

Hoe gaan we om met grote keerpunten in ons leven?

In de bereidheid om te keren vinden we de vooruitgang

Allemaal krijgen we te maken met keerpunten in ons leven. Dat geldt ook voor mij. Ik ben inmiddels 49 jaar en ben me de afgelopen jaren soms pijnlijk bewust geworden van de noodzaak te keren. Enige troost was er in het besef dat ik niet de enige ben. Maar er is ook enige trots, dat ik juist door die keerpunten verder ben gekomen dan ik was.

Hans Korteweg, een man die zich veel heeft bezig gehouden met de biografie van de levensloop en de opeenvolging van levensfasen, benoemt de levensfase van 42 – 49 jaren als de periode van 'door het labyrint gaan'. Hij schrijft¹: *Dit is een louteringsperiode. Als hij het aandurft om in het duister zijn weg te zoeken naar het hart van het labyrint en zichzelf te leren kennen, ook zoals hij niet wil zijn, valt de beklemming weg. Hij gaat dan inzien dat de opgebouwde vormen, de structuren en verhoudingen, wel degelijk expressie kunnen zijn van leven. Over het 49^e levensjaar schrijft hij: Hij leidt en wordt geleid. Dat hij door het labyrint kon komen was alleen maar mogelijk dankzij de draad van liefde, die hem steeds weer in handen is gelegd. Dat besef maakt hem dankbaar en geeft hem het recht om anderen te leiden.*

Mijn eigen ontwikkeling in de achterliggende jaren vormt de directe inspiratiebron voor het werk dat ik nu doe (het begeleiden van mensen en organisaties bij veranderingsvragen) en dus ook voor deze lezing.

In deze lezing wil ik cirkelen rond het begrip 'keerpunten in het leven' en hoe we daar een zinvolle betekenis aan kunnen toekennen. Zeker daar waar gebeurtenissen ingrijpend zijn, is het niet altijd gemakkelijk daar een zinvolle betekenis aan te geven. In dat opzicht wil ik ook terughoudend zijn. Niemand heeft voor een ander het antwoord op de grote vragen die we in ons leven meemaken. Het enige dat ik wil doen, is vanuit mijn eigen ervaringen en achtergrond de invalshoeken benoemen, die mij aanspreken en die ik graag wil overdragen. Aan ieder die het leest de vrijheid en de ruimte om te wikken en te wegen of het hout snijdt.

Ik zal het hebben over uiterlijke en innerlijke gebeurtenissen en hoe die samenhangen. Ik zal het hebben over het labyrint en over de Griekse mythe van Theseus. Ik zal daarbij stil staan bij het overwinnen van het monster en wat daar allemaal bij komt kijken. Ik zal een uitstapje maken naar de I Tjing en naar Gurdjieff, de eerste openbaarmaker van het enneagram en dus ook naar zijn visie op de betekenis van uiterlijke en innerlijke gebeurtenissen (hij spreekt over 'schokken') en tot slot zal ik nog iets schrijven over mijn eigen ervaringen met het leggen en lopen van een labyrint.

Als je je leven even samenvat in één lijn van je geboorte tot nu, dan kan iedereen daar naar verwachting vrij gemakkelijk en precies de grote gebeurtenissen in plaatsen, die van onmiskenbare invloed zijn geweest op je levenspad. Natuurlijk zijn er ook kleinere gebeurtenissen geweest: je hebt geleerd iets nog beter te doen, je hebt nieuwe vrienden gemaakt, bent in een nieuw huis gaan wonen, vul zelf maar in. Maar toch als je vraagt naar de echt grote gebeurtenissen, dan springen daar wellicht ander soort gebeurtenissen uit: soms dramatisch (een sterfgeval, ziekte, ontslag, scheiding), maar ook onverwacht prachtige gebeurtenissen zoals de geboorte van een kind, een ontmoeting met iemand die je leven op de kop heeft gezet. Juist over de dramatisch ingrijpende gebeurtenissen wil ik het hebben. Eigenlijk praat ik dan over gebeurtenissen die domweg op je pad zijn gekomen, die je niet zelf gezocht hebt, die je zijn overkomen, die het (nood)lot je heeft gebracht.

