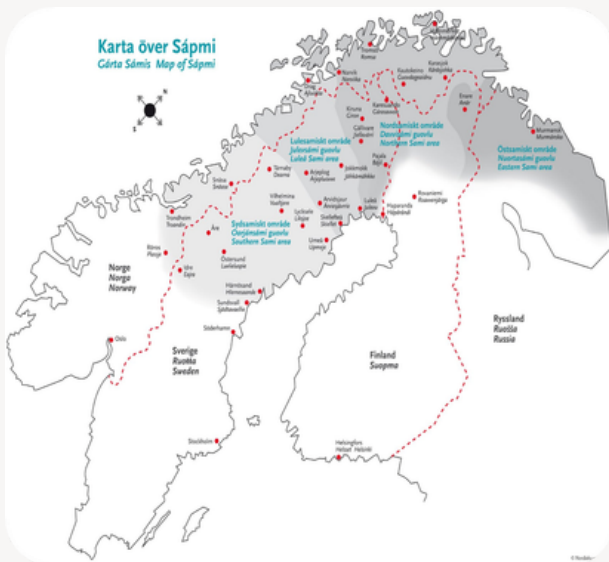




# Licht op de Sámi, inheems volk uit Noord-Europa

KO ENNUV JUVVIH OOVTSI KOLGEH, TAST ŠADDA STUORRÂ JUUHÂ  
SÁMI SPREEKWOORD: WANNEER ER VELE STROOMPJES SAMENKOMEN, ONTSTAAT ER EEN GROTE RIVIER.  
DOOR ONS TE VERBINDEN CREËREN WE WAARDEVOLLE SAMENWERKING.

**Bij inheemse volkeren denk je vaak aan verre continenten maar ken jij de Sámi? Het enige erkende inheemse volk in Europa. Mijn ontmoetingen met de Sámi en hun storytelling raken altijd weer. Graag deel ik met jou meer over hun levenswijze en wereldbeeld. Ze leven al duizenden jaren in het land, dat ze Sápmi noemen, dit omvat het noordelijke deel van Noorwegen, Zweden, Finland en Kola-schiereiland (Rusland). Een groot gebied dat nog steeds dunbevolkt is. Van oorsprong leefden de Sámi als jager-verzamelaars. Ze jaagden o.a. op wilde rendieren. In de loop van de tijd werden de Sámi semi-nomadische herders waarbij kuddes rendieren tussen seizoensweiden worden verplaatst. Terwijl de zee-Sámi, die langs de Noorse kust en aan de fjorden woonden, zich vooral bezighielden met visvangst.**



### **Gákti, oorspronkelijke kleding**

De gákti symboliseert de Sámi-identiteit. De traditionele kleding heeft heldere kleuren – diepblauw, rood, groen en goudgeel. De gákti is meer dan kleding; het is een culturele kaart.



De patronen, kleuren en accessoires vertellen waar iemand vandaan komt, tot welke familie ze behoren, of ze getrouwd zijn of niet, en wat hun sociale rol binnen de gemeenschap is.

Vrouwenhoeden en mannenriemen hebben elk een betekenis die gevormd is door eeuwenoude tradities. Franjes symboliseren de levenspaden. Er wordt geborduurd met tin-zilverdraad om geluk aan te trekken.

### **Lavvu, traditionele kegelvormige tent**

De rendierherders leefden in een nomadische tent: de lavvu, deze was gemaakt van een constructie van stokken met daaroverheen rendiervachten; binnen is een vuurplaats en bovenin een opening voor de rook. Voor meer permanente bewoning werd een grotere, koepelvormige goahti gebouwd, hierbij werd de buitenkant bekleed met turf of berkenhout.

Het dieet van de Sámi bestond vooral uit vis, vlees (o.a. rendier), kruiden, paddenstoelen, vossenbessen en cloudberry's (vitamine C). Voedsel werd vaak gedroogd, gerookt of gezouten om het hele jaar door eten te hebben.

Traditioneel gezien leefden de Sámi met meerdere families samen in een kleine gemeenschap, een siida. Het woord wordt zowel gebruikt om het gebied aan te duiden waar de rendieren worden gehouden als de mensen die voor de kudde zorgen.



