

ontsnappingsnelheid



Ik moest even opzoeken wat dat is. Van Dale: de minimumsnelheid die een van de aarde afgeschoten projectiel moet hebben om buiten haar aantrekkingsveld te komen (ca. 40.000 km per uur). Kijk, dat snap ik. Wat er gebeurt, is dat juist op het moment dat jij voor het Grote Onvoorwaardelijke Ja gaat, iemand op verleidelijke toon "ja maar ..." zegt.

We kennen dit verschijnsel in de Heldenreis ook. Daar heten ze de Drempelwachters, die daar enkel en alleen staan om jou de toegang tot het land van avontuur te beletten. En wat is hun psychologische functie? Om jouw bereidheid te testen. Wat ben jij bereid op te geven, waarvoor ben jij bereid te vechten. Het zijn de draken die je moet verslaan.

Door de Drempelwachters te verslaan bewijst de Held twee dingen:

- hij begint goed voorbereid aan de reis en
- hij geeft aan dat hij nu werkelijk begint, dat er geen weg terug meer is → *commitment*

Het kan inderdaad een goed idee zijn om je lippen stijf op elkaar te houden, maar je kunt dus ook op deze manier naar deze test kijken, dat je daardoor beter voorbereid op weg gaat. En als het goed is, voel je nu voor het eerst hoe ontzaglijk belangrijk het voor je is om wél op reis te gaan. Zolang je je maar realiseert wat er aan de hand is.

affirmaties

Welke affirmaties heb je je inmiddels eigen gemaakt? Ik heb nog een mooie die past bij wat ik in de vorige mail schreef, over het langzaam laten rijpen van je kunstwerk.



de god-pot

Wat een lelijk woord eigenlijk (p 240), maar het is wel de letterlijke vertaling van *God jar*, en ik weet ook niets beters. Een zinvol concept is het zeker. Ik heb er ook een, zelf geknutseld.



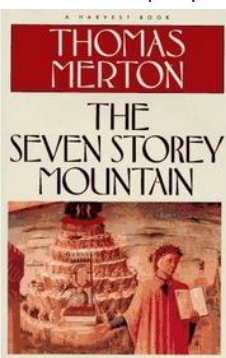
In de periode van mijn scheiding smóorde ik soms in de heftige en tegenstrijdige emoties die me overspoelden. Ik beplakte een doosje met serene [Vogeler](#)-vrouwen, en maakte bovenin een spaarpotgleufje. Daarin stopte ik mijn gebeden. Lieve God, leer mij deze woede te verdragen. Lieve God, pas op mij want ik sta niet voor mezelf in. Of soms alleen maar: God, help. Ik vouwde het papiertje op en duwde het door de opening. Even voelde ik me dan gedragen.

Het idee is hetzelfde als wat Cameron bedoelt met: God, ik zorg voor de kwantiteit, en jij let op de kwaliteit, goed? Je laat het los, je geeft het over, en je kunt verder. Hoewel ik zelf niet met een geloof in God ben opgevoed, ben ik in nood of ongerustheid toch geneigd hem aan te roepen, als een vader die op mij past. Komt vast van een snoezig beeldhouwwerk dat ik ooit in de etalage van een Weense antiquair

gezien heb.

seven story mountain

In het Nawoord (p 243) noemt Cameron het boek [Seven Story Mountain](#) van Thomas Merton, omdat ze zich het omslag herinnert, met de Louteringsberg erop met een pad dat naar de top spiraalt. Dit idee komt uit de



[Goddelijke Komedie](#) van Dante. De zeven niveaus zijn slechts een wijde richel breed, en vormen het eigenlijke [vagevuur](#). Zij zijn concentrisch en verkleinen naarmate men de berg bestijgt.

Elk van deze zeven kringen zuiveren de zondaars van één der zeven hoofdzonden.

De scherpe kliffen die deze ommegangen van elkaar scheiden kunnen slechts beklommen worden via smalle in de rots uitgehouwen trappen. Aan de ingang van elke trap waakt een engel.

Wat allemaal reuze leerzaam en diepzinnig is, maar volgens mij niet helemaal *to the point*.

Want dat idee van die berg, die enorme Olympus die je moet beklimmen voor je je eindelijk Kunstenaar mag noemen, daar wilden we toch juist vanaf?