Hoe ga je daarmee om? Als ik naar mezelf kijk, dan weet ik dat het niet zo gemakkelijk is geweest. Ik maakte alles door wat gewoon is in dit soort zaken: ik wilde het niet weten, ik

¹ Hans Korteweg, Nog vele jaren, de symboliek van elk levensjaar, 1992, servire

wilde het ontkennen, bagatelliseren, oplossen, terugdraaien, maar in ieder geval niet toelaten. Zo is dat dus ook bij mij gegaan. Ik geef een voorbeeld: ik heb suikerziekte, nog niet zo dat ik afhankelijk ben van insuline, maar wel zodanig dat ik mijn voedingspatroon behoorlijk heb moeten omgooien. Geen suiker meer, niet op feestjes, verjaardagen, of om mezelf te troosten als ik medelij met mezelf had. Nee, gewoon geen suiker meer.

15 jaar geleden is de diagnose gesteld en heb ik dus mezelf moeten keren. Het is me niet meteen gelukt, een aantal keren moest ik weer vastlopen, maar het moment is wel gekomen, uiteindelijk. Pas toen is er *in mij* iets gekeerd en sindsdien taal ik er niet langer naar: geen toegevoegde suiker gebruiken is nu geen probleem meer, sterker nog, ik heb echt het gevoel dat mijn smaakgevoel er rijker door is geworden.

Iedereen kan voor zichzelf wel dit soort omkeringen benoemen.

Maar waar zat nu het werkelijke keerpunt? Als ik naar mezelf en het voorbeeld van mijn suikerziekte kijk, dan kan ik de grote gebeurtenis van de diagnose suikerziekte plaatsen in 1990. Toen was ik 35. Dat was voor mij het begin van een proces van strijden met iets dat mij was 'overkomen'. Het lot had mij geslagen, anders dan de mensen om me heen. Iedereen at taartjes, iedereen zei: *toe nou, doe nou gezellig mee*, of was heel meelevend bezorgd,: *wat rot voor je*. Maar het wezenlijke was dat wat er *in mij* moest gebeuren. *Ik* moest gaan keren! Ik moest een overwinning gaan behalen op mijn lot. Het keerpunt was voor mij in 2000 en pas nadat de suikerziekte in nog grotere mate terugkwam. Er was vanaf toen geen sprake meer van sjoemelen met suiker. In mezelf ontstond er rust over mijn nieuwe voedingspatroon. Daar lag het werkelijke keerpunt. 10 jaar ná de eerste diagnose. De eerste was het uiterlijke, de tweede het innerlijke keerpunt.

Ik maak even een uitstapje naar de I Tjing². Het orakelboek der veranderingen van de oude chinezen, geschreven meer dan 2500 jaar geleden. De I Tjing behandelt verschillende aspecten van het leven en kan gebruikt worden ter overdenking van een vraag of thema dat ons bezighoudt. Wat staat er geschreven over het keerpunt?

De tijd van het keerpunt blijkt uit het feit, dat – nadat de donkere lijnen al de lichte naar boven toe uitgedreven hebben – nu weer een lichte lijn van beneden af het teken binnentreedt. De tijd van duisternis is voorbij. De zonnwende brengt de overwinning van het licht.

Na een tijd van verval komt het keerpunt. Denk aan de zonnwende. In december is het grote keerpunt in onze cyclus van de seizoenen: juist op het moment dat de dagen het kortst zijn, dient de wende zich aan. De dagen gaan weer lengen. We vieren de terugkeer van het licht met kerstmis, zowel in de Germaanse als in de Christelijke traditie. Dat wil echter niet zeggen dat het meteen warmer wordt. De winter moet nog komen: een tijd van ontberingen en kou, maar toch. Als de zon niet in december was gaan lengen, dan zou in maart de lente nooit kunnen beginnen. Maar ook als in de herfst de dagen niet korter waren geworden en de bladeren waren gaan vallen, dan had het (noodzakelijke) verval ook niet kunnen plaatsvinden.

