

# Voorwoord

---

Nadat mijn boek *Spiegel van de Natuur* was uitgekomen, kreeg ik een brief van een lezer waarin hij me schreef dat hij het betreunde dat ik geen aandacht had besteed aan de visie op de relatie tussen mens en natuur zoals Prinses Irene die in haar boeken had verwoord. Ik moest de lezer bekennen dat ik de publicaties van de prinses niet gelezen had en haar visie dus niet kende.

Niet veel later ontving ik een brief van Irene zelf, waarin ze uitlegde dat ze wereldwijd een twaalftal personen wilde interviewen die zich op verschillende wijzen met de relatie tussen mens en natuur hadden beziggehouden. Ik was een van die personen (ze had mijn publicaties blijkbaar wél gelezen).

Tijdens dat interview en in latere gesprekken leerde ik haar visie geleidelijk kennen. En die intrigeerde me. Ik had jarenlang studie gemaakt van de opvattingen over de relatie tussen mens en natuur zoals die in verschillende cultuurgebieden naar voren komen, en in haar mens- en wereldbeeld vond ik aanknopingspunten met diverse denk- en geestesstromingen uit heel verschillende culturen: onder andere het boeddhisme, het taoïsme, westerse filosofen zoals Spinoza, Schelling en Whitehead, de Diepte-Ecologie. Wat me echter het meest intrigeerde was dat het bij haar niet ging om filosofische constructies, maar om een heel eigen, diepgevoelde ervaringsfilosofie. Haar visie op de relatie tussen mens en natuur kwam niet zozeer uit het hoofd, maar uit het hart. Hierdoor geïntrigeerd bleef ik haar bevragen ...

We leven in een tijd waarin we bewegen van crisis naar crisis, waarbij deze ook nog steeds grootschaliger vormen aannemen. Voor veel men-

sen leidt dit tot een gevoel van machteloosheid: klimaatproblemen, ecologische problemen, sociale en economische problemen lijken onoplosbaar te zijn geworden.

Irene's centrale uitgangspunt dat niets en niemand op zichzelf staat, dat ieder van ons deel is van een groter verband en dat iedereen van ons er daarom toe doet in deze wereld, kan juist in deze tijd – zo lijkt mij – weer kracht bieden. Met dit uitgangspunt wijst ze tevens op de betekenis van ons individuele wereldbeeld. De wijze waarop ieder van ons zichzelf ziet in relatie tot de wereld om ons heen – de menselijke samenleving en de natuur als geheel – bepaalt mede de toekomst van deze planeet. Daarmee roept ze ook op tot het nemen van een persoonlijke verantwoordelijkheid en ze benadrukt dat daarvoor een proces van persoonlijke groei nodig is. Zo voegt ze tevens een heel wezenlijke dimensie toe aan het duurzaamheidsvraagstuk. Ze verbreedt het begrip duurzaamheid door het te definiëren als duurzaam welzijn voor alle vormen van leven en ze verdiept het door het te verbinden met ons individuele wereldbeeld, onze persoonlijke levensvisie.

Precies deze punten vormden voor de uitgever overwegingen om dit boek het licht te laten zien. Het bevat een selectie uit de vele lezingen die Irene in de afgelopen jaren gegeven heeft voor verschillende gezelschappen, alsmede een weergave van gesprekken die ik met haar gevoerd heb op grond van de tekst van deze lezingen.

De lezingen zijn min of meer chronologisch geordend. De eerste begint met de uitspraak: 'Ik vind het heerlijk om vrouw te zijn!' De laatste met: 'Wij zijn natuur.' Daarin is al te horen dat zich in de thematiek van de lezingen een bepaalde lijn aftekent. In de eerste staan vragen rond persoonlijke groei en ontwikkeling centraal; de latere lezingen richten zich sterk op brede maatschappelijke thema's zoals leiderschap en duurzaamheid.

In de gesprekken ging het mij niet om het stellen van kritische vragen of het tegenover elkaar stellen van meningen. Dat gebeurt al genoeg in

de wereld en voert niet tot een wezenlijke dialoog. De gesprekken waren erop gericht samen de achtergronden te verkennen van allerlei beelden en visies die in de lezingen bijna als vanzelfsprekend naar voren komen en deze ook in een bredere context te plaatsen.

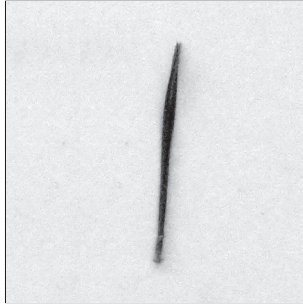
Dat werd een fascinerende reis met allerlei onverwachte uitzichten. Tijdens deze reis ontkwam ik er zelf niet aan om steeds weer stil te staan bij mijn eigen mens- en wereldbeeld en ook daar vragen bij te stellen. Ik hoop dat de lezer hetzelfde zal overkomen.

