



Fajance som
Lundstrøm ville
have lavet det

SIDE 14-15

M A G A S I N E T
livsstil

BOLIG | MAD | VIN | HAVE | SUNDHED

UGE 22 | 2017

**Far & Søn brygger
sodavand for voksne
Side 16-19**

**Guide til
selvhentet champagne
Side 20-21**

FORFATTER KIRSTEN SKAARUP:

**Fra en frygtelig barndom
til et fantastisk liv**

SIDE 6-9



En sjæl under oplæring

Styrke. Der er langt fra en fattig barndom på Falster til buddhistisk filosofi. Kogebogsforfatter, vegetar og eventyrer Kirsten Skaarup blev født ind i et liv, hvor hun ikke hørte til. Hun vendte det ryggen og fandt sin egen vej, der har taget hende verden rundt. Men måske var der en mening med barndommens modstand, mener hun. For hvor skulle hun ellers have fået al sin vilje, indsigt og nysgerrighed fra? Kirsten Skaarups begynder med en frygtelig barndom og ender i et fantastisk liv.

Anja Limkilde, anli@faa.dk

Hun forestillede sig, at hun var det sidste menneske i Danmark, der blev sendt ud at tjene. Det var i slutningen af halvtredserne. Opsving og optimisme var kommet til byerne efter krig og rationeringsmærker. Men i det fattige hjem på Nordfalster var der ikke råd til hverken optimisme eller uddannelse til de to børn. Som 14-årig cyklede Kirsten Skaarup hver morgen til Fru Michelsens gård. Hun malkede køer, passede børn og stegte flæsk, mens de jævnaldrende fra stationsbyen Eskilstrup tog realeksamen og fortjente studenterhuer.

Det hårde arbejde var hun vant til. Som seksårig havde Kirsten Skaarup sin første avirute, og hænderne var øvede i at hive roer op for bønderne omkring byen. Hun havde inderligt ønsket sig en studenterekamen, men syv år i skole måtte være nok, mente hendes far. Og sådan blev det. I stedet kunne hun tjene på lærerindens gård.

- Nogle ville måske være blevet på Falster og have giftet sig med en gårdmand. Men jeg har bare aldrig hørt til der. Det var ikke min vej. Det var jeg klar over, siger Kirsten Skaarup.

Det var Fru Michelsen også. Og efter et år med tidlige morgen-malkninger kom lærerinden hjem med en annonce fra Lolland-Falster Folketidende og en anbefaling. En boghandler i Nykøbing søgte en lærling. Fra den dag så Kirsten Skaarup sig aldrig tilbage.

- Det var en drøm for mig. Det var jeg fuldstændig klar over med det samme. Jeg var et fremmed væsen i mit barndoms-hjem. Det må have været et chok for mine forældre at få sådan et barn. De var meget flittige, men det var et fattigt hjem. Og fuldstændig fattigt på kultur. Vi havde en forfærdelig barndom, min bror og jeg.

Men havde jeg været pakket ind i vat, som jeg gerne ville dengang, er det ikke sikkert,

det var gået mig, som det er gået mig, siger hun.

- Jeg tror, min sjæl havde noget at lære.

En lang rejse

Der er langt fra statsbanearbejderens og rengøringskonens hus ved Eskilstrup til Kirsten Skaarups lejlighed i Holte. Både fysisk og især åndeligt og kulturelt. Buddha-figurerne, kunsten, vegetarmaden, de blomstrede, bløde møbler og den overfyldte bogreol vidner om, at Kirsten Skaarup har indhentet al den viden, dannelse og glæde, der var fraværende i hendes barndom. Hun har 72 år, 30 vegetarkogebøger og et formandskab af Kvindelige Eventyrers Klub bag sig.

- Jeg er måske lidt grådig på livet. Jeg vil gerne have så meget ud af det som muligt, siger hun.

Indrammet i røde briller buer øjnene i et smil, mens hun fortæller, at hendes liv har været fantastisk spændende. Hun har sin helt egen ydmyge måde at være glad på. Hun har været heldig, mener hun, og flittig, nysgerrig og videbegærlig. Men mærkatet dygtig har hun svært ved at bekende sig til. Og måske sidder der stadig en snart af Falster fast så mange år, efter at hun forlod øen.

- Der er en sætning, jeg aldrig glemmer. Folk sagde ofte, "du skal kraftedeme ikke tro, du er noget", siger hun på tyk, syngende dialekt.

Hun griner og fortsætter på velformet rigsdansk:

- Det var det, det handlede om. Det var ikke kun i min fars øjne, vi ikke kunne gøre noget godt nok. Det var en meget snæver verden med meget jantelov. Jeg synes, det har været svært at finde ud af, at man måske ikke er så dårlig endda. For det er podet ind i en. Det sidder fast, det gør det altså.

