

Even voorstellen: onze nieuwe droomexpert!

De droom van lenke



In het vorige nummer van ParaVisie Magazine kon je de eerste bijdrage van droomexpert lenke Goldewijk lezen. Vanaf nu mogen we ons iedere maand verheugen op een verhelderend artikel van haar hand. Over dat wat we dagelijks allemaal doen, maar toch nog zo onbegrepen is: dromen... Maar wie is lenke eigenlijk en waar haalt zij haar wijsheid vandaan? Interview!

TEKST: NIELS BRUMMELMAN

De op 26 januari 1983 als Waterman geboren lenke Goldewijk doet haar sterrenbeeld eer aan, zo blijkt als we haar in een gezellig, maar luidruchtig, Utrechts café te spreken krijgen. Nergens in het gesprek is zij op ondoordachte repliek te betrappen en evenmin laat ze zich verleiden tot eenduidige antwoorden. Telkens voert de nuancering de boventoon, waarbij ‘en-en’ in plaats van ‘of-of’ het credo lijkt. Kortom: het liefst houdt lenke, ook waar het op het onderwerp ‘dromen’ aankomt, alle opties open. Naast het gegeven dat dromen nu eenmaal voor velerlei uitleg vatbaar zijn, kenmerkt het haar vrije geest, een erfenis van haar nogal turbulente jeugd. lenke: “Vanaf mijn zevende heb ik in verschillende (pleeg) gezinnen gebivakkeerd, omdat het thuis niet meer ging. Dat was uiteraard niet makkelijk, maar het heeft me ook geleerd om steeds op een andere manier naar dingen te kijken. Om alle opties open te houden, andere zienswijzen te omarmen en afwijkende interpretaties te verkennen. Een dergelijke levenshouding sjipt in alle geledingen van het bestaan door en had dus ook impact op mijn spirituele ontwikkeling. Waarschijnlijk mede vanwege het feit dat er al op jonge leeftijd een flink beroep op mijn zelfstandigheid gedaan werd, was ik erg leergierig en vooral ook nieuwsgierig naar alles wat met de wereld van het ongeziene te maken had. In tegenstelling tot mijn ouders, die zogezegd andere prioriteiten hadden, dacht ik na over God en heb ik, gaandeweg de jaren, geproefd van uiteenlopende vormen van religie en spiritualiteit. Van alles waarvan ik de smaak in me opnam, slikte ik alleen datgene door wat écht bij me paste. Het maakt onder andere dat ik nu, als coach en therapeut, over een even uniek als rijk kleurenpallet aan therapeutische invalshoeken en technieken beschik.”

Herinneringen

De meeste mensen herinneren zich nog maar weinig van hun jongste jaren, een gegeven dat door de wetenschap verklaard wordt door de dan nog onvoltooide groei van ons brein. Onze hersenen zouden zogezegd eerst moeten rijpen voordat we herinneringen zó kunnen opslaan dat ze ook echt jarenlang beschikbaar blijven. Zo bezien was lenke vroeg rijp. Wat heet! Ze herinnert zich zelfs nog dingen uit haar babytijd: “Bijvoorbeeld dat er tijdens een feestje thuis iemand anders in mijn wiegje gelegd werd. Het bleek een nichtje te zijn, maar daar begreep ik destijds natuurlijk helemaal niets van. Ik was er althans

‘Ik had als kind een rijk droomleven, waarbij de grens tussen droom en realiteit soms vaag leek’

best ontdaan over. Of die keer dat ik als negen maanden oude baby in een doosje op de grond naast onze hond mocht slapen. Heel leuk vond ik dat!” Het blijft speculatie, maar zou het aan haar sterke geheugen liggen dat lenke als geen ander haar dromen goed weet te onthouden? Iets dat maar weinig mensen gegeven is, al is die kwaliteit – “als een spier”, aldus lenke – te trainen. “Ik had als kind al een rijk droomleven, waarbij de grens tussen droom en werkelijkheid voor mij niet altijd even helder was. Zo herinner ik me de frustratie nog toen ik ontdekte dat vliegen alléén in dromen kon. Geluk bij een ongeluk dat ik om dat uit te testen geen al te grote brokken maakte! Maar de begrenzing die het lichaam met zich meebracht, heb ik wel als heel pijnlijk ervaren. Ik heb lang moeite gehad mijn lichaam volledig te belichamen en als gevolg van externe omstandigheden ben ik op een gegeven moment ook gaan dissociëren, een proces waarbij je als mens losraakt van jezelf en je omgeving. Wat ik ervaringsgewijs heb geleerd, is dat een gedegen gronding en een goed contact met je lichaam van cruciaal belang zijn om droominhouden *body* te kunnen geven en om de aange-reikte wijsheid te integreren in het dagelijks leven.”

