

Het dromenboek van A tot Z

Erna Droesbeke

Het dromenboek van A tot Z



the house of books

Dit boek is een herziene versie van *Droomboek Van A tot Z*, verschenen bij Uitgeverij Parsifal, Antwerpen en Uitgeverij Christina, Almere

Copyright tekst © 2011 Erna Droesbeke en The House of Books, Amsterdam

Omslagontwerp Pinta Grafische Producties

Omslagillustratie Cloudniners/Istockphoto

Opmaak binnenwerk ZetSpiegel, Best

www.thehouseofbooks.com

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

ISBN 978 90 443 6241 1

ISBN 978 90 443 6242 8 (e-book)

NUR 770

The House of Books is een imprint van Overamstel uitgevers bv

*Opgedragen aan mijn vader Frans Droesbeke,
die zich liet leiden door helderziende dromen.*

Inhoud

Voorwoord 9

Deel 1

De aard van dromen 11

Inleiding 13

De droom van Jozef 13

Doel van dit boek 15

Waarom dromen wij?

Van droom- en slaaptoestand 17

De functie van dromen 18

Dromen en beroemde dromers 19

Van mythen tot archetypen 33

Droomuitlegging

Over polariteit, animus en anima 37

De dromer centraal 38

Duiding van algemene dromen 38

Droomdagboek 45

Hoe ga je te werk? 46

De woord-associatietest 48

Droomduiding met behulp van de woord-associatietest 50

De duiding van je eigen dromen 71

Deel 2

De dromen van Roxane 73

Inleiding 75

De dromen van Roxane 75

Droom 1: Een maand na de dood van Jeff 76

Droom 2: Drie maanden na de dood van Jeff 82

Droom 3: Vier maanden na de dood van Jeff 85

Droom 4: Vier maanden na de dood van Jeff, drie dagen later 92

Droom 5: Vijf maanden na de dood van Jeff 95

Droom 6: Negen maanden na de dood van Jeff 103

Droom 7: Tien maanden na de dood van Jeff 107

Droom 8: Tien maanden na de dood van Jeff 112

Droom 9: Tien maanden na de dood van Jeff 115

Deel 3

Het droomlexicon 157

Verklarende woordenlijst 403

Geraadpleegde literatuur 413

Voorwoord

Blij verrast was ik dat ik van de uitgevers van The House of Books de opdracht kreeg het Dromenboek te herzien. Eerder waren er al twee uitgaven geweest: Het *Droomboek van Mlle Lenormand* (Uitgeverij Parsifal, Antwerpen, 1995) en *Het Droomboek van A tot Z* (Uitgeverij Christina, 1996). Ik weet dat heel wat lezers uit Nederland en België nog altijd op zoek zijn naar deze twee boeken, die helaas uitverkocht zijn. Hopelijk zijn ze even gelukkig als ik dat ik de kans heb gekregen om mijn 'oudere' boeken te kunnen aanvullen met nieuwe ervaringen die ik de laatste jaren heb opgedaan. Er zijn meer droomsymbolen bijgekomen en ik heb veel aandacht besteed aan dromen met een duidelijke droominhoud die samen met de lezers verklaard kunnen worden.

Een apart deel gaat over Roxane, een vrouw die haar man rond Kerstmis 2010 heeft verloren. Haar verwerkingsproces is in dromen opgetekend. Samen hebben we haar dromen geduid. Eigenlijk heet Roxane niet Roxane, maar omwille van de privacy zal ik haar naam ook niet noemen. Voor u is het belangrijk te weten dat zij een heel lieve vrouw is die al veel meegemaakt heeft in haar leven. Desondanks staat zij nog altijd positief in het leven samen met haar twee schatten van zonen. Ik hoop dat u, net als zij, levensmoed put uit het duiden van dromen. Is dat geen mooie boodschap om mee te geven aan een Dromenboek?

Erna Droesbeke

Deel 1

De aard van dromen



Inleiding

De droom van Jozef

Eén van de beroemdste dromenuitleggers uit de oudheid en de Bijbel, is ongetwijfeld Jozef die aan de farao dromen verklaarde.

Jozef werd door zijn broers als slaaf verkocht en kwam op die manier in Egypte terecht. Daar had hij nog meer pech, want hij werd opgesloten in de kerkers van de farao. Deze farao had vreemde dromen.

Zijn eerste droom ging over de Nijl. Hieruit kwamen zeven mooie koeien, die meteen gingen grazen op de oever. Daarna kropen er zeven magere en lelijke koeien uit de Nijl die de zeven mooie koeien opvraaten. De lelijke koeien werden niet dikker, zij bleven magere scharminfels.

In de tweede droom zag de farao een halm waaruit zeven zware, prachtige aren tevoorschijn kwamen. Daarna zag hij zeven spichtige en verdorde aren groeien die de mooie aren verslonden.

De farao was erg onder de indruk van deze dromen en liet de volgende dag alle geleerden en wijzen uit Egypte bij zich roepen om de dromen te verklaren. Maar niemand kon hem helpen. De opperschenker echter herinnerde zich Jozef die hij in de gevangenis had ontmoet en zo knap dromen kon ontcijferen. Toen hij dat aan de farao verteld had, liet die Jozef bij zich roepen. Jozef antwoordde dat hij niets uit zichzelf kon maar dat God door hem aan de farao bekend kon maken wat goed voor hem was.

En Jozef verklaarde de dromen van de farao als volgt: 'De twee dromen van de farao betekenen hetzelfde. God heeft de farao aangekondigd wat hij gaat doen. De zeven vette koeien zijn zeven jaren, net als de zeven volle aren. De zeven magere, lelijke koeien, die daarna uit de Nijl kwamen, zijn zeven slechte jaren; en de zeven spichtige, door de oostenwind verzengde aren stellen eveneens zeven jaren voor: jaren

van hongersnood. Ik heb al gezegd dat God daarmee aan de farao meedeelt wat hij gaat doen. Eerst komen er zeven jaren van overvloed in heel Egypte. Dan volgen er zeven jaren van hongersnood, waarin alle overvloed van Egypte vergeten raakt en hongersnood het land verteert. Zo groot zal de hongersnood zijn, dat er van al die overvloed niets meer over zal zijn. Dat de farao het twee keer gedroomd heeft, betekent dat Gods besluit onwrikbaar vaststaat en dat hij het spoedig ten uitvoer zal brengen. Laat de farao dus uitzien naar een verstandig en wijs man, en die aanstellen over heel Egypte. Daarnaast moet hij maatregelen nemen en opzichters aanstellen in heel Egypte, om tijdens de zeven jaren van overvloed in heel het land een vijfde van de opbrengst te vorderen. Al het voedsel van de komende goede jaren moeten zij verzamelen. Onder het beheer van de farao moeten zij het koren opslaan in de steden en het goed bewaren. Dat voedsel kan dan in de behoefte van het land voorzien tijdens de zeven jaren van hongersnood die Egypte te wachten staan; zo zal het land niet van honger omkomen.'

Jozef kreeg gelijk. Maar omdat de farao naar hem geluisterd had en hem aanstelde als onderkoning van Egypte, kon Jozef aan de behoefte van graan voldoen om het Egyptische volk en de volkeren uit de omliggende landen te voeden.

De Bijbel wemelt van de verhalen over profeten die dromen verklaren. Ook in het Nieuwe Testament krijgen dromen een belangrijke plaats toebedeeld. Bij het bezoek van de Drie Wijzen uit het Oosten aan Jezus werden zij door God gewaarschuwd in een droom om bij hun terugkeer een andere route te nemen naar hun land, zodat zij niet door de soldaten van Herodes overvallen konden worden. Na hun vertrek verschijnt er een engel in een droom aan Jozef die hem waarschuwt met zijn gezin naar Egypte te vluchten om aan Herodes te ontkomen.

