



### **Op weg naar een nieuwe balans tussen vrouwelijke en mannelijke energie**

*Verslag van een lezing op de Balans-bijeenkomst georganiseerd door Philippine Linn en Marieke van Engelen op 3 juli van 15.00-21.00u in De Oude Stal te Soest.*

#### **Drie zomerervaringen, 2016, 2017 en 2018**

Ik zat heerlijk te werken en genoot van een zekere zomerse rust toen er op 5 juni het eerste mailtje van Philippine Linn binnenrolde. Of ik maar een lezing wilde geven over het 'herbalanceren' van vrouwelijke en mannelijke energie.

Eindelijk had ik een rustige zomer. Al jaren benut ik rustige zomers om te werken aan nieuw onderzoek uitmondend in een nieuw boek. In de zomers van 2016 en 2017 kwamen daar intensieve buitenlandse reizen bij. Weinig bleef over van de rust in die zomers! Maar toch had dit verzoek om balans te brengen te maken met zomerse buitenlandse ervaringen in 2016 en 2017. De zomers vormden voor mij een drieluik: 2016-2017-2018. En daarom ben ik op het verzoek ingegaan. Wat gebeurde er in 2016 en 2017?

**1. Zomer 2016** was ik begin juli tien dagen als lector te gast op de enige Vrouwenuniversiteit die de wereld bij mijn weten rijk is: de Ewha in Seoul, Zuid-Korea. Ik moest spreken op het Aziatisch Centrum voor Vrouwenstudies, voor jonge vrouwelijke leiders, feministes die er alles aan doen om de vrouw- en mensonderdrukking in tal van landen in Azië aan de kaak te stellen en te verhelpen. Ze kwamen uit 26 Aziatische landen. Mijn oren hebben geklapperd van wat ik daar van hen niet te horen kreeg: van huiselijk geweld, tot seksslavinnen, tot

moderne bruidkaping in Mongolië.<sup>1</sup> Je wordt met de neus op de moeizame feiten gedrukt. Ik heb de dames diverse technieken aan de hand gedaan om onder His-Story Her-Story op te graven. Ze waren aan het eind van het college enthousiast. Een van de twee dames uit Pakistan zei weer zin te hebben om haar promotieonderzoek weer op te pakken en onder haar patriarchale verleden de vrouwvriendelijke en egalitaire basis op te graven. De dame uit Nepal kreeg meer respect voor sjamanistische tradities en kruidenkennis en zou dat gaan neerleggen in een boek.

**Zusterschap en samenwerking.** Ik zag daar in Seoul in Zuid-Korea vrouwelijke samenwerking en zusterschap. Ik zou zo'n vrouwenuniversiteit voor Nederland of Europa wensen: komende economen, politici en zovele anderen die een egalitaire en maatschappijkritische basis krijgen. Dit is onontbeerlijk om de maatschappij te veranderen en te komen tot een menswaardige samenleving in de Nieuwe Tijd, het Androceen.<sup>2</sup> Het ging in Korea over negatief mannelijk (dominant-materialistisch) en negatief vrouwelijk (ondergeschikt en zich lijdzaam schikkend in onrecht). En dat heb ik om kunnen buigen. Ik heb ze kunnen empoweren met een positief vrouw- en manbeeld en dat was precies de bedoeling.

**De dertien sacrale lichaamshoudingen.** De organiserende professoren van het Aziatisch Centrum voor Vrouwenstudies hadden tijdens een vergadering uit het raam gekeken en gezien hoe ik een groepje pioniers van de ontluikende Koreaanse godinbeweging ontmoette. Ik zou voor hen een lezing geven. Wij moesten wachten voor een gesloten deur en die tijd heb ik benut door met hen de dertien sacrale lichaamshoudingen uit te voeren. Dát wilden de professoren die 'toevallig' vanuit een ander gebouw uit het raam keken, toen ook! Daarna werd ik uitgenodigd om op een plenaire vergadering in de Convention Hall van de Ewha met honderden Aziatische vrouwen de dertien 13 sacrale lichaamshoudingen uit te voeren. Eerst toonde ik beelden van de dertien oermoeders en gaf uitleg erbij. Daarna voerde ik op meditatieve muziek in een donkere zaal zwijgend de dertien houdingen uit met op het grote scherm achter mij de betreffende houding. Zwijgend en in stilte. Dat kijken naar oude kunst en aannemen van de lichaamshouding bracht de deelnemers weer in contact met hun oerkracht en wijsheid. Het was een groot succes.

**2. In 2017** was ik als keynote speaker op de Glastonbury Goddess Conference te gast in de townhall in Glastonbury in Engeland. Hier gaf ik een plenaire lezing voor een volle zaal met vele kleurrijk uitgedoste godinaanhangsters en enkele mannen.<sup>3</sup> Het ging als eerste over de laatste Venuskunst-vondsten; ze worden tot dusver postmodern-patriarchaal geïnterpreteerd maar dienen sacraal en egalitair geïnterpreteerd te worden. De meeste van de godinnelijke dames zijn nauwelijks academisch-intellectueel geïnteresseerd, uitzonderingen daargelaten. Zij zijn ervaringsgericht; het zijn geen boekenmensen. Zij gaan in de natuur, zij doen lichaamswerk, zij masseren en channelen. Ze zijn een beetje te vergelijken met de dames die het Lorelei-festival in Nederland bevolken; hier gaf ik diezelfde Korea-zomer augustus 2016 twee workshops. Halverwege mijn lezing deed ik in Glastonbury in de verduisterde zaal waar de muziek uit de onderaardse tempel, het Hypogeum in Malta doorheen schalde<sup>4</sup> – de dertien sacrale lichaamshoudingen. Daarna voelde vrouwen en mannen zich 'empowered', zo was de reactie na afloop.

