

Reacties op DE TERUGKEER VAN DE KONING

Een krachtige raadgever voor mannen. DUITSE PENTHOUSE

Ton van der Kroon kwam en overwon met zijn boek De Terugkeer van de koning. JONAS

Een opmerkelijk boek van een van de meest ervaren trainers in het mannenwerk. ONKRUID

Het boek leest als een spannend reisverhaal. ODE

Een groot plezier om te lezen. LA NOUVEL'VIE

Een must voor mannen, een verademing voor vrouwen.
HILARION

Ton van der Kroons droom leidde tot een opzienbarend boek.
SPIEGELBEELD

Een echt cadeau voor de man waarvan je houdt. MAGAZINE

Inhoud

Voorwoord 2021	11
Inleiding	17
1 Mythologie of de software van de ziel	23
De weg naar beneden	26
De zeven archetypen	28
<i>De wildeman</i>	30
<i>De minnaar</i>	31
<i>De krijger</i>	32
<i>De koning</i>	34
<i>De nar</i>	35
<i>De magiër</i>	36
<i>De heilige</i>	37
2 De held of de weg van het hart	43
<i>Parcival</i>	43
De koning is ziek	45
De naïeve held	47
De Graalburcht	52
De koning en het levenswater	56
De zieke visserkoning	57
De rode ridder	61
Oefening: De weg van de held	63

- 3 De wildeman of de ontmoeting met de dood 65
Ijzeren Hans 65
Initiaties en rituelen 72
Van jongen naar man 73
De mentor 75
Van hemelgod naar aardegod 80
De fallus 81
De dood 84
Oefening: Loslaatritueel 86
- 4 De minnaar of de kunst van het liefhebben 87
Dionysus 87
God van de lust 89
De wraak van Dionysus 94
Van matriarchaat naar patriarchaat 96
De strijd tussen de seksen 99
De kunst van de seksualiteit 104
Seksuele inwijding 106
Oefening: Verbinding tussen liefde en lust 109
- 5 De krijger of de zoektocht naar de vader 111
Hamlet 111
De zonnekoning en de schaduwkoning 113
De afwezigheid van de vader 115
De verloren zoon 117
De strijd tussen ego en Zelf 120
De macht van de moeder 123
Van strijd naar zorg 128
In dienst van de koning 131
Oefening: Contact maken met je vader 133

- 6 De koning of de roep om nieuw leiderschap 135
 Simba 136
 De cirkel 139
 Het magische middelpunt 142
 De weg naar het Zelf 143
 De strijd om het koningschap 145
 Het innerlijke huwelijk 147
 Nieuw leiderschap 149
 Leven vanuit de kern 152
 Oefening: Wees koning voor een dag 154
- 7 De nar of het spreken van je waarheid 155
 V for Vendetta 156
 Angst als controlemechanisme 159
 De boodschap van de nar 161
 Complotten en verwarring 163
 Self-fulfilling prophecy 166
 The Matrix 167
 De ultieme strijd 168
 Van broederstrijd naar broederliefde 170
 Uiten van gevoelens 171
 Oefening: Zoek een mannengroep 173
- 8 De magiër of het vinden van je bestemming 175
 The Lord of the Rings 175
 Het vinden van je bestemming 179
 Het reisgezelschap 182
 Op de drempel van een nieuwe tijd 184
 Omarm de chaos 186
 Loslaten en vertrouwen 187
 Het patriarchale denken 189
 Piramidespel 190
 Oefening: Het vinden van je bestemming 194

9 De heilige of de overgave aan het goddelijke	195
Introductie	195
Advaita Vedanta	196
Transcendentale ervaring	198
When you meet the Buddha on the road	200
Profetieën over de Messias	201
Een nieuw geloof	203
De profetie van de Witte Dieren	205
De man in de 21e eeuw	206
Heilige plekken	208
Oefening: Maak een altaar	210
Epiloog	211
Nawoord Jan Roelofs	215
Over de auteur	219
Andere boeken van Ton van der Kroon	221

Voor Raya

You have forgotten who you are and so forgotten me.
Look inside yourself. You are more than you have become.
You are my son, the only true king.
You must take your place in the Circle of Life.
Remember who you are.

