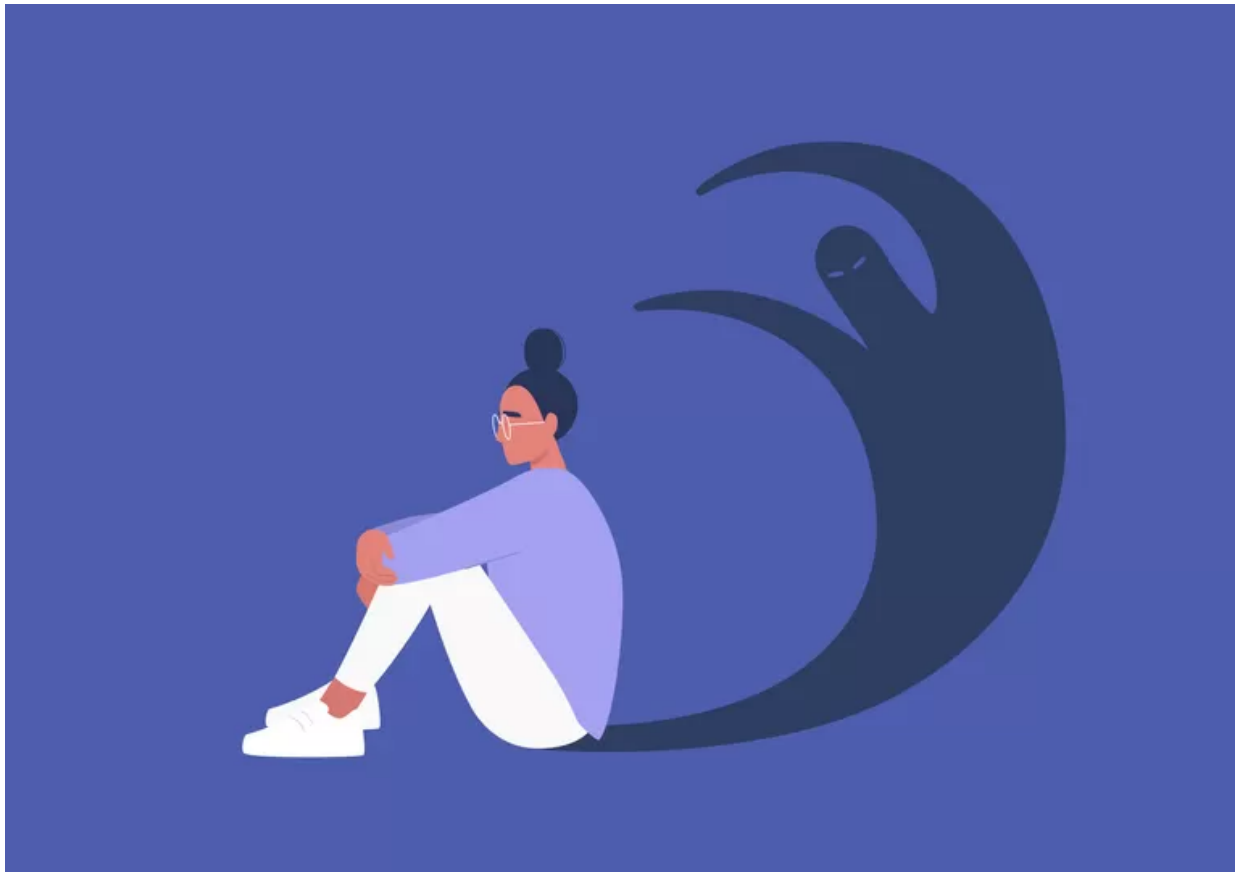


Dit betekent het volgens de expert als je achtervolgd wordt in je droom

7 maart 2023



PREMIUM

Geschrokken wakker worden in de nacht, omdat je werd achtervolgd door iets of iemand. Je rent weg, verstopt je of je probeert de achtervolger te slim af te zijn. Herkenbaar? Droomexpert Ilse van der Jagt legt uit wat deze droom betekent.

“Kort geleden kwam er vrouw bij mij langs die graag de betekenis van een droom wilde achterhalen. Ze vertelde dat ze telkens een monster tegenkwam in de kelder van haar huis. Om de betekenis te

kunnen achterhalen, vertelde ik dat ze ervan uit moest gaan dat alles wat je droomt, je zelf ook bent. Zij was dus ook het monster in haar droom," vertelt Van der Jagt. "Vanuit deze gedachte stelde ik de volgende vraag: waar staat dat monster voor die in de kelder op je zit te wachten? Op deze manier kwamen we er uiteindelijk achter dat het monster stond voor een enorme innerlijke kracht. Een kracht die zij wel vaker in haar leven kon gebruiken. Een achtervolging kan daarom heel spannend en eng zijn, maar de betekenis hoeft niet altijd negatief te zijn."

Kijk achterom

Bij een achtervolging vlucht je weg voor iets of iemand en je bent bang dat je wordt gepakt. De centrale energie bij deze droom is daarom vaak een bepaalde dreiging, stelt Van der Jagt. "We zijn vaak bang om achterom te kijken en te beseffen: wie of wat achtervolgt mij nou eigenlijk? Maar deze vraag is wel essentieel om de betekenis van deze droom te kunnen achterhalen. De kans is namelijk groot dat het om iets gaat, dat je (nog) niet onder ogen hebt willen of kunnen zien. Je bent er als het ware voor 'gevlucht'. Kijk daarom wel achterom en ga op onderzoek uit."

Negeren kan omslaan in een achtervolging

Als je weet wie of wat je achtervolgt, is het belangrijk om na te gaan waarom het een achtervolgingsdroom is. Van der Jagt: "Achtervolgingsdromen gaan vaak over dingen die je meer raken dan je zou denken. Negeer je iemand al een tijdje omdat diegene vervelend tegen je doet? Dan kan het zomaar zijn dat deze persoon degene is die jou achtervolgt in je droom. Je ontwijkt de situatie of je ontwijkt een gesprek met deze persoon en dat is niet de bedoeling."

Energie en emotie

Om je achtervolgingsdroom een betekenis te geven, is het ook belangrijk om te beseffen wat voor emotie of energie er gepaard gaat met de achtervolging. Van der Jagt: "Als je bijvoorbeeld wordt achtervolgd door een monster, dan kun je bij jezelf nagaan: wat voor energie straalt dit monster uit? Als je dat weet, dan kun je achterhalen of het over een energie gaat die vanuit jou komt of dat het om een energie gaat van buitenaf."

Het voorbeeld dat Van der Jagt eerder noemde, gaat om een energie vanuit jezelf, maar het kan dus ook om een energie gaan vanuit je omgeving. "Komt er in je droom een heks op je aflopen? Dan kan het zomaar zijn dat er iemand in jouw omgeving is, die volgens jou letterlijk de energie heeft van een heks. Als je dat helder hebt, kun je er iets mee doen. Je kunt dan bijvoorbeeld grenzen gaan stellen of een gesprek aangaan met die persoon. Alleen zo kun je ervoor zorgen dat deze droom uiteindelijk niet meer terugkomt," aldus Van der Jagt.

Meer weten over de betekenis van je dromen? Neem dan eens een kijkje op het *Instagram*-account van Ilse van der Jagt:

[@dromencoach](#). Droom je weleens dat je naakt bent? In dit artikel lees je welke betekenis deze droom heeft: [Dit betekent het volgens een expert als je naakt bent in je droom](#)