

Inhoud

Voorwoord Susan Smit		9
Een	Iets groters	17
Twee	Oorsprong van vervreemding	24
Drie	Doodmoeder	37
Vier	Valse verbondenheid	52
Vijf	Het innerlijke huwelijk	63
Zes	Initiaties door ballingschap	75
Zeven	Het symbolische leven	91
Acht	Wandelen door de creatieve wildernis	100
Negen	De donkere gasten	118
Tien	Pijn als heilige bondgenoot	146
Elf	Heilig verlangen	157
Twaalf	Vaardigheden van verbondenheid	175
Dertien	Een leven met de hand gemaakt	180
Veertien	Omgaan met de vreugde	196
Vijftien	De uitnodigende aanwezigheid	211
Zestien	Verhalenbronnen en droomsporen	226
Zeventien	De zorg voor een dorp	241
Achttien	Wederkerigheid met de natuur	262
Negentien	Besluit	272
Noten		277
Opmerking van de auteur		285
Dankbetuiging		287
Over de auteur		288

Voorwoord

Het werk van Toko-pa Turner speelt zich af in het gebied dat mijn grote belangstelling heeft: het domein van het ongemanifesteerde, het onderliggende, dat wat onbewust en onzichtbaar is, maar wat aan de tastbare werkelijkheid ten grondslag ligt en deze stuurt. In het verlangen naar zelfvervulling en heelheid zoek je misschien je heil in je mooie kanten: je open hart, je mededogen, je zorgzaamheid. Dáár moet het goud te vinden zijn. Dat is ook zo, maar vergeet niet dat de schatkist met onontdekte verlangens, ongebruikte talenten, onbenutte mogelijkheden en beperkende, ondermijnende overtuigingen wordt bewaard op een plek die nog van licht verstoken is: je schaduwkant.

Je eigen schaduwkant is als de donkere kant van de maan; het is het deel dat niet belicht wordt, maar dat wel bij je ware aard hoort. Het is het deel van jezelf dat je om een of andere reden hebt afgewezen en verdrongen omdat het niet paste bij je opvoeding, de maatschappij, je eigen zelfbeeld of jouw definitie van 'verlicht'. Juist in de spirituele gemeenschap is dat laatste een valkuil omdat in de jacht naar verlichting veel gesmoorde woede, gefnuikte ambitie, verdrongen jaloezie en ingehouden seksuele energie in het donker blijft broeien.

Wat in het duister verscholen ligt, roept angst op. Misschien vrees je dat je innerlijke duisternis, zodra je er een blik op werpt, al het goede overschaduwet zodra het de ruimte krijgt. Het tegendeel is waar. De engel gaat eruit. Je kunt het gebied weer in gebruik nemen; terugvorderen en alle kracht erin benutten.

Als de kloof tussen wie je werkelijk bent en wie je denkt dat je moet zijn te groot wordt, voel je vervreemding en eenzaamheid. Je voelt je verweesd en zult zoeken naar verbondenheid buiten jezelf: met anderen, met de levende wereld om je heen, met het hogere. Maar

Voor de rebellen en de buitenbeentjes, de zwarte schapen en de verstotenen. Voor de vluchtelingen, de wezen, de zondebokken en de mafkezen. Voor de ontheemden, de verlatenen, de bannelingen en de onzichtbaren.

Opdat je steeds scherper inziet dat je weet wat je weet.

Opdat je je twijfel aan jezelf, je meegaandheid en gearzel de wacht aanzegt.

Opdat je niet langer aardig gevonden wilt worden, en daardoor innig geliefd bent.

Opdat misplaatste projecties van anderen van je af glijden, en je die mensen precies en elegant tegenspreekt.

Opdat je ziet, met de perfecte helderheid van de natuur die je eigen is, dat jouw stem niet alleen noodzakelijk, maar ook broodnodig is om ons uit deze janboel los te zingen.

Opdat je je verankerd, ondersteund, verstrengeld en verzekerd voelt terwijl je de wereld jezelf en al je talenten biedt.

Opdat je zeker weet dat je niet alleen bent, ook als je niemand om je heen ziet staan.

Liefs,
Toko-pa

Een iets groters

In deze wereld hoor je thuis. Iets groters dan jij heeft je naar dit moment, de plaats waar je nu al bent geleid. Je bent gebonden aan een lange reeks voorgangers. Jouw verhaal is verweven met hun dood, gevolgd door nieuw leven. Je loopt in de pas met de wilde jubel van de natuur. Je leven is uit de geuren en kleuren van elk nieuw seizoen gehouwen, gestuurd door de onzichtbare heilige leidraad.

En toch voel je misschien, zoals zovelen, de pijn van een verweesd leven.

Je kunt op veel manieren verweesd raken. Direct, door ouders die niet voor je kunnen zorgen, of door mensen die je talenten miskennen. Door het systeem, dat jouw loyaliteit eist maar je uniciteit verwerpt. Of door de geschiedenis, die door intolerantie en oorlog een vluchteling van je maakt.

Maar we zijn ook verweesd geraakt door een cultuur die bepaalde waarden benadrukt en andere waarden afwijst, en ons dwingt de ongewenste kanten van onszelf af te schudden. En dat is misschien de ergste manier om wees te worden, omdat we er zelf medeplichtig aan zijn.

Met dit magere beginnetje, en zonder enig besef van alles wat we zijn kwijtgeraakt, moeten we een weg zien te vinden. We moeten beginnen met afwezigheid – een verlangen naar iets wat misschien nooit wordt ingevuld – en tot diep in het hart van onze ballingschap afdalen om uit te zoeken wat we uit het niets kunnen creëren. Om van het verweesde leven een vondeling te maken.

Verbondenheid is van grote invloed in het leven, maar er wordt zelden openlijk over gesproken. We hebben het idee dat het g^{ên}ant is om je niet-verbonden te voelen en dat het iets is wat uit beeld gehouden moet worden, net zoals verdriet, de dood en tekortkomingen. De ironie

wil dat de moderne cultuur aan een epidemie van vervreemding lijdt, en velen van ons voelen zich alleen in onze onverbondenheid, alsof de rest in een bubbel zit waar alleen wij buiten staan. En het zwijgen over ons gevoel van vervreemding is voor een groot deel de reden dat deze situatie blijft voortbestaan.

We leven in versplinterde tijden en overal ter wereld nemen racisme, seksisme, xenofobie en andere systematische vormen van 'zij/wij' toe. Nooit eerder hebben we zulke grote migrantenstromen over onze grenzen zien komen als nu. En de problemen rond hun huisvesting en integratie zijn groot en ingewikkeld en zullen nog verscheidene generaties blijven opspelen. We bevinden ons in een kritiek tijdsgewricht, verdeeld langs de breuklijnen van politiek, klasse, gender en ras. Verbondenheid is op haar stille manier het centrale gesprek van onze tijd.