In de Bijbel staat de droom vooral centraal in de Apocalyps of de Openbaring van Johannes. Het is een profetisch en esoterisch boek dat als een visioen werd geschreven omdat de christenen in die tijd werden vervolgd. Het staat bol van de symbolen zoals getallen, dieren, demonen, sterren enz. De Apocalyps heeft als doel de goddelijke geheimen omtrent het einde der tijden en de geschiedenis voor de toekomstige 'eeuw' of 'aeon' te openbaren. De getallen zeven en vier komen regel-

matig terug: Johannes spreekt van de zeven zegels, de vier engelen, de vier hoeken der aarde, de vier winden. Zijn visioen wordt in symbolische taal verteld. Vele geleerden hebben sinds het begin van onze jaartelling geprobeerd de betekenis van de Apocalyps te ontraadselen.

Veel droomsymbolen komen uit de Bijbel of stammen uit Egypte. Hun symboliek en interpretatie zijn nog altijd actueel. Natuurlijk zijn er in onze eeuw heel wat voorwerpen bijgekomen die je niet terug kunt vinden in de Bijbel, zoals de telefoon, de radio, de auto of het vliegtuig. Maar ja, wat zou de auto in de oudheid geweest zijn? Het paard natuurlijk. En het vliegtuig? Een grote arend misschien? Hiermee wil ik zeggen dat de vorm van het onderwerp in de droom in de loop der tijd verandert, maar dat de betekenis in wezen hetzelfde blijft. Een paard wordt bereden en geleid. De ruiter oefent via de teugels controle uit op zijn rijdier en geeft het richting. Met de auto doen we hetzelfde. We rijden in de auto, geven met het stuur de rijrichting aan.

Doel van dit boek

Droomuitlegging wordt al sinds mensenheugenis gedaan. Veel natuurvolkeren laten zich nog altijd leiden door hun dromen. Vaak verschijnen in de droom bijzondere symbolen die terug te vinden zijn in de esoterie, alchemie of hermetische wetenschappen en de mythologische godenwereld. Deze symbolen noemt Jung *archetypen* of *oerbeelden* die voorkomen in het collectieve onbewuste.

De Griekse goden waren in de oudheid voorbeelden voor de mensheid. Zij gaven richtlijnen hoe de mens in harmonie kon komen met zijn leven, waarvoor hij moest oppassen en hoe hij terug kon keren naar zijn goddelijke oorsprong. In de mythen kon de mens zien hoe de held moest worstelen om gelukkig te zijn of om een god te worden. In de Eleusinische mysteriën speelde hij deze godenwereld na, meestal niet bewust van het feit dat hij zijn eigen leven speelde. Immers: de psychologische reacties van de goden weerspiegelden ook zijn eigen karakter. Zo komen we weer bij de aloude, hermetische waarheid terecht van: 'zo boven, zo beneden'.

In de mysteriën werden oplossingen gegeven voor bepaalde problemen, richtlijnen hoe de mens zijn leven moest aanpakken en dirigeren.

Het doel van dit *Dromenboek* is dan ook om het Zelf te ontplooiën.

Men laat de boodschappen van het onbewuste doordringen in het bewuste leven. Zo kan men de opdracht van het Zelf voor dit leven verwezenlijken, in overeenstemming met het karma dat werd opgebouwd in vorige levens. Al die levens zijn stappen tot groei van de ziel. De droom helpt de mens om zijn opdracht voor dit leven te vervullen.

De verklaring van de droomsymbolen is het alfabet dat de mens ter beschikking staat om zijn eigen taal te ontcijferen en te begrijpen wat de bedoeling is van dit leven. De voorspellende of paranormale droom kan een leidraad zijn voor de toekomst, terwijl de inwijdingsdroom hem doet herinneren aan zijn goddelijke oorsprong en spirituele familie die hem begeleidt door verschillende incarnaties heen om zijn doel te bereiken: worden tot een god.

Dromen kunnen je ziel genezen van alle traumatische ervaringen uit vorige incarnaties of het huidige leven. Zij maken de geest gezond en genezen de ziel van alle psychische spanningen, veroorzaakt door dit leven en vorige levens. Een nevengedachte is hierbij dat we hierdoor de houding kunnen begrijpen van de boeddhist die tracht karma af te werken in het leven, vrij te worden van begeerte en zo te bouwen aan Verlichting – een toestand van Zijn, eeuwig Zijn van de ziel en niet meer terug te keren in een menselijk lichaam maar alleen Geest te zijn.

Je moet over intelligentie, zelfkennis en intuïtie beschikken om dromen te kunnen interpreteren. Dromen duiden voor iemand anders vereist bovendien een groot gevoel van verantwoordelijkheid, mededogen en afstandelijkheid. Dromen kunnen genezen. Bij een verkeerde of oppervlakkige interpretatie kunnen zij echter leiden tot psychische verwarring en chaos.

Waarom dromen wij?

De innigste tegenstrijdigheid in ons bestaan ligt al dáárin dat wij ons in het midden van al het bestaande voelen, en tegelijk weten dat er geen midden zijn kan. Ons ego is het midden aller realiteit voor ons, en ook het midden van alle tijd. Waarom juist dit punt midden in alle eeuwen, midden in alle ruimten, midden in alle gevoelens en gedachten? Het kan niet, het moet een waarnemingsillusie zijn. Ons ego is een schijn.'

Frederik van Eeden, *Dagboek 1878-1923*,

Van droom- en slaaptoestand

De slaap bestaat uit vier fasen, die zeven keer per nacht worden beleefd. Elke cyclus van vier fasen duurt ongeveer negentig minuten.

Fase 1: Je gaat van een wakkere toestand over in slapen.

Fase 2: Je slaapt en ervaart geen prikkels meer van buiten.

Fase 3: Je komt in een diepe slaap terecht.

Fase 4: Je komt in een nog diepere slaap terecht. Hartslag en bloeddruk zakken, de stofwisseling wordt trager. De elektrische activiteiten van de hersenen zijn anders dan in waaktoestand. Je hebt een diepe en regelmatige ademhaling. Bij voltooiing van fase 4 worden de fasen doorlopen in omgekeerde volgorde: de stofwisseling en elektrische activiteiten keren terug in wakkere toestand, de pols versnelt en wordt onregelmatiger, de bloeddruk neemt toe, het lichaam beweegt vaker, er ontstaat een penis- of clitoriserectie. En al lijkt het alsof je wakker wordt, toch is dat niet zo. Het zal moeilijk zijn om je te wekken in deze toestand, moeilijker dan in de diepe slaap van fase 3.

Remslaap – In fase 4 is sprake van ‘rapid eye movement’, van remslaap. De ogen bewegen sneller onder de gesloten oogleden, waarbij het duidelijk is dat je aan het dromen bent. Vooral in de remslaap zul je dromen, al kan het ook gebeuren dat je droomt in fase 1, 2 en 3.

Als je ontwaakt op het ogenblik dat de elektrische impulsen van de hersenen een bepaald ritme hebben, dan zul je je ook bewust zijn van de droom. Via de snelle oogbewegingen kan men merken dat de dromer de gebeurtenissen via een innerlijke bril bekijkt: hij ziet als het ware zijn dromen vóór zich afspelen.

De Amerikaanse fysioloog Nathaniel Kleitman en zijn leerling Eugene Aserinsky ontdekten het samenvallen van de hersenactiviteiten en dromen met de snelle oogbewegingen. Dit was voor hen de aanleiding om onderzoek te gaan doen naar dromen en droompatronen.

Niet-remslaap – Mensen worden overgevoelig en krijgen concentratie- en geheugenproblemen als zij geen remslaap hebben. Mensen met een tekort aan ‘niet-remslaap’ hebben minder en korter te lijden van problemen. Lichaam en geest rusten en komen op kracht in de niet-remslaap. Remslaap is daarom niet zozeer fysiologisch als wel psychologisch belangrijk.

