



Ik sta stil en keer om,
keer duizend jaar zwaar gewicht om
naar de wachtende vrouw

nu volledig gekeerd zet ik één stap vooruit,
en nóg een, vervolgens nóg een,
ik loop op haar af
naar haar die ik ben
en nog niet ben.

RHETT KELLY

Nike of Samothrace

VROUWELIJK LEIDERSCHAP

DE TERUGKEER VAN DE VERLOREN GODIN

Als we stilstaan, ons omkeren en vierduizend jaar teruglopen in de tijd, en als we dan vanaf daar langzaam onze huidige tijd weer tegemoet gaan, dan verdwijnt ze stap voor stap steeds verder naar de achtergrond, tot ze zelfs helemaal verdwijnt. Ze, dat is de godin in de vorm van de Grote Moeder-godin, de Soemerische godin Innana en de Griekse godinnen die daarop volgden. Met haar verdwijnen kwam ook de positie van de vrouw steeds verder in het nauw. Natuurlijk hebben we de afgelopen eeuw behoorlijk wat ingehaald. Als het gaat om gelijkheid tussen mannen en vrouwen, dan zijn we steeds gelijk(er) geworden, ook al is er nog steeds ruimte voor verbetering. Vrouwen zijn steeds beter opgeleid, zijn gaan werken en nemen vaker leiderschapsposities in. Als we kijken naar leiderschap, dan hebben vrouwen zichzelf verstevigd binnen een mannelijk leiderschapsparadigma. We zijn onze hersenen in gaan zetten, hebben onszelf verbaal versterkt en zijn veel op voorwaartse kracht gaan doen. Maar we zijn, zoals Kaouthar Darmoni het uitdrukt, vergeten plek in te nemen met ons bekken, bang om als seksueel lustobject te worden behandeld. Daarmee vergaten we de wijsheid en kracht van ons lichaam, onze intuïtie en het scheppende vrouwelijke. In dit artikel blikken we achterom, om te weten waar we haar kwijt zijn geraakt, om haar vervolgens al dansend weer op te halen en haar zo te integreren in onszelf. Een andere blik op vrouwelijk leiderschap in een tweeluik: de verdwijning en terugkeer van de verloren godin.

HOE DE GODIN VERDWEEN: UIT HET LIJF NAAR HET HOOFD

TEKST: SANDRA VAN DER MAAREL

Het moet een jaar of vier geleden zijn geweest dat ik, genesteld op de bank in mijn nieuwe huis, de film *Agora* heb gezien. Ik bevond me midden in mijn eigen proces, waarin ik mezelf als vrouw opnieuw op te halen en ontdekken had. Achter mij het gewicht van generaties vrouwen die door de oorlog zwaar zijn belast. Vrouwen wier verhalen ik, mede geïnspireerd door Phoenix, opnieuw op ben gaan halen en in een ander daglicht ben gaan plaatsen. Het was een intense tijd, waarin ik het ene na het andere boek over een paar duizend jaar 'zwaar gewicht' met een grote gulzigheid en niet te stillen honger verslond. Boeken met titels als *Jezus en de verloren Godin*, *The Alphabet versus the Goddess*, *De bijbel als mythe*, *Schatgraven in Nag Hammadi* en *Hart voor de Wereld* vertelden me over de ontstaansgeschiedenis van het christendom, de mystieke stromingen die langzaam het onderspit moesten delven, over de godin die verdween en de desastreuze gevolgen voor de positie van de vrouw. Ik herinner me hoe ik bij de Albert Heijn rondliep en wel uit kon schreeuwen: 'Heeft dan echt niemand op zitten te letten?' Midden in deze periode kijk ik ook naar de film over het waargebeurde verhaal van Hypatia. Ze is het hoofd van de Platonistische School in het Alexandrië van de 4de eeuw na Chr., waar ze wiskunde en filosofie doceert. Ze is beroemd om haar schoonheid en kennis, maar niet tot ieders genoegen. In 415 wordt ze door een menigte christenen op brute wijze vermoord. Haar wetenschappelijke houding zou te werelds en vooruitstrevend zijn geweest. Stille, trage tranen lopen in een ononderbroken stroom over m'n wangen, komend uit een diep weten dat ergens heeft liggen slapen.