### Rendier

De Sámi kennen bijna duizend verschillende woorden voor rendier, waaronder goddi (wild rendier) en boazu (getemd rendier dat gebruikt wordt om te melken). Rendieren zijn de bron van alles wat de Sami nodig hadden om te overleven in het Arctische gebied: rendieren werden ingezet voor sledetransport; gewei en botten voor het maken van messen en ander gereedschap; huiden voor trommels; rendiervlees en -melk voor kaas. De vacht van het rendier bestaat uit holle haren waardoor deze uitstekend isoleert tegen de kou en wordt gebruikt voor kleding, schoenen en de lavvu. Er wordt grote zorg besteed aan het gebruiken van elk deel van het dier, uit respect voor het (heilige) rendier wordt er niets verspild.



Een van de scheppingsmythen van de Sámi vertelt dat een wit hemels rendier de wereld heeft gebaard. Nadat deze was geofferd, ontstonden er bergen uit zijn botten, zeeën en rivieren uit zijn bloed, land uit zijn huid en bomen uit zijn gewei, waarbij zijn ogen de zon en de maan werden.

Men geloofde dat rendieren konden reizen tussen de mensenwereld en de spirit wereld.



### Beaivi, de zonnegodin

De zon staat centraal in de Sámi mythologie. Niet zo verwonderlijk, de Sámi leven deels boven de Noordpoolcirkel waardoor ze in de wintermaanden nauwelijks daglicht hebben en in de zomermaanden geen nachten kennen. Rond de langste nacht smeerden de Sámi boter op hun deurposten om zo, symbolisch de zonnegodin kracht te geven om weer

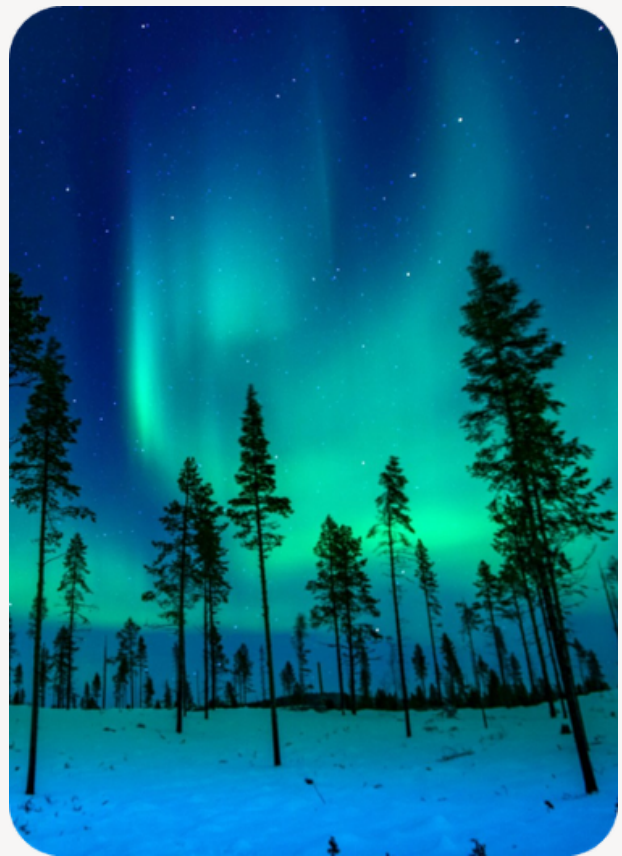
boven de horizon uit te komen.  
Daarnaast werd er tijdens de winterzonnewende ook een wit rendier geofferd aan Beaivi, de zonnegodin, om haar terugkeer te verzekeren en een einde te maken aan de lange Poolnachten.

De Sámi mythe verhaalt vervolgens van de reis die Beaivi maakt. Ze gaat als een rendier met de zon tussen haar gewei terug naar de hemel, om weer vruchtbaarheid en licht naar de aarde te brengen. In deze periode werden er ook speciaal gebeden uitgesproken voor mensen met psychische aandoeningen. De Sami geloofden dat depressies en psychoses werden veroorzaakt door het gebrek aan zon/daglicht tijdens de lange, donkere Poolwinter.



