

De krachten van het westen in het medicijnwiel

Wie kent niet de omarming van de wc-pot na een avond flink doorzakken en het gevoel, laat mij hier maar liggen? En precies op die plek lag ik toen ik mijn eerste stappen zette in het westen. Het westen in het medicijnwiel is het pad van de heilige krijger. Het is de hoek waar je komt te sterven. Het sterven van je ego of van dat waaraan je denkt te moeten voldoen. Het westen is de volwassenheid. Het is de richting waar de zon ondergaat, de regens groei brengen en de avond rust. Wie vanuit het zuiden naar het westen reist komt aan bij zijn of haar innerlijke kracht.

Op het geestelijke pad van het westen liggen volgens de inzichten van Sunbear de stenen levenservaring, inkeer en kracht. Het is de richting waar het leven zich samenbundelt, waar je je wonden die je hebt opgelopen makkelijk kunt bedekken onder de drukte van het leven, maar waar onherroepelijk de behoefte wordt gevoeld te kijken naar je leven en hoe je die wonden hebt opgelopen. Het westen is ook de richting van het oogsten en van het genieten van wat je tot nu toe hebt bereikt.

Macht

In het oosten is er de mogelijkheid om steeds opnieuw te beginnen, het zuiden de richting van het creëren, het zijn en geven vanuit je hart. Het westen is de richting van kracht en het uitoefenen van macht. Het is de meest confronterende richting, waar je uitgedaagd wordt misbruik of gebruik van die macht te maken. En veel mensen kunnen de verleiding niet weerstaan er misbruik van te maken. Wie denkt dat macht iets is dat niet bij hem of haar hoort of er niet over beschikt, die heeft het mis. Iedereen is beschikt over macht, heeft kracht en is in staat die macht te gebruiken – en doet dat ook. Soms zit die macht verscholen in onbeholpen zijn of slachtoffer zijn. Vaker zie je het in de vorm van jezelf veel aanzien geven zodat anderen denken dat je machtig bent. En die vorm wordt eindeloos herhaald, nagedaan, geïmiteerd, gekocht en heeft vele, vele gezichten. Dit gezicht in de spiegel aankijken is het moeilijkste wat er is, omdat je weet dat jouw aanzien, jouw slachtofferschap altijd ten kosten gaat van iets of iemand anders en je misbruik maakt van hetgeen je is toevertrouwd. En ook al is dit de manier waarop we in onze cultuur (het westen) met elkaar en met wat ons is toevertrouwd omgaan, dat maakt niet dat je daardoor minder misbruik maakt van je leven. Want afgezien van wat je de ander aandoet, doe je vooral jezelf iets aan.

Innerlijke kracht

In het westen loop je tegen de crisis aan die jezelf hebt veroorzaakt en dat noem je dan een mid-life-crisis. Of je durft op een ochtend toch in de spiegel naar jezelf te kijken en je stelt die ene onvermijdelijke vraag die al jaren op je lippen brandt: is dit alles wat er is? En als je daar zelf het antwoord op hebt gegeven, stort je in elkaar. De dokter vertelt je vervolgens dat je een burn-out hebt. En dit is een heilig en mooi moment. Dit moment moet je in je hart sluiten, want hier liggen grote kansen om het vanaf dat moment helemaal anders te gaan doen. Hier kun je genezen van het misbruik maken van je macht. Hier kun je je terugtrekken om diep in jezelf het gevoel van kracht te hervinden. Niet de kracht waarvan je 'denkt' dat het kracht is en gerelateerd aan wat reclamejongens en -meisjes zeggen wat het is, maar je innerlijke kracht. De kracht van het open hart. Het is het ontdekken van de onbevreesdheid van de krijger(ster), die leeft vanuit de

zachtheid van het menselijk hart. Dat is ware kracht. Als je in het zuiden hebt geleerd te geven vanuit je hart, dan leert het westen je dat met een grote innerlijke kracht te doen.

Wij leven in een wereld en cultuur waar we de lessen van het westen hebben omgedraaid. Het is een cultuur dat kinderen al vroeg leert hoe je kunt manipuleren door je kracht te misbruiken en dat het ook geoorloofd is dat te doen. Want ze zien het ouders doen, leraren doen en hun klasgenoten doen. En vooral leren ze het van televisie, waar iedereen het doet. Leven vanuit een open hart, je kwetsbaar kunnen opstellen, je zwakke kanten durven laten zien, liefdevol zijn; het zijn kwaliteiten die zwak worden gevonden. Maar op deze manier in deze wereld staan is zeer krachtig. En iedereen weet dat, omdat het van binnenuit komt en niet vanwege je zescilinder auto, je huis, je baan, je kinderen, je kleding of wat dan ook.

Verandering

En daar lag ik dan. Meer dood dan levend. De hele wc zat onder en verwonderd vroeg ik me af waar het allemaal vandaag was gekomen. Zoveel had ik nu ook weer niet gedronken. Maar ik wist allang wat het was. Ik wilde alleen niet zien dat het bloed was. Dat ik een vet probleem met mijn maag had, wat ik jaren en jaren had genegeerd. In zoverre je maagpijn kunt negeren natuurlijk. Ik was al begonnen met heel voorzichtig mijn hart te openen en daarmee ook lucht te geven aan het fysieke probleem van mijn maag. Een dikke sigaar en twee of drie glazen wijn waren voldoende om dit proces wat te versnellen en ik me in mijn mid-life-crisis kon storten. Jarenlang alles inslikken, alles perfect willen doen omdat je anders denkt niet goed genoeg te worden gevonden, veel doen waarvan je weet dat het tegen je natuur is, maar vooral niet willen kijken naar het uitstellen van destructief gedrag en misbruik maken van anderen hun zorg. Ik maakte misbruik van situaties waarvan ik wist dat het me niet hielp en ging er toch mee door. Ik deed het uit angst alles te verliezen en uit angst voor een diepere hartsverbinding. Die alle twee tegelijk. De angst die als een vernislaag om mij heen zat en waarvan ik wist dat daaronder verdriet zat, er tranen zaten die niet mochten komen. Liever slikte ik het weg. Mij zouden ze niet zwak zien. Ik zou niemand laten zien dat ik pijn had van wat ik mezelf en anderen aandeed, iedere keer als ik nee zei tegen mijn hogere zelf die wilde leven en doorgaan met groeien.

Ik wist dat als ik zou blijven liggen in die wc, ik dood zou gaan. En even leek me dat een prima oplossing. Maar ik wist ook dat dit moment veel meer betekende dan alleen maar doodgaan. Dit was doodgaan en weer opstaan. Doodgaan en opnieuw beginnen. Ik wist dat dit een glorieus moment was. Dat ik heel veel licht zag in dat moment van weten dat ik niet dood zou gaan, maar zou opstaan en proberen iets moois van mijn leven te maken. Ik heb de dood wel de kans gegeven me te halen. Zo goed en zo kwaad als het ging ruimde ik de boel op, belde niemand en ging naar bed. Als ik de andere morgen weer wakker zou worden, zou ik er niet meer aan ontkomen. Dan zou mijn leven definitief zijn veranderd. Ho.

Jos Kester
www.spiritcompany.org

Bronnen:
Dancing the Wheel, Sun Bear en anderen
Roy I. Wilson, Indiaanse medicijnwielen
Teachings from Black Bear