Het verlangen naar verbondenheid, een van de belangrijkste drijfveren in mijn eigen leven, vormde me vrijwel ongemerkt tot het me plotse-ling bij mijn haren greep en me diep zijn afschrikwekkende ruimte in trok. Dit boek is het reisverslag van een inwijding die jaren in beslag nam en van een passage door ogenschijnlijk eindeloze poorten, waarbij ik telkens iets moest opgeven wat me dierbaar was. Ik schrijf dus niet als een expert in verbondenheid, maar als een wees die veel moest verliezen voor zij kon worden gevonden.

Er zijn allerlei soorten verbondenheid. De eerste waar ik aan denk, is het gevoel thuis te horen in een gemeenschap, of op een bepaalde plek. Maar voor velen begint het verlangen naar verbondenheid in de eigen familie. Ook is er het verlangen naar verbondenheid met een partner in het heiligdom van de relatie, en de verbondenheid die we willen voelen met een doel of een roeping. Je hebt ook het spirituele verlangen om verbonden te zijn met vaste gebruiken of tradities, het verlangen om je de voorouderlijke kennis eigen te maken. Ook is er het diepe verlangen naar verbondenheid met ons eigen lichaam, hoewel we misschien niet eens beseffen hoezeer het ontbreken van die verbondenheid ons beïnvloedt.

Er zijn ook subtielere vormen van verbondenheid, zoals de verbondenheid die je met je eigen verhaal moet creëren, en de geschenken die daaruit ontstaan. En ruimer gezien is er een verbondenheid met de

aarde zelf, die we allen diep in onszelf voelen (of niet). En ten slotte is er het grote thuishoren, misschien wel het schimmigste en hardnekkigste verlangen van allemaal: het verlangen om met dat 'grotere iets' verbonden te zijn wat ons leven zin geeft.

De levende brug

Hoog in de bergen van Meghalaya in Noordoost-India is de zomer-moesson zo zwaar dat de rivieren in de valleien woest en onvoorspelbaar worden en niet meer over te steken zijn. Eeuwen geleden bedachten de dorpelingen hier een elegante oplossing voor. Ze plantten een wurgvijg op de oever en leidden zijn wortels over de rivier tot die zich in de oever van de overkant groeven.

Via een traag proces van het samenbinden en verweven van wortels creëerden de dorpelingen een robuuste levende brug die bestand was tegen de vloed van de zomerregens. Maar omdat dit werk niet in één mensenleven kon worden voltooid, werd de kennis van het leiden van de wortels overgedragen op de jongere generaties, die hem levend houden. Hierdoor is nu in heel Meghalaya een wonderschoon netwerk van levende wortelbruggen te vinden.¹

Als we de levende brug als metafoor zien voor de vorming van verbondenheid, staan wij op de ene oever van een gevaarlijke rivier, verlangend naar verbinding met iets groters wat buiten ons bereik ligt. Of we nu zoeken naar onze ware plaats, onze eigen mensen of een betekenisvolle relatie, het verlangen naar verbondenheid is de grote, stille drijfveer achter veel van onze ambities.

Sinds ik aan droomduiding doe, ben ik erachter gekomen dat dit verlangen naar verbondenheid ten grondslag ligt aan de vragen van veel mensen. Het is het verlangen naar erkenning van je talenten, naar liefde en zielsverwantschap, naar het gevoel dat je nuttig bent in onze gemeenschap. Maar het is ook het verlangen naar ontvankelijkheid voor de heilige dimensies van ons leven, naar het gevoel dat je iets hogers dient, naar een leven vol verwondering en magie.

Twee

Oorsprong van vervreemding

Mijn zoektocht naar verbondenheid ontstond, zoals bij zovelen, uit vervreemding. Ik herinner me een steeds terugkerend tafereel rond de eettafel waarbij ik gekwetst en in tranen naar mijn kamer rende, vurig hopen dat mijn moeder me achterna zou komen om mij terug te brengen in verbondenheid. Maar ze kwam niet. Ik ging dan op de trap naast de keuken zitten en hoorde mijn familieleden gewoon verder praten en lachen zonder mij, mijn maag rammelend van de honger.

We hebben allemaal onze eigen versie van de ‘wachtrap’, maar dit is de kern van hoe het is om je niet verbonden te voelen. Het is het kwelende idee dat er geen behoefte aan je is. Dat het leven je niet nodig heeft. Wanneer je nooit een uitnodiging krijgt, bevestigt dat je grootste angst en duwt dat je dieper in je ballingschap, en voel je zelfs het kille lonken van de dood.

Ik heb symbolisch gezien heel wat jaren van mijn leven op de wachtrap doorgebracht: snakkend naar liefde, hunkerend om gemist te worden, hopen dat iemand mij terug naar verbondenheid zou roepen. En toen mijn familie mij zelfs niet miste wanneer ik wegliep van tafel, ging ik steeds langer, verder en uiteindelijk helemaal weg van huis.

Toen ik negen was, vond ik een onbewoonbaar verklaard huis dat ik het mijne probeerde te maken. Er zat een kier tussen de planken waarmee de achterdeur was dichtgetimmerd en die trok ik open zodat ik erdoor kon. In de weken daarop scharrelde ik dingen bij elkaar die mijn vervallen, rottende schuilplaats opvrolijkten. Ik vond een bezem en veegde wat vuil weg, smokkelde snacks naar binnen en maakte tekeningen voor aan de muren. Ik was tevreden met wat kapot meubilair en een tijd speelde ik dat ik echt weg was gegaan.

Deze vroege aandrang was misschien het eerste teken dat iets in

mij zich wilde afscheiden, dat ik mij los wilde maken van mijn directe familie. Al was het huis nog zo bouwvallig en gevaarlijk, ik voelde een drang om een nieuw zelf te creëren. Een eigen leven. Ik kon op die leeftijd natuurlijk nog niet voor mezelf zorgen en als het tegen de avond binnen donker werd, ging ik met tegenzin terug naar huis, zonder dat iemand mij had gemist.

Wanneer ik vertel dat ik in een soefi-ashram ben opgegroeid, krijg ik vaak positieve reacties. Het roept misschien een exotisch beeld op bij mensen met een wat ouderwetsere opvoeding. Het is alsof ze mij ineens anders zien wanneer ze zich dansende derwisjen en de poëzie van Rumi en Gibran voor de geest roepen. En mijn jonge hart voelde zich een tijdje echt verbonden in die religieuze gemeenschap waarin muziek, gebed en poëzie verweven waren met het dagelijks leven. Maar zoals zoveel spirituele gemeenschappen wierp ook deze een lange schaduw.

