

# Taoïstische Rijmpjes en Gedichtjes .

Met zorg voor u gekozen.

## Slaapliedje

*Slaap kindje slaap  
In de kruin van  
de boom,*

*Als de wind gaat  
waaien  
Zal de wieg  
schommelen;*

*Als de grote tak  
breekt  
Zal de wieg  
vallen,*

*En omlaag valt dan  
het kindje,  
Wieg  
en  
al.*

## Slaapliedjes.

Nav Taichi Stage voor Monitoren Christelijke Mutualiteiten.

**Thema: ONTMOETING**

### Het waarom van slaapliedjes.

Voor de rockgroep Metallica is hun slaapliedje “Enter Sandman” een gaatje in de markt, maar het slaapliedje “Slaap kindje slaap in de kruin van de boom.” dat is andere koek.

Slaapliedjes zijn de eerste kinderrijmpjes, ze zijn de eerste opeenvolging van klanken, de eerste poëzie die pasgeboren baby's te horen krijgen. Ze zijn het eerste muzikaal verhaal en het overgangsrитуeel dat de baby van een wakkere toestand naar een slaaptoestand moet begeleiden. Sinds Jung en Freud weten wij dat er tijdens de slaap belangrijke psychische verwerkingsprocessen plaatsvinden en dat slaapgebrek een oorzaak kan zijn van disharmonische gedragspatronen. Maar reeds lang voor Jung en Freud werden overal ter wereld slaapliedjes gezongen . Ze werden als een belangrijk overgangsrитуeel werd ervaren.

Nuchter bekeken is het zingen van slaapliedjes een uitwisseling, een samenspel van energieën. Maar een slaapliedje is meer dan een muzikaal intermezzo of een overstapje van een wakkere naar een slapende toestand. Slaapliedjes zijn ook het eerste contact met “de poëzie van het leven.”. In de waakslaap, net voor het definitief inslapen is er iemand die “zachtjes zingend aanwezig is”. Er is een vriendelijke stem die 's nachts als het donker wordt de wacht zal houden. Er is een ontmoeting, een vertrouwde stem, er zijn zachte herkenbare klanken en uit de dierenwereld weten wij hoe

belangrijk dat repetitief auditief contact is. Als jonge kittens miauwen dan antwoordt de katin en ook de huilende baby die nog niet kan zien en hij is op auditieve signalen aangewezen. Baby is niet alleen,... baby kan rustig inslapen. Elke avond worden dezelfde slaapliedjes door dezelfde zangers gezongen en zo iets geeft vertrouwen.

Maar er is meer, want ook de vader of de moeder die slaapliedjes zingt, die hoorde ze zelf ooit zingen. Alle slaapliedjes werden immers van generatie op generatie “over-gezongen” en ook dit slaapliedje is zo’n overdracht. Slaapliedjes zijn aldus ook een eerste zoetgevooid contact met de eigen familiegeschiedenis, ze zijn een vocale poëtische herinnering aan de band met zijn eigen “wortels” van de gemeenschappelijke familiestamboom. Ze zijn baby’s eerste mondeling lesje in de geschiedenis (in wat er “geschied” is) en ze zijn bijgevolg een eerste contact met de dimensie tijd.

## **De drie generaties van de familie stamboom.**

Tenslotte is er toch ook de oude Chinese traditie van de drie generaties.

Kind, ouder en grootouder horen bij elkaar als één logische familiecel, als aan en invulling van één gezamenlijk geheel dat men de “traditie der drie generaties” noemt.

Kind(aarde), ouder(mens) en grootouder(hemel) horen bij elkaar zoals aarde, mens en hemel ook bij elkaar horen. Het is dus van de grootse importantie dat de drie generaties van elkaar kunnen leren en dat ze energetische informatie en levenservaring uitwisselen zodat uiteindelijk zowel kind als grijsaard “het oude kind” of nog “het kind dat weet” kan en mag worden. Dat is namelijk precies wat Lao Tse bedoelt met “het eeuwige kind” zoals dat ook in zijn Tao Te Tsjing omschreven wordt..

