

ONGENODE GODEN

Een beeld van de mens "onderweg", mede in de taal van mythen en sprookjes

Boekbespreking door Henk Didderen

In mythen en sprookjes duiken, evenals in onze dromen, uit de diepten der ziel beelden en inhouden op die de mens de weg naar zijn totaliteit kunnen wijzen. Mythen en sprookjes zijn collectieve dromen. Zij bevatten de thema's en vragen die ons in onze kam raken. In hen ontmoeten wij de oerkrachten van onze ziel, maar ook vervloekingen, betoveringen, krenkingen waardoor de levenstroom verstart. Zulk een vervloeking kan een ziekte zijn van lichamelijke of psychische aard. Daar waar sprake is van zulk een vervloeking vertellen mythen en sprookjes vaak van een niet uitgenodigde god en goden. (Bijvoorbeeld in het sprookje van Doormroosje is het de ongenode dertiende fee, die het meisje en met haar het hele kasteel in een honderdjarige slaap doet verzinken).

Vaak handelen mythen en sprookjes over dit oerthema in de mens: de niet-uitgenodigde goden. Zij belichamen essentiële krachten en gevoelens die wij niet tot leven brengen. Het zijn delen van onszelf, die we in ballingschap laten gaan, krachten in ons innerlijk die ons bewustzijn binnendringen en als goden beleefd en geëerd willen worden. In deze ongenode goden belichamen zich de niet gerealiseerde dromen, de niet gezongen liederen, de niet gedanst levensdans. Het zijn delen van ons, die we niet willen onderkennen: de gevoelens waarvoor we ons afsluiten, het niet beleefde genot, het niet geleiden leed, de niet gestorte tranen, de verzuimde liefde, de opgekropte toorn en de smart waartegen we ons innerlijk wapenen. Als de mens deze "goden" uitnodigt, als hij deze levenskrachten feestelijk onthaalt en vereert, openbaart zich het leven met grote veerzichtigheid en volheid. Ook het leed verliest zijn bedreigende karakter, het wordt een toegangspoort naar onze innerlijke diepten. Stelt de mens zich echter teweer tegen deze krachten dan verbaat hij ze als ongewenste gasten naar de diepte van het onderbewustzijn. Van daaruit oefenen deze goden een grote macht uit. Ze bedreigen het ogenschijnlijke evenwicht

waarin voor hen geen plaats meer schijnt te zijn. Dromen kunnen dan tot nachtmerries worden. De bronnen drogen op, de liederen verstommen, innerlijke starheid verstikt iedere beweging. Om zich in het bewustzijn van de mens te verwezenlijken, kloppen deze goden nu bij de mens aan in de gedaante van een crisis

(een voorbeeld uit de mythologie betreft de geschiedenis van Dionysos, waarover Euripides vertelt in de Maenaden: Dionysos, de god van de dans en de wijnbouw, trok, gevolgd door extatisch dansende vrouwen, naar zijn geboortestad Thebe. Doch hier heerste orde en rust en er scheen geen plaats te zijn voor deze wilde god die ook vereerd wilde worden. Hij wenste erkenning en vereering van zijn goddelijkheid en wilde de inwoners een dans leren, die ver voorbij alles zou voeren wat ze ooit gedroomd hadden. In geval men weigerde hem te vereeren en deze "kleine" dans te leren, zou hij hen de "grote" dans – de waanzin – laten dansen. De heerser van Thebe greep in en liet de jonge god in een kerker werpen. Moete-loos ontsnapte Dionysos uit zijn opsluiting en liet de "grote" dans beginnen. Door waan verblind volgden de vrouwen de god in de bossen en vierden daar extatische orgiën. De heerser was nieuwsgierig geworden en ging vermoed een kijkje nemen. De vrouwen dachten bij de aanblik van zijn verschijning een leeuw te zien en scheurden hem aan stukken).

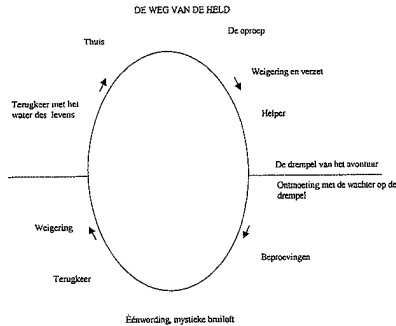


De "kleine" dans dansen kan worden uitgelegd als de bereidheid om af te dalen in onze innerlijke onderwereld waarin de tot dusver niet uitgenodigde goden en godinnen op hun verlossing wachten. Het is een ontmoeting met de scheppende kracht van de ziel.

