

**Tidsskrift for klinisk hypnose nummer 1, maj 2010**

## **Historier og hypnotisk sprogbrug – ”Drengen og elefanten.”**

I efteråret 2009 annoncerede Selskabet mit kursus om ”*Storytelling i terapi og i supervision*” med et utroligt billede af en dreng, som sidder på knæ foran en elefant, og læser højt for den.<sup>1</sup> Fotografiet er taget af canadieren Gregory Colbert, som har lavet mange intense billeder af mennesker og dyr sammen.<sup>2</sup> Da jeg åbnede bladet, blev jeg nærmest lamslået af billedets skønhed og poesi og sendt tilbage gennem barndommens eventyrland af elefanthistorier og af det surrealistiske niveau i billedet: En dreng læser for en elefant, og denne er udenfor bogen ikke indeni bogen, som elefanterne jo var, dengang jeg lå med en lommelygte og læste under dynen. Mærkede igen denne gysende dejlige fornemmelse af den forbudte læsning som en stærk strøm i kroppen, og så var broen skabt til at lave en historie med en masse hypnotiske sprogfænomener<sup>3</sup> indbygget, som kunne være udgangspunkt for en oplevelses-indlæring på kurset af historier og hypnoterapi i praksis. Figurerne fra billedet blev ved med at leve med mig, og nu blev næste skridt at forsøge at ”glemme” eller tilsidesætte beslutningen om at undervise gennem historien, for det forstyrrer kreativitetens flow at have for mange dagsordener samtidigt. Det var nødvendigt tålmodigt at vente, for så en dag, hvor det følte sig rigtigt (the feeling of knowing), at sætte mig til tangenterne og lade en historie strømme ud. Det blev til den følgende historie ”*Drengen og elefanten*”, som jeg fortalte på kurset. Senere har jeg brugt historien som undervisningsmateriale i Hypnoseforeningens Diplomuddannelse, hvor jeg igen fortalte historien, så deltagerne først kunne få oplevelsesperspektivet, og dernæst analyserede læge Per Nilsson, medunderviser og formand for foreningen, historien i forhold til hypnotiske fænomener. Dette uddybes her efter historien, og endelig sluttes artiklen af med på et bud på, hvordan Milton H. Erickson ville have superviseret mig til at anvende historien, hvilket må kaldes *posthum supervision*.

### **Historien om drengen og elefanten.**

*”Et sted i ørkenen sidder en dreng på knæ foran en elefant. Han læser en historie højt for elefanten, som har lagt sig godt tilrette i sandet med snablen hvilende over det ene forben. Elefanten er lutter øre. Han har al den tid i verden, der er brug for, hverken mere eller mindre.*

*I andre verdener er elefanterne inde i bøgerne, som Babar og hele hans kongerige, og når der bliver læst højt, myldrer de ud af bøgernes sider og ind i børnenes hoveder, og nogle af historierne huskes et helt liv, som den om hvordan elefanten fik sin snabel, og den om Dumbo den lille flyvende elefant med de store ører. At huske som en elefant, er at huske alle aldre, som gik forud og for hvert tal, vi nævner, når vi*

<sup>1</sup> Omtalt i Tidsskrift for klinisk hypnose nr. 1, 2009

<sup>2</sup> Fotografiet indgår i en udstilling ”*Ashes and snow*”, som siden 2002 har rejst verden rundt. *Elephants Press* 2005.

<sup>3</sup> Hypnose er en samling teknikker til at invitere til trancetilstanden.

**Psykolog Grethe Bruun,  
Jernbanegade 14st.tv, 4700 Næstved 55 77 15 98**

tæller bagud i alder, kan elefanten huske et og andet, som måske forstærkes af et ufrivilligt spjæt med et forben eller med snablen, så vi kan stoppe vores søgen og udforske lidt lige der. Mens elefanten ligger foran drengen, med sine store ører slået ud i mere end én betydning, kan han både være opmærksom på en smerte i det ene bagben fra der, hvor kæden engang for længe siden sad fast og samtidigt lade sig opsluge af historien. Ind imellem forsvinder den store elefant helt ind i historien, som om drengens stemme drager ham, og han opdager forundret, at han ikke hele tiden kan huske, hvad der sker, at han ikke hele tiden er opmærksom på smerten, at lydene i landskabet omkring dem ligesom forsvinder, og det føles så trygt at høre drengens fine stemme, mens han læser højt.