Ons huis had achttien kamers waarin wisselende gelovigen woonden, maar ondanks die omvang was het allesbehalve luxueus. Het was een oud pand in de rosse buurt van Montreal, met krabbelende vleermuizen in de muren en prostituees en drugsdealers op de stoep. We waren heel arm en behielpen ons door alles met elkaar te delen. Ik herinner me nog de koude winter toen we waren afgesneden van gas en licht en dicht tegen elkaar aan bij een vuurtje slapen. Maar als kind zat ik daar niet mee. Er was altijd wel iemand om mij te vermaken – muzikanten, kunstenaars, zigeuners en intellectuelen – en we verkasten elke zomer naar een yoga-ashram in de Laurentiden, waar leraren zoals de soefimeester Pir Vilayat Inayat Khan langskwamen.

Ik herinner me bovenal de muziek. De soefiliederen waren een mengeling van lofzangen in het Hindoe, Sanskriet en Arabisch. Ze riepen op om je hart open te stellen, om uiting te geven aan ons verlangen terug te keren naar het goddelijke rietveld waar wij mensen, de rietstengels, worden geplukt. We baden en chantten *ziker* en dansten tot we extatisch waren.

Ik was acht jaar toen mijn moeder en stiefvader zwanger werden van mijn zusje, en mijn grootmoeder stuurde ons gezin uit de commune naar een halfvrijstaand huis in een buitenwijk. Misschien was het de

Het begon allemaal toen Logos de door hem zo genoemde ‘onweerlegbare waarheid’ ontdekte, een deductiemethode die het hele universum kon verklaren. Gedreven door de kracht van zijn heerschappij over de natuur, begon Logos de mysteriën die Eros diende te ontmantelen; hij legde ze bloot als de samenstellende delen die hij erin meende te zien.

Iedereen onderwierp zich aan Logos, in de ban van zijn charisma. Eros werd samen met de tovenaars en de nachtzwerfers, dichters en dromers ondergronds gestuurd waar ze niet langer mensen kon beïnvloeden met haar donkere, vochtige verlangen naar het heilige in de natuur.

Velen van ons zien zichzelf als mannelijk of vrouwelijk, maar in ieder van ons leeft de innerlijke Andere. In de westerse cultuur zijn we nog steeds aan het leren buiten het binaire te denken terwijl andere culturen allang de mensen accepteren die vrouwelijk én mannelijk zijn, trans zijn of een fluïde gender hebben. Mensen die dit in zich verenigen, herinneren ons er louter met hun bestaan aan dat we in verband met de innerlijke Ander moeten staan. Ik speel graag met allerlei namen voor deze tegenhangers, zoals Logos en Eros, of yin en yang, omdat de traditionele gendertermen vaak cultureel beladen en dus problematisch zijn. We horen bijvoorbeeld het zinnetje ‘wees een vent’ of ‘typisch een meisje’ en toveren dan opeens een heleboel negatieve associaties tevoorschijn.

Maar onthoud dat ik het helemaal niet over de seksen heb wanneer ik zulke termen gebruik. Ik doel op het archetypische vrouwelijke en mannelijke, zoals Eros en Logos, die beiden in onze psyche leven. Vrouwen zijn niet de enige bewaarders van Eros, net zomin als mannen de hoeders van Logos zijn. We zijn psychische hybriden, zou je kunnen zeggen, in staat het hele spectrum aan eigenschappen van beiden te omvatten, maar onze ontwikkeling is vaak gekleurd door culturele verwachtingen en projecties op de sekse die we bij onze geboorte krijgen toegewezen. De wereld projecteert de eigenschappen die met vrouwelijk of mannelijk worden geassocieerd op ons, ongeacht waar we terechtkomen op het genderspectrum. En zonder het te beseffen, kappen we delen van onszelf af om aan die verwachtingen te kunnen voldoen.

Als kind kon je je androgyne aard waarschijnlijk vrijelijk botvieren, of dat nu door ravotten, verkleedpartijen, zingen of timmeren was.

Je hebt je misschien een tijdlang vrij van de omschrijving ‘jongen’ of ‘meisje’ gevoeld. Maar op een bepaalde leeftijd begint je lichaam te veranderen, je wordt bij andere jongens en of meisjes geplaatst en je wordt je bewust van wat er van je gender wordt verwacht.

Mijn grootmoeder immigreerde als Poolse naar Canada, maar was Britser dan de koningin en begon zinnen graag met ‘Een fatsoenlijke dame...’. Klassieke voorbeelden zijn onder meer ‘Een fatsoenlijke dame gedraagt zich altijd alsof ze in de gaten wordt gehouden’ en ‘Een fatsoenlijke dame rookt nooit in het openbaar’.

Op de middelbare school trok ik altijd meer naar de jongens dan naar de meisjes. Ze leken gemakkelijker in de omgang en waren geïnteresseerd in coole dingen zoals boeken en instrumenten. Meisjes daarentegen praatten voortdurend over jongens, make-up en beroemdheden. Ik weet nog dat ik het gevoel had dat ik een vrouw speelde en dingen zei of beaamde die ik niet echt voelde, omdat ik dacht dat ik er dan beter bij zou passen.

Wanneer we uit alle macht aan genderverwachtingen willen voldoen, zullen de ‘tegengestelde’ gendereigenschappen in ons langzaam wegwakijnen of totaal vreemd voor ons worden. Dan gaan we op zoek naar de ‘perfecte geliefde’, die de belichaming is van de dingen die we hebben afgestaan. Dit verklaart misschien waarom de helft van alle huwelijken op de klippen loopt. Veel mensen storten zich in het huwelijk in de verwachting hun andere helft te hebben gevonden, om na de huwelijksreis beteuterd vast te stellen dat ze zich nog steeds slechts half mens voelen.

Het ware huwelijk moet eerst vanbinnen plaatsvinden. Het Innerlijke Huwelijk is een langzaam proces, waarbij we eerst proberen inzicht te krijgen in de ware mannelijke en vrouwelijke eigenschappen, hoe die zich in ons leven en onze dromen manifesteren, waarna we de innerlijke tegenhanger het hof gaan maken en diens latente eigenschappen activeren in ons repertoire.