Mythen en sprookjes kennen, in tegenstelling tot o.m. het Christendom, een wereld met vele goden. Om "gezezen" te worden, de verloren gegane harmonie terug te winnen stelden de mensen zich open voor de hoedanigheid van hun god. Bij Apollo beleefden ze de kracht van de zon in zichzelf, Aphrodite liet hun de kracht van het vrouwelijke voelen, in de tempel van Dionysos vereerden ze de krachten van groei en ontwikkeling, die vanuit de chaos de schepping binnendrong. Met de goden in hun bonte en levendige verscheidenheid konden de mensen tot een levendige uitwisseling komen om zich in hun innerlijk te ontplooiën. Zo konden crises tot inwijdingen worden. Het zich aanpassen aan gestandaardiseerde opvattingen over "normaal-zijn" heeft echter weinig te maken met een inwijdingsweg. Te vaak kiezen wij, daar waar de ziel wil bloeien, voor aanpassing aan deze normen van onze omgeving.

Als wij ons van deze "goden", deze oerkrachten van onze ziel, distantieëren, verliezen deze crises hun diepere zin. Ze worden genivelleerd tot stormissen in ons normale gedrag, tot onvermogen om aan de heersende normen te voldoen. In mythen en sprookjes is een crises – in het Grieks betekent zulks keerpunt, wende – altijd zinvol en nooit zonder betekenis. In een crisis weerspiegelen zich onze persoonlijke problemen en tegenslagen als een roep om bewustzijn. Zij daagt de mens uit, de harmonie met de krachten van zijn eigen natuur te herstellen. Zij is de "heilige wond"(1), oproep waardoor de mens zich op weg begeeft. Door deze uitdaging aan te gaan kan hij de crisis omzetten in een weg en zo ontsluit zich de dimensie van de held.

De weg van de held is zoals met name Joseph Campbell die uitvoerig beschreven heeft, is een abstract model dat staat voor mysterie en inwijdingsrituelen van oude culturen. Het stelt ons in staat onze ervaringen als een zinvol proces van geestelijke groei te zien, een grondpatroon van de ontwikkeling van de mens hetwelk zowel creatieve doorbraakprocessen en topervaringen (Maslows "peak experiences") als innerlijke en uiterlijke veranderingen in ons



leven in een zinvol geheel laat zien. De weg van de held omvat ook de crises en de ziekten van de mens, de noodzakelijke afdalingen in een innerlijke onderwereld en de processen waarvoor wij in het kader van een psychotherapie komen te staan. Campbell stelt de weg van de held voor als een *spiraal met opeenvolgende cycli* en talrijke stades:

De oproep is het begin van de weg. Hij bereikt de mens als deze aan de grenzen van een vertrouwde situatie onverwacht door een teken of een ontmoeting door het tot dusver onbekende, verborgen werelden wordt aangeraakt. Die oproep kan ons bereiken door vrienden of bekenden, door ervaringen tijdens een cursus, via werksituaties, etc. Misschien ontmoeten we de oproep in de beelden van onze dromen of door middel van een ziekte waarin wij het leven in een nieuw daglicht gaan ervaren. Voor ieder mens is de oproep anders. Het is de aansporing om op te breken" teneinde dingen in ons leven te verwezenlijken die essentieel voor ons zijn. Niet zelden stort ons dit in een innerlijke crisis; we zijn weliswaar bereid op weg te gaan maar tegelijkertijd beginnen we oog te krijgen voor de vele redenen waarom we niet kunnen gaan. We hebben angst om los te laten wat ons vertrouwd is. We hebben een baan, een gezin, kinderen, een huis en nog veel meer.