Elefanten opdager også, at han kan vælge at lytte med stor opmærksomhed, nysgerrig på, hvad er det næste i historien, og han kan også gå sine egne veje og bare være optaget af det, som bare sker af sig selv, uden at han gør noget som helst andet end at ligge der og trække vejret. Noget dukker op, og er ligesom noget andet og alligevel ikke. Elefanten opdager, at han ind imellem selv fylder huller ud i historien, når han mærker, at den ikke går helt i den rigtige retning, lægger han selv til og trækker fra og kommer i tanke om mange gamle oplevelser. "Har jeg mon dobbeltsyn?" undrer elefanten sig, for han mærker tydeligt, at han ser og hører drengen, og at han også rejser mange andre steder hen, bagud til gamle oplevelser og fremad til de nye ideer, som er begyndt at tage form af, hvordan man også kan være elefant.

Drengen lukker bogen og væk er han. Elefanten ligger længe og overvejer: "Var det mon noget jeg drømte, eller hører jeg måske selv til i en bog?" Han rejser sig, vifter et par fluer væk og kigger sig om efter noget spiseligt. Noget er forandret. Han husker en stor del af drengens historie, og ved han selv kan fylde resten ud og måske endda fortsætte historien, og han er mægtig nysgerrig på, hvor længe det vil tage ham at opdage, at nogle af de behagelige oplevelser fra drengens læsning kan brede sig i ham på sin egen måde, på rette tid og sted.

Mens han vandrer af sted, kan han tillade sig gradvist eller måske lige pludseligt at opleve en trancefornemmelse, og det er ikke nødvendigt for ham at tale eller tænke så meget over det, mens han gør det på sin egen måde. Mens han bare forsætter med at trække vejret, kan han stående eller liggende, som han nu foretrækker, måske få en fornemmelse af, at hele hans krop eller bare en del af den bliver tungere, mere afslappet eller måske endda lettere som et tegn på, at han er begyndt at fordybe sin opmærksomhed eller sin trance, og mens elefanten noterer sig alt det, som bare sker, er det som om han har et indre øje, der bare observerer alt. Næsten inden han selv er helt opmærksom på det, tænker han tilbage på drengens oplæsning og mærker, at han kan have sin bevidsthed, sit fokus mange steder, både på det som sker her og nu samtidig med at gamle oplevelser passerer forbi. Elefanten mærker en ulyst til at bevæge sig, hans tidsfornemmelse spiller kispus med ham. Han er pludselig i tvivl om, hvor lang tid, der er gået, mens han har haft disse drømmeagtige oplevelser af en

**Psykolog Grethe Bruun,  
Jernbanegade 14st.tv, 4700 Næstved 55 77 15 98**

*lille dreng, som læser højt for ham. Da elefanten også pludselig kan mærke, at han kan flyve, når han kniber øjnene lidt i, betyder det pludselig mindre for ham, hvor drengen kom fra, og hvor han gik hen. Elefanten mærker, at en dør har åbnet sig i ham, og han har en dyb følelse af at vide, at han kan kalde på drengen når som helst, han har brug for det fremover. Elefanten sukker lidt, øjenlågene flimrer lidt, og han synker dybt ind i sin egen indre elefantbiograf, mens dagen går på hæld.*

*Senere forlød det, at det er muligt for de særligt opmærksomme at se en dreng og en elefant mødes i ørkenen. De kommer altid fra hver sin retning, går målrettede mod hinanden, knæler begge med hele opmærksomheden rettet mod drengens højtlesning. Det hænder, at de kigger kort på hinanden, udveksler et smil, men for det meste er de der sammen, i hver sin verden. Elefanten opdager efterhånden, at han savner tilstanden, hvis han er for længe væk, og han lærer sig, at gå ind og ud af den, når han mærker, det er tid. Hans store fordel i forhold til så mange mennesker, er at han husker som en elefant og godt det samme.*