MUFASA IN 'THE LION KING'

Voorwoord 2021

Tijdens het laatste jaar van mijn studie Bedrijfskunde aan de Rijksuniversiteit Groningen gebeurde er iets waardoor mijn leven een totaal andere wending kreeg. In een meditatie kreeg ik een visioen over 'het eiland van de toekomst'. Mijn eiland zonk naar de bodem van de oceaan. Ik schrok me wezenloos en vroeg de meditatie-leraar wat ik moest doen. 'Kijk nog eens beter,' zei hij. Toen ik opnieuw in meditatie ging zag ik dat mijn gezonken eiland een stad was geworden in Amerika. Gelukkig, dacht ik, ik heb toch nog een toekomst.

Enkele maanden later zei ik mijn studie vaarwel, ik zei mijn huur op en nam afscheid van degenen die ik liefhad. Mijn oudste broer woonde in New York en dat werd mijn eerste stop tijdens een reis die negen maanden ging duren. Een ware initiatiereis die mijn hele wereldbeeld overhoop haalde. Het was een definitief afscheid van de wereld die ik kende en een intrede in een onbekende wereld vol geheimen en mysteries. Niet per se beter of makkelijker, maar wel oneindig veel boeiender. Het heeft me op een spoor gezet, waardoor ik uiteindelijk honderden mannenworkshops gaf in Nederland, België, Israël en Gaza, waardoor ik tien boeken schreef, waarvan dit boek

het eerste was en waardoor ik in dertig jaar tijd de hele wereld over reisde – van Ierland tot India, van Rwanda tot Noord-Korea. Ik heb mijn studie nooit afgemaakt, maar heb nooit spijt gehad van de sprong in het diepe.

In de Verenigde Staten ontmoette ik na enkele maanden Robert Bly, een dichter die mannenworkshops gaf. Het fenomeen ‘mannenwerk’ was me geheel onbekend, maar het raakte een diepe snaar. Een van de ontdekkingen tijdens mijn reis was namelijk dat ik mijn vader miste in mijn leven. In plaats van een vadervoorbeeld droeg ik een groot zwart gat met me mee, dat was gevuld met gemis, verdriet en eenzaamheid. Ik had geen idee wat het betekende om man te zijn, hoe ik me moest verhouden tot vrouwen, tot mijn leven, tot geld en werk. Mijn vader was emotioneel gesloten geraakt tijdens de politio-nale acties in Indonesië waar hij als jonge man aan mee moest doen. Mijn vader was geen held en koos ervoor om in het veldhospitaal te werken. Af ten toe vertelde hij erover in verhaaltjes voor het slapengaan, maar wat hij echt dacht en voelde was voor mij een groot raadsel. Onze gesprekken tijdens de puberteit beperkten zich tot ‘goeiemorgen’ en ‘welterusten’. Meer was er niet. Ik had geen idee wie hij was. En daarmee ontbrak een bodem om op te staan. Ik was zoals Guy Corneau dat noemde in zijn boek *Afwezige vaders, verloren zonen*, een typische verloren zoon.

Pas toen ik Robert Bly ontmoette in de Verenigde Staten werd me een en ander duidelijk. Voor het eerst ontmoette ik oudere en wijze mannen, die vertelden over de wetten en grondslagen van het leven en van man-zijn. Een wereld ging voor me open. Ik dacht dat man-zijn niet meer inhield dan voetbal kijken en bier drinken. Opeens bleek er een wereld van emoties, kennis, wijsheid en liefde achter te zitten, maar ook van angst, onzekerheid,

pijn en woede. 'Grief is a doorway to a man's feelings', zo zei Robert Bly. In een zaal met driehonderd mannen maakte ik mijn allereerste mannenworkshop mee. De hele dag werd er gepraat, gelachen, uitgewisseld, muziek gemaakt en werden er mythologische verhalen verteld. Wat hadden de oude archetypen van sprookjes en mythen ons in deze tijd te zeggen? Als een oude sjamaan deed Robert ons zijn kennis op een onvergetelijke manier uit de doeken. Hij was namelijk allesbehalve een zoetgevooisde new age-leraar. Hij kon een knorrige oude brompot zijn, die de naïeve en softe new age-mannen bij tijd en wijle een beetje peper in de reet stopte.

