoperation.). I *Familie Journalen* bringes ligeledes en artikel i serien "Jagten på det ukendte", hvor en antropolog fortæller om sine interviews med mennesker, der har haft uforklarlige oplevelser med spøgelse i deres hjem.

Mens bladene *Hjemmet*, *Ude og Hjemme* og *Familie Journalen* taler om mystik og det uforklarlige, der kan gribe forstyrrende ind i hverdagen, og hvis budskaber ofte skal medieres af en professionel clairvoyant, tales der i bladene *Femina*, *Lime*, *Alt for Damerne* og *Psykologi* ikke om mystik og uforklarlige ting, der kommer udefra, men i stedet om spiritualitet eller sandhed, der kommer inde fra den enkelte selv. I forbindelse med de hverdagstemaer, der bliver taget op i disse blade, opfordres læserne i stort omfang til at vende blikket indad, til at lytte til deres egen indre stemme og til at finde ind til deres egen sandhed. Der tales om spirituelle dimensioner i forbindelse med alt fra tøjmode til arbejdsliv og parforhold. Sidstnævnte blade har en anden målgruppe end "familiebladene" ^[2]; de er særligt henvendt til aktive, moderne, veluddannede og købestærke kvinder i alderen 25-50, og det er karakteristisk, at talen om spiritualitet i disse blade bliver koblet meget mere direkte på arbejds- og hverdagslivet, end det er tilfældet for "det mystiske" i familiebladene. I *Femina*, *Lime*, *Psykologi* og *Alt for Damerne* gives der således også langt flere anvisninger i konkrete teknikker (fx meditation, yoga og mentaltræning), som det anbefales læseren at bruge, hvis hun vil tilføje tilværelsen et spirituelt perspektiv.

Spiritualitet på mode i februar 2010: Fokus på udrensning og nuet

Hvad kendetegner - udover det stærke individfokus og koblingen mellem spiritualitet og hverdagsliv - den form for spiritualitet, der bliver behandlet i uge 7's dameblade for yngre,



DET TEOLOGISKE FAKULTET

AARHUS UNIVERSITET

købestærke og modebevidste kvinder? Man kan lidt groft sammenfatte spiritualitetsmoden under én overskrift: Et stærkt fokus på udrensning og på nuet.

I en række af de artikler, der handler om boligindretning, tøjmode, parforhold, sexliv, karriere og sundhed, og som direkte eller antydningvist kobler disse temaer med spiritualitet, tales der om "oprydning", "udrensning", "mental rengøring", "renhed" og "detox". Vendinger som "at sige fra" og "at finde de sande værdier" bruges ofte. Således er det i behandlingen af sundhed et grundtema, at en krop skal udrenses for at være i balance. Eksempelvis bringer *Femina* en artikel om den holistiske behandlingsmetode "BodyTalk", der bliver beskrevet som en blanding af advaita-filosofi, kvantefysik og kinesisk medicin, og som har til formål at få kroppen til at helbrede sig selv. Efter en vellykket Bodytalk-kur vil patientens følelsesmæssige affald efter sigende komme ud gennem tarmsystemet og efterlade kroppen i fornyet balance. På samme måde omtales der i andre artikler og annoncer en lang række kure (fx ManuVision, homøopatiske kure og andre former for alternativ behandling), der renser ud i fortiden/kroppen og derved frigiver energi, ligesom samtaleterapi og coaching flere steder omtales som en mulighed for at rense ud i negative tankemønstre og fortidige handlemåder.

Også sproget anbefales det, at man renser ud i: *Lime* bringer således en artikel om, hvordan man bliver "ren i sit ord": Med udgangspunkt i selvudviklingsbogen "De fire leveregler" af Don Miguel Ruiz beskriver artiklen, hvordan man bliver ren i sproget: Man skal rense ud i sine negative forestillinger om både sig selv og andre, og man skal i det hele taget kun formulere sig "rent" – d.v.s. positivt. Denne sproglige renhed har ifølge Don Miguel Ruiz rødder tilbage til gamle mexicaneres spirituelle indsigter.

I artikler om boligindretning går "renheden" eller "oprydningen" også igen. I *Alt for Damerne* får læseren således et indblik i designeren Stine Grouleffs hjem, hvor stilen er "skandinavisk minimalisme med et strejf af nordisk Zen". Stine fortæller, hvordan hun laver ro og harmoni i hjemmet, har afskaffet "unødigt flimmer", klæder sig enkelt, ofte rører ved sin Buddhafigur og i øvrigt tænder aromalys, når hun kommer hjem fra arbejde, fordi hun ikke har tid til at dyrke yoga hver dag. På lignende måde fortæller designeren Henriette Zobel i *Lime*, hvordan hun med inspiration fra sin indiske guru, Gurumayi, forsøger at koble det materielle med det spirituelle i fx sit tøjmærke, "Pureheart", og hvordan hendes efterårskollektion, "Plutonium Power", henviser til den nye tidsalder, Pluto-fasen, som er blevet indvarslet af finanskrisen, og som er kendetegnet ved, at man søger ind til de ægte værdier og skærer "chit chat" fra.