Opnieuw stel ik de vraag: *wat is dan hier het keerpunt?* Het is echter niet zo belangrijk het ene of het ander moment als zodanig te benoemen. Waar het om gaat is dat een keerpunt dus niet in één moment gevangen kan worden, maar zich aandient en verdiept, soms innerlijk wordt aangezet en later naar buiten komt (zoals met de lente), of uiterlijk wordt aangezet en later tot een innerlijk keerpunt leidt (zoals met mijn suikerziekte).

Dit beschouw ik als een interessante, maar ook bewustmakende gedachte, die nieuw licht kan werpen op de betekenis van een grote gebeurtenis in het leven. Wellicht gaat ook aan een grote schok, die zich manifesteert als iets dat 'uit de lucht komt vallen', wel een proces vooraf dat je op het spoor kunt komen. In mijn geval is me dat ook duidelijk geworden: hoewel ik zelf niet schuldig ben aan mijn suikerziekte (in die benadering ga ik absoluut niet mee), is het me wel pas later duidelijk geworden (mede door mijn worsteling ermee) hoeveel

² I Tjing, het boek der veranderingen, uit het chinees vertaald door Richard Wilhelm, 1953, Ank-Hermes

verkramping (verzuring) ik eerder in mijn leven heb ervaren. Pas de laatste jaren kan ik dat meer en meer loslaten.

Ik wil een volgende stap met u maken, want het klinkt allemaal zo makkelijk om de betekenis te gaan zien van een keerpunt, maar het is natuurlijk niet gemakkelijk. Geconfronteerd worden met het lot, brengt meestal een gevecht: een strijd met zich mee, waarop we een 'overwinning' (lijken te) moeten behalen. Maar is dat zo en hoe doe je dat dan? Daarvoor maak ik een uitstapje naar het labyrint. Labyrinten zijn doolhoven met maar één weg naar het middelpunt en één eruit. Daarin verschillen labyrinten van doolhoven, waar je jezelf helemaal in kwijt kan lopen. Ik geef een voorbeeld van een labyrint.



Het bijzondere is dat er al duizenden jaren labyrinten zijn gebouwd, zeker in de Angelsaksische en Scandinavische landen. Meestal zijn het varianten op deze vorm. Daarnaast zijn er in de middeleeuwen erg veel labyrinten gebouwd in kerken, met name in Frankrijk. Het bekendste voorbeeld is Chartres.



Labyrinten in de christelijke traditie worden beschouwd als een symbool voor de louteringsweg van de mens. De weg door het labyrint stond voor het overwinnen van de duivelse begeerten of egocentrische gedachten en de ontmoeting met het goddelijke. Bijzonder is dan ook dat in het hart van het labyrint zowel het monster werd geprojecteerd, als de ontmoeting met het goddelijke. Dat monster verwijst naar het monster van Knossos uit de Griekse mythe van Theseus, maar het hart van het labyrint had ook de vorm van de Rosa Mystica, wat staat voor de ontmoeting met het goddelijke.

Ik benoem in het kort een deel van de mythe van Theseus. Hij was een koningszoon uit Athene, die onverschrokken op weg ging om een monster te doden, dat jaarlijks 7 jonge mannen en vrouwen verslond. Deze jongelingen moesten geleverd worden door koning Aegus van Athene aan koning Minos op Kreta, omdat de Atheners schatplichtig waren aan Kreta. Hoe dat kwam laat ik even in het midden. Voor nu: er was een monster (de Minotaurus) en de koningszoon wilde dit monster overwinnen. Wat was dit voor monster? Het betrof een half dier, half mens: een stier met het bovenlichaam van een mens. Het was geboren uit de vrouw van koning Minos. Zij pleegde overspel met een stier (monsterlijk gedrag van de vrouw). Maar die stier, waar de vrouw van Minos zo verliefd op was geworden, was juist met opzet gezonden door de God van de Zee, omdat deze wraak wilde nemen op Minos zelf, die aan hem geen waarachtig offer had gebracht (monsterlijk gedrag van de man).

