

Godinnen in elke vrouw

door: Jean Shinoda Bolen

boekbespreking door Adriëne van der Maas

Roept deze titel associaties bij u op? Ervaart u, net als vele anderen, enige aarzeling, irritatie of onrust bij dit onderwerp? Om de vrouwelijke psyche te benaderen vanuit spiritualiteit, gelegen in de allereerstst gelegen kruin'akra's? Kunnen wij overmoed of zelfs megalomanie verwachten?

Na lezing van dit boek blijkt dit vermoeden onterecht. De schrijfster neemt ons mee op excursie naar mythische figuren. Voor avontuurlijke lezers, die hun inzichten in psychische verschijnselen willen uitbreiden is dit boek dan ook een aanrader om te lezen. Het is geschreven door een vrouw, die tot een etnische minderheid behoort. In haar werk als psychiater heeft zij honderden persoonlijke levensverhalen beluisterd. Zij gaat er van uit, dat elk mens de hoofdrol speelt in zijn eigen levensverhaal. In haar werk als jungiaans analytica onderkent zij de mythische aspecten in die levensverhalen. Haar inzichten gaan verder dan de simpele tegenstellingen van maagd- hoer en moeder- minnares, waar vrouwen in een patriarchale samenleving last van kunnen ondervinden. Zij beperkt zich niet tot man- vrouw verhoudingen, maar richt de aandacht op herkenning van innerlijke kracht, die getypeerd wordt met behulp van een beschrijving van de meest kenmerkende psychische eigenschappen van de Griekse godinnen.

Zo zijn er de maagdelijke godinnen Artemis, Athena en Hestia. Zij zijn ongerept, gaan hun eigen gang en streven er niet naar anderen te behagen of aardig gevonden te worden. Een groot deel van hun psyche is 'zichzelf genoeg' en 'hoort geen enkele man toe'. Een vrouw met deze kenmerken wordt gemotiveerd vanuit respect voor haar eigen innerlijke waarden. Zij zal vooral datgene doen wat voor haarzelf zinvol is, zonder zich door anderen te laten beïnvloeden.

Psychologisch is de maagdelijke godin dat deel van de vrouw, dat niet bewerkt is

door de collectieve sociale en culturele ideeën over hoe een vrouw hoort te zijn. In de praktijk zien we bijvoorbeeld zelfhulpgroepen en praatgroepen als uitingen van maagdelijke archetypen ontstaan. De vergelijking met de godin Artemis, die als een zuster andere nimfen vergezeld op tochten in de natuur en hen hulp bood doet zich daarin voor.

De godinnen Hera, Demeter en Persephone zijn de personificaties van de archetypen, die traditionele vrouwelijke rollen vertegenwoordigen: de echtgenote, moeder en dochter. Voor hun welzijn zijn zij afhankelijk van voor hen belangrijke relaties en dat maakt hen tegelijkertijd kwetsbaar. Zij worden gemotiveerd door de vrouwelijke behoefte aan verbondenheid. Hera leed onder de vernederingen van Zeus, doordat hij geen rekening hield met haar behoefte aan trouw. Demeters band met haar dochter Persephone werd genegeerd. Aan haar verdriet als moedergodin werd geen aandacht besteed toen haar dochter naar de onderwereld werd ontvoerd. Moeder en dochter werden allebei verkracht en net als machteloos lijdende vrouwen vertoonden deze godinnen psychiatische symptomen in deze situaties.



Een Persephone vrouw, die de onderwereld verkend heeft en niet bang is om daaraan terug te keren kan zich bijvoorbeeld ontwikkelen tot een uitstekende therapeute en gids worden, die anderen in contact brengt met diepere delen van hun psyche. Aphrodite, de godin van de schoonheid en de liefde, krijgt in dit boek een aparte plaats, omdat zij nooit slachtoffer van anderen werd en niet leed. Zij kan iets of iemand onweerstaanbaar maken. Het gaat daarbij om aantrekkingskracht op diverse niveaus: zowel seksueel als psychologisch als spiritueel.

Platonische liefde, lotsverbondenheid, vriendschap en zielsverwantschap ontwikkelen zich onder invloed van Aphrodites archetypische kracht. Creatief werk vereist een soort bewustzijn, dat we Aphrodite- bewustzijn kunnen noemen. Door verscheidene innerlijke processen tegelijkertijd waar te nemen is de geest ontvankelijk, raakt gestimuleerd door hetgeen zich in de omgeving afspeelt en is in interactie daarmee. We kunnen het vergelijken met wat tegenwoordig 'flow' genoemd wordt als onderdeel van een creatief proces, wat iets nieuws voortbrengt.

In ervaringen met psychodrama zal deze energie, die tot creativiteit leidt, herkenbaar zijn. Ik vermoed, dat dit boek voor degenen, die met psychodrama werken of dat willen gaan doen een inspirerende aanwinst zal zijn. Voor mensen, die het gevoel hebben in hun ontwikkeling te zijn vastgelopen kan dit boek inspiratie opleveren om bestaande kwesties eens op een andere manier te gaan bekijken. In mijn werk als adviseur verwijs ik mensen, die kampen met een faseprobleem en zich heroriënteren op hun loopbaan, soms naar dit boek. En: het is niet alleen voor vrouwen geschreven, maar ook zinvol voor mannen om de vrouwelijke godinnen te leren kennen. Voor hen is er van dezelfde schrijfster ook nog het boek "Goden in elke man". Idee voor een volgende boekbespreking?