In haar boek *Hart voor de Wereld* neemt Anodea Judith je nog veel en veel verder mee terug in de tijd, naar een periode ver voor de jaartelling, die ze omschrijft als 'het rijk van de moeder'. Het is de tijd van de Grote Moedergodin, 'de Moeder als leefomgeving', een periode die ze **statisch vrouwelijk** noemt. Statisch omdat het een gesloten cirkel is, kenmerkend voor de cyclus van de vrouw, de seizoenen, de oorspronkelijke eenheid zonder begin en zonder einde, leven schenkend en leven gevend, onveranderlijk. De artistieke afbeeldingen uit deze tijd zijn de volumineuze zwangere vrouwen die de aanbidding van het wonder van

het leven laten zien. Het is een stabiele en lange periode zonder veel ruimte voor expressie, creativiteit of expansie. Daar begint zo'n 750 jaar voor Chr. verandering in te komen door een meer naar buiten en op macht gerichte dynamiek. Het is de periode van het doelgericht initiatief. Als mensheid maken we grote sprongen in ons bewustzijn door de komst van het schrift en de rekenkunde. Het ambacht doet zijn intrede. Waren vrouwen de vertegenwoordigers van de natuurlijke orde, mannen worden dit binnen de nieuwe sociale orde die ontstaat. Het is de periode die Judith omschrijft als **dynamisch mannelijk**. De grote economische sprongen die gemaakt worden zijn direct gekoppeld aan militaire veroveringen, die gepaard gaan met onderwerping, slavernij en vrouwen als oorlogsbuit.

Om macht te behouden worden steeds meer wetten opgelegd die de orde moeten handhaven, waardoor het dynamische ook meer en meer uitgroeit tot een statische werkelijkheid. Vrouwen verdwijnen verder naar de achtergrond: 'In de loop der tijd konden ook gewone mensen en buitenlanders het burgerschap verkrijgen, en zelfs geëmancipeerde slaven, maar vrouwen nooit.'

We maken een grote groei door in kennis van de geneeskunde, geschiedenis, de meetkunde, de natuurwetenschap, de retorica en de filosofie. De rationele geest van de mensheid ontwaakt verder. Het zijn 'de hoogtijdagen van het redeneren en afstand nemen'. Judith omschrijft deze periode als **statisch mannelijk**. De orale, mystieke verhalen worden met de komst van de letter steeds meer letterlijk genomen. De spirituele weg wordt ten dienste gesteld aan het imperialisme en sporen van de mystieke stromingen zoals de gnostici, later teruggevonden bij onder andere Nag Hammadi, worden vernield, de volgelingen gedood. De godin en de vrouwelijke waarden worden verder onderdrukt.

'Writing, particularly alphabets, drove cultures toward left-brain thinking. This shift upset the balance between men and women, initiating the decline of the feminine, and also ushered in the reign of patriarchy and misogyny.'

LEONARD SHLAIN IN THE ALPHABET VERSUS THE GODDESS

Langzamerhand maakt eerbied voor de geboorte plaats voor angst voor de dood. We gaan de goden in de lucht aanbidden, 'wier macht onder dreiging van boze wraak door de hemelen donderde'. De volumineuze, zwangere vrouwelijke beeldjes worden uiteindelijk ingeruild voor het beeld van de stervende

man aan het kruis. De zonde doet haar intrede. Seksualiteit en het fysieke lichaam worden naar de schaduw verbannen. De schuld van seksueel verlangen rust zwaar op de schouders van vrouwen die gezien worden 'als poorten van de duivel'. Dieptepunt zijn de Inquisitie, die een waanzinnig aantal slachtoffers eist, en de verschijning van het boek *Malleus maleficarum* (De Heksenhamer, 1486). Vele vrouwen gaan als heks op de brandstapel. Met de komst van de Verlichting komt de nadruk verder te liggen op rationeel, empirisch onderzoek. De Industriële Revolutie brengt ons een enorme materiële en fysieke vooruitgang, maar versterkt tegelijkertijd onze mechanistische kijk op de wereld. Moeder Aarde verdwijnt verder naar de achtergrond.

'Rituelen of gebeden tot de godin waren nu een zonde geworden, die werd bestraft met de dood. Het archetype van het goddelijke vrouwelijke werd naar de onderwereld verwezen, samen met emoties, vrije wil en extatische spiritualiteit. De plek in het onderbewuste waar we deze gevoelens opsloegen, kon pas weer in de twintigste eeuw worden ontsloten, toen ze naar voren kwamen op de psycho-analytische sofa's van Sigmund Freud en Carl Jung.'

ANODEA JUDITH IN HART VOOR DE WERELD

Dichter bij huis, staande in het rijtje van de vrouwen die ons voorgingen, staan onze grootmoeders, die vanaf 1919 stemrecht kregen, en onze moeders, waarvan het merendeel stopte met werken zodra er kinderen kwamen en een enkeling een begin maakte met (parttime) werken. In de tijd van onze ouders en de periode van onze geboorten, opende zich ook een nieuwe tijdsperiode: die van de terugvordering van het lichaam. Het zijn de jaren zestig die een nieuwe blik doen werpen op seksualiteit, vrijheid, creativiteit en samenleven. De periode van het dynamisch vrouwelijke breekt langzaam aan.