### Noorderlicht, Guovssahas

In de lange winternachten kan je in het hoge noorden, bij een heldere hemel, getuige zijn van een prachtig natuurverschijnsel: de aurora borealis.



Het ontstaat, op 80-300 km hoogte, wanneer elektrisch geladen deeltjes van zonnestormen botsen met gasatomen (zuurstof en stikstof) in de aardatmosfeer. Een schouwspel van dansende lichtsluier, gordijnen of bogen vaak groen, rood of paars van kleur.

Het Sámi woord Guovssahas, betekent het (noorder)licht dat je kunt *horen*. Als het poollicht heel dichtbij de aarde komt dan kan je geknetter, zoals elektrische vonken, horen.

De Sámi leerden van jongs af aan om buiten onder het noorderlicht stil en respectvol te zijn en er niet naar te wijzen. De dansende lichten worden veelal gezien als voorouderzielen. Een noaidi ziet het magische licht ook als een mogelijkheid om met de spiritwereld te communiceren.

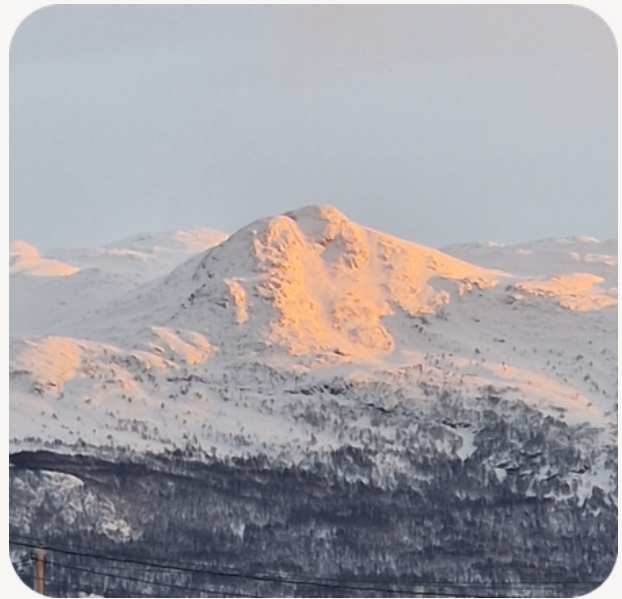
## Onderdrukking

Sápmi kende geen grenzen maar vanaf 14e eeuw trokken Scandinavische boeren naar het noorden en begonnen land in te nemen. Vanaf de zestiende eeuw werden de Sámi op grote schaal gekoloniseerd. De Sámi werden door de kolonisten: Lappen genoemd. Een naam die ze zelf als denigrerend ervaren.

Ze werden steeds meer onder druk gezet om hun animistische geloof op te geven en christen te worden. Het racisme, de onderdrukking en onverdraagzaamheid jegens de oorspronkelijke bevolking nam sterk toe en vanaf de 19e eeuw werden de Sámi gedwongen geassimileerd: ze moesten hun taal, animistische geloofsbeleving, cultuur en traditionele kleding opgeven om 'beschaafd' te worden. Tot ver in de 20e eeuw werden Sámi kinderen bij hun ouders weggehaald en verplicht naar christelijke kostscholen gestuurd. Deze gedwongen assimilatie heeft tot veel trauma en ontwrichting geleid.

## Animisme

De inheemse bevolking geloofde in het spirituele concept dat animisme wordt genoemd. Het behelst het principe dat alles op aarde als beziel wordt gezien en gerespecteerd. Elk levend wezen maar bijvoorbeeld ook stenen of water hebben een spirit. In het animisme ligt de nadruk op onderlinge verbondenheid en gelijkwaardigheid van het leven op aarde.

