

## Fragment uit “Schelpen op de Everest”, door Johan Roose

Een uur lang liep Sarah door de gutsende regen. Toen ze eindelijk Behaipark bereikte, dreef de zon de wolken voor zich uit en priemden de eerste warme zonnestralen door het wolkendek. Uitgeput zocht Sarah zich een zitbank in het park. Het was een weekdag, bijgevolg was het bijzonder rustig in het park. Sarah deed haar kletsnatte jasje uit, hing hem op de leuning van de bank en vleide zich neer. Haar natte kleren waren het minst van haar zorgen. Ze fleurde even op door de warmte van de zonnestralen die haar verkilde lichaam opwarmden, waarna ze verzonk in een diepe slaap.

De rust en de vredigheid van de omgeving zorgden ervoor dat Sarah pas laat in de namiddag ontwaakte. De zon begon zich reeds achter de bomen, die de rand van het park omzoomden, te verschuilen. De lange rust in de buitenlucht had haar goed gedaan. Onmiddellijk terug naar huis gaan zag ze niet zitten. Ze bekeek zichzelf: haar kleren waren ondertussen droog maar helemaal verkreukt en haar haren hingen wild over haar voorhoofd. Ze voelde zich geenszins instaat om terug naar Jonathan te gaan. Alhoewel de rust haar lichaam verse krachten had geschonken, voelde ze zich geestelijk een wrak.

"Ik moet met iemand kunnen praten." dacht ze en haast onmiddellijk dwaalden haar gedachten af naar Oom Chang.

Chang behoorde tot een Taoïstische familie van meesters in de Qi Cong en Tai Chi die deze kennis generaties lang had overgedragen. Oom Chang wist bovendien veel af van Chinese geneeskunde, Chinese kruiden en Chinese astrologie. Sarah bezat een sterk vertrouwen in Chang, want hij had haar in het verleden meermaals met raad en daad bijgestaan. Oom Chang kwam wekelijks de tuin van Sarah's vader onderhouden. Op die manier werd Sarah zeer vertrouwd met hem. Hij had haar het overlijden van haar moeder voorspeld evenals haar huwelijk met Jonathan. Bovendien had hij haar dikwijls genezen van kleine kwaaltjes met een of andere kruidenthee. Toch was Oom Chang een eenvoudige man. Hij straalde echter iets uit wat Sarah nooit had kunnen definiëren maar waardoor ze enorm gefascineerd was.

Ze was jarenlang bij hem in de leer geweest. Alleen de laatste jaren had ze geprobeerd op eigen benen het Taoïsme verder te doorgronden.

Ze herinnerde zich nog zeer goed de dag waarop Oom Chang haar de toekomst voorspelde. Sarah zag zichzelf, als klein meisje, nog staan naast Oom Chang in de tuin.

"Openbaar je nu mijn toekomst, Oom Chang" vroeg het kleine meisje, terwijl Chang een aantal bonsaiboompjes snoeide in de tuin.

"Je weet dat ik nog nooit een belofte gebroken heb." antwoordde hij met een aarzeling, die Sarah niet opgevallen was, in zijn stem.

"Zet je neer Sarah, ik heb een geschenkje voor jou." zei Chang, terwijl hij diep in zijn zakken van zijn wijde zijden broek tastte.

Sarah bekeek de diepe groeven in zijn bruingebrande voorhoofd. Zijn jukbeenderen staken fel vooruit en de rimpels op zijn gelaat getuigden van een intens en bewogen leven. Hij bezat iets mysterieus, iets vaderlijks ook, iets beschermend, iets vooruitziend. In zijn nabijheid voelde Sarah zich goed. Als jong meisje had ze hem dikwijls haar probleempjes toevertrouwd en nooit had hij ze geminimaliseerd,

integendeel. Als ze bedroefd was speelde hij een vrolijk melodietje op zijn zelfgemaakt bamboefluitje of streelde hij haar krullen om haar te troosten. Als kind reeds bewonderde ze zijn macht die bestond uit harmonie en goedheid. Hij slaagde erin alles te relativeren tot zijn essentie. Iedere tegenslag zag hij als de start van een nieuw begin en deelsluitmakend van het leven.

