

# DRØMMENE KAN HJÆLPE DIG TIL ET BEDRE LIV

Alle mennesker kan lære at tyde deres drømme og på den måde få det bedre med sig selv og deres omgivelser, siger Kirsten Borum, der sagde farvel til et chefjob for at blive specialist i at tyde drømme

– Vil man arbejde med sine drømme, må man skrive dem ned, siger Kirsten Borum, der i løbet af de sidste otte år har nedskrevet 925 af sine egne drømme

AF HELEN OJSESEN OG SIV HOLMÉR (FOTO)



33-årige Kirsten Borum farvel til et job som eksportchef i erhvervslivet. Hun følte, hun var nået til et punkt i sin tilværelse, hvor privatliv og arbejdsliv ikke længere kunne forenes. Derfor tog hun det store skridt og sagde chefjobbet op efter at have haft det i en årrække.

Hun ville hellere tyde drømme. Korrespondenten i fire sprog og merkonomen i eksport havde fået nok. Hun havde fået sin ambition opfyldt, men hendes behov for en anden form for tilværelse var så dyb, at hun ikke var i tvivl om, at hun måtte sadle om.

Den erhvervsmæssige karriere var for tom for hende. Den manglede indhold, og derfor søgte hun nye udfordringer. En ny ambition var kommet ind i hendes liv, nemlig drømmetydning. Hun besluttede at gøre sin interesse til sit erhverv. Via et kursus, hvor hun beskæftigede sig med filosofi, dybdepsykologi, grafologi og drømmetydning fik

højnen op for en verden uden for den almindelige daglige bevidsthed, og hun tog målbevidst fat på at arbejde hen imod selv at kunne hjælpe folk med at tyde deres drømme.

For to år siden begyndte hun at holde kurser. I starten foregik det hjemme hos hende selv i huset i Hareskovby, men nu i dette efterår kører hun fem aftenskolekurser, og indimellem rejser hun rundt og holder foredrag.

– Det har hele tiden været min mening at bygge kursusvirksomheden langsomt op, siger Kirsten, som i dag er helt sikker på, at hun gjorde det rigtige, da hun valgte at koncentrere sig om drømmene fremfor eksporten.

– Jeg har aldrig været særlig interesseret i det materielle. Bare jeg kan tjene nok til at klare mig, er det i orden. Jeg er utrolig sparsom og derfor kan det løbe rundt, selv om jeg bor alene i hus. Min økonomi har været – og er stadig – baseret på vikararbejde. Jeg arbejder ca. 2 dage om

ugen, hvor jeg tager ud og hjælper firmaer, når de har spidsbelastninger. Jeg er faktisk mit »eget vikar-bureau«, fordi jeg gennem årene har opbygget så mange kontakter, at mit problem i dag nærmest er at holde dem fra dørene. For jeg vil ikke arbejde mere end højst nødvendigt!

#### EN HJÆLP I HVERDAGEN

Alle mennesker drømmer, og alle kan lære at tyde deres drømme, hvis de vil.

Der er i dag en stigende interesse for drømmetydning, og Kirsten Borum mener, det hænger sammen med det liv, vi lever i et samfund præget af teknologi og materialisme.

– Vi har glemt kontakten med det naturlige og med instinkterne, fordi vi er så fikseret på det materielle. Derfor kommer vi let til at føle utilfredshed, tomhed og træthed. Nogle mennesker får så alvorlige psykiske problemer, at de ikke formår at fungere i hverdagen, men mange mennesker er rimeligt fungerende, selv om de har det dårligt. Og de kan få en hjælp i hverdagen, hvis de søger ind til sig selv via deres drømme!

#### UNDERTRYKTE FØLELSER

Vi har alle meget gemt i vores indre både af den ene og den anden art, og vælger man at arbejde med sine drømme, kan man være sikker på, at meget af det, som er gemt af vejen, kommer frem.

Det kan være oplevelser fra barndommen, som man helt har fortrængt, som regel fordi det er ubehagelige oplevelser. Men det kan også være positive sider, som slumrer i det ubevidste. Det kan for eksempel være kreative evner, der ikke er kommet frem i voksenlivet, fordi ens forældre har undertrykt dem, sandsynligvis fordi de ikke passede til »almindelig bordskik«, som Kirsten Borum udtrykker det.

– Fortrængningerne starter i barndommen, men efter min mening skal alting ikke altid hentes i barndommen. Det nytter ikke udelukkende at rode med barndomsstraumer, for det frister let til, at man sætter sig ned og giver sine forældre hele skylden for, hvordan man har det. Jeg synes, det er vigtigt at tage fat på, hvor man er nu. Man må frem til nutiden, hvor man også altid kan finde mange sider af det instinktive i én selv. Megen sund energi ligger bundet i følelser, som ikke kommer til udtryk. Vrede, jalousi og sårethed for eksempel. Det er følelser, vi ofte undertrykker!

#### DRØMMEGRUPPEN

Kirsten arbejder med grupper på 5-6 mennesker. En drømme-gruppe starter med at være sammen en hel weekend, hvor der er teori på programmet. Siden mødes gruppen en aften hver fjortende dag.

