

VRUCHT BARE AARDE

EDITIE 1 • LENTE 2025

Voeding voor de ziel

Geheim Egypte

€ 5,80



Huisarts **Richard Hoofs** over zijn fascinatie voor de holistische leefstijl en heelkunde van het oude Egypte

Sonett – zo goed

Handzeep rozen – basische verzorging voor handen, gezicht en het hele lichaam



- Basische verzorging voor handen, gezicht en het hele lichaam
- Uit plantaardige oliën voor 100% uit gecontroleerde biologische landbouw
- 100 % biologisch afbreekbaar

Middelen voor wassen en reinigen die het water respecteren als drager van het leven.

Sonett – zo goed

www.sonett.eu



Verkrijgbaar in bio-winkels.



Leven in eenvoud

Eerlijk gezegd was ik de naam Robert Wolff al bijna vergeten. Nou ja, ‘diep weggezakt’ is waarschijnlijk beter geformuleerd. Meer dan twintig jaar geleden had ik hem geïnterviewd. Maar dat is al weer zo lang geleden. Toen oud-VA-columniste Emmy Fons onlangs informeerde of ik toevallig nog een exemplaar had van dat Robert-Wolff-nummer, vroeg ik me verwonderd af hoe ze daar nu opeens bij kwam.

Even later meldde nummer twee zich. Deze keer Zoë Joncheere, enige jaren medewerkster van dit blad. Vanuit Italië stuurde ze een e-mail-nieuwsbrief rond waarin ze de drie mooiste boeken besprak die zij in 2024 had gelezen. En jawel, in dat rijtje prijkte alweer de naam Robert Wolff. Ik ging er eens goed voor zitten.

Zoë vertelde hoe Wolffs boek *Original Wisdom* haar diep in de jungle van Maleisië had meegenomen. En hoe het inheemse volk dat hij daar had leren kennen noch een werkwoordsvorm voor de verleden tijd, noch een voor de toekomstige tijd kende. Hoe deze Sng'oi zich niet konden voorstellen dat je als mens überhaupt belangstelling kon hebben voor iets anders dan wat is – wat er nu is. Stel je voor, schreef zij, hoeveel lichter ieder van ons zich zou voelen als wij ons alleen maar zouden richten op wat hier en nu is. Ze vertelde ook nog dat het boek precies op het juiste moment in haar handen was gevallen.

De puzzelstukjes begonnen in elkaar te passen. Op internet stootte ik op de ene na de andere enthousiaste reactie: ‘*Original Wisdom* neemt je mee naar de stilte; Robert Wolff laat ons ervaren wat in onze tijd en cultuur verloren is gegaan. Ik werd er stil van, meer mens! Binnen twee weken las ik het twee keer.’

Iemand anders: ‘Het bijzonderste boek dat ik ooit gelezen heb. Vol wijsheid. Een gids voor bewust leven.’ Nog weer iemand anders: ‘Een waarachtig verhaal. Wijs en blikverruimend.’

En dat laatste gold ook voor Robert Wolff zelf, die zijn ervaring bij de Sng'oi levensveranderend noemde. Toen ik zijn boek eenmaal in mijn eigen boekenkast had teruggevonden en het begon te herlezen, ging er door me heen hoe groot de schoonheid van zijn ervaring wel niet is geweest. Hoe bijzonder ook dat het hem destijds lukte de kloof met de Sng'oi te overbruggen.

Van jongs af aan was hem voorgehouden dat je alleen in het leven kunt slagen als je jezelf doelen stelt en planmatig te werk gaat. Als wetenschapper was hem geleerd dat alles benoemd, gemeten, geanalyseerd en bewezen moet worden voordat het kan worden geaccepteerd. De Sng'oi daarentegen kenden de wereld door deze te ervaren – wat iets anders is dan zien, horen

en opmeten; het is een rechtstreeks beleven.

Bij de hand genomen door de Sng'oi leerde Wolff de omgekeerde weg te bewandelen en het leven niet te kneden, maar het de kans te geven zich te ontvouwen. Alleen maar te *zijn*, niets te willen benoemen en vast te pakken – eenvoudig beschikbaar te zijn. En vervolgens bleek dit ‘zijn’ op niet te bevatten wijze toegang te geven tot ‘innerlijk weten’. Een weten dat niet strookt met de westerse kijk op de werkelijkheid en dat niettemin een vanzelfsprekendheid voor hem zou worden.

Bij het herlezen realiseerde ik me dat ik er opnieuw over wilde schrijven. Wolffs ontdekkingen zijn eenvoudig te bemoedigend om te negeren in een tijd met zoveel machtshongerende leiders en geldstapelende concerns.

Vanaf 1963 was Robert Wolff professor *Public Health* (Volksgezondheid) aan de universiteit van Hawaii. Na zijn emeritaat werd zijn leven simpel, heel simpel, vertelde hij me in 2003. Hij schilderde en hij schreef het een en ander – bijvoorbeeld over zijn tuin.

Of over de keer dat hij op een ochtend naar de stad had willen gaan om broodnodige inkopen te doen, maar niet goed weg kwam – kijkend naar de poes die aan het eten was, dralend met het afmaken van een boodschappenlijstje, een kop koffie nemend, met in zijn achterhoofd het gevoel dat hij om wat voor reden ook helemaal niet naar de stad zou gaan.

Hij haalde zijn schouders op, ging weer naar binnen. Een paar minuten later ging de telefoon: een oud-student van hem van dertig jaar geleden op doorreis – die langs wilde komen. Het gevoel alsof iemand je bij de hand neemt, zal hij er in het interview over zeggen.

Andere voorbeelden vindt u elders in dit blad. Inmiddels ben ik benieuwd wat hij twintig jaar geleden precies zei in dat e-mail-interview met hem. Mocht u dat ook willen weten na lezing van het artikel, dan vindt u aan het eind een link. Veel leesplezier gewenst.

Bart Hommersen



VRUCHT BARE AARDE

Vruchtbare Aarde

Vier keer per jaar zoekt *Vruchtbare Aarde* de dwarsverbanden en de samenhangen. Of we nu schrijven over kunst, reizen, architectuur, gezondheid, licht, water of de relatie mens - natuur. Op dat punt zijn we grenzeloos nieuwsgierig. Misschien willen we het onmogelijke en misschien lukt het ons niet altijd, maar we streven ernaar, elke drie maanden weer: op een leesbare wijze doordringen tot 'de binnenkant' der dingen.

uitgever/hoofdredacteur

Bart Hommersen

aan Vruchtbare Aarde werken mee

Han van den Boogaard, Marije Hage, Elske Huising, Frans Olofsen, Eline Schipperen (illustraties), Hapé Smeele (fotografie), Wil Uitgeest, Tamar Valkenier, Yvonne Vrugink (fotografie) en Jos van Wunnik

vormgeving

Albert Hennipman

omslag

Zicht op de piramides van Cheops en Chefren, Gizeh, Egypte (beeld: FrentaN)

correctie

Ineke Vlug

druk

Veldhuis Media B.V.

abbonementen

Nederland € 23 | België € 29,60 | Overig buitenland € 48 | Digitaal abonnement: €20 | Een abonnement wordt stilzwijgend verlengd, tenzij (brief, email, telefoon) wordt opgezegd voor 1 dec.

abbonementen-administratie

Ellen Snel, Tegalstraat 47, 7541 ZC Enschede; tel 06 360 97 876 (ma - vrij, 12:00 - 17:00); abo@vruchtbareearde.nl

redactie

WG Plein 380, 1054 SG Amsterdam; tel 020 6898468; va@xs4all.nl

advertenties

BMC-Metropolis, Bart Boudewijn Baudoin, tel 020-4194438; bmc@bartobar.nl

website

vruchtbareearde.nl

webwinkel

vruchtbareearde.nl/webwinkel

INHOUD EDITIE 1 • 2025

6

Verborgen wijsheid

Zijn eerste bezoek aan Egypte bleek levensveranderend. Een ervaring in de Koningskamer van de Grote Piramide van Cheops was zo overrompend intens dat huisarts Richard Hoofs aanvankelijk moeite had erover te praten. Inmiddels, vele Egypte-reizen verder, is hij het holisme uit de oude Egyptische cultuur en heilkunde gaan koesteren als inspiratiebron in zijn persoonlijke leven en in zijn artspraktijk. Een vraaggesprek in Den Bosch.

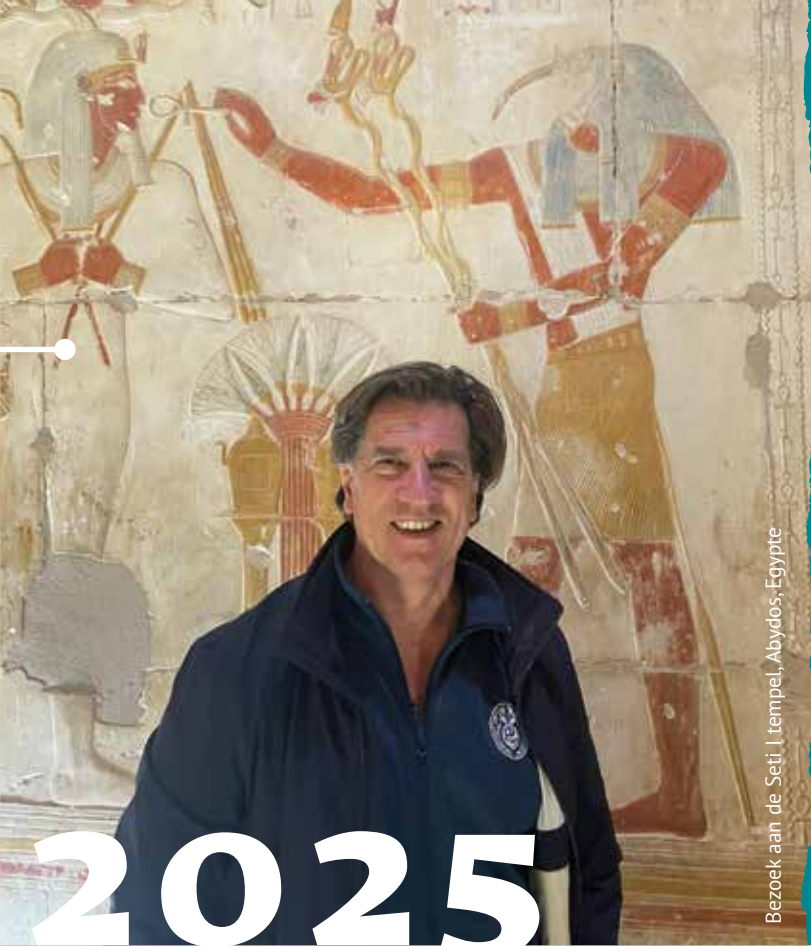
EDITIE 1

22 De glimlach van de Sng'oi

Geraakt, ontroerd zelfs werd Robert Wolff in zijn contact met de oorspronkelijke bevolking van het Maleisische schiereiland – de Sng'oi, bij wie hij een integriteit tegenkwam die hij bij andere volkeren nooit zo gevoeld had. Hij was dol op hun vrolijkheid, hun vermogen in het hier en nu te zijn en hun opperste eenvoud. Lang, heel lang zou hij deze ervaringen voor zichzelf houden. Met reden! Zoals er anno 2025 volop reden is deze ervaringen wederom in het licht te plaatsen. Verslag van een wonderlijke, innerlijke reis.



Mark Mastenbroek als docent op een kunstreis



Bezoek aan de Seti I tempel, Abydos, Egypte

2025



32 Blik op het sublieme

Bij de abstracte schilderijen van Piet Mondriaan hoor je museumbezoekers soms zeggen dat 'iedereen' zo'n compositie had kunnen maken. Een vriendengroep kwam op het idee de proef op de som te nemen. Een van hen: een Mondriaan-liefhebber. Zou deze kenner het doorhebben als de echte Mondriaan aan zijn muur vervangen zou worden door een namaak schilderij? Het voorbeeld komt ter sprake in een tweegesprek van Wil Uitgeest met haar voormalige docent kunstbeschouwing, Mark Mastenbroek.



Mark en zijn moeder Mary, Zomerdijkstraat

42 Het boodschappenbriefje

De elders in dit blad geïnterviewde docent kunstbeschouwing Mark Mastenbroek vertelt hier over hêt grote Erop-of-Eronder-moment uit zijn leven. Of liever gezegd: vóór het begin van zijn leven. Een dubbeltje op zijn kant of hij was er nooit geweest. Hoe het zat? Daarvoor moeten we terug naar 1951, het jaar dat zijn moeder te horen kreeg hoe dicht ze met Mark in haar buik in 1944 bij de afgrond was geweest.

15 Geestelijke helderheid

Wie het heeft meegemaakt, koestert de ervaring de rest van zijn leven. Een geliefde op zijn of haar sterfbed, die in de dagen, weken of zelfs maanden ervoor onbereikbaar is geweest; die ineens tot bewustzijn komt en een gesprek begint met de aanwezige familieleden – alsof het de normaalste zaak van de wereld is. Oud-ziekenhuis- en radiopastor Hans Stolp over het wonderlijke fenomeen 'terminale helderheid'.

En verder

- 11 **Han van den Boogaard:** Alles zien
- 18 **Tamar Valkenier:** Mentale veerkracht
- 20 **Frans Olofsen:** Koninklijke Zeldzaamheid
- 30 **Jos van Wunnik:** Ondersteboven
- 39 **Marije Hage:** Zittend in liefde
- 41 **Elske Huising:** Hoog in de boom
- 46 **Wil Uitgeest:** Een felgroen vuur

Zijn eerste bezoek aan Egypte bleek levensveranderend. Een ervaring in de Koningskamer van de Grote Piramide van Cheops was zo overrompend intens dat huisarts Richard Hoofs aanvankelijk moeite had erover te praten. Inmiddels, vele Egypte-reizen verder, is hij het holisme uit de oude Egyptische cultuur en heelkunde gaan koesteren als inspiratiebron in zijn persoonlijke leven en in zijn artspraktijk. Een vraaggesprek in Den Bosch.

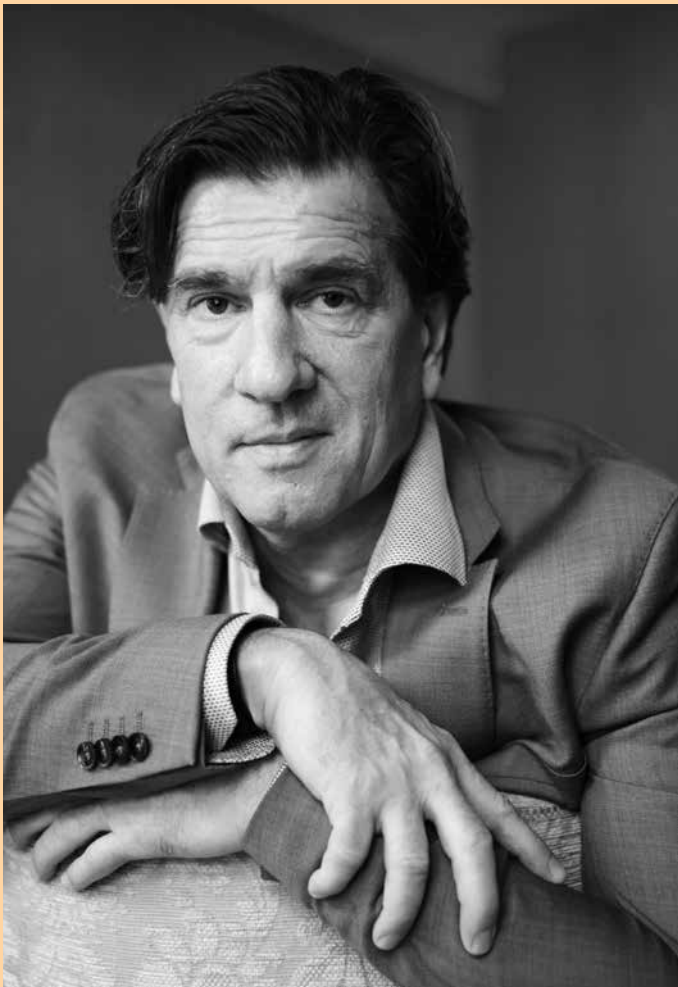


over de inspiratie die hij ontleent aan de oude Egyptische levensfilosofie en heilkunst

Verborgen wijsheid

foto: Hapé Smeele

*'Tot dan toe was ik vooral vanuit mijn
hoofd in Egypte geïnteresseerd geweest.
Nu kwam het oude Egypte tot leven, ik
ervoer de enorme kracht van het land'*



'Elke Egyptische tempel heeft zijn eigen energie, passend bij de god of godin aan wie de tempel is gewijd. Al die energieën zijn ook in jezelf te vinden'

In het licht staan, Seti I tempel, Abydos



Wandrelief tempel gewijd aan de godin Hathor, Dendera: Cleopatra geeft de borst aan haar zoon Caesarion.

arenlang werkte Richard Hoofs in een huisartsencentrum in Den Helder; later in Eindhoven en nu sinds enige tijd in Den Bosch. Een arts die zich niet in een hokje laat stoppen, die altijd belangstelling heeft gehad voor Oosterse energetische kennis en die de reguliere Westerse huisartsgeneeskunde het liefst combineert met inzichten uit acupunctuur, antroposofie en ayurveda. Regulier en alternatief, aandacht voor lichaam en geest. De verbinding tussen West en Oost ziet hij als de basis van zijn werk.

Als dertiger besloot hij een tijdje in India te gaan werken. Eerder had hij al wel eens een reis naar dat land gemaakt en daar was hij enthousiast en zelfs wat opgewonden van teruggekeerd. In Nederland volgde hij vervolgens de opleiding tropenchirurgie, waarna hij zich aansloot bij een Amerikaanse hulporganisatie.

Eerstelijnszorg op het uitgestrekte Indiase platteland. Met een mobiel hospitaal van dorp naar dorp rijdend. Elke dag een andere bestemming. Een omgebouwde bus die plaats bood aan artsen en verpleegkundigen, plus een flinke hoeveelheid geneesmiddelen en medische apparatuur.

'Als we vroeg in de ochtend op onze bestemming aankwamen,' herinnert hij zich, 'stond er al een honderdtal mensen op ons te wachten. We bouwden dan een overkapping en een altaartje op. Vervolgens zongen we een oud Vedisch lied. Daarna gingen we aan de slag.'

Wat hem in die tijd trof: hoe rustig mensen stonden te wachten tot ze aan de beurt waren. Uren en uren in de klamme hitte, zonder een woord te spreken. 'Ze accepteerden hun toestand en gaven zich eraan over.



Ongelooflijk. Geen geklaag, geen boosheid. Ik was er diep van onder de indruk. Zo anders dan de houding die je in het Westen vaak tegenkomt, waar een maakbare wereld meer en meer het uitgangspunt lijkt te worden – ook in het medische circuit.'

In een eerder interview in dit blad (2011) vertelde Richard Hoofs hoe een bijna-doodervaring tijdens een bezoek aan de Indiase Himalaya tot het besef leidde dat het leven niet ophoudt met de dood – en dat we méér zijn dan ons lichaam. Een inzicht dat vervolgens ook invloed had op zijn medische handelen. Hij begon anders naar ziekte en gezondheid te kijken. Klachten minder te beschouwen als een noodlot dat je treft en meer als een richtingaanwijzer om een bepaald aspect van je leven onder de loep te nemen en te veranderen.

Ten tijde van het vorige interview hield Richard nog praktijk in Bergen NH en Den Helder. Inmiddels is hij in Den Bosch aan de slag gegaan en heeft hij India als voornaamste landenliefde ingeruild voor Egypte. De oude Egyptische wijsheid is hem meer en meer gaan intrigeren – de holistische leefstijl van de oude Egyptenaren, die leefden in het besef dat alles in het leven met elkaar verbonden is. Hij schreef er zelfs een boek over: *Bezielde leven op doktersrecept*.

Roodgranieten kist

Herinner je je nog wanneer Egypte je leven binnenkwam?

'Dat zijn verschillende momenten geweest. Als kind was ik al erg geïnteresseerd in geschiedenis. Mijn moeder beantwoordde die belangstelling door geschiedenisboeken voor me te kopen. Daarin las ik over Romeinen en Grieken; en over Egyptenaren en hun piramides en tempels. Ik ging er totaal in op. Soms had ik zelfs het

gevoel tussen de Egyptenaren te staan en één met de Grieken te zijn.

'Een jaar of 25 geleden maakte ik met mijn toenmalige partner mijn eerste reis naar Egypte. We reisden per boot over de Nijl en eindigden bij de Grote Piramide van Gizeh. Zij wilde niet mee en bleef buiten wachten. Ik ging alleen aan de noordzijde naar binnen. Dan kom je terecht in een heel nauwe gang die schuin naar beneden voert. Het is er benauwd is en een voortdurend komen en gaan van toeristen die naar binnen willen of op weg naar de uitgang zijn.

'Misschien niet heel geschikt voor mensen die claustrofobisch aangelegd zijn. Af en toe kom je mensen tegen die wat kortademig zijn of zelfs de neiging hebben flauw te vallen. Als arts kijk je dan of hulp gewenst is. Een paar keer kon ik iemand zo een beetje tot rust helpen brengen.

'Na zo'n tachtig meter kom je in de zogeheten Koninginnekamer. Een volledig lege, witte kamer met een mooi, schuin dak en een geweldige akoestiek. Loop je verder, dan brengt een nauwe omhoog lopende corridor je in de Koningskamer. Een ruimte opgebouwd uit donkerrode blokken graniet die naadloos op elkaar aansluiten. Het was er vochtig en warm. Een beetje alsof je in een roodgranieten stoomkamer zit – maar dan zonder stoom. Best prettig, vond ik. In India was ik niet anders gewend.

'Die hele ruimte zat vol toeristen. Ik ging eerst eens rustig langs de wand zitten om een beetje bij te komen. Maar ineens stroomde de ruimte in no-time leeg; op een oude bewaker na, met een grijs baardje en een tulband. De bewaker keek om zich heen en kwam toen met grote passen op me af. Hij wees naar de open kist in de ruimte.



Richard naast beeld van Hathor, de zorgzame en gevende oermoeder

Ballingschap

Toen het tijd voor mij was terug te keren tot de Aarde, vertelde een Boodschapper van de Opperste Heren van het Leven mij dat ik in Keme zou worden herboren; en zij, die mijn nieuwe lichaam zouden vormen, zouden mij welkom heten – want al eenmaal vroeger waren wij verbonden geweest en de banden tussen ons waren die van liefde en niet van haat, wat de twee draden zijn die de mensen het sterkst aan elkaar binden op Aarde. En als broeder zou ik iemand hebben met wie ik al lang samen was gegaan op de grote reis. Toen dit alles mij werd medegedeeld, werd de smart, welke allen voelen die hun ware tehuis moeten verlaten terwille van weer een dagreis in het land der nevelen, verlicht – want ik zou vrienden hebben in mijn ballingschap.