De functie van dromen

In elke droom komen aspecten van de psyche en de levenssituatie, ervaringen, relaties en toestand van de dromer voor. Dromen geven meestal geen realistisch beeld van de situatie van de dromer, maar schenken wel nieuwe ervaringen, die in thema’s naar de dromer toekomen. De emoties van de dromer houden daadwerkelijk verband met de situatie in de droom. Als je bewust droomt, zul je eerder je gedachten en emoties begrijpen.

In dromen kun je vaak oorzaken en gevolgen, zoals gedachten, reacties en handelingen in het dagelijkse leven, terugvinden. De activiteit van het dagelijkse leven van een individu wordt opgeslagen en verwerkt in de droom. Als reactie gaat hij al die indrukken verwerken tot een eigen droomtaal die hij dan moet trachten te ontcijferen. In die droomtaal kan hij boodschappen vinden die belangrijk zijn voor zijn dagelijkse leven en de toekomst. In de droom vind je namelijk de wet

van actie en reactie, de karmische wet, terug. Wat je zaait in de dag door handelingen, daden, woorden, gevoelens, gedachten en samenleven met anderen, zul je 's nachts terugvinden in je droom, maar in een andere vorm. Via de droomtaal kun je de weg vinden naar wat je wilt bereiken of wenst in het leven. Op die manier ga je je Zelf ook beter begrijpen en kun je jezelf sturen naar je uiteindelijke doel: gelukkig zijn en zelfverwezenlijking.

Je moet de droomfaçade, de verwerking van de dagelijkse indrukken in de droom, doorbreken en ontraadselen. In de droom is ook censuur opgeslagen, want soms willen wij niet echt weten hoe we in elkaar zitten met al onze negatieve eigenschappen en gedachten over anderen of onszelf. Die weerstand, de confrontatie met het Zelf, moeten we proberen op te heffen om te zien welke boodschap de droom voor ons inhoudt.

Om te weten wat het doel van onze droom werkelijk is, moeten we de oorzaken kennen die tot onze droom geleid hebben.

Dromen en beroemde dromers

Er zijn mensen die hun dromen beïnvloeden, een andere richting geven. De droom verloopt op een meer en meer bedreigende toon voor de dromer, zodat die besluit in zijn droom de droom een andere wending te geven. Maar de droom kan ook een helder en duidelijk karakter hebben voor de dromer, die in een soort van verhoogde staat van bewustzijn terechtkomt. In dat geval spreken we van *lucide (heldere) dromen*.

Sommige dromers krijgen de indruk dat de droom speciale boodschappen voor hem in petto heeft. Hij zal deze boodschappen dan ook onthouden, zelfs zijn hele leven lang, omdat de inhoud zo duidelijk ingeprent staat in zijn ziel. Voor de meeste dromers is echter de helderheid van deze droom belangrijker zijn dan de droomsymboliek. Maar het een sluit het andere niet uit.

Carlos Castaneda (1925-1998), die vele boeken over het sjamanisme heeft geschreven, toont in zijn boek *De kunst van het dromen* hoe hij zelf controle uitoefent in zijn dromen. Volgens het sjamanisme, een religie die voorkomt in Noord-Azië en bij inheemse stammen uit Noord-Ame-

rika, worden wij omgeven door een onzichtbare wereld van de geesten van onze voorouders en zijn er positieve en negatieve krachten die worden opgeroepen en bezworen om te bemiddelen tussen de natuurlijke en bovennatuurlijke werelden. Volgens Castaneda ga je bij het dromen door een soort droompoort. Daar ontmoet je aan de andere kant magische krachten en wezens. Volgens hem en de sjamanen vóór hem is de zichtbare wereld maar een deel van de werkelijkheid.

Bij een *lucide droom* krijgt de dromer de indruk dat hij 'bewust' droomt. De droom wordt zo realistisch dat de dromer dit kan vasthouden en richting geven. Op die wijze kan hij zijn droom beïnvloeden. Als de droom in een negatieve richting evolueert, kan de dromer deze een andere koers doen varen, zodat de negatieve boodschap verdwijnt. Zodoende kunnen problemen uit de waaktoestand die in de droom zijn doorgekomen op een gecontroleerde manier worden opgelost. Volgens Castaneda is deze reis in de wereld van de droom echter niet altijd vrij van gevaren...

Bij sommige mensen zullen deze lucide dromen spontaan optreden, bij andere zal het moeilijker gaan. Zij zullen zich er meer in moeten trainen. De eerste stap is dat je je dromen moet herinneren. Je moet natuurlijk ook meer weten over droomsymbolen en -thema's die in dromen voorkomen. Als je goed slaapt, kunnen lucide dromen spontaan opkomen. Het is dan ook belangrijk om tegen jezelf te zeggen dat je gaat dromen in je slaap, dat het een lucide droom zal zijn en dat je zult weten dat je droomt vóór je gaat slapen. Je kunt daarvoor ook ontspanningsmethoden toepassen. Om je dromen op te schrijven, kun je het best een droomdagboek aanleggen. Leg op je nachttafeltje een notitieblok klaar waarin je meteen de belangrijkste feiten opschrijft uit je droom, als je 's morgens niet veel tijd hebt. De droom zelf kan later uitgeschreven worden in het droomdagboek als je meer tijd hebt. Je zult naderhand ontdekken dat bepaalde symbolen en thema's terugkomen.

Belangrijk is ook dat het geen 'must' is om lucide dromen te hebben. Probeer te ervaren hoe een 'normale' droom overgaat in een 'lucide' droom. Wees rustig, ontspannen. Ga jezelf niet concentreren op je bewustzijn. Laat los, zodat de lucide droom gemakkelijker tot je zal komen. Door deze bewustzijnstoestand vast te houden, zul je nieuwe dimensies in je bewustzijn ontdekken. Hoe vaker je deze dromen sti-

muleert, hoe gemakkelijker het zal worden om deze lucide staat te bereiken.

Ook hypnose, meditatie en autosuggestie kunnen een bewustzijns-toestand veroorzaken die doet denken aan lucide dromen. Als je deze methoden gebruikt, kun je zelfs meer lucide dromen gaan ontwikkelen, hoewel je beter onder begeleiding deze zaken kunt bestuderen. Lucide dromen, hypnose, meditatie en autosuggestie leiden allemaal tot een betere ontspanning. Omdat je je richt op een diepe ademhaling, wordt je geest rustig en stopt de uiteindelijke gedachtestroom die een mens bezighoudt, zodat bepaalde visualisaties en beelden op gecontroleerde wijze zullen optreden. Op die wijze kunnen de visualisaties die je zelf hebt gecreëerd, net zoals lucide dromen, tonen hoe je bepaalde problemen in het dagelijkse leven moet oplossen.

De lucide dromen werden al in verschillende culturen beschreven. In die mate zelfs dat ze mystieke associaties krijgen, zoals in de hindoe- en boeddhatradities. In het Tibetaanse boeddhisme gelooft men dat in deze dromen het bewustzijn invloed kan uitoefenen op het onbewuste. Men gaat ervan uit dat deze 'bewuste' dromers bij bewustzijn blijven in hun droom.

Als kind maakte ik al lucide dromen mee. Het begon meestal heel 'normaal' en eenvoudig. Er kwam een onderwerp naar voren en opeens werd daar een handeling of onderwerp aan toegevoegd, dat mij niet normaal scheen. In de droom zelf werd ik bewust dat mijn ervaringen in die droom niet echt waren. Ik begon te zweven, te vliegen of te vallen, dieper en dieper in een onmetelijk diepe put...