Diezelfde gedachte, de “drie-verwarmers” dan, treffen wij trouwens ook aan in de acupunctuur en in de Taoïstische visie op de kosmos want in de Tao Te Tsjing en I Tsjing zijn de wetmatigheden van de aarde, de mens en de hemel het enige “postulaat”.

In Tai Chi worden die wetmatigheden voortdurend toegepast ( zie het gebruik van ren mai en du mai ) want het transformeren van energie gebeurt van onder naar boven of van boven naar onder. Die kringloop van fysiek, mentaal en spiritueel integreren en transformeren van de drie dimensies (aarde, mens en hemel) is dé levensopdracht voor elk mens. Wie daar met succes in slaagt wordt ook nog wel eens “een wijze” of “een dwaas” genoemd naar gelang de orde van wijsheid of dwaasheid waarin men zich zelf mag verheugen. Vergeten wij immers niet dat alles relatief is... en dus ook wijsheid en dwaasheid. Veel meer dan integreren en transformeren hoeven mensen tijdens hun korte oponthoud hier op aarde niet te doen. Enkel door te transformeren en te integreren kan energie vrij stromen en zodoende kunnen mentale, fysieke en spirituele blokkades opgeheven. Ook hier weze gezegd dat deze drie niet los van elkaar kunnen gezien worden. Als men bijvoorbeeld in Taichi enkel Chi Kung beoefent voor de fysieke gezondheid(mens) en daarbij de dimensies aarde en hemel verwaarloost dan zal men geen of weinig resultaat boeken. Dan wordt Tai Chi zelfs een flauwe en ondermaatse bewegingsleer of het ontardt in wat ik “het Tuttemi- Taichi noem, (het tuttemiekes taichi). Maar als men Tai Chi enkel voor bijvoorbeeld de martiale toepassingen leert (dimensie mens) dan wordt Tai Chi wat ik het “Schuppezo Tai Chi”, (het schuppenzot) taichi noem.

In Tai Chi moeten wij “alles” tot ons nemen want “alles”, maar dan ook “alles” is immers één, en het is onvoorstelbaar dat onze westerse cultuur daar na 5000 jaar nog niet ten volle achter gekomen is... Alles is immers één, wij hebben niet eens te kiezen. Alles verandert altijd; ook hier horen de “drie generaties” van de familie stamboom (die wij nu zeer ruim interpreteren) onlosmakelijk bij elkaar. Tot hier deze kleine uitweiding.

Ter zake nu: wij verdiepen ons hier verder in een slaapliedje dat een kindje bezingt dat slaapt. Dat kindje ligt in een wieg en die wieg hangt aan de tak van een boom. Als de wind waait dan gaat

het wiegje schommelen, maar als die wind te sterk wordt dan kan de tak breken en dan valt het wiegje met kind en al.

Simpel toch, maar hallo, hallo, zijt u er nog?

### ***De familiestamboom***

Elke boom bestaat uit wortels, een stam en takken en tenslotte de kruin. Een familiestamboom is eigenlijk in essentie te herleiden tot “leven en sterven”, tot een oeritmisch gegeven van eros en thanatos. Wie begint te leven die begint tegelijkertijd ook te sterven. Als deze baby met wieg en al nu nog bovenaan in de kruin van de boom hangt, dan zal hij weldra naar lagere gebieden dalen, hij zal plaats maken voor anderen en hij zal tenslotte sterven. Onwillekeurig moet ik bij slaapliedjes dan ook altijd denken aan stervensbegeleiding waar de stervende ook voortdurend klanken en woorden te horen krijgt vooraleer definitief de ogen dicht te doen om dit keer voor altijd “in te slapen”. Zo gezien begeleiden slaapliedjes ons bij de overgang naar onze eerste zowel als ons laatste inslapen want klanken kunnen immers helen. Zij zijn een vocaal en helend overgangsritueel bij onze eerste stap in, en onze laatste stap uit het leven en zij moeten ons troosten en verzoenen met de vreugde van het begin en met het verdriet van het einde van het leven. Op die manier wordt het begin met het einde verbonden en de cirkel is rond(ook de boom geeft immers zaden die in de grond zullen opschieten en de cirkel is rond.)