Toen hij enkele jaren later naar Amsterdam kwam om een lezing te geven – ik had zijn interview over mannen vertaald en uitgegeven in een klein boekje: *Op zoek naar de Man* – gingen we na afloop de stad in om diverse kroegen te bezoeken. 'Je moet gewoon je eigen weg gaan,' zei hij. 'Ik heb mijn weg gevonden omdat ik een alcoholische vader had, en moest dealen met de schaamte en pijn die ik als zoon erfde. Jij zal het op jouw manier moeten doen.'

Die weg werd niet bepaald eenvoudig. Dat ondervond ik onder andere in de manier waarop er in het algemeen naar mannenwerk werd gekeken: softe mannen die vage dingen in de bossen doen. Lachwekkende rituelen van pseudosjamanen. De media maakten er gehakt van. Het mannenwerk was in de eerste tien jaar niet erg eervol, en erger nog; ik verdiende er geen droog brood mee. Het was precies zoals Robert Bly in zijn boek over de wildeman had gezegd: om te leven moet je de dood onder ogen zien. Niet de fysieke dood, maar de dood van het ego, dat zich vasthoudt aan allerlei schijnwaarheden en een buitenkant-persoonlijkheid. Dat is het verhaal waar alle grote mythen om draaien. De held vindt zijn weg

naar huis nadat hij de draak heeft verslagen, de schat heeft gevonden en de liefde heeft omarmd. In de pijn ligt de grootste schat verborgen. Symbolische verhalen waar iedere man – en vrouw – zijn eigen weg in moet vinden. Het mannenwerk was mijn weg.

Het keerpunt kwam opnieuw via een droom. Het was de nacht voordat mijn vrouw beviel van onze dochter. Ik werd om vier uur wakker en zat recht overeind in bed. Op mijn netvlies zag ik de titel van een boek, *De Terugkeer van de Koning*, en ik wist op slag waar het hele boek over moest gaan: een boek over mannen waarin oosterse wijsheid werd gecombineerd met westerse wetenschap. Zeven chakra's, zeven archetypen. In de twee jaar die volgden werd ik echter verschrikkelijk onzeker over de dingen die ik schreef. Twee weken voordat het boek uitkwam wilde ik het liefst de uitgever bellen om de publicatie af te lasten. Ik vreesde een groot debacle.

Het tegenovergestelde gebeurde. Tijdens de presentatie van het boek gaf mijn vader een speech. Hij vertelde dat hij geen idee had wat ik toch allemaal deed, omdat hij van een andere generatie was, maar dat hij verschrikkelijk trots op me was. Dat was de eerste keer dat hij ooit zoiets had gezegd, en dit ten overstaan van een groot publiek. Zowel mijn vader als ik kregen een staande ovatie. Het boek verkocht als warme broodjes van de bakker en na drie maanden was de eerste druk uitverkocht. Vele nieuwe drukken zouden volgen, evenals zes vertalingen en vijftientig jaar later verkoopt het boek nog steeds.

Wonderlijk genoeg is het boek met de jaren alleen maar actueler geworden. Het beschrijft niet alleen een inwijdingsweg voor mannen, maar geeft eveneens een inzicht in de grote transformatie waarin we ons als mensheid bevinden. Wat vijftientig jaar geleden nog maar het begin of vermoeden was van een aanstaande

crisis, werd in de loop der jaren steeds urgenter, concreter en nijpender.

