

B A S K L I N K H A M E R

de
Nachtelijke
reis

DROMEN ALS BRON

VAN HULP

de Nachtelijke reis



de
Nachtelijke
reis

DROMEN ALS BRON VAN HULP

B A S K L I N K H A M E R

Inhoudsopgave

Inleiding 8

Drie wezenlijke elementen 14

De dromen als bron van hulp	16
De nacht	21
De taal van beelden	25

De nachtelijke reis 30

De wijsheidstradities over de slaap	32
De grenspost	34
Licht, donker, samsara en helderheid	36
Drie dimensies	40
De verschillende dromen	44
De betekenis van dromen	46

DE DIMENSIE VAN **de psyche** 50

De droom onthouden door aandacht	54
Verwerkingsdromen	60
Figuren in je droom	62
Schaduwfiguren	67
Je bent alles wat je droomt	70
Bekenden, de uitzonderingen op de regel	71
Nacht, beelden en hulp	72

De nachtmerries 76

Het donker; vampiers, geesten en andere creaturen van de nacht	80
Zonder angst en spanning?	81
Angst	82
Eruit stappen	83
Hulp bij nachtmerries	87
Na een schokkende gebeurtenis	96
Nacht, beelden en hulp	96

DE DIMENSIE VAN **het innerlijk weten** 100

Bewust en onbewust	105
Het symbool	106
De algemene betekenis	107
De persoonlijke betekenis	109
De methode	111
Van Mars	116
Nacht, beelden en hulp	118

Terugkerende dromen 122

Dromen die je je nog steeds herinnert	131
Dieren	133
Het mysterie	137
Nacht, beelden en hulp	138

DE DIMENSIE VAN **het mysterie** 142

Overledenen	147
Oplaadplekken	149
Wezens van het licht en gidsen	150
Stemmen in de droom	152
Voorspellende dromen	153
Dromen in de twaalf heilige nachten	158
Nacht, beelden en hulp	161

De droom in het dagelijks leven 166

Thema's herkennen	169
Figuurlijk	170
Beslissingen	172
Je droom vertellen	174
Niet altijd en soms pas later	176

Leven met dromen 180

DANKWOORD	186
INDEX	188





Inleiding

'Ik ben in een werkplaats. Daar bekijk ik een motor. Tegen mijn vrouw, die erbij zit, zeg ik dat ik de motor uit elkaar moet halen, omdat er te veel rook ontstaat bij de verbranding. Als ik hem begin te demonteren, zie ik dat hij eigenlijk uit twee delen bestaat en ik kom op het idee er twee motoren van te maken. Ik heb alleen nog een paar andere onderdelen nodig. Die ga ik halen. Ik heb een uitstekend humeur, want al weet ik dat het wel even tijd zal kosten, ik heb er zin in en het zullen twee goede motoren worden.'

Als ik wakker word, weet ik direct waar de droom op slaat. Ik ben een week weg om te schrijven aan een boek over dromen. Ik heb allerlei materiaal en aantekeningen van vele jaren. Die probeer ik allemaal in één boek te krijgen. Dat gaat wel, maar dat gaat ook niet. Na deze droom weet ik het antwoord: er gaan twee boeken komen. Ik moet al het materiaal uit elkaar halen, verdelen over twee boeken en er een aantal essentiële onderdelen bijvoegen. Al gaat dat me veel meer tijd kosten, het komt goed.

Eén van die twee boeken heb je nu in handen. Een boek over dromen als bron van hulp in je leven. In dit boek ga ik in op het wezen van de droom en ik beschrijf dat als een nachtelijke reis van het bewustzijn. Een reis die leidt door verschillende gebieden van de dromenwereld: de dimensie van de psyche, de dimensie van het innerlijke weten en de dimensie van het mysterie. Dit boek geeft inzicht in het wonder, de diepte en het belang van de droom.

Het is een boek geworden voor mensen die aanvoelen dat de dromenwereld hun iets te bieden heeft. Maar ook voor degenen die al lang met dromen leven of er zelfs in hun werk gebruik van maken en grote interesse hebben voor de fascinerende dromenwereld.