### ***Slaapliedjes beantwoorden levensvragen.***

Tussen het eerste en het laatste wiegeliedje leiden wij ons leven, en tijdens dat leven zullen wij toch een paar antwoorden moeten vinden op een paar levensvragen.

Minstens drie vragen zullen zich altijd opdringen: “Wie ben ik?” . “Van waar kom ik?” “Waar ga ik naar toe?” Slaapliedjes zijn alvast een goed begin om de baby reeds vroeg te verzoenen met het leven. Zij zijn het eerste muzikale therapeutisch gezang, zij zijn naar de toekomst toe een “opstekertje” waardoor de baby straks aangesterkt de eerste identiteitscrisis met succes kan doorstaan.

De baby ervaart al vlug door het horen van steeds hetzelfde slaapliedje dat hij welkom is in een sociaal netwerk en hij voelt instinctmatig dat hij daarin een eigen plaats heeft. Ooit zal de baby eerst het familiale netwerk, dan het dorp, de stad, de wereld en vervolgens zichzelf moeten ontdekken. Ooit zal de baby anderen en zichzelf bevragen en slaapliedjes geven reeds een antwoord op drie fundamentele levensvragen: “Wie ben ik, vanwaar kom ik , en waar ga ik naartoe?” De antwoorden op die vragen kunnen bepalend zijn voor zijn gelukkig” thuisgevoel” in het eigen leven. “Vanwaar kom ik?” Als men niet bij een gemeenschap hoort, dan kan men die vraag niet eens stellen aan iemand die ze zou kunnen beantwoorden. Zonder tot een gemeenschap te horen zal zelfs niemand naar je vragen luisteren en uiteraard zal niemand ze beantwoorden. Zonder ergens bij te horen kan men nergens heen met twijfels en kan men de antwoorden die men vindt niet aan de realiteit toetsen. Wie nergens bij hoort zal ook nooit het gevoel kennen van thuis te komen want er is niemand die op je wacht of op je rekent.

Je hebt immers niemand die je talenten kent, herkent en erkent en je krijgt daardoor misschien een gedeukt zelfwaarde gevoel dat je zal moeten opkrikken door overconsumptie en zielloos dolen. Onlangs zag ik een documentaire over Hitlers ontwortelde “familie stamboom” met als eindconclusie dat elk mens onder bepaalde omstandigheden ook wel eens een Hitler zou kunnen geweest zijn.

Als wij geen tijd meer vinden om voor baby’s wiegeliedjes te zingen dan is dat symptomatisch voor een westerse thuisloze samenleving zonder warme sociale of familiale contacten.

Op dit vlak zou Afrika ons kunnen “heropvoeden”. Daar is de familie stamboom nog grotendeels intact en daar worden belangrijke beslissingen letterlijk samen onder een grote boom genomen. Slaapliedjes zijn het eerste clubliedje van onze sociale netwerken.

### ***Wij investeren in slaap stoornissen in plaats van in slaapliedjes..***

Wij schijnen alsmaar meer last te hebben van slaap stoornissen. Wij willen zulks verhelpen door het materieel slaap comfort te verhogen, door slaap klinieken op te richten, door slaap- en kalmeringsmiddelen. Maar onze slaap stoornissen zouden wel eens diepere oorzaken kunnen hebben. Het zit wellicht dieper, want velen missen de schaduw van een wieg die hing aan de eigen familieboom, zij missen zelfs op latere leeftijd de vertrouwde stem en de zachte klanken van “hun” clubliedje dat hen al vroeg leerde om zich te verzoenen met het leven.

Velen werden nooit geïnitieerd in het wonder van het leven. Ministers adviseren nu kleuters om te leren computeren, onze rationeel georganiseerde samenleving schijnt weinig voeling te hebben met het organische leven. De toekomst is dan ook aan de “burnout” klinieken en over vijftien jaar voorziet men dat CVS de beeldbepalende ziekte zal zijn. In plaats van nu te investeren in kleine warme sociale structuren op mensen maat, investeren wij meestal in toekomstige slaap stoornissen.