Ik deed de dertien sacrale lichaamshoudingen ook op een Duitstalig seminar van twee dagen in Frankfurt in november 2017. En weer was het publiek verbaasd over de ingrijpende lichamelijke reacties die het kijken naar oude Venuskunst en het aannemen van de lichaamshouding kan oproepen.<sup>5</sup>

**These en antithese.** Wat heb ik van beide buitenlandse zomerervaringen geleerd? Dat de sleutel tot verbinding ligt in het lichaamswerk; wij hebben allemaal een lichaam, of we nu wel of niet uitgaan van de gedachte dat daar ook een ziel en geest in woont. Maar de westerse vrouwenbeweging is zo verdeeld. Verdeeld in eilandjes zonder bruggen. Als eerste zijn er de academisch gevormde vrouwen, zoals ik ze tegenkwam in Korea. In het westen is er aan de andere kant van het spectrum de godinbeweging. Beide groepen hebben geen contact; er is vanaf 1960 in postmoderne tijden een *scheuring* opgetreden waarover later meer. De postmoderne Academia vindt de godinbeweging en de matriarchaatstudies te zweverig; de godinbeweging vindt de Academia inclusief Vrouwenstudies, sterk gepatriarchaliseerd: ze werken veelal vanuit het hoofd. Zie hier de uiteinden van de waaier die de vrouwenbeweging wereldwijd toont. Met in Nederland als westers land de grote middenmoot van de Libelle-lezeressen, die noch met academische literatuur noch met spiritualiteit bezig is.

**Waar ligt de synthese?** Mijn doel is in het midden te gaan zitten. En daarbij vormt het lichaam de verbindende factor. Mijn doel is de middengroep te bereiken. Hoe ik dat wil doen? Ik geef nu al zo'n 40 jaar lezingen, ook veel voor vrouwengroepen. Ik heb gemerkt dat de meeste dames onder mijn publiek van de meest uiteenlopende richtingen niet in een wetenschappelijk verhaal geïnteresseerd zijn. Een intellectueel en soms ook theologisch verhaal interesseert alleen nog bejaarde, grijze hoofden, vooral mannen. Wat wordt mijn remedie? Hoe gaat het lukken de middengroepen te bereiken? De orale traditie is een van de instrumenten om de oudere vrouwvriendelijke en egalitaire cultuur onder His-story terug te vinden. Het Her-story verhaal moet verteld om Her-story met His-story in balans te brengen en te komen tot Our-story. Daarom ga ik verhalen vertellen, mythen en sprookjes. Ik ontdoe het sprookje van de patriarchale bovenlaag, een vernislaag en laat de oude grondbetekenis weer zien. Nu wordt de heks de wijze vrouw en de stiefmoeder wordt de moeder. De stiefzusters worden aspecten van de hoofdpersoon op weg naar inzicht en wijsheid.

**3. Zomer 2018: balans en vernieuwing.** Na ervaringen van 2016 en 2017 aan de uiteindes van de waaier van de vrouwenbeweging, sta ik nu, zomer 2018, in het midden. Want het gaat ons nu hier om balans. De weg van het midden. Het gaat om vernieuwing. Daarom heb ik volmondig JA gezegd op het verzoek van de organisatoren Philippine en Marieke. Want... dit soort initiatieven zijn zo waardevol... Waarom? Wij, zoals wij hier vandaag zitten, dienen de vernieuwing omdat wij een nieuwe energie, een nieuw veld uitzetten dat volgende generaties meer in balans zal brengen; volgens Pamela Kribbe ontwikkelen wij een nieuw archetype.<sup>6</sup> Het enige doel dat ik mij voortaan stel is: die vernieuwing en dat veld te ondersteunen, waar ik kan.

En daar horen keuzes bij. Een van die keuzes is te stoppen met geven van meer intellectueel gerichte lezingen. Ik ga voor de balans, voor de weg van het midden. Ik ga voor het gouden hart dat ontstaat wanneer vrouwen in hun buik gaan wonen, de muren rond hun hart

openbreken en vandaar uit hun derde oog in het voorhoofd openen, daar waar hun intuïtie en eenheidsbewustzijn zetelt. Hierover straks meer.<sup>7</sup>

**De voorbereiding.** Ik heb de weken na begin juni mijn werk afgewikkeld en ben gaan zitten om allerlei achterstallige literatuur die met het balans-thema van vandaag te maken heeft, te lezen en te doorgronden. Uit deze literatuur ben ik de pareltjes gaan verzamelen die ik vandaag in jullie midden breng. Ik ben erg benieuwd om jullie reacties hierop te horen: want zoals gezegd: samen vormen wij een nieuw bewustzijn, een nieuwe energie over dit thema. Wij ontwikkelen een 21<sup>e</sup> -eeuwse visie van balans.

**Tot slot.** wij moeten af van de patriarchale, oubollige en verouderde visies op mannelijk en vrouwelijk. Wij moeten deze termen herdefiniëren en ontlasten van ballast uit het verleden. Wij groeien toe naar een nieuw type vrouw: dat van de sterke, zelfstandige, verbindende en vooral wijze vrouw, hoe jong ze ook is. En wij groeien toe naar een nieuw type man: dat van de moedige en ook empathische man met respect voor het kind, de natuur en de vrouw. Met bewustzijn omtrent het vrouwelijke in hem. Deze man van de nieuwe tijd zal in zijn mannelijkheid zijn vrouwelijkheid geïntegreerd hebben en een waardig en wijs Mens zijn. De vrouw van de nieuwe tijd zal in haar vrouwelijkheid haar mannelijkheid volledig geïntegreerd hebben en een waardig en wijs Mens zijn.