De mate van lucide dromen kan nog wel eens variëren. Je hebt mensen die plots in een droom lucide ervaringen krijgen en dat zonder duidelijk motief, maar je hebt ook mensen die in een hoge staat van luciditeit komen. Daarmee wil ik zeggen dat ik mij ervan bewust werd dat die ervaringen zich in mijn hoofd afspeelden. Ik lag in mijn eigen bedje en hoefde helemaal niet bang te zijn dat mij gevaarlijke dingen zouden overkomen. Integendeel: ik kon op elk ogenblik dat ik wilde mezelf wakker maken, of zelfs de droom sturen in een richting waarin deze niet zo bedreigend of 'abnormaal' overkwam.

Mensen die in een lage luciditeit verzeild raken, zijn zich echter wel bewust dat zij de gebeurtenissen in de droom kunnen beïnvloeden, maar zij realiseren zich niet dat de dromen niet echt zijn.

De meeste dromers die lucide dromen ervaren, zien dit als een spiritueel gebeuren. Het verandert hun zicht op het leven en de wereld. De kleuren en onderwerpen in lucide dromen zijn vaak fantastisch en wondermooi. Zo mooi, dat je ze in het 'echte' of bewuste leven niet ziet of tegenkomt. Deze dromen bevatten dan ook meestal een spirituele boodschap. In de esoterie spreken we dan van het 'astrale', de toestand waarin de dromer zich bevindt.

Blijkbaar was ik niet de enige met lucide dromen, want later, bij het schrijven van mijn boek, merkte ik op dat er wel meer mensen waren die in hun kindertijd lucide dromen kregen. Je kunt ze echter niet zomaar oproepen...

Onderzoekers van lucide dromen, zoals Stephen LaBerge, ontdekten dat er mensen zijn die doelbewust lucide dromen nastreven. Hij noemde ze 'oneironauten', of 'droomreizigers'. In 1981 verscheen een studie van zijn hand, waarin mensen via hun droom konden aangeven dat ze lucide waren. Via elektrodes werden oogsignalen en hersengolven vastgesteld. En al was hij niet de eerste die zorgde voor fysiologisch bewijs van lucide dromen (Keith Hearne, een Engelse onderzoeker had dit al eerder gedaan, maar zijn werk bleef binnen een besloten netwerk), toch werd het bestaan van lucide dromen sindsdien wetenschappelijk aanvaard.

De beroemde Nederlandse schrijver en arts Frederik van Eeden (1860-1932) komt ook tot deze vaststelling. Zijn dromen zijn van belang voor de ontwikkeling van zijn denken over onderwerpen als het christendom, de stam-ziel, het onbewuste, het oerverstand en het hiernamaals. Hij besteedt dan ook heel veel aandacht aan zijn droomervaringen. In zijn filosofische verhandeling *Redekundige grondslag van verstandhouding* wijdt Frederik Van Eeden verschillende paragrafen aan de symboliek van de droom, waarin begrippen als oorzakelijkheid, ruimte en tijd en relaties van de innerlijke gewaarwordingen aan bod komen. Ook beïnvloeden zijn droomervaringen zijn werken, zoals *De kleine Johannes I, II en III*, *De Nachtbruid*, *Het lied van schijn en wezen* en verschillende gedichten en toneelstukken.

Als Van Eeden kennismakkt met het psychoanalytische werk van Sigmund Freud (1856-1939), staat hij eerst kritisch tegenover zijn ideeën. Als zij elkaar echter ontmoeten, ontstaat er grote waardering voor el-

kaars werk. De theorie van *Die Traumdeutung* (Ned. vertaling: *De Droomduiding*) van Freud was op zijn eigen droomervaringen gebaseerd en niet afgeleid van de dromen van neurotici. Toch verschillen ze van mening wat de lucide of heldere dromen betreft en over de oorsprong van de droom en de droomsymboliek.

Volgens Freud is de oorsprong daarvan altijd het onbewuste gedachteleven in de libido sexualis. Alles komt voort uit het individu zelf en zijn persoonlijke onbewuste. Zo zou de oorsprong van de droomsymboliek uit het oudste stadium van de ontwikkeling van de taal stammen, evenals de begripsvorming. Volgens Freud heeft de droomsymboliek dan ook een seksuele betekenis.

Van Eeden denkt anders over de oorsprong van onder andere heldere dromen. Volgens hem stammen ze uit 'the collective memory of the race'. De mens zou de kracht hebben om via zijn dromen contact te leggen met de bovenmenselijke of bovennatuurlijke wereld. Van Eeden noemt deze staat echter niet het onbewuste, maar het 'herinneringsvermogen'. Hij vermoedt dat de willekeur die achter de macht zit om te dromen, dezelfde droomsymbolen gebruikt. Via de psychoanalyse probeert hij hierover meer te weten te komen. Van Eeden meent dat we de droomsymbolentaal zullen leren begrijpen, zodat het transcendente zich kan laten gelden en het goddelijke leven zal worden vastgesteld. Zijn opvattingen hierover komen grotendeels overeen met een van Freud afgesplitste groepering, de school van Zürich, die onder leiding stond van Carl Gustav Jung (1875-1961).

Beide scholen zouden hun eigen weg gaan. Volgens Van Eeden had Freud in de psychoanalyse en therapie het begrip 'sublimering' geïntroduceerd. Hij vertrekt vooral uit de seksuele erotiek, terwijl volgens Jung en Maeder deze sublimering een religieus karakter heeft. Ook zou Jung, in tegenstelling tot Freud, een grens trekken tussen het 'persoonlijk onbewuste' en het 'collectief bewuste'.

Datgene wat een mens verschillend maakt van een ander levend wezen zoals een plant of dier, is dat hij zich bewust kan worden van zichzelf, zijn ego gaat ontwikkelen. Dat ego volgt geen onwillekeurige impulsen, maar wordt zich bewust van zijn eigen mogelijkheden en wilskracht om bepaalde zaken in het leven te realiseren. Ook helpt het ego de totaliteit van de gehele psyche te verwerklijken in het leven.

Het onbewuste laat door signalen, bijvoorbeeld via de droom, weten hoe dat ego of Zelf zijn levensopdracht, de verwerkelijking en groei van de ziel kan uitwerken. Een mens wordt herinnerd aan zijn goddelijke oorsprong en leert te luisteren naar de god in zijn hart, de Mercurius of boodschapper van de alomtegenwoordige Grote Vader, of 'Grote Man' zoals Jung dat noemt, door middel van het onbewuste of de boodschappen van de droom.

Door de droom gaat de mens luisteren naar het Zelf en begrijpen hoe hij zichzelf moet ontwikkelen in het leven. Hij moet luisteren naar wat het Zelf wenst om te begrijpen hoe hij zijn leven moet aanpakken en kan overleven in bepaalde situaties.

De droomsymbolen die door het onbewuste worden voortgebracht, kunnen een vernietigende of genezende werking hebben op de dromer. Dromen hebben een grote invloed op de dromer, zelfs wanneer hij zich daarvan niet bewust is. Zij zijn een deel van zijn innerlijke, zijn psyche. Zij volgen een bepaald patroon dat tot het individuatieproces leidt. Vaak komt in een bepaalde levensfase van de dromer telkens dezelfde psychische inhoud bovendrijven in zijn dromen. Wanneer de dromer zich daarvan bewust wordt, kan hij zijn dromen en hun symbolische inhoud gaan begrijpen en zo beïnvloeden dat de verborgen tendensen van de droom zich in een versneld tempo openbaren en zijn psychische groei mogelijk maken in een bewuste staat. Maar ook deze psychische groei is aan bepaalde wetten gebonden. De dromer zal alleen begrijpen wat voor zijn ziel op dat ogenblik in het leven echt belangrijk is. Wilskracht kan daarbij niet helpen. Alleen ervaring en rijping van de ziel kunnen de dromer tot een wijs mens maken.