Schizotypisch of helderziend?

Daar waar gebeurtenissen in de buitenwereld rond haar pubertijd een zware wissel trekken op lenke’s gemoedstoestand, doet haar binnenwereld nog eens een extra duik in het zakje. Naast voorspellende dromen die een lukraak karakter lijken te hebben, (voor)voelt lenke namelijk dingen en ziet ze overledenen en andere verschijningen. Omdat ze haar waarnemingen maar moeilijk duiden kan, boezemen deze haar razend veel angst in. Haar dromen krijgen mede daardoor steeds nadrukkelijker

'Onze droomwereld is een portaal naar andere werkelijkheden'



een horrorachtig karakter. Het leidt tot een hevige crisis, waarbij ze voor haar gevoel alleen overleven kan door een radicaal besluit te nemen. lenke: “Ik wist niet meer wie ik nu werkelijk was, raakte verward van de dingen die ik meemaakte en liet me veel te veel door anderen aansturen. Men hield mij ook, ongetwijfeld meestal vanuit goede bedoelingen, klein. Terwijl ik ergens wel voelde en wist dat er veel méér in mij zat en dat mijn waarnemingen ‘echt’ waren, kon ik daar zelfstandig nog geen handen en voeten aan geven. Pas nadat ik besloten had grondig met mijn verleden te breken door bijvoorbeeld volledig te stoppen met roken en drinken en mijn focus te leggen op innerlijk werk, kon ik mijn prioriteit dáár leggen waarop deze al van begin af aan had moeten liggen: mezelf. Van daaruit ontwikkelde mijn spirituele kant zich op natuurlijke wijze en werden mijn dromen ook scherper en helderder, terwijl ik me gedragen en gesteund voelde.”

Overspannen beschermengel

Terwijl hulpverleners haar op het hart drukken de situatie te accepteren zoals deze is, kiest lenke, (eigen)wijs als ze is, haar eigen pad. Ze gaat haar fobieën zelf te lijf en zoekt daarbij, letterlijk en figuurlijk, stapje voor stapje haar grenzen op. En om de rationele, op begrip georiënteerde gedragstherapie van de reguliere hulpverlening van een innerlijke component te voorzien, gaat ze aan de slag met allerlei vormen van (creatieve) zelfhulp en start ze met de opleiding Vaktherapie aan de Hogeschool van Utrecht. “Mijn beschermengel moet in die tijd wel overspannen geraakt zijn”, zo blikt ze met een grote glimlach op deze tijd terug. Ook haar dromen worden onder invloed van haar bewuste inspanningen weer de geestelijke voedingsbron die ze daarvoor lange tijd geweest waren: “Ik kwam tijdens dromen, trancereizen en meditatie op de meest prach-

‘Terwijl ik me een alien op aarde voelde, hielden mijn dromen me overeind’



tige, rustgevend plekken terecht. Het hield me overeind in een wereld waarin ik me tot dan toe als een complete buitenstaander, of beter nog: als een *alien*, gevoeld had. Het creatief uiten, dansen, schreeuwen, wandelen en ook het werken met edelstenen en de tarot, maakten dat ik voor het eerst mijn weggestopte emoties en mijn bijna uitgegumde eigenheid volledig kon beleven en uitleven. Ik ging me eindelijk weer voeden met het geestelijke van de wereld, waarbij het schrijven wel één van de grootste steunpilaren is gebleken. Quasi gekscherend zeg ik wel eens dat ik schrijvend bid en biddend schrijf.”