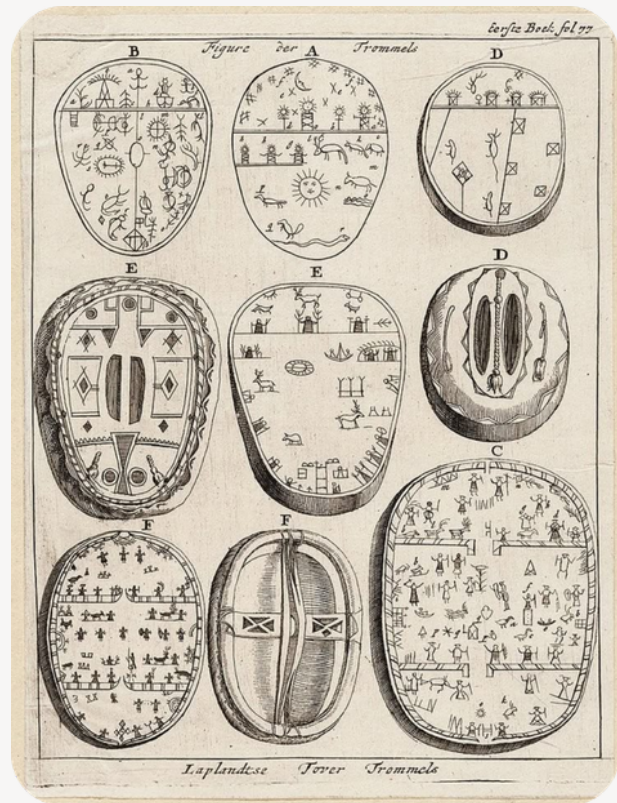


Als je je als mens respectloos gedraagt door bijvoorbeeld meer te nemen dan je nodig hebt of je de omgeving vervuilt of beschadigt dan verstoort je de balans. Het herstellen van harmonie creëert het evenwicht waar iedereen baat bij heeft. Een Sámi elder zei tegen me: “wij zeggen: wij zijn deel van de natuur, terwijl westerlingen zeggen ik en de natuur..”



## Noaidi, Sámi shamaan

Voor de Sámi zijn er naast onze wereld nog andere werelden, hier leven goden, voorouderzielen of spirits. Deze dimensies zijn vaak niet waarneembaar voor gewone mensen, maar wel zichtbaar en toegankelijk voor de noaidi, de Sámi shamaan. Elke gemeenschap had een noaidi, deze trommelde om in trance te komen. Trance is een staat waarin het brein theta-hersengolven produceert, een toestand van diepe ontspanning. Het is nodig om in een staat van meditatief bewustzijn te raken en zo te kunnen 'reizen' naar de andere dimensies. In inheemse visies zegt men dat ziekte vaak wordt veroorzaakt door het verlies van een deel van de ziel, bv na trauma. De noaidi onderzocht de oorsprong van een ziekte en zorgde voor heling van iemand uit de gemeenschap. Trommel-trance werd ook ingezet voor het stellen van praktische vragen aan de spirits of voorouderzielen. De noaidi voerde ook rituelen uit om bepaalde veranderingen te bewerkstelligen. Deze spirituele vorm noemen we shamanisme. Soms werd de Sámi-trommel ook als orakel ingezet, waarbij een sukje bot / metalen ring op een liggende trommel werd gelegd. Door te trommelen met een aanslagstok van rendiergewei bewoog de ring over de symbolen en zo kon de noaidi deze duiden en voorspellingen doen.



## Belang van de trommel

Voor de seminomadische Sámi was de trommel een *leraar*. Een heilig instrument dat de brug vormt tussen de gewone - en de spirit wereld. De heldere informatie die de noaidi uit de trance verkreeg, werd gebruikt om veilig te kunnen reizen, genoeg voedsel te hebben voor mens en dier maar ook om verstoringen te kunnen herstellen. De trommel reisde mee op de laatste slede en had ook een heilige plek (boasso) achterin de lavvu.

Toen de Sámi werden gekoloniseerd zagen christelijke zendelingen en dominees de noaidi en hun 'Lapse tovertrommel'. Het shamanisme is een vorm van natuurmagie die door het christendom werd veroordeeld en gedemoniseerd. De trommel werd, als 'duivels instrument', verboden.

De noaidi werden gedwongen hun trommels kapot te maken. Sommigen

verstopten hun trommel in de natuur. Andere weigerden dit, helaas weten we -uit de overlevering- dat ze hierom ter dood zijn gebracht.

