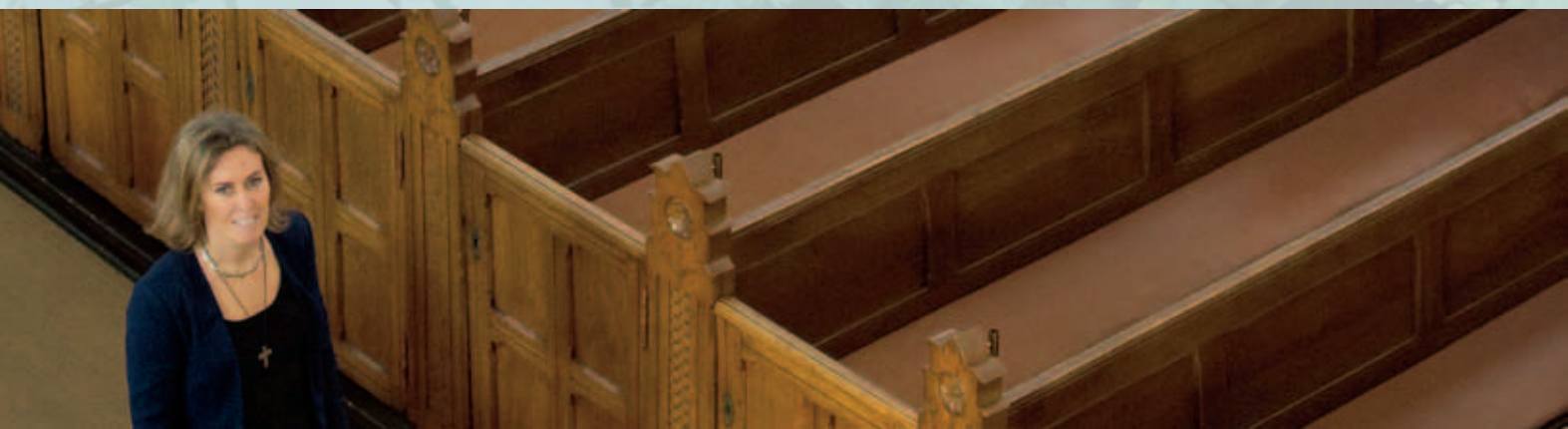




*Den spirituelle tidsalder*

# Der er magi i luften

I en kaotisk og uforudsigelig verden tager det moderne menneske på en spirituel rejse, på jagt efter mening og retning i livet. Fra rituelle hyldester til fuldmånen til en søgen efter sjælefred i kirken. Mød sognepræsten, der afholder *mindfulnessgudstjenester* og to moderne hekse, der finder styrke i naturens kræfter.



# Det okkulte er blevet mainstream

Vi elsker at dyrke mystikken, fordi den er en modreaktion mod den hårde teknologiske verden, siger fremtidsforsker.

Personlige shamaner, ulvehyl mod fuldmånen og andre ritualer, der for bare få år siden blev stemplet som underlige og flippede, er kommet helt ind i varmen, fortæller fremtidsforsker Mette Sillesen. Hun ser klare tegn i kaffegrumsset på, at fremtiden bliver mere og mere spirituel.

– Min spådom er, at 2017 bliver året, hvor spiritualiteten kommer rigtig meget i fokus. Det moderne menneske oplever lige nu en DYB længsel efter at føle sig som en del af noget større. Vi lever i en tid, hvor vi hele tiden bliver konfronteret med døden og verdens undergang, blandt andet gennem de store klimaudfordringer. Ikke bare jeg skal dø – muligvis også hele min race. Samtidig oplever vi, at verden bliver mere og mere kompliceret og teknologisk. Og det udfordrer os på vores eksistentielle dyder – for vi mennesker er jo FØDT spirituelle, og vi har altid haft den åndelige dimension med os.

## VI TRÆNER DEN SPIRITUELLE MUSKEL

Mette Sillesen har specialiseret sig i at følge den spirituelle tidsånd, der lige nu manifesterer sig på alle tænkelige måder.

– Vi træner vores spirituelle muskel som aldrig før – og det interessante er, at vi er begyndt at tale om spiritualitet på en ny måde. Inden for de traditionelle religioner sker der det, at folk ikke på samme måde forbinder

Chakradans, aftenmeditationer og et kald efter de underjordiske kræfter. Mette Sillesen ser mange tegn i tiden på, at magien og mystikken er kommet helt ind i varmen.