### ***“Als de grote tak breekt dan zal de wieg vallen, met kind en al.”***

Wij stelden eerder dat elk slaapliedje voor de baby een eerste inwijding betekent in de geborgenheid van een emotionele, sociale en familiale orde, maar het zou ook wel eens kunnen dat zulke liedjes ook voor de zanger bedoeld zijn en wel om de “slaapliedjes zanger” aan zijn of haar verantwoordelijkheden in de sociale orde te herinneren.

Wij mensen blijven immers sociale wezens die in alle levensstadia zullen wij moeten “palaveren onder de takken van de gemeenschapsboom waarin ooit onze wieg heeft gehangen”. Wij zijn in een “familie stamboom” gewiegd en als de grote tak breekt waaraan wij hangen, dan zal onze wieg ook op de grond vallen. “Als de wieg dan valt, dan zal ook het kind vallen, met wieg en al” zingt de slaapliedjes zanger. Vooral Jung heeft gewezen op de symbolische, energetische en archetypische betekenis van de wieg en de boom. Ooit zal de baby zich uit de familieboom losrukken en de wieg staat symbool namelijk voor het verleden waarin de baby letterlijk gewiegd werd. Die wieg staat symbool voor onze eigen geschiedenis, voor ons “pakketje overlevering” dat wij in de Chinese geneeskunde ook wel eens “Yin” noemen. Daar spreekt men zelfs van twee soorten Yin: de prenatale (het pakketje “stamboomenergie”) en de postnatale Yin (het pakketje levensenergie dat wij na de geboorte meekregen). Als de tak van de boom breekt dan zal de baby te vroeg vallen. De baby kan zich “bezeren” en in sommige gevallen zal hij blijvend letsel oplopen. De postnatale Yin wordt aldus te vroeg verzwakt en in sommige gevallen zal de baby door de schok die het vallen te weeg brengt een leven lang “niet kunnen praten”. In de Chinese traditie is praten immers meer dan een techniek of een aangeleerde communicatietechniek. Communicatie is een uitwisseling van energetische velden en patronen.

### ***“Neem uw bed en sta op...”***

“Neem uw bed en sta op” zei Jezus tot de lamme. Wij stelden dat de wieg en het bed symbool staan voor de eigen geschiedenis, het eigen verleden. Vanuit een oosterse belevingswereld zal ik deze tekst uit het NT nu als volgt begrijpen. “Neem uw bed waarin gij slaapt en geslapen hebt, neem de wieg waarin gij gewiegd werd. Dat is uw bed en uw wieg waarin gij nog steeds ligt en waaruit gij niet kunt opstaan of weigert op te staan. Neem nu uw eigen wieg of uw eigen bed en sta op en ga uw eigen weg” “Uw” bed en “uw” wieg zijn dan een metafoor voor de eigen gebroken familiegeschiedenis, voor het eigen falend verleden, voor de val uit de familie stamboom. Christus zegt dan dat de lamme zijn verleden nooit zal kunnen wegwissen, hij zal altijd zijn (wieg) of zijn bed onder zijn arm moeten meesleuren. Hij zal, zelfs al kan hij nu opnieuw lopen, zijn afkomst of

zijn verleden nooit kunnen verloochenen of ontkennen. Hij zal het altijd met zich meedragen. Maar die lamme mens van voordien is nu ondanks zijn verleden wel opgestaan en hij kan nu gaan. Zijn verleden is letterlijk draaglijk geworden en hij kan er nu mee verder leven. Hij wordt niet langer verlamd door zijn eigen familiegeschiedenis en hij hoeft zich dus ook niet langer als een verlamd mens te gedragen.

Er was toch iets serieus misgelopen met die lamme . Stel eens voor hoe hij vier simpele sociaalvoelende zielen ervan wist te overtuigen om nota bene hemzelf en zijn verleden te dragen. Hij wist die vrijwilligers te overhalen om hun grenzen te verleggen. Bij totaal vreemde mensen op het dak te kruipen, daar een serieus gat van twee meter op zestig centimeter in het dak te hakken, zoiets doen fatsoenlijke mensen niet. De eerste plaats op de eerste rij op te eisen, zoiets doet men niet. De aandacht van Christus opeisen, zoiets doen serieuze mensen toch niet.