Om de woorden ‘vrouwelijk’ en ‘mannelijk’ minder beladen te maken, kunnen we ze ook inruilen voor het Chinese concept van yin en yang. Het eerste wat opvalt aan het yin-yangsymbool is dat de witte en de zwarte helft wederzijds afhankelijke delen van een geheel zijn. Ze bevat

ten ook elk een aspect van elkaar. En het mooiste is misschien nog wel dat ze met elkaar in wisselwerking staan langs een golvende, stromende rand.

Mensen die met het vrouwelijke en mannelijke in hun dromen werken, weten vaak dat we die geen van beide eenduidig kunnen benoemen: beide lijken telkens weer te lenen van elkaars rol. We kunnen slechts de niet-aflatende dans van de innerlijke tegenhangers te baat nemen. Net zoals bij het symbool is er een fluïde lijn tussen donkere en lichte kanten, die eeuwig in beweging lijkt te zijn.

Yin wordt vaak passief, negatief en donker genoemd, terwijl yang de actieve, positieve, zonnige tegenhanger is. De woorden op zich drukken niets positiefs of negatiefs uit, maar door de bril van onze dominante cultuur lezen we ze wel zo. Omdat taal zo machtig is, moeten we proberen deze oude begrippen, die de tegenhangers tegen elkaar opzetten, een nieuwe context te geven. In plaats van yin passief te noemen, kunnen we het woord 'ontvankelijk' gebruiken. Voel je hoe de dynamiek van het woord verandert? Iedereen die geoefend is in inactiviteit, zal weten dat ontvankelijkheid juist heel actief en betrokken kan zijn.

Yin kunnen we in plaats van negatief 'magnetisch' noemen. Het is het rijk van het innerlijke, van vasthouden, wachten en aanroepen. In plaats van donker kunnen we 'bespiegeld' zeggen, zoals de maan, of 'in dracht', zoals de aarde. Yin is een wijkplaats en een rustplaats, een plaats van omvatting en acceptatie. Het duister is immers de oerbaarmoeder waar dromen uit voortkomen. Het is de oorsprong van al het leven voordat het licht ziet. Yin is de ontvankelijke, voelende, meelevende innerlijke kracht. Het kent de wijsheid van de overgave en kiest voor wijken, zelfs wanneer alle anderen vooruitlopen. Voor yin is terugtrekken naar binnen gaan. Het is de plaats waar we onze intuïtie verfijnen en van waaruit we met elkaar omgaan.

Yin is het eeuwige, of wat Rumi het 'rietveld' noemt. Het is de plaats vanwaar alle leven wordt geplukt en waar we allemaal ooit zullen terugkeren. Voor yin zijn alle componenten essentieel, net zoals in een ecosysteem. Ideeën die vanuit dit niveau van de verbeelding opborrelen, dienen meer dan de individuele zaak: ze dienen het grote samenzijn waarvoor we allemaal verantwoordelijk zijn.

Yang is onze richting, focus en ruggengraat. Yang neemt een glashelder standpunt in en blijft daarbij. Het is assertief, analytisch en werkt zelfstandig. Het weet onderscheid te maken en snijdt het overvloedige weg. Het bouwt systemen en zet door wanneer er iets moet worden gedaan. Yang is de pijl die naar zijn doel zoekt en onze dromen in werkelijkheid omzet.

Maar yin en yang kunnen zonder het tegenwicht van de ander allebei afdwalen in hun negatieve aspecten.

Zonder de actieve, onderscheidende objectiviteit van yang kan yin gestremd, verdwaald, verlamd en overdonderd raken. We voelen ons dan misschien overheerst door onze angsten en onrust, 'in de greep' van onze emoties. Wanneer yin zwaarder weegt, kunnen we impulsief gaan reageren en worden we toegeeflijk en bezitterig jegens anderen.

Net zo kan yangs zonnigheid een brandende focus worden zonder de temperende schaduw van yin. Het kan daar zo gespist op zijn dat het geen oog heeft voor wie het overrijdt, zelfs niet als het slachtoffer ons eigen lichaam is. Zonder yins beschouwing van het geheel kunnen yangs gezichtspunten fundamentalistisch en exclusief worden. We zien dit in onze cultuur, die blindelings yang volgt en alle kanten op bouwt zonder oog voor de relatie met het geheel, geen rekening houdend met de behoeften van onze gemeenschappen, of die nu menselijk zijn of van een andere soort.

Wanneer je deze beschrijvingen leest, voel je misschien al hoe sterk wij als soort door yang beïnvloed zijn. We ploeteren allemaal om te voldoen aan de eisen van deze yang-centrische cultuur, terwijl het vrouwelijke gekleineerd en verworpen een schuilplaats opzoekt.

Onderdrukking van het vrouwelijke

De historische wortels van de devaluatie van het vrouwelijke verschillen van cultuur tot cultuur, maar de meest wijdverspreide Europese en Noord-Amerikaanse beweging om vrouwen te onderwerpen – en zo ook het vrouwelijke – was een periode van tweehonderd jaar die in de vijftiende eeuw begon en die we nu de heksenjachten noemen.

is het alleen gewijd aan zijn eigen invasieve verspreiding. Wij zullen moeten ingrijpen, het moeten verweven met het verlangen van de ziel naar schoonheid en betekenis, om het zo naar een hoger plan te tillen in zijn dienstbaarheid aan het geheel.

Uiteindelijk zag Sophie in dat ze zich soms nog steeds naar de externe wereld keerde voor goedkeuring. Ze had al grote vooruitgang geboekt door die viltschoenen te vinden, maar nu moest ze er ook op leren lopen, ongeacht wat anderen ervan zouden vinden. En terwijl ze meer waarde en belang leerde hechten aan haar dromen, gevoelens en creatieve leven, groeide er opnieuw een waar gevoel van zin en verbondenheid in haar hart.

Onderhoud van de bron

Veel mensen voelen een kwellend verlangen om iets van betekenis tegenover de tekortkomingen van onze tijd te stellen. Maar er kunnen weken, maanden en zelfs jaren verloren gaan met het voldoen aan alle eisen die het voortjakkerende leven aan ons stelt. We zijn constant aan het reageren op alle vereisten van de wereld. Of het nu onze dagelijkse takenlijst is, die nooit korter lijkt te worden, of ons wachten op bericht over nieuwe kansen en uitnodigingen, deze roep-en-reageer-relatie met de buitenwereld is zo ingebakken dat we nauwelijks nog een andere manier van leven kennen. Maar als we van ons leven werkelijk een veelzeggend offer willen maken, dan zullen we die afhankelijkheid van de buitenwereld toch echt moeten opgeven en onze leidende innerlijke bron moeten opsporen.