Volgens Jung is het Zelf een organiserend centrum en geeft het de totaliteit van de gehele psyche weer. Het moet onderscheiden worden van het ego, dat enkel een klein deel van de totale psyche is. Dat Zelf is de uitvinder, organisator en bron van droombeelden. In de oudheid was men zich daarvan bewust. De Grieken spraken over de innerlijke 'daimon' van de mens, de Romeinen hadden het over de 'genius' die in ieder mens leeft en de Egyptenaren zagen de Ba-ziel als hun innerlijk centrum. Ook de natuurvolkeren hebben hun beschermgeest, die huist in een dier of fetisj. Zij communiceren met hun innerlijk en besteden aandacht aan hun dromen waarin zij bepaalde instructies krijgen die nodig zijn om te kunnen overleven.

Jung onderscheidt nog meer soorten dromen: *compenserende* en *reducerende dromen*. In de droom ga je de dagelijkse wederwaardigheden onderzoeken en vertalen. Als dingen te erg zijn, wil je jezelf troosten in de droom door de dingen beter of anders voor te stellen, waarbij het onbewuste een negatief-compenserende of een reducerende functie krijgt.

Reactiedromen zijn eigenlijk een reproductie van een bewuste emotionele ervaring. Deze ervaring heeft vaak een symbolische betekenis die de dromer zelf was vergeten. Die ervaring wordt in de droom herhaald en is meestal een gevolg van een bepaalde gebeurtenis in de alledaagse werkelijkheid die een verwonding heeft veroorzaakt. Hieruit kunnen shocks ontstaan of andere zware psychische trauma's. Ook hevige, fysieke pijn kan een reactiedroom veroorzaken.

De inwijdings- en paranormale droom zijn dromen die Jung 'indrukwekkend' zou noemen. Deze dromen kunnen je spirituele boodschappen doorgeven die belangrijk zijn voor je spirituele groei en ontwikkeling.

Voor mij is een inwijdingsdroom enerzijds een verwijzing naar het collectief onbewuste en anderzijds een individuele begeleiding door spirituele begeleiders die karmisch met de dromer te maken hebben. De inwijdingsdroom is een leerschool voor het individu: hierin krijgt hij les van de spirituele begeleiders of gidsen die hem doen herinneren aan de oorspronkelijke staat van de ziel en haar evolutie en hem leren hoe hij via de boodschappen in de droom te werk moet gaan om zijn levensopdracht te vervullen.

In de inwijdingsdroom ga je contact maken via het derde oog met personen die je wegwijs kunnen maken in de huidige incarnatie. Daar kun je de 'Grote Man' van Jung tegenkomen die je spirituele begeleider voor dit leven is. Maar deze begeleider is vaak tevens de gids van een hele groep mensen die karmisch met elkaar verbonden zijn en ongeveer in dezelfde tijd incarneren. Je zult die begeleider of spirituele gids ogenblikkelijk herkennen als je geestelijke raadsman. Misschien is hij ook wel de verpersoonlijking van het hogere bewustzijn of wat andere mensen hun 'bewaarengel' zouden noemen. Dat kan ik niet met zekerheid zeggen. Wat ik wel weet, is dat je dadelijk voelt dat hier hogere machten bezig zijn. Je zult respect voelen en luisteren, werkelijk

luisteren naar hetgeen hij te zeggen heeft. Hij kan je flitsen laten zien van voorbije levens, belangrijke personen in je leven en hun betekenis voor jou en de sluier van de toekomst voor je oplichten.

Zowel de inwijdingsdroom als de paranormale droom heeft een speciale sfeer die niet te vergelijken is met het uiterlijk van het alledaagse leven. De kleuren kunnen heel bijzonder zijn in deze droom en deze wordt bevolkt door bijzondere wezens, landschappen, planten of dieren. Hier krijg je te maken met het licht van de astrale wereld: kleuren die opgebouwd zijn uit heel fijne, dichtopeengepakte puntjes die de kleur samenstellen. Deze kleuren zijn veel intenser dan degene die wij in het dagelijkse leven waarnemen.

Zelf heb ik ook regelmatig dergelijke dromen beleefd. In een ervan, die zich vaak herhaalde, kwam ik terecht in een bijzonder mooi landschap met Griekse gebouwen en tempels van een volmaakte vorm en badend in een prachtig wit licht. Hier werd ik onderwezen door wezens die ik naar mijn gevoel al heel lang kende... Een andere droom liet mij een mooie tuin zien met vogels, zoals een feniks, en een eenhoorn. In weer een andere droom zweefde ik rond in de donkere kosmos, waarbij ik een oneindige lijn in rode gloed zag en begreep dat tijd niet bestond... Er waren ook dromen bij waarin ik muziek hoorde die ik in het dagelijkse leven niet kon terugbrengen: zo bijzonder zijn de klanken en het ritme...

Bij de geboorte van mijn zoon zweefde ik boven mijn lichaam en kwam ik in een grote zaal terecht met grote, stevige en – naar het mij leek – oude mannen, gekleed in bruine gewaden die mij aan bomen deden denken. Zij beslisten of mijn zoon geboren zou worden of niet. Ik heb daarna altijd gedacht dat zij de begeleiders zijn van de geboorte: zij beslissen over het juiste ogenblik van geboorte, geven het kind kracht en levensmoed mee. Zij zijn voor mij de vertegenwoordigers en behoeders van de geboorte. Zo denk ik ook dat mensen die klinisch dood zijn geweest en hun ervaringen bij het ontwaken vertellen over die andere zijde, wezens kunnen beschrijven die hen staan op te wachten aan het einde van een lange tunnel, badend in het felste en mooiste licht dat zij ooit gezien hebben...

Telepathie. Toen ik tekende voor mijn Tarot van Isis, heb ik daarvoor contact gehad met wezens die mij telepathisch boodschappen doorga-

ven hoe ik deze tarot het beste kon aanpakken. Zij waren priesters in een vorig leven dat zich in het oude Egypte afspeelde. Zij hebben deze tarot ook de naam Isis meegegeven. De ene mens is meer onderhevig aan telepathie dan de andere. Telepathie kan dromen beïnvloeden. Vaak is dit het geval bij mensen die emotioneel zeer sterk aan elkaar gehecht zijn, zoals familieleden of vrienden. Telepathie kan in dromen spontaan gebeuren of opgewekt worden. Over spontane telepathie kan ik een anekdote vertellen.

Het gebeurde thuis, toen ik met het avondeten bezig was. Mijn man was met de auto weg en mijn zoontje was aan het spelen in de eetkamer. Ik was het eten aan het klaarmaken en intussen bezig de tafel te dekken. Uit de kast in de eetkamer neem ik een groot glazen bord, met de bedoeling dat naar de keuken te brengen en het eten erop te leggen. Terwijl ik van de eetkamer door de keukendeur manoeuvreer met het bord in mijn handen, barst het in allemaal kleine stukjes uit elkaar. De hele keuken is bezaaid met glas. Ik schrik hevig en staar verbijsterd naar het glastapijt in de keuken en hoor de telefoon rinkelen. En neen: ik heb het bord niet laten vallen, noch heb ik ergens tegenaan gestoten! Van mijn eerste schrik bekomen ren ik naar de telefoon en 'voel' dat het mijn man zal zijn. En inderdaad: ik krijg niet eens de kans om iets te zeggen. Hij zegt meteen: 'Ik ben het, maar schrik niet: ik heb net een auto-ongeluk gehad, maar mankeer niets. De auto is er echter minder goed aan toe. Iemand heeft mij aangereden, het was niet mijn fout!' Ik vraag hem verbouwereerd wanneer het gebeurd is. 'Net,' antwoordt hij, 'dat zeg ik je toch! Ik ben net uitgestapt, maar beef nog over mijn hele lichaam van de schok! Ik zat net aan jou te denken, dat ik op tijd thuis moest zijn voor het eten.' Die avond wilden we namelijk nog een bezoeker brengen aan een vriend. Toen ik hem vertelde dat er net een groot glazen bord in mijn handen uiteengespat was, schrok hij. Ik stelde hem gerust dat onze zoon niet in de keuken was op het moment dat het gebeurde, en dat hij veilig en wel was. Gelukkig gold dat ook voor mij...

