



Chef eindredactie Franke deed twee sessies droomtherapie.

Ik hou Heel Erg van Slapen. Niets zo lekker als na een drukke dag mijn bed in te duiken en als een blok in slaap te vallen. Ik droom fanatiek en onthoud mijn dromen regelmatig. Ook zoek ik droombeelden graag op. Als collega Suzanne vraagt of ik iets wil schrijven over droomonderzoek, hoef ik niet lang na te denken. Zou ik op nog onontdekte zelfkennis stuiten?

### Flippie

Ik maak een afspraak met Marja Moors, droomtherapeute in Heemstede. Ze ontvangt me hartelijk in haar gezellige praktijkruimte. Na een korte introductie om elkaar beter te leren kennen, gaan we aan de slag met recente dromen, die ik zorgvuldig heb genoteerd in mijn notitieboekje. Ik vertel dat ik een tuintje aanleg met een rolmaat, omdat de lap gras geen millimeter mag afwijken van een perfecte rechthoek. Marja stelt vragen ('Wat gaat er mis als je tuintje over dat lijntje gaat?'), ik geef antwoord ('Niet zo veel, eigenlijk'). In een andere droom bevind ik me in een Pipi Langkous-huis vol hangmatten en dekentjes. Marja legt uit dat in dromen onze verborgen angsten en verlangens bovendrijven en dat ze iets kunnen zeggen over je toekomst.

Al pratend komen we al snel tot de kern van mijn 'probleem': er zit een hippie in mij, screaming to get out. Da's best lastig als

je een rasechte controlfreak bent. Mijn dagelijkse bezigheden vink ik af van mijn to-do-lijst met militaire precisie. De touwtjes laten vieren doe ik niet zo snel. Daar wringt de schoen, merk ik, al pratend met Marja. Om de droomimpulsen in het dagelijks leven handen en voeten te geven, geeft ze me een opdracht mee: een oefening in 'buiten de lijntjes kleuren', in de vorm van een ritueel in de tuin. Meteen na de sessie rijd ik naar een plantenhal, koop bloemen en duik de tuin in. Ik zet een muzikje op en dans met mijn ogen dicht, waarbij ik een bloem plant op de plek waar ik mijn schep gooi. Kriskras door de border staan nu plantjes. Maar: ze staan wél keurig in de border, alsnog binnen de lijntjes dus. De plek waar de schep midden op mijn tegel terras viel, heb ik onaangeroerd gelaten. Want dat vond ik nou ook zo wat, om een tuintegel te verwijderen. Missie deels geslaagd, en ik ben best trots op mezelf. De week erop volgt de tweede sessie, waarin we dieper ingaan op elementen die als een patroon terugkeren. Ook fileren we één droom tot op het bot, die waarin ik me in een warme zee bij een eiland bevind. De bedoeling: de droom voor zichzelf te laten spreken door lichamelijke sensaties en droombeelden met elkaar te verbinden. We duiken, beiden met ogen dicht, zo diep in de droom dat er van alles helder wordt, zelfs de kleinste elementen. Van het water tot het uitzicht: ik voel er van alles bij, van kruin tot vingertoppen. Als ik mijn ogen

opendoe, heb ik het idee alsof ik heel hard heb gehuild of gelachen, ik ben leeg en opgelucht. Heel gek en fijn tegelijk.

### Zielsgelukkig

Marja heeft me in twee gesprekken geleerd hoe verborgen verlangens in dromen tot uiting komen, hoe ik symbolen kan interpreteren en wat mijn onbewuste wil zeggen over de toekomst. Ze leert me dat de wereld niet zwart-wit is. Dat ik best een béétje hippie én controlfreak kan zijn, dat het niet een kwestie is van of-of. Dat er niets misgaat als ik af en toe buiten de pot pis. Sterker nog: dat mijn ziel daar zielsgelukkig van zal worden. Misschien geen baanbrekend inzicht, maar op die manier kijken naar verlangens heeft me meer over mezelf geleerd en stof tot nadenken én doen gegeven. En wie weet. Word ik op een dag nog zó'n losbol, dat ik dat ene bloemetje (oh help!) toch zomaar tussen de tegels plant...

Marja Moors is psycholoog, relatietherapeut en coach. Ze begeleidt mensen met zowel reguliere als meer alternatieve methoden. Je kunt bij haar privé droomsessies en workshops in groepsverband boeken. Een droomsessie kost € 85 per uur en € 45 per half uur. [Dreamingtogether.nl](http://Dreamingtogether.nl) →

€ 15 KORTING OP DE 1E DROOMSESSIE. GELDIG T/M 1-7-2016. VERMELD BIJ AANMELDING 'FLAIR-ACTIE'.

'IN DROMEN  
DRIJVEN  
ONZE  
verborgen  
ANGSTEN EN  
VERLANGENS  
BOVEN'