

Even vragen aan



Els Pet
-Dromencoach

'Als je je droom snapt, snap je jezelf beter'

De meeste mensen worden wakker en focussen zich meteen op de rest van de dag. Dromencoach Els Pet pleit voor meer aandacht voor de bijzondere paden die we in ons brein bewandelen in de nachtelijke uren. Op 13 november geeft ze een workshop in de Haagse Vogelwijk.

U bent dromencoach. hoe word je dat eigenlijk?

„Als kind was ik al een grote dromer. Anders dan veel leeftijdsgenoten onthield ik de meeste dromen wanneer ik wakker werd. Het maakte me nieuwsgierig. Toen ik jaren later een driejarige dromenopleiding ging volgen, groeide die interesse, juist omdat je zoveel kan leren van je dromen. Het is een hele mooie beeldtaal van waar je staat in je leven.”

Als coach hoort u de dromen van anderen aan en tracht deze te duiden. Kunt u daar een voorbeeld van geven?

„Ik herinner me iemand die vertelde over een droom met dolfinen, die vanuit de gracht allerlei dingen toeriepen. Die persoon associeerde de dolfinen met vrolijke, intelligente en nieuwsgierige wezens. Samen kwamen we erachter, dat de onbewuste boodschap was, dat diegene de intuïtieve, spontane kant best meer mag laten zien in het dagelijks leven.”

Dromen geven een mooie beeldtaal van waar je staat

Veel mensen ervaren hun dromen als volstrekt willekeurige beelden, zonder logica. U zegt dat die altijd wél te vinden is?

„Ja, toch wel. Elke droom heeft een betekenis en als je daar aandacht aan geeft, kom je er vanzelf achter wat belangrijk is in je leven. Als je je droom snapt, snap je jezelf beter.”

Helpt het duiden van dromen bij het maken van grote beslissingen?

„Zeker. Ik weet van mensen die na een dromenuitleg een relatie zijn aangegaan of juist zijn gestopt. We dromen gemiddeld een hele maand in een jaar. Het loont echt de moeite iets meer stil te staan bij wat die dromen je proberen te vertellen.”

Anne Kompagnie

INTERVIEW

G

Ze vo
jaar

were
het c

Rianne

M

meter v
een zw
een stu
bijzond
Maar a
Winge
oprape
een ne
ik dat?
heb ik
mooi t
dat de

Terv
Ter H
gerde
tijd m
neder
van a
ze he
een d
opval
pakt
gooit
en d
verd
gele
rest

„I
wat
rest
lieft
dels

V
dri
haa
in l
Za
ble
on
ge
te
vo
bl
le
b
e
h
a
z
v
h
c