



**Bli en
drömfångare
och skapa magi
i din värld!**

Drömmar erbjuder nattliga avläsningar av din fysiska, känslomässiga och andliga hälsa. Genom att följa dessa rapporter kan du observera ditt hälsotillstånd, dina relationer och din egen utveckling. Det säger Robert Moss, drömlärare med världen som arbetsfält och skaparen av "Active Dreaming", en unik syntes av modernt drömarbete och gamla shammanska tekniker för att resa utanför den ordinära verkligheten och stärka den kreativa fantasin.

Text: Agneta Orlå **Bild:** Brian A Jackson, arasoft, Jozef Klopicka, IgorZh (shutterstock.com) **Bildmontage:** Åsa Östlund **Foto:** Giedre Rein

För 10 år sedan deltog jag på en spännande workshop för Robert Moss. Hans sätt att undervisa och arbeta med drömmar gjorde ett starkt intryck på mig, och jag började själv använda shaman-trumman som en ständig följeslagare på mina egna drömkurser. Sedan dess har jag fördjupat mig mer i hans inspirerande böcker och deltagit i flera av hans webbkurser. Inför utgivningen av hans bok "Growing Big Dreams" bokade jag en intervju med honom.

HUR KÄNNES DET för dig Robert att nu i coronatider uppleva kontrasten till att inte längre vara på resande fot 6 månader om året och hålla drömseminarier världen över som du är van vid, och istället finna dig i de aktuella begränsningarna?

Han skrattar och säger:

- Ja, det är faktiskt riktigt frustrerande. Jag lever som en eremit och saknar mötet och interaktionen med alla mina grupper mycket. Men jag är väldigt upptagen på nätterna nu och har mycket kurser i mina drömmar. I nattens dröm fanns du också med Agneta!

- Den tid vi lever i nu är skrämmande på flera sätt men genom drömmarna kan vi faktiskt ändå roa oss och strunta i social distansering. Vi kan vara hur fysiskt nära våra kära vi vill och träffa hur många vi vill. Och vi kan resa utan att behöva lämna hemmet. Drömmandet handlar alltid

om att resa, att nå djupare verkligheter och påminner oss om vad själen önskar. Jag tror att många hungrar efter tillgång till upplevelser som dessa nu. Jag har också noterat under denna period att fler människor blivit mer öppna för sina drömmar och sitt inre liv. Många har berättat för mig att de mött sina döda anhöriga i drömmar till exempel, något de säger att de aldrig upplevt tidigare, säger Robert Moss.

FÖRUTOM ATT VI får fantastisk vägledning av våra drömmar vad anser du att drömmarna mer kan erbjuda?

- Vi får kontakt med en större kraft, får större perspektiv, kontakt med den andliga världen och erbjuds en källa till visdom. Drömmar handlar dessutom om kontakten med vår själ. Att så många människor inte kommer ihåg eller intresserar sig för sina drömmar handlar om en form av "själsförlust", en bristande kontakt med det inre livet. I vår tid har vi tyvärr glömt bort drömmandets konst. Det är därför det är så viktigt att vi för in drömmandet igen i allas våra liv, anser Robert Moss.

ROBERT MOSS BERÄTTAR att han på ett mycket konkret sätt fått drömvarningar som tre gånger räddat hans liv undan trafikolyckor. Han exemplifierar med en dröm som gjorde att han undvek en frontalkrock med en stor långtradare. I drömmen är

han på väg hem i sin bil och kommer till en korsning där det finns en bensinstation. Där stannar plötsligt drömmen.

Han beskriver att himlen såg underlig ut, gul himmel och lila moln, det känns väldigt konstigt och han upplever att han blir indragen i en tunnel där allt blir svart och vitt. Han inser då att han precis har dött, och hamnat i ett övergångstillstånd mellan den fysiska och den andliga världen. Han förstår att drömmen är en varning, att han skall vara väldigt försiktig och ordentligt memorera korsningen, omgivningarna och bensinstationen.

TVÅ VECKOR SENARE kommer han körande på väg mot den korsningen, och ser en lastbil som blockerar sikten framför honom. Normalt hade han kört om lastbilen men kommer ihåg att det var just här som drömmen stannade. Han saktar in bilen och får se en stor

Vem är du i dina drömmar?

1. Ser du annorlunda ut i dina drömmar? Kanske det finns en magiker eller en filmstjärna inne i dig trots allt. Är du i samma ålder och av samma kön? Verkar du vara en helt annan person eller till och med tillhöra en annan art?

2. Är du deltagare eller åskådare?

3. Är du aktiv eller passiv? Vem tar ledningen?

4. Är du naken eller opassande klädd i offentliga sammanhang? Läger andra människor i drömmen märke till detta? Bryr de sig om det?

5. Vad gör du och vad gör du inte i drömmen? Vad känner du för det? Hur skulle du beskriva din attityd?

6. Påminner ditt drömjags handlingar och attityder om ditt vakna jags eller är de annorlunda?

Jämför dina svar på frågorna med situationer i vakenlivet. När känner du dig blottad och oskyddad? När låter du andra styra och ställa?