– Det okkulte er blevet mainstream, og de her lidt spåkoneagtige ritualer, som for bare få år siden blev opfattet som skøre og flippede, vinder mere og mere indpas. Businesskvinder lægger tarotkort, og kvinder mødes i *Sisters Circle* for at finde deres indre varulv frem og hylde fuldmånen. Vi elsker at dyrke mystikken, netop fordi den er en modreaktion mod den

## MYSTICORE

*Mysticore* er det smarte ord for den nye spirituelle og mystiske trend, der trækker tråde helt ind i modeverdenen. Vogue udnævnte efteråret 2016 til *heksenes sæson*, og også hos store modehuse som Prada og Alexander Wang flirter man med det mørke og okkulte univers. Søger man efter ordet "witch" på Instagram, får man over to millioner hits.

Mette Sillesen, 33, er fremtidsforsker med speciale i spirituelle trends, [Mettesillesen.com](http://Mettesillesen.com)



*”Verden bliver mere og mere kompliceret og teknologisk. Og det udfordrer os på vores eksistentielle dyder – for vi mennesker er jo FØDT spirituelle, og vi har altid haft den åndelige dimension med os”*

sig med de fastlagte dogmer og ritualer, men i højere grad spørger sig selv: Hvad giver mening for mig? Og i den anden ende af spektret skyder okkulte events frem og er med til at definere en ny måde at finde mening i tilværelsen på. Vi dyrker en åndelighed, vi SELV kan forme – fordi vi er meget optagede af vores personlige udvikling, forklarer Mette Sillesen.

hårde teknologiske verden. Og det mystiske og spirituelle er godt i gang med at blive en livsstil, du kan praktisere i dit tøj, dit hjem og hele din måde at leve på.

– Det her med at dyrke sin indre heks er en ret stor opkommende tendens, fordi det spiller ind i en global ånd, der handler om at komme tilbage til den feminine urkraft. Tidligere så

vi op til kvinder, der var gode til at STYRE deres følelser, men nu handler det om at være autentisk. At kunne omfavne hele sig selv, se dæmonerne i øjnene og finde den dyriske kraft i os selv. Derfor vil vi også se et fænomen som *Sisters Circles* brede sig som ringe i vandet i den kommende tid, spår Mette Sillesen.



# Mindfulness på kirkebænken

I kirkens rum får vi sat nogle større perspektiver på det liv, vi godt kan fare vild i, fortæller sognepræst, der hver onsdag afholder mindfulnessgudstjeneste.

Birgitte Kragh Engholm er sognepræst ved Matthæuskirken på Vesterbro i København og fremtidsforsker. Hun udgav i efteråret 2016 bogen "Den fremtidsgodkendte folkekirke", der stiller skarpt på en række megatrends, som vil komme til at præge folkekirken og vores måde at være kristne på, [Kragh-engholm.dk](http://Kragh-engholm.dk)



Den store, tunge kirkedør lukker sig bag os, og som ved et trylleslag indfinder roen sig. Vesterbros gadelarm, støvregnen og alle dagens hektiske gøremål bliver ladet tilbage ude på gaden, og sjælen overgiver sig til den sagte orgelmusik, som denne søvnige formiddag fylder Guds højloftede hus, Matthæuskirken på Vesterbro.

– Rigtig mange her fra området lægger vejen forbi kirken på vej til eller fra arbejde. Børnefamilier kommer forbi på vej hjem fra vuggestuen. Så tænder de et lys eller sidder på en af bænkerne og læser en bog, inden de skal hjem og lave aftensmad, fortæller Birgitte Kragh Engholm. Hun er sognepræst i Matthæuskirken på Vesterbro og byder velkommen iført cowboybukser og blazerjakke. Mens vi går forbi det kæmpestore altermaleri af Jesus, og et par håndværkere, der er i gang med at reparere en lysekroner, fortæller Birgitte, at kirkedøren altid står åben i dagtimerne.

– Et af mine projekter er at give kirken tilbage til folket. Vi er jo en FOLKEKIRKE, men jeg synes, vi har været alt for dårlige til at holde kirkerne åbne. Da jeg første gang spurgte, om vi ikke bare skulle åbne kirkedøren, blev

om søndagen. Derfor er mindfulnessgudstjenesterne også skabt bløde og runde. Der er hverken manuskript eller præstekjole – men masser af nærvær, tændte stearinlys og meditationer med lukkede øjne.

Begrebet mindfulness betyder bevidst nærvær og har et stærkt link til hele den bølge af personlig udvikling, vi ser lige nu. Men faktisk har kristendommen en flere tusinde år gammel tradition for meditation og spiritualitet, fortæller Birgitte.

– Kirken er rigtig god til langsomhed. Og så kan kirken det særlige, at den kan sætte nogle større ord på vores liv. Ord, der kan løfte dig op og sætte dig fri – i stedet for de ord, der presser dig og gør det modsatte, forklarer den engagerede præst.