Slaapwandelen

Met omwegen, beren op de weg en af en toe een lelijke (val)kuil. Zo ziet het pad eruit dat wij allen, vallend en weer opstaand, tijdens onze levens bewandelen. lenke vormt hierop geen uitzondering, al blijft de rücksichtsloze zelfexploratie die de in Utrecht woonachtige droomexpert ondernomen heeft voor de meeste mensen, uit angst en gemakzucht, een utopie. lenke: “Mijn drive was en is het om mezelf, in de zin van mijn ego-zelf, te overwinnen en me te laten vullen met mijn *ware zelf*. Je hoort mensen weleens zeggen dat ‘het universum’ of ‘het leven’ het beste met ons voorheeft en dat we er daarom meer op mogen durven vertrouwen. Zo ervaar ik dat ook, maar er is nog een andere component die voor mij minstens zo belangrijk is: dat wezenlijke, oorspronkelijke aspect in mij, dat wat er was voordat ik als mens op aarde incarneerde, weet wat goed voor me is. En daar vertrouw ik op. Wat ik geloof is dat het erom gaat dat we stukje bij beetje opruimen of transformeren wat ons in de weg staat van het volledig integreren van onze wezenlijke aspecten.”

Droomtijd

Wijze woorden van de eens zo in zichzelf gekeerde, schuchtere lenke. De levenslust straalt nu uit haar ogen, mede, nogmaals, dankzij haar droomwerk. Sterker nog: “Ik weet niet of ik nog geleefd had als ik géén droomwerk gedaan zou hebben.” In *The Last Wave*, een boek van de Roemeens-Amerikaanse schrijver en regisseur Petru Popescu uit 1977, lezen we: ‘Aboriginals geloofden in twee vormen van tijd; twee parallelle stromen van activiteit. Eén daarvan is de dagelijkse objectieve werkelijkheid. De andere is de oneindige cyclus genaamd de “Droomtijd”, die voor hen veel levensechter was dan de realiteit zelf. Alles wat gebeurde in de Droomtijd bepaalde de waarden, symbolen en wetten van de Aboriginal cultuur en gemeenschap. Ze geloofden ook dat bepaalde mensen met ongewone spirituele krachten een direct contact konden onderhouden met de Droomtijd.’ De in Winterswijk geboren lenke vond, via haar gedroomde avonturen ’s nachts, de moed en kracht om de obstakels die ze op dagelijkse basis overdag tegenkwam ook daadwerkelijk áán te gaan. Ze draaide het zelfs om: om in de wereld te kunnen zijn, in dat wat wij de dagelijkse realiteit noemen en die beleefd wordt door ons waakbewustzijn, is ze deze gaan behandelen als ware het een droom. Daardoor leer-



‘Ik was best gefrustreerd toen ik ontdekte dat vliegen alléén in dromen kon’

de ze niet alleen het geestelijke te zien in de wereld, maar is ze deze, plus de mensen die daarin participeren, gaan waarderen en zelfs bewonderen om haar schoonheid. Een onvoorwaardelijke levensvreugde sijpelde zo, droom voor droom, ervaring na ervaring, haar bestaan binnen.

Portaal

Wanneer lenke bewust haar droom leeft en haar leven droomt, is het alsof er een magisch samenspel tussen die twee ontstaat waarbij wonderlijke synchroniciteit de norm is. Het is iets dat ze eenieder van ons gunt: “Het is mijn droom dat de mensheid zich meer bewust gaat worden van de veelzijdigheid van het leven in al haar verschillende bestaanslagen. Onze droomwereld is als een portaal via welke we genoemde rijkheid kunnen ervaren. Dromen

kunnen verwerking zijn, individuele of collectieve symboliek bevatten, over het verleden of zelfs over vorige levens gaan, karmische invloeden als inhoud hebben, iets over onze familielijn vertellen en het contact met overleden dierbaren vergemakkelijken. Het is belangrijk bij de interpretatie van je droom op voorhand niets uit te sluiten en overal open voor te blijven staan. Leg je vooral niet te snel vast en neem daarbij een voorbeeld aan de dromen zelf, waarin ‘realiteit’ en ‘waarheid’ uiterst rekbare begrippen zijn.” •



lenke Goldewijk is creatief therapeut, droomcoach, energetisch werker en auteur van *Dromen, de Heilige Nachten* door. Alles over haar werk op WWW.IENKEGOLDEWIJK.NL.