"Kraften väntar på dig och att du skall vakna upp till din potential!"

långtradare i full fart som kommer rakt emot honom på andra sidan vägen ...

Robert menar att om vi tränar oss att lägga märke till det som sker i våra drömmar har vi också en möjlighet att ändra utgången av händelser eftersom drömmarna ofta är före verkligheten. ▶



Robert Moss, född 1946 i Melbourne är en australisk författare bosatt i USA. Han har skrivit ett flertal böcker, mestadels om drömmar och drömtolkningar. Han håller kurser i drömmar och shamanism.



” Det handlar om att vakna upp till helande, kreativitet och guidning genom källor utom räckhåll för vårt vardagliga sinne.

Övning!

Ställ din fråga till världen

Denna övning handlar om att på olika sätt leka med synkroniciteter i vardagen för att se hur omvärlden talar till oss i tecken och symboler. Det är en av metoderna av det Robert Moss kallar att vara en "kairomancer", att fånga tillfälligheterna i de speciella ögonblicken innan de gått oss förbi.

1. Finn din fråga

Bestäm dig för vad du behöver ha reda på nu, vad du behöver vägledning ikring. Skriv ned den så enkelt och specifikt som du kan.

2. Ta med dig din fråga ut i världen.

Bär med dig din fråga under en bestämd tidsperiod. Bestäm dig för hur lång tid du vill vänta på ett svar. Lägg din nedskrivna fråga i plånboken eller i fickan, så att du kan kasta en blick på den lite då och då. Säg till dig själv: "Den första ovanliga sak som fångar min uppmärksamhet kommer att ge mig svaret på min fråga."

Du har nu skapat en synkronistisk inställning, där det som händer med dig under den tid du har avsatt kan ha ett direkt samband med din fråga. Lycka till!

HUR KOM DET SIG att du som bästsäljande romanförfattare, tidigare historieforskare, utlandskorrespondent och tidningsredaktör sadlade om till att börja undervisa om drömmar och drömarbete?

- I mitten av åttiotalet började jag tröttna på det hektiska New York-livet som jag var en del av. Mitt liv kändes tomt och jag längtade ut på landet. Det var dags att slå av på takten, rota mig och ta reda på vilken riktning det var mening att jag skulle gå som författare och människa.

- Det var bland annat ett träd, en 400 år gammal ek och en rödstjärtad hök som guidade mig till den gård jag köpte, i en serie av flera fantastiska synkronistiska händelser.

EN NATT, EFTER DET att Robert flyttat in, och befann sig i tillståndet mellan dröm och vakenhet, var det något som kallade på hans uppmärksamhet.

-Det var en gammal indian kvinna, klanmoder och helare som talade till mig i drömmen på ett språk som jag senare förstod var mohawkernas språk. Hon återkom i en rad drömmar och jag skrev ned det hon sade fonetiskt. För att förstå vad hon förmedlat till mig begav jag mig till Six Nations-reservatet nära Montreal och

lärde mig genom mohawkerne att dechiffrera det hon förmedlat av drömkunskap till mig. Språket var ålderdomligt och svårtytt för dem vilket antagligen visade på att hon levte för flera hundra år sedan.

ROBERT MOSS BESÖKTE flera indianreservat i sina efterforskningar och fick av irokeserna lära sig att de är ett drömmande folk.

- De ser på drömmar som "själens önskningar", och får genom dem en djupare andlig kontakt. Lyssnar vi inte eller värdesätter denna källa förlorar vi enligt dem själslig energi. De lär sina barn att drömmar är den främsta källan till vägledning vi har i livet.

I EN IROKESBY var det första man gjorde på morgonen att dela sina drömmar och de förstod att drömmar kräver handling.

- Irokeserna delar uppfattningen att vi drömmer allt innan det händer, en insikt som innebär att vi kan få varningar om vad som är på gång att ske i våra liv och därmed en chans att förändra utgången. De anser också att drömmarna avslöjar de psykiska och andliga orsakerna till sjukdomar innan de fysiska symptomen utvecklats. Dessa upplevelser var omvälvande för mig.

FÖRUTOM ATT ROBERT intensivt studerade shamanism och andlig litteratur, deltog han också i en shamansk workshop för *Michael Harner*, antropolog som gjorde de shamanska teknikerna tillgängliga för västerlänningar.

- Det jag upplevde under workshoppen - en färd i övervärlden ledd av trumman - fick en avgörande betydelse för min känsla av mål och mening i livet. Det gick inte längre att skriva de thrillers jag tidigare försörjt mig på. Trots att räkningarna började samlas på hög och jag behövde pengar så upplevde jag att kreativiteten sinade.

- Drömkällan tryckte på starkt och ville att jag skulle ta en helt annan väg i livet. Ytterligare en stark dröm stärkte detta. En samling naturfolk lade glödande kol på mina ögon, öron, tunga och hjärta och förmedlade att det var för att öppna kanalen till att jag hädanefter enbart skulle tala ur hjärtat. Jag fick lova mig själv att hädanefter enbart göra så. Och den vägen har jag också följt sedan dess, berättar Robert Moss.