"Taoïsme," zei hij altijd "is je laten meedrijven met de stroom van het leven. Neem de dag zoals hij komt."

Alhoewel hij weinig bezat, vond Sarah dat hij een rijk mens was. Hij bezat de kunst om gelukkig te zijn, om het leven zin te geven. Dit wou ze van hem leren. Urenlang had ze zitten te luisteren naar hem, naar zijn wijsheden en zijn boeiende verhalen.

"Hier heb je jouw geschenkje." zei hij en gaf haar een klein, rood zijden doosje met goud borduursel. Sarah bekeek het doosje met verwondering. Ze wist dat Oom Chang het doosje zelf gemaakt had en ze was benieuwd wat het zou bevatten. Traag opende ze het kleine ding en ademloos bekeek ze het kunstwerkje dat erin stak. Het was een met ivoor ingelegde gouden medaille.

"Ken je dit teken?" vroeg Chang. "Het is een soort amulet, door mijn voorvaderen overgedragen aan mij. Vermits ik geen kinderen meer heb, schenk ik het aan jou. Het heeft iets speciaals: als ik het aan jou schenk zal het steeds naar jou terugkeren ook al mocht je het verliezen. Het is het symbool van het leven, van harmonie en evenwicht alsook van volmaaktheid en schoonheid. Het is het Yin-Yang teken, de symbolische uitbeelding van het Zijn. Hou het steeds bij je en het zal je behoeden voor het Kwaad en je beschermen in moeilijke situaties. Wat je toekomst betreft zal ik kort zijn: binnen een tweetal jaren zal je iemand verliezen die U zeer dierbaar is. Als je 23 bent zal je huwen met een man, Jonathan genaamd. Je zult tien onbezorgde jaren kennen. Daarna ga je een moeilijke tijd tegemoet. Je vertrouwen in jezelf zal zwaar beproefd worden. Meer kan ik je voorlopig niet zeggen, je bent nog te jong om alles te begrijpen. Weet echter dat je steeds op Chang kunt rekenen. Als je ooit in nood verkeert, aarzel dan niet om mij raad te vragen."

"Aarzel niet om mij raad te vragen." : herhaalde Sarah binnensmonds en betastte de medaille die om haar hals hing. Ze twijfelde geen moment meer. Ze graaide haar overjasje van de bankleuning en verliet Behaipark richting binnenstad.

"Oom Chang moet me hieruit helpen. Waarom heb ik niet eerder aan mijn meester gedacht om wijze raad te vragen?" dacht ze.

Zoals altijd viel de avond vroeg in Beijing. De duisternis veroverde snel de stad en gelukkig dat Sarah de binnenstad behoorlijk goed kende, want anders was ze zeker verdwaald geraakt in de wirwar van de onverlichte steegjes van de oude stad.

Sarah bereikte een portaal waaruit oranje lichtstralen haar tegemoet kwamen. Ze betrad het kleine binnenkoertje dat rust, vrede en schoonheid uitstraalde. Een aantal kleine oliefakkeltjes verlichtten het voortuintje. De rode sluierswaarden zwommen ijlings weg, toen Sarah's schaduw het groenblauwe vijvertje bereikte. De groene bladeren van de waterlelies boden een ideale schuilplaats voor de schuwe vissen. Tussen het vijvertje en de bescheiden woning, waarvan de muren witgekalkt waren, stonden tal van keramische potten waaruit de klimplanten zich sierlijk een weg baanden naar de schamele lichtstralen die ze overdag wellicht probeerden te bereiken.