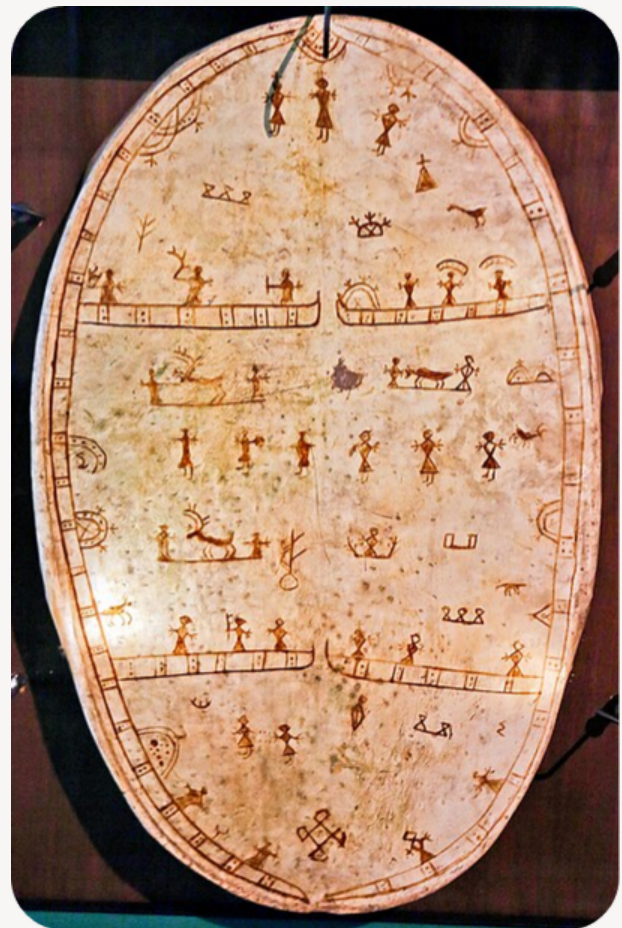
Er zijn zover bekend nog slechts 71 oude Sámi trommels over die de vervolging en vernietiging hebben overleefd. Deze trommels worden tentoongesteld in Europese musea. Gelukkig is er steeds meer aandacht om de gestolen trommels terug te geven aan de Sámi, voor hun eigen musea.



### Soorten trommels

Historisch gezien zijn er twee soorten trommels: de Zuid-Samische trommel (gievrie), dit is een framedrum gemaakt van een ovaal gebogen dennenhouten frame met daaromheen strak getrokken rendierhuid.

Op de huid staat vaak in het centrum een zon geschilderd met de 4 windrichtingen. Verder stonden er symbolische vormen



o.a. dieren, mensen, goden op geschilderd.

De Noord-Samische trommel (goavddis, meavresgárri) is een bowl drum, deze is gemaakt van een ovale uitgeholde knoest van een dennenboom. Ook hier wordt rendierhuid gebruikt. De afbeelding toont horizontale lijnen met figuren: het Sámi spirituele concept van meerdere werelden.

Het rendiervel (rawhide) wordt vaak eerst in warme thee gelegd, die getrokken is van Chaga, een heilige paddenstoel. Dit geeft een mooi bruin vlamvend patroon op het trommelveel. Bijzonder is dat elke familie een eigen, uniek gedecoreerde trommel had, soms al generaties lang.

Een Sámi drum wordt niet gebruikt voor het maken van muziek.

## Joik, Luohti

Een fascinerend element van de Sámi-cultuur is de joik of yoik, een van Europa's oudste muzikale tradities. Een joik gaat niet "over" iets, het is datgene wat het is. Een persoon, een dier, een berg, een herinnering. Wanneer een Sámi een joik voor iemand zingt, drukt zij / hij de essentie van dat wezen uit. De melodieën zijn circulair, hypnotiserend, opgebouwd uit zang, ademhaling en vibrato die de natuurlijke ritmes van wind en water weerspiegelen.

Veel Sámi zeggen dat de joik het moment kiest, deze wordt gezongen wanneer de ziel erom vraagt.

Een baby ontvangt vaak bij de geboorte een persoonlijke joik. Deze eerste joik wordt een dovdna (of mánnávuodáluohti) genoemd. Het is een eenvoudige melodie die het kind helpt de eigen identiteit te vormen en zich geliefd te voelen. Naarmate het kind opgroeit en zijn persoonlijkheid verandert, wordt de joik uitgebreid of aangepast. Een volwassen joik is meestal complexer en weerspiegelt de gerijpte karaktereigenschappen.

