

## Afvallen en lijnen

### De woordbrug aan het werk in dromen over afslanken

Barbara Roukema-Koning

Na de bevalling van ons derde kind bleek het een moeizame klus te zijn om mijn gewicht te beheersen. Ik werd geleidelijk aan steeds zwaarder. Meerdere pogingen om terug te komen op mijn gewicht van vóór de zwangerschap hadden hooguit tijdelijk resultaat. Vier dromen hebben het thema 'afslanken' heel beeldend weergegeven. De droombeelden bieden een verwerking van de woorden 'lijnen' en '(af)vallen'. De vier dromen illustreren hoe het onbewuste gebruik kan maken van de mogelijkheden die de taal biedt. (\*)

Een programma van een afslankclub was weliswaar technisch gezien effectief, maar vergde erg veel strijd 'tegen' mezelf. Een groeiende twijfel kwam in mij op of ik mezelf niet veel te veel aan het forceren was. Twee korte dromen in één nacht bevatten scènes die ik interpreteerde als een signaal dat deze methode om af te vallen té rigoureuus was.

1° droom: *Er rijdt een zware vrachtwagen over een viaduct. De kolos blijft niet op koers en valt van het viaduct af. Wanneer ik ga kijken zie ik dat de vrachtauto is beland op een aantal containers met afval naast een huis.*

2° droom: *Ik zie een baby die langs een muur naar boven aan het kruipen is. Dan zie ik dat het kind vanaf een hoogte van ongeveer een meter van de muur af valt.*

De dromen vertelden me dat deze methode om af te vallen als het ware was: vragen om een ongeluk. Ik ben er toen definitief mee gestopt.

Na veel zoeken vond ik uiteindelijk de sleutel tot begrip van mijn stofwisseling en ik volgde een voedingskundig programma met daarop aansluitende adviezen. Deze keer verliep het afvallen met gemak en met (blijvend) succes. In alle opzichten had ik over de aanpak een goed gevoel. Na zes weken moest een beslissing vallen over de te volgen richtlijnen: was ik al toe aan een wat vrijere benadering van mijn voedingspatroon of wilde ik dezelfde strikte adviezen van de eerste fase nogmaals voor zes weken doorlopen?

Ik droomde over een brug met touwen. Touwen zijn *lijnen*; deze heb ik uitgelegd als de verbeelding van de *richtlijnen* bij overbruggen van de oude naar de nieuwe situatie (in het *lijnen*). De droom maakte me duidelijk dat ik aan een grotere vrijheid nog niet toe was.

*Ik loop over een smalle en wat wankel hangbrug die een kloof tussen twee bergen overspant. De bodem is van hout en de leuning e.d. bestaan uit touwen. Tussen de touwen is veel hoogte, dus als je niet oppast kun je gemakkelijk tussen de touwen door van de brug afvallen. Ik verplaats me een tijdje behoedzaam vooruit. Bij een tussenstop is mijn bedoeling om even, leunend over een touw, naar het uitzicht beneden te gaan kijken. Daartoe begin ik mijn zwaartepunt te verplaatsen van het midden van de brug naar een kant. Maar hoe voorzichtig ik die beweging ook uitvoer, als reactie begint wel de hele brug mee te zwenken en ik schrik! Ik zet mijn voet dan meteen weer terug naar een plaats in het midden. De veilige plaats is duidelijk alleen helemaal binnen de lijnen.*

Dat mijn al zo lang durende moeite met gewichtsbeheersing nu volledig gekeerd is, wordt duidelijk in de vierde droom.

*Ik bevind me op een kruispunt in de Amsterdamse buurt De Pijp. Daar zie ik een tram aankomen. Op het kruispunt rijdt hij niet rechtdoor maar draait hij en keert weer terug. Toekijkend bij het rondkeren verwacht ik dat dit niet goed kan gaan en dat de tram wel uit de rails moet raken. Een tram is toch stram. De bocht die ik de tram zie maken moet gewoonweg wel té nauw zijn. Maar de tram blijkt heel flexibel en wendbaar te zijn, haast van elastiek. Het omkeren gaat dus prima en de tram rijdt vlot verder na het keren. Direct erna komt uit een zijstraatje een enorme olifant aangelopen. Hij steekt nu over - precies op de plaats waar de tram keerde. Ik vraag me in mijn droom af of de tram soms om die reden gekeerd is; zo keurig op tijd om niet met dat beest in botsing te komen. De olifant heeft modderspatten op zijn buik.*

Ook deze droom heb ik in verband gebracht met mijn inspanningen om af te slanken. De modderspatten op de buik van de olifant drukken mijn gevoel van afkeer uit; afkeer van mijn - in mijn eigen ogen - lompe gestalte. Dat de tram tijdig is gekeerd drukt uit dat dit lot voorkomen kon worden. Ook in deze droom blijken de woorden 'lijnen' en 'afvallen' aan het werk te zijn, maar wel indirect. De betreffende tram is *lijn* zestien. Deze droom vindt plaats in week zestien van het volgen van het voedingsprogramma [=lijnen]. En op het Amsterdamse kruispunt van de droom was ik in werkelijkheid een aantal jaren geleden van mijn fiets *af gevallen* toen ik op een regenachtige dag met mijn fietsband in de gladde tramrails gleeed en mijn controle over het stuur verloor. De droom drukt uit dat een onmogelijk lijkende keer is gekomen in een situatie waarover ik al lang geleden de controle ben kwijt geraakt.

(\*): vgl. o.a. Stroeken 2005, p 104 en verder.

Literatuur: Stroeken, H. (2005). *Dromen, brein en betekenis*. Boom: Amsterdam.