

---

# Workshop Dreampoetry

## o.l.v. Victoria Rabinowe

### 33e IASD Conferentie, Rolduc, juni 2016

Tijdens de IASD-conferentie trekt de workshop droompoëzie mij wel aan. Met voorzichtige verwachting stap ik de ruimte in. Zal ik het deze keer misschien wél tot een volwaardig gedicht weten te brengen?

De hobbel tussen droom en poëzie kan ik vaak maar moeizaam slechten, zo leerden mij immers eerdere pogingen? Maar ook zonder poëtisch eindprodukt zal het een mooie beleving kunnen brengen, zo hoop ik. Want in de weer zijn met poëzie heeft al vaker mijn gebruikelijke denkpatronen danig weten te ontregelen. En dan kan op eens een 'andere wijze van weten' over de droom voor het voetlicht komen die me verrassende inzichten in de beelden aanreikt.

Victoria noemt het 'dynamisch droomwerk' wanneer je een droom tot expressie brengt in een ander kanaal dan het verbale. Een droom zingen, of bewegen, of tekenen, of als gedicht weergeven brengt altijd nieuwe energie en nieuwe inzichten. Het helpt je om iets van 'the juice' uit de droom te verkrijgen. Belangrijk is daarbij om je geest leeg te laten zijn, zonder veel interpretatie, en om mee te gaan waarheen je inspiratie je leidt.

We zitten met ruim twintig personen aan een rij tafels tegenover elkaar, met pen en papier vóór ons; ieder met een droom waar we mee aan de slag willen. Steeds krijgen we een kleine opdracht waaraan we een paar minuten voor

onzelf kunnen werken, afgewisseld met een rondje om iets te delen van het resultaat. In mijn droom *loop ik in de stad waar ik vroeger opgroeide, over een straat langs het garagepleintje waar ik als kind vaak speelde (en me eenzaam kon voelen). Voor de deuren van de eerste twee garages zie een enorme slang liggen. Het tafereel is niet bedreigend want het dier ligt er heel rustig.*

De eerste stap is om zoveel mogelijk 'ik'-zinnetjes te maken aan de hand van allerlei elementen uit de droom. Ik schrijf met gemak een hele rij ik-zinnen. "Ik loop te



voet voorwaarts", "ik ben een wandelaar", "ik ben ruimte", "ik ben niet gevaarlijk", "ik ben enorm", "ik ben een speelveld", "ik ben een verzameling van vierkante tegels die in een vierkant liggen"... en zo voort.

Als we hier voldoende mee bezig zijn geweest worden we uitgenodigd om één zintje dat je het meest verraste, voor te lezen aan elkaar. We krijgen daarvoor echter een extra instructie: dit te doen op de wijze van een clown. Dat betekent in deze workshop dat je je schouders een beetje melancholiek laat hangen en dat je je spreken vooraf laat gaan door een goed hoorbaar zuchtje. Het effect ervan is erg grappig. Zeker in combinatie met de meest wonderlijke uitspraken die de deelnemers in ik-vorm over zichzelf doen, naar aanleiding van een droomdetail.

Als volgende stap worden we uitgenodigd om zoveel mogelijk bijvoeglijke naamwoorden toe te voegen aan de droombeelden, gebaseerd op de alle zintuigen: zien – horen- ruiken- tasten- proeven. Als hulp krijgen we hiervoor een stencil met vijf groepen van de meest uiteenlopende en willekeurige adjectieven waar we uit kunnen kiezen. Mijn slang ziet er 'kleurloos', uit, voelt 'glad' en 'koudbloedig', klinkt 'rustig'. En zo komen er allerlei toevoegingen bij mijn verhaal die me een verrijkte beleving ervan geven. Het zat er allemaal in, maar nu wordt ik me deze rijkdom pas goed bewust. Bij het delen van de meest verrassende uitkomst worden we uitgenodigd een fikse portie drama toe te voegen aan onze clownsact..."*pour your heart out*".

Daarna mogen we bij ik-zinnetjes variaties verzinnen en er ook vrijetekstomheen schrijven. Opnieuw met oog voor onze zintuigen. De effecten verrassen me. Het ene zinnetje "ik loop" blijkt bijzondere connotaties in zich te bergen, zoals: "Ik ga vooruit", "Ik ga naar

een andere plaats dan waar ik was", "ik beweeg me op eigen kracht voort" en meer. En net zo vergaat het me bij ik-zinnen over enkele andere delen van mijn droom. Die gekke en grappige opdrachten hebben nieuwe creativiteit bij me losgemaakt. Zo had ik mijn eigen droom nog niet bekeken! Ook hiervan delen we de meest verrassende uitkomst met elkaar als clowns.

De laatste aanwijzing is om nu de droom te herschrijven zonder de oorspronkelijke woorden te gebruiken. Als het lukt mag het in de vorm van een gedicht, maar het hoeft niet. We worden er op gewezen dit voor onszelf te doen en er niet teveel bij stil te staan dat anderen het gaan horen. Door alle voorgaande stappen lukt het me om alternatieven te vinden. Ik ben geroerd door de uitkomst.

*"When I am making progress letting my body carrying me, I come close to confront some of the sterile places of my upbringing - related to linear ways of thinking. I can see a large reservoir of kundalini energy available but yet laying still. I am close to open doors containing colorful vehicles of dynamic energies".*

Bij het voorlezen ervan rollen tranen uit mijn ogen.



Tekst: Barbara Koning

Barbara Koning is psychologe en spiritueel counselor, oud-voorzitter en huidige webmaster van de VSD.