Je kunt deze gebeurtenis toeval noemen. Maar het is toch wel te gek dat twee personen aan elkaar denken en dat op datzelfde moment bij de een een glazen bord in haar handen uiteenspat en de ander een verkeersongeval krijgt. Droomtelepathie kan ook opgewekt worden. Bij een van de droomexperimenten in het Maimonides Droomlaboratorium (in het Maimonides Medical Center) in New York, die uitgevoerd

worden in de periode 1962 tot 1978 door de psychiater Montague Ullman, ligt de 'ontvanger' te slapen in een kamer die geluiddicht is gemaakt. In een andere geluiddichte kamer bevindt zich de 'zender'. In een derde kamer houdt de experimentator het eeg van de ontvanger in het oog. Hij geeft een signaal aan de zender op het moment dat de ontvanger in de remfase zit. Het blijkt dat iemand op dat moment heel gevoelig kan zijn voor telepathische boodschappen. Als de zender gewaarschuwd wordt dat de ontvanger zich in deze toestand bevindt, concentreert hij zich op een tekening. Hij schrijft ook alles op wat door hem heen gaat als hij de tekening bekijkt. Elke keer als de ontvanger in remfase komt, concentreert de zender zich op de tekening en schrijft hij zijn bevindingen op. De volgende dag worden de herinneringen aan de droom van de ontvanger vergeleken met de aantekeningen van de zender. Deze droomexperimenten tonen duidelijk aan dat hier geen sprake is van toeval, want de gelijkenissen tussen de aantekeningen van de zender en de droomherinneringen van de ontvanger zijn gewoon treffend te noemen.

Mij is iets soortgelijks overkomen. Behalve dat het geen experiment was en dat ik het volgende ook niet kan bewijzen. Ik kan er alleen maar van getuigen. Het gebeurde overdag, in mijn eigen bewustzijn. Ik wilde een tarotspel uittekenen en was aan het nadenken hoe ik dat het best kon aanpakken, tot ik opeens contact kreeg met wezens die mij telepathisch boodschappen doorgaven hoe ik deze tarot het best kon uittekenen. Zij waren priesters in een vorig leven, dat zich in het oude Egypte afspeelde. Zij hebben deze tarot ook de naam 'Isis' meegegeven. Ik 'hoorde' en 'voelde' in een soort dagdroom – het gebeurde overdag en het leek alsof ik wegdroomde in een soort trance, maar ik was klaarwakker – wat ze me duidelijk probeerden te maken, want ik begreep hun boodschap niet. Toen ik vertwijfeld antwoordde op de beelden die ik zag en de taal die ik hoorde, die ik niet begreep, werd er meteen overgeschakeld op een andere taal. Ik werd 'opgeladen' zoals een computer: ik hoorde de taal maar begreep de klanken en tekens niet, maar het leek alsof deze taal in mijn geest werd omgezet in een taal die ik wel begreep.

Uittreding. Tijdens de droom kan de dromer een uittreding hebben. Dat werkt als volgt: iemand ligt te slapen en te dromen. Terwijl hij slaapt,

ziet hij zichzelf in de droom liggen, zich losmaken van zijn fysieke lichaam. Zijn ledematen verstijven, terwijl zijn astrale en fijnstoffelijke lichaam zich traag losmaakt uit zijn grofstoffelijke, fysieke lichaam. Toch is zijn fijnstoffelijke lichaam nog altijd verbonden met zijn grofstoffelijke of fysieke lichaam door een zilveren koord dat lang uitgerekt kan worden. De dromer kan zich verplaatsen naar wie en wat hij wenst. Er zijn verhalen van mensen die in hun droom bezoek ontvangen van iemand die uit zijn lichaam getreden is. Of, met andere woorden: een uittreding heeft gemaakt. Dat bezoekje heeft meestal wel een betekenis. Meestal zijn het mensen die via hun droom andere mensen helpen via hun droom, om hun leven op een positieve manier aan te pakken. Anderzijds heb je natuurlijk ook mensen met kwade bedoelingen: zij gebruiken hun uittreding om andere mensen in hun droom op negatieve wijze te beïnvloeden. Gelukkig voor ons zijn er niet zoveel mensen die een uittreding ervaren, of hun droom sturen, laat staan de droom van een ander beïnvloeden. Dromers die aan het begin van een uittreding staan, voelen als het ware een soort schok terwijl zij het gevoel krijgen alsmat dieper en dieper te vallen... Meestal schrikt de dromer daar zo van, dat hij meteen opnieuw in zijn droom zit, of wakker wordt. Voor deze gewaarwording moet je echter geen angst hebben: er kan jou niets gebeuren. Het is gewoon een teken dat je aan het uittreden bent, of wilt uittreden!

Bijna-doodervaring. Wat speelt zich af in het onderbewuste van een mens als die verdoofd door narcose op een operatietafel ligt? Hij kan een bijna-doodervaring beleven. Hij 'voelt' zich dood, heeft geen pijn meer, maar ervaart een gevoel van vrede. Het is alsof hij zich buiten zijn lichaam bevindt. Een bijna-doodervaring betreft altijd het 'ik'. Er zijn vele getuigenissen van mensen die hun lichaam tijdens een operatie zien liggen. Zij zien de dokters en verpleegkundigen die rond hun lichaam geschaard zijn, zij zien de binnenkant van de operatiezaal en merken wat er allemaal met dat lichaam gebeurt. Zijzelf, of liever gezegd hun lichaam, zweven onder het plafond van de operatiekamer. Dit bewustzijn noteert alle handelingen. Eigenlijk is het echter het fijnstoffelijke lichaam dat boven het grofstoffelijke lichaam zweeft, waardoor de dromer alles waarneemt, terwijl zijn hersenen zich in het fysieke schedeldak onder hem bevinden. Hij verplaatst zich gewoon door te

denken, te wensen om ergens anders te zijn, of door bijvoorbeeld aan iemand te denken. Terwijl hij aan iemand denkt, heeft hij de plaats al bereikt waar hij in gedachten is.

Mensen met een bijna-doodervaring praten ook vaak over de tunnel van licht die voor hen opdoemt. Worden zij ernaartoe getrokken, merken zij een geliefde op die aan het einde van de tunnel wacht en hen wenkt of terugstuurt, of worden zij door hun lichaam – en de dokters die daarmee bezig zijn – teruggetrokken in hun lichaam en het bewuste leven? Er zijn ook mensen die vertellen dat zij de belangrijkste gebeurtenissen uit hun hele leven aan zich voorbij zien trekken, met alle positieve en negatieve ervaringen die daarmee gepaard gaan. Zij kunnen ook een vooruitblik krijgen op hun toekomstige leven als zij terugkeren uit deze bijna-doodervaring.