Dit mag dan wel een belangeloos gebaar van die vrijwilligers lijken, maar stel eens voor dat er vier losgeslagen idioten plots in jouw huis, op jouw dak een gat zouden hakken. Zoiets zou toch ongehoord brutaal zijn! Die lamme heeft die vier simpele zielen er van weten te overtuigen om huisvredebreuk te plegen, om gaten in andermans woning te hakken terwijl die gatenmakers in de waan verkeerden uit pure naastenliefde te handelen. Om die gatenmakers te overtuigen extreme werken in andermans woning uit te voeren moest die lamme mens niet enkel lichamelijk, maar ook psychisch ziek mens zijn... Was die lamme dan een manipulator van goedgelovigen? De lamme slaagde er in zijn dragers aan zich te binden, ze te verlammen, Zulke dubbele bindingen komen vaker voor dan wij vermoeden en zij zijn moeilijk te ontdekken of te ontwarren omdat zij zich vaak achter naastenliefde of sociaal plichtsgevoel verbergen.

### ***Vergeving en verzoening: Christus vergeeft en verzoent, hij geneest.***

Als Christus de lamme “geneest”, dan verzoent hij de “zieke” mens opnieuw met zijn eigen wieg, met zijn eigen bed, met zijn eigen verleden met de eigen stamboom zodat hij opnieuw zonder hulp op zijn eigen benen kan staan. Dat is een wonder en wonderen gebeuren op drie voorwaarden: er moet een katalysator zijn, de zieke moet bereid zijn om zijn verleden te integreren en ten derde de wens koesteren tot transformeren. Pas dan kan de zieke opnieuw heel worden en dan wordt “healing” mogelijk. Elke “arts ” zou naast arts ook “heelmeeester-es” kunnen zijn en begaafde westerse artsen zijn dit. Het volstaat niet om iets over placebo’s te weten of wat psychologie tussen de baguette te steken. “Neem uw bed en sta op” is het wonderverhaal van de genezing van een verlamd mens maar dit verhaal verbergt energetische inzichten over onze energetische stamboom. Uiteraard roepen wonder verhalen vragen op. So what.

### ***Het kindje hangt aan de levensstamboom.***

Keren wij terug naar ons slaapliedje. Dat kleine kindje dat nu nog in die stamboom hangt, zal enkel tot een sterke en niet verlamde of niet verkrampde volwassen vrouw of man kunnen uitgroeien als het een sterk zelfbeeld heeft, en dat impliceert dat zijn prille leventje vanaf het eerste moment verbonden is met anderen. Dat het deel uitmaakt van dezelfde gemeenschappelijke levensboom. Niemand heeft aan zichzelf alleen genoeg, ieder van ons heeft (zo vroeg mogelijk) behoefte aan warm lichamelijk contact, aan geborgen en vertrouwelijke familiale contacten om een menselijke schakel in de universele levensketen te kunnen zijn.

Wiegeliedjes kunnen alvast een stevig verankerend begin zijn. Het zijn repetitieve en vertrouwelijke klanken, de eerste kiemen die de baby later in staat moeten stellen om vlotte en beweeglijke sociale, politieke, economische en affectieve en religieuze netwerken uit te bouwen.

Hoe kan men die complexe toekomstige taak beter verwoorden dan met een repetitief en wiegeliedje? Elke avond opnieuw wordt hetzelfde liedje door dezelfde vertrouwde stem gezongen om de baby spijkervast in te hameren dat hij niet alleen op de wereld staat. Dat hij het snelst

vooruit gaat als hij ingeworteld blijft in de groep want zonder inworteling is er geen enkele boom die overeind blijft. Zonder inworteling blijft een wieg niet eens in een boom hangen.