Matthijs Schouten

---

Leven in  
verbinding

---



Lezing 1: Vrouw zijn en creator zijn

## Conferentie voor zakenvrouwen

20 februari 2003, Rabobank, Utrecht

---

Ik vind het heerlijk om vrouw te zijn! Wij vrouwen dragen een zeer wezenlijk creatief vermogen in ons lichaam. We staan daarom dicht bij de aarde, bij de natuurlijke processen. Uit onze schoot wordt nieuw leven geboren. In onze buiken ontstaat nieuw licht. Wat is er creatiever? Die energie gebruiken we in ons leven, in ons werk.

Waarom zouden we 'de man' (mannen) nabootsen, als we zo veel weten, kunnen en zijn? Is die tijd van nabootsen voorbij? Of proberen vrouwen nog steeds zich aan te passen aan de mannenwereld? Ik denk dat we van aanpassen niet gelukkig worden, en dat we veel meer in te brengen hebben als we onze vrouwelijkheid en creativiteit er helemaal laten zijn.

Het is belangrijk die creativiteit te gebruiken in je *dagelijkse* leven: door iedere dag tot iets speciaals te maken. Of dat nou een dag is waarop je je oprult op de bank en datgene leest wat je ontspant of inspireert. Of een dag waarop je voor het aanbreken van de dag opstaat en het bos inloopt om de dag te horen en te zien ontwaken. Of een dag waarop je de tijd neemt voor een goed gesprek met een vriend of vriendin. Een dag waarop je schildert, loopt, zingt, schrijft, je vele talenten de ruimte geeft om zich te ontplooiën.

Het is aan onszelf ons leven zo in te kleuren dat we geïnspireerd raken of blijven, nieuwe ideeën laten ontstaan en daaruit energie opdoen. Je leven kan een sleur zijn, opgeslokt door files, het vele werk, de verantwoordelijkheden, het gezin, de ouders, de scheiding van een familielid. Een kind dat onverwacht naar je uithaalt ... Dat is zwaar! En daarbij is er de stress in je werk, de werkdruk, de professionele verantwoordelijkheid. We kennen het allemaal.

Ik dacht vroeger dat creativiteit was: schilderen, tekenen, boetseren, schrijven, iets maken. Ik leerde echter dat misschien wel de grootste creativiteit is: je leven *léven*. En wel op zo'n manier dat iedere dag een creatie wordt. Dan ontstaat er geen sleur of stress.

Als ik in het bos loop, in een bergwei zit, of op een rots in Zuid-Afrika, altijd weer ben ik diep onder de indruk van de pracht van de natuur om me heen. De grassen, de bomen, de bloemen en de dieren en de lichten. De wolken. De onweersbuien die dreigend aan komen zetten en langzaam boven je hoofd openbarsten: wat een geweld, wat een kracht!

Ik heb geleerd dat we dat alles ook in ons dragen. We zijn ook die bloem, die vogel, die leeuw, die onweersbui. We staan er niet los van. Het feit dat niets op zichzelf staat maar dat we in een wereld van verbindingen leven, maakt dat wat om ons heen gebeurt invloed heeft op ons, maar ook dat alles wat je doet een effect heeft op het leven om je heen. Dat betekent dat jouw creativiteit, de manier waarop je leeft, wat je doet en denkt, die

bloem beïnvloedt, die appelboom, dat hert, en natuurlijk je gezin, je medemens, je team.

Zo zijn we deel van de subtiele levensstroom. Wij vrouwen voelen en weten dat. Alleen zetten we die kennis soms opzij omdat het werk, de kinderen, de partner en een beetje zorg voor jezelf alle aandacht opslokken en er weinig energie overblijft voor het diepe wonder van het leven.

De veranderingen die in ons lichaam en om ons heen plaatsvinden, deze voortdurende beweging is voor mij een sleutel tot *leven*, tot *creatief* leven. Alles is daardoor elk moment nieuw, een uniek moment: als de bloem zich opent, als de uil vliegt, als je iemand groet of juist niet groet. Alles wat er gebeurt in de materiële wereld, heeft een direct effect op de stroom van het leven. We zijn vergeten hoe alles verbonden is en dat wij deel uitmaken van een geheel, van een groot ecosysteem, van de ongelooflijke diversiteit van het leven op aarde.

Vrouw zijn is dicht bij de natuur staan, is dicht bij je eigen natuur staan. Vroeger gingen vrouwen bij elkaar op de aarde zitten als ze menstrueerden. Ze menstrueerden trouwens meestal bij volle maan. We zijn los geraakt van de natuur, van de natuurlijke cycli en daarmee van een deel van onszelf. We hebben onderweg onze eigenwaarde verloren, omdat alle beslissingen op mondiaal niveau door mannen genomen worden en ons keer op keer verteld wordt, openlijk of indirect, dat wij op de tweede plaats komen.