*Bag billedet af drengen og elefanten ligger andre billeder, som drager til fordybelse og vækker nysgerrighed på, hvordan det er at bevæge sig ind i dem, mens verden går videre omkring os. Folk haster af sted på arbejdet og senere hjem igen, enhver passer sit, mens du kan sidde her uden at gøre noget som helst og se hvad det næste er, som dukker op... måske direkte som et tydeligt billede, en sætning eller andet, måske mere mellem linjerne..."*

### **Analyse af hypnotisk sprog og invitationer til fordybelse og trance i historien**

Det hypnotiske sprog anvendes til at invitere modtageren til at fordybe sin opmærksomhed, til "at gå sin egen vej" og tage nøjagtig det, som på et givent tidspunkt giver en mening for vedkommende, og måske endda nyde at lade resten af historien ligge. Det hænder ofte, at historier bliver langtidsholdbare, at modtageren på et senere tidspunkt ser på historien gennem øjeblikkets prisme<sup>4</sup>, som er sammensat af den personlige historiske bagage, af det aktuelle øjeblik og den måde, øjeblikket rækker ind i fremtiden på", og i det nye givne øjeblik, får ny inspiration eller ser andre vinkler via historien.

Historien starter med "Et sted i ørkenen sidder en dreng på knæ foran en elefant. Han læser en historie højt for elefanten, som har lagt sig godt tilrette i sandet med snablen hvilende... Elefanten er lutter ører. Han har al den tid i verden..." Her gives en indirekte tranceinvitation via drengens læsning og via elefantens attitude med at lægge sig godt tilrette. Samtidig sås der et frø om tiden, "al den tid i verden, der er brug for, hverken mere eller mindre". Det indirekte budskab er det samme som i sætningen "Der var engang...", nemlig en opfordring til at give sig tid og til at fokusere på historien og lukke alt andet ude for en stund. "I andre verdener er elefanterne inde i bøgerne..." Denne sætning forstærker den dissociation, som sker fra hverdagsbevidstheden, når man går ind i en trancetilstand og kan virke

---

<sup>4</sup> Grethe Bruun: "Storytelling i terapi og supervision" Dansk Psykologisk Forlag 2009.

**Psykolog Grethe Bruun,  
Jernbanegade 14st.tv, 4700 Næstved 55 77 15 98**

tranceforstærkende. ”... nogle af historierne huskes et helt liv...” lægger en posthypnotisk suggestion ind om at kunne huske efterfølgende. ”At huske som en elefant, er at huske alle aldre, som gik forud..” lægger op til aldersregression og giver mulighed for at huske tilbage og blade i mindernes bog. Sætningen fortsætter med:...”og for hvert tal, vi nævner, når vi tæller bagud i alder, kan elefanten huske et og andet, som måske forstærkes af et ufrivilligt spjæt med et forben eller med snablen...” Dette opfordrer til en opmærksomhed på ideomotoriske signaler ud over det indhold, som dukker op ved hver enkelt alder. ”Mens elefanten ligger foran drengen, med sine store ører slået ud i mere end én forstand...” inviterer til en sansning på flere planer, en lytten udad til drengens stemme og hans oplæsning af historien og samtidigt en lytten indad til de indre billeder og fornemmelser, som dukker op. Der laves en såkaldt *spændingsbro*<sup>5</sup> til et gammelt traume, så elefanten i fra sin nuværende afslappede tilstand som et slags sikkert sted...”kan være opmærksom på en smerte i det ene bagben fra der, hvor kæden engang for længe siden sad fast og samtidig lade sig opsluge af historien.” Herefter gives en suggestion om dissociation og amnesi, ud fra at det kan være belastende og måske direkte re-traumatiserende at være for voldsomt eksponeret til mindet om et traume. ” Ind imellem forsvinder den store elefant helt ind i historien, som om drengens stemme drager ham, og han opdager forundret, at han ikke hele tiden kan huske, hvad der sker, at han ikke hele tiden er opmærksom på smerten, at lydene i landskabet omkring dem ligesom forsvinder, og det føles så trygt at høre drengens stemme, mens han læser op.” Her bliver stemmen forbindelseslinjen eller måske ligefrem en slags navlestreng mellem drengen og elefanten, så drengens stemme bliver en form for vejviser eller anker for elefanten, som kan vælge at lytte til drengens stemme, uanset hvad der dukker op af indre billeder, minder eller gamle traumer. Milton H. Erickson brugte nogle gange udtrykket: ”Min stemme vil følge med dig...” eller ”samtidig med at du hører min stemme, kan du gå din egen vej...”