Sommige spirituele tradities maken nuttig gebruik van belichaming door symbolische plaatsen te creëren waar je je relatie met het heilige kunt herstellen. Zo zijn er in Ierland honderden, misschien wel duizenden heilige bronnen, verspreid door heel het land. Ze bevinden zich meestal in bosjes, wegbermen en op andere plaatsen van wilde schoonheid, en deze ingenieus gebouwde stenen bronnen – waar water uit de aarde springt – worden als heilig en bovennatuurlijk gezien. Heilige

bronnen uit de tijd voor het christendom naar Ierland kwam, zouden de vroege heiligdommen van de Mysteriën van de Aarde zijn, waar men heen ging voor voorspellingen en genezing. Deze bronnen zijn nog steeds de eindbestemming van veel spirituele pelgrimages.

Van oudsher dankte de pelgrim de bron voor de rijkdom van het dorpsleven en vroeg hij de priesteres en elfen om genezing. Als iemand vlak bij zo'n bron sliep, kreeg hij misschien zelfs voorspellende dromen. In de Keltische mythologie wordt de heilige bron als de bron van alle leven gezien – zeker omdat het de verborgen oorsprong is waaruit water springt, maar ook omdat hij een poort tussen de zichtbare en onzichtbare wereld is.

Ik vind deze Ierse vorm van religie vooral zo betoverend omdat deze de zichtbare plaatsen waar de natuur wordt geëerd ook als poorten ziet naar de heilige helpers uit de verborgen wereld. Als een van die bronnen in verval raakt, kan het dorp niet alleen zijn letterlijke bron van leven, maar ook zijn band met de Andere Wereld verliezen.

De meesten van ons zijn niet opgevoed met zulke leven gevende mythen, maar volgens mij delen wij een Grootmoederbron waar onvermoeibaar wijsheid, inzicht en begeleiding voor onze heling uit opborrelt en die we vanuit ons innerlijke heilige bosje kunnen bereiken. En vooral in tijden van ballingschap, wanneer onze ankers gelicht zijn en we geen aanwijzingen van de buitenwereld meer krijgen, maken we kans die innerlijke bron te vinden en onze band met het heilige te hernieuwen. Misschien is hij overwoekerd of afgeschermd door dichte bramenstruiken, maar ieder van ons bereikt een moment waarop de innerlijke bron verzorgd moet worden: wanneer we niet langer goed kunnen doen voor anderen omdat we te veel hebben gegeven, of wanneer ons iets kostbaars ontnomen is, of wanneer de vereisten van het leven te zwaar bleken voor ons broze systeem. Wanneer het vocht uit ons leven verdwijnt en we niet meer in staat zijn schoonheid te zien of magie te omarmen, moeten we ons afvragen hoe we kunnen herbronnen.

We laten ons te vaak misleiden door het idee dat de buitenwereld onze bron van vitaliteit is. We wachten op haar aanwijzingen en toestemming en vergeten te luisteren naar onze innerlijke bron. We zijn

jezelf niet voor schut door het te proberen.’ Niet in staat door die dikke muren van perfectionisme en vergelijking heen te dringen, trekken we ons terug in onze schuilplaats en is ons goddelijke verlangen om mee te zingen met het grote lied opnieuw gesmoord.

Perfectionisme en vergelijking

Perfectionisme is een van de pijlers van het patriarchaat en wordt gebruikt om de opkomst van het wilde vrouwelijke de kop in te drukken. Zoals we in Tziporahs droom zagen, is het een onmogelijke maatstaf die, wanneer we hem nastreven, geheid tot onze mislukking leidt omdat hij uiteindelijk onhaalbaar is. Perfectie is een valse vorm van schoonheid die een onzuivere toon laat horen, ondanks zijn verleidelijke oppervlak.

Ware schoonheid bevat een heerlijk toefje chaos. Ze heeft een wilde of onvoorspelbare eigenschap waardoor je steeds weer wordt verrast. Perfectie probeert die eigenschap te smoren in zijn streven naar onberispelijkheid, dat dingen van al hun spontaniteit berooft. Als we ons erdoor laten verleiden, perst hij al het leven uit ons offer en maakt hij er iets aangenaams van, van het type dertien in een dozijn. Toen ik onderscheid leerde maken tussen oppervlakkige schoonheid en ware inhoud, kreeg ik de volgende droom:

Bloemige chocolade, Toko-pa's droom

Ik droom van prachtig gemaakte chocolaatjes in de vorm van een boeket bloemen. Ik wil ze dolgraag opeten, maar wordt daarvan weerhouden door de gedachte dat ze misselijkmakend zoet zijn en naar bloemen smaken. Ik weet dat ik er spijt van krijg als ik het doe.

Ik kreeg deze droom nadat ik mijn muziek ongunstig had vergeleken met een musicus die een prachtige sopraanstem had. Ze maakte mooie en toegankelijke muziek, terwijl de mijne gutturaal is en vaak, voor wat het waard is, ‘uniek’ wordt genoemd. Terwijl mijn vriendin de ene na de andere prijs won en talloze platen verkocht, werd ik steeds

afgewezen voor optredens en platencontracten. Na een tijdje begon ik te denken dat het nooit wat zou worden als ik niet leerde mooiere muziek te maken. De dag voor ik deze droom had, had ik naar een opname van mijn vriendin geluisterd en beseft hoe perfect die in alle opzichten was. Maar eerlijk gezegd zou ik nooit zo'n plaat kopen omdat ik van musici houdt die net zulke ‘unieke’ mafketels zijn als ik. Het hele tijdperk van muziek waar ik het meest van houd is analoog en wemelt van de prachtige ‘foutjes’.

De chocolaatjes in mijn droom stonden voor het schrille soort schoonheid dat ik te verwerken kreeg met die gestandaardiseerde mainstreammuziek. De droom waarschuwde me dat als ik die ‘misselijkmakend zoete’ eigenschap zou accepteren, ik verleid zou zijn door de perfectie van dat genre, dat altijd lof en airplay krijgt, maar de waarheid is dat creativiteit voor mij, net zoals chocolade, een combinatie moet zijn van donker en zoet, met een flinke dosis bitterheid.

De Spanjaarden noemen deze bitterzoete eigenschap *duende*. Duende wordt gezien als een kobold of een duistere demon door wie de kunstenaar bezeten is in een moment van zuivere, magnetische eerlijkheid. De kunstenaar moet, zoals de dichter Federico García Lorca zegt, ‘zichzelf beroven van ambachtelijkheid en veiligheid, haar muzen wegsturen en hulpeloos worden, opdat haar Duende zal komen en zich zal verwaardigen een handgevecht met haar aan te gaan’.³⁰

Fysiek gezien bestaat perfectie niet. In dromen leren we dat zodra een kamer spic en span is, er iemand binnenkomt die vuil meesleept, of dat er onder de vloerplanken een rat begint te scharrelen. Met andere woorden, op het moment dat we ons overgeven aan het geloof dat we het hebben gemaakt – of dat ons persoonlijke werk erop zit en we lijden, pijn en schaduwen zijn ontstegen – zal het duister zich aandienen. De natuur neemt altijd wat te hoog gaat en brengt het terug naar de aarde.