Og det er langtfra det eneste tydelige





Det er blevet nemmere at være vegetar, mener Kirsten Skaarup. Cirka tre procent af befolkningen spiser mad uden kød i dag. - Jeg blev enormt drillet, da jeg blev vegetar for 50 år siden. Men i dag er det nærmest smart. Det er også nødvendigt, for kloden kan ikke klare produktionen af alt det kød, siger hun.

Foto: Peter Leth-Larsen

spor, den hårde, fattige barndom har sat sig i Kirsten Skaarups liv.

En afgørende beslutning

Hun nøder gulerodskage og æltefri boller fra et veldækket stuebord, der er en koge-bogsforfatter værdigt. Det er 37 år siden, hendes første bog, "Vegetariske festmid-dage", udkom. Det var midt i den grøn-ne bølge i begyndelsen af 1980'erne, hvor det blev moderne at spise vegetarisk. Bøl-gen forsvandt samtidig med, at folk brug-te penge på samtalekøkkener og flad-skærmsfjernsyn, men Kirsten Skaarup blev troligt ved med at udgive vegetariske kokebøger. Omkring 30 er det blevet til. Nogle er solgt i mere end 100.000 eksem-plarer. Og Kirsten Skaarup er mere end én gang blevet kaldt vegetarmadens gudmor.

På den måde har hendes beslutning om at blive vegetar både styret hendes karri-ere, givet hende muligheder og ført hende verden rundt.

- Det har været bestemmende for mit liv. Da jeg kom ind i den grønne verden, åb-nede der sig et fuldstændig fantastisk uni-vers af smag og farver. Og der er en etik, som jeg synes er nødvendig. Jeg blev vege-tar, fordi jeg kunne ikke have, at dyr blev behandlet dårligt, og jeg synes i øvrigt ik-ke, at mennesker har lov til at slå dyr ihjel. I hvert fald ikke i den målestok, som vi gør i dag, siger Kirsten Skaarup.

Hun havde forladt Falster og boghand-lerbranchen for at arbejde på forlag i Kø-benhavn. I begyndelsen af tyverne og midt i et helt nyt liv satte hun sig for at finde ud af, hvad det dog skulle bruges til. Livet. Hun søgte mellem filosoffer, indiske gu-ruer, buddhisme og forskellige religioner, indtil hun fandt sin livsfilosofi.

- Jeg tror, at man høster, som man sår. At man ikke kan gøre noget, som ikke har en eller anden virkning. Det betyder også, at man har medfølelse med mennesker og for mig især de umælende dyr. Da jeg læste om reinkarnation og karmaloven, vakte det genklang i mig. At jeg i et tidlige-re liv har arbejdet på at være der, hvor jeg blev født i dette liv. Men det er ikke en reli-gion, det er en filosofi, siger hun.

- Er det også din måde at forklare, hvor-dan du havnede i familien på Falster, hvor du ikke hørte til?

- Ja, for det var simpelthen nødvendigt for min udvikling. Jeg mener slet ikke, at det er tilfældigt. Jeg tror, der er en form for masterplan med livet, siger Kirsten Skaa-rup.

Hun har gjort det til sit livs mission at udbrede kendskabet til vegetarmad og overbevise andre om, at man ikke skal slå dyr ihjel. Efter 50 år virker Kirsten Skaarup

kompromisløs i sine principper. Hendes overbevisninger og handlinger følger hin-anden. Men kompromisløsheden krævede lidt tilløb. Det var ikke nemt at blive vege-tar i 1970'erne. Der var enormt meget dril-leri. Og de første år spiste hun bare hakket kød, fordi det "ligesom var mindre slemt end et helt stykke kød", griner hun.

- Min mor var en forfærdelig kok, så det var ikke skrevet nogen steder, at jeg skulle interessere mig for mad. Og slet ikke ve-getarmad. Men jeg blev som slået af lynet over, at det kunne være så fantastisk og ny-delsesfuldt at spise mad uden dyr, at jeg begyndte at skrive mine opskrifter ned. Jeg samlede dem, og på det tidspunkt ar-bejdede jeg på forlaget Høst og Søn som redaktør. Da jeg sagde, at vi havde fået et manuskript, der hed "Vegetariske Festmid-dage", var de ved at dø af grin. For kunne det være festligt, så havde de aldrig hørt noget lignende, fortæller hun.