Historien går videre: ”Elefanten opdager også, at han kan vælge at lytte med stor opmærksomhed, nysgerrig på, hvad er det næste i historien, og han kan også gå sine egne veje og bare være optaget af det, som bare sker af sig selv, uden at han gør noget som helst andet end at ligge der og trække vejret.” Her gives igen en tilladelse til at lytte på flere måder, og der skabes en forventning ”nysgerrig på”, en stillen sig åben for det, som kan komme forbi, og der er en tillid til, at det ubevidstes kreative evner finder sig egen løsning. ”Noget dukker op, og er ligesom noget andet og alligevel ikke”. Her antydes, at løsninger eller helheder kan dukke op indefra. I trancen er den vegetative tilstand ofte tydeligere, og man kan have en *mosaisk oplevelse*, hvor bidder af oplevelser, opmærksomhed og tanker lægger sig sammen på nye måder og danner nye helheder. Det kan undervejs virke lidt ”hulter til bulter” i modsætning til den bevidste lineære opmærksomhed, som i højere grad karakteriserer den vågne hverdagsbevidsthed.

---

<sup>5</sup> John Watkins ”The Affect Bridge. A Hypnotherapeutic Technique” .J. of Clinical and Experimental Hypnosis 1971

**Psykolog Grethe Bruun,  
Jernbanegade 14st.tv, 4700 Næstved 55 77 15 98**

*”Elefanten opdager, at han ind imellem selv fylder huller ud i historien, når han mærker, at den ikke går i den helt rigtige retning, lægger han til og trækker fra og kommer i tanke om mange gamle oplevelser”.* Her er regression og hypermnesi, hvor elefanten både er mentalt tilstede i det nuværende og samtidig levende genkalder sig detaljerne i de gamle oplevelser, som om de skete her-og-nu. Michael Yapko<sup>6</sup> udtrykker det som *”hukommelsen er rekonstruktiv ikke reproduktiv”*, og det kan der ligge et stort helingspotentiale i, når rekonstruktionen sker i jegets tjeneste.

*””Har jeg mon dobbeltsyn?” undrer elefanten sig, for han mærker tydeligt, at han ser og hører drengen, og at han også rejser mange andre steder hen, bagud til gamle oplevelser og fremad til de nye ideer, som er begyndt at tage form af, hvordan man også kan være elefant”.* Igen er der tale om muligheden for dissociation og oplevelser på flere planer, inden der sker en progression, *”til nye ideer”*.

*”Han husker en stor del af drengens historie, og ved han selv kan fylde resten ud, og måske endda fortsætte historien, og han er mægtig nysgerrig på, hvor længe det vil tage ham at opdage, at nogle af de behagelige oplevelser fra drengens læsning kan brede sig i ham på sin egen måde, på rette tid og sted”.* Her er der tale om en bevægelsen ind i fremtiden *”future pace”*, og der skabes en præsupposition via *”hvor længe”*. Det ligger implicit i sætningen, at elefanten vil opdage noget om, hvordan de behagelige oplevelser kan brede sig, dvs. der skabes en positiv forventning og orientering mod fremtiden - parallelt til det fokus, som er i den positive psykologi.

*”Mens han vandrer af sted, kan han tillade sig gradvist eller måske lige pludseligt at opleve en trancefølelse...”* En posthypnotisk suggestion om muligheden for at vende tilbage til tranceoplevelsen på sin egen måde. Dette kunne også kaldes en form for selvhypnose, hvis elefanten begynder bevidst at fokusere på at opleve trancen igen.

*”Mens han fortsætter med at trække vejret, kan han stående eller liggende, som han nu foretrækker, måske få en følelse af, at hele hans krop eller bare en del af den bliver tungere, mere afslappet...”* En progressiv afslapning og trancefordybelse.

*”... mens elefanten noterer sig alt det, som bare sker, er det, som om han har et indre øje, der bare observerer alt.”* Med Ernst Hilgards udtryk *”the hidden observer”*<sup>7</sup>, nemlig opmærksomheden på opmærksomheden, at vi kan være i både en opmærksomhed på tanker, følelser, fornemmelser, indre billeder mv. og samtidig i en metaopmærksomhed på denne optagethed. Dette arbejdes der med i mange terapiretninger. Indenfor hypnoterapien vil man se det som en konstruktiv form for eksternalisering som gør det muligt *”at se på en afstand”*.