In sommige esthetische tradities, zoals het Japanse concept wabi-sabi, doen kunstenaars hun uiterste best om een foutje in een al te perfecte creatie aan te brengen. Zoals de auteur Richard Powell uitlegt: ‘Wabi-sabi koestert alles wat authentiek is door drie simpele feiten te erkennen: niets is eeuwig, niets is af en niets is perfect. Deze boeddhistische

Zestien

Verhalenbronnen en droomsporen

We zijn letterlijk van verhalen gemaakt. Iets in onze biologie spint elke nacht weer droomverhalen om ons gezond te houden. Deze verhalen zijn net zo onmisbaar als ademen en hebben lagen van nuttigheid die deels zelfregulerend, deels een overdracht van wijsheid en deels bindweefsel zijn voor een wijdivertakte intelligentie, onbeteugeld door tijd en ruimte.

De biologische noodzaak van verhalen is iets mysterieus, maar een paar dingen weten we zeker. Iedereen droomt, ongeacht religie, ras of identiteit. Iets in ons vereist de vorming van een verhaal om te kunnen overleven, of we ons die dromen nu wel of niet herinneren. Dromen dienen als een brug tussen onze psyche en ons fysieke lichaam. We zien dat duidelijk bij jonge kinderen die heel veel moeten dromen om alle informatie te kunnen verwerken die ze met hun snelle leertempo binnenkrijgen. Zonder remslaap lukt het mensen steeds slechter om simpele taken te voltooien. Bij sommige onderzoeken leidde slaapttekort tot een batterij aan symptomen waaronder geestelijke inzinkingen met hallucinaties en geheugenverlies, een stijging van het stresshormoonniveau en de bloeddruk, en een grote kans op fysieke ziekte.⁸²

Maar voorbij de fysieke noodzaak van dromen ligt iets mysterieuzers dat symbolen maakt en die aan elkaar naait in een verhalende volgorde. Deze droomverhalen lijken rationeel gezien vaak onzinnig, maar wanneer je ze symbolisch bekijkt, volgen ze vaak de klassieke boog: van een expositie en intrige naar climax en catastrofe, gevolgd door de peripetie of plotselinge ommekeer, die uitloopt op de ontknoping van de droom. Het is dezelfde literaire plot als waar de meeste toneelstukken, films en verhalen op berusten.

Het verhaal dient ook als een kanaal voor informatie, wijsheid en waarden waar omheen mensen zich kunnen verenigen. In die zin scheidt

een verhaal samenhang. Het neemt aparte en verwarrende elementen en integreert die tot een zinnig plot. Het maakt van een probleem een missie en voert ons via een reeks gebeurtenissen naar verlossing. Het verhaal garandeert een soort heelheid. Zoals schrijver Barry Lopez zei: ‘We maken graag patronen, en als onze patronen mooi en sierlijk zijn, kunnen ze iemand wiens wereld is ingestort en aan diggelen ligt over-eind helpen en weer tot leven brengen.’⁸³

Terwijl bijna elke bekende religie een scheppingsverhaal heeft, kent niemand de oorsprong van die heilige mythen omdat ze stammen uit een tijd waarin taal nog niet werd vastgelegd. Maar je kunt je voorstellen dat mensen die lang geleden kregen ingegeven via een visioen of droom en dat ze die via de orale traditie overdroegen. Het verbazingwekkende is dat alle scheppingsverhalen van de wereld kunnen worden ondergebracht onder vijf centrale motieven: schepping uit chaos, leven vanuit niets, geboorte via een wereldmoeder, opkomst vanuit een andere vorm en de Aardeduiker die de eerste korreltjes aarde diep in de oerwateren vindt.⁸⁴ Wanneer we verhalen die ogenschijnlijk niets met elkaar te maken hebben terugbrengen tot hun essentie, vinden we dezelfde archetypische patronen of motieven in de hele wereld, door de tijd heen, wat we ook al zagen in het hoofdstuk ‘Oorsprong van vervreemding’.

Mythen, sprookjes en archetypische verhalen geven ons een idee van samenhang omdat we de patronen herkennen, misschien zelfs onbewust, als tot op het bot vertrouwd. Verhalen herinneren ons eraan dat de problemen waar we mee kampen al talloze keren door anderen zijn ervaren. We zijn niet alleen; we zijn verbonden met een voorouderlijk pakhuis aan ervaringen, en in die verhalen liggen de oplossingen en instructies besloten die ons vertellen hoe we die hobbels elegant en met wijsheid te boven kunnen komen.

Een van de grote vaardigheden van verbondenheid is daarom het koesteren van een mythische verbeeldingskracht. Zolang we losgekoppeld of ons niet bewust zijn van onze door mythen en verhalen omgeven voorouderlijke erfenis, zullen we onszelf als eenling zien. Maar wanneer we ons weer verbinden met alle wijsheid die besloten ligt in dromen, mythologie en verhalen, putten we uit dezelfde oorspronke-

lijke bron die de verhalen van onze voorouders voortbracht.

Het is belangrijk om te begrijpen dat taal veel meer is dan een communicatiemiddel. Het is een vehikel dat waarden, cultureel erfgoed, eco-biologische kennis en zelfs cognitieve waarneming van de werkelijkheid draagt. Het Hawaïaans en veel andere Polynesische talen kennen bijvoorbeeld geen woord voor ‘hebben’ of ‘zijn’ – met het verdwijnen van de traditionele taal zou dus ook deze belangeloze kijk op de wereld kunnen verdwijnen. Op Tahiti zijn de haken waarmee tonijn wordt gevangen gemaakt van allerlei soorten schelpen die op bepaalde stukjes strand van het eiland te vinden zijn. Een goede visser kent de namen van al die schelpen omdat de mensen op die eilanden voor hun voedsel nog steeds afhankelijk zijn van de zee.⁸⁵ Voor de West-Apache beschrijven de namen van plaatsen niet alleen hun landschap, maar zijn ze ook ingebed in verhalen die codes van wijsheid en ethiek bevatten.⁸⁶

Misschien heb je meegemaakt dat een voorouderlijke taal in je eigen familie verloren ging toen eerdere generaties van hun bakermat werden verdreven. Ze pasten zich vervolgens aan aan de heersende cultuur in hun nieuwe streek en raakten eraan gewend hun eigen, ‘vreemde’ taal te verloochenen om maar te kunnen versmelten met de plaats waar ze terecht waren gekomen.

