



Forum för talare

December 2000

Rigmor Robert

Forum för talare.

Under denna rubrik gläntar några av Sveriges mest anlitade talare på dörren till sina ämnesområden. Att lyssna på dem är tankeväckande. Ibland provocerande. Alltid engagerande

Talarforum förmedlar talare inom en mängd ämnesområden till företag och organisationer.

Vi vill i den här formen regelbundet förse er med tankeväckande artiklar skrivna av några av dessa talare.

Kanske inspirerar det till att kontakta oss för att få veta mer? - Gör gärna det på www.talarforum.se. Mer information om det här nyhetsbrevet finns på www.talarforum.se/nyhetsbrev. Där kan ni även säga till om ni inte vill ha fler nummer.

Story Telling, gamla sagor för moderna människor

Vi ställer några frågor till Rigmor:

"Story Telling" är en av de snabbast växande föreläsningstrenderna i USA just nu. Har du någon förklaring till att Story Telling blivit så stort?

Att lyssna till en berättelse är roligt. Man blir medskapande. "Filmen" uppstår i ditt eget sinne. Det fokuserade tänkande slappnar av en stund. Stress löses upp för att andra delar av personligheten och hjärnan aktiveras. Man kan få kontakt med sin vishet och lekfullhet. Det är skönt och fungerar som en mikrosemester. Man är med om något som berör, ett inre äventyr. Då uppstår samhörighet mellan deltagare på en konferens eller utbildning.



Rigmor Robert

Läkare och psykolog, författare och uppmärksam film/ TV medarbetare. Talar om ledarskap och kommunikation, livs-balans och stress, manligt och kvinnligt ledarskap mm. Introducerar nu "Story Telling" i Sverige.

För mer info om Rigmor Robert klicka här.

Vad menar du med "mikrosemester"?

Den nya IT teknologin gör att mycket kan gå hastigare. Speed och risktagande är spännande. Det ger en kick. Allt oväsentligt försvinner ur medvetandet. Man blir helt inställd på en uppgift. Kraftfull och skärpt. Stress är häftigt. I korta doser. Så snart faran är över gäller det att återkoppla till hela sig själv och ta in hela verkligheten igen. Det är då mikrosemestrarna behövs. Annars kommer känslan av tomhet smygande. Och så flyr man från den. Man kan jaga sig själv i en ond cirkel. Som läkare kan man oroas av en ny typ av stress hos många människor. De känner sig jagade. Man ser det redan i deras blick och ansiktsuttryck. Det hörs i rösten i telefonen. Den blir spänd och orden snubblar fort

Rigmor Robert (forts.)

fram. Stress känns, märks, hörs, syns och smittar. Stressade föräldrar smittar sina barn. Nya studier visar att barn oftare än förr får kroniska sjukdomar och till och med åderförkalkning. Stressade arbetskamrater gör att man inte trivs på jobbet. Stressade chefer har svårt att förstå sina medarbetare. Stressade människor vill man inte göra affärer med. Stressade läkare och sköterskor skrämmer sina patienter.



Kan sagor motverka stress?

Ja. Sagorna vänder sig till den del av människan som inte vet vad bråttom är. Neurologerna talar idag om att man har två medvetanden inom sig som motsvarar egenskaper i vår tudelade hjärna och våra två kroppshalvor. När vi är i balans lever vi i en inre dialog med oss själva.

Hur då två medvetanden?