Het boek opende vijfentwintig jaar geleden met de volgende paragraaf: *Er zijn momenten in de tijd waarop vele geheimen ontsluiterd worden en verborgen herinneringen aan de oppervlakte komen drijven. Zoals er bepaalde plekken op aarde zijn waar de energie sterker is, zogenaamde krachtplekken, zo zijn er ook bepaalde krachtpunten in de tijd. Tijden die zwanger zijn van verandering, van openbaring, van chaos en creativiteit, tijden van magie en van transformatie. Deze tijd lijkt zo'n moment te zijn.*

Het is tijdens dit schrijven zomer 2020. De wereld is in rep en roer. Mensen dragen wereldwijd mondkmaskers en vragen zich af waar we in godsnaam in terecht zijn gekomen. De oude wereld is weg, en de nieuwe heeft zich nog niet getoond. We zitten wereldwijd in een groot proces van transformatie. De bosbranden in Australië; de sprinkhanenplagen in Afrika; Trump die nog op de troon zit in de Verenigde Staten; de wereldwijde Black Lives Matter-demonstraties; de Brexit in het Verenigd Koninkrijk; de gele hesjes in Frankrijk; een virus uit China; duizenden diersoorten die in rap tempo van de aarde verdwijnen; de Noordpool die op smelten staat... De lijst is oneindig. De problemen en uitdagingen zijn hemeltemgend. Het lijken wel de tien plagen van Egypte.

Wat daarin een cruciale rol speelt en naar mijn mening grotendeels onderbelicht is, is de rol van mannen. We zijn zowel deel van het probleem als deel van de oplossing. Zou het kunnen zijn dat we allemaal verloren zonen zijn, die het contact met de vader missen? Die hun innerlijke pijn en leegte wegstoppen of opvullen met substituten? Die hun innerlijke strijd projecteren op de buitenwereld? Die wel allerlei meningen hebben, maar niet goed kunnen voelen? Die diep daaronder op zoek

zijn naar een God de Vader in de hemel, maar eveneens naar Moeder Aarde?

De Terugkeer van de Koning is een oproep aan mannen. Een oproep om het leven niet louter vanuit het hoofd te beschouwen, of vanuit de onderbuik te benaderen, maar in eerste instantie te leven vanuit het hart. Het hart is het centrum van het lichaam, in mythologische zin het middelpunt van het koninkrijk. Als de man zijn plaats weer inneemt op de troon van het hart, wordt een oeroud maar zeer actueel thema vervuld: de terugkeer van de koning.

Het gaat er daarbij niet zozeer om dat mannen de boeman zijn en ‘moeten veranderen’. Het is eerder een diepe herkenning van wie we in wezen al zijn. Het is een zoektocht naar onze ware aard, achter alle maskers, pijn en vervormingen.

Ieder van ons heeft daarin zijn eigen weg te bewandelen en eigen keuzes te maken. Hoe die weg loopt kan niemand je vertellen. De weg wordt gemaakt door hem te gaan. Maar wat steeds duidelijker wordt is: er is geen weg terug. Het is tijd om in het diepe te springen, en om erop te vertrouwen dat iets of iemand ons leidt en ons opvangt als we bereid zijn het onbekende tegemoet te gaan.

Hopelijk kan dit boek je daarbij van dienst zijn.

Ik wens je een goede reis en dat je behouden aan mag komen.

Ton van der Kroon

NB: Ik dank Jan Roelofs, Vicky Froyen, Sven Beijers, Dirk Koops, Anne Wislez en Raya van der Kroon voor hun feedback en bijdragen aan deze herziene versie.

Inleiding

Mensen van Shurupak, breek je huizen af en bouw een schip, laat je bezittingen en alles wat je mooi vindt en waar je naar smacht achter, en red in plaats daarvan je leven.

**UIT: HET EPOS VAN GILGAMESH, HET EERSTE LITERAIRE WERK
UIT DE GESCHIEDENIS**

Er zijn momenten in de tijd waarop vele geheimen ontsluit worden en verborgen herinneringen aan de oppervlakte komen drijven. Zoals er bepaalde plekken op aarde zijn waar de energie sterker is, zogenaamde krachtplekken, zo zijn er ook bepaalde krachtpunten in de tijd. Tijden die zwanger zijn van verandering, van openbaring, van chaos en creativiteit, tijden van magie en van transformatie. Deze tijd lijkt zo'n moment te zijn. Veel voorspellingen in alle grote religies wijzen vooruit naar deze periode in de geschiedenis van de wereld. Zieners, profeten en paranormaal begaafden hebben voorspellingen gedaan over de omschakeling naar een nieuw tijdperk en een nieuwe fase in het bewustzijn van de mens.

