

OVERZICHT VAN DE LEZING VAN BARBARA DRIESSEN 26 MAART 03

DE SPIRITUELE BETEKENIS VAN DROMEN

Een heel klein percentage van de prikkels die we de hele dag opdoen, dringt tot ons bewustzijn door. Hoe meer prikkels er binnen komen, hoe meer er 's nachts verwerkt moet worden. Je zou kunnen zeggen dat een droom een prikkelverwerker is. De functie van dromen is naast het verwerken, het helder en wakker maken van het geheugen en de herinnering. Als mensen die een achteruitgaand geheugen hebben, met dromen gaan werken, zullen ze merken dat hun geheugen verbeterd wordt.

In de eerste slaafase, de voorslaap, voelen we soms een schok. Tijdens deze fase gaan de spieren ontspannen. Omdat je soms erg aangespannen bent kun je moeilijk loslaten en schrik je weer wakker. Vervolgens val je in een rustiger tempo in slaap. In de tweede fase raak je meer ontspannen. In de derde fase begin je diep te slapen, maar je droomt nog niet. Deze fase is een echte rustfase. In de vierde fase, de deltaslaap, slaap je diep. Daarop volgt de remslaap, waarin je oogbollen heel sterk op en neer gaan bewegen. In deze slaap komen de diepe dromen (ganzenborddromen). Als je met dromen gaat werken, ontwikkel je de rechter hersenhelft (de vrouwelijke kant) en zul je je gevoel en emoties sterker ontwikkelen. In dromen komen bijna altijd gevoelens naar boven. Tijdens de slaap ben je één met je gevoel. Het ontwaken is een afspiegeling van je gevoelens en deze worden door de emoties min of meer vertroebeld.

~~~~~

Dromen en sprookjes zijn aan elkaar verwant. Ze zijn beide moraliserend. De eerste sprookjes zijn geschreven aan de hand van dromen. Roodkapje is hier een voorbeeld van. Wat we dromen is tevens normerend. We voelen de normen maar plaatsen deze buiten onszelf. We leven, en dromen ook in projectie. Wat we in de ander zien en wat ons in de ander irriteert, is een stuk van onszelf wat we in de ander weerspiegeld zien. In de droom zijn we iedere persoon. Een droom zit vol archetypen. Deze zijn universeel. Dit wil zeggen dat mensen over de hele wereld in dezelfde beelden, symbolen kunnen dromen. Eén van de archetypen is de grote moeder of oermoeder volgens Jung. De schaduwkant van de oermoeder is de heks. Zo is het ook met ons leven. We hebben een zijde die we graag naar voren brengen en een schaduwzijde die we graag verborgen houden. De manifeste kant laten we zien en de niet-manifeste kant blijft binnen in ons. De niet-manifeste kant komt wel terug, ook in de dromen; misschien ook wel in de vorm van een heks.

# De kracht van beelden.

## -het ganzenbord-

Net als bij andere orakelspellen laten de beelden van het ganzenbord ons zien dat onze levensloop een weg is met punten die we allemaal passeren. Het is een collectieve gang, waarbij de hoogte- en dieptepunten de persoonlijke belevingskleur krijgen die iedereen anders zal ervaren omdat iedereen uniek is, maar die men wel in elkaar herkent.

De leersituaties van het ganzenbord zijn:

**De brug.** (nr. 6) Bij de brug kun je jezelf afvragen hoe deze voor jou is opgebouwd. Hoe bereik je de ander? Als je een brug in aanbouw ziet, zie je eerst twee stevige afzonderlijke pijlers. Daarna wordt aan beide kanten de toenaderingspoging gedaan en tenslotte, in het midden, ontstaat de verbinding, het contact. Zo zou het ware contact met de ander moeten zijn, steeds tegemoetkomend, maar op eigen krachten steunend. Is jouw brug een ophaalbrug? Laat je selectief de brug omlaag om personen naar je toe te laten komen? Waarschijnlijk heb je dan een afwachtende houding en laat je het contact afhangen van de ander. De kans is daarbij groot, dat er over je (brug) gelopen wordt, omdat onzekerheid over de vraag "heb ik het wel goed ingeschat" een rol kan spelen. Soms, bij teleurstellingen, kan het zijn dat je jouw ophaalbrug niet meer neer kunt laten op momenten dat dit wel zou moeten om het contact tot stand te brengen



Dan word je onbereikbaar. En vanuit die onbereikbaarheid komt een gevoel van onbegrepenheid. De voorbeelden van ouders en ouderen in je jeugd zijn voor een groot deel bepalend voor hoe je met jouw brug omgaat. Verder moet er voor een kind voldoende oefenmateriaal voor handen zijn.