Het is aan onszelf onze eigenwaarde terug te nemen, niet alleen omdat we dat persoonlijk erg nodig hebben, maar ook omdat op spiritueel niveau duidelijk wordt dat de vrouwelijke energie – je zou dat ook de verbondenheid met alle leven kunnen noemen – nu van groot belang is om de aarde en de samenhang te helen.

Wij zijn als vrouwen te lang afwezig geweest.

Daarom is het belangrijk elkaar niet af te vallen, maar elkaar juist te stimuleren in ieders groei, in ieders plaats in de samenleving, als de vrouw

die ieder van ons is. Laten we ons bewust worden van de onderwaardering die we vaak onbewust hebben geïnternaliseerd en die we daarmee helaas maar al te vaak doorgeven. Door niet samen te werken en elkaar in de steek te laten; of door de schuld bij *onszelf* te zoeken over een conflict of een falen. Dat is onderdeel van de geïnternaliseerde onderdrukking.

Laten we elkaar stimuleren en met elkaar samenwerken; samenwerken met behoud van eigenheid. Het past ook in deze tijd dat we ons, buiten de systemen en het systeemdenken om, als individu opstellen. We passen niet in de vorm, het systeem, dat door mannen is gemaakt. We worden daar niet gelukkig in. Laten we inventief zijn en nieuwe organisatievormen creëren, waar we ons goed bij voelen en die voor *ons* kloppen. Organisatievormen waarin ieder gezien kan worden in wie zij of hij is. Waarin we de moed hebben om een nieuwe beslissing te nemen op het moment dat de oude niet meer klopt. Waarin we plezier hebben en letten op elkaar en op onze omgeving. Waarin we tijd inbouwen voor ontspanning, een ochtend voor onszelf. Waarin een evenwicht gevonden wordt tussen geven en ontvangen. Waarin het begrip ‘milieu’, waarmee we allerlei voorschriften en regels verbinden, wordt vervangen door de ervaring van de levende natuur die geurt en kleur heeft en smaak, die donderbuien, regen en zon biedt, waar we deel van zijn en waar we ons niet alleen biologisch, maar ook spiritueel en emotioneel mee verbonden weten.

Enige jaren geleden heb ik een boek geschreven waarin ik verschillende mensen interview. De vrouwen die aan het woord komen zijn heel duidelijk met de natuur verbonden. In die verbinding hebben zij hun innerlijke kracht ontwikkeld. Een van hen is Denise Linn, een vrouw die als klein kind is verkracht en bijna vermoord. Er werd haar destijds gezegd dat ze waarschijnlijk niet zou overleven en in ieder geval nooit kinderen zou kunnen krijgen. Nu begeleidt zij mensen in het leiding nemen over hun eigen leven. Ze noemt het de innerlijke Feng Shui. Ze is het levende bewijs van wat innerlijke kracht, werken aan acceptatie en creator zijn van het eigen leven tot stand kan brengen. Ondanks de slechte prognose is zij nu een prachtige vrouw, met kind, met een lieve partner en met een bloeiende carrière.



Ik ben ook heel erg mijn eigen weg gegaan. Eerst zoekend hoe ik mij nuttig kon maken in de maatschappij. Dan hoe ik mezelf kon zijn, daarna hoe ik anderen kon ondersteunen bij het zichzelf zijn. Daarbij leerde ik verschillen te accepteren. Die acceptatie was een verworvenheid die kwam met het begrijpen dat ieder mens datgene doet wat hij of zij denkt dat goed is. En dat brengt heel veel verschillende denkwijzen voort. Daarover kun je verbaasd staan. Kijk naar de wereld op dit moment. Mensen en volken doen dingen die je sterk verbazen. Ze doen dit echter uit volle overtuiging. Het *is* hun waarheid. De belangrijkste vraag is steeds hoe we zelf met onze overtuigingen omgaan. Hoeveel ruimte laten we de ander die denkt vanuit een ander denkkader?

Ik heb het NatuurCollege opgericht om mensen duidelijk te maken dat de relatie tussen mens en natuur aan herwaardering toe is. Met het college willen we de verbondenheid van al het leven weer in herinnering brengen. Als we bewust leven vanuit die verbondenheid, maken we het leven om ons heen niet meer kapot. Waar je je mee verbonden voelt, dat vernietig je niet.

Ik mag in de nieuwe school voor managers en *rangers* van de natuurparken in Zuid-Afrika de spirituele en gevoelsmatige verbinding met de natuur inbrengen en doe dat door het geven van cursussen.

