

Senoi-folkets mener at forandringer i de handlinger man gjør å drømmene kan forandre personens selvbilde og det bilde vedkommende har av andre mennesker og omgivelsene.

Senoi-folket er en urbefolkning som lever i høylandet I Malaysia. De beskrives som et lykkelig folk, de lever sammen uten vold og krim, og det rapporteres at de ikke lider av mentale sykdommer. Det de er kjent for er en metode de har utviklet for å arbeide med drømmene på. De gjør drømmene om til en arena der konflikter løses på en måte som opprettholder sjelelig sunnhet og fredelige forhold i stammen.

Det var rundt 1970 at kunnskapen om Senoi-folkets drømmeteknikker nådde Vesten. Patricia Garfield bok "Creative dreaming" fra 1974 ble en bestselger, og fant også veien inn i mine bokhyller.

Hun beskriver hvordan livet for Senoifolket er som en sammenhengende drømmeutforskning. Dette foregår i hver familie og begynner allerede ved frokostbordet. Alle husker drømmene sine og unge og eldre forteller dem.

Når et f. eks. barn har fortalt sin drøm, hvordan det reagerte i drømmen, får vedkommende både applaus og støtte. Slektningene gratulerer vedkommende med rette drømmehandlinger og valg, og korrigerer vedkommende når valgene kunne vært bedre i forhold til den drømmekunnskapen de besitter.

Etter at drømmene er blitt fortalt og kommentert i heimen, fortsetter mange av familiemedlemmene diskusjonen om drømmene i stammeråd, der drømmene deles i en større gruppe.

Det meste av dagens aktiviteter bestemmes ut fra drømmetolkning og er inspirert av drømmehandlinger. De fleste viktige livsbeslutninger tas på bakgrunn av drømmevarsler og innsikter.

Gjennom drømmeteknikkene de bruker lærer menneskene til å ta fatt i drømmene, korrigere drømmejegets handlinger og ikke minst, søke en belønning som et tegn på at handlingene var rette og riktige.

Slik summerer Patricia Garfield opp Senoi-folkets drømmeteknikker:

“Always confront and conquer danger in dreams. If an animal looms out of the jungle, go toward it. If someone attacks you, fight back”.

Dette betyr at den som er offer i en drøm skal angripe fienden i rømmen. Man skal kjempe til døden, om nødvendig.

Døden av en fiende i en drøm forløser en positiv kraft fra den parten i ens eget indre som har formet dette tvetydige eller fiendlige drømmebildet. Essensen av den fienden som du drepte vil komme tilbake som en hjelpsom og positiv person for deg.

Always move toward pleasurable experiences in dreams. If you are attracted to someone in a dream, feel free to turn the attraction into a full sexual experience.

“If you are enjoying the pleasurable sensations of flying or swimming, relax and experience them fully”.

Om man altså erfarer noe behagelig i en drøm skal man la det få utfolde seg, det også om erfaringen er erotisk. Man kan ifølge Senoi-folket ikke oppleve for mye velbehag eller kjærlighet i drømmelivet.

Om man møter en vennlig drømmefigur, så aksepter og ta i mot hjelpen fra denne.

Om du drømmer om mat eller annet av verdi, del dette med andre drømmefigurer.

“Always make your dreams have a positive outcome and extract a creative product from them. Best of all in this regard, try to obtain a gift from the dream images, such as a poem, a song, a dance, a design, or a painting.”

Etter hver drøm skal man altså be om en gave. Det er en god ide å lage et uttrykk for gaven, tegne et bilde, skrive ned et dikt, synge eller danse denne gaven, altså prise gaven i det våkne livet. Det er også anbefalt å dele drømmene med andre interesserte mennesker.

Patricia Garfield skriver:

“ In my opinion, “killing” a dream image in the Senoi terms is not harmful, since the effort is made to produce a positive figure in its stead.... Once the dream enemy has been confronted and conquered, the Senoi say its spirit should be forced to give the dreamer a gift... That gift can be a poem, a story, a song, a dance, a design, a painting or some other beautiful thing. Or it can be something useful, such as an invention or an solution to a problem.

Senoi-folkets drømmeteknikker er et komplekst system, med mål å forandre drømmer og menneskelig adferd så drømmekarakterene samarbeider med den enkelte personen på sosialt akseptable måter. Forandringer i drømmehandlinger kan forandre personens selvilde og det bilde vedkommende har av andre mennesker og omgivelsene.

Så langt Senoi-folket og det som omtales som deres drømmeteknikker.

For meg er dette ren sjamanisme. Dette er den måten Senoi-folket arbeider med åndene på. At det kalles drømmeteknikker og at ikke sjamanisme tror jeg skyldes det faktum at sjamanisme ikke var oppe i dagen på den tiden.

Jeg tror at trommereiser og drømmer utvpiller seg stort sett i samme sfære, forskjellen er bare utgangspunktet, Under trommereiser er utgangspunktet våken bevissthet, mens drøm foregår omgitt av søvn.

Det jeg er interessert i er om disse tenkikkene også brukes på sjamanreiser? Eller må man bare anvende dem på drømmer mens man sover? Kan de være nyttige og fungere også i sjamansonen, i mytologisinet?

Prøv selv. Gå inn i din kontemplative modus, se deg om i mytologilandet og bruk disse tipene om hvordan du skal handle om du møter en drømmefiende, noe uklart truende eller har en erfaring av noe vennlig, endog noe erotisk. Se hva som skjer. Forlang så en gave. Skriv det hele ned. Kanskje kan du gi noen tilbakemeldinger her på forumet.

Mvh ailo gaup

Patricia Garfield:

Creative dreaming

ISBN 0-345-33144-3