Het is wel een spiraalvormig pad, maar niet per se omhoog. Meer naar binnen, steeds dichter bij de kern.





de heilige cirkel

(Appendix na p 245, in oudste drukken weggelaten)

The Artist's Way leent zich er goed voor om samen te werken, om samen op pad te gaan met gelijkgestemden.

Het is in principe niet nodig daar een juf of meester bij te hebben, maar er zijn een paar dingen waarvoor je op je hoede moet zijn.

Sommigen zijn altijd wat gelijkjer dan anderen, met andere woorden: er zijn altijd groepsleden die het nodig hebben hun eigen ego op te poetsen. Er zijn altijd gewillige martelaresjes die zich opofferen voor de lieve vrede, en de koude oorlog in zichzelf laten woeden. Sommigen hebben een uitgesprokener talent dan anderen, en kunnen – buiten hun schuld – de anderen intimideren.

In die zin is het goed om er wel een *facilitator* bij te hebben (heet dat in het Nederlands ook zo?). Iemand die zelf de reis al eens gemaakt heeft, en die er geen ego-belang bij heeft om te schitteren. Iemand die het groepsproces in de gaten kan houden, de

martelaresjes uit hun comfortzone kan jagen, en de schuchtere talentjes wat meer pokon kan geven. De groep moet zich vrij voelen om de manier van leiden ook aan de orde te stellen. Het gaat om de groep als geheel, of iedereen daar ten volle van kan profiteren. Dan kan er bevruchting en bemoediging zijn, en wederzijdse inspiratie. Ik zal de regels van de heilige cirkel nog even naar eigen inzicht vertalen:

jij bent uniek

Ik hoop dat ik je heb bijgestaan om het beste uit jezelf te halen. Natuurlijk stopt het pad hier niet, je bent pas net op weg! Het is een eeuwigdurende reis, waarvan ik hoop dat je hem met veel plezier zult blijven maken. Soms stop je op een pleisterplaats – met vreugde of door omstandigheden gedwongen – maar je kunt altijd weer opnieuw vertrekken, en verder reizen. Ik heb niet voor niets de spiraal als logo gekozen.

Blijf reizen, blijf groeien, blijf ontdekken. Creativiteit is het enige dat het leven werkelijk uniek het jouwe maakt. Jouw unieke bijdrage, alleen jij kunt die geven.

de regels van de heilige cirkel

- 1 creativiteit bloeit waar veiligheid en acceptatie is
- 2 creativiteit groeit onder vrienden, verdort onder vijanden
- 3 alle creatieve ideeën zijn als kinderen die bescherming nodig hebben
- 4 alle creatieve successen hebben creatieve mislukkingen nodig
- 5 het vervullen van onze creativiteit is een heilig verbond
- 6 iemands creativiteit schenden, schendt het heilig verbond
- 7 creatief commentaar moet het kunstenaarskind steunen, niet voor gek zetten
- 8 creatief commentaar moet op de sterke punten, nooit op zwakheden focussen
- 9 succes komt voort uit samenwerkingsverbanden en vrijgevigheid
- 10 de kwaliteiten van een ander blokkeren nooit onze eigen

*Onze grootste angst is niet dat we ontoereikend zijn.
Onze grootste angst is dat we onmeetbaar krachtig zijn.
Het is ons licht, niet onze duisternis waar we het meest bang voor zijn.
We vragen ons af:
wie ben ik dat ik briljant, prachtig, talentvol, fantastisch zou zijn.
Wie ben je eigenlijk om dat niet te zijn, je bent een kind van God.
Jezelf klein voordoen dient de wereld niet.
Er is niets verlichtends aan om te krimpen opdat
andere mensen zich niet onzeker zullen voelen in je buurt.
We zijn bedoeld om te stralen zoals kinderen doen.
We zijn geboren om de glans van God te manifesteren die in ons is.
Het is niet in sommigen van ons; het zit in iedereen.
En als we ons eigen licht laten schijnen, geven wij onbewust
anderen toestemming om hetzelfde te doen.
Wanneer we bevrijd zijn van onze angst
bevrijdt onze aanwezigheid automatisch anderen.*

Marianne Williamson



Ik wens je heel veel succes en vooral heel veel plezier met het creëren van alles wat je voor ogen staat.

Geniet en word jezelf!

Hella Kuipers