Die avond was het zwoel en het geluid van een krekel in één van de planten van het binnentuintje, accentueerde de stilte die er verder heerste in dit kleine heiligdom. In één van de hoeken van het voortuintje zat, gehuld in een zwart satijnen pak, een man op een rieten mat. Hij mediteerde. Sarah had de man eerst niet opgemerkt want het was alsof hij één was geworden met de schoonheid van de omgeving. Langzaam naderde Sarah hem en zette zich voor hem neer. Hij scheen Sarah eerst niet op te merken want pas minuten later opende hij de ogen en keek haar indringend doch vriendelijk aan.

"Sarah, mijn meisje. Dat is een hele tijd geleden! Waar ben je gebleven?" vroeg de oude man. "Hoe zie je eruit! Vertel op. Wat kan ik voor je doen?"

"Oh, Oom Chang" barstte Sarah in tranen uit. Ik en Jonathan vinden het niet meer zo goed met elkaar. Ik ben deze morgen weggelopen na een hevige ruzie en ik wil eerst alles op een rijtje zetten vooraleer ik terugga naar hem. Misschien ben ik het die hem niet begrijpt."

"Hou je nog van hem?" vroeg Oom Chang op een ernstige toon.

"Ik hou nog steeds van Jonathan, oom, maar ik vind hem steeds minder terug in de man waarmee ik nu samenleef."

"Houdt Jonathan nog van jou?"

"In de weinige momenten dat hij ontspant en gelukkig is, vinden we elkaar nog. Dan beweert hij dat hij zielsveel van mij houdt. Dan voel ik mij zo warm, geborgen en goed. Dan ervaar ik echt dat hij van mij houdt. De laatste maanden lukt het me echter niet meer. De harmonie tussen ons is zoek."

"Harmonie heeft te maken met evenwicht" repliceerde Oom Chang terwijl hij opstond en zijn woning binnentrad. Even later kwam hij terug met een knikker in de ene hand en een acupuncturnaald in de andere hand.

"Plaats deze naald loodrecht op deze knikker." beval hij Sarah.

Even stond Sarah perplex en dacht na. De naald was te zacht om de harde knikker te doorboren, dat was duidelijk. Anderzijds was de punt van de naald te scherp om recht op het ronde oppervlak van de knikker te kunnen plaatsen.

Voor Sarah een oplossing kon bedenken doofde de man een klein kaarsje, kneedde de was tot een bolletje, duwde de stompe kant van de acupuncturnaald erin. Hij overhandigde Sarah de knikker en het bolletje met de naald erin.

"Probeer nu maar" zei de oude man en zijn ogen glinsterden van amusement.

"Evenwicht" dacht Sarah, "dat moet de grootste eigenschap zijn van een koorddanser."

Sarah tastte de omgeving af en zag twee ivoren eetstokjes liggen naast een porseleinen eetkommetje.

"Mag ik?": vroeg Sarah aan de oude man en nam de twee stokjes. Ze duwde de scherpste punten van de eetstokjes in het wassen bolletje, hield de knikker in haar linkerhand tussen twee vingers en plaatste met haar rechterhand de constructie op de knikker. Na een aantal pogingen bleef de naald rechtop de knikker staan.

"Ziezo" zei de oude man, "wat eerst onmogelijk leek is toch mogelijk geworden dankzij het zoeken naar het creëren van evenwicht. Dit geldt ook voor het leven:

evenwicht zoeken in jezelf met je omgeving en met het leven dat je leeft. Momenteel is er duidelijk geen evenwicht tussen jou en Jonathan. Daar moet een verklaring voor zijn. Op die manier kunnen jullie niet genieten van elkaars energieën. Herinner je nog het Yin-Yang symbool? Heb je trouwens nog je medaille, Sarah?"

"Maar natuurlijk, Oom Chang" antwoordde Sarah en haalde haar amulet van onder haar blouse.

"Welnu, je hebt de leeftijd bereikt om meer inzicht te verwerven in de symboliek van deze medaille. Misschien helpt het inzicht je om jouw relatieproblemen met Jonathan op te lossen."

"Ik zou je dankbaar zijn, Oom. Om eerlijk te zijn: het was al lang mijn bedoeling om je te komen bezoeken. Ik voel immers aan dat ondanks mijn meditatie en mijn Tai Qi Chuan oefeningen, ik voor het ogenblik in een, voor mij althans, onduidelijke situatie verkeer."