De vraag bij deze herdefiniëring is dus in de eerste plaats: wat betekent het om vrouw of man te zijn en wat betekenen de begrippen vrouwelijkheid, het vrouwelijke en mannelijkheid en het mannelijke?

## **De opzet van de balanslezing op 3 juli**

De structuur van mijn lezing valt uiteen in drieën:

1. De voor-patriarchale periode
2. Het patriarchaat
3. De nieuwe tijd

Ik demonstreer dat aan de hand van de ontwikkeling van het vrouwbeeld door die drie periodes heen. Ik heb drie groepen vrouwenbeelden voor mij staan.

1. Staande, volle oermoeders uit Oude en Nieuwe Steentijd.

2. De gepatriarchaliseerde slanke en aangeklede hellenistische godinnen.

Artemis van Efese hier is aan haar 'buitenkant' volledig 'opgetuigd' met vele lagen kleding, een enorm hoofddeksel en vele versieringen.<sup>8</sup> Maar vrouwen van deze tijd zijn al ondergeschikt gemaakt. Zij staan bevallig op een been en zijn hun balans en aarding verloren. Zij zijn zo met hun uiterlijk bezig dat zij hun innerlijke kracht kwijt zijn. Ze maken zich ondergeschikt, ze geven zich weg, ze doen alles voor anderen en vergeten zichzelf. Ze mogen niet naar school, leren niet te lezen en te schrijven en worden gevangen gehouden in het privé-domein. Het publieke domein is voor mannen weggelegd.

3. Beelden van het nieuwe vrouw- en manbeeld heb ik ook meegenomen. Vrouwelijke kunstenaars, zoals Niki de Saint-Phalle, hebben ons vanaf 1960 nieuwe beelden aangeleverd.

Zij zijn gaan studeren én gaan reizen. Zij bezoeken egalitaire moderne inheemse culturen waar vrouwelijk en mannelijk nog in balans zijn. Zij ontmoeten sterke vrouwen. Op de buik van de vrolijke dikke vrouw van Niki de Saint-Phalle tekent zij een groot hart. En hier ligt de sleutel voor de sterke vrouw: die sleutel ligt in haar buik.

## Ter voorbereiding

Om de stof te actualiseren lees ik recente literatuur waar ik mijn publiek graag in wil laten delen. Welke recente artikelen en boeken passeren in deze leesperiode de revue? Wat gaat het debat over vrouwelijkheid en mannelijkheid vandaag de dag over?

1. Als eerste is daar een krantenartikel van zaterdag 23 juni 2018 met de Duitse filosofe Svenia Flasspöhler *Metoo is een zwaktebod* van de hand van Wilfred van de Poll.<sup>9</sup> Aangekondigd op de voorpagina van de weekend bijlage Letter en Geest van TROUW als '#MeToo schaadt de vrouwenzaak'. Zij promoveerde in de filosofie op pornografische lust en is momenteel hoofdredacteur van het Duitse 'Philosophie Magazin'. Zij schreef een pamflet 'De potente vrouw: naar een nieuwe vrouwelijkheid'. 'Metoo zet de feministische klok terug, niet vooruit. Het probleem begint al bij de leus 'ik ook'. Wát ook? 'Ik ben ook slachtoffer van seksueel geweld' en dat gaat van verkrachting tot een simpele versierpoging. Alle vrouwen worden in de rol van slachtoffer geschoven en alle mannen in die van dader. Het is een veralgemenisering van het traditionele manbeeld, terwijl de nieuwe generaties mannen anders zijn, beter gesocialiseerd.

Flasspöhler: We leven wettelijk gezien niet meer in het patriarchaat alhoewel ongelijkheid nog steeds bestaat'. Zij verzet zich tegen de slachtofferrol die de vrouwen aannemen. Ze reageren vaak op situaties in de jaren 80 en 90. De meest prominente gevallen betreffen oudere en oude mannen terwijl de mannen van deze generatie echt anders zijn gesocialiseerd. Metoo wordt een volksgericht, een heksenjacht, een soort moreel totalitarisme, een term van de Duitse filosofe Thea Dorn. Het feminisme is door het Metoo debat springlevend, maar er dreigt een terugval in oude mannelijke denkpatronen. Sommige Metoo vrouwen houden zich stil, onderwerpen zich en laten de dingen gebeuren zonder op te treden en te voorkomen. Ondergeschiktheid moet veranderen in kracht.

Flasspöhler spreekt in het artikel over het postmodernisme waarin alles uniek is en er geen verschillen meer bestaan. Plots mogen onder invloed van het postmoderne deconstructionisme verschillen tussen mannen en vrouwen er opeens niet meer toe doen. Omdat het geslacht gezien wordt als cultureel product. 'Ik zoek een feminisme dat uitgaat van het feit dat het wezen van de vrouw niet bestaat maar dat tegelijkertijd biologische verschillen serieus neemt. Het is niet eenvoudig om die verschillen te benoemen want de woorden die je gebruikt zijn cultureel gekleurd. Het gaat om een ervaringsdiepte binnen het eigen lichaam, de innerlijke ervaring van het eigen lichaam'. Maar... **verschillen** zijn er en die moeten worden benoemd. Tot zover Flasspöhler.

