

Drømmerejse

Sæt dig godt til rette på din stol med begge fødder på gulvet. Måske ligger du med hovedet hen over bordet og slapper af i nakken og i ryggen. Dine øjne er lukkede. Tag nu tre dybe vejrtrækninger helt ned i maven.

På din næste indånding forestil dig, at du rejser dig fra din plads og går hen mod døren. Ser at dine klassekammerater stadig sidder afslappede tilbage i lokalet. Du åbner døren og går ud.

Du ser dig omkring, her er ingen mennesker. Alle er til time, og skolens gang er helt tom. Du går ud af hoveddøren og står nu foran skolen. Du bevæger dig væk fra skolens område og ud til den nærmeste vej. En bil kører forbi dig - og en til. Et par børn løber over vejen et stykke væk.

Du vil ud til et grønt område i nærheden, det kan være en park, en have eller en skov, hvor du kan lægge dig helt stille og få ro til hovedet. Du bestemmer dig for, i hvilken retning du vil gå. Du går i et roligt tempo, mens du ser ned på asfalten under dig, den skaber et hårdt fundament du kan bevæge dig på. Den ene fod foran den anden. Igen og igen.

Du ser op i himlen. Skyerne bevæger sig langsomt i samme retning som dig. Jo længere du kommer væk fra skolen, jo færre mennesker møder du. I det fjerne kan du høre en bil, og et par fugle kvadrer i et træ i nærheden. Ellers er her stille.

Du går lidt længere endnu, indtil du kan se det grønne område foran dig. Du bevæger dig hurtigere nu. Du begynder at løbe. Nu når du dit sted, og du løber et godt stykke ud på det, indtil du lader dig falde om på græsset mellem nedfaldne blade.

Du lægger dig til rette på ryggen. Du trækker vejret dybt ned i maven. Du har svært ved at se op mod den lyse himmel, så du lukker øjnene. Du kan mærke græsset og den ujævne jord under dine arme, din ryg og dine ben. Du slapper af i hele kroppen. Så bliver her helt stille. Alle fugle holder inde. Vinden lægger sig. Her er helt, helt stille.

Mens du ligger her, har jorden bevæget sig rundt om solen 50 gange, og om lidt, når du kommer til dig selv, er der gået 50 år og du skal forestille dig, at verden er blevet forandret og formet gennem 50 år fra i dag.

Du ligger stadig på ryggen, som da du lagde dig ned, men du kan lige så stille høre nogle lyde omkring dig. Lydene bliver højere. Du lytter godt efter. Hvad er det, du kan høre?

Du kan dufte noget nu, en duft der bliver kraftigere. Hvordan dufter det? Hvor kommer duften fra?

Du kigger op mod himlen, men det er ikke himlen du får øje på, du får øje på noget helt andet og uventet. Hvad er det du kan se?

Du sætter dig op og kigger dig omkring. Du registrerer hver en lille detalje omkring dig. Alt forandret. Hvad ser du? Hvad kan du række hånden ud og røre ved?

Du rejser dig forundret op. Ser dig omkring og får øje på mere, længere borte, som du aldrig har set her før. Du børster dit tøj lidt af og begynder at bevæge dig tilbage af den samme vej som du kom.

Hold fast i dette billede af fremtiden, tag tre dybe vejrtrækninger. Når du er klar kan du lige så stille åbne dine øjne.

Her får du tre stykker papir. Du skal lave tre skitser på hver to minutter, hvor du illustrerer det landskab, som du vågnede op til.