Als jouw wordt geleerd dat je aardig moet zijn en je past dat als kind al in je gedrag aan, zal er een brede brug ontstaan naar de anderen en kan het zijn dat er heel wat over je gelopen wordt. Je incasseringsvermogen is groot en je kunt geen (of niet gauw) nee zeggen. Je past je aan.

Al deze reacties op de brugfase in ons leven zijn mogelijk. In de brugfase, de basis van ons leven, ontwikkelt het eerste chakra zich. Je kunt dit zien als de pijlers, het fundament, van de brug.

Affirmatie bij versterking van je basis: Ik ben een zelfstandig deel van een groot geheel.

## De herberg. (nr.19)

Thuisgevoel: ik mag er zijn. Een basisbehoefte van iedereen is contact maken. Elkaar ontmoeten. De herberg is de plek bij uitstek waar dit gebeurt. Er zitten allerlei mensen, maar welke zijn voor jou interessant? En hoe gedraag je jezelf in die herberg? In het Jezus- verhaal was nergens plaats, in geen enkele herberg. Dit thema kom je vaak tegen: de uitgestotene; het zwarte schaap, afgewezen worden. Uit de mate waarin je afgewezen wordt en de manier waarop je reageert tot "grofweg" je veertiende, ontstaan schaamte- en schuldgevoelens die bepalend zijn voor je manier van omgaan met emoties. Als je jezelf onveilig voelt in de herberg ga je het goede zoeken in de verkeerde hoek. Er ontstaan verslavingen. Verslaafd zijn aan koffie betekent vaak: behoefte hebben aan gezelligheid en contact. Als je ergens op bezoek komt wordt er uit gewoonte gevraagd: "wil je koffie?" of: "blijf je gezellig koffie drinken?" Onze herinneringen koppelen koffie aan gezelligheid en zo ligt de verslaving op de loer als we ons in een "onherbergzaam gebied van de geest" bevinden. Ook alcohol, sigaretten en seks en de vele stimulerende of verdovende middelen komen rechtstreeks uit de herberg. Mensen die veel pijn hebben opgelopen in de herberg zullen het gevoel ontwikkelen: ik mag er niet zijn; ik hoor er niet bij; ik hoor hier niet. Er is geen plaats voor mij in de herberg.

Deze fase is ook de ontwikkelingsfase van je tweede chakra: veiligheid, intimiteit en seksualiteit.

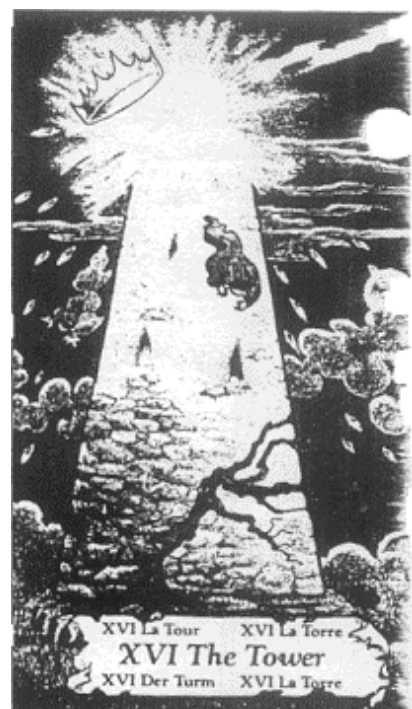
Affirmatie: ik mag er zijn zoals ik ben.

## De put.(nr.31) Daar zit je dan. De dobbelsteen heeft je lot bepaalt.

Je zit in de put. Heb je geleerd om te zeggen: Help me?