2. Eerdere krantenartikelen uit april en mei hadden al mijn aandacht getrokken over de 'boze, witte man'. Ze lagen op een stapel klaar.

\*Op 21 april 2018 verscheen er in de Volkskrant van de hand van Annieke Kranenberg het artikel 'De boze witte man wil zijn mannelijkheid terug. De antifeministische wereld van de Amerikaanse klinisch psycholoog en professor Jordan Peterson en zijn aanhangers', dit naar aanleiding van het verschijnen van de Nederlandse vertaling van Peterson's bestseller '12 Rules for Life: an Antidote to Chaos' of '12 regels voor het leven: een remedie tegen chaos'.

\* Op zaterdag 28 april 2018 verscheen in het NRC het artikel 'mannen hebben een probleem' van Ian Buruma.

\* Op 2 mei 2018 verscheen in TROUW het artikel 'is er met 'incel een terreurbeweging zonder vrouwen opgestaan'? van Dirk Waterval. Incel staat voor involuntary celibate, door de krant vertaald als 'onvrijwillig zonder seks'. Het gaat om een beweging tegen het 'doorgeslagen' feminisme en andere 'linkse activisten'. Het is een beweging tegen het postmodernisme, het is ook antifeminisme. Het komt voort uit angst dat de blanke man gaat verdwijnen. Extreem-rechts bekommert zich om een mannelijkheidsideaal van de stoere, sterke man. Het blanke ras moet verdedigd worden tegen migranten, tegen feministen, tegen verwijfde mannen. Het is een verlangen om ouderwetse rolpatronen te herstellen.

\*Dirck van Bekkum schreef in 2017 een boek *Jonge Mannen als Klokkeluiders*. Hij citeert psycholoog Gregory Bateson, die stelt dat dit 'deviante gedrag' voortkomt uit een intense kwetsbaarheid en een fundamenteel gevoel van onveiligheid in de families, op straat, op school, in de sport, in de psychiatrie en in detentie.<sup>10</sup>

3. Als derde was er het boek van Klaas van Egmond *Een vorm van beschaving*. Over de diverse crisissen die de wereld nu doormaakt.<sup>11</sup> Van zijn benadering van het midden heb ik veel geleerd. Hij pleit voor een nieuw geïntegreerd mens- en wereldbeeld dat door diverse richtingen binnen de cirkel onderschreven wordt.

4. Als vierde was daar het boek van de Engelse wetenschapsjournalist Angela Saini *Ondergeschied* uit 2017 dat in de landelijke pers veel aandacht kreeg.<sup>12</sup> Het werd nog hetzelfde jaar dat het in het Engels verscheen, vertaald in het Nederlands, en het kreeg publiciteit ook op de radio. Waarom? Saini veegt de vloer aan met allerlei patriarchale vooroordelen die de wetenschap heeft geventileerd over vrouwen... zij toont aan dat wetenschappelijk onderzoek sterk magericht was terwijl het pretendeerde mensgericht te zijn; de vrouw werd buiten beschouwing gelaten. Wetenschap werkt met hypothesen en testen en wil een test graag meerdere keren in een laboratorium kunnen herhalen om vast te stellen of de uitkomsten 'waar' zijn. Men gebruikte hoofdzakelijk mannetjes proefdieren omdat hun hormoonspiegel aan minder sterkere schommelingen onderhevig was dan bij de vrouwtjes. Dit maakte het onderzoek goedkoper. In 2016 is in de VS een wet aangenomen die onderzoekers verplicht bij experimenten te werken met vrouwtjesdieren en vrouwelijk weefsel.<sup>13</sup>

Men gaat uit van de stelling dat proeven die bij herhaling dezelfde resultaten opleveren, objectief zijn en 'waar' zijn. Inmiddels heeft de quantumfysica aangetoond dat objectiviteit niet bestaat en dat er altijd een relatief aspect is verbonden aan het moment van de meting. De meting is slechts een momentopname van een heel proces; deze meet een deel en niet het hele proces. Ook kan degene die het onderzoek doet, het meetresultaat beïnvloeden.



Johan Mertens drukt het zo uit: 'objectiviteit blijft subjectief'.<sup>14</sup> Ook Angela Saini erkent 'ruis' in vele onderzoeken. Ze moeten in verband met prestatiedruk te snel afgewikkeld en daarom kan er niet grondig genoeg gewerkt worden. Ook moet er veel statistisch materiaal geleverd worden in het kader van 'meten is weten'. Dit omdat wetenschappelijke tijdschriften dat als eis stellen en het onderzoek anders niet publiceren.

5. Daarna volgde het boek van de Belgische sociobioloog en ecooloog Johan Mertens, *Vrijen, Vechten of Vluchten? Ons gedrag in Evolutionair Perspectief* uit 2016.<sup>15</sup> Hij gaat uit van een sociaal oermatriarchaat waarin de mannen gesocialiseerd worden door de groep vrouwen waarmee ze samenleven. Deze oermannen uit de tijd van jagers en verzamelaars zijn volgens Mertens altruïstisch; ze delen hun voedsel van de jacht en zijn goede verzorgers van het clan-kroost omdat ze in ruil daarvoor van de vrouwen seks en gekookt voedsel aangeboden krijgen. Zonder de socialiserende controle van de vrouwen vertonen mannen eerder niet-menswaardig en inhumain gedrag; neem de bendes van marginale mannen die bij schaarste het bezit van anderen veroveren en de vrouwen van andere volken molesteren. Dat is volgens Mertens een nieuw verschijnsel voor de mensheid; oermannen waren altruïstisch. Hiermee ondersteunt hij de gedachte van Steve Taylor en vele anderen: oorlog is niet van alle tijden. Op een aantal vlakken kan ik het niet met Mertens eens zijn, maar dat voert te ver om hier op in te gaan.