"Heb vertrouwen meisje, laat ons terug starten bij het prille begin. Maar eerst een warme kop thee of wens je iets te eten?"

"Neen, dank U, ik heb echt geen trek maar een kopje thee lust ik wel."

Oom Chang nam de antieke gietijzeren theepot op die op een staander met theelichtjes stond en goot twee kopjes oolong thee in. Op een eerder onhandige manier bracht Sarah het hete porseleinen kopje zonder oortje naar haar mond. Oom Chang, die het in de gaten had, kon niet nalaten te glimlachen.

"Zolang in China en nog steeds geen theekopje gewend? Deze warmte is jouw vijand niet, Sarah! Aanvaard ze, neem de warmte in je op." zei hij terwijl hij probleemloos de dampende thee opslurpte.

"Maar kom, laten we starten bij het begin. Onthoud vooral, Sarah, dat ook de langste reis begint met de eerste stap. Je zult een aantal denkpatronen moeten herzien. Je zult bepaalde vastgeroeste ideeën moeten laten varen. Dit is noodzakelijk om de eenvoud en de wijsheid van het Taoïsme te verwerven.

Laat ons vandaag beginnen met het meest fundamentele principe uit het Taoïsme: het Yin-Yang principe. Kijk hier naar het symbool op dit theekopje, het is het symbool dat je ook terugvindt op je medaille die ik je geschonken heb. Het is een cirkel verdeeld in twee in elkaar versmeltende slierten. Merk op dat binnen de witte helft een puntje zwart zit en binnen de zwarte helft een puntje wit. De twee delen lopen over in elkaar: het witte gedeelte in het zwarte en omgekeerd. De oude Taoïstische filosofen bestudeerden de natuur in al haar facetten. Ze stelden vast dat alles wat leeft alleen kan bestaan door de wisselwerking van twee soorten energie: de rustenergie enerzijds en de activiteitsenergie anderzijds. Dit vinden we terug in dit symbool. Dit principe is één der oudste principes van het Taoïsme. Het is op 't eerste gezicht misschien één van de eenvoudigste principes maar eenvoudige principes zijn dikwijls het meest toepasbaar in het dagelijkse leven.

"Hoe moet ik me dat concreet voorstellen?" onderbrak Sarah.

"Om een idee te krijgen van wat een toestand van Yin en een toestand van Yang is, vergelijken we twee zijden van een berg. De kant waar de zon schijnt kunnen we Yange zijde noemen. Deze zijde is goed verlicht, het is er lekker warm en er is veel activiteit. Er groeien planten en er grazen dieren. De schaduwzijde is de Yinne zijde van de berg: het is er stil, er is weinig beweging, er is weinig licht waardoor het koeler is. Er is ook sluimerend leven aanwezig maar het valt minder op. Wanneer de zon zich in de loop van de dag verplaatst van de Yange zijde naar de Yinne zijde wordt

de situatie omgekeerd en gaan de bloemen aan de Yange zijde dicht, zoeken de dieren beschutting voor de koude, gaat het licht over in duisternis. Het dynamisme tussen deze twee toestanden maakt leven mogelijk. Dit vinden we ook terug in de dag-nacht cyclus. Na een dag vol activiteit heeft ons lichaam en onze geest rust nodig. De mens heeft zich van oudsher moeten aanpassen aan het dagnachtritme van de natuur. Ons eigen lichaam is een microkosmos dat zich aanpast aan de macrokosmos. We zien de zon als symbool van Yang, terwijl de maan rust en koelte symboliseert. Kijk rondom je: waar heeft men de beste omstandigheden om in te leven: daar waar er voldoende warmte en vocht is. De zon bezit Yange kwaliteiten: verwarmt de aarde, doet bijvoorbeeld de wolken bewegen en doet planten groeien. De regen heeft Yinne kwaliteiten: voedt de planten met vocht, vult onze meren en rivieren, koelt de atmosfeer, spoelt onze stofferige straten proper. Dank zij de zon kan het water van onze zeeën verdampt worden tot wolken die dan weer zorgen voor de regen. Op die manier ondersteunen ze samen het leven op aarde."