In Noord-Australië leeft in de streek rond de Daly River een stam die de Ngangikurungkurr heet, wat ‘diepwatergeluiden’ of ‘geluiden uit de diepte’ betekent. Voor de Ngangikurungkurr betekent dat dat er een diepe, innerlijke verhalenbron is die naar ieder van ons roept. Om in harmonie met de ziel te kunnen leven moeten we luisteren naar de roep van dat verhaal opdat we weten waar we zijn, in mythische termen, en welke kant we op moeten. Deze oriëntering op de ziel is niet alleen bedoeld voor ons eigen welzijn, maar ook een verantwoordelijkheid voor onze eigen stam, die erop steunt dat we ons ware zelf zijn, in een waterval van invloed.

De Ngangikurungkurr beoefenen wat zij *dadirri* noemen, een vorm van aandachtig luisteren naar deze heilige verhalen. Zoals Aboriginal-oudere Miriam-Rose Ungunmerr het zegt: ‘We hebben door de jaren heen allemaal naar onze verhalen geluisterd. Ze worden verteld en ge-

zongen, steeds weer, terwijl de seizoenen verstrijken. We zitten vandaag de dag nog steeds rond onze kampvuren en horen samen de heilige verhalen. Als we ouder worden, worden we zelf de verhalenvertellers. We geven de jongeren alles door wat ze moeten weten. De verhalen en liederen zinken rustig in onze geest en we bewaren ze diep vanbinnen. In de ceremonieën vieren we het besef dat onze levens heilig zijn.’⁸⁷

De Aboriginals zien verhalen vertellen en liederen zingen als een culturele plicht. Ze zijn door de eeuwen heen overgeleverd en bevatten de geschiedenis en wijsheid van de voorouders, en ze verklaren hun eigen schepping en hun relatie met de elementen en het landschap.

Zoals we in ‘Een leven met de hand gemaakt’ zagen, zijn de liederen van de Aboriginals vaak ook geschilderd, omdat ze in feite kaarten van het landschap zijn. Een oudere die nog nooit in een bepaalde streek is geweest, vindt er zijn weg als hij de vorm van het lied kent. Elk woord en ritme staat voor een boom, een steen of welving in de aarde, waardoor een ‘droomspoor’ ontstaat dat hem naar zijn bestemming brengt. Dit levende archief bestaat uit tweehonderdzeventig verschillende talen en pakweg zeshonderd dialecten, maar de taalverschillen tussen stammen vormen geen barrière omdat de ‘melodische contouren van het lied de natuur van het land waarover het lied gaat beschrijven’.⁸⁸

Deze verhalende droomsporen stammen uit de ‘tijd voor de tijd’, die ook de droomtijd wordt genoemd. We kunnen ons voorstellen hoe de voorouders vele manen geleden vrijuit konden dromen en duidelijke boodschappen kregen die een verklaring gaven voor hun oorsprong en voor de eigenschappen waarmee de schepping hen had uitgerust. En elke droom had een speciaal totemistisch doel, zoals Krokodillendromen, Uluru-dromen enzovoort.

De droomsporen gaan minstens veertigduizend jaar terug, maar ze verdwijnen nu in het alarmerende tempo waarmee ook de inheemse talen verdwijnen waarin ze worden gezongen, wat neerkomt op ongeveer twee per jaar. Zoals hoogleraar Yanyuwa John Bradley schrijft: ‘Je moet begrijpen dat in mijn werkgebied de hoogste vorm van kennis het vermogen om droomsporen te zingen is. Dat zijn de geleerden. De ultieme vorm van kennis is je land kunnen dansen.’⁸⁹

Achttien

Wederkerigheid met de natuur

Toen ik een klein meisje was, zwierf ik graag rond door de bossen achter ons huis en verzong ik samen met mijn ingebeelde bosvriendjes liedjes en verhalen. Er was een bepaald esdoornbosje waar ik aan het eind van een bedrijvige dag mijn buit verzamelde. Stenen en blaadjes uit de donkere kloof vol klei, lisdodden uit de vijver waarin ik in de loop van de zomer dikkopjes zag uitgroeien tot kikkers, of veldbloemen uit de weide waar ik slangen door het hoge, droge gras hoorde ritselen. De natuur was voor mij de grote moeder die mij in tijden van groeiende onrust in ons gezin altijd in verbondenheid met haar opnam.

Zo'n twintig jaar later keerde ik terug naar die prachtige bossen, maar trof slechts een drukke nieuwbouwwijk aan, zover het oog reikte. Weg was de bosrand die het einde van de mensgerichtheid markeerde, weg was het pad dat de weide en de kloof en het bos verbond, weg waren ook de ongeziene slangen en de kikkers en de vogels die 's avonds zongen. Ik weet nog dat ik me heel lang ontheemd voelde, dacht dat ik op de verkeerde plaats was en me zonder die belangrijke natuurlijke herkenningpunten niet kon oriënteren.

Als het gaat om onze huidige relatie met de natuur, zou je kunnen zeggen dat we collectief en permanent gedesorïenteerd zijn. De verlorenheid die wij als cultuur voelen, is volgens mij voor een groot deel het gevolg van onze steeds grotere vervreemding van de natuurlijke wereld. We zijn losgekoppeld van de natuur, en voelen niet eens de enormiteit van dat verlies. Veel mensen beseffen niet wat er ontbreekt omdat ze het nooit hebben gekend, maar onder onze preoccupatie met vooruitgang en acceptie, ligt een diepe bron van pijn: onze niet-verbondenheid met de aarde zelf.

We kunnen natuurlijk nooit helemaal losstaan van de natuur, omdat we zoals elk levend wezen nogal letterlijk uitingen van de aarde zelf

zijn. Maar in de grootsheid van wat we als soort hebben gecreëerd en beschaving zijn gaan noemen, zijn we onszelf als bedwingers van het wilde gaan zien. En daarbij vergaten we in een soort wereldwijd geheugenverlies de ware oorsprong die dat alles mogelijk maakte.

Ons bewustzijn is zo losgezongen van het levensweb dat we de gulheid van de aarde zijn gaan zien als onze eigen bronnen, die we vrijelijk mogen aanboren en uitbuiten voor winst. We zijn zo verslingerd aan de bouw van onze eigen eindeloze, smalle tunnels van productiviteit dat we vervreemd zijn geraakt van het lichaam dat ons steunt en onderhoudt. We zien niet meer dat we dagelijks worden beschermd en gevoed via het heilige leven van anderen.

