



Särtryck ur

CJP NYHETSMBREV

Nr 41:5 Juni 2006



# DRÖMUMGÄNGE OCH DRÖMTOLKNING

av

Sylvia Brinton Perera

**I den experimentella drömforskningen finner man stöd för Jungs uppfattning att drömmarna är oförvrängda och inte syftar till att dölja sin innebörd utan snarare tvärtom. De återger och gestaltar en syntetisering av våra yttre och inre erfarenheter i meningsfulla och kreativa bilder som medverkar till att föra individens psykiska utveckling framåt.**

*Sylvia Brinton Perera är jungiansk analytiker verksam i New York där hon även undervisar vid C G Jung Institute. För svensk publik är hon framför allt känd som författare till bästsäljarna **Inannas resa** och **Syndabocken**.*

Själva drömmen är i strikt mening minnet av drömmandet och därmed ett naturligt och nödvändigt uttryck för livskraften på samma sätt som en blomma, en orkan eller en mänsklig gest är ett uttryck för och en manifestation av denna kraft. Drömmen återger ett slags tillstånd av medvetenhet under sömnen, men som de flesta lagt märke till kan det vara svårt att minnas vad som skett under drömmandet så att det går att formulera som en dröm. I sina bilder syntetiserar drömmandet och den eventuella drömmen det förflytna och nuet, liksom personliga och kollektiva erfarenheter.

Med "tolkning" avser vi inte en direktöversättning av den nattliga världens bilder och upplevelser till dagsvärldens medvetna språk. En dylik pryddlig dualism, dvs att tilldela drömmen en entydig mening, är inte bara en artefakt inom såväl psykologin som fysiken, utan det står mer och mer klart att den är grovt missvisande.

På samma sätt som REM-processerna tjänar till att integrera komplex information under medvetandets tröskelnivå, fylls och struktureras dagsvärldens medvetenhet med bilder som gör denna meningsfull. Trots att drömmandet och det verbala återgivandet av drömmen är lokaliserade till skilda delar av hjärnan, inser vi i allt större utsträckning att dröm och vaka är delar av samma verklighet, en verklighet

som är både andlig och fysisk. Båda tillståndet kan betraktas och förstås ur en mängd olika perspektiv och båda kan tolkas metaforiskt eller symboliskt.

Drömmen och drömmumgänget kan fylla många olika funktioner. Man kan likna drömmen vid vattnet i ett vattendrag som kan skopas upp och användas till matlagning eller till att släcka törsten. Det kan också kanaliseras eller ledas i rör för att driva turbiner, fylla simbassänger eller spola toaletter. Det kan lämnas i fred i sin strömfåra och stilla betraktas eller "användas" för vila, kontemplation eller som inspirationskälla för konstnärligt skapande. Den energi som finns i våra drömbilder kan således användas till mycket. Ett kreativt drömmumgänge har satt sina spår inom såväl vetenskap som konst. Ett klassiskt exempel är

***"För att kunna göra någorlunda rättvisa åt våra drömmar måste vi äga en utrustning för att tolka dem, en utrustning som mödosamt måste sammanfogas av delar från alla mänskliga vetenskapsgrenar." (CW8:527)***

Kekulés berömda dröm/vision om ormen som biter sig själv i svansen, en dröm som ledde honom fram till lösningen på problemet med bensenets molekylstruktur. Detta är bara ett av många exempel på hur drömmumgänget bidragit till konstnärligt skapande, psykisk utveckling och fördjupad andlighet. Som någon uttryckt det:

*Drömmens överordnade funktion är att utveckla, underhålla, reglera och då så fordras, att återställa psykiska processer och strukturer. (Fosshage, J.: The psychological function of dreams: a revised psychoanalytic perspective, 1983)*

Drömmen har följaktligen också en läkande effekt. Förutom att den för jaget visar upp metaforer och symboler för det kontinuerliga psykiska energiflöde som vidmakthåller och formar individens liv, visar den också fram de felaktiga mönster som oundvikligen ingår i våra personliga föreställningar och beteenden. Drömmarnas gestaltning av den ständiga växelverkan mellan dessa konstruktiva resp destruktiva energimönster kan ge ovärderlig vägledning såväl under en terapeutisk process som i vardagen.

Drömmen återger ett eller flera budskap som rör drömmarens psykiska strukturer eller komplex, både i nuet och i det förgångna. Drömmen ger också information om drömmarens relationer till de människor på vilka dessa strukturer och komplex projiceras. Varje dröm berättar om drömmarens psykiska krafter, utvecklingsmönster och utvecklingspotential, och drömmaren kan på alla dessa nivåer lära sig något om hittills okända aspekter av den egna personligheten och om hans eller hennes relation till de djupgående existentiella frågorna.

För att på ett adekvat sätt kunna ta oss an en dröm i syfte att tolka den, behöver vi utveckla en sorts "integrerande medvetenhet" som kan användas när vi betraktar dagens och nattens bilder, händelser och handlingar. För att åstadkomma detta måste man kunna skifta mellan mytologisk, allegorisk, symbolisk och rationell medvetenhet på samma sätt som då vi försöker växla från en för situationen relevant typologisk funktion till en annan. På detta sätt kan man få fram olika perspektiv på den psykologiska innebörden hos en given situation, det må sedan vara en yttre händelse eller en dröm.

För att exemplifiera möjligheterna hos detta mångfacetterade sätt att närma sig en dröm eller en drömbild, kan vi använda en förenklad analogi ur det dagliga livet. Om vi tänker oss att vi upptäcker en röd fläck på ett träd. Den kan betraktas som ett objekt med en speciell

CJP NYHETSMBREV

ISSN 1652-2125

Utges av CJP Centrum för Jungiansk Psykologi AB två ggr/år (juni och december). Upplagga 5.000. Ansv. utgivare: Gunlög Raihle.

fysisk uppgift, kanske märker den ut en stig, en speciell plats eller ett visst träd. Men vi kan också se den som en punkt i ett visuellt mönster, eller som ett metaforiskt eller symboliskt budskap, som en stimulans för att få fram minnesbilder, som en demonstration av egenskaperna hos den i dess molekyler bundna energin, som ett uttryck för någons fantasi (resterna av en bild någon försökt måla) eller som en färgmässig kontrapunkt bland skogens gröna nyanser. Den kan vara ett uttryck för alla dessa aspekter av vår medvetenhet, men också för många andra. En ordentlig undersökning av den röda fläckens tänkbara innebörd eller

innebörder fordrar att undersökaren är öppen för alla dessa möjligheter men också att denne kan välja vilken eller vilka som är mest adekvata och tillämpliga i den givna situationen.

Och precis så är det med drömmen och dess bilder. Som Jung uttryckte det:

*För att kunna göra någorlunda rättvisa åt våra drömmar måste vi äga en utrustning för att tolka dem, en utrustning som mödosamt måste sammanfogas av delar från alla mänskliga vetenskapsgränar. (CW8:527)*

Jag skulle vilja tillägga att utrustningen måste kompletteras med "delar" från de sköna konsterna och det andliga livet.

*[Texten ovan är en redigerad version av Sylvia Pereras "Introduction to Clinical Dream Interpretation", 1989. Sv. övers.: Lennart Wahlén.]*



Centrum för Jungiansk Psykologi AB

Vintervägen 29, S-169 54 Solna. Tel/fax 08-83 07 00