De weigering en het verzet die zich na de oproep aandienen, zijn een belangrijke stap op de weg van de held. Ze vragen om een innerlijke keuze. In dit conflict tussen wat ons roept en dat wat ons hindert te gaan, wordt onze blik naar binnen gericht. Hier ontmoeten we wellicht beelden en dromen uit onze jeugd en gevoelens die we tot dusver niet toelieten. Hier moeten we ons in onszelf verdiepen om ons de weg eigen te maken. Het is een grote en moeilijke opgave om de oproep te volgen. Zolang er nog mogelijkheden zijn om de beslissing uit de weg te gaan kan de betrokkenen weigeren. Maar ook als hij aanvankelijk verder leeft alsof er niets is gebeurd, toch is er in zijn binnenste iets gebeurd. En wil de mens geen gehoor geven aan dit innerlijke appel dat zijn leven zin geeft dan kan hij zich door deze weigering ongemakken op de hals halen bijvoorbeeld in de vorm van klachten van psychische of somatische aard. Die klachten fungeren dan als tegen-

krachten in een innerlijke worsteling als een dringend vermaan de oproep te volgen (Rolling Thunder, een Indiaans tovenaars en medicijnman vraagt de zieke tijdens de genezingsceremonie waarom hij gezond wil worden. Hij vraagt hem wat hem roept. Als de mens zijn innerlijke roep volgt, als hij zijn bestemming gestalte geeft dan maken de structurele krachten plaats voor positieve).

Als de held zich op weg begeeft, vindt hij aansluiting bij krachten die hem ondersteunen. In mythen en sprookjes ontmoet hij dan aan de andere kant van de weg helpers, oude mannen of vrouwen, soms dieren die een belangrijke wenk geven of bescherming bieden. In het dagelijks leven kan deze helper een vriend, een partner, een familieled of mogelijk een therapeut zijn, die ons conflict herkent en ons aanmoedigt onze weg te gaan, bekend terrein te verlaten en daarmee de drempel van het avontuur te overschrijden. Maar soms kan die helper ook een boek, een cursus of wat dies meer zij. Met de drempel van het avontuur wordt de toegang bedoeld tot het avontuur in het innerlijke zielenrijk. Bij deze drempel ontmoet de held wachtsters, welke de wereld in de vier windrichtingen – en naar boven en beneden – begrenzen. Zij vertegenwoordigen de grenzen van de huidige sfeer, de levenshorizon van de held. Erachter ligt de duisternis, het onbekende, het gevaar. Zoals er achter de ouderlijke bewaking gevaar is voor het kind en zoals voorbij de bescherming van de gemeenschap gevaar is voor het lid van de stam. De gemiddelde mens is er meer dan tevreden mee en trots om binnen de aangegeven grenzen te blijven. De gebieden van het onbekende zijn vrijplaatsen waar de inhoud van het onbewuste zich ophoudt. Voorbij deze drempel wordt de held zoals ook mythen en sprookjes laten zien, via (vaak) mysterieuze beproevingen en avonturen naar zijn eigen oorspronkelijke bestemmingen gevoerd.

Op de weg der beproevingen (4) bereikt de held het dieptepunt van de rondgang. Hier wordt hij "genezen", d.w.z. verenigd met de kwaliteiten die hem oorspronkelijk tot leven riepen. In de taal van de alchemie is dit de mystieke bruiloft, waarbij de tegenstellingen zich verenigen. Hij is één geworden met de krachten van zijn diepere wezen.

Als een verlichte, een rijk gewordende moet hij nu aan de terugkeer beginnen om het ervaren, het "water des levens", naar de gemeenschap te brengen. Hij moet het ervaren hier, in de wereld verwezenlijken door de verworven rijkdom te delen met zijn medemensen. Dit delen behelst niet afstaan met verarming als gevolg, maar zaaien waardoor vermeerdering ontstaat.

Opnieuw komt het veelvuldig tot een weigering: men wil de toestand van extase en geluk niet verlaten om in die profane wereld terug te keren. Liever koestert men de prille gevoelens, die wars zijn van tweespalt. De weg van de held is pas ten einde met de terugkeer in de gemeenschap die hij nodig heeft om zijn ervaringen vast te leggen. De gemeenschap, thuis, heeft behoefte aan vernieuwing vanuit deze ervaringen van een andere wereld. Bij het overschrijden van de drempel moet de held zijn helpers achterlaten en treedt de gemeenschap binnen als een van binnenuit veranderd mens. (In inwijdingsceremonie wordt deze terugkeer vaak gevierd als een nieuwe geboorte). Van daaruit kan zich een volgende cyclus ontplooiën.