Nervbanor från vänsterhjärnan korsar över till högerhanden. Den sidans sätt att tänka och känna passar för skrivande, strategiska planer, lagarbete och bruksanvisningar. Då skall språket vara exakt och entydigt. Logiskt. Vetenskap och teknologi, som är grunden för modernitet och framsteg bygger på detta. Vänster del av kroppen är känsligare för beröring. Man kan reagera lika starkt när man blir



A mermaid, J.W. Waterhouse

känslomässigt berörd eller "gripen", som när man blir fysiskt berörd. Den halva av hjärnan som är kopplad till "hjärtsidan" tänker mer drömligt i associationer och uttrycker sig i ett mjukare tonfall. Har man drabbats av Stroke i vänster hjärnhalva kan man få svårt att läsa men ändå ha lätt att sjunga. När stress släpper får man kontakt med hjärtsidans medvetande. Då sker re-kreation. Energi återskapas. Erfarenheter integreras. Känslan hinner ikapp. Man kan känna ömhet och ånger,

längtan och kärlek, aningar och vemod ja, själva samvetet. När man har bråttom eller är koncentrerad, avskärmas själen. Man kan få utbrott av frustration och ilska en aggressivitet som ligger nära rädsla. Då flyr själen. Sagan vänder sig till hjärtsidans medvetande. Fängslande berättelser återkopplar till minnen och medkänsla som drömmar. Att lyssna på en saga är som att drömma en dröm till tillsammans.

Rigmor Robert (forts.)

Utomlands anses du vara en professionell Story Teller. Är du det?

Jag är ju läkare, det är mitt yrke. Men det var någon slags passion för fantasins värld som ledde till Zurich och en vidareutbildning i djuppsykologi. Jag ville förstå själen. Det förefaller som om sagorna påverkar oss på samma nivå som drömmen. Det ger orientering i komplicerade lägen och stimulerar kreativitet. Att berätta och höra en historia är också något annat än att läsa den.

Hur då menar du?

I läsandet blir man isolerad och tyst. Var och en är koncentrerad på sitt. Stämningen kan bli kylig. Berättande och lyssnande ger delaktighet och värme till alla som är med.



Osiris

Vad är det som sagorna handlar om egentligen?

Sagor är nog oöverträffade när det gäller att förmedla kunskaper om människan på ett lustfyllt sätt, utan pekpinnar. Välkända sagor har överlevt många tidsepoker. De skulle inte finnas om de inte hade givit resonans och fyllt en funktion för lyssnarna. Sagorna börjar med att huvudpersonen har ett problem. Vi får

följa hans eller hennes förvirring och kamp i sökandet efter en lösning. Där finns alltid destruktiva krafter en häxa, en trollkarl, eller ett monster som skall övervinnas. Berättelserna ger modeller för hur man kan bryta dödlägen och komma vidare. Det är lika viktigt på arbetet som privat. Det harmoniska livet, när hjälten och prinsessan redan har fått varandra, behöver ingen träna på. Vi vill höra om problemlösningar och känna igen oss i huvudpersonens mod och misstag, uthållighet och risktagande, försiktighet, medkänsla och påhittighet. I alla förnyelseprocesser lurar faror och där finns hjälpande krafter. Det gäller att känna igen dem. Starka berättelser ger ett lyft som om man kunde se sig i ett fågelperspektiv och ana ett större sammanhang. Då klarar man mer. Man är inte längre lika förvirrad. Livet har blivit mer intressant, om än inte enklare.

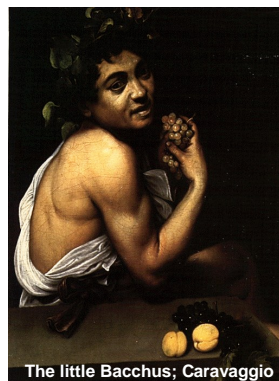


Bileams åsna, Rembrandt

Rigmor Robert (forts.)

Måste det vara gamla historier?

De *måste* inte vara gamla. De *är* gamla, men ändå alltid aktuella. Kroppen och själen har inte ändrat sig de senaste 20-30 tusen åren. Urbefolkningar har vetat att man efter jakten, striden, äventyret alltså efter stress ska återknyta till den rytm som är bra för hjärtat, matsmältningen och nattsömnen. Annars sliter man på sig. För människor som lever nära naturen är berättelserna runt lägerelden både tid för återhämtning och nya visioner.