'Een slimme meid is op haar toekomst voorbereid.'

POSTBUS 51 CAMPAGNE UIT BEGIN JAREN NEGENTIG

De strijd die we de laatste eeuw als vrouwen hebben geleverd was er vooral een van gelijkheid vanuit een genderperspectief: gelijke rechten, gelijke beloningen, gelijke kansen voor mannen en vrouwen. Afgelopen voorjaar nog werd de *gender equality index* gelanceerd die inzicht geeft in het aantal vrouwen in de top van grote ondernemingen. Vrouwen zijn massaal gaan werken, stonden hun mannetje en werden steeds gelijk binnen een masculien paradigma, met het glazen plafond als ogenschijnlijke grens. Er kwamen diversiteitsprogramma's voor vrouwen en speciale cursussen met titels als *Stratego voor vrouwen*, gericht op empowerment en het winnen aan zelfvertrouwen, overtuigingskracht, invloed en autoriteit. De focus kwam te liggen op een model van leiderschap dat vooral de mannelijke capaciteiten in mannen en vrouwen benadrukt om dingen snel te regelen, lineair, vanuit macht en competitie, met heldere doelen gericht op groei vanuit controle. We hebben enorme stappen gemaakt en er is ook een prijs. We zijn veel op kracht gaan doen. Veel vrouwen (en mannen) willen daar niet meer in mee of zwoegen door. Zoals een vriendin, partner bij een advocatenkantoor, laatst tegen me zei: 'Ik ben hersendoof, totaal moe, disconnected van mijn lichaam.' We zijn vergeten te luisteren naar onze intuïtie, gevoelens, het diepe weten van ons lichaam en hebben ons steeds verder afgesplitst van de relatie met het scheppende vrouwelijke. Het is tijd om ons dit opnieuw te herinneren en de godinnen op te halen, niet via nog meer verstandelijke kennis, maar via de wijsheid van ons lijf en zo plek in te gaan nemen met onze heupen. Om te leren over vrouwelijk leiderschap anno nu moeten we de dansvloer op in plaats van het klaslokaal in. Wat een enorm aantrekkelijk perspectief! 'Don't forget to smile!'

Onze geschiedenis zit in ons collectieve geheugen. De fasen van het statisch vrouwelijke, het dynamisch mannelijke, het statisch mannelijke en het dynamisch vrouwelijke die in *Hart voor de Wereld* worden gehanteerd om de evolutie van de mensheid te beschrijven, zijn gebaseerd op de archetypes van Carl Jung. De integratie van het mannelijke en het vrouwelijke archetype, animus en anima, in onszelf noemt hij het heilig huwelijk of de meesterproef. Het in-

sluiten van onze schaduwkant – alles wat we niet willen zijn of wat we vergeten zijn – gaat hieraan vooraf. Vrouwen worden uitgedaagd om de innerlijke man, de animus, te integreren. De metafoer is het zwaard dat gedragen wordt in het bekken. Als een vrouw dat niet aangaat, loopt ze risico dat ze dit deel van zichzelf uitbesteedt en te weinig staat voor haar eigen kwaliteiten of te veel op kracht doet. Ze leert haar innerlijke beslistheid te ontwikkelen in contact

met vrouwen. Voor mannen geldt het omgekeerde; een man die te weinig contact krijgt met zijn intuïtieve, spirituele kant, loopt risico dat hij de verbinding die hij ten diepste zoekt, misloopt. Mannen hebben hiervoor mannen nodig. Door het innerlijk heilige huwelijk aan te gaan kunnen we onze wonden helen, onszelf terugvinden en kan ons hart ontwaken. Pas dan ontstaat er een nieuw verhaal en breekt er een nieuwe periode aan: het **tijdperk van het hart**.

DE TERUGKEER VAN DE GODIN: DE WIJSHEID VAN HET LIJF

TEKST: WIETSKJE JANSSEN SCHOONHOVEN • BEELD: ARJEN IEDEMA

En als ik omkeer, stil sta, waar kom ik dan uit? Wie zijn onze leermeesters om de godin terug te vinden, zodat wij leermeesters kunnen zijn voor onze kinderen en kleinkinderen? Ik besluit op empirisch onderzoek uit te gaan. Ik wil de theorie in de praktijk van het lijf toetsen. Zo kom ik uit bij Kaouthar Darmoni en het boek *Godinnen in elke vrouw* van Jean Shinoda Bolen. Sandra en ik gaan samen een avond dansen in Amsterdam. We zijn het er beiden over eens. Dit is vrouwelijk leiderschap dat het mannelijke en vrouwelijke in onszelf herbalanceert. Ik schrijf me in voor *The Goddess Training*. 'Nu volledig gekeerd zet ik één stap vooruit, en nóg een, vervolgens nóg een.'