De openingszinnen van Joan Grants *Winged Pharao* (1937), in een vertaling van Tony de Ridder | *De Driehoek (Gevleugelde Pharao, 1979)*



Reliëfvoorstelling in graf van Ramose, Vallei der edelen, Luxor.

Ook weer van roodgraniet, zoals alles in deze ruimte van roodgraniet is.

'Of ik daar in wilde liggen, begreep ik. Hij legde zijn armen kruislings op zijn borst, zijn hoofd naar achteren gewend. In eerste instantie wilde ik er niets van weten. Het is tenslotte een sarcofaag. Tenminste, dat staat in alle reisgidsen. Wie gaat er nou in de grafkist van een farao liggen? Dat zou grafschennis zijn!

'Maar de bewaker bleef aandringen. Eerst vroeg hij één dollar, daarna ging zijn prijs omhoog naar vijf dollar. Intussen was ik toch wat nieuwsgierig aan het worden. Ik liet mijn handen eens langs de gladde binnenkant van de sarcofaag glijden. Een vreemd verlangen maakte zich van me meester om er toch in te gaan liggen. Uiteindelijk gaf ik de Egyptenaar tien dollar, om van hem af te zijn.

'Ik klom de sarcofaag in en strekte me uit. Ik deed mijn ogen dicht en ontspande. Het lag eigenlijk best lekker. Al gauw had ik het gevoel de aarde in te worden ingetrokken ... omlaag, omlaag en omlaag. Een beetje zoals je je in een badkuip kunt voelen als het water aan het weglopen is. Maar dan veel sterker. Diep de aarde inzakkend, leek ik vreemdgenoeg tegelijkertijd te zweven en op te stijgen. En toen verloor ik het bewustzijn.

'Toen ik weer bijkwam, had ik even geen idee waar ik was. Ik zag een reeks gezichten boven me die verbaasd op me neer keken. De ruimte bleek weer gevuld met toeristen, die allemaal rond die sarcofaag stonden opgesteld. Best wel confronterend, vond ik.

'Het leek me maar het beste zo snel mogelijk weg te gaan. Je weet nooit hoe zoiets valt. Voorzichtig stond ik op en merkte dat ik me eigenlijk heel goed voelde.

Ook heel sterk. Buiten wachtte mijn vriendin op me. Natuurlijk wilde ze weten hoe het binnen was geweest. Maar ik kon nog geen woord uitbrengen. Ik snapte zelf nauwelijks wat me was overkomen. Het zou nog wel even duren voor ik dat wel kon.

'Tot dan toe was ik vooral vanuit mijn hoofd in de bouwstijlen en geschiedenis van Egypte geïnteresseerd geweest. Nu kwam het oude Egypte ineens tot leven. Ik ervoer de enorme kracht van het land. Nooit eerder had ik me gerealiseerd dat je er zoveel aan kon hebben. Een poort om jezelf te ontmoeten. Daar ben ik inmiddels van overtuigd geraakt: je ervaart jezelf in die ruimte.

'Na die eerste reis ben ik verdergegaan met mezelf verdiepen in het oude Egypte.'

Gevleugelde Pharao

Ik begrijp dat je tijdens je Egyptische reizen voor het eerst kennismaakte met het boek Gevleugelde Pharao van de Engelse schrijfster Joan Grant. Het levensverhaal van een Egyptische prinses uit de eerste dynastie rond 3000 v. Chr. Ik kreeg zelf meteen zin het boek te gaan herlezen.

'Ja, een werkelijk prachtig verhaal.'

Klopt het dat de prinses in dit boek zelf een aantal dagen in zo'n sarcofaag heeft gelegen, en wel als onderdeel van haar opleiding?

'Ja, de hoofdpersoon van dit boek, ik meen dat ze Sekieta heet, zal uiteindelijk samen met haar broer het land gaan regeren. Daarvoor krijgt ze een jarenlange tempelopleiding – om later als farao te kunnen functioneren. Ze krijgt trainingen in droomreizen, waarin haar wordt geleerd boodschappen te ontvangen en door te geven en anderen tijdens die droomreizen te helen.

'Als we alle losse eindjes aan elkaar knopen lijkt het erop dat ingewijden een blik over de rand van de dood werd vergund – beleefden dat de dood in feite niet bestaat en de ziel verder leeft'



'In een van de laatste testen die ze moet afleggen, ligt ze een aantal dagen in een piramide in een sarcofaag. Dan treedt ze uit en heeft ze een serie ontmoetingen. We tasten in het duister over wat er precies gebeurde in die oude mysteriescholen. Niemand mocht erover praten. Als we alle losse eindjes aan elkaar knopen lijkt het erop dat ingewijden een blik over de rand van de dood werd vergund, of in ieder geval in hun ervaringen vlak bij de dood kwamen – en zo ook tot de ontdekking kwamen dat de dood in feite niet bestaat en de ziel verder leeft.'

Ik heb de Gevleugelde Farao in mijn tienerjaren, denk ik, voor het eerst gelezen. Wat gelijk grote indruk op me maakte is de opening van het boek. Haar levensverhaal begint niet aan het begin van haar leven, maar al voor haar geboorte, als ze te horen krijgt dat er een nieuw leven op aarde aan zit te komen. Ze vertelt hoe blij ze is dat ze dit avontuur aan kan gaan met iemand met wie ze al vaker op aarde is geweest. 'De afgelopen dagen heb ik in mijn boekenkast nog naar dit boek gezocht, maar ik heb het niet meer. Vermoedelijk uitgeleend. Het is niet meer in druk, begrijp ik, althans de Nederlandse vertaling niet meer.'

Voor zover ik weet was De Driehoek in Nederland de laatste uitgeverij van het boek. Toen die werd overgenomen, ging de nog resterende voorraad van de Gevleugelde Farao naar een antiquariaat. VA besteedde in die tijd toevallig aandacht aan het boek en kocht het restant van 250 exemplaren op voor VA-lezers.

'In onze Egypte-reis hadden we het al over dit boek. Er was moeilijk aan te komen. Maar jij had alles opgekocht, begrijp ik nu, haha.'

column han van den boogaard



In de waarnemingen van Han van den Boogaard valt de stilte op. Fijn om een aantal van zijn reflecties in VA te kunnen plaatsen.

Alles zien, alles weten

Buiten zijn in de openlucht is fijn, ik doe het graag. Maar ik ben een voorzichtig mens geworden sinds ik even door de dood ben aangeraakt, zonder er helemaal door te zijn vermorzeld. Op dagen dat het koud is of regent, vermijd ik de buitenlucht, om te voorkomen dat mijn handen en gezicht verkleumen en niet meer opwarmen. Maar op dagen dat de lente in de lucht hangt als een geurige belofte, houdt niets me nog tegen. Dan trek ik de bossen in en loop ik op oeroude paden. Ik ken ze als mijn broekzak, ik loop tussen de bomen als door mijn eigen huis – een huis van zand en hout en bladeren. Maar op den duur word ik er ook een beetje blind voor. Mijn ogen zien bijna alleen nog wat bekend is, en daardoor zie ik vaak niets meer dat me nog opvalt.

Op een middag zie ik vlak bij huis iets waar ik al honderden keren langs ben gelopen maar wat ik nog nooit écht heb gezien. Een boom te midden van andere bomen, ogenschijnlijk niets bijzonders. Maar nu zie ik dat het een sequoia is – een bijna uitgestorven boom uit Californië, de grootste ter wereld; hij kan meer dan honderd meter hoog en eeuwen oud worden. Bij ons vind je hem alleen op landgoederen en in tuinen van bomenliefhebbers.

In de loop der jaren heb ik er vijf ontdekt in mijn omgeving, en nu vind ik er plotseling nog een. Ik klop even tegen de centimeters dikke bast en ja, daar is het weer, dat zachte holle geluid dat alleen een sequoia kan voortbrengen. Ik verwonder me over het feit dat hij er zomaar staat, dat ik hem nooit eerder heb gezien, en dat hij weet te overleven in een klimaat dat niet het zijne is.

Die verwondering is zelf een wonder. Als kind ervoer ik haar dagelijks en was de wereld nog nieuw en uitdagend, maar ook onbegrijpelijk. Inmiddels ben ik ouder geworden, en wellicht een beetje wijzer, ook al weet ik in feite nog steeds bijna niets. Maar wat ik wel weet is dat mijn enige echte wijsheid gelegen is in het feit dat ik het onverklaarbare onder ogen durf te zien en onverklaarbaar durf te laten; dat er niets te vinden of te bereiken valt en dat ik alleen maar deze droom hoeft te leven – het liefst voluit.

Han van den Boogaard



Dromenland

Op zekere dag, toen ik drie jaar oud was, was ik met mijn moeder bij de zwembijver. Het ene einde daarvan was zó ondiep dat ik daar alleen kon staan. Ik legde mijn halssnoer van lapis lazuli en schelpenkralen af, trok mijn kleine, witte linnen jurkje uit en speelde in het water; ik sloeg erop met mijn handen zodat de druppels omhoog spatten. Toen kwam Maata, mijn min, en zei dat het tijd was om naar bed te gaan. Maar ik wilde veel liever bij mijn moeder blijven in de zon. Maata zag er heel streng uit. Ik sprong terug in het water en plaste zó hard dat ze niet bij mij kon komen zonder zelf erg nat te worden.

Toen vroeg Moeder mij waarom ik eigenlijk niet wilde gaan slapen. En ik antwoordde: 'Omdat het zo saai is en omdat ik prettig aan het spelen ben.' En zij zei: 'Maar wanneer je gaat slapen, heb je het ook prettig.' Ik begreep niet goed wat zij bedoelde, tot ze op mijn jurkje wees en zei: 'Soms draag je dat en soms draag je dat niet. Wanneer je in het water wilt gaan, trek je je jurkje uit. Wanneer je gaat slapen, trek je ook je lichaampje uit en dat laat je in je bed liggen en dan ga je zelf weg en hebt het prettig; en dan kun je een heleboel heerlijke dingen doen, die je niet kunt doen zolang je in je lichaam bent.' En toen vertelde zij mij dat dromen herinneringen waren aan dingen die ik gedaan had terwijl ik mijn lichaam in slaap achterliet.

Deze vroege lessen op driejarige leeftijd blijken een voorbode van haar latere tempelopleiding waarin de hoofdpersoon, prinses Sekieta, via haar dromen boodschappen leert ontvangen en doorgeven | uitg. De Driehoek (*Gevleugelde Pharao*, 1979)

De godin Isis streelt de wang van farao Seti I, Abydos

Sekhmet

Nog even over die onbedwingbare neiging van je om in die roodgranieten kist te gaan liggen ... In je boek beschrijf je een bezoek met je gezin aan Karnak, het grootste tempelcomplex van het oude Egypte. Na binnenkomst, zeg je, kregen jullie iets gejaagds over je. In recordtempo doorliepen jullie het tempelcomplex. En dat terwijl jullie je zo hadden voorgenomen overal de tijd voor te nemen. Ben je erachter gekomen waar die haast goed voor was?

'In ieder geval werden we aangetrokken door de energie achter in de tempel. De zaal waar vroeger de bark (boot) stond waarmee de oppergod Amon tijdens processies werd rondgedragen. De god die de onzichtbare, alomtegenwoordige levenskracht vertegenwoordigt. Hier kwamen we een beetje tot rust en gingen we zitten, kijkend naar de sterrenhemel boven ons.

'Even later bezochten we het tempeltje van Ptah en zijn vrouw Sekhmet. Even onbekend als bijzonder, met een werkelijk fenomenaal beeld van de godin Sekhmet. Bij binnenkomst werden we meteen betoverd door haar zachte kracht. Sekhmet is de vrouwelijke godin met het hoofd van een leeuw; een godin die leeuwkracht in zich heeft – die autonomie, kracht, zelfredzaamheid en weerbaarheid uitstraalt.

'Elke Egyptische tempel heeft zijn eigen energie, passend bij de god of godin aan wie de tempel is gewijd. Alle Egyptische goden zijn energieën die je ook in jezelf kunt vinden. Soms iets meer van de een, soms iets meer van de ander. Het zijn altijd energieën die je helpen je levensdoel te verwezenlijken. Sekhmet staat voor de leeuw in ieder mens die ons helpt bij onze eigen kracht te komen. Maat staat voor het innerlijke kompas in ieder mens. Het luisteren naar onze ziel.

'Al die energieën zijn op deze oude plaatsen nog te voelen en te ervaren. De goed bewaarde dodentempel van Ramses III bijvoorbeeld is een oorlogstempel. Ik wist dat aanvankelijk niet. Maar ik vond het opvallend hoe snel in onze groep ruzie ontstond en mensen opgefokt raakten. Bij het eten al. Iemand zei iets, een ander pikte het op en haakte erop in.

'De tempel van Osireion heeft daarentegen juist met angst te maken. Een tempel die bij het binnengaan diep omlaag voert en je kan confronteren met eigen angsten. Dat is het bijzondere van een tempelbezoek: in feite bezoek je jezelf. In al deze tempels hangt een bepaalde energie. Als je daar iets mee hebt, trilt er iets aan en maak je er verbinding mee.

'Hier in Den Bosch hebben we de Sint Jan, met zijn Mariakapel. Die kapel staat altijd vol bloemen; mensen steken er kaarsjes op, mensen bidden er. Je voelt die energie. Je legt automatisch verbinding met je hart. Zo kun je het zien. Een bezoek aan deze kapel kan je helpen getroost te worden of hoop te ontwikkelen.

'Een piramide of een tempel is zo bezien een poort. Een poort die zowel de ene als de andere kant op kan werken – die je het gevoel kan geven er te moeten zijn of die je, omgekeerd, juist tegen lijkt houden – wat mijn vriendin ervoer bij de Grote Piramide. Ik heb het hier wel meegeemaakt dat oude trauma's opkwamen. Een keer, tijdens een groepsreis, heb ik mensen letterlijk groen zien worden. Helemaal groen. Aan het braken. Ze durfden de piramide eenvoudig niet in.'

Ken uzelf!

Je Egyptische reizen zitten vol wonderlijke ervaringen. Heb je dat ook in je normale Nederlandse leven?



foto: Hapé Smeete

'In Egypte lijken de ervaringen net wat sterker te zijn. En toch gaat het me niet om Egypte. En ik wil al helemaal niet terug naar het oude Egypte. Egypte is een ingang tot zelfonderzoek. Daar komt het op neer. We kunnen de levensfilosofie van de oude Egyptenaren gebruiken om naar onszelf te kijken. Ken uzelf! Wie ben ik?

'Nou, dat zelfonderzoek kun je doen via meditaties, maar reizen is ook een optie. Op reis heb je tijd voor jezelf. De een kiest dan voor een wandeltocht. De ander bezoekt een land, en dat hoeft niet per se Egypte te zijn. Het oude Egypte kan een opening bieden naar een andere manier van mens-zijn, maar die opening kan je zeker ook in Nederland vinden.'

Een terugkerend thema in je boek Bezielde leven op doktersrecept is de gedachte dat wij als mens een zielsbestemming hebben, want – en nou komt het – anders waren wij niet geboren.

'Het besef dat je niet toevallig leeft, kan je leven veranderen. Dat heeft het bij mij in ieder geval gedaan. Het besef wat het betekent om überhaupt op aarde te zijn – hier gereïncarneerd te zijn. Het besef geboren te zijn vanuit het verlangen van onze ziel naar een nieuw leven en nieuwe ervaringen. De oude Egyptenaren waren zich dat bewust. Leven vanuit je zielsbestemming zagen de oude Egyptenaar zelfs als het doel van het leven.

'Ongelooflijk hoe ver onze Westerse maatschappij in dit opzicht van huis is geraakt. En hoe dat maar door blijft gaan. Hoe intelligente mensen soms zo ontzettend dom kunnen zijn. Het voortdurend voor eigen gewin gaan. Niet uitgaan van verbinding, maar

healthy filtered water
yumeau

Drink more, waste less

Lekker en gezuiverd water drinken? Vrij van ongewenste stoffen, maar wel met de nodige mineralen? Zonder gesjouw met plastic flessen en op een duurzame manier geproduceerd? Dan is het Yumeau waterfiltersysteem echt iets voor jou. Voor bronwaterkwaliteit gewoon bij jou thuis.



Handgemaakt



Duurzaam



Exclusief



Kwaliteit

Lekker, gezuiverd water

De waterfiltersystemen van Yumeau worden in Nederland op ambachtelijke wijze gemaakt, van natuurlijke materialen.

Met het Doulton filterelement filteren de Yumeau waterfiltersystemen een lange lijst van onzuiverheden uit het water en zorgen ervoor dat het water echt lekkerder, zachter smaakt. En dat voor maar een paar cent per liter!

- PFAS/PFOA
- Bacteriën
- Medicijnresten
- Hormonen
- Pesticiden
- Herbiciden
- Zware metalen (zoals lood)
- Microplastics
- Kalk

Kijk voor jouw handgemaakte waterfilter op yumeau.nl



Reliëfvoorstelling Thot, de Egyptische god van wijsheid, heelkunde en schrift, 2025, Seti I tempel, Abydos

ieder voor zich. Als land en als individu. Zonder besef van karma. Zonder besef dat als je het land vervuilt of een overwinning haalt ten koste van iemand anders, dat niet bepaald handig is om te doen. Als je enig besef van karma hebt, weet je dat een dergelijke houding tegennatuurlijk is en uiteindelijk tegen je gaat werken.'

Spiegel

Ergens doe je in je boek een opvallende uitspraak. Je zegt dat je als arts niemand zijn klachten af moet pakken. Dat is nogal een uitspraak.

'In het oude Egypte werd een medische klacht gezien als een boodschap van de ziel om de balans te herstellen – om de persoon en innerlijke bezieling weer met elkaar in verbinding te laten komen. Dat is een visie die mij als arts én als mens zeer aanspreekt.

'Problemen hebben zin – omdat ze tot verdieping nopen en je dichter bij jezelf brengen. Ik heb net een griep achter de rug en heb een paar dagen in bed gelegen. Zo'n periode confronteert je met jezelf. Je bent op jezelf aangewezen. Het dwingt je rust te nemen. Je moet naar binnen. In die zin is een griep ook een opening.

'Zoals ook rugpijn, hoge bloeddruk, buikklachten openingen naar de ziel kunnen zijn. Je kunt iemand wel een pil geven om de bloeddruk omlaag te krijgen, en die pillen geef ik ook. Dat moet ik als huisarts ook doen. Maar als het goed is, stel ik ook de vraag of mensen enig idee hebben waar hun hoge bloeddruk vandaan komt. Ervaren ze meer stress? Stellen ze hoge eisen aan zichzelf? Hebben ze het gevoel zichzelf keer op keer waar te moeten maken?

'Vaak zit er een bestaansrechtprobleem achter.

Een gebrek aan veiligheid. Het steeds maar proberen te voldoen aan verwachtingen. Het gevoel je plek in deze wereld te moeten verdienen. Jezelf een hoge druk opleggen.

'Ziekte is een spiegel. Klachten horen daarbij. Daarom denk ik dat je als arts niet goed bezig bent als je iemand zijn klachten afpakt. Kijk naar een spelend kind dat een toren aan het bouwen is die steeds omvalt. Of naar een kind dat zich keer op keer klemzet onder een tafeltje. Als je het onder dat tafeltje vandaan trekt of die toren voor hem afbouwt, vindt een kind dat niet leuk. Het wil dat op eigen kracht doen. Door vallen en opstaan komt een kind verder. Maar dat geldt toch ook voor ons! Het leven is een groot vallen en weer opstaan; over je grenzen heen gaan en jezelf steeds opnieuw terugvinden.'

Minister Volksgezondheid

Stel dat je voor vier jaar benoemd zou worden tot minister van Volksgezondheid. Wat zou je voor elkaar proberen te krijgen?

'Interessante vraag. De richting die ik op zou willen is die van minder pillen, minder farmacie, minder techniek, meer leefstijl. In de hele medische wereld minder het gewin centraal stellen. Eigenlijk moet het roer volledig om. Marktwerking in de zorg zou ik per direct afschaffen.

'De zorgverzekeraars hebben te veel macht gekregen. Alles draait om geld en wordt vanuit kostenplaatjes bekeken. Er zou meer aandacht moeten komen voor de mens achter de klacht. Dan hoef je ook minder medicijnen voor te schrijven. Ook zou ik regels stellen aan de grote winsten van farmaceutische bedrijven. Veel meer geld naar de mensen zelf, minder naar de industrie. Minder ook naar specialisten: 2,5 ton is genoeg. Ik zou ze een vast salaris geven.



'Verder heb ik het gevoel dat er te weinig verbinding is tussen politiek en wat er leeft in de maatschappij. Ik zou die verbinding tot stand willen helpen brengen. Controle vanuit die overheid zou ik zoveel mogelijk afschaffen. Niks willen opleggen. Ook niet qua leefstijl. Afdwingen heeft geen zin. Iedereen weet dat roken niet gezond is. Maar waarom rookt iemand? Wat zit daarachter? Er is een reden dat iemand rookt. Je verdooft met dat roken het contact met de buitenwereld, je dempt het voelen van die buitenwereld.

'Bovendien is het jouw leven. Als jij wil roken, rook dan! Natuurlijk kan je als overheid voorlichting geven. En je kunt het mensen makkelijker maken om bij zichzelf te rade te gaan. Mediteren en yoga helpen stress te verminderen, en stress ligt ten grondslag aan heel veel klachten. Ik zou iedereen twee keer per jaar de mogelijkheid bieden een retraite te doen. Eventueel vergoed. Stilstaan bij het feit dat je leeft, stilstaan bij wat je met je leven wilt – wat het betekent dat je leeft. Het lijkt mij dat zo'n retraite in hoge mate kostenbesparend kan werken.'

Burn-out

Alles zagen de oude Egyptenaren als een sacrale handeling, schrijf je, wat voor werk ze ook deden. Of het nu brood bakken was, een tempel bouwen of een verslag schrijven. Vervolgens stel je in je boek de vraag of de grote ziekte van onze tijd – burn-out – toen eigenlijk wel voorkwam. Veel minder vaak, concludeer je voorzichtig. Waarom zeg je niet dat het onwaarschijnlijk is dat een burn-out in het oude Egypte zal hebben bestaan?

column hans stolp



De keren dat we in dit blad aandacht gaven aan Hans Stolp raakte hij de harten van lezers. Een terugkerende column van zijn hand zou mooi zijn geweest, maar is te belastend voor hem. Het alternatief: een bijzonder fragment uit zijn boeken! De VA-redactie kiest en legt die keuze aan hem voor.

Geestelijke helderheid

Het blijft fascinerend voor ons – bijna allemaal opgegroeid met een uiterst materialistisch wereldbeeld – om te constateren dat geheugen, spraak en denkvermogen soms terug kunnen komen bij personen die een zware hersenbeschadiging hebben en die fysiek gezien niet tot denken, praten of herinnering in staat zijn.