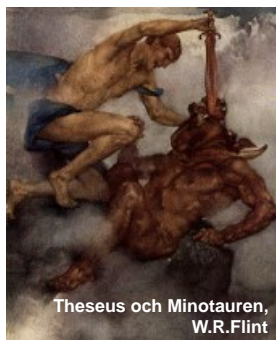


Vad är det hos oss som inte har ändrats på tiotusentals år?

Själen och kroppen. Det är bara anpassning till ny teknologi och inläring som gör att vi verkar mer utvecklade. Miljonåringen inom oss behöver näring, vill fortplanta sig, skall kunna försvara sig eller fly. Och vi är sociala varelser som tycker om att leva i flock och umgås. Några av oss är eller blir på olika sätt annorlunda än majoriteten. Det är normalt. Några tycker om att visa upp sina färdigheter eller visa upp sig själva. Om detta roar eller intresserar de övriga kallar vi det "konst" och "underhållning". I levande kulturer står konstens fantasivärld och verkligheten i ett dynamiskt förhållande till varandra.

Tror du att sagolandet väntar i framtiden?

I tider av yttre hot och instabilitet kan folk välja ledare bland sina drömmare och *outsiders*. Historien visar att det leder till uppbrott. Det kan vara dags för ett samhälle att vinna eller försvinna när människor beger sig av till löftets land för att grunda Utopia. Tredje riket kallades tusenårsrike, men låg i ruiner efter tolv år. Kommunismens framtidsland blev terrorstater. Harry Martinssons Aniara handlar om en sådan



kollektiv resa mot ett hägrande mål som slutar i misär och intet. I verkligheten består framtiden av våra barns och barnbarns uppväxt samt vår egen ålderdom. Utopiska samhällen har inte visat sig hälsosamma för barn att växa upp i. Och där har inte gamla människor känt sig trygga och uppskattade. Utopiska samhällen hör aldrig till framtiden. De är övergående

Rigmor Robert (forts.)



Salome, C Dolci

stadier. Men berättelser om Utopia kan få människor på fötter. Nya företag behöver sina visionärer. Emigranter bärs av tron på ett nytt och annorlunda samhälle. Men när man väl är framme, då gäller fortfarande människans villkor. En etablerad organisation i arbetslivet eller ett samhälle där barn skall växa upp och människor skall åldras behöver andra ledare än de som talar sagospråk. Då gäller det att ha verklighetskontakt vilket betyder beprövade erfarenheter, fakta, vetenskap. Men sagan finns kvar som en underström. Den berättar om själen. Om det som alltid är föränderligt inom oss själva.

Finns det berättelser som handlar om *business*?

Business is war, förklarade man när jag kom från landstinget och blev företagsledare på IBM. Alla hjältesagor handlar om lusten i att tävla, om utmaningar och om tillfälliga motgångar som sporrar till framgång. I näringslivet talar man om att "erövra marknadsandelar", om "priskrig", "strategier", "insatser" och om "team bildning". Det är ett symbolspråk som anknyter till stridens och jaktens spänning. Konkurrens, laganda och tydligt ledarskap kan vara lika viktiga i ekonomiska verksamheter som det var när Homeros skrev om grekernas kamp mot Troja. Nu som då behöver vinnarlaget både Rambohjälten Akilles och strategen Odysseus som är förtänksam.



Parzifal ur "Manesse"; Heidelberg univ.bibl.

Man tänker på Freud och andra som förklarar att sagor egentligen handlar om sex, om barns frigörelse, eller om döden.