Bogen blev udgivet. Den kom i syv op-lag og blev oversat til tysk, svensk og hol-landsk. Og de efterfølgende kokebøger solgte endnu bedre. Men midt i succesen sagde Kirsten Skaarup sit job op.

En dannelsesrejse

Gentagelse har altid kedet hende, lader hun vide. Og når hverdagen bliver for ens-formig, sætter grådigheden efter livet ind. De første 40 år af sit liv havde hun uddan-net sig til boghandler, skiftet branche til forlag, udgivet bøger, arbejdet i både Eng-land og Tyskland, rejst og i det hele taget arbejdet på at tilegne sig den viden og kul-turelle dannelse, hun blev snydt for som ung. Et ægteskab var det også blevet til, men det var proforma for at få en lejlig-hed. Sådan var boligmarkedet dengang.

- Jeg havde hverken haft tid til at blive gift eller få børn. Men børn har jeg aldrig villet have. Det har nok været min barn-dom, der har gjort, at jeg syntes, det var en dårlig idé. Jeg kan ikke se, hvorfor man absolut skal have børn, der er jo masser af dem i verden, siger Kirsten Skaarup.

- Du har aldrig haft lyst til, at dine gener skulle leve videre?

- Nej, for jeg tror ikke på det på den må-de. Jeg tror, at min sjæl lever videre, men ikke gennem eventuelle børn.

I stedet for at etablere familie købte hun en rygsæk og tog på en dannelsesrejse for sjælen og smagsløgene. Verden rundt. Ale-ne. I et år.

Det var vegetarmaden, der gav hende både mulighed og motiv. For bøgerne hav-



FORTSÆTTES
NÆSTE SIDE



Kirsten Skaarup får næring fra træer og vand. Det er de mennesker, der er tættest på naturen og det naturlige, der også har den største madglæde og den sundeste kost, har hun erfaret på sine mange rejser ud i fremmede kulturer og smage. Foto: Peter Leth-Larsen

← FORTSAT FRA FOREGÅENDE SIDE

de solgt så godt, at 40-årige Kirsten Skaarup havde råd til at rejse fra arbejde og hjem. Og hendes madglæde gav rejsen et formål: Hun skulle spise sig gennem fremmede krydderier og køkkener. Men mens hun rejste fra solnedgange i Himalayabjergene over amøbedysenteri i Thailand til fjerne provinser i Kina, rejste hun også ind i en taknemmelighed for sin barske barndom.

- Man møder virkelig sig selv på sådan en rejse. Det er der, man finder ud af, hvor meget styrke man har. Jeg har ingen fryg-

telige historier at fortælle. Der var en gang i Malaysia på et virkelig faldefærdigt hotel, at nogle fyre forsøgte at slå min dør ind. I Sydamerika kom en mand med en kniv og skar mit ur af. Og i Thailand tabte jeg håret af amøbedysenteri. Men jeg har ikke været skræmt fra vid og sans. Der kommer min barndom mig virkelig til nytte. For at overleve i den var jeg nødt til at mobilisere alt, hvad jeg havde i mig, siger Kirsten Skaarup.

Hun citerer fra Søren Kierkegaard: "Hvad der ikke slår en ihjel, gør en stærkere". Og senere er det Thøger Seidenfaden: "Det er vigtigt at have sine honningdepoter". Honningdepoter er det, som menneskene og kulturerne, hun har mødt, er for

BLÅ BOG

72 år, født og opvokset på Falster. Bor nu i Holte.

Er uddannet boghandler.

Har arbejdet hos flere forlag som sekretær og redaktør blandt andet Fremad, Aschehoug og Høst og Søn, før hun stiftede sit eget: Olivia. Det havde hun i 17 år, inden det blev solgt til Politikens Forlag.

Har udgivet kogebøger siden 1980. Den første hed "Vegetariske Festmiddage", siden kom blandt andre "Vegetarisk

køkken", "Med vinger til solens køkken", "Det kærlige køkken – grøn mad til en sårbar planet", "Det helbredende køkken", "Powerfoodrevolutionen" og senest "Supper og co.". I alt har hun skrevet 30 kogebøger og bøger om andre emner som engle, kærlighed, venskab samt bidraget til en række e-bøger.

Hun var formand for Kvindelige Eventyrers Klub i fire år i 90'erne.

Desuden blogger hun om grøn, vegetarisk mad på kirstenskaarup.dk.



hende. Noget, man kan tære på i magre tider. Ved at lukke øjnene kan hun stå på toppen af en sydamerikansk pyramide eller midt på et marked i Lhasa.

