

MIJMERINGEN

Mijn Mijmering gaat dit keer over de noodzaak om het donker te erkennen, wat dat van ons vraagt én wat eraan voorafgaat.

Het Donker in het Licht brengen

Twee opstellingen die me raakten de afgelopen periode lieten enig licht schijnen op de vraag hoe je te verhouden tot zoveel hartverscheurende donkerte in de wereld. Zoveel 'daders' en zoveel 'slachtoffers'. Hoe vind je steeds weer je vertrouwen terug in het leven en blijf je in contact met je verlangen naar liefde, verbondenheid en schoonheid?

Wat vraagt het van ons nu we het nieuws vaak niet meer kunnen aanzien en de media juist aanhoudend deze berichten selecteren om onze aandacht te vragen?

Om niet te verdwalen in die al te grote vragen ga ik terug naar wat de opstellingen afgelopen maanden lieten zien. Zij werpen immers licht op de onzichtbare wereld en tonen zo de onderliggende dynamiek van wat erboven in de zichtbare wereld speelt. Daarmee wordt een sprankje zichtbaar van de beweging van de ziel en waar die naar toe beweegt.



In beide opstellingen werd door de representant die de Dader/Macht representeerde heel indringend gevraagd om erkend en gezien te worden. De slachtoffers in de opstelling konden dat aanvankelijk niet. Het is iets waartoe we ook meestal niet in staat zijn door onze eigen nood én/of onze veroordeling van de daders.

In de ene opstelling stelde ik een representant op voor datgene wat de deelnemster belemmerde in haar verlangen vrij haar stem te gebruiken. Het bleek uiteindelijk de dader te zijn die haar in haar kindertijd misbruikte. Hij nam een plek in tussen haar en haar verlangen. Toen ik hem vroeg wat of wie hij representeerde zei hij heel duidelijk: 'Ik ben wel iemand'.

Hoe ze ook probeerde naar haar verlangen te kijken, de dader kroop ertussen en trachtte haar blik te vangen. Pas toen zij zich als een klein kind begon te voelen werd duidelijk waar de opstelling over ging. Toen ik vroeg: 'Wat zie je? Wie is dat?', drong tot haar door wie daar stond. Zij was geschokt omdat ze in de veronderstelling leefde dit trauma helemaal verwerkt te hebben. In de therapie-sessies van jaren geleden ging terecht de aandacht als eerste naar haar eigen beleving en pijn. De stap van het erkennen van de dader en hem in de ogen kijken was niet gemaakt en bleek essentieel.

Dit bracht me bij de vraag: Waarom is erkennen zo belangrijk?

Voor mij geldt: Als ik iets erken, ga ik het pas leren kennen. Het leren kennen zal me helpen het ook eerder te herkennen als ik er mee te maken heb. Een mooi vertrek punt om me er in de toekomst beter toe te kunnen verhouden.

Het was ook essentieel voor de Dader-representant die niet uit zijn rol kon komen. Zijn boodschap 'Ik wil alleen maar gezien worden', moest eerst echt overkomen. Pas toen de deelnemster echt kon kijken én hem erkennen kon hij zijn rol loslaten. Verwerken van de eigen pijn is voor het slachtoffer

stap één. De dader erkennen en in de ogen kijken is de noodzakelijk tweede wil het veld tot rust komen.



In de andere opstelling bleek dat de volwassen kinderen elkaar pijnlijk waren kwijtgeraakt na de dood van hun vader. In de opstelling zagen we hoe de kinderen door de ruimte doolden. Toen ik blind een representant uitnodigde voor de Oorzaak begon de representant van de vader direct zijn kinderen te beschermen tegen deze representant. De Oorzaak zei: 'Ik ben iets abstracts,

een Macht'. Soms is dat een ideologie, een kerk, een instituut.

Met beide handen gestrekt hield de vader zoveel mogelijk die Macht buiten het veld van zijn kinderen. Dat heeft hij bij leven gedaan maar toen hij stierf viel dat weg en raakten de kinderen elkaar kwijt. Toen ik ze vroeg naar de Oorzaak/Macht te kijken werden ze steeds rustiger en gingen zelfs naast elkaar staan.

In beide opstellingen gaf de representant van de Macht of de Dader aan alleen maar erkend en gezien te willen worden. Meer niet.

Dit bracht me bij de vraag: Waarom is erkennen zo belangrijk?

Voor mij geldt: Als ik iets erken, ga ik het pas leren kennen. Het leren kennen zal me helpen het ook eerder te herkennen als ik er mee te maken heb. Een mooi vertrek punt om me er in de toekomst beter toe te kunnen verhouden.

Zo kunnen opstellingen onze eigen onmacht en verborgen dynamieken verhelderen en een toegang bieden tot de onzichtbare spirituele wereld. Ze dragen eraan bij om wat in het donker ligt en onzichtbaar was, zichtbaar te maken. Een kiertje licht kan genoeg zijn om in het donker te kunnen waarnemen en rust te brengen. 'Om het licht zo helder te doen schijnen moet de duisternis aanwezig zijn' zei Bacon.

Ik hoop dat in 2025 met toewijding en ontzag voor de ontwikkelingen binnen de wetenschap én de opstellingenwereld de onzichtbare wereld steeds meer zichtbaar wordt. Zó dat ze ons inspireert en ondersteunt in moeiteloos handelen en daarmee bijdraagt aan vrede.

Inge Land