### ***Kabouter Plop. Plop plop.***

Alle mensen, maar in de eerste plaats onze ouders zijn onze inworteling in de samenleving. Zonder die inworteling zullen wij onze eigen talenten niet eens kunnen aanbieden of de talenten van anderen aangeboden krijgen. Zonder die inworteling zullen wij moeizaam inwortelen. Onze moeders zongen wiegeliëdjes voor ons en hun moeders deden hetzelfde, dat waren zo van die ingewortelde gebruiken. Als wij nu wiegeliëdjes voor kindjes op de televisie laten zingen door kabouter Plop en Co, dan zijn wij bezig met de tak waaraan hun wieg hangt zelf af te zagen en met hun levensboom te ontwortelen. Hoe kan een ontwortelde boom dan nog vruchten dragen?

Slaapliedjes als “Slaap kindje slaap” hebben iets schijnbaar naïefs, maar dat wil daarom nog niet zeggen dat wij ze door kabouter Plop moeten laten zingen.

### ***Elke avond opnieuw...want ooit zal de wind gaan waaien***

Wij moeten zelf slaapliedjes zingen voor onze kinderen en die zullen ze op hun beurt ook voor hun kinderen zingen. Zo hoort het. Wij zingen die slaapliedjes niet één keer, maar honderden keren en door die herhalingen wordt er subtiele onbewuste boodschappen, die in ritme en klank verpakt worden, aan het kindje doorgegeven.

Het kindje hangt in een boom. De schaduw en de kruin van die boom staan symbool voor geborgen zijn. Het is geen toeval dat die wieg daar zo behaaglijk en paradijselijk in de boom hangt, maar die rust kan verstoord worden door de wind en uit de Chinese geneeskunde weten wij dat precies de wind de oorzaak is van vele ziekten en van veel ellende.

Wind veroorzaakt turbulenties en bovendien waait de wind onvoorspelbaar waar die wil waaien... en de wieg zal uiteraard schommelen.

Die wind brengt verandering en disharmonische patronen met zich mee, wind veroorzaakt chaos en daarom is de wind het symbool van groeiperikelen, van ontluikende verlangens en vurige puberale begeerten die het kindje dat nu nog vredig in de levensboom hangt, nog te wachten zullen staan. De veiligheid van de levensboom zal dra wijken voor de turbulentie van ontluikend bewustzijn, voor een aarzelend zoeken naar eigen identiteit, voor het onzeker gaan van een eigen weg. Zo is nu eenmaal het leven.

### ***Het kindje valt met tak en al.***

Dan hebben wij nog de val...het letterlijk onvoorzien of vroegtijdig abrupt losgerukt worden uit de “familieboom”. Met onafhankelijkheidsdrang krijgt elk kind vroeg of laat te maken want elk kind zal op eigen benen moeten terugvallen om ook op de eigen bestaansgrond te kunnen staan. Zoiets is de normale gang van zaken, maar een plotse voortijdige val uit de boom omdat een tak van de boom breekt kan de vervreemding van de oorsprong van die eigen bestaansgronden betekenen of de vervreemding van de gemeenschappelijke bestaansgrond. Een “gebroken tak” kan de baby tot een “gebroken” mens maken....

In een ruimere context zou die val dan ook een terugval vanuit het “hemelse” naar “het stof der aarde” kunnen betekenen. Op aarde neerploffen betekent dan letterlijk een verwijdering uit een paradijselijke toestand. Omlaag valt immers het kindje met wieg en al.

### ***Samenvatting.***

Dit simpele slaapliedje heeft het over de vroege, de middelste en de latere jeugdijaren, maar ook

over de jeugd, de volwassenheid en de ouderdom. Voor het kindje in het wiegje dat vooralsnog paradijselijk in die boom hangt is dit slaapliedje ten eerste een beschrijving van zijn toestand in het heden, ten tweede een omschrijving waar hij vandaan kwam, ten derde is het een projectie naar de toekomst en een voorzichtige introductie tot de wereld van het bewust zijn.

Het is een schaduw vooraf van zijn toekomstige bestemming, een toekomstprojectie.

Zoiets belangrijks als slaapliedjes mogen wij niet aan bijvoorbeeld Kabouter Plop overlaten.

Slaapliedjes zijn ontmoetingen.

*Auteur Walter Marsoul.*