De oude man onderbrak even zijn monoloog en slurpte aan zijn ondertussen koud geworden thee.

"Yin en Yang zijn dus geen symbool van goed en kwaad, van beter en slechter?" vroeg Sarah met enige aarzeling.

"Maar Sarah! Geenszins!" zei Chang bijna verontwaardigd.

"Leer de natuur begrijpen vanuit het dynamisme dat voortspruit uit deze twee elementen. Nemen we als voorbeeld: mannen en vrouwen. Het is evident dat mannen meer Yange karakteristieken vertonen dan vrouwen en omgekeerd. Door hun, van nature uit, Yanger karakter zijn mannen meer prestatiegericht. Daardoor functioneren ze goed in het zakenleven waar ze niet empatisch mogen zijn en waar ze zich kunnen ontplooiën en competitief kunnen zijn. Mannen zijn fysiek ook sterker, hebben dikkere spieren, hebben minder vlug koud maar zijn ook agressiever, zijn minder emotioneel en denken rationeler. Vrouwen, Sarah, bezitten meer Yinne kwaliteiten, hebben een frêle lichaamsbouw, voelen zachter aan, hebben het vlugger kou, zijn minder agressief maar hebben meer nood aan aandacht en affectie want ze zijn emotioneler maar ook intuïtiever dan een man. Wellicht kunnen vrouwen beter de twee soorten energie die ze in zich dragen, benutten. Mannen teren te vlug op hun Yange energie en verwaarlozen hun Yinne kwaliteiten of brengen ze niet tot ontplooiing. Dit is echter ten dele verklaarbaar door de voorgeschiedenis."

Het is dus niet zo dat een man alleen Yange kwaliteiten bezit en een vrouw alleen Yinne kwaliteiten?" vroeg Sarah bedeesd aan de oude man.

"Correct! Ik heb je daarstraks het symbool getoond en je gezegd dat binnen het Yinne gedeelte wel degelijk ook een klein deeltje Yang aanwezig is en omgekeerd. Concreet betekent dit: iedere winter bevat uren en dagen met zonschijn en elke zomer dagen met regen en momenten van koelte. Zo is het ook bij de mens: iedere mens, zowel man als vrouw, draagt beide energieën in zich. Alleen is het zo dat mannen en vrouwen fundamenteel verschillen met betrekking tot de verhouding Yang en Yin energie in hun lichaam. Dat maakt de twee soortgenoten zo boeiend. Iedere vrouw heeft een aantal mannelijke kwaliteiten in zich. We zouden kunnen stellen dat de vrouw een zeer sterk ontwikkelde Yinne energie bezit maar met daarbinnen een zeer harde kern. Bijgevolg kan een vrouw goed organiseren en kan zich tevens zeer competitief opstellen. Ze kan dus meedraaien in een Yange maatschappij. Aan de andere kant kunnen mannen bezorgd zijn om hun gezin, ze kunnen eten koken, ze kunnen zich onderhouden met kinderen, ze kunnen