Tegelijkertijd neemt de angst voor de verandering toe. Chaos roept onzekerheid op en veel mensen en groepen verlangen terug naar de zekerheden van het oude, de vaste regels en normen en waarden die ons in het verleden houvast gaven. We weten wat we hadden, niet wat we krijgen. Het zijn de geboorteweën van een nieuwe fase in de evolutie. In zo'n tijd zijn er helpers nodig, helpers die op hun eigen manier en op hun eigen gebied mensen helpen om door de veranderingen heen te komen. Het zijn de change-agents van deze tijd, de ster-

vensbegeleiders van het oude en de vroedvrouwen van het nieuwe. Ze verschijnen in de vorm van therapeuten, organisatieadviseurs, healers, sjamanen, politici, oude wijzen of jonge dwazen, en al die mensen die hun geloof en vertrouwen in de mensheid hebben behouden. In een tijd waarin de geschiedenis op het scherp van de snede balanceert, waarin vele brandhaarden in de wereld op exploderen staan, zijn er mensen nodig die blijven vertrouwen en handelen vanuit een positief beeld van de mens. Sommige helpers komen in de vorm van verhalen. Oude mythen en sprookjes die plotseling een meerwaarde krijgen, nadat ze eeuwenlang onder het stof van de vergetelheid hebben gerust.

Mythen, fabels en sprookjes zijn in de loop van de eeuwen begrippen geworden die staan voor onwaarheid, verzinsels, kinderverhaaltjes, verdraaiingen van de werkelijkheid. Onwetend lopen we langs een van de grootste schatten van de westerse cultuur, de spirituele erfenis die door de eeuwen heen van ouder op kind, van verteller op verteller is doorgegeven. Het zijn de verhalen die ons kunnen leiden, die ons vertellen over wie we in werkelijkheid zijn. Mythen zijn een soort kaart voor de psyche; een landkaart, met de belangrijkste snelwegen, maar ook de kleine weggetjes, de sluiptwegen, de knooppunten en de grote steden of stille verten waar we naar op zoek zijn. En belangrijker nog: onze eigen huis is erop te vinden. Voor iedereen die op zoek is naar zijn eigen huis, is dit een onmisbaar hulpmiddel.

We zouden mythen ook kunnen zien als een soort software voor de ziel. Door verhalen vaker te lezen of te bestuderen lijkt het alsof er een bepaald programma wordt geïnstalleerd in de psyche. Een programma dat een vast patroon heeft en dat zich in de tijd ontrolt. Dagelijkse – soms onbeduidende – gebeurtenissen of keu-

zes die we maken krijgen door dit programma een diepere betekenis, en doen ons de zin van de dingen beter begrijpen.

Verhalen en mythen zijn als het ware poorten naar de mythologische realiteit, net als rituelen, meditaties, reizen, tarotkaarten of astrologie. In een tijd waarin de ratio hoogtij viert en de wetenschap de waarheid in pacht lijkt te hebben, is het boeiend om ons te laten verleiden door paden die ons verstand niet kan begrijpen. We zijn in ons streven naar materiële welvaart en geluk ontuchtend geraakt en de betovering is uit onze wereld verdwenen; we zijn ontmythologiseerd. In spiritueel opzicht zijn we arm geworden, en het verbaast dan ook niet dat in deze tijd – met de leegloop van de traditionele kerken – de esoterische kennis van ver wordt gehaald: we leren yoga uit het Verre Oosten, we zoeken naar goeroes in Australië of Amerika, ‘doen’ indiaanse zweethutten, maar van onze eigen westerse esoterische traditie weten we nog maar heel weinig. We zijn ontworteld, los van de aarde, en grijpen in het wilde weg naar houvast. Een cursusje hier, een workshop daar, de spirituele honger is onstilbaar. En niet ongegrond: ons collectieve psychische landschap is een onvruchtbare woestijn geworden, kaal en dor, zonder water, zonder planten, zonder dieren.