Een voorbeeld: 'Een oudere dame leed al vijftien jaar aan de ziekte van Alzheimer. Ze werd liefdevol verzorgd door haar dochter. De laatste jaren voor haar dood reageerde ze nergens meer op en liet ze niet merken of ze haar dochter nog wel herkende. Kort voordat ze stierf ontwaakte ze plotseling uit haar schemerachtige onbereikbaarheid en begon ze een uitgebreid gesprek met haar dochter. Daarbij liet ze merken dat ze precies wist wat er met haar dochter gebeurd was in al die jaren van haar ziekte.'

Zulke momenten waarop een ernstig zieke tot bewustzijn komt en begint te praten met familieleden die in de kamer zijn, worden momenten van terminale helderheid genoemd. In Duitsland is inmiddels uitvoerig onderzoek naar deze voorvallen gedaan. Ze worden 'terminaal' genoemd, omdat verreweg de meeste mensen die dit overkomt binnen twee weken sterven. Vijftig procent sterft nog dezelfde dag, de andere vijftig procent in de loop van de veertien dagen die op dit moment van helderheid volgen.

De Duitse onderzoeker Michael Nahm verzamelde meer dan zeventig voorbeelden uit medische verslagen. Daarbij ging het onder meer om mensen met een hersentumor of een beroerte of mensen die door een hersenvliesontsteking verstandelijk gehandicapt waren geraakt. Ook vond hij voorbeelden van terminale helderheid bij personen die zwaar dement waren.

Gevraagd waarom terminale helderheid bijna altijd plaatsvindt in de laatste levensfase, antwoordt Nahm: 'Hoe meer de mens de grens van de dood nadert, hoe losser de band tussen de geest en het fysieke lichaam wordt. De geest heeft daarom op dat moment minder last van de remmende werking van het fysieke lichaam. In zulke situaties kan de geest zich ondanks een zwaar beschadigd lichaam (of: zwaar beschadigde hersens) kenbaar maken.'

Een journaliste stelde hem eens de vraag: 'Veel mensen denken dat terminale helderheid de laatste ervaring van de ziel inhoudt. U meent daarentegen dat het hierbij juist gaat om het eerste oplichten van de geest op weg naar haar geestelijke thuis.'

Nahm reageerde als volgt: 'Er zijn heel wat aanwijzingen dat een mens meer is dan wat wij gewoonlijk waarnemen en 's morgens in de spiegel zien. Ieder mens schijnt in een geestelijke werkelijkheid te wortelen en bezit een verborgen bestaan, waarbij ons waakbewustzijn slechts het topje van de ijsberg is. Deze diepere, verborgen bestaanswerkelijkheid houd ik voor onze levensbron en ons eigenlijke thuis. Volgens alle informatie die wij dankzij bijna-doodervaringen gekregen hebben, keren wij bij onze dood weer terug naar die werkelijkheid.'

Hans Stolp

Bron: *De verborgen zin van dementie* | 2015 | Ankh-Hermes



Beeldje van Maät, de goddelijke kracht die alles met elkaar verbindt

Rode papavers

Toen ik ongeveer zeventien jaar was, had ik geleerd hoe mijn verleden te lezen. In vijf dagen tijds doorleefde ik vijf levens. In drie daarvan was ik een man en in twee een vrouw. Al die levens waren stormachtig bewogen. Ik had de dood gevonden in een gevecht, of door de pest, of tijdens een hongersnood. In geen van die levens had mijn pad door rustige velden geleid, steeds had ik door woestijnen van onrust in de schaduw van onweerswolken gereisd.

Ik verbaasde mij erover dat ik mij zo weinig herinnerde van rust en vrede. En dus vroeg ik de hogepriester Ney-sey-ra hoe dat kwam en hij zei: 'Denk eens aan dit leven, Sekieta. Er zijn vele dagen geweest, waarop je vrede en rust hebt gekend; maar toch steken de ogenblikken van de grootste vreugde of smart even helder in je herinnering af als één enkele rode papaver tegen een gouden korenschoof. Zo ook komen eerst die levens in je op, waarin je moed, wijsheid, of mededogen hebt geleerd: want zij dragen schitterende kleuren.'

'Het is heel gemakkelijk je de tijden te herinneren, waarop je, aangekondigd door trompetgeschal, aanklopte aan de poorten des doods met opgeheven zwaard, rood van het bloed van je vijanden; of toen je er heen kroop door een gebied van hongersnood, waar alleen de gieren geen honger kenden. Maar voor elk van deze levens hebben de poorten des doods zich honderd keer zacht en stil voor je geopend. Wijd zwaaiden zij in haar hengsels terwijl je binnen ging en zij waren je zo vertrouwd als de deur van je eigen woning. Het zijn de dagen van hevige storm die je je herinnert, en niet de stille avonden wanneer je alleen in de schemering wandelde.'

Een passage uit een tienjarige tempelopleiding | uitg. De Driehoek (*Gevleugelde Pharao*, 1979)

'Ik kan het niet bewijzen, maar ik acht het inderdaad uiterst onwaarschijnlijk. Wie werkt vanuit zijn ziel, wie voor zichzelf werkt, raakt niet afgebrand. Burn-out heeft te maken met 'afgebrand' zijn – te weinig 'voeding' krijgen. Op vakantie gaan kan best vermoeiend zijn, maar op vakantie blijf je doorgaans gevoed. Hetzelfde geldt voor tuinwerk.

'Maar op het moment dat je geen controle meer over je werk hebt, je een baas hebt die steeds nieuwe dingen op je bord legt, je ook nog eens perfectionistisch streng naar jezelf bent, heb je een veel grotere kans afgebrand te raken. Uiteindelijk kan een burn-out een wake-up call zijn om na te gaan wat werkelijk zin heeft in je leven – wat jou gelukkig maakt.'

Glimlach

Een mooie oefening uit je boek die daar op inhaakt: 'Probeer eens één minuut volledig te accepteren dat de goden glimlachten bij jouw geboorte – dat de goden blij waren met jouw geboorte – dat je helemaal goed bent zoals je bent.' Ik neem aan dat dit ook echt je overtuiging is, niet alleen één minuut lang, maar altijd: dat iedereen perfect is zoals hij is.

'Ja, klopt. Die oefening heeft te maken met bestaansrecht. De neiging om te denken dat je niet goed genoeg bent – dat je je plek op aarde moet verdienen. Ben ik het wel waard? Hoe vaak hebben we niet moeite met een bepaalde eigenschap in onszelf? Vergetend dat diezelfde eigenschap ook een andere kant heeft die ons juist vaak geholpen heeft.

'Ik heb twee zoons. Mijn ene zoon moest met de lepel gehaald worden. Die heeft het maar net overleefd. Hij heeft heel veel vuur in zich. Veel temperament. Ook ik heb veel temperament in mezelf. Altijd gehad. En ik heb

er best wel veel last van gehad. Prestatiedrang. Snel reageren. Maar het heeft me ook veel gebracht, in de zin van doorzettingsvermogen.

'Soms zien we alleen die ene 'slechte' kant. Maar aan alle eigenschappen zitten twee kanten. Kijk, die één-minuut-oefening is in essentie een oefening in zelfacceptatie. Ik geloof inderdaad dat hoe jij geboren bent precies de bedoeling is en dat je jouw bestaansrecht niet hoeft te verdienen in de buitenwereld.

'Als je kunt zien dat jouw bestaan op aarde je geboorterecht is, dan geeft dat gronding – thuiskomen in jezelf – veiligheid. Dan hoeft je niet meer te zoeken naar bevestiging van de buitenwereld en komt er ruimte voor zelfacceptatie, vrijheid en gelukkig worden. Als je gelukkig wil worden, is zelfacceptatie de ingang.'

Ten slotte: 'Vanuit de ziel gezien hebben we allemaal meerdere levens gehad, althans een gedeelte in ons. Wat in dit leven van belang is, zijn de geleerde lessen uit die vorige levens. De geleerde lessen, maar ook de lessen die we niet geleerd hebben.

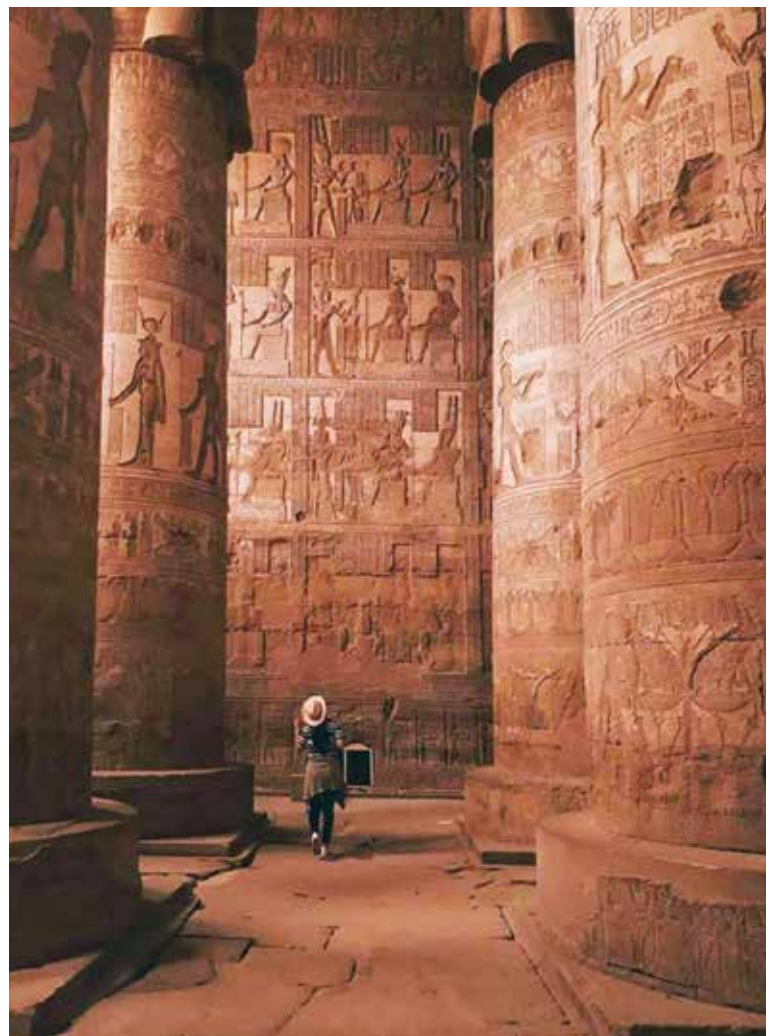
'Alles komt in dit huidige leven bij elkaar. Alles is hier. Al die levens komen nu samen in jou. In ervaringen in je vroege jeugd – in medische klachten in je leven. Het zijn als het ware patronen, rode lijnen. Alles steekt magisch in elkaar. En niemand op aarde is gelijk aan jou. Jouw fingerprint is uniek! Helemaal passend bij de eigenschappen die je in dit leven nodig hebt als ziel.'

Bart Hommersen



Tempel gewijd aan de godin Hathor in Denderatempel, Abydos

Richard Hoofs: *Bezielde leven op doktersrecept*. Activeer je zelfhelende vermogen met inzichten uit het oude Egypte | S2 Uitgevers | Paperback | Met illustraties | ISBN 978-94-932-8248-3 | NUR 860 | € 26,95 | 2024 || Een eerder interview met Richard Hoofs in VA 4-2011: Huisarts op een tweesprong



De boeken van Joan Grant (1907-1989) verschenen aanvankelijk als historische romans. In haar autobiografie *Far Memory* maakte de schrijfster duidelijk ze zelf te zien als herinneringen aan eerdere levens. De eerste (*Winged Pharaoh*, 1937) werd een bestseller en wordt in het Engels tot op de dag van vandaag herdrukt. Dat geldt niet voor de Nederlandse vertaling (*Gevleugelde Pharao*, 1939/1979) die zelfs tweedehands moeilijk is te vinden.



Ik ben er vroeg bij dit keer, schreef Tamar toen ze in januari haar column aanleverde. ‘Ook wel eens leuk voor de verandering ;) Ondertussen ben ik iets *heel* uitdagends aan het doen. Ik ben op presentatietour door Duitsland en Zwitserland, waarbij ik twee uur lang *in het Duits* over mijn avonturen vertel voor zalen met honderden toeschouwers. Mocht je nog iemand weten die het leuk vindt om mij ook in Nederland voor zo’n presentatie uit te nodigen, dan houd ik me aanbevolen.’

Mentale veerkracht



Het was de laatste berg die we probeerden over te steken tijdens onze expeditie in Nieuw-Zeeland en we hadden geen idee of het ons zou lukken. De kaart die we gebruikten was tot twintig meter nauwkeurig – een indrukwekkende precisie, maar diezelfde precisie leidde ons toch recht naar een zestien meter brede waterval die ons compleet verraste.

We keerden om en zochten een nieuwe route, maar het landschap leek vastberaden ons tegen te werken. Onze zoektocht bracht ons al snel in een dicht veld vol messcherpe planten, die ons bij elke stap straftten voor onze aanwezigheid. De planten sneden dwars door onze broeken en lieten diepe, brandende schrammen achter op onze benen.

Onvertogen forceerden we ons een weg door de struiken, we hadden geen keus. We moesten door. Om dan, na dit veld vol dodelijke monsters overleefd te hebben, plots boven een angstaanjagend ravijn te staan. Terug naar die messcherpe monsters was geen optie, en dus klampten we ons met trillende vingers vast aan graspolletjes die nauwelijks de kracht hadden ons gewicht te dragen.

Het was geen goede dag om te sterven, maar ik was ook niet overtuigd dat ik het in me had om hier nog uit te komen. Mijn benen trilden net zo hard als mijn onderlip en diep vanbinnen voelde ik een verwoestend verlangen om in een hoekje te gaan zitten huilen.

Mijn metgezel Miriam voelde hetzelfde, maar we weigerden allebei aan elkaar toe te geven dat we er helemaal doorheen zaten. ‘Gaaf ie, Tam?’ riep ze met geforceerd optimisme. ‘Ja hoor, ‘t gaat,’ loog ik met een glimlach. ‘En jij?’ Ze stak een duim op, want elk ander antwoord had ons niets geholpen. We moesten klimmen, klauteren, geitenpaadjes uitproberen, afronden omzeilen, de kaart nog eens bekijken, net alsof we helemaal niet uitgeput en verhongerd waren. Geen keus. Pas in het dal konden we rusten.

Angsten

In drie maanden liepen we een route waarin we acht hoge bergen over moesten steken en telkens werd er een flink beroep gedaan op onze kracht, ons uithoudingsvermogen en onze mentale veerkracht.

Dat laatste is overigens niet iets waarmee ik ben

geboren. Integendeel, mijn leven lang ben ik geplaagd door angsten – nachtmerries, paniekaanvallen, burn-outs, me constant zorgen maken ... Maar gelukkig ben ik ook gezegend met een ongekende koppigheid – een vastberadenheid om me niet door mijn eigen angsten tegen te laten houden. Mét angst kun je toch ook je dromen volgen? En ik wilde nu eenmaal heel graag in de bergen van Nieuw-Zeeland reizen, ver van de bewoonde wereld, waar alles wild is.

Gelukkig is mentale veerkracht iets wat je kunt ontwikkelen, als een spier die je traint, elke keer dat je doorgaat – terwijl je eigenlijk liever op had willen geven. Het vraagt nederigheid om te accepteren dat je grenzen zijn bereikt, het vraagt moed om dan toch nog een stapje verder te gaan.

Verwar die moed echter niet met ‘hard’ zijn, je hoeft niet onoverwinnelijk te worden. Je ontwikkelt juist het vermogen om mee te bewegen met de uitdagingen van het leven. Als gras dat in de wind buigt, maar niet breekt. Of als een rivier die kalm kabbelt en vervolgens krachtig door een nauwe kloof raast.

Treft het water een groot rotsblok, dan verandert het simpelweg van koers en bereikt toch altijd zijn bestemming.

Comfortzone

Ik ben er behoorlijk goed in geworden om mezelf in het diepe te gooien en me daarmee te dwingen nieuwe lagen van doorzettingsvermogen aan te boren; me realiserend dat het ongemak slechts tijdelijk is, maar de kracht die je eruit put blijvend.

Ik had gewild dat iemand me gewaarschuwd had dat het verlaten van mijn comfortzone enorm verslavend kan zijn. Nadat ik daar eenmaal van geproefd had, wilde ik alleen maar meer – terwijl de grenzen van mijn comfortzone steeds verder oprekten. Ik vind het heerlijk – dat gevoel dat je iets bijzonders gedaan hebt, jezelf hebt overwonnen – ook als het voor de buitenwereld misschien wel helemaal niks voorstelt.

De eerste keer dat ik alleen in een lift durfde te stappen herinner ik me nog als de dag van gisteren. Waardevol zijn deze momenten, want hoe moet je weten waar je grenzen liggen als je ze nooit hebt uitgetest?



Wijze leraar

Ooit las ik een survivalboek waarin de schrijver adviseerde om zelfs in de meest uitzichtloze situaties – bijvoorbeeld als je door een beer achterna gezeten wordt of een haai je been eraf heeft gebeten en het dichtstbijzijnde dorp honderden kilometers verderop ligt – te denken: ‘Yes! Ik heb straks echt een goed verhaal te vertellen in de kroeg!’ of ‘Daar kan ik een bestseller over schrijven!’

Nu is dat misschien een beetje overdreven, maar toch speelt dit advies vaak op de achtergrond mee als ik mezelf weer eens in moeilijkheden heb gebracht. Bovenop die berg, met de wind die aan mijn gescheurde kleren rukt, ben ik dankbaar dat ik hier mag zijn en omarm ik het ongemak dat me hier bracht als een wijze leraar. Het laat me zien wie ik ben, wat ik kan, en het dwingt me telkens te beslissen hoe ver ik bereid ben te gaan.

Door telkens eigenwijs mijn angsten aan de kant te schuiven, zonder naïef te zijn, kom ik op plekken waar ik anders slechts van had kunnen dromen. Mijn dierbaarste herinneringen liggen in de momenten waarbij ik de boel eens flink heb opgeschud, binnenstebuiten gekeerd en ondersteboven heb gehouden. Juist door dat te doen, groeien mijn vaardigheden en vervagen de grenzen van mijn comfortzone.

Als ik nu een donderstorm aan zie komen, denk ik: ‘Kom maar op! Ik heb vast ergere stormen overleefd’. En kan ik inmiddels intens genieten van zulk natuurspektakel. Ben ik verkleumd en tot op het bot bevroren, dan denk ik aan de maanden in Lapland, in een tent bij -35 graden. Is mijn eten op en begint mijn maag hardop te klagen, dan denk ik aan de expeditie in Nieuw-Zeeland toen we drie dagen zonder eten zaten en toch moesten jagen. De oplossing is telkens: ik doe wat ik kan en weiger me druk te maken om wat ik niet kan.

Tamar Valkenier

Een interview met Tamar Valkenier verscheen in VA 2-2021 onder de titel ‘Afscheid nemen went nooit’.



www.deboekertijzutphen.nl

Boeken over antroposofie, opvoeding, gezondheid, religie, esoterie, kinderboeken en nog veel meer.

Duurzaam speelgoed (o.a. Ostheimer, Grimms) en verantwoorde handwerkmaterialen.

Rijke kaartencollectie: meer dan 5000 kaarten.

Wij helpen u graag!

Ga voor al uw wensen naar www.deboekertijzutphen.nl

de Boekertij Nieuwstad 55
7201 NL Zutphen 0575-515212



BASISCURSUS 2025

ECOINTENTION

LEER WERKEN MET
LEVENSENERGIE

Met Hans Andeweg



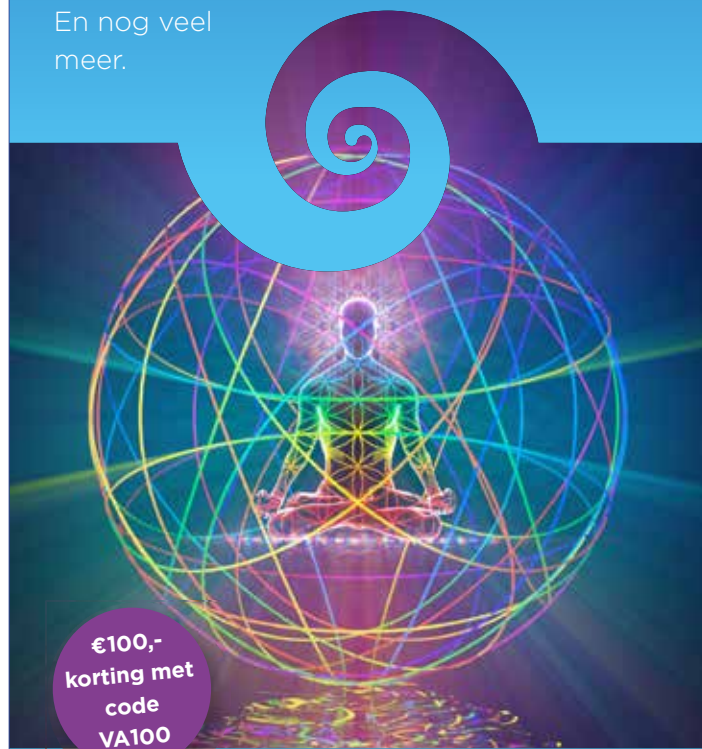
Gebruik muziek, kleur en symbolen om te helen.

Verbeter de levensenergie van voeding, planten, ruimtes en de natuur.

Transformeer met heilige geometrie.

Vertrouw de kracht van je intuïtie.

En nog veel meer.



€100,-
korting met
code
VA100

www.ecointention.com



SYSTEMISCHERWIJS.NL

ONDERWIJS IN
SYSTEMISCH WERK

*Hoe leer ik de wetten doorgronden
waaraan alle dingen onderhevig zijn,
anders dan door ze in mijzelf waar te nemen?*

systemisch werk - organisaties - 6 dagen
systemisch werk - families - 6 dagen

GRONINGEN

Vakantie bij Texel-Yurts,
een bijzondere ervaring.

Beleef in Verwondering

De ronde vormen maken je stil.
De vuurplek waar je kookt,
geeft koesterende warmte.
Het samenzijn in één ruimte
brengt je dichter bij elkaar.
Dit alles op één van de mooiste
plekken van Texel aan de rand
van het Nationaal Park.



www.texelyurts.nl
Logeeradres: Rommelpot 19
Den Hoorn - Texel
Tel. 06 3077 1667



column frans olofsen

De foto's knallen van zijn telefoonschermje. Wat een bonte vogel! Vooral opvallend: de grote, ronde, witte oogvlek waar, zo lijkt het, met eyeliner een zwarte rand omheen is getrokken. Al die plaatjes zijn mooi, maar uiteindelijk toch een schamel surrogaat.

Er gaat niets boven de echte vogel.

Alleen is die nooit eerder in Nederland gesignaleerd.

Tot nu dan, voor het eerst. Op naar Texel!

Zijne Koninklijke

De radio stond aan. Het nieuws. Deprimerende berichten. Maar er veerde ook iets vrolijks op. Op Texel was een extreem zeldzame eend gesignaleerd, welgeteld één exemplaar: een mannelijke brileider. Ongelooflijk! Direct maar even mijn vogelgidsen geraadpleegd. Slechts één noemt de brileider, een beetje terloops en zonder afbeelding erbij.