romantisch zijn. Hier is het hun Yinne zachte kern die naar voor treedt. Het wordt echter tegennatuurlijk wanneer vrouwen alleen hun harde mannelijke kern naar boven laten komen of mannen alleen hun vrouwelijke zachte kern. Dan wordt het leven tussen twee partners allesbehalve boeiend. Immers: energetisch bekeken zijn man en vrouw enerzijds elkaars tegenpool, maar anderzijds ook elkaars aanvulling. Ze vullen aan wat bij de andere minder sterk ontwikkeld is. Wanneer de twee tegenpolen elkaar ondersteunen en in elkaar overvloeien ontstaat een enorm dynamisme. Deze samensmelting ontstaat wanneer de beide partijen respect hebben voor elkaars eigenheid, elkaar aanvoelen en elkaar aanvullen. Welnu, in de moderne beschaving staat geld centraal als symbool van welstand, macht en gewaardeerd worden. Vrouwen die, spijtig genoeg, eeuwen te weinig waardering hebben genoten, eisen nu deze vorm van waardering op en zetten zich actief in, in het beroepsleven buitenshuis. In feite wordt de harde kern in de vrouw sterker. Sommige vrouwen hebben echter problemen met de gedragsveranderingen die ze zelf ondergaan. De gezellige huisvrouw van weleer moet plaats ruimen voor de duiveltje-doe-alles vrouw. Dit veryangingsproces van de vrouw eist zijn tol voor de vrouw als dusdanig maar ook voor haar omgeving. Haar typisch Yinne functies kunnen dan nog wel uitbesteed worden aan huishoudsters maar een vrouw wil toch de Yinne functies binnen het gezin blijven controleren. Om dit te verwezenlijken samen met de typisch Yang dagfunctie buitenshuis, is veel energie en veel flexibiliteit vereist. Temeer omdat de meeste mannen uitzien naar haar Yinne kwaliteiten, niet naar wat ze als Yang individu presteert. Dit laatste lijkt meer op een concurrentieel bezigheid voor de man. Mannen vinden dus een minder Yinne vrouw thuis dan weleer en dat wil wel eens voor problemen zorgen. Vrouwen willen, misschien eerder dan vroeger, gerust gelaten worden na hun dubbele dagtaak. Maar ook mannen hebben door deze evolutie van de vrouw gedragsveranderingen moeten ondergaan. Als man volstaat het niet meer zoals vroeger een dagtaak uit te voeren. Als compensatie voor de dagtaak van de vrouw wordt van de man verwacht dat hij deelt in de Yinne huishoudelijke taken, wat vrij logisch lijkt. Maar niet alle mannen zijn klaar om aan deze gedragsveranderingen toe te geven. De enige oplossing voor het onbegrip dat bestaat tussen de twee seksen is communicatie: laat Yin in Yang overvloeien en omgekeerd. Als dit niet meer gebeurt komen er onvermijdelijk scheidingen: twee gelijke polen stoten elkaar immers af. Als er geen communicatie meer is tussen man en vrouw is er geen begrip meer voor elkaars eigenheid en voelen beide partijen zich onvoldoende begrepen."

"Wat je me nu allemaal vertelt heb ik ook ten dele in mijn eigen relatie met Jonathan ervaren." repliceerde Sarah.

"Dat kan ik me voorstellen." bevestigde Oom Chang "maar laat het ons daarbij houden voor vandaag, Sarah. Laat alles even bezinken. Ik kan je zeker geen kant-en-klare oplossing voorschotelen. Daarvoor is het leven te boeiend. Ga op zoek naar wat harmonie brengt tussen jullie beiden. Ga nu, het is al laat en Jonathan zit waarschijnlijk vol ongeduld op je te wachten. Kom volgende week terug. Als je dan concrete vragen hebt zoeken we wel een oplossing."

"Je hebt gelijk, Oom Chang, misschien is het beter om nu naar huis te gaan. Alvast bedankt voor je advies en je tijd."

"Breng Jonathan de volgende keer maar eens mee, misschien kunnen we samen de problemen iets gemakkelijker oplossen."

"Zal ik zeker doen!" bevestigde Sarah en ze gaf de oude man een kus op zijn voorhoofd.

"Ik hoop dat ik je een stapje in de goede richting heb geduwd. Als je wilt wandel ik mee tot thuis?"

Sarah haalde diep adem en zuchtte: "Nee, dank je. 't Is zeer vriendelijk van je Oom Chang, maar ik heb geen schrik van de duisternis en onderweg kan ik alles op een rijtje zetten. Ik denk dat ik een aantal zaken beter begrijp."

Sarah verliet de binnenkoer en even later liep ze met snelle passen door de binnenstad. Ze had het koud gekregen en ze besloot de kortste weg huiswaarts te nemen.