Ik heb verschillende keren een bijna-doodervaring beleefd, waarbij ik tijdens het wakker worden teleurgesteld was omdat ik terug moest naar het leven! Hoewel ik op dat moment niets ‘zag’, hoorde ik tijdens de droom prachtige muziek. Het leek op de muziek van J.S. Bach: muziek die abstract overkomt en je niet meesleept in een scala van gevoelens, zoals Beethoven dat doet. Ik was kwaad op mijn moeder toen ze me wakker schudde, omdat ik deze wereld moest achterlaten. Ik probeerde haar uit te leggen wat ik ervaren had, maar vond niet de juiste woorden... Op een crisismoment in mijn leven kreeg ik ook een bijna-doodervaring. Het leven was zo moeilijk, zo pijnlijk... Ik overschreed een grens in mijn onderbewuste, het verlangen naar de dood en de vrede die daarop zou volgen was zó groot, dat ik me helemaal wilde laten gaan. Het was net alsof ik vanbinnen stierf. En daar kreeg ik een ontmoeting met verschillende gidsen, die me vriendelijk maar kordaat terugstuurden naar het leven. Mijn opdracht voor dit leven zat er nog niet op... Ik heb gelezen dat het voor kan komen bij mensen die een bijna-doodervaring hebben, het bijvoorbeeld geliefde overledenen zijn die de dromer erop wijzen dat hij, als hij de grens van leven naar dood overschrijdt, niet meer terug kan naar het leven. Hij moet zich bewust worden wat hij met zijn leven wil...

Een bijna-doodervaring kan ook optreden tijdens een diepe trance. Toen ik jong was, ging ik op yogales. In één van die lessen werd een oefening afgerond met meditatie. Sommige mensen rondom mij vielen prompt in slaap, maar ik verzeilde in een diepe trance, een vredige be-

wustwording waarbij ik alles losliet, zelfs mijn adem. Ik was zo ver weg dat ik niet eens merkte dat de yogalerares mij door elkaar schudde en tegen me riep dat ik moest terugkeren. Ik was me van geen kwaad bewust, maar zij was erg geschrokken en riep dat ik moest oppassen dat ik me in het vervolg niet meer zo diep zou laten wegdrijven...

En dan was er dat contact met de astrale wereld, met zijn wondermooie kleuren, stralende fabeldieren en vogels met prachtige vleugels... Het was net alsof ik in een paradijs wandelde. Vreemd was ook dat ik wist dat ik droomde en dat ik deze droom kon sturen in de richting die ik wenste. Maar wilde ik wel weer ontwaken? Terug naar de ellende van alledag, het vele ziek zijn, de tegenslagen van het leven? Ik werd me er toen ook van bewust dat ik deze dromen of contacten met de astrale wereld kon opwekken. Daarmee heb ik ook geëxperimenteerd, maar het zou hier te ver voeren om er dieper op in te gaan. Er bestaan gespecialiseerde werken over dit onderwerp, die heel helder en duidelijk uitleggen hoe het contact met de astrale wereld kan verlopen. Je moet je er wel van bewust zijn dat de gevoelens in deze toestand héél diepe emoties en gedachtevormen kunnen opwekken, waarbij de dromer in de verleiding komt dat hij niet meer wil terugkeren naar het leven van alledag... Want in deze toestand heb je het gevoel dat je volledig aanvaard wordt, dat je thuiskomt, dat de tijd oneindig is en er tijdloosheid optreedt...

Maar je kunt ook ervaringen meemaken die minder leuk zijn. Tijdens een astrale reis in mijn droom werd ik plots geconfronteerd met een grijnzend beest: een kronkelende slang met een nijldige kop en spottende blik, die klaarstond om mij aan te vallen. Ik was me er echter van bewust dat ik aan het dromen was. Met andere woorden: dit creatuur was uit mijn eigen onderbewuste geschapen en ik kon het als het ware ook weer wegtoveren. Toen gebeurde er iets wonderlijks: ik zag het beest in de ogen – en de opengesperde muil! – en zei: ‘Ik ben niet bang voor jou, want jij bestaat toch niet, jij bent een product van mijn eigen angst.’ En het beest spatte in duizend stukjes uit elkaar... Er kwam vrede voor in de plaats en het besef dat ik, als ik mijn eigen angsten onder ogen zag, deze ook kon overwinnen...

De voorspellende droom komt overeen met de paranormale droom. Hierin krijgt de dromer de kans om gebeurtenissen en contacten uit het

verleden en vorige incarnaties te zien of te herinneren. Als jong meisje heb ik zulke dromen gehad. Op een nacht droomde ik van een man – ik zag zijn uiterlijk zeer duidelijk – die ik op dat ogenblik nog niet kende en die een grote betekenis voor mij zou hebben in de toekomst. Ik had toen overigens een vriendje op wie ik zeer verliefd was en geen haar op mijn hoofd dacht eraan een relatie te beginnen met iemand anders. Ik vertelde mijn vriend van die man en hoe hij eruitzag. Twee jaar later ontmoette ik de man uit mijn droom. Mijn vriend, die zeer intuïtief was, wist dadelijk dat dat de man uit mijn droom was. Weer een jaar later beëindigde ik mijn relatie met mijn eerste vriend en zes maanden later kwam ik de man uit mijn droom weer tegen op een cursus. We werden verliefd op elkaar, maar toch wist ik dat de relatie geen stand zou houden. Mijn droom van jaren tevoren had me reeds gewaarschuwd dat ik deze man uit vorige levens kende, dat we geliefden waren, maar dat we voor dit leven een opdracht kregen waarbij we niet als geliefden door het leven konden gaan. Wel zou hij een goede vriend blijven. Met andere woorden: we moesten afscheid nemen van elkaar. Dat is ook gebeurd, met pijn in het hart. Een paar maanden later leerde ik iemand anders kennen, we trouwden en kregen samen een kind.

In sommige dromen komen pasoverledenen afscheid van me nemen. Voordat ik weet dat iemand gestorven is door bericht van buitenaf, komt de overledene zelf op bezoek in mijn droom. Voor mij is dat een bewijs dat bij de dood de geest niet ophoudt te bestaan, maar gewoon zijn rol verder speelt op een ander niveau dat door de meeste mensen niet waar te nemen is, maar door helderzienden wel gezien kan worden.

De Amerikaan Edgar E. Cayce is wellicht de beroemdste helderziende van de twintigste eeuw. Hij kon in dromen en trances voorbijlevens van mensen zien, de relatie van hun huidige problemen met die van vroegere gebeurtenissen aantonen, en zelfs zeggen hoe zij hun huidige leven konden veranderen om weer bij hun werkelijke doel te komen: werken aan hun levensopdracht en leven in harmonie met het Zelf.

Terwijl Freud het wezen van de droom ziet als een wensvervulling, is de droom volgens Alphonse Maeder, een medewerker van Jung, een

‘spontaan zelfportret van de actuele situatie van het onbewuste zijn of een symbolische uitdrukingsvorm’. De mens die via je eigen projecties wordt waargenomen is een imago, of de drager van imago’s of symbolen. Men projecteert de inhoud van het onbewuste op de eigen omgeving en alleen als de eigenaardigheden van het object herkend worden als projectie of imago, kun je ze onderscheiden van de werkelijke eigenschappen van het object. De mens is meestal door een systeem van onbewuste projecties aan zijn omgeving verbonden. Het droombeeld heeft alleen een uiterlijke en zeer beperkte relatie met het object. Het is een complex van psychische factoren dat zichzelf gevormd heeft met behulp van uiterlijke stimulansen. In de droom ontstaat dus een wisselwerking tussen de interpretatie op subjectniveau en dat op objectniveau. Het objectniveau laat de droompersonificaties zien zoals we die in de realiteit hebben waargenomen, of zoals het object er werkelijk uitziet. Op subjectniveau worden de personificaties van de eigen karaktertrekken beschouwd, of wat we ervan gemaakt hebben.

De droomcontext geeft het wezen van de droom weer. Deze context omvat de associaties met het dagelijkse leven en de gebeurtenissen die erin plaatshebben enerzijds, en het collectief onbewuste anderzijds. Het collectief onbewuste stelt het psychisch gebied voor dat alle dromers ter wereld gemeenschappelijk hebben. Dit gebied schenkt de sleutel tot de oergronden van de ziel. Het laat de dromer toe het wezen van zijn ziel te vatten. De betekenis van de droom wordt duidelijk voor de dromer als hij de inhoud van de droomcontext verklaart met de boodschappen uit het psychisch gebied.