Ik heb een stuk land van een boer gekocht in Zuid-Afrika en door het met rust te laten keert het langzaam terug naar zijn natuurlijke staat, met de dieren die daar horen. Het is geleidelijk ook een plek van heling voor mensen geworden, omdat de band die we als mens met de aarde en natuur hebben er zo sterk ervaren is. Ik doe dit allemaal op mijn eigen manier, ook in Zuid-Afrika. Het proces dat ik daar in werking heb gezet levert soms wat verbaasde blikken op, maar het werkt uiteindelijk zo dat ik mij er prettig en opgewekt bij voel en de mensen met wie ik samenwerk ook.

Laten we vooral de wereld onze vrouwelijkheid geven en gunnen. *Dat is erg nodig*. Maar wat is dat: vrouwelijkheid? Gaat het om zachtheid? Om beschikbaarheid? Of is de vrouw de verzorgster? Of de verleidster? Ik ben een beetje moe van alle definities en denk dat het er gewoon om gaat, te

zijn *wie* we zijn. Voormalig president Mandela van Zuid-Afrika zei in zijn inaugurele toespraak:

*Our deepest fear is not that we are inadequate. Our deepest fear is that we are powerful beyond measure. It is our light, not our darkness, that most frightens us. We ask ourselves, who am I to be brilliant, gorgeous, talented, and fabulous? Actually, who are you NOT to be? We are made to manifest the glory of God that is within us. It is not just some of us, it is everyone. And as we let our light shine, we unconsciously give other people permission to do the same. As we are liberated from our fear, we automatically liberate others.*

Dit zijn wijze en zeer ware woorden: wie zijn angsten overwint en van zichzelf houdt, bevrijdt automatisch anderen. Of we nu man of vrouw zijn, we stappen eindelijk uit het rolpatroon, het voorgekauwde model, en ook uit de rebellie tegen de klassieke rol. Ik ken ze beide. Het gaat er uiteindelijk om te zijn wie je bent: met je intuïtie, je zachtheid, je daadkracht, je professionaliteit: een heel en schijnend mens. De tijden zijn veranderd. De keuze is niet meer moeder óf werkende vrouw. Het gaat er nu om de zorgen en het verzorgen te delen. De jonge vaders willen de zorg voor de kinderen wel delen, maar dan zijn daar nog altijd voorzieningen voor nodig en die zijn er nog niet altijd. En, als de kinderen groot zijn en de ouders ziek worden, is het dan niet nog steeds vanzelfsprekend dat de dochter alles regelt?

Het 'schaamteloos' jezelf zijn is iets wat we van dieren kunnen leren. Ook hebben ze eigenschappen die mij inspireren zoals:

- het afbakenen van het territorium (de leeuw, de adelaar);
- het werken in teamverband (de mieren);
- het gegeven dat bij de meeste dieren die in groepsverband leven, een vrouwtje de leidster is (herten, Afrikaanse elanden, olifanten, paarden);
- het zorgen voor elkaar (olifanten, chimpansees, dolfijnen);

- maar ook het vermogen voor zichzelf te zorgen, zoals dat vooral bij alleen levende dieren te zien is (alle beren, stekelvarkens);
- en tevens het zelfhelend vermogen: een leeuw bijvoorbeeld trekt zich als hij gewond raakt terug en likt dan zijn wonden tot hij weer gesterkt tevoorschijn kan komen.

Ik ervaar hoe we de wereld, onze kinderen, onze omgeving, en zeker ook de natuur, een groots geschenk geven door onszelf te worden. Hierop wijst ook Nelson Mandela. Dat is niet het egoïstische ‘ik moet ruimte hebben om mezelf te zijn en het kan me niet schelen wat er om me heen gebeurt’. *Dat* leidt tot veel ellende ...

Ik doel op de veel moeilijkere weg van het overwinnen van de angsten, de complexen, de onzekerheden die zozeer ons leven bepalen, en van het leren houden van jezelf. Dat is moeilijk, maar het is alle moeite waard. Ik doel op de moeilijke weg van het omzetten van angst in liefde. Liefde voor wie je bent; zachtheid naar en voor jezelf; openheid naar jezelf en anderen; acceptatie van jezelf en anderen: dat geeft zekerheid, en daar volgt daadkracht uit. Waar liefde is, is geen angst. Hoe meer we onszelf zijn, hoe meer we de ander kunnen respecteren in het anders zijn. Laten we elkaar onze verschillen in eigenheid gunnen.

De toekomst van de wereld ligt zeker *ook* in jouw vrouwenhanden.

En wat de wereld heel hard nodig heeft is: jouw liefde, jouw kracht, jouw eigenheid en die van alle mensen en van alle andere levende wezens om je heen.