Hedendaagse Sámi zangers vermengen de joik met rockmuziek, waardoor deze klanken een wereldwijd publiek bereiken, terwijl de emotie en de intentie achter de traditie behouden blijven.

Populaire Sámi zangeressen zijn o.a. Mari Boine, Ella Marieh Hætta Isaksen en Sofia Jannok. De joiker Jon Henrik Fjällgren won verrassend de Zweedse Voice met zijn song: Daniel's joik.

Tot grote vreugde van de Sámi is het

weer toegestaan om Sámi (er zijn nog 9 talen over) te leren en te spreken: naast boeken, muziek en films wordt het Sámi onderwezen op scholen, en is er een Sámi universiteit.

Er is ook weer ruimte voor Sámi ambachtkunst: duodji.



**Er is een sterke heropleving van de Sámi-identiteit, gedragen door jongeren die trots zijn op hun inheemse erfgoed.**



## Sámi rechten en parlementen:

### Sámediggi

Sinds de oprichting van Sámi parlementen, zijn er elke vier jaar verkiezingen.

In Karasjok, in het Noorse deel, werd het eerste Sámi parlement opgericht in 1989. Het Zweedse Sámi parlement zetelt, sinds 1993, in Kiruna. Daarna volgde ook Finland, in Inari werd in 1996 een Sámi volksvertegenwoordiging gevestigd.

De Sámi zijn blij dat ze, langzaam, meer rechten en inspraak krijgen, maar de meesten vinden dat de macht van hun parlementen te beperkt is.

De VN erkennen het recht van de Sámi op zelfbeschikking, onder andere in de Verklaring inzake de Rechten van Inheemse Volkeren. Desondanks worden de Sámi nog steeds geconfronteerd met schendingen, zoals mijnbouw of 'groen kolonialisme', waarbij milieuprojecten hun rechten negeren. In 2021 oordeelde het Noorse Hooggerechtshof dat met de bouw van windmolenparken (Fosen), de rechten van de Sámi zijn geschonden.

Rendieren verdragen het lawaai, de bewegende wieken en de schaduw van de windturbines niet, hierdoor kan een deel van de eigen wintergraasgrond niet meer gebruikt worden.

Het arctisch gebied wordt helaas geconfronteerd met temperaturen die veel harder stijgen dan het wereldgemiddelde. De opwarming van de aarde ondermijnt de Sámi levenswijze, voedsel voor rendieren (korstmos) en de mens.



Er leven naar schatting 80.000 tot 100.000 inheemse bewoners in Sápmi. Er zijn in Scandinavië mensen die zodanig zijn geassimileerd dat ze niet weten dat ze van inheemse afkomst zijn.

Na een geschiedenis van onderdrukking en schaamte is er weer verbinding met de eigen inheemse wortels. De gákti wordt meer gedragen, er wordt gejoikt en er is bewustzijn van de Sámi-rechten. De verbondenheid met de natuur heeft weer een meer centrale plek gekregen.



Er zijn jonge mensen die ook hun shamanistische roots durven te herontdekken. Dit wordt Sámi neo-shamanism genoemd. Dit is dapper want de meeste Sámi behoren inmiddels tot de Laestadiaanse Lutherse Kerk en zijn zeer afwijzend naar openlijke uitingen van shamanisme.



**“ALS JONGERE MAG JE JE EIGENLIJK NIET BEZIGHOUDEN MET GROTE ISSUES, MAAR WANNEER HET GAAT OVER ONZE TOEKOMST ALS SÁMI DAN MOETEN WE ONS ACTIEF INZETTEN, NIEMAND GAAT HET VOOR ONS DOEN.”**

**MIHKAL HAETTA**

**SÁMI LEIDER, GUOVDAGEAIDNU, INNER FINNMARK, NOORSE ZIJDE VAN SÁPMI**

Er worden weer trommels gemaakt in de oude traditie, er zijn Sámi festivals en rituelen. Maar dat betekent niet dat de herontdekking volledig authentiek is of kan zijn. De Sámi leefden voorheen alleen met de orale traditie als bron en veel kennis is verloren geraakt. Ook de oude rol van noaidi is niet teruggekeerd. Waren er dan geen zieners of genezers meer in Sápmi in de afgelopen eeuwen? Jawel, er zijn, guvhlár (of gunsttar), dit zijn genezers die christelijke gebeden uitspreken, werken met kruiden of handoplegging. Het is belangrijk voor een guvhlár om het werk in nederigheid uit te oefenen. Zij /hij profileert zich niet openlijk en biedt vaak pas hulp aan als iemand in nood verkeert.