Udover den udtalte kobling mellem spiritualitet og udrensning ses der også i de yngre kvinders dameblade en nær forbindelse mellem spiritualitet og "nuet": Bladene bringer flere artikler og bogomtaler, der handler om, hvordan man opnår en rolig, harmonisk og "ren" tilstedeværelse i nuet. I en artikel om meditation på arbejdspladsen i *Psykologi* fortæller meditationslærer Henning Daverne således, hvordan man ved at styre sit åndedræt kan "sejre over forstyrrende tanker og følelser" og få en ren tilstand af ro i nuet. Derudover er bladene fulde af omtaler af terapeutiske og spirituelle metoder, der kan hjælpe mennesker til at opleve verden "inde fra nuet": Det kan være Mindfulness, tankefeltterapi, Eckhart Tolles livsfilosofi og forskellige former for yoga og meditation.

Folkekirkemedlemskab og hverdagsliv

Mens der altså ikke er mange sætninger om folkekirkereligiøsitet at hente i danske dameblade i uge 7, er der til gengæld især i det yngre, købestærke segments blade en del tale om spiritualitet. Denne spiritualitet forstås som det enkelte menneskes helt unikke udviklingsrejse,



DET TEOLOGISKE FAKULTET

AARHUS UNIVERSITET

der ikke knytter sig til en konkret religion, men som kan give et konkret afkast i form af fx et mere tantrisk og gnistfyldt sexliv, et mere udviklende og effektivt arbejdsliv, en mindre stresset hverdag, et stærkere parforhold, bedre energier i hjemmet eller en sundere krop. Samtidig ser det ud til, at det er på spirituel mode – i hvert fald i de købestærke kvinders dameblade i uge 7 – at sætte spiritualitet i forbindelse med det enkelte menneskes udrensning af negativitet, urenhed og overflødighed på alle livsområder og med evnen til at være "rent" til stede i nuet.

Uanset hvordan denne mode kan forklares, står det fast, at "damebladsspiritualiteten" ikke er nogen detalje, når vi taler om religion i 2010. Tilsammen bliver alene de dameblade, der henvender sig til det yngre segment læst af flere hundredetusinder kvinder hver uge, og lægger man læsertallene for de alle de store dame- og familieblade sammen, skal læserne tælles i millioner. Således var læsertallet for 3. kvartal 2009 ifølge Gallup: *Alt for damerne*: 314.000, *Femina*: 285.000, *Lime*: 474.000, *Psykologi*: 132.000, *Søndag*: 373.000, *Familie Journalen*: 564.000, *Ude og hjemme*: 565.000, *Hjemmet*: 490.000. Når man vil beskrive religion i 2010 er det derfor vigtigt at huske på, at danskernes religiøsitet findes mange andre steder end inden for de snævert definerede "religionskasser". Danmark har med andre ord andre prædikestole end dem, der står i de danske kirker, og Danmark har flere religiøse eksperter end danske præster.

I damebladene kan vi se, at de eksperter i dagliglivet, der i dag konsulteres, i stor grad er terapeuter, livsstilseksperter og coaches, der på ingen måde er bange for at inddrage "den spirituelle dimension" af tilværelsen, når de giver råd. Og vi kan samtidig konstatere, at damebladene er storleverandører af teknikker til at lære at leve livet i overensstemmelse med en såkaldt åndelig dimension – hvad enten denne dimension omtales som uforklarlig og udefra kommende (som i familiebladene) eller som spirituel og indefra kommende (som i de yngre, købestærke kvinders blade).

Damebladene kan dermed give os et ikke-kirkeligt hverdagsperspektiv på danske kvinders religiøsitet. De viser, at religion i dag trives i bedste velgående i form af nye praksisser, der henvender sig til masser af danskere, udbydes og sælges i stor stil og kobles på alt fra den danske kvindes sexliv og parforhold til hendes arbejdsliv, måden hun indretter sit hjem på og det modetøj, hun går i. Det er således tydeligt, at danske kvinder abonnerer på andre former for religiøsitet end lige den, de lejlighedsvist hører om i den Folkekirke, som størstedelen af dem stadig er medlemmer af.

Hvis du vil vide mere:

Femina, nr. 6, 11. februar 2010

Alt for Damerne, nr. 6, 11. februar 2010

Søndag, nr. 7, 15. februar 2010

Lime, nr. 2, februar 2010

Psykologi, nr. 2, februar 2010.

Hjemmet, nr. 7, 15. februar 2010.



DET TEOLOGISKE FAKULTET

AARHUS UNIVERSITET

Ude og Hjemme, nr. 7, 17. februar 2010.

Familie Journalen, nr. 7, 15. februar 2010

Læsertal fra Index Danmark/Gallup 2. og 3. kvartal 2009.

www.egmont-magasiner.dk/index.php og

www.aller.dk/Annonce/Medier.aspx

Ahlin, Lars 2001, [New Age - konsumtionsvara eller värden att kämpa för? Hemmets Journal och Idagsidan i Svenska Dagbladet analyserade utifrån Mary Douglas grid/group-modell och Pierre Bourdieus fältteori](#), Teologiska institutionen, Lund.

Bauman, Zygmunt 1998, "Postmodern Religion?" I *Religion, Modernity and Postmodernity*, Heelas, P. (ed.), Blackwell, 55-78.

Kvale, Steinar 2003, "The Church, The Factory and the Market: Scenarios for Psychology in a Postmodern Age" I *Theory & Psychology*, no. 13, 579-603.

[1] Jfr. bladens egen præsentation af deres målgrupper for bladets annoncører, se note 2.

[2] For en detaljeret beskrivelse af bladens målgrupper se:

http://www.egmont-magasiner.dk/index.php?mod=annoncer&op=magazines_list og

<http://www.aller.dk/Annonce/Medier.aspx>