De weg van de held is de blauwdruk van een volledig doorleefde ervaring, een soort landkaart die ons wegwijst maakt in de veranderingen die het leven te bieden heeft. Bij crisis en ziekten kan deze landkaart ons voorbereiden op de noodzakelijke afdalingen in een innerlijke onderwereld. Hij kan ons helpen de eigen oproep als zodanig te herkennen, maar ook de weigering te zien als een belangrijk element van de weg. Met behulp van deze landkaart kunnen we de als crisis optredende veranderingen in ons leven als scheppend beleven en aanvaarden. Op deze weg is de mens immers geen slachtoffer, beladen met neuroses, ziekten en ondraaglijke lasten, maar een held op zoek naar een eigen bestemming (3).

De afdaling in een onderwereld werd in vroeger tijden gevierd met feesten en ceremonieën. Heden ten dage zijn deze rituelen verloren gegaan of worden niet meer zo ervaren. In zekere zin zijn ze nog wel te vinden in spreekkamers van therapeuten en ruimten met gewatteerde wanden van therapeutische centra.

Zonder een dergelijk ritueel kader, waarin we ons bewust met veranderingen (2)

kunnen bezighouden, valt het ons moeilijk ons geheel te laten meeveren op de stroom van het leven, d.w.z. ons in te stellen op een metamorfose. Juist dan wanneer verandering noodzakelijk zou zijn (spreek liever van terugkeer of heroriëntering naar resp. op hetgeen je bant, zoals de toelichting tot slot nader verduidelijkt), klampen we ons vaak vast. Het boezemt ons angst in wanneer iemand het gebied verlaat dat voor ons de begrenzing vormt van het gezonde, normale. Het valt ons zwaar onze eigen oproep te volgen en we geven er vaak de voorkeur aan onopvallend naast onszelf voort te leven. Maar ook een terugkeer uit een wereld buiten het alledaagse in de maatschappij valt ons zwaar. In plaats van het "ervarene" naar de gemeenschap terug te brengen, trekken we ons terug op een geestelijk of therapeutisch eiland. Daarmee blijft onze weg onvolkomen.

Overigens wanneer het vorenstaande een sprookjesachtige sfeer oproept in de zin van aan het einde van een sprookje komt automatisch alles goed en leven allen nog lang en gelukkig dan is zulks een misvatting. Het gaan van de weg garandeert geenszins enige mate van succes. Thuisblijven en iedere oproep negeren betekent altijd stilstand in ontwikkeling. Zich op weg begeven houdt het risico in om beschadigd of in nog slechtere gesteldheid dan voorheen thuis terug te keren en de gemeenschap zelfs schade te berokkenen. Of zelfs als held volledig te mislukken en de reis met de dood te moeten bekopen. Neen, succes is niet gegarandeerd.

Verklaring/toelichting gebruikte terminologieën:

1. Men voelt zich op pijnlijke wijze geraakt door het een of het ander, zo erg zelfs dat het als een verwonding voelt. Het positieve hiervan is dat zulks vaak het begin van een inwijdingsweg kan zijn. Opdat zich een nieuw leven kan ontplooiën worden de grenzen van het bewustzijn aangetaast. Als de mens deze verwondingen bewust worden doorleeft, kunnen ze worden omgezet in een weg en een belangrijke stap betekenen in zijn innerlijke ontwikkeling. Ze worden dan tot "heilige worden". De "heilige worden" is een verwonding vanuit de diepte, een uitdaging om je eigen pro-

blemen in een persoonlijke weg om te zette, met leven te vervullen. De wond die met leven wordt vervuld en bloedt, heeft de mogelijkheid om te genezen. Als het lijden met bewustzijn doordrongen wordt, verandert het van karakter. Het wordt een onderdeel van een persoonlijke ontwikkeling. Ongeleden leed daarentegen verhardt de mens, wonden die niet kunnen bloeden verharden meermalen in chronische toestanden. Het idee om het lijden met bewustzijn te doordringen vinden we in de mythologie o.m. terug toen de gewonde Telephos in de tempel van Apollo hoe vroeg zijn wonden konden worden genezen. het orakel gaf ten antwoord: "Degene die de wonden toebrecht zal ook de genezer zijn". Zo ging hij op weg om Achilles te vinden, die hem in de strijd om Troje had verwond.

Deze opvatting om als het ware het gelijke met het gelijkende te genezen is niet slechts een rest uit oude vertelsels. Het doet heden ten dage evenzeer opgeld in bijvoorbeeld de homeopathie, psychoanalyse / analytische psychologie, primaltherapie en gestalttherapie.