6. Dan was daar het boek van Jens van Tricht, *Waarom feminisme goed is voor mannen* uit 2018.<sup>16</sup> Over moderne verschijnselen van Metoo, over vrouwen- en mannenemancipatie. Alleen gaat de auteur niet in op de egalitaire samenlevingen van voor het patriarchaat.

7. Tot slot was daar het boek Pamela Kribbe, *De Verboden Vrouw Spreekt. Maria Magdalena over de liefde* uit 2016 met een tweede druk in 2017. Zij channelt Maria Magdalena, die in dit boek zeer wijze dingen zegt waarover later meer.

## **Zusterschap hersteld: het geïntegreerde feminisme van de derde golf**

Ik kom nu terug al die eilandjes van groepen vrouwen die los van elkaar lijken te staan. Hoe ziet de waaier van de westerse vrouwenbeweging er nu uit?

**De vrouwenemancipatie.** Vanaf de 19<sup>e</sup> eeuw komt de vrouwenemancipatie in **drie golven** op.<sup>17</sup>

\**De eerste golf* van 1870-1920. Nu gaat het om de politieke bevrijding, b.v. de sufragettes en het vrouwenkiesrecht.

\**De tweede golf* van 1960-1990. Hierbij gaat het om economische zelfstandigheid en zelfbeschikking over het eigen lichaam. We kennen allemaal de strijdkreet van de Dolle Mina's 'Baas in eigen Buik'. Maar zijn we als vrouwen van nu wel echt baas in eigen buik geworden, vraag ik me af.

\**na 1990* wordt het feminisme door de jongere generatie slechts gezien als iets voor hun moeders. Het raakte uit de mode.<sup>18</sup> Alles zou bereikt zijn...

\*De derde golf in de 21<sup>e</sup> eeuw vanaf 2018. Vrouwen bereiken definitief het publieke domein en ontwikkelen om carrière te maken tal van mannelijke, analytisch-logische (hoofd) eigenschappen.

Er treden allerlei nieuwe verschijnselen zoals Metoo en de Women's March op. Ook de (jongere) mannen roeren zich en koersen af op hun interpretatie van 'mannenemancipatie'. Aan de uiterste rechterkant van het spectrum zien we het verschijnsel van de witte, boze man die terug wil naar de patriarchale opvatting van de stoere man en die zich door de vrouwenemancipatie bedreigd voelt. Deze mannen lijken door te schieten. En het contact met het geheel te verliezen.<sup>19</sup>

**Een patstelling.** Hier stuiten we op de grote tegenstelling binnen de westerse vrouwenbeweging. Ik heb hier al op gewezen in mijn boek *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes: academische vrouwen en de docenten van het vak Vrouwenstudies* hebben zich aangepast aan het materialistische wereldbeeld, het postmodernisme. Ze moeten niet veel hebben van de spirituele vrouwenbeweging, waar de godinbeweging en de matriarchaatskunde toe behoren.<sup>20</sup> Na 1960 met de opkomst van het postmodernisme is er een scheur in de vrouwenbeweging gekomen, een scheur in zusterschap, een *crack in sisterhood*, zoals de feministische archeologe Sarah Milledge Nelson het uitdrukte in een boek uit 2015.<sup>21</sup>

**De scheuring na 1960.** Er is kritiek van het academisch feminisme op het 'essentialisme' dat uit gaat van essenties en het wezen van de vrouw. Alice Lucy Trent schreef in 1997 een boek over het essentialisme getiteld *The feminine Universe*.<sup>22</sup> Er zijn fundamentele 'essenties' zoals vrouwelijkheid en mannelijkheid, het zijn archetypes. Het vrouwelijke bestond lang voordat de vrouw tot leven kwam en hetzelfde geldt voor het mannelijke en de man.<sup>23</sup> Achter biologische verschillen tussen vrouwen en mannen staan essentiële verschillen, b.v. dat bij vrouwen de hersenbalk of het *corpus callosum* dikker is waardoor beide hersenhelften beter communiceren. Ook de befaamde vrouwelijke intuïtie heeft een biologisch aspect. Alle fysieke dingen hebben essentie en substantie; essentie is de innerlijke natuur, de pure vorm of in-form-atie. Deze werkt in op de substantie en manifesteert zich daarin.

**De spirituele vrouwenbeweging.** Mary Daly had in haar boek *Elemental feminist philosophy* al gewaarschuwd voor het feminisme dat zich materialistisch, intellectualistisch en patriarchaal zou gaan ontwikkelen.<sup>24</sup> Zij heeft het alternatief aangedragen van het *elementaire* feminisme. Zij voert een pleidooi voor het terugvinden van oerwijsheid, voor een verbinding tussen zijn en worden, geest en materie. Vrouwen hebben volgens haar de macht om dit kanaal te openen. Een voorvrouw van de spirituele vrouwenbeweging in de VS genaamd Starhawk drukt het zo uit: we waarderen de innerlijke kracht (the power within).

**Verzet en verdediging.** De Amerikaanse historica Max Dashu, bekend van haar inmiddels meer dan 40jaar lange arbeid voor de website *surpressedhistoriesarchives*, verwoordt het standpunt van de moderne Amerikaanse godinbeweging.<sup>25</sup> Dashu stelt dat de godin- en matriarchaatsbeweging worden weggezet als romantisch, als imaginaire fantasie, als utopisch en als een onwetenschappelijke mythe. Het wordt vaak geridiculiseerd. Eerbied voor het sacraal vrouwelijke culminerend in de Grote Moeder of de grote Godin en meerdere van haar afgeleide godinnen geldt als onwetenschappelijk, ketterij, als afgoderij.