Ben je afwachtend tot er een redder komt om je uit de put te halen? Of heb je een houding van: ik red het wel. Ik kom overal alleen uit? In de put komen de muren op je af. Je voelt je gevangen in situaties. Je bent de dupe geworden van iets. Je voelt je diep gezonken. In het sprookje van Vrouw Holle zien we dat we via de put terechtkomen bij onze eigen diepten. Bij onze intuïtie. Daarom is het nodig dat we de diepte van de put voelen met ons hele wezen en onszelf niet optrekken aan degene die ons wil redden. Het is de bedoeling dat we de diepte van ons bestaan leren kennen om de hoogte te waarderen. In de diepte, in de donkere nacht van onze ziel, transformeert het medelijden zich in mededogen. In die diepte leren we in-voelen. In de put, die in onze jeugd jaren bestaat uit velerlei ervaringen, die soms traumatisch zijn, maar door iedereen op een eigen manier beleefd worden, ontwikkelt zich het derde chakra, de zonnevlecht die de verbinding met het licht zoekt.

Affirmatie: ik vertrouw op mijn krachten.



## De doolhof. (nr.42)



Rond je tweeënveertigste kan er een fase in je leven komen van heroriëntatie. Waar kom je vandaan? Waar ga je naar toe? En hoe kies je de juiste weg? Dit is ook een thema dat in veel sprookjes het "hoofdgegeven" is. Uitspraken als: "ik zie het niet meer zitten", "er geen gat meer inzien", "de weg kwijt zijn" komen allemaal uit de doolhof. Je doolt rond en omdat je geen uitweg ziet lijkt het zoeken doelloos. In de doolhofperiode gaat het om keuzes maken. Kiezen en handelen naar die keuze, ook al blijkt het achteraf een verkeerde keuze te zijn. Door die keuze is inmiddels duidelijk geworden wat de juiste weg is. In de doolhof kun je luisteren naar je intuïtie omdat denken alleen jou de juiste weg niet kan laten zien. Een doolhof heeft dwaalsporen die je door ervaring leert herkennen. Voordat je die ervaring hebt, zul je risico's moeten nemen. Anders blijf je zitten waar je zit. In de doolhofperiode ontwikkelt zich het vierde chakra: het hartchakra. Denken met het hoofd wordt

weten met het hart. Zoals in "de kleine prins" zo treffend staat: Alleen met het hart kun je goed zien.

Affirmatie: mijn intuïtie wijst mij de weg.

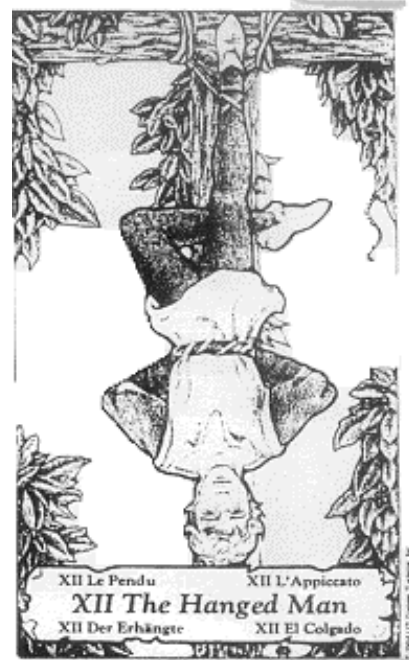
## De gevangenis. (nr. 52)

Je kunt gevangen zitten in je jeugd. In het web van je ouders. In een relatie een huwelijk, een oud patroon. Je kunt een gevangene van jezelf zijn. Angst, schuld en dwangneuroses kunnen je leven besturen. "Ik zit klem, ik kan geen kant op". Als kind kun je inderdaad geen kant op. Je bent afhankelijk van de omgeving waarin je leeft. En die omgeving kan maken dat je jezelf in een gevangenis voelt. Je houdt dit niet uit, dus je ontwikkelt overlevingsmechanismen. Enkele daarvan zal ik toelichten.