En nu worden we geconfronteerd met de gevolgen van die eenzijdige ideologie. Naast de opwarming van de aarde, de vervuiling van onze oceanen en de lucht en de afname van onze natuurlijke bronnen staan we aan de vooravond van de zesde massa-uitsterving op onze planeet, zoals Joanna Macy beschrijft.¹⁰³ Zelfs bij de snelle achteruitgang in diersoorten en het groeiende aantal ecologische rampen die een direct gevolg zijn van menselijke hebzucht, zijn er warempel nog steeds mensen die onze verantwoordelijkheid in deze trage apocalypse ontkennen.

Hoe zijn wij als onderdeel van dat grotere aardlichaam van haar vervreemd geraakt? En hoe kunnen we ons weer in verbinding met het ecosysteem brengen?

Door onze al te grote nadruk op rationalisme kwijnt het gevoelsleven weg, maar juist ons voelen verbindt ons met empathie. Die empathie is essentieel voor onze verbondenheid met elkaar en alle andere levende wezens. En juist dat gevoel van wederzijdse verbondenheid met een groep of plaats maakt dat we ons er blijmoedig verantwoordelijk voor voelen. We voelen ons geroepen die met ons leven te dienen. Zonder een gevoel van verbinding met andere levensvormen, worden die waardevol. En ligt dat gevoel van waardeloosheid ook niet ten grondslag aan onze persoonlijke ballingschap?

We hebben gesproken over onze focus op materialisme, en hoe die heeft geleid tot de teloorgang van het mythische leven. Maar zonder de wijsheid van de aarde, zoals die wordt doorgegeven door de verhalen

van onze oudsten, zijn we in een evolutionair doodlopende weg beland. Onze volgende generaties groeien op met steeds leger beelden en staan niet meer in dagelijks contact met de leerzame verhalen van planten en dromen en dierlijke geesten en voorouders.

Wanneer we niet worden geleid door een mythisch perspectief, hebben ons individuele en collectieve leven niet langer betekenis. Ons streven wordt niet langer gestuurd door een groter streven naar algemeen welzijn, maar door het competitieve systeem van een rijk dat gericht is de dominantie van het individu over de groep, en van de soort over de natuur. Een kind kan zien dat we elkaar zo wegpesten uit verbondenheid, aangezien zo'n mindset van ons verlangt dat we onszelf isoleren en alleen onszelf dienen.

En dat brengt ons bij narcisme. Ik denk dat ons collectieve gevoel van leegte voor een groot deel is toe te schrijven aan deze egocentrische fase in onze evolutie als soort, waarin alles met 'ik' begint. Ik wil dit hebben, ik wil succesvol zijn. Ik wil mezelf verbeteren. En zelfs: ik wil verbonden zijn met anderen. Maar waar geluk afhankelijk is van onze wederkerigheid met de omgeving waarin we zijn ingebed en waaraan we schatplichtig zijn. Net zoals mitochondria voor ons lichaam voedingsstoffen afbreken en omzetten in energie, zo zijn ook wij slechts een enkele component van een grotere biosfeer waarin varens en sequoia's, wormen en adelaars gelijk zijn.

Wanneer we ons een onzichtbaar mycelium voorstellen onder het zichtbare oppervlak der dingen, waarvan wij slechts de vruchtlichamen zijn, dan zien we dat ons leven in dienst zou moeten staan van het gezamenlijk voeden van het hele bos. Onze verwaarlozing van die wederkerigheid leidt, meer dan wat dan ook, tot niet-verbondenheid. Hij ligt ten grondslag aan eenzaamheid, want zonder de grotere intelligentie van de missie die ons bestaan betekenis geeft, zijn we slechts geïsoleerde lichamen die hun lege routines afwerken. Daarom voelen de succesvolste mensen zich soms toch eenzaam en ongelukkig.

Het woord 'animisme' duidt op iets wat in tribale culturen zo gewoon en niet weg te denken is dat de meeste er niet eens een woord voor hebben; het is het fundamentele geloof dat geest en materie één zijn. Dat

alle dingen beziel zijn, niet alleen mensen en dieren, maar ook bergen, de donder, schaduwen en zelfs de wind. Wanneer we leren luisteren en in gesprek gaan met die diversiteit aan stemmen, gaan we inzien dat er een constante dynamiek is tussen waken en dromen, gezien en onzichtbaar, werelds en heilig. Zoals een boom zijn wortels in het rijke duister van de bodem verbergt, zo dienen mensen hun aanwijzingen aan het innerlijk leven te ontlenen – en niet andersom.

Wanneer we dit idee van een symmetrie tussen de innerlijke en uiterlijke wereld uitbreiden, gaan we onze mondiale crisis misschien zien als een collectieve inwijding waar we allemaal in ons eentje doorheen moeten, zij het met tegenzin. Zoals we zagen, heeft een inwijding een aantal fasen. Eerst maken we ons los van valse verbondenheid, een soort ontwaken wanneer de schellen ons van de ogen vallen. Daarna moeten we oprecht treuren over de verliezen die we tijdens onze ballingschap hebben geleden. Als we dat goed doen, komen we in gesprek met onze echte waarden en luisteren we of we de oproep tot handelen horen. Als we die uitdaging aangaan, dalen we af en nemen we het medicijn dat we beneden vonden mee terug en kunnen we een actieve bijdrage gaan leveren aan een mondiale verandering. Wat ons van alle andere soorten onderscheidt, is dat we vrij zijn om te bepalen hoe we over die beangstigende drempel zullen gaan. Zoals evolutiebioloog Andrew Cohen stelt: 'We moeten de keuzevrijheid uit het onderbewuste bevrijden.'¹⁰⁴

Laten we langzaam voortgaan over de weg waarop we lopen, zonder ons te laten meeslepen door de drang om de wereld te redden 'voor het te laat is'. Laten we luisteren naar de smeekbeden van al wat dorstig is om ons heen. Laten we het vergeten erkennen waardoor we naar deze beangstigende afgrond zijn gedreven. Laten we ons via onze herinneringen verenigen met al dat verdriet. En laat de schoonheid dan tot leven komen, pal onder onze voeten.

Wanneer we luisteren naar onze lichamen en recht doen aan de intelligentie van onze gevoelens en dromen, dragen we bij aan het ontwaaken van wat sommigen het Gaia-bewustzijn noemen. Ons streven naar persoonlijke belichaming klinkt door op het niveau van het geheel. De aanwijzingen die we van onze wezenlijke aard krijgen, zijn de aanwij-