Het is een grote opgave deze uitdaging aan te nemen, mede omdat die het leven van een mens ingrijpend kan veranderen. Als de mens zijn trauma's en zijn tegenstagen als onderdeel van zijn eigen ontwikkeling accepteert ontdekt hij zich van de rol van slachtoffer en geraakt zelf verantwoordelijk voor zijn weg. dit is een belangrijke stap, want het is veel gemakkelijker om in de rol van slachtoffer te volharden en de omgeving - bijvoorbeeld de ouders - verantwoordelijk te stellen voor de eigen ellende. het is soms zo'n grote stap, dat we de verborgen, duistere kanten van ons diepere ik ontmoeten, tot de ervaring van een eigen, individuele weg zo onontkombaar en dringend wordt dat we bereid zijn erop in te gaan.

2.

Met bewuste veranderingen, instellen op een metamorfose, wordt niet bedoeld om van jezelf een ander mens te maken. Baghwan drukte dit zo mooi uit, toen hij zei: "Van belang zijn niet de inspanningen een ander mens te worden, waar het om gaat is om je over te geven aan datgene wat je bent". alles wat nodig is om onze rol in dit aardse bestaan te kunnen vervullen is in

ons. Relevant is het om onze opgaven en mogelijkheden te ontdekken. Zulks vereist ook onze blikken naar binnen te richten en niet slechts afgestemd zijn op de buitenwereld en de daar geldende normen. (Een blik op de toenemende kosten van de geestelijke gezondheidszorg en het daarmee verwante "boomende" alternatieve circuit niet te vergeten, zou ons kunnen leren dat de omvang van inkomsten en bezit bij lange niet de maatstaven zijn voor een vervuld leven). Wanneer wij aan de hand van de aldus opgedane kennis beried zijn ons lot ter hand te nemen en onze levensweg te gaan, kan in een meer harmonisch ritme tussen binnen- en buitenwereld het leven worden geleefd. voor degene die daar in slaagt zal vanzelf het een en ander ten goede veranderen.

3.

Binnen psychodrama vinden we een enigszins analoge benadering van de mens op weg naar zijn totaliteit. in het kader van hun individueleproces nodigt psychodrama mensen uit hun impulsen te volgen teneinde tot een integratie van deze tegenstrijdige en verwarrende kracht te komen en daarmee tot grotere handelingsvrijheid. Deze overeenkomst kan als volgt worden weergegeven:

- de oproep:
 - > in contact komen met hetgeen aan verschillende impulsen opkomt.
- weigering en verzet
- helper
- de drempel van het avontuur
- beproevingen
 - > doorstromen. Stromen en tegenstromen, gevoelens van tweestrijd, niet kunnen verdragen / accepteren, ondergaan, ver weg van symbiose. Antagonisten, dubbels, etc. vormen de helpers
- éénwording
- terugkeer met het water des levens
- thuis
 - > integreren. Het komt tot alternatieve beleevings- en gedragswijzen. Participeren als lid van een groter geheel.

4.

Het is de weg van de beproevingen, dia aan gene zijde van de grens van het rijk der avonturen ligt. Hier ontmoet de mens de nog niet uitgenodigde goden, welke hij moet verlossen. Deze krachten zijn in hun onverloste vorm vaak niet om aan te zien. Als

zij uitgenodigd worden kunnen zij zich echter in hun schoonheid en pracht ontplooiën. De krachten die de mens op deze etappe van de reis ontmoet zijn voor ieder verschillend. De onderliggende diepere motieven kennen evenwel meer gemeenschappelijkheid. Terwijl de een hier wellicht zijn nog onverloste seksualiteit ontmoet, kan een ander stuiten op de nog niet verwerkte jeugdervaringen.

Om zich open te stellen voor een nieuwe zienswijze dient de mens bereid te zijn de grenzen van een vroeger bewustzijn te overschrijden. Dat vereist een loslaten van

een oriëntering op een vroegere situatie. Om ruimte voor iets nieuws te scheppen moet een oude toestand eindigen.

Oude culturen boden hun mensen daarbij ondersteuning door middel van inwijdingsrituelen. Deze overgang beleefde men in een symbolische dood, waarbij men met betrekking tot een oude toestand sterft om als genezen wetend mens opnieuw geboren te worden.