Als eerste is er het kind dat zich afsluit voor de buitenwereld. Het houdt zichzelf in stand door beelden en sprookjes, en ontwikkelt daarmee een eigen werkelijkheid. Zo'n kind leeft in een eigen wereld die volwassenen zelfs als autistisch kunnen betitelen. Een erg eenzaam kind kan zo samensmelten met de sprookjeswereld dat de grote werkelijkheid voor het kind niet meer bestaat. "Het kind liegt", zeggen volwassenen dan. Maar het kind heeft haar innerlijke familie geschapen in de gevangenis.

Een ander overlevingsmechanisme dat veel voorkomt is: liedjes maken in je hoofd. Als volwassenen je pijn doen, zing je als kind je innerlijk liedje. Je bent niet kapot te krijgen. Je ontwikkelt de vaste overtuiging dat je het straks anders zult doen. Wacht maar tot ik groot ben..... En dan ben je groot. Je voelt je gevangen in je situatie. Hoe ga je daar nu mee om?

Zijn er nog oude patronen herkenbaar. In de gevangenis klinkt je schreeuw naar vrijheid, vaak ongehoord. Het liedje is daar een schreeuw geworden. Je hebt ruimte voor jezelf



nodig. Een eigen plek, een eigen kamer. Dit zijn reacties op die eerste ervaringen van de gevangenis. Hier ontwikkelt zich je vijfde chakra, je keelchakra. Je wilt gehoord worden. Je creativiteit zoekt een uitweg, wil zich beeldend vormen. In de gevangenis leer je het belang van scheppingskracht, van overleven naar leven.

Affirmatie: door de beperking heen zie ik de mogelijkheden.

## De dood. (nr.58)



Als we onze levensloop hebben doorlopen en we staan op 58 dan zijn we waarschijnlijk al geconfronteerd met de dood of verlies van iemand die ons dierbaar was. Misschien zijn we zelfs als de dood voor de dood. In het ganzenbordspel laat de dood ons zien dat er iets moet afsterven om iets nieuws te laten ontst. laten ontstaan. Als we op de dood komen, moeten we opnieuw beginnen. We krijgen een herkansing. Een reïncarnatie? Maar ook de kleine beetjes doodgaan horen bij dit beeld. Het afscheid nemen van vrienden, van bezoek. Heb je je wel eens gerealiseerd dat je toen een beetje doodging? Je zwaaide en zwaaide het bezoek uit.

Een andere manier van doodgaan is het afsterven of tomp- afstompen van je geest. Je wordt depressief en laat geen prikkels meer toe. Je voelt je afgesneden van de navelstreng van het leven. Of je bent bang voor je donkere kanten, je schaduwzijde. De schaduw, die soms de duivel of de duistere kracht of zelfs Magere Hein wordt genoemd.

Allemaal redenen tot angst als je niet kunt omgaan met je eigen schaduw. Een schaduw is altijd zwakker dan het licht. Een schaduw valt. Maar als we ons identificeren met de schaduw zullen we zelf vallen. De dood wordt in verhalen en mythes begeleid door het vrouwelijke. Door een vrouw. Het vrouwelijke is het barende. Als we dit begrijpen en ontwikkelen, stimuleert dat ons inzicht. Ons zesde chakra ontwikkelt zich. We zien de samenhang van actie en reactie. Van oorzaak en gevolg. We zien de verbondenheid met alles en we voelen het herstel van die verbindingen.

"Zoveel soorten van verdriet. Ik noem ze niet. Alleen dit: Niet het snijden doet pijn, maar het afgesneden zijn."

Affirmatie: mijn schaduw valt in het licht.

## De overwinning. (nr. 63)



Je hebt je doel gehaald! Proficiat... een overwinning op jezelf. Er staat een nieuw begin voor de deur. begin je opnieuw? Of zeg je : "ik heb nu geen doelen meer", of "is that all there is?" is dat alles?

Nu kom je bij de keuze om óf plannen óf zorgen te maken. Als je nieuwe plannen maakt, komen er nieuwe mensen in je leven. Nieuwe situaties. Je kiest voor positief. Als je geen plannen maakt zul je waarschijnlijk zorgen maken. er komen andere zorgelijke mensen op je pad wat eigenschappen trekken elkaar aan. Zo raak je in een negatieve spiraal die gebaseerd is op zorgen en ziekten. Deze spiraal richt zich op fouten: wat kan er allemaal misgaan! Ook op het gebied van gedrag is de schijnwerper op fouten gericht. Als je de overwinning - het doel in je leven- gehaald hebt en je hebt tijdens het levensspel niets geleerd van de beproevingen, zal je handelen egogericht blijven. Dat wil zeggen dat je contacten met jezelf en anderen gebaseerd zijn op het ontdekken van fouten Vooral de fouten van de ander!