*”Elefanten mærker en ulyst til at bevæge sig, hans tidsfølelse spiller kispus med ham”.* Her er tale om trance fænomenologi, nemlig katalepsi, en form for ubevægelighed og tidsdistorsion, at tidsoplevelsen i trance kan være helt anderledes end den lineære tid, hvor sekund følger sekund i en fastlagt rytme. Tidsdistorsionen

---

<sup>6</sup> Kursus i København 2008

<sup>7</sup> Begrebet “ hidden observer” er fra E.R. Hilgards bog “Divided Consciousness” 1977

**Psykolog Grethe Bruun,  
Jernbanegade 14st.tv, 4700 Næstved 55 77 15 98**

kan spænde fra, at tiden nærmest står stille til det modsatte, oplevelsen af, at tiden er fløjet af sted.

*"Elefanten mærker, at en dør har åbnet sig i ham, og han har en dyb følelse af at vide, at han kan kalde på drengen når som helst, han har brug for det fremover"*. Der lægges op til integration af det, som elefanten har forbundet sig med i trancen og *"future pace"*, at han når som helst kan kalde på drengen, hvilket også er en forankring af en positiv oplevelse.

*"Elefanten sukker lidt, øjenlågene flimrer lidt..."* Her omtales ideomotoriske signaler, som kan iagttages ved en trance... *"og han synker dybt ind i sin egen indre elefantbiograf, mens dagen går på hæld."* Der igen tale om dissociation og et indre fokus ind i elefantbiografen, som er en metafor for elefantens indre liv, hvor elefanten muligvis vil hallucinere, igen et trancefænomen, ved at mærke, at han kan gå alle steder hen i trancetilstanden.

Senere kommer drengen og elefanten *"fra hver sin retning og går målrettede mod hinanden, knæler begge med opmærksomheden rettet mod drengens højtlesning"*.

Igen integration og fokuseret opmærksomhed. Historien er i sin afslutningsfase, hvor der arbejdes med posthypnotisk suggestion og gentagelse af tranceoplevelsen: *"Elefanten opdager efterhånden, at han savner tilstanden, hvis han er for længe væk, og han lærer sig, at gå ind og ud af den, når han mærker, det er tid."*

I sidste afsnit af historien skiftes fokus fra drengen og elefanten til tilhørerne, som nu helt kan fokusere på deres egen oplevelse. De kan dissociere, regrediere og opleve forventning. De tilbydes fordybning af trancen ved at møde truisme - *"en sandhed"*: *"Folk haster af sted på arbejdet... enhver passer sit."* Den slags sætninger fremmer et yes-set, så det, som siges efterfølgende, kan få større vægt. *"... mens du kan sidde her uden at gøre noget som helst..."* Tilhørerne til historien om drengen og elefanten får hermed indirekte tilladelse til at vegetere og åbne sig for det, som dukker op, det som bare sker af sig selv: *"Bag billedet af drengen og elefanten ligger andre billeder, som drager til fordybelse og vækker nysgerrighed på, hvordan det er at bevæge sig ind i dem, mens verden går videre omkring os... mens du kan sidde her uden at gøre noget som helst og se hvad det næste er, som dukker op... måske direkte som et tydeligt billede, en sætning eller andet, måske mere mellem linjerne..."*

### **Posthum supervision af Milton H. Erickson**

Min lange rejse med Erickson startede tilbage i efteråret 1981, hvor der ved et tilfælde faldt en bog om hans arbejde ned i hovedet på mig, da jeg var ved at fiske en anden bog ud af en høj hylde på biblioteket på Nordvang<sup>8</sup>. Det var Rossens bog *"And my Voice will go with you"*, som er fyldt med fortællinger om Ericksons arbejde. Milton H. Erickson brugte sin stemme til at knytte en stærk fortælletråd til klienten, både ved gennem stemmen at være der med den anden, så stemmen blev et anker i

---

<sup>8</sup> Jeg sender stadig mange gange om året en taknemmelig tanke til psykolog Michael Sommer for, at han dengang sørgede for Danmarks bedste Psykologbibliotek.