Al met al, het monster was het resultaat van 'monsterlijk' gedrag van de man en de vrouw. Omdat het monster zo vervaarlijk was, werd het opgesloten in een labyrint, dat werd bewaakt door de dochter van de koning: Ariadne.

Toen Theseus met de 14 jongelingen aankwam op Kreta, werd de *vrouw* Ariadne verliefd op de *man* Theseus en besloot ze hem te helpen. Ze gaf hem een draad, opdat hij de uitgang van het labyrint kon terugvinden, drie balletjes en een zwaard. Daarmee overwon Theseus het monster en dankzij de draad van Ariadne vond hij tezamen met de 14 jongelingen de uitgang. Tot zover de mythe, die nog veel verder gaat.

Hoe dit nu te duiden? Marcel Messing³ geeft een esoterische uitleg aan dit onderdeel van de mythe.

Ariadne, dochter van koning Minos, symboliseert de zuivere, reine en heilige ziel die gewacht heeft op de lichtende, 'ordebrengende' kracht van de geest, Theseus. Onmiddellijk ontwaakt er een diepe liefde tussen beiden, tussen zuiver gevoel en lichtende rede. Het is Ariadne die de 'ingang' en de 'uitgang' kent van het labyrint. Het vrouwelijke staat immers het dichtst bij het mysterie van geboorte, dood en opstanding. Als de reine ziel, het zuivere gevoel, zich in liefde tot de lichtende geest wendt, worden beiden door de tedere draad van liefde verbonden (de draad van Ariadne) en wordt de weg vrijgemaakt om het ego (de Minotauros) voorgoed te verslaan, te transformeren. Als hoofd, hart en handen (de drie balletjes) in harmonie zijn, vormen ze de juiste tegenkracht om het ego tot rust te brengen, waarna het geestelijk zwaard van inzicht de monstrueuze illusie van het ik onthoofd kan worden.

Hoe plaats ik dit nu in mijn verhaal over de keerpunten? Als we getroffen worden door het lot, dan betreden we een labyrint, waarvan we vaak niet weten hoe we er doorheen kunnen komen, we raken verdwaald. We zijn bang, of juist onverschrokken. Maar als we in onszelf geen inzicht verwerven, onze gevoelens, gedachten en handelen niet in balans kunnen brengen, dan kunnen we het 'lot' niet overwinnen en zonder de draad van liefde kunnen we geen uitweg vinden.

En dan nog wat. Het monster overwinnen, wat is dat eigenlijk voor gevecht?

Hier heb ik een beeld van de aartsengel Michael. De aartsengel Michael heeft zich tot taak gesteld om de duisternis te overwinnen. Daar is in deze tijd wel behoefte aan, dat we wat hulp krijgen de duisternis te overwinnen. Maar hoe doet deze Michael dat? Op dit beeld zien we hem met een speer de draak / het monster doorboren. Maar als we goed opletten, dan zien we dat hij op het monster staat, nee, sterker nog, het lijkt wel of hij zelf deels het monster is. De vergelijking met het monster van Knossos dringt zich op, half dier, half mens

Maar dan is er nog iets, kijk eens naar de ogen van Michael, hij kijkt het monster recht in de ogen. Hij wendt zich ernaar toe. Hij keert zich er niet vanaf. En wat spreekt er uit die blik? Ik interpreteer dat als een blik vol liefde. Compassie voor het lijden van het monster, compassie voor het lijden in zichzelf. Wat is dit dus voor overwinning? Ik zie het als een overwinning van de liefde, door contact te maken, nabijheid te vinden.