Als je de overwinning - het doel in je leven- gehaald hebt, en je hebt tijdens het levensspel niets geleerd van de beproevingen, zal je handelen egogericht blijven. Dat wil zeggen dat je contacten met jezelf en anderen gebaseerd zijn op het ontdekken van fouten. Vooral de fouten van de ánder!

Als de overwinning een uitdaging is om verder te gaan en je hebt de beproevingen onderweg ervaren als levenslessen, zul je in het volgende stadium van je leven deze geleerde lessen in de praktijk willen toepassen. Je hebt inzicht verworven. Je weet dat je nooit meer de verliezer zult zijn. Je bent uit op gelijk spel, gelijkwaardigheid. Je staat in verbinding met het eeuwige. Je kruin is het uiterste deel van je lijf, het dichtst bij het heeal.

In de overwinning leer je je afstemmen op je fijne zintuigen via je kruin. Op de subtiële energieën. Je kunt je verbinden en afsluiten.

Het zevende chakra is de zetel van verbinding. De zetel van de overwinnaar. De Graal voor de zoeker.

Affirmatie: ik adem in en overwin  
ik adem uit en glimlach

Een heel klein percentage van de prikkels die we de hele dag opdoen, dringt tot ons bewustzijn door. Hoe meer prikkels er binnen komen, hoe meer er 's nachts verwerkt moet worden. Je zou kunnen zeggen dat een droom een prikkelverwerker is. De functie van dromen is naast het verwerken, het helder en wakker maken van het geheugen en de herinnering. Als mensen die een achteruitgaand geheugen hebben, met dromen gaan werken, zullen ze merken dan hun geheugen verbeterd wordt.

In de eerste slaapfase, de voorslaap, voelen we soms een schok. Tijdens deze fase gaan de spieren ontspannen. Omdat je soms erg aangespannen bent kun je moeilijk loslaten en schrik je weer wakker. Vervolgens val je in een rustiger tempo in slaap. In de tweede fase raak je meer ontspannen. In de derde fase begin je diep te slapen, maar je droomt nog niet. Deze fase is een echte rustfase. In de vierde fase, de deltaslaap, slaap je diep. Daarop volgt de remslaap, waarin je oogballen heel sterk op en neer gaan bewegen. In deze slaap komen de diepe dromen (ganzenborddromen). Als je met dromen gaat werken, ontwikkel je de rechter hersenhelft (de vrouwelijke kant) en zul je je gevoel en emoties sterker ontwikkelen. In dromen komen bijna altijd gevoelens naar boven. Tijdens de slaap ben je één met je gevoel. Het ontwaken is een afspiegeling van je gevoelens en deze worden door de emoties min of meer vertroebeld.

~~~~~

Dromen en sprookjes zijn aan elkaar verwant. Ze zijn beide moraliserend. De eerste sprookjes zijn geschreven aan de hand van dromen. Roodkapje is hier een voorbeeld van. Wat we dromen is tevens normerend. We voelen de normen maar plaatsen deze buiten onszelf. We leven, en dromen ook in projectie. Wat we in de ander zien en wat ons in de ander irriteert, is een stuk van onszelf wat we in de ander weerspiegeld zien. In de droom zijn we iedere persoon. Een droom zit vol archetypen. Deze zijn universeel. Dit wil zeggen dat mensen over de hele wereld in dezelfde beelden, symbolen kunnen dromen. Eén van de archetypen is de grote moeder of oermoeder volgens Jung. De schaduwkant van de oermoeder is de heks. Zo is het ook met ons leven. We hebben een zijde die we graag naar voren brengen en een schaduwzijde die we graag verborgen houden. De manifeste kant laten we zien en de niet-manifeste kant blijft binnen in ons. De niet-manifeste kant komt wel terug, ook in de dromen; misschien ook wel in de vorm van een heks.