DU NÄMNER DRÖMKÄLLAN, kan du förklara vad du menar?

- Man skulle kunna använda *C G Jungs* term Själv, men för mig så räcker det att säga att mina drömmar kommer från en

källa som är oändligt mycket djupare och visare än jag. Gud skulle man kunna säga, förklarar Robert Moss.

DU ÄR INTE EN anhängare av drömlerikon precis, utan vill istället lära ut att vi stärker vår egen förmåga att hitta den egna drömbetydelsen och du har utvecklat ett eget koncept att arbeta med drömmar som kallas "Active dreaming". Vad handlar det om?

- För det första så tolkar vi inte varandras drömmar, utan utgår ifrån "Om det var min dröm så ..." när vi lämnar drömfeedback till någon. Vi letar hela tiden efter råd kring hur vi ska agera och handla annorlunda utifrån drömbudskapet, inte enbart stanna vid en förståelse av drömmen.

- "Active dreaming" bygger också på att förstå att drömmar inte bara handlar om vad som sker på natten då vi sover. Det handlar om att vakna upp till helande, kreativitet och guidning genom källor utom räckhåll för vårt vardagliga sinne. Aktiva drömmare vet att världen omkring oss alltid talar till oss om vi bara är uppmärksamma.

TILL EXEMPEL KAN vi i "The Lightning Dreamwork Game" på ett snabbt och roligt sätt arbeta med och ge feedback på varandras drömmar och dra nytta av prekognitiva eller diagnostiska drömsymboler som hjälper oss med kreativitet eller healing.

- För att hitta mer förståelse kring drömmen lär jag också ut flera tekniker i att medvetet resa in i drömlandskapet igen, i både den egna drömmen eller någon annans. Där kan vi ha en dialog med de olika drömsymbolerna i våra drömmar för att lyssna till vilket budskap de har att förmedla till oss. Genom shamanska medvetenhetstekniker kan vi resa in i framtiden, in i parallella verkligheter för att träffa våra parallella jag som lever annorlunda liv baserade på andra livsval än de vi har gjort, eller för att ta kontakt med och bistå och stötta vårt inre barn som kanske fortfarande lider av besvärliga barndomsupplevelser, berättar Robert Moss.

DU HAR JU SJÄLV haft det tufft och ensamt i din barndom med flera nära döden-upplevelser under många och långa sjukhusvistelser. Hur har drömmarna som varit med dig sedan barnsben kunnat hjälpa dig?

- Jag skulle nog inte överlevt barndomen utan drömmarna. Men jag har också hela mitt liv letat efter gåvan i de utmaningar jag fått. Drömmarna och ut ur kroppen-upplevelserna gav mig erfarenheter jag inte fick genom det vakna livet. Jag fick drömvänner och upplevde fantastiska saker med dem, men när jag berättade vad jag varit med om för den konservativa militärfamilj jag kom ifrån orsakade det enbart problem då mina upple-



velser sågs som hallucinationer. Men en aboriginsk pojke jag lärde känna förstod precis när jag berättade vad jag varit med om i mina drömmar och vilka jag stött på där. I den kulturen var det självklart att färdas genom tiden, att prata med döda och att ha kontakt med andra väsen, säger Robert Moss.

ATT ARBETA MED föreställningsförmågan och kraften i fantasin är också en aspekt av drömmandet som Robert Moss vurmar för. Hans senaste bok "Growing Big Dreams" har undertitel "Manifestera ditt hjärtas längtan genom fantasins tolv hemligheter".

Boken visar på ett både praktiskt och passionerat sätt att klara av utmanande och svåra tider. Ett uttryck som han ofta nämner är "Ju starkare fantasi, desto starkare resultat". Han menar att vi alla behöver se oss som aktiva magneter och på det sättet lära oss bli praktiska magiker, helare och visionärer och förändra en värld till en annan. Då kan vi drömma fram en värld där vi löst klimatfrågan och

återställt balansen med Moder Jord. En värld där själen får ta plats och där vi delar drömmarna på natten liksom våra livsdrömmar med varandra.

JAG BER SLUTLIGEN Robert Moss om ett råd att lämna till Frees läsare:

- Kraften väntar på dig och att du skall vakna upp till din potential. Drömmar och synkroniciteterna i din värld hjälper dig med det och tiden att göra det är nu! Din "bigger story" letar efter dig. ☺

Plus mer

www.mossdreams.com
Robert Moss har bland annat skrivit:
"Growing big dreams" (2020).
"Mysterious Realities" (2018).
"The Boy Who Died and Came Back" (2014).
"Dreaming the Soul Back Home" (2012).
"Active Dreaming" (2011).
"Dreamgates" (2010).
"Dreamers Book of the Dead" (2005).
"Dreamways of the Iroquois" (2004).
"Dreaming True" (2001).

Drömtolkning Känslor Dagdrömmar



Louise Minerva-Li är en av Sveriges främsta drömkännare som med sin förmåga att förena psykologi och esoterisk kunskap är unik.

Heart Dreaming Publishing – ett drivhus för inre växt | www.heartdreaming.se