Zij spreekt over 'the crushed feminine'.<sup>26</sup> De Godin is het levensweb zelve (the Goddess affirms a sacral view of the world, we are kin within a whole, a flow and circle of life...the goddess is not an entity but the web of life itself.... Some simply say Spirit, the divine spark present in all beings. Essence is another way of putting it: the source of being from which we all arise. Mary Daly calls it Quintessence.').<sup>27</sup>

Het gaat Dashu om een lijfelijke ervaring en deze ervaring van het lichaam als heilig en gevuld met vitale kracht heeft weinig te maken met het theoretisch concept van 'essentialisme'. Hier vinden Flasspöhler en Dashu elkaar want ook Flasspöhler wil naar de ervaring van lijfelijkheid: 'mijn lijf opent ervaringsruimten', al noemt zij dit 'de nieuwe fenomenologie'.<sup>28</sup> Hier komen wij drieën samen. Ik zou pleiten voor een minder intellectuele, nieuwe naam: de 'Ik blijf in mijn lijf-beweging'.

**De derde golf.** Hoe gaat die derde golf eruit zien? Tot voor kort had ik het altijd over de derde golf als een 'spirituele' Renaissance.<sup>29</sup> Het was tijd voor een 'spirituele' emancipatie. Maar daarmee vallen belangrijke segmenten van de waaier die de vrouwenbeweging vormt weg: de academische vrouwen en Vrouwenstudies, de Libelle vrouwen en vele anderen die niets met die ongreepbare en onzichtbare spiritualiteit te maken willen hebben. Dat zou een fossiel zijn uit een ver verleden dat niet meer past in post-moderne tijden...

Nu, zomer 2018, zie ik het eindelijk anders. De verbinding ligt in ons lichaam, in de ervaringsdiepte van ieders lichaam. Ons lichaam is het bindmiddel dat ons allen samenbindt: links en rechts, oost en west, binnen en buiten, boven en onder, licht en donker, vrouw en man... enz.

## Over vrouwelijkheid en mannelijkheid

**1. Voor het patriarchaat.** Weinig mensen weten dat er voor-patriarchale en egalitaire samenlevingen bestaan waar vrouwen zowel krachtig zijn als wijs. Het zijn sterke én wijze vrouwen. Er is een positief vrouwbeeld en er is een positief manbeeld. Deze culturen zijn vreedzaam.<sup>30</sup>

Daarna zijn wij overgegaan naar het patriarchaat. Talloze wetenschappers, zoals in 2016 de Belgische sociobioloog Johan Mertens, stellen dat dit het gevolg was van invoeren van de landbouw en veeteelt waarbij mensen zich definitief op een plaats vestigden en bezit vergaarden.<sup>31</sup>

**Het matriarchaatonderzoek.** Matriarchaatsdeskundigen daarentegen stellen dat vroege en hoge landbouwculturen vreedzaam leefden; er zijn geen wapens in graven gevonden, de kunst toont geen wapens en de steden worden niet verdedigd met vestingwerken. Tot de overgang rond 3000 v. Chr. Leeft de mensheid met uitzondering van tijden van grote schaarste, vreedzaam. De problemen beginnen met de klimaatcrisis waardoor mensen in Eurazië ontworteld raken en hun landbouwgebieden moeten verlaten om met hun kuddes te gaan nomadiseren.<sup>32</sup> Het levert overschotten van ongebonden jonge mannen groepen op die gevestigde landbouwculturen overvallen en hier de slavernij en horigheid invoeren.<sup>33</sup> Nu pas wordt de onderdrukking van vrouwen een feit. In een Uitzending van het VPRO-programma Tegenlicht op 15 april 2018 stelt de bekende Engelse auteur George Monbio: 'Iemand die zijn land verliest, verliest zijn verstand'. Hij stelt ook dat mensen in de bergen lang vrij bleven en onderdeel waren van eigen hechte gemeenschappen terwijl juist in de oude gepatriarchaliseerde steden in de vlaktes bij rivieren *slavernij* optrad. Ook Mertens

wijst op de toenemende verstedelijking waarin sociale stelsels in toenemende mate desintegreren, vanwege de anonimiteit en het individuele leefstijl alhier.<sup>34</sup>

**Eerherstel aan de oudere vrouw in de jagers-verzamelaarsgroepen.** Men heeft ten onrechte aangenomen dat in dit type samenleving weinig ouderen overleven. Maar dit blijkt niet juist. Ouderen worden nu beschouwd als degenen met ervaring die juist in tijden van nood voedselbronnen weten aan te boren die de clan doen overleven.