– Mange kommer ind til mindfulnessgudstjenesterne med en uro i kroppen. Måske fordi de har været hos lægen og går og venter på et resultat, måske fordi de haft en diskussion med kollegaen – eller måske fordi svigermor kommer forbi på tirsdag. Så sætter de sig her for at trække vejret dybt og slippe det hele lidt. I kirkens rum kan du mærke, at du er en del af noget større. Du bliver sat på plads i

*”Kirken er rigtig god til langsomhed. Og så kan kirken det særlige, at den kan sætte nogle større ord på vores liv. Ord, der kan løfte dig op og sætte dig fri – i stedet for de ord, der presser dig og gør det modsatte”*

ingen tvivl om, at de fleste danskere står på det kristne fundament, men vi kigger samtidig ud ad mange forskellige vinduer. Og som moderne troende kan man sagtens plukke de ting, der giver mening, i andre religioner eller spirituelle strømninger. Med et smart ord så er mange moderne mennesker blevet google-buddhister, og jeg oplever i mit arbejde som præst, at denne her tendens til at gå på opdagelse og skabe sin egen pick’n’mixtro, med kristendommen som det bærende

*”Som moderne troende kan man sagtens plukke de ting, der giver mening, i andre religioner eller spirituelle strømninger. Med et smart ord så er mange moderne mennesker blevet google-buddhister”*

jeg mødt af et: ”Uuhh nej, det kan vi ikke her på Vesterbro ...”. Men vi tog chancen – og på fire år har der kun været én mand, som er kommet ind og har kastet med en stol. Mens tusindvis af mennesker er kommet forbi for at have en lille stund alene med sig selv.

### SPIRITUELT SØGENDE KIRKEGÆNGERE

Det dér med at lade pulsen falde til ro og finde et guddommeligt øjeblik i kirkens rum er guld værd i en travl hverdag, fortæller Birgitte Kragh Engholm. Derfor har hun, sammen med terapeut Christin Illeborg, skabt konceptet *mindfulnessgudstjenester*, og hver onsdag klokken 17 byder Matthæuskirken velkommen til en times refleksion, meditation, bøn, stilhed og fordybelse.

– Der kommer mellem 40 og 60 mennesker forbi hver gang, og de har det tilfælles, at de har en blød tilgang til deres tro – og så er de langt mere åndeligt og spirituelt søgende end de kirkegængere, man ser til højmessens

verden – og på plads i dit liv. Og der ligger en stor aflastning i at mærke, at du har en større himmel over dig, smiler Birgitte.

### ALLE VINDUER ER ÅBNE

Ud over at hun er sognepræst, arbejder Birgitte Kragh Engholm som fremtidsforsker. Hun udgav i efteråret bogen ”Den fremtids-godkendte folkekirke” – og her stiller hun skarpt på tidens store megatrends. Lige nu står vi midt i et åndeligt nybrud, forklarer hun.

– Der er to ting, der for alvor spiller ind i det her nybrud. For det første går vi fra et samfund bygget på traditioner til et mere individualiseret samfund. Og så er globaliseringen en KÆMPE megatrend. Vi har fået mange flere vinduer, vi kan kigge ud ad – og ind ad. Og når alle vinduer er åbne, bliver vi meget mere forvirrede, rastløse, søgende og usikre.

### Hvordan kommer det til udtryk?

– For det første begynder vi selv at vælge, hvilke ritualer der giver mening for os. Der er

fundament, vinder mere og mere indpas.

Sognepræsten og fremtidsforskeren oplever desuden en stærk tendens i tiden til, at vi i stedet for at rejse ud i verden for at finde ro og mening vælger at rejse ind i os selv.

– Der bliver stillet helt usandsynligt store krav til os hele tiden, og vi har en fornemmelse af, at vi skal lykkes på alle niveauer. Og ræset kører videre, når vi har fri – så vi finder ingen pauser ved at rejse til Gran Canaria eller andre overspeedede steder, siger Birgitte med alvor i stemmen.

– Og netop fordi moderne mennesker er så overbelastede, er det vigtigt at mærke, at vi ikke er alene i verden. Jeg oplever, at mindfulnessgudstjenesterne er med til at sætte nogle større perspektiver på det liv, man godt kan fare vild i. Og hvis der er noget, kristendommen er god til at sige, så er det: *Prøv lige at høre her – du er bare et menneske, og det er ikke meningen, du skal lykkes med alting. Gud lykkes – vi lykkes ikke.*



# Find din urkraft som kvinde

Pernille Aven Lupai og Tanya Markul er stolte af at kalde sig selv for moderne hekse.

– Vi koger ikke børn – men vi tror på, at naturens kræfter kan hele os og løfte os op som kvinder.