Logisch is dat wel, deze vogels leven ver weg, in ijskoude streken. Het grootste deel van het jaar verblijven ze op de Beringzee; tijdens de broedperiode in Noordoost-Siberië en Noordwest-Alaska. Met andere woorden, het gaat hier om een unieke dwaalgast die niet eerder in Nederland is gesignaleerd. Iedereen met een beetje vogelhart wil zo'n dier dan natuurlijk in het echt zien. Want al die plaatjes in gidsen en op internet zijn wel mooi, maar uiteindelijk beklijft de eigen waarneming het meest.

Een week na de eerste waarneming, het is nog donker, surf ik naar de prachtige website waarneming.nl – het ultieme platform voor natuurwaarnemingen. Natuurlijk is het een illusie om te denken dat er vandaag op dit tijdstip al nieuwe waarnemingen van de brileider zouden zijn gemeld. Toch, betrekkelijk vroeg, om 8.58 uur, staat de eerste registratie al online. Plek van waarneming, net als de week ervoor: de Waddenzee ter hoogte van het dorpje Oosterend. En omdat ik tijd heb, waag ik de gok. Op naar het Hoge Noorden!

Kansloze missie

Door de mistige stad fiets ik naar het station. Ook vanuit de trein richting Den Helder valt niet veel te zien, al dagenlang is de wereld door en door grijs. De overtocht is even kleurloos, de contouren van de Texelse kustlijn onthullen zich pas laat. Nee, dit is niet echt het weertype om vogels te spotten. Ben ik bezig met een kansloze missie? Dit gevoel druk ik weg en ik gebruik mijn tijd op de boot om meer te lezen over de brileider, die de fraaie Latijnse naam *Somateria fischeri* blijkt te dragen.

Wat is dit een bonte vogel! Zonder twijfel is de tekening op de kop van het mannetje het meest kenmerkende van de soort. Vooral opvallend: de grote, ronde, witte oogvlek waar, zo lijkt het, met eyeliner een zwarte rand omheen is getrokken. De naam brileider is hiervan afgeleid, want vanuit de verte lijkt het of de vogel een reusachtige bril met zwart montuur draagt. Ook fraai zijn de unieke olijfgroene en olijfbroene kleuren op de kop.

En ik stuit op meer interessante weetjes. Pas in 1995 is ontdekt waar de dieren overwinteren. Massaal klitten ze



Zeldzaamheid

samen op de Beringzee, waar ze met de duizenden zwempoten wakken in stand houden zodat ze kunnen duiken naar kokkels, mossels, krabben, zeesterren (die ze als geheel doorslikken) ... Maar ik moet opschieten, want de boot heeft de overkant bereikt.

Oosterend

Met veel kabaal stroomt het dek leeg. Direct verlaat ik de Pontweg en sla rechtsaf, in oostelijke richting naar Het Horntje. Daar fiets ik de waddendijk op om buitendijks verder te gaan. Wat een heerlijk landschap is dit toch! Ik voel ontspanning en zet de vaart erin, gesteund door de wind in mijn rug. De zee is eindeloos weids, het zand op de kustlijn geeft het grijze landschap een subtiel oplichtende, gelige kleur.

Bij Oudeschild moet ik even de dijk af om de haven te ronden, maar daarna klim ik er direct weer op om de Waddenzee in beeld te blijven houden. Ter hoogte van Oosterend staat een rij geparkeerde auto's en er loopt een man te zeulen met zijn telescoop. Dit moet de hotspot zijn en ja hoor, een paar honderd meter verderop klit op de dijk een groep vogelaars samen.

Ik parkeer mijn fiets en nestel me tussen de outdoorkleding, de luxe camera's en de tientallen peperdure telescopen. Als ik de groep nauwkeuriger inventariseer, blijkt dat ik de enige ben zónder zo'n telescoop en dat voelt wel een beetje amateuristisch aan. Even heb je toch het idee er niet helemaal bij te horen.

Maar ik laat me niet kisten.

Verbondenheid

Onafgebroken tuurt de groep over de nog steeds mistige Waddenzee. Er zijn veel vogels te zien, vooral groepen 'gewone' eiders. Maar, helaas, Zijne Koninklijke Zeldzaamheid geeft zich niet bloot. Ik luister naar de gesprekjes om me heen, want ik heb tips nodig, vogelnieuws, brileidernieuws. Fascinerend is dat trouwens, hoe groepen vogelaars altijd functioneren.

Je komt ad hoc samen, maar voelt toch verbondenheid vanwege het gemeenschappelijke doel. Vogelaars zijn aardig, opgeruimd, positief, vredig (op een paar fanatiekelingen na die door roeien en ruiten gaan voor hun ornithologische bucketlist). Ze verwonderen en bewonderen, in een rustige, gefocuste sfeer. Vogels kijken is een goedmoedige vorm van jagen waarbij het uiteindelijk gaat om dat Ene Moment, dat altijd wel komt – vroeg of laat.

Maar hier op de waddendijk is het nog niet zo ver. Toch hangt er iets in de lucht. De vrouw naast me roept bezwerend: 'Vanochtend is ie gezien!' Ze kijkt naar mijn verrekijker of, beter gezegd, naar mijn afwezige telescoop, en wenkt me. Ik mag door de hare kijken! En ik zie de gewone eiders, verbluffend gedetailleerd, maar niet die inmiddels legendarische brileider. De vrouw steekt me een hart onder de riem: 'Jij gaat hem ook zien, echt waar!' Ik hoop het van harte, want ik sta hier al bijna een uur en de kou trekt mijn botten in. Het zal me toch niet gebeuren dat ik voor niets hierheen ben gereisd!

Loos alarm

Er klinkt een kreetje. Loos alarm. Even zou je al die gewone eiders weg willen sturen, zodat Die Ene overblijft. Maar naar vogels kijken is een oefening in geduld, dat weet iedereen hier. Daarom blijven de telescopen onvermoeibaar heen en weer bewegen.

Om het vacuüm te vullen zijn er korte gesprekjes. Iemand beweert dat de brileider door een storm richting Texel is geduwd. Of misschien is de eend wel een eigenwijze sukkel, zegt een ander. Of een loser, vult iemand lachend aan. En de stilte daalt weer in, tot minuten later een euforische siddering door de groep golft. Je hoort het aan de klank en het volume: dit is geen gewone siddering. 'Daar is ie!' roept een man uit.

Kort daarna heeft de vrouw naast me hem ook in beeld. Ze mompelt tevreden en wenkt me. Weer mag ik gebruikmaken van haar telescoop. Ja, daar is hij! Ten langen leste. Onmiskenbaar. Ik zie de bril, het zwarte montuur. Meer hoeft je niet te zien, alleen deze details zijn al genoeg. Dit is de brileider en niemand anders. En dan verdwijnt hij tussen de golven en laat zich niet meer zien. Misschien duurde het maar zes, zeven seconden, maar het voelde als een bijna sacraal moment.

Even werd de sluier opgelicht en verdween voor een paar tellen de kloof tussen subject en object. Als bewijsmateriaal meteen maar even een foto gemaakt van de foto die mijn buurvrouw maakte met haar supercamera. De zoektocht is klaar. Dank voor je aanwezigheid, bonte, exotische, verdwaaide vogel. Het ga je goed!

Frans Olofsen

Op 13-1-2025 is de brileider voor het eerst op Texel waargenomen. Bij het ter perse gaan van dit nummer van *Vruchtbare Aarde* bleek de vogel nog steeds honkvast te resideren op hetzelfde stukje Texelse Waddenzee.



*'Wat hem van de
Sng'oi het levendigst
is bijgebleven, is hun
tevredenheid, hun
levensvreugde'*

De glimlach van

Geraakt, ontroerd zelfs werd de Nederlands/Amerikaanse psycholoog Robert Wolff door het contact met de oorspronkelijke bevolking van het Maleisische schiereiland, de Sng'oi. Hier kwam hij een integriteit tegen die hij bij andere volkeren nooit zo gevoeld had. Hij was dol op hun vrolijkheid, hun vermogen in het hier en nu te zijn en hun opperste eenvoud. Lang, heel lang zou hij deze ervaringen voor zichzelf houden. Met reden! Zoals er anno 2025 reden genoeg is om deze ervaringen juist naar boven te halen. Het verslag van een wonderlijke, innerlijke reis.

Het zou decennia duren voor de Nederlands/Amerikaanse emeritus-hoogleraar Gezondheidszorg Robert Wolff naar buiten zou durven treden met zijn herinneringen aan de Maleise Sng'oi. De als psycholoog opgeleide wetenschapper was door de Universiteit van Californië naar Maleisië gestuurd om voedingsgewoonten te bestuderen ('Om te onderzoeken waarom mensen eten zoals ze eten en waarom ze niet eten zoals ze behoren te eten'), maar hij gaf het op een gegeven moment maar op om bij te houden hoeveel calorieën, proteïnen en koolhydraten dit volk dagelijks binnenkreeg.

De Sng'oi groeven op hun zwerftochten gewoon hier en daar een wortel uit en plukten wat fruit, als ze dat tegenkwamen. En het kwam vaak voor dat men een poosje op zo'n wortel knaagde en deze dan opborg, meestal in een boom 'zodat iemand anders hem kon vinden als hij honger had', zei men er ernstig bij. En als hij vroeg of die iemand anders ook een dier kon zijn, zei men: 'O, ja, natuurlijk.'

Zonlicht

Robert Wolff maakte deel uit van een team hoogopgeleide Amerikaanse specialisten, maar op de gestandaardiseerde vragenlijsten die hij meebracht stonden geen vragen over de dingen die hemzelf steeds meer begonnen te fascineren. Het totale gebrek aan wedijver bijvoorbeeld tijdens bijeenkomsten van de Sng'oi; de lange stiltes ook, slechts heel af en toe onderbroken door een vraag, een simpel antwoord, een opmerking. Bijvoor-

de Sng'oi

Eusoph: The Old Land of Aboriginal Malay (Orang Asli)



Ten geleide

Zijn herinneringen aan de Sng'oi heeft hij 25 jaar laten liggen. Niet kies, vond Robert Wolff het, om deze eerder naar buiten te brengen. Bevreesd om wat er zou gebeuren als zijn ervaringen uit hun context gehaald zouden worden. Zelfs begin jaren negentig vond hij het nog moeilijk. 'Je weet wat er gebeurt als je schrijft over een klein restaurantje dat een uniek menu heeft. Morgen is het geen klein restaurantje meer, omdat de hele wereld erheen gaat. En al gauw is het eten niet meer wat het was, omdat ze voor duizend mensen niet hetzelfde kunnen koken.'

Robert Wolff heeft dus een generatie gewacht voor hij zijn ervaringen met de Sng'oi wilde delen. 'De mensen die mij zoveel gegeven hebben, zijn niet meer,' concludeerde hij in 2001 bij de verschijning van zijn boek *Original wisdom*. 'Nu moeten de verhalen verteld worden.'

In een tijd als de onze met al zijn zorgen en dreigingen, met de breed uitgemeten machts-honger en egodrang van velen, lijken Wolffs ervaringen uit de jaren zestig en zeventig van een andere planeet te komen. Een sprookje. En tegelijkertijd weet hij ons duidelijk te maken dat het 'weten' dat hij zich eigen maakte in het contact met de Sng'oi ons aller geboorterecht is.

beeld of iemand het heldere zonlicht was opgevallen op een bepaalde plek langs de rivier – of achter een bepaalde boom; of dat iemand die ochtend de grote gele vogel misschien had gezien die had zitten zingen.

Overdag zwierven ze zo hier en daar wat rond, soms in groepjes van twee of drie personen, vaak alleen. 'Eigenlijk, als ik erover nadacht, waren ze zelden voedsel aan het zoeken. Ze zwierven rond en keken eens onder een blad, volgden een stukje van een pad, groeven nu en dan wat in de grond en vonden een wortel, of reikten omhoog en plukten een vrucht. Het gebeurde allemaal heel terloops, ongericht.

'Ze waren vrolijk, het was leuk. Ze lachten om een beestje dat zich struikelend over zijn eigen poten weg haastte. Ze hielden halt en bewonderden een bloem, of een baan zonlicht die door het dichte bladerdak ver boven hen omlaag viel. Vaak neurieden ze een wijsje en ondertussen dansten ze haast van de ene boom naar het volgende bosje, ze maakten een pasje en huppelden naar de volgende boom. Als ze met twee of drie anderen waren praatten ze maar zelden, maar hielden vaak elkaars hand vast, of staken hun hand uit om degene die naast hen liep even aan te raken.'

Daarbij zongen ze bijna voortdurend – kleine liedjes zonder vaste melodie. Zo af en toe zong een ander mee. Ook als twee of meer mensen samen zongen, klonk het altijd harmonieus. Ik zou wensen, zegt Robert Wolff op een gegeven moment in zijn boek *Original Wisdom* (vertaald als: *Oude wijsheid*), dat ik de glimlach van de Sng'oi goed kon weergeven. 'Hun glimlach is zo anders

dan de onze. Sng'oi glimlachen meer met hun ogen dan met hun lippen. Hun ogen lichten op.'

Wat hem van de Sng'oi het levendigst is bijgebleven, is hun tevredenheid, hun levensvreugde. Al bij zijn tweede bezoek voelde hij zich vereerd door de hartelijke wijze waarop hij geaccepteerd werd binnen de gemeenschap. 'Inmiddels was ik hopeloos verliefd geraakt op dit volk – de meest bijzondere mensen die ik ooit heb ontmoet. Ze kenden geen neuroses, geen angsten, ze bezaten een enorme innerlijke waardigheid, waren blij en tevreden en kwamen niets tekort.'

Tegelijkertijd was er zoveel in hun cultuur en leefwijze waar hij helemaal niets van begreep. Neem deze intrigerende ervaring: 'Op een dag ging ik naar een Sng'oi-nederzetting diep in de bergen, een paar uur lopen door het oerwoud. Het was al behoorlijk laat toen ik bij de nederzetting aankwam. Zoals gewoonlijk stond er iemand langs het pad te wachten toen ik arriveerde: deze keer een jonge vrouw die zwijgend opstond en voor me uit liep naar het dorpje.'

Raadsel

Lange tijd was het hem een raadsel. Hoe de Sng'oi wisten dat hij in aantocht was. Niemand kon toch weten dat hij zou komen. Hij wist het zelf vaak pas op het laatste moment. Nooit kondigde hij zijn komst van tevoren aan. Er zou ook geen enkele mogelijkheid zijn geweest om het hun te laten weten. Mobiele telefoons bestonden nog niet. En toch zat er altijd iemand van het Volk langs het pad, die zwijgend opstond en voor hem



uitliep naar het dichtstbijzijnde dorpje. Aanvankelijk dacht hij aan een sterk ontwikkeld voorgevoel.

Eén keer stelde hij degene die met hem opliep de vraag: 'Van wie heb je gehoord dat je me hier kunt ophalen?'

Dat had niemand hem verteld, zei hij.

'Maar hoe wist je dan dat je me op kon halen?'

Geen antwoord, alleen een schitterende glimlach.

Het raadsel liet hem maar niet los.

Na verloop van tijd werden sommige leden van de Sng'oi goede vrienden. Tegenover een van hen bekende hij maar niet te begrijpen hoe zij dingen wisten.

Een lach als antwoord. De ander zei dat hij er ook niet achterkwam hoe wij dingen wisten. Daarmee was het gesprek afgelopen. Even later voegde hij er nog aan toe: 'Misschien begrijpen we elkaar niet omdat we niet de juiste vragen weten te stellen.'

Ja, dacht Robert Wolff toen. Misschien was hij inderdaad niet duidelijk genoeg geweest. Dus hij zei: 'Een van de dingen die ik maar moeilijk kan begrijpen is waarom er altijd iemand langs het pad zit als ik naar een dorp kom. Hoe weet men dat men mij moet ophalen?'

'Ze komen je niet ophalen.'

'Waarom zitten ze dan langs het pad als ik aankom?'

'Ze zitten er gewoon.'

Agenda

De echte verklaring voor deze wonderlijke toevalligheid zou Robert Wolff pas veel later ontdekken. Het echte 'begrijpen' zou pas komen toen hij zelf veranderde – in een latere fase van zijn omgang met de Sng'oi. Toen vond hij het antwoord van binnenuit en zag hij dat intuïtie de lading niet geheel dekte. Het was groter. Meer een opgaan in een groter geheel. Een vermogen mee te kunnen drijven in de stroom van het leven.

De Sng'oi leken te leven in een werkelijkheid waarin men dingen *weet* zonder daarover na te denken. De mogelijkheid alleen al is vanuit een Westerse cultuur

bezien even bizar als onmogelijk. Op een gegeven moment besepte Robert Wolff dat iets in *hem* in de weg zat om het antwoord van de Sng'oi te kunnen vatten.

Toen besepte hij ook hoezeer hun werkelijkheid van de onze verschilde. 'Mijn realiteit ontstaat in mijn hoofd; ik creëer een rol voor mezelf, ik creëer een raamwerk dat bepaalde activiteiten vereist. Ik leef in de tijd; ik heb plannen, ik kijk in een agenda.'

En de Sng'oi? 'Zij planden hun leven nooit; ze zeiden niet: *Vandaag gaan we dit of dat doen. Of: Vandaag krijgen we bezoek.* Elke dag was een blanco pagina, die beschreven werd zodra men hem leefde.'

Omdat Wolff wetenschapper was, besloot hij het eens uit te gaan testen. 'Ik probeerde me voor te stellen hoe het zou zijn om naar mijn intuïtie te luisteren – mijn ingevingen – of hoe je die innerlijke stem ook wilt noemen. Ik hield mezelf voor dat ik één hele dag alle plannen opzij zou schuiven en alleen maar wilde *zijn*, zoals ook het Volk alleen maar leek te *zijn*. Wat zou er gebeuren als ik in het *nu* kon leven?'

'Een in onze wereld bijna onmogelijke opgave. Wij leven met schema's, afspraken. We eten als het op de klok etenstijd is. We gaan na het laatste nieuws naar bed. Vanaf onze vroegste jeugd krijgen we ingeprent dat we moeten plannen en aan de toekomst moeten denken. We drukken onze kinderen op het hart hoe belangrijk het is te weten wat je wilt.'

Zenuwslopend

In het kader van zijn privé-onderzoek kwam Wolff er al snel achter hoe buitengewoon moeilijk het was om zijn normale gedrag te veranderen. Hij bleek het zenuwslopend te vinden om geen agenda te hebben en niet wakker te worden met een duidelijk idee van wat hij die dag zou gaan doen. Zonder de zekerheid van een plan voelde hij zich verloren!

En toch ... geleidelijk aan werd hij er beter in. 'Er waren dagen waarop ik me gewoon liet gaan. Tot mijn



Zonsopgang in de Danumvallei, Sabah, Maleisië

*'Ze waren vrolijk, onderweg
bewonderden ze een bloem
of een baan zonlicht die
door het dichte bladerdak
ver boven hen omlaag viel'*

verbazing begon ik dan dingen om me heen te zien die me niet eerder waren opgevallen. Ik zag insecten; ik zag een zonnestraal die langs een boom scheerde en een schitterend licht wierp op een modderpoel. Ik rook dingen die ik niet kon benoemen. Ik hoorde zowel de zang van een vogel als het geluidje van een brekend twijgje.'

Met vallen en opstaan begon Robert Wolff voeling met de wereld van de Sng'oi te krijgen. Een wereld waarin het niet vreemd is om zonder duidelijke reden langs een pad te gaan zitten, en pas te weten waarom je daar zit op het moment dat er een bezoeker verschijnt – om die bezoeker vervolgens de weg te wijzen. Elke dag een blanco pagina die pas beschreven wordt zodra je hem leeft.

Port Dixon

De grootste verandering in zijn leven moest dan nog komen. Terugkijkend begon deze levensveranderende fase met de opwelling een nieuw bezoek aan de Sng'oi te brengen. Hij was er al een tijd niet geweest. Op weg naar de Maleisische kust veranderde hij plots van gedachten en besloot tot een spontaan bezoek aan een Sng'oi-nederzetting. Het dorp dat het makkelijkst te bereiken was.

Tijdens dat bezoek liet hij zich op een gegeven moment ontvallen eigenlijk op weg te zijn geweest naar Port Dixon. Een fraaie kustplaats, bekend om zijn kilometerslange mooie zandstranden. Spontaan stelde hij de Sng'oi om hem heen de vraag of iemand soms zin had hem te vergezellen. Hij vertelde dat zijn gezin en een paar vrienden aanwezig zouden zijn, en dat hij degene die mee zou gaan met een dag of twee weer terug zou brengen. Een vanuit Sng'oi-perspectief gezien moeilijk te vatten voorstel. Niemand van hen was ooit buiten de jungle geweest. Niemand had ooit de zee gezien.

Uiteindelijk stapte er iemand naar voren. Een man van middelbare leeftijd, Ahmeed genaamd. Samen ondernamen beiden vervolgens de reis naar de kust. Eerst lopend naar Wolffs auto aan de rand van de jungle, gevolgd door een autorit van twee of drie uur naar Port Dixon – waar Ahmeed hartelijk werd verwelkomd door Wolffs familie en de aanwezige vrienden.

Het gezelschap at die avond buiten, tegen de achtergrond van een spectaculaire zonsopgang boven een rimpelloze zee. Ahmeed was stil, heel stil, viel Wolff op. De volgende ochtend trof hij hem tussen de kasuarbomen bij het strand, uitkijkend over zee.

Twee dagen later waren Wolff en Ahmeed terug in het

Sng'oi-dorp. Het was toen dat Wolff werd aangesproken door een delegatie van twee of drie oudsten uit het dorp. Ze wilden praten. Aarzelend legden ze hem uit dat Ahmeed tijdens zijn reis naar het Grote Water, zoals ze de zee noemden, belangrijke dingen had gezien. En dat er die avond een ceremonie zou plaatsvinden, waarvoor Robert Wolff, als hij zou willen, van harte uitgenodigd was.

Grote water

De ceremonie vond plaats in het grootste huis van het dorp – een vloer van gespleten bamboe en een dak en wanden van gedroogde palmladeren, een kleine twee meter boven de grond. Midden op de vloer stond een schaal met brandende houtskool en een soort hars die een indringende geur verspreidde. In de hoeken zaten een paar kleine kinderen bij hun ouders op schoot.

Ahmeed zat in het midden, met om hem heen acht volwassenen. Plotseling nam hij het woord. Een sonore stem die diep vanuit zijn binnenste kwam. Een stem met veel gezag, viel Wolff op. Hij vertelde over zijn kennismaking met het Grote Water. Zijn verslag maakte indruk. Toen gebeurde er iets vreemds. Ahmeed herhaalde wat hij net ook al had gezegd: 'Er is daar water zo ver als je kunt kijken.' Maar 'als je gaat staan zover als je kunt kijken', zei hij er meteen achteraan, 'is er nog meer water, weer zover als je kunt kijken'.