**Psykolog Grethe Bruun,  
Jernbanegade 14st.tv, 4700 Næstved 55 77 15 98**

trancen, og dels ved at ændre stemmen undervejs og intonere de indlejrede budskaber med en lidt anden stemmeføring. Han var altid på jagt efter positive oplevelser, som han kunne gen-forbinde klienten med og brugte ofte at invitere til en trance ved at tale om en behagelig oplevelse, som skete for længe siden, og som klienten havde glemt for længe siden. I den følgende versionen af historien om ”*Drengen og elefanten*”, har jeg understreget nogle af de indlejrede budskaber, så der kan bruges en lidt anden stemmeføring ved disse ord. Her er tale om en såkaldt *interspersal teknik*, som via betoningen af særlige ord og vendinger rummer en progressiv række suggestioner om at opleve trancefænomener. Læs de fremhævede ord og få en fornemmelse af, hvordan ordene inviterer til tranceoplevelse via betoningen af tid, fordybelse, det vegetative...; så nu er det ved at være tid til, at du læner dig tilbage og får historien fortalt. Bed en kollega om at læse eller fortælle for dig:

*”Med Erickson som supervisor, kan jeg nu bede dig om at læne dig tilbage med åbne eller lukkede øjne, og samtidig med at du hører min stemme fortælle en historie om en dreng og en elefant, er det muligt for dig at slappe endnu mere af og lade det sker, som bare sker af sig selv, at billeder og oplevelser, som engang gav dig glæde, og som du måske i mellemtiden helt har glemt, kan dukkede frem igen, og mens du hører historien om drengen og elefanten, kan du være opmærksom på alt det, du undervejs er opmærksom på, og bare iagttage det som på en afstand, hvor din opmærksomhed fører dig hen, mens jeg fortæller dig en historie om en dreng, der sidder på knæ foran en elefant et sted i ørkenen og læser en historie højt for elefanten, som har lagt sig godt tilrette i sandet med snablen **hvilende** over det ene forben. Elefanten er **lutter øre**. Han har **al den tid i verden**, der er brug for, hverken mere eller mindre.*

*I andre verdener er elefanterne inde i bøgerne, som Babar og hele hans kongerige, og når der bliver læst højt, myldrer de ud af bøgernes sider og ind i børnenes hoveder, og nogle af historierne **huskes et helt liv**, som den om hvordan elefanten fik sin snabel, og den om Dumbo den lille flyvende elefant med de store ører. At huske som en elefant, er **at huske alle aldre**, som gik forud og for hvert tal, vi nævner, når vi tæller bagud i alder, kan elefanten huske et og andet, som måske forstærkes af et ufrivilligt spjæt med et forben eller med snablen, så vi kan **stoppe vores søgen og udforske lidt lige der**. Mens elefanten ligger foran drengen, med sine store ører slået **ud i mere end én betydning**, kan han både være opmærksom på en smerte i det ene bagben fra der, hvor kæden engang for længe siden sad fast og **samtidigt** lade sig opsluge af historien. Ind imellem **forsvinder den store elefant helt ind i historien**, som om **drengens stemme drager ham**, og han opdager forundret, at han ikke hele tiden kan huske, hvad der sker, at han ikke hele tiden er opmærksom på smerten, at lydene i landskabet omkring dem ligesom forsvinder, og **det føles så trygt** at høre drengens fine stemme, mens han læser højt.*

*Elefanten opdager også, at han kan vælge at lytte med stor opmærksomhed, **nysgerrig på**, hvad er det næste i historien, og han kan også gå sine egne veje og bare være optaget af det, **som bare sker af sig selv**, uden at han gør noget som helst*

**Psykolog Grethe Bruun,  
Jernbanegade 14st.tv, 4700 Næstved 55 77 15 98**

andet end at ligge der og trække vejret. Noget dukker op, og er ligesom noget andet og alligevel ikke. Elefanten opdager, at han ind imellem selv fylder huller ud i historien, når han mærker, at den ikke går helt i den rigtige retning, lægger han selv til og trækker fra og kommer i tanke om mange gamle oplevelser. ”Har jeg mon dobbeltsyn?” undrer elefanten sig, for han mærker tydeligt, at han ser og hører drengen, og at han også rejser mange andre steder hen, **bagud til gamle oplevelser og fremad til de nye ideer**, som er begyndt at tage form af, hvordan man også kan være elefant.