**Eerherstel aan de grootmoeder.** Onder die ouderen overleven met name de *oudere* vrouwen. Vrouwen zouden overal een langere levensduur hebben door hun hogere oestrogeen en progesteron-waarden. Deze hormonen werken ook tijdens de tweede helft van de menstruatiecyclus om eventuele ontstekingen door middel van virussen of bacteriën tegen te gaan. Dezelfde hormonale veranderingen vinden op grotere schaal plaats tijdens de zwangerschap.<sup>35</sup>

Onlangs werd de grootmoederhypothese geformuleerd. Er zijn wetenschappers die het plotseling intreden van de menopauze en de onvruchtbare postmenopauzale fase – iets waarin de mens uniek is; de meeste diersoorten tonen dit verschijnsel niet<sup>36</sup> – verklaren uit het feit dat grootmoeders onmisbaar zijn bij het overleven van de clan. Zij kennen zelfs evolutionaire waarde toe aan de aanwezigheid van grootmoeders in de clan die rondtrekt.<sup>37</sup>

**Het nut van de menopauze.** Wanneer de oudere vrouw niet meer vruchtbaar is, kan zij voor de kinderen van haar kinderen zorgen, voedsel voor ze zoeken, ze, wanneer ze nog geen tandjes hebben, van mond tot mond voeden en verzorgen, ze socialiseren.<sup>38</sup> Haar dochter houdt nu sneller op met borstvoeding geven en wordt nu sneller vruchtbaar. Bij de Hazda in Tanzania werken de grootmoeders en andere oudere vrouwen zoals de tantes keihard om meer en gezondere kinderen groot te brengen. Hierover verscheen in 1989 een baanbrekend artikel. Vrouwen van in de zestig en zeventig maakten in alle seizoenen lange dagen en brengen net zoveel of nog meer voedsel mee naar huis als de jongere vrouwen van de clan.<sup>39</sup> Overlevingskansen van de clan stijgen bij aanwezigheid van oudere vrouwen, zo heeft men berekend.<sup>40</sup>

Vrouwen worden kwetsbaarder wanneer zij binnen de groep *alleen* staan.<sup>41</sup> Ze kennen geen onderling zusterschap en samenwerking met andere seksegenoten; dit geldt voor diergroepen maar ook voor vrouwen in patrilokale en patriarchale gemeenschappen die bij de schoonfamilie gaan inwonen.

**2. Het patriarchaat over man- en vrouw zijn.** Dit kenmerkt zich door steeds grotere vormen van vrouwonderdrukking, voetverminking, vrouwenbesnijdenis, gezichtsverminking en nog ontelbaar veel verschijnselen meer... Tijdens het patriarchaat van de oude Grieken wordt vrouwen verboden te lezen en te schrijven of enig onderricht te krijgen en dat wordt een wereldwijd verbod. Tijdens de Verlichting, het Rationalisme en de Victoriaanse tijd in de 19<sup>e</sup> eeuw, wordt de vrouw volledig teruggedreven in het privédoem. Tegelijk duwt het patriarchaat de vrouw terug in het moederschap en huishouden en huldigt strikt omschreven definities van superieure mannelijkheid en inferieure vrouwelijkheid. Enerzijds zijn het de **religies** die de ondergeschiktheid van de vrouw benadrukken door zich te beroepen op vrouwvijandige interpretaties van heilige teksten. Anderzijds is het de **wetenschap** die de biologische verschillen sterk benadrukt.

**De uitvinding van de geslachtshormonen.** Belangrijk in dit verband is de ontdekking eind 19<sup>e</sup> eeuw van de geslachtshormonen. Ze zitten in de geslachtsklieren; het lichaam maakt in totaal meer dan 50 chemische stoffen aan die men hormonen noemde. De twee belangrijkste geslachtshormonen bij de vrouw zijn oestrogeen dat zorgt dat de vrouw borsten krijgt en progesteron dat haar in de maandelijkse cyclus voorbereidt op een eventuele zwangerschap. Mannelijke geslachtshormonen worden androgenen genoemd, met als belangrijkste hormoon testosteron.<sup>42</sup> Deze uitvinding was een mijlpaal in het begrip van het man- of vrouw zijn.

**Recente ontdekkingen over het vrouwelijke en mannelijke.** Het eind van de patriarchale, strikte scheiding van geslachten is in zicht. De wetenschap der endocrinologie ontwikkelt zich. Er zijn overlappingen.<sup>43</sup> De verschillen blijken veel minder groot dan gedacht en worden daarom door sommigen volledig weggeredeneerd. In 1921 werd al bewezen dat in het vrouwelijke lichaam aanzienlijke hoeveelheden androgenen voorkwamen en oestrogenen in het mannelijk lichaam. Het werd in 1934 door onderzoek bevestigd. De vraag was nu waarom beide seksen beide hormonen in het lichaam hadden.

**Samenwerken.** In 1939 vond men het antwoord toen men ontdekte dat al die hormonen met elkaar samenwerkten, in synergie met elkaar zijn. Nu waren vrouwen en mannen niet meer elkaars tegenpolen maar was er een continuüm waarbij mannen vrouwelijker konden zijn en vrouwen mannelijker.<sup>44</sup> Cultuur en in mindere mate de biologische eigenschappen bepaalde het gehalte van vrouwelijkheid en mannelijkheid in bepaalde culturen, een stelling die bevestigd werd door antropologisch onderzoek bij natuurvolken waarbij in sommige stammen de vrouwen zich mannelijk gedroegen en de mannen vrouwelijk.<sup>45</sup> Zo ontstond het nature-nurture-debat dat nog altijd in volle hevigheid gaande is. Hierbij kiest het overgrote deel van de (academische) feministen voor de nurture-kant: het geslacht wordt bepaald door de cultuur waarin je opgroeit: laat die een meisje met auto's of poppen spelen en de jongens met poppen of auto's? Dus: 'one is not borne a woman but rather one becomes a woman'.