Alsof zijn innerlijk oog steeds een nieuwe positie in wist te nemen, om van daaruit verder over zee te kijken. Robert Wolff hoorde hem zeggen dat als je op die nieuwe plek gaat staan 'er weer water is zover als je kunt kijken', en zo verder.

Vervolgens beschreef Ahmeed het landschap onder water. Hij gebruikte zijn handen om zijn woorden kracht bij te zetten. Zo maakte hij duidelijk dat zich onzichtbaar onder water bergen bevonden, heel grote bergen zelfs, en dalen – dieper dan de dalen die we op land hebben. Hij had het over rivieren, enorme wereldomspannende stromen. En vertelde over de turbulentie die ontstond als twee van die stromen elkaar ontmoetten. Vervolgens beschreef hij een aantal diersoorten die onder water leven. Platte dieren en dieren die op slangen lijken en dieren die groter zijn dan olifanten.

Robert Wolff vroeg zich de hele tijd af hoe Ahmeed aan al deze kennis was gekomen. Hij kon de informatie niet uit een boek hebben, want lezen kon hij niet. Had iemand hem dit alles verteld? Maar Wolff had hem in Port Dixon nooit met iemand zien praten. Terwijl hij over deze zaken aan het mijmeren was, moet hij weg

Oude kruidenkennis

Zijn hele leven maakte Robert Wolff zich zorgen over de teloorgang van de oude medische kennis; over het onomkeerbaar lijkende verlies van de oude kennis. Hij zegt: 'Mijn werk heeft me vele jaren lang naar grote delen van Zuidoost- Azië en de Stille Zuidzee gevoerd. Ik heb alles wat ik over geneeswijzen en kruidengeneeskunde kon vinden verzameld en vastgelegd. Ik was geobsedeerd door de gedachte dat ik aan een race tegen de klok bezig was, dat het binnenkort te laat zou zijn, omdat dan niemand zich de oude gebruiken meer zou herinneren.'

Hij bleef maar tobben over wat hij als een groot verlies zag, tot hij op een dag in Tonga kwam, een koninkrijk op een eiland in de Stille Zuidzee. Een van de weinige landen die aan de kolonisatie is ontsnapt. In het gesprek met een vrouw die hem was aangekomen als een begaafde inheemse genezeres bracht Wolff zijn wanhoop ter sprake over deze teloorgang. 'Door onze lompe, hardnekkige pogingen om de inheemse culturen uit te roeien,' zei hij, 'is zoveel kennis en wijsheid verloren gegaan.'

De vrouw dacht een hele poos na en zei uitein-

delijk: 'Ja, ik snap wat je bedoelt. Zeker, we hadden vroeger genezers en we bezaten heel veel kennis over 'genezen' en 'kruiden'. Die is voor het merendeel verdwenen.'

Ze zweeg wederom minstens een minuut, toen ging ze rechtop zitten en ze keek Robert Wolff recht in de ogen, terwijl haar stem vaster en krachtiger werd. 'Maar,' zei ze, en ze stak haar vinger op om het te benadrukken, 'dat is niet het hele verhaal. Er zijn namelijk altijd mensen met kennis geweest. Wanneer de nood het hoogst is, is er altijd iemand die zich de oude kennis herinnert.'

Ze leunde glimlachend achterover. 'Want kijk, oude gebruiken mogen dan verloren gaan, maar de informatie zit hier en hier,' terwijl ze eerst op haar hoofd en daarna op haar hart wees, 'en als de nood het hoogst is, zit alles in ons binnenste – zodat we het kunnen vinden.'

Uit: R. Wolff: *Original Wisdom: Stories of an Ancient Way of Knowing*, 2001, Inner Traditions. Nederlandse vertaling: *Oude wijsheid van natuurvolkten*, 2003, Ankh-Hermes.

Ochtendlicht in Nationaal park Kinabalu, Maleisië

zijn gedommeld. Dat was in ieder geval zijn eigen verklaring achteraf.

V-splitsing

Toen hij weer bij kennis kwam, was het stil in huis. Er waren nog slechts twee personen over in de ruimte. Wolff geneerde zich dat het hem niet gelukt was wakker te blijven. Hij verontschuldigde zich tegenover Ahmeed, die de verontschuldiging meteen wegwijsde.

'Je hebt niet geslapen,' zei hij. 'Je bent in trance gegaan en je hebt ons toegesproken.' Dat was een antwoord dat Wolff niet had zien aankomen. Er zou nog meer volgen. De trance bleek de opmaat naar een ongewoon aanbod vanuit de Sng'oi-gemeenschap.

Het was zo'n moment in het leven, noteerde Wolff, waarop je op een V-splitsing staat. 'Men vroeg mij om een beslissing te nemen die diep in mijn hart helemaal geen beslissing was. Belangrijke besluiten in je leven neem je intuïtief, je kunt er letterlijk met je verstand niet bij. Ik wist dat ik een groot geschenk kreeg aangeboden – een leerweg bij de Sng'oi. De mogelijkheid onderwezen te worden door Ahmeed, van wie ik nu voor het eerst begreep dat hij een *bomoh* was, het Maleisische woord voor 'genezer' of 'sjamaan'.

'Niemand zei iets. Ik zag alleen hun lach. Ik was verrukt. Ik voelde me bemind, zo bemind als ik me nog maar een paar keer in mijn leven had gevoeld. Misschien was dit wat men onvoorwaardelijke liefde noemt.'

Dagtocht

Het zou echter nog geruime tijd duren voor Robert Wolff de daad bij het woord kon voegen. Er zou zelfs zoveel tijd verstrijken voor hij terug kon keren dat de ceremonie en alles wat daar op volgde inmiddels aanvoelde als een droom. Een droom die misschien wel helemaal nooit had plaatsgevonden.

Ahmeed ontving hem even hartelijk als altijd. Heel terloops nodigde hij Wolff evenwel uit de volgende dag een

wandeling met hem te maken. Al even terloops antwoordde Wolff dat dit 'prima' was.

Die hele volgende dag was het tweetal aan de wandel. Gesproken werd er niet. Wolff liep achter Ahmeed aan en had al gauw geen idee meer waar hij zich ten opzichte van het dorp bevond. Over eten en drinken werd niet gesproken. Totdat Wolff zei dat hij erge dorst had. Ahmeed sneed met zijn duimnagel een gaatje in de stengel van een klimplant. 'Het water dat eruit kwam smaakte een beetje groenig,' herinnerde Wolff zich, 'maar het was schoon en helder.'


Bij zijn volgende bezoek leerde Wolff zeven of acht uur zonder water te lopen. Hij was trots op zichzelf. Al stond tegenover deze trots ook de nodige wrevel. Wolff begon zich te ergeren aan het gebrek aan onderricht. Op deze wijze leerde hij immers niets. Hij kreeg zelfs het gevoel dat hij zijn tijd aan het verspillen was.

En het werd nog erger op momenten dat hij aan zijn werk begon te denken – aan alles wat hij de volgende dag in te halen had op kantoor. Meer en meer raakte Wolff ontmoedigd, vervolgens geïrriteerd, en uiteindelijk ronduit boos.

Eenmaal terug in zijn normale werkritme stortte hij in. Het ging niet goed op zijn werk – hij werd ziek, hij voelde zich ellendig en verlaten. En zo zou er uiteindelijk een hele tijd voorbijgaan voor Robert Wolff met frisse tegenzin, maar ook enigszins schuldbeust, weer zijn opwachting maakte in het dorp.

Ergens hoopte hij dat Ahmeed er niet zou zijn. En dat hij sowieso niemand zou hoeven uitleggen waarom hij zo lang weggebleven was. Maar Ahmeed bleek oprecht blij hem te zien. En niemand die ook maar enige uitleg vroeg. De enige vraag die Ahmeed stelde: 'Morgen lopen?' Deze keer had Wolff zich voorgenomen geen enkele verwachting meer te koesteren. Wat gebeuren moest, zou gebeuren.

Op het heetst van de dag hield Ahmeed plotseling halt, hij luisterde en draaide zich om naar Robert en gebaarde: *houd je stil*. Een minuut lang stonden beiden doodstil tot er van rechts een grote lichtgekleurde slang onder de struiken



'Zodra ik ophield met denken, plannen, analyseren, kortom, zodra ik ophield mijn hoofd te gebruiken, kreeg ik het gevoel dat ik zacht in een bepaalde richting geduwd werd'

vandaan schoof, die langzaam overstak om tussen de bomen links uit het zicht te verdwijnen.

Wolff wist zeker dat Ahmeed niets gehoord kon hebben: de slang maakte geen enkel waarneembaar geluid. Een half uur later, toen het tweetal een goede plek had gevonden om even te gaan zitten, vroeg hij hem: 'Wist je dat die slang eraan kwam?'

'Ja,' was het enige wat Ahmeed zei.

Wolff probeerde de vraag anders te formuleren. Had hij de slang van tevoren gehoord of gezien?

Nee, maar hij wist het!

Vuile bril

De volgende dag realiseerde Wolff zich ineens dat hij voortdurend liep te denken en dat hij geen enkele aandacht had voor zijn omgeving en voor wat zich daar afspeelde. 'Ik besloot mijn oren, mijn ogen, mijn neus en mijn poriën nu eens echt open te zetten.

'Plotseling was het oerwoud vol met geluiden, geuren, zweempjes lucht hier en daar. Ik werd me bewust van dingen waar ik daarvoor grotendeels aan voorbij was gegaan. Alsof ik al die tijd met een vuile bril op gelopen had – die ineens door iemand schoongemaakt was. Of alsof ik naar een wazige film had zitten kijken, totdat iemand die scherp had gesteld. Ik kon dingen ruiken die ik niet kon benoemen. Ik hoorde geluidjes die van alles konden zijn. Ik zag een blad trillen. Ik zag een rij insecten tegen een boom op kruipen.'

Vanaf een afstandje hoorde hij Ahmeed de vraag stellen of hij soms even wilde gaan zitten en iets wilde drinken. Ja, hij had inderdaad erge dorst, realiseerde hij zich nu. Wolff wachtte tot Ahmeed net als de vorige keer een waterhoudende plant had weten te vinden. Tenslotte kende hij de jungle. Maar Ahmeed maakte geen enkele aanstalten.

Plotseling kwam er een nieuwe gedachte in Wolff op: misschien kon hij wel *voelen* waar water was. 'Zou ik niet water kunnen ruiken, of het misschien wel horen als het

ergens op een blad drupte. Ik keek om me heen.'

'Niet praten,' zei Ahmeed: 'Niet denken. Water zit in je hart,' zei hij, zijn hand op zijn hart leggend.

'Ik wist dat hij bedoelde dat ik van binnenuit moest voelen. Zodra ik ophield met denken, plannen, besluiten, analyseren, kortom, zodra ik ophield mijn hoofd te gebruiken, kreeg ik het gevoel dat ik zacht in een bepaalde richting geduwd werd. Ik liep een paar stappen en zag onmiddellijk een groot blad met daarin misschien een half kommetje water.'

Deken van leven

'Ik moet daar zeker een minuut vol ontzag gestaan hebben. Toen ik me vooroverboog om uit het blad te gaan drinken, zag ik vederlichte rimpelingen in het water. Een paar muggenlarven wriemelend op het wateroppervlak, ik zag de bladnerven door het water heen – luchtbelletjes.

'Mijn waarneming werd nog scherper. Ik zag nu niet alleen water, ik voelde met mijn hele wezen een blad-met-water-erin, dat vastzat aan een plant die in de grond groeide, omringd door talloze andere planten, die allemaal deel uitmaakten van dezelfde deken van leven waarmee de grond bedekt was – die weer deel uitmaakte van een nog grotere levende huid rond de aarde. En niets stond daar los van: water – blad – plant – bomen – grond – dieren – aarde – lucht – zonlicht – kleine zuchtjes wind. Het 'al' was overal en ik was er deel van. Ik wist dat ik iets ongelooflijk prachtigs geleerd had. Ik was totaal vervuld van *zijn*.

'Zo staande, gebogen over een blad met wat water erin, ergens in de jungle van Maleisië, dacht ik niet. Ik baadde me in een overrompelend gevoel van eenheid. Alsof er diep in mij een licht was aangestoken. Ik wist dat ik iets uitstraalde – liefde, wellicht – voor deze ongelooflijke wereld, deze rijke, diverse en volkomen met elkaar verweven wereld van schepselen, die tegelijkertijd liefde aan mij gaven. En met dat gevoel van liefde

Geen kwaad in de zin

'Op enig moment zat ik rond tien uur 's avonds, een rustige tijd, in de bus. Het was niet druk. Ik koos een plekje achterin. Bij een van de haltes stapte een man van halverwege de dertig in. Hij zag er vrolijk uit. Hij praatte wat met de mensen, maakte grappige opmerkingen over iemands hoed en begaf zich langzaam naar achteren. Hij sprak een beetje met dubbele tong doordat hij enigszins dronken was, dacht ik, maar hij had een goede dronk. Hij had een mes in de achterzak van zijn broek. Dat probeerde hij niet te verbergen, maar hij vestigde er ook niet de aandacht op.

'Zodra ze het mes zag, begon een vrouw vóór in de bus te gillen. Haar gegil werd bijna onmiddellijk overgenomen door anderen. In een paar seconden tijd sloeg de paniek onder de passagiers toe en deinsde men terug voor de man. De buschauffeur bracht de bus met piepende remmen midden op de weg tot stilstand, en zodra hij de deuren open had wurdmen de mensen zich duwend en trekkend naar buiten, behalve de man met het mes en ik.

'Er kwam een politiemann aangerend, hij stapte in,

greep de man met het mes, ontwapende hem met veel misbaar, deed hem de handboeien om en manoeuvreerde hem de bus uit. Hij kwam terug, keek me aan en zei: "Waarom bent u niet uitgestapt, meneer? Zag u niet dat hij een mes had?"

'Ja, dat mes had ik wel gezien. Een mes kan gevaarlijk zijn, maar ik wist dat deze man niet op die manier aan zijn mes dacht, hij had totaal geen kwaad in de zin. Ik had zijn gedachten niet gelezen; ik maakte het op uit zijn houding, uit zijn gedrag. "U bent gek, meneer", snauwde de politiemann me toe terwijl hij de bus uit stapte en de passagiers weer aan boord kwamen. De buschauffeur kwam als laatste en keek rond om te zien of al zijn passagiers in veiligheid waren. Hij keek me aan en haalde zijn schouders op.'



had ik ook het gevoel erbij te horen.'

Alleen

Na een poosje kwam Robert Wolff bij zinnen. Hij keek om zich heen en ontdekte dat hij alleen was. Ahmeed was verdwenen. Geen idee waar die was en hoe hij zelf terug moest komen. Even raakte hij in paniek. Hij wilde gillen. Hij probeerde zelfs te gillen. Maar er kwam geen geluid uit zijn keel. Toen realiseerde hij zich dat er geen reden was om bang te zijn.

Dat – zei Robert Wolff – was het moment waarop zijn leven veranderde.

Hij wist met grote zekerheid dat hij alleen maar zijn gedachten opzij hoefde te zetten en dan zou *weten* waar hij was. Bijna onmiddellijk wist hij ook waar Ahmeed op dat moment was. Hij wist ook dat er geen noodzaak was hem nu al naar het dorp te volgen en dat hij straks op eigen kracht de weg terug zou vinden. 'Toen het tijd was om te gaan, liet ik mijn weten verder reiken, zodat ik kon voelen waar de nederzetting was: *daar* zei mijn weten onmiddellijk.'

In de daarop volgende weken had Wolff regelmatig flitsen van wat hij destijds 'eenheid' noemde, dat betoverende gevoel *een* te zijn met letterlijk al het geschapene. En elke keer als hij die eenheid ervoer, werd het vanzelfsprekender, natuurlijker, en meer deel van hemzelf. 'Niet als iets waar ik weet van had, maar als iets wat ik *ben*'.

Het was – denkt Wolff vele jaren later, terugkijkend – alsof Ahmeed hem geholpen had iets terug te vinden dat hem zelf ooit had toebehoord. Iets wat wij mensen – zo vermoedt hij – allemaal in meerdere of mindere mate bezitten. Een weten dat niet hetzelfde is als 'aanvoelen'. 'Het gaat veel dieper. Ik heb ontdekt dat ik soms iets weet wat ik met geen mogelijkheid kan weten – ongeveer zoals Ahmeed dingen wist over de zee. Een vorm van weten die niet past bij de westerse kijk op de werkelijkheid.'

Keerpunt

Een weten, vermoedt hij, dat ons als kind vertrouwd was. Het besef onlosmakelijk verbonden te zijn met een groter geheel. 'Het is inmiddels niet meer iets wat ik *geloof*. Het is niet iets waartoe ik besloten heb. Ik *weet* het, ik besef het als een gegeven. Ik voel jouw verdriet en jouw blijdschap, omdat het ook mijn verdriet en blijdschap zijn.

'Voor westerlingen is het moeilijk te aanvaarden dat mens en wereld in feite niet van elkaar te scheiden zijn. In mijn jeugd kreeg ik te horen dat ik mijn leven in eigen hand moest nemen, in plaats van het te leven. Ik moest knokken om te overleven, werd mij verzekerd. Men zei dat de wereld een jungle was, maar nu ik de jungle van Maleisië eenmaal heb leren kennen, weet ik dat de jungle van de natuur totaal anders is dan de jungle van de beschaving, en beslist veel minder gevaarlijk. Ik heb het geluk gehad dat ik mensen ben tegengekomen die nog op de ouderwetse wijze mens waren.'

Het grootste inzicht was nog de ontdekking dat de 'andere' beleving van de Sng'oi niet alleen iets *buiten* hem was, een kenmerk van mensen uit een andere, vreemde cultuur, maar dat hij die andere beleving van de werkelijkheid ook in zichzelf terug kon vinden. En dat het onbegrijpelijke *weten* over de omgeving dat hij bij hen bespeurde – het soort informatie dat hij als westerling uit boeken zou hebben opgestoken, of gemeten zou hebben met hypergevoelige apparatuur – een eigenschap is die wij mensen allemaal in meerdere of mindere mate bezitten. Een belangrijk moment. Wolff noemt dit zelfs een keerpunt in zijn leven.

Hawaii

Die test van dertig jaar geleden heeft zijn leven ingrijpend veranderd. Niet alleen zijn manier van lesgeven aan de universiteit van Hawaii ('Ik begreep dat de *enige* manier van lesgeven het vertellen van verhaaltjes is, hoe simpeler hoe beter'), maar bovenal



'Ik ben voor belangrijke besluiten gaan vertrouwen op mijn intuïtie, mijn dromen – een gevoel dat me zegt dat ik beter deze richting in kan slaan dan die'

de manier waarop hij in het leven stond. Van 1963 tot zijn emeritaat in 1979 was Wolff professor *Public Health* (Volksgezondheid) aan de universiteit van Hawaïi, als eerste psycholoog te midden van medici. Daarna hoofd van de afdeling *International Health*. Vanaf 1989 woonde hij op *Big Island*, het grootste eiland van Hawaï. Hij schilderde en schreef – over zijn tuin; over het hardnekkige geloof dat 'wij' denken degenen te zijn die de boel in het leven in gang zetten.

'Af en toe word ik eraan herinnerd,' zegt hij, 'dat in ieder geval in mijn leven ik niet degene ben die beweegt, maar degene die bewogen word.' En: 'Het heeft me jaren gekost om enigszins te kunnen accepteren dat mijn zorgen over de keuzes in mijn leven vaak onnodig en zelfs ongepast waren, omdat er als het erop aankwam helemaal geen sprake was van een keuze.'

Wilde oregano

Een voorbeeld om te illustreren hoe deze levensverandering in de praktijk uitpakte. 'Op een dag had ik, tijdens een wandeltocht over het steile en smalle pad dat de Hanakapi'ai-vallei op het eiland Kaua (Hawaïi) in loopt, zo'n hoofdpijn door verstopte voorhoofdsholten dat ik er bijna onpasselijk van werd. Mijn hoofd bonkte bij elke stap. Ik sjokte het steile pad op en zag toen ik omhoogkeek zo'n zes meter boven me een plant die ik niet kende.

Terwijl ik ernaar keek wist ik hoe hij aan zou voelen (harig, maar niet stekelig) en hoe hij zou ruiken (aromatisch), en ik wist ook dat ik mijn voorhoofdsholten vrij kon maken als ik maar één blad van die plant zou hebben en dat zou pletten en in mijn neus zou stoppen. Een vriend slaagde erin met een lange stok een blad van de plant af te breken. Het voelde zoals ik wist dat het zou voelen, en rook zoals ik wist dat het zou ruiken. Ik stopte het in mijn neus. Het maakte mijn voorhoofdsholten vrij, zoals ik wist. De plant was, ontdekte ik later, een soort wilde oregano, die bij de Hawaïanen bekend staat om

zijn geneeskrachtige eigenschappen.'

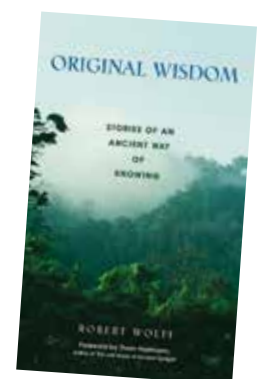
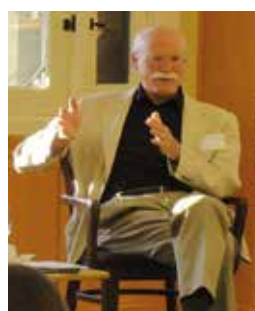
Ten slotte: 'Als je eenmaal weet hoe het moet: loslaten en alleen maar *zijn*, van binnenuit waarnemen (zoals ik dat noemde), en luisteren zonder te oordelen, in te delen of te analyseren, als je eenmaal weet hoe het moet, is het net als met fietsen: dan kun je er makkelijk naar terugrijpen.

'Ik ben voor belangrijke besluiten gaan vertrouwen op mijn intuïtie, mijn dromen – een gevoel dat me zegt dat ik beter deze richting in kan slaan dan die. Als we luisteren kunnen we weten; het enige wat we op moeten geven, is het idee dat we de zaak in eigen hand hebben. Innerlijk *weten* is niets ongewoons; zo zijn wij mensen. Iedereen kan over die verbinding met *Al-Wat-Is* beschikken. De verbinding zit namelijk in ons.'

Bart Hommersen

R. Wolff: *Original Wisdom: Stories of an Ancient Way of Knowing*, 2001, Inner Traditions, Vermont (makkelijk verkrijgbaar). Nederlandse vertaling: *Oude wijsheid van natuurliefden*, 2003, Ankh-Hermes (moeilijk verkrijgbaar, en alleen tweedehands)

Het interview dat VA in 2003 had met Robert Wolff is vrij te downloaden via de QR-code hieronder of via VA's webwinkel (Interviews, met kortingscode: 2003).





Licht is Leven!

Peter Mandel

Kleuren zijn de kinderen van het Licht.