Drengen lukker bogen og væk er han. Elefanten ligger længe og overvejer: ”Var det mon noget jeg drømte, eller hører jeg måske selv til i en bog?” Han rejser sig, vifter et par fluer væk og kigger sig om efter noget spiseligt. **Noget er forandret**. Han husker en stor del af drengens historie, og ved han selv kan fylde resten ud og måske endda fortsætte historien, og han er **mægtig nysgerrig på**, hvor længe det vil tage ham at opdage, at nogle af **de behagelige oplevelser** fra drengens læsning **kan brede sig i ham på sin egen måde**, på rette tid og sted.

Mens han vandrer af sted, kan han tillade sig gradvist eller måske lige pludseligt **at opleve en trancefornemmelse**, og det er ikke nødvendigt for ham at tale eller tænke så meget over det, mens han gør det **på sin egen måde**. Mens han bare forsætter med at trække vejret, kan han stående eller liggende, som han nu foretrækker, måske **få en fornemmelse** af, at hele hans krop eller bare en del af den bliver tungere, mere afslappet eller måske endda lettere som et tegn på, at han er begyndt at **fordybe sin opmærksomhed eller sin trance**, og mens elefanten noterer sig alt det, som bare sker, er det som om han har **et indre øje, der bare observerer alt**. Næsten inden han selv er helt opmærksom på det, tænker han tilbage på drengens oplæsning og mærker, at han kan have sin bevidsthed, sit fokus mange steder, både på det som sker her og nu **samtidig med** at gamle oplevelser passerer forbi. Elefanten mærker en ulyst til at bevæge sig, hans tidsfornemmelse spiller kispus med ham. Han er pludselig i tvivl om, hvor lang tid, der er gået, mens han har haft disse **drømmeagtige oplevelser** af en lille dreng, som læser højt for ham. Da elefanten også pludselig kan mærke, at han kan flyve, når han kniber øjnene lidt i, betyder det pludselig mindre for ham, hvor drengen kom fra, og hvor han gik hen. Elefanten mærker, at **en dør har åbnet sig** i ham, og han har en dyb følelse af at vide, at han kan kalde på drengen når som helst, han har brug for det fremover.

Elefanten sukker lidt, øjenlågene flimrer lidt, og han **synker dybt ind** i sin egen indre elefantbiograf, mens dagen går på hæld.

Senere forlød det, at det er muligt for de særligt opmærksomme at se en dreng og en elefant mødes i ørkenen. De kommer altid fra hver sin retning, går målrettede mod hinanden, knæler begge med hele opmærksomheden rettet mod drengens højtlesning. Det hænder, at de kigger kort på hinanden, udveksler et smil, men for det meste er de der **sammen, i hver sin verden**. Elefanten opdager efterhånden, at han savner tilstanden, hvis han er for længe væk, og han lærer sig, **at gå ind og ud af den**, når

**Psykolog Grethe Bruun,  
Jernbanegade 14st.tv, 4700 Næstved 55 77 15 98**

*han mærker, det er tid. Hans store fordel i forhold til så mange mennesker, er at han husker som en elefant og godt det samme.*

*Bag billedet af drengen og elefanten ligger andre billeder, som **drager til fordybelse** og vækker **nysgerrighed** på, hvordan det er at bevæge sig ind i dem, mens verden går videre omkring os. Folk haster af sted på arbejdet og senere hjem igen, enhver passer sit, mens du kan sidde her **uden at gøre noget som helst** og se hvad det næste er, som dukker op... måske direkte som et tydeligt billede, en sætning eller andet, måske mere mellem linjerne...*

Historierne og materialet til dem findes overalt, hvor mennesker mødes, og enhver fortæller på sin egen måde. Min gode veninde sagde engang: "Alt er skrevet, bare ikke af dig". Måske er alle historier også fortalt, bare ikke af dig! Jeg vil slutte med at citere Erickson: "Don't try to be me, be you".

Tak til læge Per Nilsson for vores samarbejde omkring undervisningen og analysen af hypnotisk sprog i historien.