Freud och även Jung och andra psykologer, har använt sagor och myter för att styrka något som de själva redan tänkt ut. Freud byggde den psykoanalytiska teorin på *sin tolkning* av dramat kung Oidipus. Jung var fascinerad av myter som handlade om Dionysos och av det ockulta. 1900 talets djuppsykologer såg sig som experter på sagan. De påstod sig avslöja betydelse som vanliga människor inte begripit. Men då krympte historierna, energin rann bort. Ordet "myt" kom att betyda detsamma som "lögn". De flesta blir mindre berörda av psykologernas och de intellektuellas tolkningar än av

Rigmor Robert (forts.)

berättelserna som de är. Sagorna är i själva verket lika demokratiska som drömmar. Man kan förstå dem vare sig man är storchef eller arbetslös, sjuksköterska eller ingenjör. Några dolda chiffer finns inte i folksagorna. Mitt råd är att misstro alla som talar om för dig vad "myter betyder". Man kan visa på paralleller. Men sagorna talar till var och en och är sina egna budskap.

Finns det risker med att berätta sagor och myter?

Ja. Myter och politik är en farlig blandning. Man trodde att det var slut med den mixturen efter nazismen, och efter kommunismen som nu verkar falla. Världen hade därför svårt att fatta vad som hände när Milosevic på 1990-talet vände Serbernas sinnen baklänges. Milosevic talade om en viss junikväll 1389. En dikt och många sånger på Balkan handlar om "Den namnlösa flickan från Kosovo". Hon söker sin älskade bland de sårade



Bacchus, Rubens

och stupade på Trastarnas fält. Där har ett slag utkämpats och det Serbiska kungadömet har förlorat sin självständighet gentemot sultanens folk. När Milosevic påminde serberna om den sorgsna sagoflickan blev många som berusade och rasande. Det var hög tid att ställa upp för henne! I sagans värld finns inte almanackans tid. Man kan känna lust att hämnas eftersom en sommarkväll för sjuhundra år sedan är som nu. Flickan vandrar ännu genom barndomens själ hos den som hörde sin farmor sjunga om henne. Kriget på Balkan hade förvisso politiska, ekonomiska, etniska orsaker. Diktatorer och sektledare kan dock med mytens bilder väcka överdrivna känslor, som sentimentalitet och brutalitet, hos sina anhängare. Den som redovisar fakta på ett sagoaktigt vis kan vara manipulativ. Och den som hittar på historier och påstår att de är sanna kan vara mytoman eller psykopat. Blandningen av fantasi och verklighet är giftig, och slår i längden tillbaka på både talaren och dem som låter sig förledas.

Kan vem som helst bli sagoberättare?

Det är lyssnarna som avgör om du är en berättare. Folk hör inte på sagor av artighet. Sagan lockar in dig som i Tusen och en natt när en port öppnar sig i bergväggen. Ali Baba går rakt in i en förtrollad värld. Eller också sätter han sig på mattan. När berättelsen får grepp om uppmärksamheten lyfter mattan till fjärran land. Lyssnare brukar säga att "tiden bara försvann".

Rigmor Robert (forts.)

Då har de befunnit sig i hjärtsidans och högerhjärnans medvetande. Där existerar inte klocktiden. Där råder drömtid i en alltidvärld.

Tror du på att det finns vishet i sagorna?

Tror? Det *vet* vi. Sagor förklarar ingenting, men säger allt.



Medusa, Caravaggio

Vad lär man sig av sagorna?

Man bekantar sig med förnyelsens dynamik. Man lär sig om mänskliga egenskaper och om hur man tacklar förändringar. Sagofigurer som agerar med och mot varandra är prototyper för hur vi betar oss i kritiska lägen. Psykologi är ett abstrakt och ganska torftigt sätt att beskriva människor på. I vetenskap utgår man från hypoteser



som prövas och omprövas. Det är intressant för oss som har det till yrke. Men i sagan kan komplexa sammanhang visas på ett omedelbart sätt. Man går inte omvägen via hypoteser och abstraktioner. Sagan är nog överträffad när det gäller att förbereda personlig utveckling, att förstå etik och vilka relationer människan har till andra och till naturen. Sagor handlar inte om mig eller dig utan om oss. De vill bli delade av många.