Fuldmånen kigger nysgerrigt frem mellem skyerne, mens kvinder på strømpefødder lister ind i yogalokalet på Islands Brygge i København. Stemningen er andægtig, lokalet oplyses af stearinlys, og her dufter af afbrændte salvieblade. Pernille Aven Lupai og Tanya Markul står midt i rummet iført lange sorte kjoler, og midt i en tåge af røgelse er de i gang med at velsigne de omkring 30 kvinder, der er mødt op til ceremonien. Vi er her for at hylde fuldmånen og finde ind til vores urkraft.

– *Calling the North*, lyder det messende, da vi vender os mod det første verdenshjørne for at hidkalde dets kraft. Krystallerne glimter, øjnene lukkes, og en tamburin guider vores bevægelser. Måske hylér vi mod månen som en flok vildfarne varulve, måske deler vi ud af vores frygt og drømme. Hvad der sker i rummet, forsegles til evig tid mellem os. Vi er *Sisters* – forenet og forbundet under fuldmånens magiske stråler.

## YOGA OM DAGEN, HEKSE VED FULDMÅNEN

– *Sisters Circle* er et fortroligt rum for kvinder, hvor vi bruger naturens kraft og forskellige ritualer til at løfte os selv og hinanden

op. Der er en særlig energi mellem kvinder – og når vi først er trådt ind i vores naturlige urkraft, kan INTET holde os tilbage, fortæller Pernille og Tanya, da vi mødes over en kop kaffe i lidt mere jordnære omgivelser, et par dage inden fuldmånen viser sig på himlen.

men er vi dykket ned i det her med at være præstinde. Eller heks, om du vil, smiler Pernille. **Hvad vil det sige at være moderne hekse?** – En heks er naturens kloge kone, der respekterer årstiderne, lever efter månens cyklus og finder styrke og heling i naturens kræfter.

*”Gennem historien er hekse blevet brændt på bålet, fordi de besad en ustoppelig kraft, som mænd var bange for. Men der er et kæmpe behov for, at vi kvinder træder ind i vores power og holder op med at tale os selv og hinanden ned”*

Pernille er tidligere produktchef og arbejder i dag som yogalærer. Hun fører ordet, mens amerikanske Tanya, der også er yogalærer, smiler og nikker.

– Tanya og jeg begyndte at væve os ind i hinandens livsbaner for tre år siden, og sam-

Vi koger ikke børn eller tilbeder Satan – men vi udfordrer os selv og andre kvinder til at træde ud af de bokse, vi har placeret os selv i, og som samfundet har placeret os i. Gennem historien er hekse blevet brændt på bålet, fordi de besad en ustoppelig kraft, som mænd



var bange for. Men der er et kæmpe behov for, at vi kvinder træder ind i vores power og holder op med at tale os selv og hinanden ned.

#### AT FINDE SIT SANDE NORD

Pernille og Tanya har sammen skabt hjemmesiden TrueNorthSisters.com, hvor de hylder og dyrker den energi, der er i den nordiske vilde natur.

– Dit sande Nord er din sjæls mening – det er dér, du skal søge hen i dit liv. Jeg begyndte allerede som femårig at tale med træerne, og jeg er blevet kaldt her til Norden for at træde ind i mørket og arbejde med mine egne skyggesider, fortæller Tanya, der er født og opvokset i Ohio.

Pernille og Tanya afholder Sisters Circle flere gange om året ved fuldmåne, solhverv, eller når årstiderne skifter. Og kvinderne strømmer til for at vende sig mod månen – og åbne deres sind for nye måder at se verden på.

– Ordet *lunatic* har fået en lidt negativ klang – som at blive hysterisk eller "månesyg". Men uanset om vi er bevidste om det eller ej, så bliver vi påvirket af månens cyklus. Og vi kan som kvinder blive bedre til at forstå os selv, hvis vi kigger op imod månen og suger dens kraft til os. Der er et kald i verden efter den kvindelige urkraft. Og hvis du kan høre kaldet, så KOM – også selv om det bare er en lille hvisken, smiler Pernille.

Det sker ikke så tit, et interview rundes af med, at man får overrakt en magisk tryllestav. Men efter en time i selskab med de to moderne hekse stikker en kroget gren pludselig op af dametasken. Det er tid til at cykle ud i mørket – med tryllestaven i tasken og blikket rettet mod himlens lysende gadelampe. ●



Pernille Aven Lupai (t.h.), 36, og Tanya Markul, 31, kalder sig moderne hekse og står bag hjemmesiden TrueNorthSisters.com. De to kvinder bruger naturens kræfter til at hele sig selv og andre kvinder, og det sker blandt andet under de såkaldte Sisters Circle, hvor kvinder mødes til en rituel hyldest af fuldmånen. Pernille og Tanya er en del af en global bevægelse af præstinder og hekse, der holder kontakt via sociale medier. Til daglig er de begge yogalærere, og Pernille er indehaver af Pakhus Yoga i København, mens Tanya også driver hjemmesiden TheUrbanHowl.com