Het lijkt erop dat Sámi healers bewust verborgen dat ze over helende kwaliteiten beschikten. Heel begrijpelijk door de tragische geschiedenis.

Met dank aan de Sámi.

©Renée F. Gloudemans

**Op mijn reizen door Sápmi voel ik een warme verbondenheid met de mensen en het land. In dromen en meditaties spreekt de traditie tot me, met oude symboliek en beelden. Op een avond tijdens het noorderlicht had ik een bijzonder betekenisvol visioen, dat me liet zien hoe je een oude wond kunt transformeren naar kracht en wijsheid. Een magische ervaring! Het heeft me geleerd hoe te navigeren vanuit schaduw naar licht. Er zijn verhalen en inzichten die behoren toe aan de Sámi en hun elders; maar er zijn ook verhalen en helende reizen die mogen worden gedeeld. In de**

**Healership training is een hele dag gewijd aan inspiratie uit de Sámi traditie. Zo exploreer je uiteenlopende manieren van shamanistisch reizen en oefen je met inzichtgevende en helende tools voor jezelf en anderen.**

De teachings helpen je jouw potentie te doorvoelen en te verwezenlijken.

In dit boeiende traject leer je volstrekt unieke, shamanistische benaderingen, voor hedendaagse individuele en collectieve toepassing. De bedding wordt gevormd door het Wiel van de vier velden (oost, zuid, west, noord). Elk veld spiegelt kwaliteiten en uitdagingen. Het wiel biedt vier perspectieven om, gevoelsmatig en psychologisch, inzicht te krijgen in een thema of ontwikkeling.

*Door elk veld te verbinden met de wijsheid van een specifieke inheemse traditie ontstaat er synergie.* We werken integer en zorgvuldig met deze inspirerende bronnen, vrij van toe-eigening. Bij verstoring wordt in shamanistische healing eerst afgestemd op de oorsprong. Heldere waarneming geeft verdieping en duiding. Je leert bijzondere vormen van healing - op zielsniveau- die regeneratie en betekenis brengen in jouw leven.





### Shamanistisch Healership

**Inspiratie van oorspronkelijke visies op genezing, uit vijf verschillende continenten, dragen bij aan het transformeren van verwondingen naar jouw grootste medicijn.**

Een intensief programma dat bestaat o.a. uit het werken met transformerende heling, shamanistisch reizen, soul retrievals, het onderzoeken (reading) en therapeutisch begeleiden van gelaagde thematiek. Het onderzoeken en begrijpen van het veld van jouw voorouders, het leren werken met bronnen uit de natuur en een bijzonder afsluitend ritueel behoren tot het curriculum.

Voor professionals die hun missie van authentiek helend leiderschap willen ontwikkelen en vormgeven.

**Venue:** de Healership vindt plaats op de mooie **Buitenplaats De Hoorneboeg** bij Hilversum. Het landgoed van 13 ha ligt midden in het Goois Natuurreserveaat, het omvat oude bomen in een glooiend landschap. Je ziet er veel vogels en eekhoorntjes. We werken in een fijne lesruimte, volledig omgeven door de natuur. Hierdoor kunnen we ook enig shamanistisch werk buiten doen. We zijn ter plekke de enige groep en we hebben ook de beschikking over een aparte lounge voor thee, koffie. Het eerste jaar van de Healership omvat 7 zater/zondagen van september 2026 tot eind mei 2027.

Heb je ervaring met innerlijk werk en draag je jouw eigen proces, lees dan:

<https://www.psycho-spirituelegeneeswijzen.nl/shamanistische-healership/>