Johannes Itten

KLEUR- EN LICHTTHERAPIE:

- Workshops
- Opleidingen
- Webshop



WWW.KLEURENPUNCTUUR.NL / T: 06 205 362 75



Met veel genoegen zei Jos aan deze column te hebben geschreven. ‘Het onderwerp is nog vers. Ik had het niet eerder zo, in één korte sessie, kunnen schrijven en tekenen.’ Een oefening in mededogen ook. Want waarom is hij de dieren vergeten?

Ondersteboven

‘Bosheelheid’ was de titel van enkele van mijn schilderijen die ik in de loop van 2024 maakte – een afspiegeling van de ervaring van heelheid die ik soms in het bos onderga. Een pijnlijke aanhechtingspunt rechts bij een halswervel – die me vaak ’s morgens vroeg doet ontwaken – liet me echter beseffen dat deze heelheid nog ergens wordt tegengehouden.

Eind december drong het besef door dat er een verband moest zijn tussen deze blokkade en mijn aandacht voor krachtplekken. Jarenlang heb ik me verbonden met krachtplekken en bomen. Dezelfde krachtplekken en bomen die ook het onderwerp van mijn schilderijen waren. Tegelijkertijd had ik nauwelijks of geen aandacht voor dieren.

Op een gegeven moment ontstond er een disbalans. Ik merkte dat ik overgevoelig werd voor verstoringen op plekken waar ooit dieren werden geofferd – wilde zwijnen, herten, reeën etcetera. Mijn gebrek aan aandacht voor dieren in mijn werk begon te resoneren met de zware energie op deze plekken.

Ik moet ver terug gaan in de tijd, realiseerde ik me, om schilderijen van mijzelf met dieren te vinden. Een uil in 1987; vlinders en een roodborstje in 2001. Het is altijd mijn intentie geweest om de natuur als heelheid uit te beelden, maar met mijn jarenlange focus op bomen ben ik de dieren van het bos vergeten!

Tot op de dag van vandaag worden dieren in de bio-industrie als dingen gezien en zonder mededogen geofferd. Misschien dat een oefening in mededogen met alle levende wezens mijn blokkade kan helpen opheffen? Alleen mededogen kan immers dergelijke zware energie transformeren.

Uit deze gedachte ontstond januari 2025 het beeld voor een tekening met bosdieren (Herbetovering 2, hiernaast afgebeeld). In hun midden een mens die de natuur op zijn kop ziet – verkeerd om dus. De mens die niet ziet dat hij al deel uitmaakt van de stroom van alles wat leeft. Hij maakt er deel vanuit, maar handelt er niet naar.

Jos van Wunnik

Website: vanwunnik.com



Een nieuw boek over het werk en de inspiratie van de Limburgse kunstenaar Jos van Wunnik. De verwevenheid van zichtbare en onzichtbare werkelijkheid verbeeld in ca. 130 schilderijen en tekeningen.

Tekst: Martha Dirkmaat-Planting
 Gebonden 25 x 25 cm,
 204 pagina's, NL / EN
 ISBN 978 9073007 550





Roodborstje | tempera op paneel | 80x60 cm | 2001

© J. van Wunnik

Herbetovering 2 | gewassen inkt op papier | 70x50 cm | januari 2025



Herbetovering 3 | gewassen inkt op papier | 70x50 cm | januari 2025



Beeld van een stromend geheel van water, kikker-visjes en kikkers – dieren die zich met gemak in twee werelden bewegen. Het roept in mij de kostbare herinnering boven hoe ik als kind, urenlang kruipend door de boswei naast ons vakantiehuisje, op zoek was naar kikkers, sprinkhanen, hazelwormen – mijzelf en de mensenwereld vergetend, opgaand in een andere wereld – aardser geurend, glanzend, onbegrensd.

*'Een voorkeur voor perioden
uit de kunstgeschiedenis?
Nee. Kunst boeit me
sowieso, omdat kunst een
werkelijkheid onthult die
anders verborgen zou blijven'*



Mark Mastebroek als docent op een van zijn vele kunstreizen

Blik op het sublieme

Bij de abstracte schilderijen van Piet Mondriaan gebeurt het wel dat je museumbezoekers hoort zeggen dat 'iedereen' zo'n compositie van rode, blauwe en gele vlakken had kunnen maken. Een vriendengroep kwam op het idee de proef op de som te nemen. Een van hen was een Mondriaan-liefhebber. Zou deze kenner het doorhebben als de echte Mondriaan aan zijn muur vervangen zou worden door een namaak schilderij? Het voorbeeld komt ter sprake in een tweegesprek van Wil Uitgeest met haar voormalige docent kunstbeschouwing, Mark Mastebroek.

'Door de ruimte die hij ons gaf, kwam er bij mij zoveel omhoog dat de woorden over elkaar heen buitelden als ik iets wilde zeggen'



Mark Mastenbroek (70) licht vier eigen schilderijen toe, geïnspireerd op Wolfgang Borchert



Marcel Duchamp: Bicycle Wheel | 1951 | MoMA

Z

ijn nieuwe boek *Blik op het Sublieme* is opgedragen aan zijn oud-leerlingen. Dus ook aan mij! Want ik heb het geluk gehad om Mark Mastenbroek op de Wackers kunstacademie mee te maken als leraar kunstbeschouwing. Ik praat over de jaren tachtig. Vanaf 1984 volgde ik hier lessen modeltekenen. Ik had er zelfs een eigen 'hok', waar ik als schilder mijn gang kon gaan. De meeste leraren op de academie waren tijdens hun lessen vooral zelf aan het woord. Of ze gaven opdrachten die wij, studenten, moesten uitvoeren. Je mocht wel vragen stellen, maar verder werd je toch vooral geacht om te luisteren.

Bij Mark ging dat anders, heel anders. Hij liet ons via PowerPoint beelden uit de kunstgeschiedenis zien; en vervolgens stelde *hij* de vragen. Daarbij toonde hij zich oprecht geïnteresseerd in *onze* antwoorden – die hij in een samenhangend, veelkleurig licht wist te zetten. Zo maakten we de lessen samen. Door de ruimte die hij ons gaf, kwam er bij mij zoveel omhoog dat de woorden over elkaar heen buitelden als ik iets wilde zeggen. Iedereen deed mee, er was zoveel levendigheid en enthousiasme, dat ik er verbaasd van stond!

Fietswiel

Eén keer liet Mark op zo'n PowerPointpresentatie een afbeelding zien van *Bicycle Wheel* (1913) van Marcel Duchamp: een fietswiel dat op een krukje is vastgezet. De boeiende vragen die dat werk stelt, waren destijds veel te groot voor mijn toen nog prille kunstbegrip. Dus ging ik tijdens de les rechtop staan en riep verontwaardigd uit: 'Dit is toch zeker geen kúnst! Zo'n wiel kan ik elke dag bij de fietsenmaker zien! Dít kunst noemen is belachelijk, jullie zoeken het verder maar uit!' En blind voor iedere twijfel beende ik de klas uit.

Terwijl ik opstond en wegliep, zag ik nog net dat Mark me met een mengeling van geamuseerdheid en



Buste van koningin Nefertiti (1352 v. Chr. - 1338 v. Chr.), 18e dynastie van Egypte | Neues Museum Berlijn



San Gimignano, Toscane

interesse nakeek. Nee, hij hield me niet tegen, ik mócht weglopen! Niet omdat mijn vertrek hem onverschillig liet, maar omdat hij mijn reactie respecteerd – zonder het er ook maar enigszins mee eens te zijn: ‘Goh, zie jij dat zo?’ Ik mocht zélf denken; zelf van mening veranderen. Hij had niet de behoefte mij te verbeteren of te straffen. Zijn houding heeft veel indruk op mij gemaakt. Vooral omdat ik me toen realiseerde dat dit respect voor de eigenheid van zijn studenten eigenlijk altijd al voelbaar was geweest in zijn lessen.

Veertig jaar later

Nu, veertig jaar later, ontmoet ik Mark opnieuw – om hem te interviewen over zijn nieuwe boek *Blik op het Sublieme*. Twintig hoofdstukken, waarin de ene keer één kunstenaar wordt besproken, zoals in het hoofdstuk over Jeroen Bosch; terwijl in andere hoofdstukken kunstenaars tegenover elkaar worden geplaatst, soms uit heel verschillende periodes uit de kunstgeschiedenis – vanaf de Egyptische kunst tot de kunst van vandaag.

In één hoofdstuk vergelijkt hij drie vrouwenportretten: de buste van koningin Nefertiti uit de Egyptische tijd (1370-1330 v. Chr.), het schilderij *Meisje met de Parel* (Johannes Vermeer, 1665-67) en de serie zeefdrukken van *Marilyn Monroe* (Andy Warhol, 1962). Zo’n vergelijking moet je dúrven! Een dergelijke keuze maakt hij op grond van wat hem op een bepaald moment in zijn leven is gaan boeien – wat in zijn ogen licht gaf! Dit nieuwe boek is een beknopte selectie uit alles wat hem door de jaren heeft geboeid; wat door de jaren heen ‘licht heeft gegeven’.

Het is januari als ik Mark in Amsterdam opzoek. Ik waai ongeveer zijn huis binnen. Buiten is het koud, nat en guur. Het contrast met de sfeer in de woonkamer van Mark en zijn vrouw Minoushka is enorm: een ruimte vol onuitgesproken verhalen – van de indrin-

Toscaanse miniaturen

Mijn oudste dochter was elf. Op haar Montessori basisschool waren de kinderen uit haar klas zich aan het beraden op de overstap naar de Grote School. Welke zou het worden? Ik deed een serieuze poging haar enthousiast te maken voor de Vrije School. Zo probeerde ik haar iets te laten proeven van de sfeer tijdens pauzes en volgde ik samen met haar een proefles.

Nee, de Vrije School is het niet geworden. Maar op mij heeft die proefles kunstbeschouwing enorme indruk gemaakt. Ik maakte kennis met een manier van lesgeven die ik niet kende. Een samenhangende manier van kijken naar kunst, waarin ik het gevoel had dat de getoonde schilderijen echt tot leven kwamen. Na afloop liep ik naar de docent toe en zei: ‘Dit verhaal zou twee pagina’s groot in de NRC moeten staan.’ De NRC werd toen nog op groot formaat gedrukt. Kan je nagaan!

Niet veel later reisden wij als gezin naar Toscane. In de bagage zat de reisgids *Toscaanse Miniaturen*. De schrijver: de docent van de proefles, Mark Mastenbroek. En ook nu weer had ik het gevoel dat hij mij de ogen opende. Sterker nog, tot op de dag van vandaag durf ik vol te houden dat *Toscaanse miniaturen* een van de mooiste reisboeken is die ik ooit in handen heb gehad.

Geen opsomming van vermoeiende ‘weetjes’ die je zo vaak tegenkomt in reisgidsen. In Mastenbroeks beschrijvingen van Toscaanse steden lijkt elk waargenomen detail in verbinding te staan met het wezen van de betreffende stad of het landschap. ‘Niet de triviale buitenkant van de dingen houdt hem bezig,’ aldus Jelle van der Meulen in zijn voorwoord, ‘maar de raadselachtige binnenkant.’

Het echte reizen, schrijft Mastenbroek ergens, is het zoeken van een verbinding met iets dat ergens in de diepte sluimert – iets in jezelf dat je nog niet kende. ‘Want reizen is toch eigenlijk een zoektocht naar vormen en verhoudingen die op een haast intieme wijze met onszelf te maken hebben. Je trekt naar ‘elders’, naar ‘buiten’, naar ‘ver weg’ en doet dat in diepste wezen om iets te bespeuren van jezelf. Van iets in je, dat je nog geen vorm, naam of kleur kon geven.’ Op de achtergrond sluimert volgens hem voortdurend de prangende vraag: ‘Waarom voel ik met de ene plek een bijna tastbare band en met de andere plek niet, of nog niet?’

B.H.

Mark Mastenbroek: *Toscaanse miniaturen* | Uitgeverij Christoffor | 104 blz. | 1990 | Alleen nog tweedehands



Zelfportret Dick Ket (1902-1940) | 1931

Zelfportretten

Een zondagmiddag, januari 2025. Mark Mastenbroek zit voor de groep. Zoals hij honderden, misschien wel duizenden keren voor groepen zal hebben gezeten. Jarenlang als docent kunstbeschouwing c.q. moderne kunst in het middelbaar onderwijs – op Vrije Scholen in Amsterdam en Haarlem. Maar ook als reisleider van kunstreizen of als spreker tijdens voordrachten over kunstgeschiedenis.

Deze zondagmiddag voelt als een reünie. De presentatie van zijn boek *Blik op het Sublieme* valt samen met zijn tachtigste verjaardag. De bovenruimte van het Ita Wegmanhuis in Amsterdam zit vol oud-leerlingen en vrienden. Enthousiaste fans van de bevlogen wijze waarop de nu tachtigjarige Mark generaties de ogen heeft geopend voor de schilderijen en andere kunstwerken die hij met hen besprak. Zijn traditionele aftrap: wat zien we hier?

Op deze zondag zet Mark twee zelfportretten tegenover elkaar: portretten van de Nederlandse 20^e-eeuwse kunstschilders Dick Ket en Pyke Koch. Allebei vallend binnen de stroming van de Nieuwe Zakelijkheid. Een terugkeer naar schilderkundige perfectie, met een soms pijnlijk exacte, emotieloze weergave van hoe de dingen er feitelijk uitzien.

Bij het getoonde zelfportret (1931) van Dick Ket duurt het even voordat je snapt waar je eigenlijk naar kijkt. Gaandeweg dringt het tot ons door dat Ket voor een spiegel zit en dat we naar zijn spiegelbeeld kijken. De lijst van de spiegel is nog net zichtbaar. De tekst op het affiche achter hem staat in spiegelschrift. Alles is heel precies weergegeven, al zou je dat op het eerste gezicht niet zeggen.

Dick Ket heeft zichzelf niet op zijn voordeligst geportretteerd. Het simpele jaeger hemd, het haar dat over zijn nattige huid piekt en de blauwgrijze nagels aan zijn vingers geven de indruk dat hij enigszins ziekelijk is. Dat was ook zo – de laatste jaren van zijn leven was hij zo ziek dat hij zijn huis niet kon verlaten.

Ademruimte

Ik kijk mee met Mark, die nu opmerkt dat hier voor de kijker geen ontsnappingsroute uit mogelijk is. Je kunt niet weg uit dit beeld, je kunt niet weggijken door een venster of een deur en er is nauwelijks perspectief.



Zelfportret Pyke Koch (1901-1991) | 1937 | © Ernst Moritz, CMU

Ook de monotone kleurstelling versterkt het gevoel dat er geen ademruimte in dit beeld zit.

Dick Ket schildert zichzelf met dezelfde precisie als de levenloze voorwerpen om hem heen. Zonder zelfbeklag, zonder romantiek. Hij zit daar als ding tussen de dingen, aldus Mark. Dat lijkt misschien wat triest, maar toch is dat nog maar de vraag! In 1932 schreef Ket aan zijn verloofde: 'Juist in deze dode dingen voel ik de aanwezigheid van het Alomtegenwoordige.' Ik merk dat ik moeilijk loskom van zijn blik – die vreemde blik van hem die me aankijkt, en toch ook weer niet; misschien omdat ook zijn blik 'ding' is geworden.

Vesting

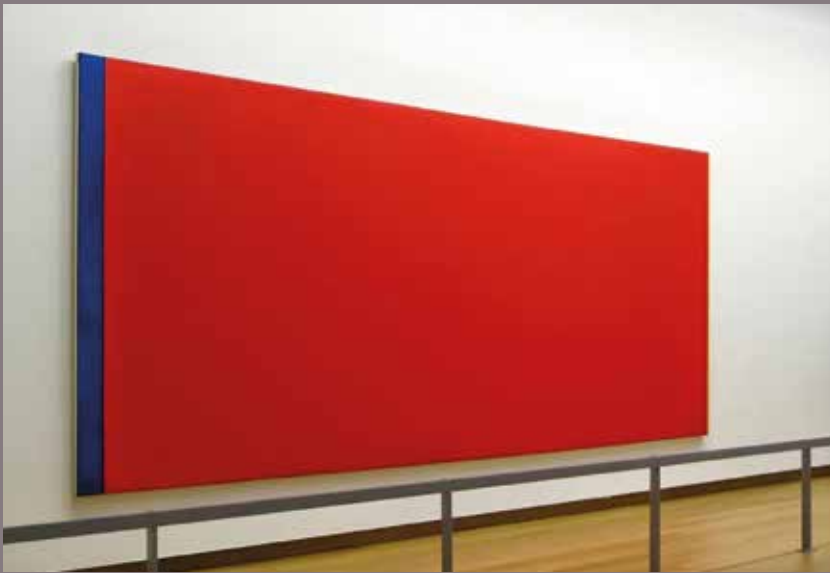
Hoe anders is dan het portret (1937) van Pyke Koch dat Mark hier tegenover plaatst! Juist het vergelijken van beide zelfportretten helpt je dieper in allebei door te dringen. Ook het zelfportret van Koch is heel precies. Een zwarte band om het hoofd. Het is uit 1937, de tijd dat Koch lid was van een fascistische beweging. Later sloot hij zich ook nog aan bij de NSB – waarvan hij zijn lidmaatschap in 1941 weer opzegde. Na de oorlog ontkende hij iedere idealisering van het nationaalsocialisme; maar dat vond niet iedereen overtuigend.

Het portret van Pyke Koch laat mij niet toe. Ik zie alleen een buitenkant: een sterke, glad gepolijste mannenkop. Hij kijkt me ook niet aan. Terwijl Dick Ket mij als toeschouwer toelaat en iets van me lijkt te verlangen, is Pyke Koch voor mij meer een onneembare vesting.

Mark zegt het zo in zijn boek: 'Pyke Koch heeft ons helemaal niet nodig, Dick Ket wel. Ket smeekt eigenlijk om mededogen, terwijl Koch ons met zijn ietwat smalende mondhoeken en zwarte nazi-band in onzekerheid brengt.'

B.H./W.U.

Heel veel meer kunstbeschouwingen in: Mark Mastenbroek: *Blik op het sublieme* | 2024 | Uitgeverij Pentagon



Barnett Newman: Who's afraid of red, yellow and blue (1967/1968)



Michelangelo: Florentine Pietà (1547-1555) | Museo dell'Opera del Duomo, Florence

'Het geniale in grote kunst? Wat mij betreft heeft dat te maken met de staat waarin de maker zich bevindt ten opzichte van het eeuwige'

gende schilderijen die de wanden bedekken tot aan de herinneringen die met de dingen in het interieur verbonden lijken.

Nachtwacht

Wil: 'In je boek vertel je toegankelijk en enthousiasmerend over een aantal totaal verschillende kunstwerken. Laat je daarmee ook zien dat kunst helemaal niet zo ontoegankelijk hoeft te zijn als men soms denkt?'

Mark: 'Ja, vaak merk je dat het even duurt voordat mensen een ingang kunnen vinden tot een kunstwerk. Bij *De Nachtwacht* van Rembrandt bijvoorbeeld viel me op dat mijn studenten daar vaak geen raad mee wisten. Dat komt deels door de Mona-Lisa-status van *De Nachtwacht*, net als Volendam, tulpen en klompen. Maar dan stelde ik hun de vraag of zij tussen de schutters op *De Nachtwacht* zouden willen staan.

'Na zo'n vraag gingen ze pas echt kijken! En vervolgens kwamen al gauw de totaal tegengestelde elementen boven die in dat werk te vinden zijn. Zoals de voorname rust die de kapitein en de luitenant op de voorgrond uitstralen en de herrie die de trommelaar rechts in beeld gemaakt zal hebben, plus het geroep van de manschappen die in het halfduister staan.

'En vervolgens kom je op deze ontdekkingsreis terecht bij het mystieke lichtduister, het licht dat van elders lijkt te komen en de geheimzinnige vrouw die op een schuttersstuk eigenlijk helemaal niet thuishoort ... Waar gaat dit schilderij eigenlijk over?'

Wil: 'Grappig ... die manier van 'mensen erbij betrekken' heb ik precies zo ervaren in jouw lessen op de academie. Zo werd elk kunstwerk iets dat mijzelf aanging. Jouw aanpak was het absoluut tegenovergestelde van de dame of heer die je met een omhooggestoken paraplu een kudde mensen door een museum heen ziet leiden, zonder te beseffen dat die mensen zelf

ook ogen en hersens hebben!'

Mark: 'Dat heb ik inderdaad nooit gedaan. Ook op kunstreizen liet ik leerlingen altijd in kleine groepjes met een aantal vragen door het museum trekken. Of anders stelde ik hun een aantal vragen na afloop. Bijvoorbeeld: 'Wat waren voor jullie de hoogtepunten?' Dan kwam het gesprek op gang, en dan zag je de leerlingen van een ander groepje denken: 'O, maar daar wil ik ook naartoe!' Dat spanningsveld tussen toeschouwer en kunstwerk is iets wat mij altijd heel erg heeft geboeid. Dat raakt aan het sublieme, of hoe je het ook noemen wilt.'

Red, yellow and blue

Wil: 'In een hoofdstuk in je boek bespreek je werk van Piet Mondriaan, Kazimir Malevich en Barnett Newman, daarin kwam ik een stukje tegen dat me bijzonder trof. Het gaat over de restauratie van: *Who's afraid of red, yellow and blue III* (1967) van Barnett Newman. In 1986 ging een museumbezoeker dit enorme doek met een mes te lijf. Het doek is gerestaureerd. Aanvankelijk was men ervan overtuigd dat er zeer goed werk was afgeleverd. Pas later bleek het tegendeel.

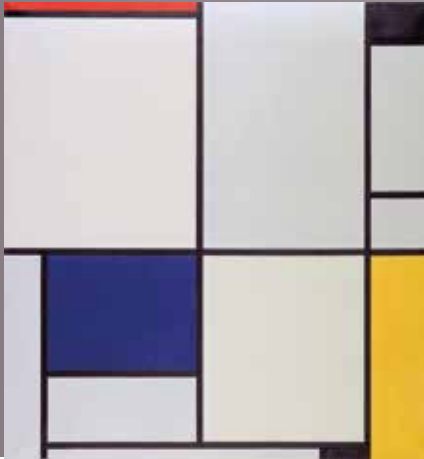
'Er is een net iets andere kleur rood gebruikt, die andere bestanddelen bevatte dan de originele verf. Ook bracht restaurateur Goldreyer twee extra vernislagen aan die op het originele schilderij niet zaten. Dan schrijf jij: *Een echte professional ziet meteen dat het foute boel is. Het maakt klaarblijkelijk veel uit hoe een kleurvlak dankzij vrijwel onzichtbare verschillen in hanteringswijze en pigment tot stand is gekomen. Je zou bijna zeggen: de welhaast microscopische, allersubtielste verschillen in structuur vormen de essentie van het kunstwerk.* Maar wat ziet die echte professional dan eigenlijk?'

