

Urgammal ceremoni ger mod och styrka



Bild: RONNIE SMITH

Glödbädden glimmar i den mörka novemberkvällen. En efter en vandrar de barfota människorna över de glödande kolen. Ingen bränner sig, ingen ångrar sig och när de väl vandrat över en gång, blir det gärna flera.

Många människor söker ständigt nya vägar till välbefinnande och själsfrid. Det finns ett otal sätt att nå mental jämvikt och harmoni. Och olika metoder passar olika människor.

Härförleden samlades drygt dussinet personer för

att tillsammans våga gå utanför ramarna och bryta sig ur begränsade tankemönster.

Under ett par timmar ägnade de sig åt en urgammal ceremoni som utförts i många kulturer och religioner för att skänka människor mod och styrka. De försökte lära sig att gå på glödande kol.

– MITTEN –

Glödande glädje

Det är sista kvällen i september, fullmånen lyser och det är bitande kallt.

En bädd av orangeglödande kol skimrar i skogsglántan.

Jag tar ett djupt andetag, sträcker ut armarna och samlar allt mod jag har.

Och går. Tvärsöver bara. Som om ingenting i världen bekom mig.

– Herregud, det här var ju kul! tänker jag, och promenerar glatt över glöden fyra gånger till - av bara farten.

Mitt ute i de bekmörka skånska skogarna, i ett mysigt lantkök sitter tio kvinnor runt ett stort bord. De flesta känner varandra, men några är liksom jag totala nybörjare. Vi hälsar lite trevande och ett nervöst fnissande sprider sig.

Detta ska bli en kvinnoglödvandring. Låter rätt flummigt, eller hur? Och efter en intern diskussion körs den manlige fotografen ut i kylan. Här ska den kvinnliga kraften råda i ensamt majestät.

Gemensamt går vi ut i den kalla kvällsluften, följer de flammande facklorna uppför en kulle och börjar bygga upp det som ska bli Elden.

Kastar torkade örter

Åsa André, som är vår instruktör, bygger upp vedhögar i de fyra väderstrecken enligt ett speciellt mönster, och vi andra kånkar och bär.

Och det är inte förrän då, när jag går där med famnen full av vedklampar, som det slår mig.

– Det här ska ju faktiskt brinna, tänker jag forskräckt. Vad är det egentligen jag håller på med? Fullmänen må vara rund som ett klot och andarna på vår sida, men för säkerhets skull sprutar vi på två flaskor tändvätska. Man vet ju aldrig.

Åsa går runt med en korg torkade örter. Vi tar varsin nypa, och kastar på vedhögen samtidigt som vi uttalar en önskan.

Det känns lite fänigt faktiskt, men jag hänger på.

Sedan är det dags att tulla på. Jag och ett par andra utvalda får varsin tändsticksask i näven. Senare förstår jag att det faktiskt är något av en ära, men just då flumlar jag mest nervöst med stickorna.

Det vackraste skådespelet

Elden tar fart och de flammande lågorna slickar den nattsvarta hösthimlen. Det knäpper och sjunger, gnistrar och sprakar. Som alltid betraktar jag detta skådespel nästan som hypnotiserad. En scen man aldrig tröttnar på, bättre än bästa TV-serie. Tycker jag.

Vi vandrar ner mot huset som vilar i ett varmt stearinsken och bänkar oss vid köksbordet igen. Åsa berättar om vad som ska hända och skickar runt en indianfjäder. Den som har fjädern har orlet och ska berätta om sig själv och varför hon



Vi bygger upp en rejäl brasa.



Snacka om glödhet! Det är knappt man klarar att kratta glöden, hur ska man då kunna gå på den?!

■ Cirka 1 000 personer i Sverige har gått på glödande kol. Det finns sju instruktörer, alla i södra Sverige. Samtliga är utbildade på Fire Walking Institute of Research and Education i USA.

Det kostar cirka 400 kronor att delta i en glödvandring. Kurser och glödvandringar genomförs regelbundet på olika håll i landet. Instruktörerna varnar för att gå på glöd utan instruktör. Det är inte riskfritt!

iDAG:s reporter på glödpromenad. Ett mag

”Jag flög fram över glöden och blev kaxig

– Det handlar om att födas på nytt. Prova att se vad som finns på andra sidan glödbädden, berättar Åsa.

Hon tar upp praktiska saker som att man ska ta av strumpor och skor, och gå som om man gick på en het sandstrand.

Måste koppla bort rädslan

Och vi ska lära oss att lyssna till vår inre röst, och ställa frågan ”vill jag?”.

– Det är som med sex. Antingen vill man eller inte. Det är härligt när man vill, men man måste säga nej om man inte har lust, säger Åsa.

– Det är inte riskfritt. Men om man känner att man kan så kan man. Känner man att man kommer att bränna sig så bränner man sig.

– I alla religioner och kulturer har man gått glödande kol ända sedan människan upptäckte elden. Och man gör det fortfarande i länder som Hawaii, Tibet, Sri Lanka, Grekland och Bulgari

– Det gäller att försöka föra över denna kroppliga erfarenhet till andra områden i livet. Att tänka efter om det är rimligt att vara rädd för småsaker, och lära sig gå emot gamla mönster, förklarar Åsa.

Allt är så vackert

Vi tar av oss om fötterna och vandrar barfota det råkalla gräset upp mot elden som nu förvar lats till en glödande hög.

Det råder en snänd, lite fnissig, förväntan.



”Innan att här ska flyttas berg”

...vellan gråskimrantoppar. Stjärnorna...de kullar. Allt är...Ja, till och med...nkande är vacker...ldrig har jag sett...I gult, orange, rött...m och inbjudande

psykologi. Vi ser

...nt att jag inte kan...i stiger starkare...h det är nästan...ram över glödbädden...enad. Jag hoppar...det.

Och hon gör det inte bara en gång, utan en gång till. Små smulor av glöd sprakar under hennes fotsulor när hon landar i gräset på andra sidan. Men hon ser helt oberörd ut.

Och så känner jag det:

– Jag vill också!!!

En efter en flyter kvinnorna fram över de guldglödade kolen. Om någon tvekar lyfts hon nästan över av gruppen, och alla gläds när hon lyckas. Jag kan nästan inte bärga mig.

Och så står jag där. Beredd att dö. Försöker fylla mig med detta inre lugn som Åsa predikar.

Har samma saliga leende

Och visst går jag. Flyger fram över de glödande små sötnosarna. Och upptäcker till min stora förvåning att det är störtkul.

Om det gjorde ont? Inte direkt. Lite varmt kanske, men mest häftigt. En kick, helt enkelt. Jag gjorde det. Banne mig. För säkerhets skull gör jag det fyra gånger till.

En av oss vågar inte gå, ett beslut alla respekterar. En annan bränner sig på högerfoten. Men alla har samma saliga leende på läpparna. Plötsligt är vi kompisar.

Jag har lite svårt att koncentrera mig när vi tvättat fötterna, samlat oss i köket, äter godis, dricker saft och försöker summera våra intryck. Sitter mest och känner efter om jag har några fötter kvar.

Men det är inte förrän jag kommit hem som jag vågar titta efter hur fotsulorna verkligen ser ut. Någon liten röd fläck som svider en aning, men det är allt.

Dagen efter går jag runt som på moln, kaxig till tusen och känner att här ska flyttas berg. Sex veckor sitter euforin i, säger de. Vi får väl se. Kul var det i alla fall.

Och vem vet vad jag tar mig till på nästa grillfest?!

Text: Mia Gahne
Bild: Joachim Wall



Vad som återstår av mina fötter. Lite grå aska, men inga brännblåsor.