Dus een monster 'overwinnen', gaat het dan om strijd, of om compassie en contact maken?



³ Marcel Messing, het geheim van het labyrint, in PRANA 83, juni/juli 1994, blz 17 - 29

Weer terug naar mijn eigen gevecht met mijn suikerziekte. Het keerpunt lag toch in het weer gaan voelen van liefde voor mijn lijf, niet meer me er vanaf keren, maar er naartoe gaan. OK, lijf van me, laten we het hiermee doen.

Toch dringt zich misschien de vraag op: is dit nu allemaal wel nodig? Mag ik deze dramatische gebeurtenissen, dit lot, niet gewoon aan me laten voorbijgaan? Waarom moet het leven soms zo moeilijk zijn en zoveel pijn doen?

Gurdjieff⁴ had hier een hele duidelijke gedachte over. Hij zei eenvoudigweg dat het een wet is in de natuur, dat niets gaat zoals het bedacht is. Altijd komt er een (wat hij noemde) 'schok van buitenaf', die het hele proces verstoort en een nieuwe richting geeft. Altijd zullen we dus geconfronteerd worden met invloeden van buitenaf op ons levenspad, soms klein, soms groot, maar wel altijd. Geen enkel leven loopt zoals verwacht. De grote vraag is echter of we die schok van buitenaf als keerpunt kunnen zien voor een verandering van binnenuit, zodat een gebeurtenis je kan helpen de monsters in jezelf te overwinnen, net als de monniken op hun pelgrimstocht in de kathedralen van Europa.

Tot slot wil ik iets vertellen over de labyrinten die ik zelf gelegd en gelopen heb. Het leggen en lopen van een labyrint is een meditatieve ervaring en het heeft ook iets ambachtelijks. Je maakt een figuur, het creëert aandacht. In het lopen van het labyrint ervaar je aan den lijve hoe het is om steeds te keren, te cirkelen en dat kan informatie geven over hoe je het cirkelen in je eigen leven beleeft of beleefd hebt. Soms leidt het tot invallen, kleine schokken van buitenaf of van binnenuit, die je lopen beïnvloeden en inzicht brengen in de vragen die je hebt.

Een tweede ervaring: in het labyrint benader je het centrum, zonder er direct te komen en dan beweeg je je er weer vandaan. Voor je het weet loop je weer aan de buitenkant, dan ga je weer naar binnen. Het is gewoon zo. De waarom-vraag wordt minder. Je krijgt meer aandacht voor de onontkoombare afwisseling. In het labyrint moet je ook voortdurend keren, het is gewoon zo, eerst gaat het pad de ene kant op en even later 180° de andere kant op. Door te keren kom je verder.

Samenvattend: mijn invalshoek in de benadering van de grote lastige keerpunten in ons leven is ze primair te aanvaarden als groot en lastig. Dat kan helpen ze 'recht in de ogen' te zien en je er in liefde naar toe te bewegen. Daarbij kan het helpend zijn om het keerpunt te gaan zien als een veranderingsproces dat verschillende stadia in zich draagt: uiterlijk én innerlijk en dat het meerdere betekenissen heeft, die misschien pas na verloop van tijd duidelijk worden.

Het keerpunt is een teken dat de tijd van de duisternis voorbij is, ondanks dat het zich misschien nog niet meteen openbaart. De zonnewende is een natuurwet. De betekenis die we onze eigen keerpunten kunnen geven, is afhankelijk van ons eigen vermogen de 'wetmatigheden' van het leven toe te laten op ons levenspad.

In de bereidheid om te keren, ligt de vooruitgang.

Maarten van den Berg / www.rocade.org / 12 oktober 2004

⁴ George Gurdjieff (1877 – 1949), armeense mysticus, die een omvattende theorie ontwikkelde over wetmatigheden in de kosmos en het proces van menswording, beschreven in P.D. Ouspensky, *Op zoek naar het wonderbaarlijke*, 1977, Miranada