'Women should lead the new world together with men, by making use of what makes them different and unique: their Feminine capital.'

KAOUTHAR DARMONI

'Continue, continue, continue...!', zegt Kaouthar in het Frans. Ik geloof dat ik op deze dag inmiddels zo'n vijf uur gedanst heb; shaking, trance dance, buikdans, bekkenbodembodem (ook die...). Ik kan even pauzeren maar besluit dat ik de techniek van de slangenbeweging nog net iets beter in mijn lijf wil voelen. Bekken naar voren, door de knieën, bekken kantelen, kernspieren aanspannen, bekken naar achteren, bekkenbodembodem spieren loslaten...het luistert nauw. 'Expand, expand, take space', schakelt Kaouthar over in het Engels. 'Don't forget to smile!' Haar cursisten komen uit heel Europa naar Amsterdam. Kaouthar is doctor in de vergelijkende genderstudies. Haar carrière aan de universiteit van Amsterdam ruilde ze in voor haar Institute for Feminine Capital and Goddess Dance. Hier verbindt ze haar academische kennis met de oriëntaalse buikdans, of meer specifiek *The Goddess Dance*, die 4.000 jaar terug gaat naar de rituelen van de matriarchale cultuur van Mesopotamië. Ze werkt met de archetypische beelden van de Griekse godinnen; Demeter, Persephone, Aphrodite, Artemis, Athene, Hera, Hestia. Iedere vrouw draagt deze beelden in zich: de moeder, de maagd, de minnares, de strijdster, de strateeg, de jaloezige echtgenote, de introverte

huismus... Door de positieve kanten en de schaduwkanten hiervan te integreren, en waar nodig te versterken, krijg je meer contact met de vrouwelijke oerkracht van waaruit je het leven vormgeeft, op een manier die je past. Zo beschrijft de Amerikaans-Japanse psychiater Jean Bolen in haar boek *Godinnen in elke vrouw*, handboek voor deze training. Als je bijvoorbeeld een vrouw bent met sterk verzorgende kwaliteiten – Demeter – kan je je beschermen tegen de neiging om jezelf weg te cijferen (schaduwkant) door de onafhankelijke Artemis of de analytische Athene in jezelf op te roepen. Of, als je een strategisch en analytisch georiënteerde vrouw bent – Athene –, kan je jezelf beschermen tegen de neiging om uit contact te gaan (schaduwkant) door de moederlijke Demeter en de spirituele Hestia op te roepen. Niet als gedachte, maar in contact met je lichaam. Elke *Goddess* kent haar eigen specifieke bewegingen, die je afzonderlijk en in combinatie leert totdat je ze in je lijf kunt dromen. Continue, continue, continue...



'Vrouwen zijn zo bang om hun sensualiteit te laten zien, uit angst om gezien te worden als een lustobject. Dat ben je niet, je neemt gewoon plek in met je heupen.'

KAOUTHAR

De sensualiteit van Aphrodite loopt als een rode draad door de cursus heen. Niet alleen in de bewegingen maar ook in de kleding die we dragen; variërend van strakke jurken en tops met kant tot sjaals met belletjes om onze heupen en soms naaldhakken. Ik ben hier om mijn vrouwelijk leiderschap te versterken; afgrenzen, nee zeggen en mijn eigen verlangens volgen, zijn nog steeds niet mijn sterkste punten. Tussen november en juli dans ik achttien dagen met haar om wat mijn hoofd begrijpt dieper te verbinden met mijn lichaam. 'De wijsheid van de vrouw ontspringt in haar baarmoeder', is een uitspraak van

Kaouthar. Als je je verbindt met de krachten die in het bekken liggen, kom je in diepe vrouwelijkheid terecht. Weinig westerse vrouwen weten op een vrouwelijke manier hun grenzen te stellen. Kaouthar leert ons dat onder meer door de zonnevlucht en het gebied van bekken en bekkenbodem in te zetten. 'Het bekken is de schaal waarin we leren dragen', begreep ik van mijn yoga-leermeesters. Van Kaouthar leer ik deze dragende schaal op een nieuwe manier fysiek en energetisch in te zetten. 'We vergaten om dit serieus te nemen; we gingen uit ons lijf naar ons brein. Ons vrouwelijke vermogen (Feminine Capital) verkwanselden we hiermee.' Via de Oriëntaalse dans zet ze zich in voor empowerment voor vrouwen, een bekrachtiging die gevoeld wordt in het lijf, niet alleen als concept of gedachteerks. Ze nodigt ons uit om onze vrouwelijke kanten als bedding, intuïtie en sensualiteit niet alleen thuis maar ook op het werk vol in te zetten. 'We weten dat we hersenen hebben, het is tijd dat we de rest ook laten zien als we aan het werk zijn.' 🌸