In veel verhalen vormt dit doodse landschap de beginsituatie: het land is onvruchtbaar en de koning is ziek, afwezig, op reis of verbannen. Het wachten is op de held, die door zijn daden de weg vrijmaakt voor de terugkeer van de rechtmatige koning. Het is het universele verhaal van de strijd tegen het kwaad en het doorzettingsvermogen van de held om zijn missie te volbrengen, de Heilige Graal te vinden, de bron met het levenswater te ontdekken, de draak te verslaan of de ring in de Doemberg te gooien.

DE TERUGKEER VAN DE KONING

Dit verhaal komt in vele vormen voor in de westerse geschiedenis en mythologie, maar ook daarbuiten. Bekende voorbeelden zijn het verhaal van Robin Hood, die vecht tegen de slechte koning Jan in afwachting van diens broer, de rechtmatige koning Richard die op kruistocht is in Jeruzalem. Een ander verhaal is dat van koning Arthur, ‘the once and future king’, degene die orde en harmonie bracht in een tijd waarin er chaos en onderlinge verdeeldheid heerste. Op het magische eiland Avalon wacht hij, net als Merlijn de magiër, op de tijd dat hij weer nodig is en terug zal keren. In het sprookje *Ijzeren Hans* ontvoert de wildeman zich – ontdaan van zijn vloek – aan het eind van het verhaal als koning. Ook het wereldberoemde epos van Homerus handelt over de terugkeer van een koning: Odysseus, koning van Ithaca, keert na lange omzwervingen terug in zijn vaderland om zijn plaats als koning weer in te nemen. Naast deze literaire variaties op het thema van de terugkeer van de koning wordt in vele godsdiensten en religieuze geschriften gewag gemaakt van de terugkeer van spirituele koningen of geestelijke leiders. In christelijke en joodse kringen wordt gesproken over de tweede komst van de Messias, koning van de Joden, en in new age-kringen wordt gesproken over de komst van het Christusbewustzijn. De moslims verwachten de Mahdi, de hindoes Krishna en de boeddhisten de vijfde Boeddha. In Zuid- en Midden-Amerika wachten de Maya’s en de Inca’s op de terugkeer van Kukulkan of Quetzalcoatl, de gevederde slang. Anderen spreken over de Maitreya die in deze tijd op aarde zal verschijnen. Ook in de huidige tijd komt het verhaal opnieuw tot leven in films of televisieseries als *Game of Thrones*, *The Matrix Trilogy*, *The Lord of the Rings* of de Netflix-serie *Messiah*.

Al deze verhalen vertellen één ding: de terugkeer van leiderschap dat handelt vanuit het hart, niet vanuit het hoofd of de buik. Het is het leiderschap dat respect heeft voor de aarde en in contact staat met spirituele wijsheid, dat mannelijke en vrouwelijke kwaliteiten in zich verenigt, en dat kracht en kwetsbaarheid samenbrengt.

Het lijkt erop dat dit universele thema van de terugkeer van de koning ook voor deze tijd geldt, want de roep om werkelijk leiderschap wordt steeds luider. Veel mannen dienen in deze tijd de god van geld, van auto's, van meer en beter, terwijl we langzamerhand in de situatie terecht zijn gekomen die in zoveel verhalen wordt geschetst: de rivieren zijn opgedroogd, de bossen sterven uit, de lucht is vervuild en de koning, symbool voor ons hart, is ziek. De negatieve gevolgen van onze denken en leefwijze beginnen steeds concreter te worden. Het wordt weer tijd om ons op de werkelijke waarden in het leven te bezinnen en daar de uiterlijke belangen op af te stemmen. Het wordt tijd dat mannen zich bewust worden van wie ze zijn en welke rol ze hebben. Dat gaat dieper dan de discussies uit de jaren zestig en zeventig over afwaskwasten, zorgverdeling en de verlanglijstjes over de ideale man. Het gaat om onze overleving en de toekomst van de aarde. Mannen hebben daar, net als vrouwen, een cruciale taak in te vervullen. En tegelijkertijd, met het oppakken van die verantwoordelijkheid, zullen we onze trots terugvinden, onze eigenwaarde als man en onze plek in de wereld.