Het andere boek dat ik heb geschreven (*Dromen en nachtmerries – wat ze betekenen en wat je ervan kunt leren*)¹ gaat enkel over het uitleggen en duiden van dromen. Je kunt het 's ochtends openslaan om er snel in op te zoeken wat je droom betekent en wat de symbolen die erin voorkomen je zouden kunnen zeggen. Bovendien heb ik een uitleg van de twaalf meest voorkomende dromen opgenomen, evenals een methode om je eigen dromen uit te leggen aan de hand van vijf sleutels die samen het woord D.R.O.O.M. vormen. Een praktisch en toegepast boek dat bedoeld is voor iedereen die wil weten wat zijn droom betekent.

Dromen geven je aanwijzingen, ze schudden je wakker, laten je genieten, confronteren je. Ze tonen je innerlijke wijsheid en datgene wat er onder de oppervlakte van je bewustzijn leeft. Dit is een boek dat je helpt om de blik op jezelf te verruimen en te vergroten. Zelfkennis is uiteindelijk de poort tot geluk. Want wie zichzelf kent, weet wat hij kan en niet kan, wat hij wil en niet wil. Hij is in staat om levenskeuzes te maken die aansluiten bij zijn identiteit, karakter en werkelijke verlangens. Dromen zijn daarbij een onmisbare bron van hulp. Dit boek toont je wegen om bij die bron te komen.

Sinds mijn achttiende ben ik gefascineerd door dromen en sinds mijn vijftiengste gebruik ik dromen bij het begeleiden van mensen met levensvragen en bij organisatieontwikkeling. De dromen die zijn opgenomen in dit boek komen uit die werkprijktijk van individuele sessies, groepen in onze ITIP-opleiding², het doorlichten van organisaties op samenwerking en vertrouwen, de televisieprogramma's³ en radio-uitzendingen waar ik aan meedeed, een DVD die ik maakte⁴, retraites die ik gaf en onze dromenopleiding.

Dromen hebben me vaak geholpen bij lastige of complexe keuzemomenten in mijn leven. Ze brachten me vreugde, beelden van inspiratie, confrontatie met mijn minder



fraaie kanten, energie om een lastige dag door te komen, inzicht en wijsheid. Het mooie van dromen vind ik dat ze uit jezelf voortkomen. Niemand stopt de dromen in jou, wat je droomt is van jou en heeft jou iets te vertellen.

Het was inspirerend om dit boek te schrijven. Om al die jaren van het leven en werken met dromen vast te leggen en daarin terug te zien hoe ik met dromen heb leren werken en hoe ik ze ben gaan zien als bron van hulp. Om tijdens het puzzelen met de hoofdstukken, het ordenen van mijn gedachten en het onder woorden brengen ervan, te voelen hoeveel ik van de wereld van dromen houd. Fascinerend omdat ik tijdens het schrijven weer ontdekkingen deed, zoals de verschillende manieren waarop een droom doorwerkt in het dagelijks leven of de specifieke plek van nachtmerries in de dromenwereld.

In de eerste drie hoofdstukken beschrijf ik het wezen van de droom en geef ik een zicht op de nachtelijke reis die we maken en in de daaropvolgende hoofdstukken sta ik uitgebreider stil bij de verschillende dimensies tijdens die reis. Daarbij ga ik in op de verschillende soorten dromen en ik laat zien dat iedere dimensie een eigen aanpak en methode van werken vraagt. Zo behoeft een nachtmerrie een andere benadering dan een droom over een engel. Het hoofdstuk daarna gaat over de toepassing van de droom in het dagelijks leven. Dromen staan niet op zichzelf, ze dienen en helpen je bij het leven overdag.

Ik hoop dat je geniet van het lezen van dit boek, dat het een gids voor je mag zijn op de reis in je dromenwereld en dat de toepassing ervan je dagelijks leven zal verrijken.

¹ | *Dromen en nachtmerries—wat ze betekenen en wat je ervan kunt leren*, Bas Klinkhamer, Uitgeverij Spectrum, oktober 2017 (ISBN 978 90 0035 564 8, ebook 978 90 0035 565 5).

² | Zie www.itip.nl voor meer informatie over ITIP school voor leven en werk.

³ | *De Dromendokter*, KRO samen met Anita Witzier, te zien op www.npo.nl.

⁴ | *Het geschenk van je dromen*, Bas Klinkhamer, uitgeverij ITIP school voor leven en werk.



DE DIMENSIE VAN
de psyche

voorspellen —

gidsen —

overledenen —

terugkerend —

directe antwoorden —

symbolen —

archetypisch —

nachtmerries —

figuren —

verwerking —

droomloos —