Mark: 'Het handschrift van de kunstenaar! Een ander voorbeeld: De Florence Pietà in het Museo dell'Opera del Duomo in Florence is door Michelangelo in een woede-



Diego Velázquez: Portret van paus Innocentius X | 1649-1650

Francis Bacon: Study after Velázquez's Portrait of Pope Innocent X | 1953



Piet Mondriaan: *Tableau I* | 1921 | Gemeentemuseum Den Haag

'Soms heb ik het gevoel, met name bij spiritueel gerichte kunstliefhebbers, dat ze menen dat het al Pasen is, terwijl we nog door Goede Vrijdag heen moeten'

aanval kapotgeslagen omdat het marmer niet deugde. Een leerling van hem, Tiberio Calcagni, restaureerde het beeld en voegde er de figuur van Maria Magdalena aan toe. Die toevoeging is helemaal in de stijl van Michelangelo gedaan, daar is helemaal niks mis mee! En toch zie je meteen dat het oorspronkelijke beeld ademt, en de toevoeging niet. Dat beeld van de leerling mist het geniale. Maar waar dat nou in zit?

Wil: 'Ja, dat is raadselachtig. Dat heb je met kunst sowieso. Ook met muziek bijvoorbeeld: de ene uitvoering voert je mee naar een andere wereld, terwijl je bij de andere gewoon op je stoel blijft zitten en denkt aan wat je die avond nog meer te doen hebt. En dat terwijl de musici in beide gevallen perfect spelen, daar is dan inderdaad niks mis mee! Maar wat maakt ze dan toch zo verschillend – waar komt dat verschil vandaan?'

Mark: 'Dan kom je bij iets immaterieels. Niet te benoemen, wat mij betreft heeft dat te maken met de staat waarin de maker zich bevindt ten opzichte van het eeuwige.'

Piet Mondriaan

Wat Mark hier opmerkt, doet me denken aan een uitspraak van Rudi Fuchs, voormalig directeur van het Stedelijk Museum in Amsterdam. *In 2002 zegt hij: Kunstenaars verzinnen niets. Fantasie is iets wat amateurs hebben; die denken dat ze het ongerijmde moeten verzinnen en dat dat kunst is. Kunstwerken zijn staten van ervaring.* Anders gezegd: Een kunstenaar als Michelangelo kan ervaringen gestalte geven die raken aan iets universeels dat groter is dan hijzelf. Hoe dieper die ervaringen gaan, des te groter het kunstwerk dat hieruit voortkomt.

Mark: 'In mijn boek beschrijf ik een anekdote over een abstract schilderij van Mondriaan die een tijd geleden rondging. Een man ging op reis. Een groep vrienden zou zijn huis in de gaten houden, inclusief het

schilderij van Mondriaan dat in dat huis een ereplaats innam. De vrienden echter, die niks in die Mondriaan zagen, besloten een grap met hun vriend uit te halen. Zij kopieerden de Mondriaan heel precies. Het origineel werd van de muur verwijderd en op een veilige plaats verstopt. Op de lege plek hingen zij de kopie.

'De man komt thuis. Iedereen wacht gespannen af. Hoe zal dit uitpakken? Aanvankelijk gebeurt er niets. Maar enkele dagen later, tijdens een gezellige bijeenkomst van de vriendengroep nam onze man het woord en zei: 'Ik moet jullie iets bekennen. Ik heb er een tijd mee geworsteld, maar ik geef het nu toe. Jullie hebben gelijk gehad. Die Mondriaan aan mijn muur stelt niks voor. Nu zie ik dat jullie gelijk hebben gehad.'

'Ik weet niet hoeveel hiervan waar is, maar de staat waarin Piet Mondriaan verkeerde toen hij dit schilderij in de jaren twintig van de vorige eeuw maakte, was in ieder geval onvergelijkbaar anders dan die van deze grappenmakers. En dat je dat op den duur gaat voelen, komt me niet gek voor.'

Voorkeur

Wil: 'Heb jij eigenlijk een voorkeur voor bepaalde perioden uit de kunstgeschiedenis?'

Mark: 'Nee. Kunst boeit me sowieso, omdat kunst een werkelijkheid onthult die anders verborgen zou blijven.'

Erg interessant vind ik het om Mark Mastenbroek vervolgens te horen zoeken naar die werkelijkheid.

Mark: 'Het zogenaamd hogere of lagere maakt allebei deel uit van de innerlijke werkelijkheid die zichtbaar wordt gemaakt in kunst. En die werkelijkheid is niet altijd mooi. Soms heb ik het gevoel, met name bij spiritueel gerichte kunstliefhebbers, dat ze menen dat het al Pasen is, terwijl we nog door Goede Vrijdag heen moeten. In *Paus Innocentius X* laat Francis Bacon bijvoorbeeld de innerlijke staat van die mens zien, en die is



Marije Hage is kunstenaar en predikant in het Friese Grou. Ze breekt graag een lans voor het nutteloze. Een lofzang op de ineffectiviteit van mens-zijn, op ons gezamenlijke en persoonlijke gestuntel, en op alle lieve, frustrerende, warme, irriterende, soms verdrietige, maar vooral ook ontroerende gevolgen daarvan.



Nam June Paik: Zen for TV | 1963 | MoMA

verschrikkelijk.'

Als je gevoelig bent voor wat er uit zijn gelaatstrekken spreekt, kun je dat eigenlijk al zien op het schilderij dat Velasquez in 1650 van deze paus maakte. Francis Bacon was als schilder geobsedeerd door dat schilderij. Bij hem worden de gelaatstrekken van die paus als het ware 'doorzichtig'.

Mark: 'Er is een uitspraak van Rudolf Steiner waarin hij zegt dat er geen misdaad denkbaar is, die niet bij ieder van ons diep in het onderbewuste tot de mogelijkheden behoort. Er is veel (post)moderne kunst die daaraan raakt. Dat besef kan schokkend zijn, maar het is ook bewustzijn-wekkend.

'Kunst kan natuurlijk ook hele andere vormen aannemen. Op de Biennale in Venetië stond bijvoorbeeld eens een werk van Nam June Paik (1932-2006): op een onderstel had hij een ouderwets tv-toestel op zijn kant geplaatst. Op het scherm was het beeld samengetrokken tot één witte streep. De oorspronkelijke horizontale lijn was door de stand van de tv een verticale lijn geworden. Titel van dit werk: *Zen for TV* (1963). Normaal gesproken denk je: 'Ja, hoor, dat kan ik ook wel.' Maar die titel geeft te denken. De meerwaarde ontstaat altijd omdat er op de een of andere manier iets wordt toegevoegd of onttrokken. Maar hoe dat precies werkt, is niet te vangen.'

Voor dit interview vind ik dat wel een mooi slotwoord: 'Kunst is niet te vangen'. Want als het wél te vangen was, zou het zijn openheid verliezen. En dan ... is er ineens geen kunst meer aan.

Wil Uitgeest

Mark Mastenbroek: *Blik op het sublieme - Markante kunstcolleges* | 2024 | Pentagon | Hard cover, groot formaat | 198 blz. | Rijk geïllustreerd | full color | ISBN 978-94-93362-13-0 | € 33

Zittend in liefde

Wanneer ik aan het bed zit van iemand die stervende is, en ik mag daarbij zijn, en iemand laat zijn of haar hand vasthouden, iemand kijkt mij aan, dan stroomt alles wat onnodig is weg. Liefde is wat overblijft in het land van overgave, in het land voorbij-het-weten.

Daar in dat grensgebied tussen leven en dood bloeit iets op. Bloeit op wat ik al wist, niet met mijn hoofd, maar ergens dieper.

In lagen die ouder lijken te zijn dan ikzelf.

Dat elke stap een uitnodiging is om vrij te worden.

Dat geen enkele vorm een waarheid in zichzelf is, maar een poging om iets te laten zien van wat ongrijpbaar is.

Dat al ons zoeken uiteindelijk een terugkeren is.

En in dit moment, dat alleen het moment is, en alles is, valt weg wat we normaal gesproken hooghouden in onze dagelijkse levens. Onze lagen, onze maskers.

Soms zing ik zacht liedjes die iemand herkent. Soms zelf ik voorhoofd en handen, laat ik weten dat ik erbij ben en blijf.

In de ogen die mij aankijken zie ik van alles.

Soms ook de opluchting van het masker af.

Van vrijheid.

Hier, in alle rauwheid, tonen we ons aan elkaar.

Laten we onszelf zien zoals we zijn: wezens die liefde nodig hebben.

Die gewoon vastgehouden en gekoesterd willen worden en dat we uiteindelijk daarin hetzelfde zijn. Dat niemand daarin een uitzondering is. Ook degene die zegt dat niet nodig te hebben of wel misschien juist degene die dat zegt.

We willen gezien worden, en gehoord en gekoesterd, zodat we mogen leven. Zodat we kunnen leven, wetend dat er van ons gehouden wordt. Die verbinding is van levensbelang.

En ook van stervensbelang.

Dus daar, in dat moment, doe ik wat ik kan om de armen te zijn.

Of beter gezegd, laat ik het werk doen door mijn armen heen, door mijn woorden heen, door alles heen wat ik kan bieden, dat ik kan bieden, ik ben maar een mens. Zo laat ik me dragen. Hoe dat precies in zijn werk gaat, weet ik niet.

Ik gebruik het woord God niet vaak, omdat het misschien wel het meest misbruikte woord ooit is. Maar het is nog steeds het woord dat voor mij het meeste raakt aan het onbeschrijflijke en daarom noem ik het hier toch. Want als er een moment is om het te noemen, dan hier.

Zittend in de liefde.

Nieuwe dichtbundels van Munin Nederlander



Weinig zaken buiten eros spelen bij mensen die het leven méér voor lief nemen dan 'zoals het valt', zo een hoofdrol als geloofs(on)zekerheid. Hoe weet je bijvoorbeeld honderd procent zeker van Christus en Boeddha? En van hun relatie tot elkaar? En hoe raak je overtuigd van wedergeboorte? De dichtbundels *Vast en Zeker*, *Rakelings* en *Grotendeels* van Munin Nederlander rollen met behulp van taalmagie en rede – logos en logica – een draad van Ariadne uit richting twijfelloosheid. En dit in kunstzinnig bestek, verbaal en visueel. De geïnteresseerde lezer mag beoordelen of de poëet te pretentius was.

Zie www.imagilogos.nl/dichtbundels voor meer info.



**Bloesem Remedies
Nederland**

Distributeur van:
farfalla
Swiss Aroma Care | Est. 1982

DEMETER KWALITEIT VAN FARFALLA



Hydraterende geranium gezichtsolie

De geranium komt uit een bijzonder teeltproject in Congo, met het label Farfalla Grand Cru.

De gezichtsolie is zeer voedend, rustgevend en tonifiërend, ideaal voor de huid die meer vocht nodig heeft. Ook voor littekens vanwege de celregenererende eigenschappen.

Met diverse biologische c.q. demeter essentiële oliën, aloë vera olie (hydratatie), avocado olie (intensieve voeding) en abrikozenpit olie (elasticiteit).

www.bloesemremedies.com

Bloesem Remedies Nederland | St. Jansstraat 3 | 5964 AA Horst
Tel. 077-2300011 | info@bloesemremedies.com
www.bloesemremedies.com | www.farfalla.nl

Vasten is gezond

Bij Zopuur in Zeeland kun je een detoxweek doen in alle rust. Het all-in inspirerend programma is helemaal gericht op jouw reiniging van lichaam en geest.

Het prachtige kuuroord en alle lieve medewerkers verwelkomen je graag en bezorgen jou een TOP-week.

Er is een uitgebreid programma met Kneippse begietingen, meditaties, wandelingen, leverpakkingen, yoga, prachtige ademsessies met muziek enz. Massages, darmspoelingen en verdiepende sessies, zoals Hartcoherentie, Familie-opstelling, Innerlijk Schouwen, Träger kun je extra bijboeken. De detoxweek vindt plaats in voormalig Kuuroord De Schouw. Je krijgt een eigen mooie kamer zonder of met douche en toilet. De hele week is gericht op jouw innerlijk welbevinden.

Zo puur
INSPIRATIE DETOX

www.zopuur.nu . info@zopuur.nu . 0111 – 402 191





Vanuit een bos vol met wilde apen in Sri Lanka schreef Elske Huising in 2018 *en route* haar eerste bericht aan *Vruchtbare Aarde*. Ze was op weg van Saigon naar India en sprak de hoop uit de VA-lezer mee te kunnen nemen in haar beleving van de grote wereld 'die ik op mijn blauwe fietsje langzaam kleiner maak.'

Ze schreef over modderweggetjes bergopwaarts, een ontmoeting met een gerimpeld stamhoofd in Laos, een olifant in de Maleise jungle en een straatjongetje in Cambodja.

De aanloop: Geboren en getogen in Apeldoorn verhuisde ze op haar zeventiende naar Zwolle voor studie. 'Na zeven jaar ruilde ik de Zwolse balletjes in voor de Thaise noedelsoep, de lekkerste ter wereld.' Ze boekte een enkele reis naar Bangkok, besloot te blijven en een nieuw leven op te bouwen.

Na een paar maanden reizen door Laos, Indonesië streek ze neer in Vietnam, waar ze docent Engels werd op een kleuterschool. 'In Ho



Chi Minh Stad sloot ik vriendschap met de lokale fruitverkopers op de markt, dwaalde urenlang rond door kleine steegjes en ontdekte wat ik het liefste wilde doen: op de fiets naar India.'

En toen? Met een tent, kookstelletjes en vriend fietsend via Cambodja, Maleisië en Sri Lanka naar India en Nepal. Kletsend met papayaverkopers aan de kant van de weg. Lerend zonder huis, wifi, wasmachine en andere gemakspullen te leven. 'Misschien fiets ik daarna wel door naar Europa,' dacht ze toen nog. 'Wie weet!' Maar dat is tot op heden niet gebeurd. Ze is in India blijven wonen.

Hoog in de boom

Aarzelend kijk ik omhoog naar de lange, smalle ladder die tegen de boom leunt. Hier en daar ontbreekt een sport. Moet ik daar echt op? 'Vasthouden aan de boom, niet aan de ladder,' zegt de Indiase peperboer grijnzend. Voordat ik kan protesteren, klautert hij zelf moeiteloos omhoog. Heeft deze man enig idee hoe gevaarlijk dit eruitziet?

Het is peperooftseizoen en ik ben op plukmissie gestuurd. Weifelend zet ik mijn voet op de eerste sport van de ladder en kijk omhoog naar de 75-jarige man die reeds zelfverzekerd boven in de boom zit. Logisch, denk ik. Hij doet dit al jaren, maar ik – een westers stadsmeisje dat nooit eerder in een boom is geklommen? Ik kán dit helemaal niet! Misschien moet ik deze klus gewoon aan hem overlaten.

Ik draai me bijna om, tot ik beseft dat ik sta te mokken. Waarom ga ik er meteen vanuit dat ik iets niet kan, omdat ik het nooit eerder heb geprobeerd? Waarom doen we meestal alleen waar we goed in zijn of waar we voor doorgeleerd hebben?

Als kind sta je daar niet bij stil. Je leert fietsen, zwemmen, schrijven – allemaal dingen die je eerst niet kon. Soms met vallen en opstaan, maar meestal zonder op te geven. Als we ouder worden, stoppen we onszelf ineens in allerlei hokjes. 'Dit kan ik; dat kan ik niet. Dit ben ik en dat ben ik niet.' We blijven hangen in wat veilig en vertrouwd voelt, omdat het zo ongemakkelijk voelt weer een beginner te zijn.

Maar hier op het Indiase platteland werkt dat niet zo. Je belt niet zomaar iemand op om iets voor je op te lossen.

Mensen komen niet opdagen, doen vaak halfbakken werk of vragen drie keer de prijs en verdwijnen voordat je doorhebt dat de klus nog steeds niet af is. Dus ben ik genoodzaakt onafhankelijk te zijn. Voor ik het wist leerde ik zwerfhondjes vaccineren, maaide ik gras met een kapmes en mixte ik beton om mijn eigen stoep te leggen. En nu sta ik dus op het punt een boom in te klimmen – om peper te plukken. Wie had dat ooit gedacht?

Het doet me denken aan Pippi Langkous en haar beroemde uitspraak: 'Ik heb het nog nooit gedaan, dus ik denk dat ik het wel kan.' Simpel, maar zo waar! Elke keer dat ik iets nieuws probeer, beseft ik telkens weer hoe leuk het eigenlijk is. In het begin twijfel je en vraag je je af waar je in hemelsnaam aan begonnen bent! Maar meestal blijkt de klus uiteindelijk minder moeilijk dan gedacht. En hoe bevredigend is het niet als het je toch maar lukt. Al gaat het dan om peperplukken zonder uit een peperboom te lazeren.

Voorzichtig klim ik omhoog. De ladder voelt steviger dan verwacht – de peperboer heeft hem voor mijn gemoedsrust met een touw vastgebonden. En het werk blijkt verrassend leuk. Plukken, verzamelen – volgende tak. Ondertussen heb ik een prachtig uitzicht over de tuin en de heuvels in de verte. Misschien speelt het leven hier in India zich niet altijd binnen mijn comfortzone af, maar saai is het in ieder geval niet.

Elske Huising

Een kort verhaal **Erop of eronder (21)**

Wil Uitgeest laat mensen aan het woord over een gebeurtenis die hun leven op zijn kop dreigde te zetten – maar die door een verrassende daad, ingeving of gebeuren een positieve wending krijgt – waarvan ze zelf zeggen: 'Het was erop of eronder!'

Ze zegt: 'Ik denk dat ik dat soort verhalen zo leuk vind omdat daarin iets gebeurt wat niet het gevolg is van oorzaken die je al kent. Het is meer een inslag uit een andere dimensie – die alles overhoop kan gooien en een reservoir aan nieuwe mogelijkheden en nieuwe perspectieven opent.'

Mary Noothoven van Goor: Weerzien, 1975



Mark en zijn moeder Mary, Zomerdijkstraat



Het boodschappenbriefje

E

Een speciale aflevering van Erop of eronder. Elders in dit tijdschrift interviewt Wil Uitgeest haar voormalige docent Kunstbeschouwing Mark Mastenbroek. Hieronder doet deze zelfde Mark Mastenbroek hoogstpersoonlijk verslag van hét grote Erop-of-Eronder-moment uit zijn leven. Of liever gezegd: vóór het begin van zijn leven. Een dubbeltje op zijn kant of hij was er nooit geweest. Hoe het zat? Daarvoor moeten we terug naar 1951, het jaar dat Marks moeder, Mary Noothoven van Goor, te weten kwam hoe dicht ze met Mark in haar buik in 1944 bij de afgrond was geweest.

1951. De loodgrijze regen zorgde, hoewel fijn van druppel, dat je reeds na enkele passen tot op het bot doorweekt raakte. De Amsterdamse Zomerdijkstraat beneden was dan ook akelig verlaten. De stemming was loom. We woonden op de hoogste verdieping van het zogenaamde artiestenblok, een voor die tijd vernieuwend pand met aan de noordzijde ateliers. Omdat de omringende woonblokken lager waren, keken wij ruimschoots uit over de platte daken naar de Amstel en het grasland waar kletsnatte pony's graasden.

Mary, mijn moeder, deed iets in haar atelier, ik zat in mijn kamertje op de vensterbank. Jaap, mijn vader, werkte als jurist op het kantoor van de Ziekenfondsraad waar hij handelingen verrichtte waar Mary en ik niets van begrepen.

Uit het niets werd er aangebeld. Vreemd, want op het trottoir beneden had ik niemand zien aankomen. Ik hoorde Mary het trapje van het atelier oplopen en naar ons piepleine keukentje gaan. Dat betekende dat zij het tuimelraam van de keuken moest openduwen en haar bovenlichaam een stuk naar buiten moest buigen om te zien wie daar stond.

We verwachtten niemand, maar tegelijkertijd was dat ook niet ongewoon. Niemand in het blok had toen nog een telefoon. Wanneer er echt dringend naar ons gebeld moest worden, diende men het nummer te draaien van de



fietsenmaker aan de overkant, waarna deze hinkend (hij had een enigszins piepend kunstbeen) uit zijn duistere nering tevoorschijn kwam en naar boven schreeuwde. Wie ons spontaan wilde bezoeken moest op goed geluk aanbellen.

Beneden stond Laurens Bleeker. Wie? We wisten nauwelijks nog wie dat was. Ik had hem enkele jaren daarvoor vluchtig gezien toen Mary en ik op een zonnige dag een kort bezoekje brachten aan zijn woning aan de Keizersgracht. Ik had bij die gelegenheid voornamelijk uit het raam gehangen om te kijken naar het verkeer dat schuin onder mij door de Leidsestraat trok.'

Michaël en de draak

'Mary drukte op de knop die beneden de deur met een navrante zoemtoon opende. De gast moest vervolgens 73 treden beklimmen. In dit geval duurde het best lang voor een vale, in een grijze regenjas gehulde, nog nadruipende heer met een groot kalend hoofd in ons gangetje verscheen.

Laurens Bleeker was kunstschilder en glazenier. Een bekend werk van zijn hand was een glas-in-loodraam met de voorstelling van Michaël die de draak verslaat. In 1942 geplaatst in een groot katholiek gebouwencomplex in Sint Michielsgestel. De draak stond volgens Bleeker symbool voor Nazi-Duitsland. Volgens het Bijbelboek Openbaring was het een draak die Maria met haar ongeboren kind belaagde.

Overigens had Bleeker het katholicisme waarin hij was opgevoed halverwege de oorlog afgezworen. Hij was een prominent lid van het communistische verzet in Amsterdam geworden. Tijdens de tweede helft van de oorlogsjaren behoorde hij tot Mary's vriendenkring. Na de bevrijding had Mary hem, afgezien van dat ene bezoekje aan de Keizersgracht, nooit meer gezien. Het was aannemelijk dat het minimaliseren van hun relatie van Mary was uitgegaan. Het leek me niet onwaarschijnlijk dat Bleeker op meer toenadering had gehoopt.

Ondertussen – we zijn weer terug in 1951 – verdwenen Mary en Laurens Bleeker naar Mary's atelier en trok ik me terug op mijn uitzichtpost. Maar sneller dan ik verwacht had, vertrok onze gast weer. Er waarde een sluier van stilte om hem heen. Zijn voetstappen leken de vloer nauwelijks te raken.

Ditmaal zag ik hem wel over het trottoir beneden lopen. Hij liep langzaam, met gebogen hoofd en de regen liet hij zonder tegenmaatregelen over zijn schedel en regenjas vloeien. Mary kwam uit het atelier tevoorschijn en vanachter mijn raam keken wij samen de vertrekkende man na. 'Ach!' riep Mary uit, 'Ik heb hem niet eens een kopje koffie gegeven.' In haar stem klonk een

aanstormend schuld bewustzijn door.

Tijdens de jaren erna zou ik stukje bij beetje te horen krijgen wat Laurens Bleeker die dag in 1951 was komen doen.'

Verzetsgroep

'Zoals eerder gemeld maakte Laurens Bleeker deel uit van een communistische verzetsgroep. Eén deelnemer van die verzetsgroep werkte undercover in de postkamer van het hoofdkantoor van de SS. En in die functie kreeg hij op een zekere dag in 1944 een brief onder ogen. Een aan de SS gerichte brief waarin Bleeker werd verraden. De brief werd onderschept en vervolgens in de ijlings belegde vergadering van de verzetsgroep besproken. De dringende vraag luidde nu: wie is de schrijver?