Hun bliver ved med at fylde depoterne op. 65 til 70 lande har hun efterhånden besøgt. Og mange af dem flere gange. Hun har også været formand for Kvindelige Eventyreres Klub og fået den til at blomstre op, endnu inden verdensrundrejser med rygsæk i Lonely Planet-sporet blev al-lemandseje.

- Man lærer, at verden er lille, og vi alle er ret ens. Vi vil det samme, nemlig have et nogenlunde ordentligt liv. Jeg ved ikke, om jeg er født med en åbenhed over for andre mennesker, men det er en gave, jeg har få-

et. For man snyder kun sig selv ved ikke at møde fremmede mennesker og kulturer. Jeg lever, som jeg lever, og synes jo egentlig, at det er den eneste rigtige måde. Men det er det ikke, for jeg har set millioner af andre måder at leve på, som også gør folk glade. Det er vel tolerance, jeg har fået med fra rejserne. Det er den største kapital, jeg har. Det er en evig skat af indsigt og forståelse, siger hun.

Klimaet og kloden

- Og så har jeg set, at jorden er så smuk, at det kan gøre ondt helt ind i sjælen. Når jeg samtidig ser, hvor målrettet folk går efter at nedbryde den, bliver jeg ked af det, siger Kirsten Skaarup, der i debatter er gå-



Det er blevet til 30 kokebøger fra Kirsten Skaarups hånd siden 1980. Og hun er igang med endnu en, der handler om burgere. Uden kød selvfølgelig. Foto: Peter Leth-Larsen

“

JEG VAR ET FREMMED VÆSEN I MIT BARNDOMSHJEM. DET MÅ HAVE VÆRET ET CHOK FOR MINE FORÆLDRE AT FÅ SÅDAN ET BARN. DE VAR MEGET FLITTIGE, MEN DET VAR ET FATTIGT HJEM.

KIRSTEN SKAARUP

et i kødet på kokebogsforfatterkolleger eller fødevarerproducenter, som fremmer et kød og smør-forbrug, der efter hendes mening ødelægger både Jorden, mennesker og dyr.

De senest fem til otte år er den grønne bølge fra 1980'erne kommet tilbage og med fornyet kraft. Klimabevidstheden er sat ind, og kødproduktionens CO₂-udslip er med til at gøre det vegetariske og veganske køkken populært igen. Og klimaet er også blevet en del af Kirsten Skaarups dagsorden.

- Der er ingen enkeltstående fødevarer, vi producerer, som har så mange dårlige effekter som kød. For det første lider dyrene, for det andet ødelægger vi klimaet, og for det tredje skader vi vores helbred. I hvert fald i de mængder, det er blevet normalt at spise det. Når man tager en bid mad i munden, har det en effekt på den anden side af jorden. Men der er en kollektiv blindhed over for problemerne, siger hun.

Tre procent af den danske befolkning er vegetarer eller veganere. Og langt de fleste er koncentreret omkring de store byer. Men i modsætning til i 1980'erne er Kirsten Skaarup overbevist om, at det ikke længere er et modefænomen.

- Det er jo alvor, hvis man skal tro på det, som forskere fortæller om klimaet. Jeg tror ikke, at det er fake news. Kloden kan ikke bære, at vi spiser de mængder kød, vi gør i dag. Selv om flere skifter madvaner og gør det dybfølt, er det et langt sejt træk,

siger kokebogsforfatteren, der mener, at kødforbrugets konsekvenser er et ansvar, som også samfundet og politikerne skal tage på sig.

Hun har foreslået høje skatter på kød, eller at man fratog kødproducenter stats-tilskuddene. Men mod store samfunds-økonomiske pengestrømme fylder en kokebogsforfatters grønne forslag ikke meget.

- Det er stadig en fjerdedel af vores eksport, der er de stakkels forpinte svin, siger Kirsten Skaarup og afslører, at hendes livs mission langtfra er opfyldt. Det er hendes nysgerrighed heller ikke.

Slået rødder

Som 72-årig rejser hun stadig verden rundt, men ikke længere i en jagt på at finde sig selv eller den dannelse, hun aldrig fik. Pigen, der var fremmed på Falster, har slået rødder. I sin livsfilosofi og ditto mission. Hun hørte ikke til blandt gårdmænd og roer, bleer og stegt flæsk, men mellem buddha-figurer og farverigt tøj, solnedgange under andre himmelstrøg og foran vand, der falder fra høje bjerge.

- Jeg føler mig faktisk som verdensborger. Jeg føler mig hjemme alle steder. Mine rødder er i det, jeg tror på. I min filosofi. Og den kunne vel også bruges på månen, siger Kirsten Skaarup.

Så langt tager hun dog ikke. Hendes næste rejser går til Rumænien, Mongoliet og Kirgisistan.