– Når en deltager fortæller om

en af sine drømme, har de øvrige i gruppen mulighed for at opdage, at andre har samme problemer som de selv, og det letter byrden, fortæller Kirsten. – Sommetider oplever man også, at folk har problemer, som er ukendte for dem selv, og det synes jeg er meget vigtigt i vor tid, hvor vi ofte kan have svært ved at forstå folk, som er anderledes. Det giver en større tolerance at opleve, hvad der ligger bag en ellers uforståelig adfærd.

Jeg har fundet ud af, at mennesker har et stort behov for at tale om dybere ting. Det er lige før, at det tit kan være svært for mig at styre selve drømmetydningen, fordi det er så spændende emner, man kommer ind på. Det er følelser og problemer, som man sjældent har mulighed for at tale med andre mennesker om.

I parforholdet eller ægteskabet kan det for eksempel ikke så godt lade sig gøre, fordi man ikke kan se tingene klart, måske på grund af de interessekonflikter, der altid vil være i et parforhold. I drømmegruppen derimod har man ikke »noget« på hinanden. Man er indstillet på at lytte og hjælpe, og det giver tillid og tryghed. Glæden kommer ind, og gruppesamværet giver ny energi!

#### DÅRLIGE EGENSKABER

– I drømmetydning arbejder man med et begreb, som hedder projektion. Man kalder det også *skyggen*. Mange drømme er befolket med skygger, det vil sige personer af samme køn som drømmeren. Disse personer er udtryk for sider i én selv, man ikke kender, altså fortrængte sider, siger Kirsten Borum.

– Det kan være, fordi det er egenskaber, man ikke bryder sig om at have, men det kan også være positive egenskaber – ressourcer – der kan komme frem i lyset via de personer, der optræder i drømmene.

I vågen tilstand har vi det med at blive irriterede på mennesker, som opfører sig på en bestemt måde. Det kan være, vi simpelt hen ikke kan snuppe en vens nærighed, en kollegas nysgerighed eller en ægtefælles sjusk. Så er det, vi bør gribe i egen barm, for vi har en tendens til at tillægge andre de dårlige egenskaber, vi selv har – uden vi er klar over det. De negative sider ligger gemt i os selv.

Jeg har selv oplevet mange skygger, fortæller Kirsten. Og man kan så spørge: hvad kan jeg bruge det til? Jo, jeg kan prøve at blive fortrolig med skyggen, og på den måde oparbejde en tolerance, så jeg ikke bliver irriteret på andre mennesker.

I dag føler jeg, at jeg kommer meget bedre ud af det med andre, end jeg gjorde tidligere. Jeg synes, at alle andre mennesker

FORTSÆTTES NÆSTE SIDE





## DRØMMENE KAN HJÆLPE DIG TIL ET BEDRE LIV

FORTSAT FRA FØRIGE SIDE

er blevet meget sødere og mere rare. Der er ikke så meget bøv! med dem. Men selvfølgelig er det i virkeligheden mig selv, som har ændret mig!

### DRØMMESPROGET

Tolkningen af drømme består fortrinsvis i at stille spørgsmål til drømmeren om de forskellige elementer i en drøm, og ud fra svarene vil drømmen efterhånden kunne løse sig op. Man har et *symbolsprog*, men de almindeligt gældende symbolbetydninger holder ikke altid. Det kan Kirsten give et eksempel på.

– Jeg kan huske en pige, som havde drømt om en ko. Det gav de andre i gruppen associationer til varme, moderlighed, kvindelighed, næring. En ko er et positivt symbol. Men det sagde ikke drømmeren noget. Derfor måtte vi spørge: Hvad forbinder du med en ko? Hvad står den for? En dum ko, svarede hun så. Sådan var det blevet sagt i hendes barndom, og havde vi ikke fået det at vide, ville det have været umuligt at pejle sig ind på hendes drøm.

I øvrigt er det en hovedregel, at drømmeren selv véd, hvornår drømmen er tolket rigtigt. »Ja, der er den« ryger det ud af folk, eller også »Nej«. Hvis nej, så kan det være, enten fordi gruppen er på galt spor eller, fordi man ikke vil se, hvad drømmen betyder. Måske er man ikke parat.

### ÅBENHED OG VILJE

– Hvis jeg fornemmer, at et nej skyldes, at drømmeren ikke er parat til at tage fat på netop det problem, så vil jeg vente og forelægge det igen, når en ny drøm bringer det på bane, fortæller Kirsten.

Hun forklarer, at det er et spørgsmål om en hårfin balance at respektere drømmerens ret til at holde igen og samtidig presse lidt på.

– Man er selv herre over, hvor meget man vil ud af busken, men ens åbenhed og vilje til at give oplysninger fra sig er afgørende for resultatet. Det kan være tungt for gruppens arbejde, hvis en drømmer ikke vil ud med sagerne, siger Kirsten.

– Når man er i en drømme-gruppe, nytter det ikke, at man udelukkende snakker om de problemer, man har. Man må også handle. Det er vigtigt for gruppens vækst, at man ikke kommer igen og igen med det samme problem. Man må følge problemerne op og gøre noget ved dem. Bare i det ganske små!