Niemand had ook maar het flauwste vermoeden wie deze brief geschreven zou kunnen hebben. Maar de tijd drong, want de schrijver zou wellicht na enkele dagen argwaan krijgen en bij de SS informeren wat er met zijn brief was gedaan. De enig mogelijke strategie leek de groep het raadplegen van een helderziende. Nu, die kwam. Om zijn taak goed uit te voeren stelde deze voor dat Bleeker alle schilderijen in zijn atelier zou omkeren, zodat alleen de achterkanten van de doeken zichtbaar zouden zijn. Het schilderij dat hij vervolgens zou aanwijzen, zou het antwoord geven op de prangende vraag.

Zo gezegd, zo gedaan. De doeken stonden op de grond met hun afbeelding naar de muur gericht en dus niet zichtbaar voor de aanwezigen. De helderziende liep het atelier binnen en beende direct op een van de schilderijen af en wees dat zonder aarzeling aan. Het doek werd omgedraaid. Het bleek een door Laurens Bleeker gemaakt portret van Mary te zijn. Bleeker reageerde meteen: 'Dit kan niet waar zijn!' De helderziende: 'Geen twijfel mogelijk.'

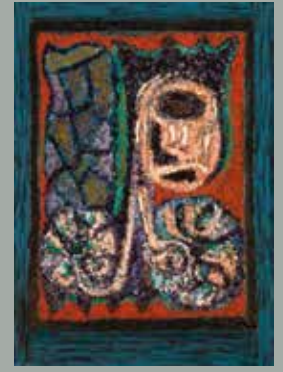
Voor de verzetsgroep was het evident dat Mary zou moeten worden geëxecuteerd, anders zou de hele groep eraan gaan. Bleeker bleef bij zijn oordeel. 'Dit kan niet waar zijn!' Daar kwam bij dat Mary zwanger was. Van mij! Die zwangerschap was uiteindelijk de reden dat de leden van de verzetsgroep mokkend instemden met een week respijt. Maar als de briefschrijver niet binnen een week gevonden zou zijn, zou Mary alsnog worden omgebracht.'

Boodschappen

'Het vinden van de ware briefschrijver leek onbegonnen werk. Nergens was ook maar enige aanwijzing te vinden, of klonk ook maar enig gerucht dat licht zou kunnen werpen op deze zaak. Uiteindelijk brak de laatste dag van



'Ach!' riep Mary uit, 'ik heb hem niet eens een kopje koffie aangeboden'



de week respijt aan. Op de ochtend van die laatste dag deed Bleeker zijn dagelijkse boodschappen.

Ik weet niet meer of hij toen een slagerij of een groentewinkel binnenliep. Maar wel dat hij, opmerkzaam als hij was, op de grond van de winkel een ietwat verpieterd boodschappenbriefje zag liggen. Hij raapte het op om het aan de winkelier te overhandigen, maar toen aarzelde hij. Want het handschrift kwam hem opeens bekend voor. Sommige letters eindigden in een uniek soort curve. Waar had hij dat eerder gezien?

In de onderschepte brief! Geen twijfel mogelijk. Hij liet het smoezelig geworden papiertje aan de winkelier zien en vroeg of hij wist bij wie dat boodschappenlijstje hoorde. Het bleek Bleekers eigen buurman te zijn – van wie hij het verraad wel het allerminst had verwacht. Nog dezelfde dag werd de briefschrijver geliquideerd. En was Mary gered. En kon ik geboren worden.'

Levensende

'Dit verhaal heb ik tijdens mijn leven uiteraard vele malen gehoord. Want Mary was er vol van. Eénmaal suggereerde ik dat die helderziende zich toch wel ernstig had vergist, met mogelijk fatale gevolgen. Mary zei peinzend dat dit toch niet helemaal juist was. Zij herinnerde zich opeens dat zij Bleeker ooit, tijdens een discussie over geloof en atheïsme, met veel emotie en overtuigingskracht had toegebeten dat zij hem wel zou kunnen vermoorden vanwege zijn cynische, van God losgeraakte communistische standpunt.

Laurens Bleeker zelf heeft zich hier naar Mary toe nooit op enige wijze over uitgelaten. Hij wilde op geen

enkele manier de indruk wekken dat hij toch maar haar leven en dat van haar kind gered had. Het hele verhaal vertelde hij haar ook pas in 1951.

Waarom toen alsnog? De reden dat hij na zo vele jaren in 1951 zo plotseling voor onze deur stond en alsnog openheid van zaken gaf, bleek samen te hangen met zijn toen naderende levenseinde. Hij had kanker. En zijn levensverwachting was geteld in dagen, hooguit weken.

Veel eerder dan verwacht werd er opnieuw aan onze benedendeur gebeld. Het was een bondgenoot en vriend van Laurens Bleeker. Bleeker, zo meldde de bezoeker, lag opgebaard in het Onze Lieve Vrouwe Gasthuis. Hij ging daarheen. Of Mary wellicht met hem meewilde. Mary was ontzet. Na Bleekers bezoek in 1951 had zij alsnog een gebaar van dankbaarheid, van verzoening, willen maken – maar daarmee was ze nu dus te laat.

En zo kwam het dat ik, achter in de auto van de vriend van Bleeker gezeten, buiten het ziekenhuis wachtte tot Mary en hij terugkwamen van hun bezoek aan de overledene. Eenmaal terug in de auto werd het ons eens te meer duidelijk hoezeer Laurens Bleeker zijn levensreddende actie nooit in zijn voordeel had benut. En voelde het des te schrijnender dat hij tijdens zijn laatste bezoek aan Mary nog geen kopje koffie had genoten voor hij in de dichte treurige regen naar de tramhalte in de Rijnstraat was gelopen.'

Dit verhaal is ontleend aan de gezamenlijke website van Mark Mastenbroek en Mary Noothoven van Goor: markmarkmast.nl, waar meer info is te vinden over beider leven en werk.



Aardstralen
Electrosmog
Telecom
Entiteiten

Hooijer Woonbiologie & Resonantie Techniek
T: 0342 41 38 48 www.hooijerwoonbiologie.nl




De Schoonheid van Water
GOLDFAN VAN DE TOEKOMST
GERARD DIERCKX

Het Mooiste Geschenk!
Over de werkelijke waarde van water.

Nu te bestellen voor € 46,80 via:
voor.nieuwwater.nl/486xxjW
met de kortingscode: VA

29 x 29 cm ~ 468 pagina's ~ 130 foto's en aquarellen

ANALEMMA
THE ARCHITECT OF LIFE

- MEER ENERGIE EN VITALITEIT
- RUSTIGERE HERSENGOLVEN
- JONGERE BIOLOGISCHE LEEFTIJD
- MEERDERE VOORDELEN VOOR PLANT & BODEM
- STRUCTUUR BLIJFT COHERENT, OOK BIJ EMF STRALING
- VERBETERING DARMGEZONDHEID
- LICHAAM & GEEST IN KALMERE STAAT

Geef drinkwater een vloeibare, kristallijne structuur en creëer balans, verjonging & vitaliteit

Verkrijgbaar op www.analemma-water.nl

Meer informatie? Scan de QR-code

INFORMATION MEDICINE®
HEALING FREQUENCIES

HET STREAMING PLATFORM MET ONLINE
GELUIDSTHERAPIE VOOR GEZONDHEID & VITALITEIT

- MENS
- DIER
- PLANT
- LEEFOMGEVING

De ruime keuze (>100 geluidsbestanden) biedt voor iedereen een passende combinatie. Preventief en ter ondersteuning bij klachten. Meer weten? informationmedicine.org

Weekend met Tanis Helliwell

Vrijdag 16 mei • Lezing en boekpresentatie *The dragon's Tale*

Weekend 17 en 18 mei • Workshop, waarin Tanis Helliwell haar ervaringen met en inzichten in hybride wezens en draken deelt

Lokatie • De Zendo in museumpark Oriëntalis, Heiliglandstichting (bij Nijmegen)

'The earth and the world are moving to a higher frequency and massive power and strength is moving from the universe to the earth to support this'

Info en opgave • tanishelliwell.com | myspiritualtransformation.com
| e-mail: itevantil@gmail.com

De Zesde Gathering

voor een wereld in resonantie met al Gaia's kostgangers in samenwerking met natuurwezens

19 – 26 juli op ECOlonie

'Er bestaat niets in de wereld, dat niet spreekt. Ieder ding, ieder wezen roept voortdurend haar aard, zijn karakter, haar geheimenis. Hoe meer het innerlijk zintuig open is, temeer het in staat is de stem van alles te horen.'

Hazrat Inayat Khan

Ben je nieuwgierig naar natuurwezens en hun betekenis voor ons dagelijkse leven? Kom naar de Gathering op ecolonie.eu Jij bent de schakel.



GAIA
COLLECTIEF
ECOLONIE

Inspirerende ontmoetingsplaats voor Aardbewoners Vogezen Frankrijk ecolonie.eu

Afgelopen jaar, 2024, overleed Estelle Leopold (op de foto hiernaast drie jaar) als laatste van de vijf nog in levende zijnde kinderen van de wereldvermaarde ecooloog Aldo Leopold – door velen beschouwd als de invloedrijkste natuurbeschermer van de 20^e eeuw. Al zijn vijf kinderen leverden hun eigen bijdrage als natuuronderzoeker. Maar hun vader deed dat al in een tijd dat 'natuur' nog gelijk werd gesteld met 'wildernis'. Een stervende wolf opende hem de ogen.

Aldo Leopold © didoleopold.org

Een fel groen vuur

Aldo Leopold (1887-1948) was een jonge, ambitieuze boswachter en ecooloog die een van de meest invloedrijke stemmen in de milieubeweging van de 20^e eeuw zou worden. Maar daar was aanvankelijk helemaal niets van te merken. Hij was een scherpschutter, die zowel met pijl en boog als met het geweer overweg kon en die was opgegroeid in de overtuiging dat het zijn plicht was zoveel mogelijk wolven en andere roofdieren te doden – omdat ze het vee van de boeren aanvielen en jacht maakten op wildsoorten als herten. En dat wild was er immers niet voor de wolven, maar voor de mens om op te jagen.

Roedel wolven

Op een dag leidde Leopold zijn bosbouwploueg op een missie nabij de grens van New Mexico en Arizona. Ze aten hun lunch op een hoge rots aan de rand van een dal waar een woeste rivier zich een weg door baande. Een ree doorwaadde de stroom, haar borst overspoeld met witschuimend water. Toen ze de oever op klom en haar staart uitschudde, beseften de toekijkende bosbouwers: dit was geen hert, maar een wolf!

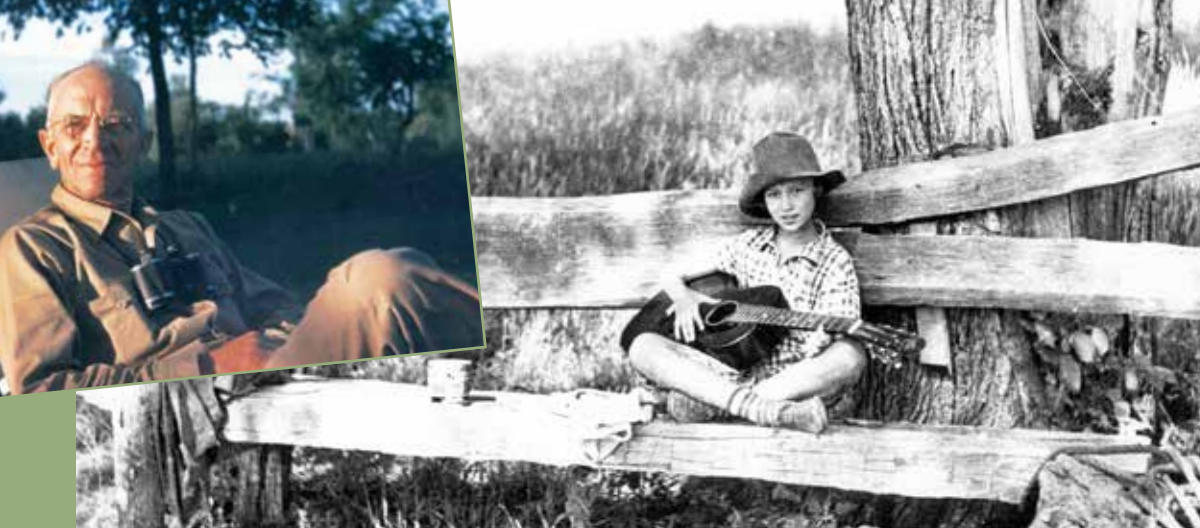
Plotseling sprongen uit de begroeiing een half dozijn volwassen wolven en welpen tevoorschijn die de nieuwkomer met kwispelende staarten en speelse aanvallen verwelkomden. Zomaar, in het midden van de open vlakte aan de voet van hun zitplaats, zagen ze een heuse roedel kronkelende, over elkaar heen tuimelende wolven!

Een buitenkans die ze onmiddellijk benutten: binnen een seconde richtten ze hun geweren en losten hun eerste schoten – gevolg gevend aan hun opwindning. Het bleek echter lastig om vanaf hun hoge rots naar beneden te schieten. Toen hun geweren leeg waren, was één volwassen wolf gevallen; haar gewonde welp probeerde nog weg te komen. De moeder snauwde en gromde toen Leopold naderbij kwam – ze wilde haar jong beschermen. Later zou Leopold hierover in zijn beroemd geworden boek *A Sand County Almanac* het volgende schrijven:

*We bereikten de oude wolf nog op tijd om een fel groen vuur in haar ogen te zien doven. Ik realiseerde me toen, en weet sindsdien, dat ik in die ogen iets nieuws ontmoette — iets waar alleen de wolf en de berg van wisten. Ik was toen jong; jagen was mijn lust en mijn leven. In mijn ogen stond 'minder wolven' gelijk aan 'meer herten', en 'geen wolven' betekende een jagersparadijs. Maar nadat ik het groene vuur in de ogen van de stervende wolf had zien doven, voelde ik dat noch de wolf noch de berg het met dit standpunt eens waren.**

Flits van inzicht

De overtuigingen die Leopold van huis uit had meege-



Estella Leopold in 1936 © aldoleopold.org



kregen, waren een ‘bril’ geworden waardoor hij de wereld bekeek. Wat in die overtuiging paste, kwam scherp in beeld, terwijl andere aspecten uit het gezicht verdwenen. Het groene uitdovende vuur in de ogen van de stervende wolf sloeg hem als het ware de bril van zijn hoofd. Een nieuwe, overrompelende ervaring die hem deed inzien dat het landschap en alle leven daarin een onuitsprekelijk diepe betekenis hebben, die aan henzelf toebehoort en niet aan de mens met zijn belangen.



Na deze ‘flits van inzicht’ kwam Leopold terug in zijn gewone leven; maar daarin was voor dit inzicht aanvankelijk geen plaats. Het stond volkomen haaks op de opvattingen en gewoonten die hij zich daarvoor in zijn leven had eigengemaakt. Het zou jaren duren voordat de ervaring met de stervende wolf de koers van zijn leven zou gaan bepalen.

Uiteindelijk begon Leopold het destijds zeer impopulaire idee te promoten dat roofdieren belangrijk zijn voor onze ecosystemen. Zelf was hij het verband gaan zien tussen het uitroeien van roofdieren en de massale verhoging van hertenkuddes.

*Ik heb gezien hoe in de VS staat na staat zijn wolven uitroeide. Ik heb in het gezicht van menige wolf-loze berg gekeken en de hellingen op het zuiden zien verrimpelen door een doolhof van nieuwe hertenpaden. Ik heb herten elke eetbare struik en zaailing afzien grazen. Elke eetbare boom werd door hen ontbladerd. Zo'n berg ziet eruit alsof iemand God een nieuwe snoeischaar heeft gegeven. Uiteindelijk lagen de bleke, uitgehongerde botten van de hertenkuddes, samen met de takken van de dode salie, te vergaan onder de hoog gerande jeneverbessen.**

Onwetendheid

Aldo Leopold ontdekte de complexiteit van ecosystemen, en de ongelooflijke wijsheid die hierin werkzaam is. Juist door zijn eigen onderzoek op dit gebied besefte hij hoe

weinig wij als mensheid eigenlijk van dit alles weten. Het summum van onwetendheid vond hij de mens die meende te kunnen zeggen dat een bepaalde plant of dier ‘geen nut heeft’. Als alle levende organismen in een ecosysteem in de loop van duizenden eeuwen iets hebben gecreëerd wat wij niet kunnen doorzien, zei hij, getuigt het van grote botheid om ‘storende of nutteloze onderdelen’ uit te willen roeien.

In 1933 werd hij aangesteld als professor Jachtbeheer aan de Universiteit van Wisconsin. Terugblikkend op zijn tijd in New Mexico verwoordde Leopold zijn nieuwe visie toen stoutmoedig: *We misbruiken land omdat we het beschouwen als handelswaar dat van ons is. Wanneer we land zien als een gemeenschap waartoe we behoren, kunnen we het met liefde en respect gaan gebruiken.*

Miljoenen lezers

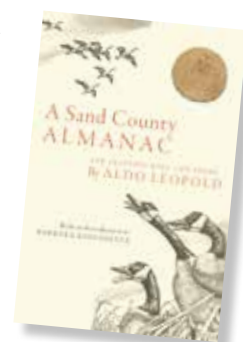
Tijdens zijn leven voerde Leopold verschillende campagnes voor natuurbehoud, waaronder zijn pogingen om het Gila Wilderness-gebied in New Mexico te behouden. Jaren na zijn dood werd het ruigste, wildste deel van dit gebied, tweehonderdduizend hectare groot, in 1980 aangewezen als het allereerste beschermde wildernisgebied in de hele VS.

Leopolds boek *A Sand County Almanac* waaruit ik citeerde is een diepe meditatie over de relatie tussen mens en natuur. Een boek dat in de afgelopen 75 jaar miljoenen lezers over de hele wereld heeft geïnspireerd. Mede daardoor heeft Leopold een grote invloed gehad op de moderne milieubeweging. Tot slot nog een passage uit dit fantastische werk:

*Het lied van de wateren hoort ieder oor; maar er is andere muziek in deze heuvels die zeker niet voor iedereen hoorbaar is. Ga op een stille nacht, wanneer het kampvuur laag is en de sterren van de Pleiaden over de rotsen zijn geklommen, rustig zitten luisteren; denk na over alles wat je hebt gezien en probeer te begrijpen. Dan hoor je het misschien: een enorme, pulserende harmonie – haar partituur staat in duizend heuvels geschreven, haar noten zijn het leven en sterven van planten en dieren, haar ritmes overspannen de seconden en de eeuwen.**

Wil Uitgeest

Citaten uit: Aldo Leopold: *A Sand County Almanac* | Oxford University Press | 1989 | Een geliefde verzameling poëtische en filosofische essays, vertaald in veertien talen. Verkrijgbaar via: aldoleopold.org





TONZON VLOERISOLATIE

Comfortabel, energiezuinig en allergeenarm wonen?

Heel betaalbaar: vloerisolatie met subsidie

Wil je de energie-efficiëntie van je woning verbeteren? Vloerisolatie is de slimme én betaalbare stap! Door driekamer Thermoskussens en bodemfolie aan te brengen, verlaag je niet alleen je stookkosten, maar verhoog je ook het wooncomfort.

De richtprijzen voor deze dubbele aanpak variëren, afhankelijk van jouw situatie, zoals de hoogte van de kruipruimte of extra benodigde noppenfolie. Maar vergeet niet: als je meerdere isolatiemaatregelen neemt, heb je recht op subsidie! Dit kan je totale kosten aanzienlijk verlagen.

Richtprijzen voor Vloerisolatie			
Oppervlak	Bruto	Subsidie*	Netto
40 m ²	€1.800,-	€ 440,-	€ 1.360,-
60 m ²	€2.495,-	€ 660,-	€ 1.835
120 m ²	€4.950,-	€ 1.320,-	€ 3.630,-

Kies je alleen voor vloerisolatie? Dan ontvang je slechts de helft van het subsidiebedrag. Maak gebruik van deze kans om zowel je energiekosten als je ecologische voetafdruk te verkleinen.

Daarnaast bieden veel gemeenten extra subsidies aan voor woningisolatie. Bekijk dus ook de website van jouw gemeente.

De meest mens- en milieuvriendelijke vloerisolatie

TONZON Vloerisolatie is opvouwbaar en past door elk kruipruimteluik, zonder vrachtwagen voor transport. Met minimaal grondstof- en energieverbruik behaal je maximaal resultaat. Volgens Milieu Centraal bespaar je 40 tot 400 keer de energie die nodig is voor isolatiemateriaal. Bij TONZON is dat zelfs 6.500 keer. De CO₂-uitstoot is minimaal, en het isolatiemateriaal bevat geen stof, vezels of giftige gassen, zodat jij gewoon thuis kunt blijven tijdens de montage.

Dubbele aanpak, isoleren en een drogere kruipruimte

Veel kruipruimtes zijn vochtig of nat. Daarom wordt in combinatie met de Thermoskussens een stevig zeil op de bodem van de kruipruimte gelegd. Deze bodemfolie stopt de verdamping van vocht uit de kruipruimtebodem. Dit betekent minder vocht in de woning en een optimale werking van de Thermoskussens. Daarnaast zullen leidingen en ophangbeugels veel langer meegaan.

Schimmels, zilvervisjes en huisstofmijten hebben een grote hekel aan TONZON Vloerisolatie

Wist je dat TONZON Vloerisolatie deze ongewenste gasten de deur wijst? Onze isolatie houdt je vloer warmer en droger, waardoor het een onleefbare omgeving wordt voor huisstofmijten.

Creëer een gezonder binnenklimaat, verbeter je luchtkwaliteit en verminder allergieën. Kijk voor meer informatie op www.tonzon.nl/vochtproblemen



Vergelijking milieukosten bij R = 5,0 m²K/W

- **TONZON Thermoskussens: Laagste milieukosten.**
- **Vlaswol: 3,5 keer meer milieukosten.**
- **Glaswol: 15 keer meer milieukosten.**
- **EPS (polystyreen): 18 keer meer milieukosten.**
- **Gespoten PUR-schuim: 48 keer meer milieukosten**

Een andere techniek met een beter effect

TONZON Vloerisolatie met Thermoskussens is gebaseerd op andere natuurkundige principes en isoleert effectiever dan andere vloerisolaties. Door de Thermoskussens wordt de vloer sneller warm en houdt de vloer de warmte langer vast. De vloer wordt zelfs warmer dan de luchtlaag vlak boven de vloer. Met het vierkamer Thermoskussen bereik je zelfs een $R_c > 7$ m²K/W. Bij niet-geïsoleerde vloeren met vloerverwarming kan de besparing zelfs oplopen tot 18 m³ gas/m².

Meer informatie over vloerisolatie?
Scan de QR-code of kijk op
www.tonzon.nl