Van mythen tot archetypen

In de Griekse en Romeinse oudheid werden religieuze mythen gebruikt als voorbeeld en geestelijke therapie om de spirituele betekenis van leed en angst aan de mensheid te verduidelijken. In de relatie tussen goden en mensen kwamen onderwerpen als liefde, vriendschap, honger, ziekte, oorlog, ouderdom en dood aan de orde. De mythen weerspiegelden de problemen die de mensen hadden in een hun vaak vijandige wereld, zoals de mythe en het scheppingsverhaal van Isis en Osiris, het Egyptische godenpaar. De helpende en tegenwerkende krachten werden ver-

beeld in goden die mensen kwamen bijstaan of bestrijden. In die tijd zagen de mensen in de lotgevallen van de held ook hun eigen leven weerspiegeld en zij wisten dan hoe zij moesten reageren of waarvoor zij moesten oppassen.

In het oude Egypte, Griekenland en Rome werden droomplaatsen opgericht waar zieke mensen terecht konden. Hier gingen zij slapen terwijl de dampen van kruiden of planten opstegen die een bepaalde werking op hun psyche hadden. Deze droomplaatsen werden geleid door priesters en priesteressen. Wanneer de zieken ontwaakten, vertelden zij hun dromen aan de priesters. Zo konden die de oorzaken van hun gezondheidsproblemen ontdekken.

In Egypte trok de zieke zich terug in een tempel die gewijd was aan de godinnen Isis of Hathor. De Griekse tempels stonden onder bescherming van de beroemde genezer Aesculapios. Hij werd via de droom opgeroepen om een oplossing te geven voor de kwaal waaraan men leed. In de oudheid was het heel normaal om te denken dat de oorzaak voor ziektes gelegen was in de psyche of verkeerd denken. Men geloofde dat de droom bepaalde boodschappen doorgeeft via de aangeropen godheid, om het leven van de mens opnieuw in goede banen te leiden. In onze tijd zou je die de vertegenwoordiger kunnen noemen van het onderbewustzijn. Wanneer de zieke zijn droom vertelde aan de priester, kon deze, door middel van de droomsymbolen, de persoonlijke taal van de dromer ontsluiert en begrijpen wat diens geest hem via de droom duidelijk wilde maken. Op die manier kon de priester een bepaalde therapie uitwerken om de dromer te helpen zijn lichaam en geest te genezen.

De droomsymboliek heeft een lange reis gemaakt vanuit de oudheid naar onze huidige tijd. Op een Egyptische papyrusrol, die nu bewaard wordt in het British Museum in Londen, kun je droomsymbolen met hun interpretatie lezen. De Arabieren zouden in hun droomboeken Griekse, Romeinse en Egyptische gegevens hebben opgeslagen. Via de Arabieren en de kruisvaarders zou de droomsymboliek uit de oudheid Europa binnengekomen zijn. Dat die oude wijsheid zo gek nog niet was, blijkt wel uit het feit dat de interpretatie van vele droomsymbolen ook tegenwoordig nog door veel psychologen overgenomen wordt.

In de droom wordt soms voorkennis van bepaalde feiten gegeven.

Jung vertelt hierover dat sommige dromen een visioen of helderziende gedachte kunnen weergeven, die weliswaar een bepaalde oorzaak in het duistere verleden hebben, maar die zich toch zullen afspelen in de toekomst.

Artemidorus Daldianus, of Ephesius van Daldis, was een befaamd droomuitlegger. Hij kwam uit het rijke Daldis, een stad onder Romeins bestuur, gesitueerd in het westen van huidige Turkije. In deze stad stond een grote tempel, opgedragen aan Apollo. Artemidorus schreef in de tweede eeuw na Christus het oudste en bestbewaarde dromenboek: *Oneirokritika*. Hij vertelde dat hij in een droom de opdracht voor het schrijven van een dromenboek kreeg van Apollo, de god van de helderziendheid. Artemidorus nam de maatschappelijke positie en status van de persoon die vóór hem stond als uitgangspunt om de droom uit te leggen. Hij zag de droom als een boodschap van de ziel, die de dromer tot inzichten bracht, zodat hij zijn leven kon helen. Volgens hem kwam de ziel tijdens de slaap, waarin deze verlost was van alle fysieke pijn en lijden, in contact met het goddelijke. Niet zozeer met een persoonlijke god, maar met het goddelijke dat voorkomt in de natuur. In zijn dromenboek is vooral de voorspellende betekenis van de droom belangrijk, al verklaarde Artemidorus de droom soms ook als een beschrijving van de situatie van de dromer. Hij maakte vele aantekeningen van de dromen die de mensen die hem raadpleegden vertelden.

Artemidorus zag in de droom ook een duidelijke medische prognose. Hij vertelde over een man die zijn vader zag sterven in een brandend huis. Niet lang daarna stierf de man door hoge koorts. Het vuur uit de droom symboliseerde de hoge koorts waardoor de man verteerd werd en stierf. Jung vertelt hierover dat het bewuste vaak niet weet wat het onbewuste al te weten is gekomen. Het onbewuste heeft vaak al conclusies voor de dromer getrokken waarvan zijn bewustzijn nog niet doordrongen is. Het onbewuste gaat instinctief te werk, maar het bewuste volgt een bepaalde logica, eigen aan die bepaalde persoon. Dit instinctief aanvoelen van het onbewuste wordt uitgebeeld in archetypen. Wanneer een arts het heeft over infectie of koorts om de evolutie van een ziekte te beschrijven, gaat de dromer ook op dezelfde manier te werk. Voor hem wordt zijn zieke lichaam verbeeld door zijn huis dat hij opgebouwd heeft en dat door vuur, de koorts, wordt ver-

teerd. De archetypische geest neemt de geest van de logica over, waardoor de dromer wordt gewaarschuwd voor bepaalde problemen in zijn leven.

Die archetypen hebben een eigen taal die vaak verwarrend voor ons kan zijn. Zij bezitten ook een bepaalde kracht die in het collectief onbewuste kan leiden tot een bundeling en verzameling van energieën, waardoor rituelen, mythen, godsdiensten en filosofieën gecreëerd worden.

De religieuze mythen kunnen daardoor aangewend worden als geestelijke therapie voor het leed en de angsten van de mens. De mythe van de held laat dan de mens zien die zijn volk bevrijdt van draken, monsters of demonen. In de oudheid beleefde men deze verhalen door het vertellen of herhalen van rituele teksten of ceremonieën. Door die beleving werden de problemen verduidelijkt en kon men ze overwinnen, waardoor hij bevrijd werd van zijn angst en zijn leven won aan kracht en energie. Vaak werden deze mythen en ceremonieën gezamenlijk beleefd, zoals in de Griekse, Eleusinische mysteriën, bij het Orakel van Delphi of in het Egyptische verhaal van Isis, Osiris en Horus.

De ideeën achter het mysterie werden doorgegeven door priesters die deze denkbeelden soms bedachten of uitzochten om hun volk te helpen of... te bespelen. Daarvoor hoeven we niet ver te zoeken: bedenk maar hoe de Teutoonse mythen het Duitse volk in de jaren dertig-veertig van de vorige eeuw konden opzweepen. De archetypen van deze mythen werden door de nazi's gebruikt om het volk achter hun denkbeelden en doelstellingen te scharen. Ook in de huidige tijd kunnen we zulke tendensen waarnemen.

De tegenwoordige mens heeft geen mysteriën of mythen meer nodig om zijn werk te doen, maar wordt nu beheerst door krachten uit zijn innerlijk. Hij zal die krachten geen goden of demonen meer noemen, maar angsten, neurosen en psychische problemen. Hij moet trachten meer contact te krijgen met zijn innerlijke wereld, zodat hij begrijpt waartoe die vaak onbewuste krachten hem kunnen leiden...