**Over LHBTI.** Wat zien we in deze tijd? Dat er diverse genders optreden: je bent hetero, homo of lesbisch of transseksueel of bi en nog veel meer. De overheid werkt aan gelijke rechten voor lesbische vrouwen, homoseksuele mannen, biseksuelen, transgender- en interseksue personen (LHBTI's). En wil geweld en discriminatie tegen LHBTI's voorkomen. De definities worden lossier en er ontstaat een mix van vrouwelijkheid en mannelijkheid in ieder afzonderlijk.<sup>46</sup>

**Is een man een vrouw voordat hij man wordt?** Bij dat nieuwe onderzoek werd ook duidelijk dat al voor de geboorte de geslachtshormonen bepalen hoe mannelijk of vrouwelijk iemand eruit gaat zien. In de baarmoeder groeien alle embryo's in principe uit tot vrouwen. Het ene kamp zegt: de standaardblauwdruk is vrouwelijk, het andere zegt: die is vrouw-mannelijk of manvrouwelijk of androgyn.<sup>47</sup> Ongeveer zeven weken nadat een eitje bevrucht is, begint testosteron, dat door de testikels in wording wordt aangemaakt de foetus tot een jongen om te vormen. Geboren worden is als springen in het diepe en vereist mannelijke moed en, durf en kracht.<sup>48</sup>

**Wat wordt bedoeld met vrouwelijke en mannelijke energieën?**

*Met de essentiële-mannelijke wordt bedoeld het initiërende vermogen, de ingeving, de moed en kracht om uit de veiligheid te gaan en op avontuur gaan, het licht.*

*Met essentiële vrouwelijke energieën wordt bedoeld de vormgevende kracht, de kracht om licht te baren en vorm te geven; het ontvangen, het dragen, het voeden, het verbinden, het vertrouwen in de flow van het leven, het zich kunnen verdiepen in een ander, de empathie, het vergeven. In feite de ruimte waarin het licht kan indalen.*

**Over de oerdiepte of Tao.** Het is de vrouwelijke diepte waarin het verlangen ontstaat tot ontstaan en wording. Het is Tao. De Grote Moeder is alles, zij is biseksueel.<sup>49</sup> In haar donkerte, haar zwartheid en diepte groeien er twee krachten: de mannelijke en de vrouwelijke. Zij trillen samen, leven samen en verwekken een kind, een Dochter/Zoon. De grote centrale zon staat voor de Zoon, de Dochter voor de vormgevende kracht die licht begeleidt de kosmos in. Soms wordt het vrouwelijke mannelijk en andersom. Het gaat om het evenwicht of de balans want zij beseffen elkaars complement te zijn, twee kanten van dezelfde medaille waarbij de een niet zonder de ander kan. Zij gaan samen uit als in de draden van een spinnenweb en manifesteren zich op verschillende niveaus. Het mannelijke gaat uit en specialiseert en fragmenteert zich. Het vrouwelijke geeft vorm maar behoudt de verbinding met de bron. Geest en Stof, Vader en Moeder.<sup>50</sup>

**3. Na het patriarchaat: op weg naar een nieuw mensbeeld.** Hedentendage ontwikkelt zich een nieuw mensbeeld, dat uiteenvalt in een nieuw vrouw- en een nieuw man-beeld. Wij zien allemaal dat het vrouwbeeld verandert na eeuwenlang eenzijdig moeder geweest te mogen zijn, betreedt zij nu definitief het publieke domein.

Niets mis met het moederschap, ook nadat dat door de tweede golf-feministen o.l.v. Simone de Beauvoir in de ban werd gedaan.<sup>51</sup> De jonge moeder maakt het gelukshormoon oxytocine aan bij borstvoeding en verzorging van het kwetsbare zuigeling. Dit hormoon wordt trouwens ook aangemaakt door de vader en de grootouders<sup>52</sup> en anderen, mits zij zich aan zorgtaken wijden en werkelijk contact leggen met het jonge kind.

Nog even dit over het moederschap: ook de nieuwste onderzoeken wijzen uit dat de band tussen moeder en kind de meest oorspronkelijke is. De moeder heeft het vermogen zich te verplaatsen in de behoeften van het kind zonder dat het dit kan uitleggen. Zij ontwikkelt empathie. Communicatie tussen moeder en kind en tussen de vrouwen van de groep met de kinderen staat aan de basis van de ontwikkeling van de taal.<sup>53</sup>

**De menstruatie** is hierbij van fundamenteel belang; het toont de dubbele natuur van een vrouw. In deze fase is zij gevoelig voor de impliciete orde, de onzichtbare orde. Zij zit in het donker, samen met anderen. Juist dan komen er bewustzijnverruimende stoffen vrij, een cocktail genaamd DMT.<sup>54</sup> Het donker van de binnenwereld en het licht van de buitenwereld worden door vrouwen iedere maand beleefd, vandaar hun 'dubbele natuur' waarin licht en donker samenkomen. Vandaar ook hun oorspronkelijke contact met hun ziel, die binnenkant. Drummen, zingen en dansen bevordert de synchronisatie van hersenhelften<sup>55</sup>, bevordert lagere hersengolven waardoor eenheid ontstaat tussen boven en beneden, binnen en buiten, rechts en links.<sup>56</sup> Nu kunnen de vrouwen schouwen in andere werelden en contact leggen met overleden verwanten of zielen van kinderen die opnieuw geboren willen worden. In sprookjes wordt dit uitgelegd als 'de reis naar de andere wereld'.<sup>57</sup>

**Het patriarchale vrouwbeeld zit nog dwars.** Maar... het patriarchale vrouwbeeld is nog niet uit het systeem. Hoe zag dat eruit? Het kent de ondergeschikte en gekwetste en zelfs getraumatiseerde vrouw. Ze ademt hoog en zit veel in haar hoofd. Haar wespentaille benam haar vroeger de adem en deed haar flauwvallen. Haar *hustera* of baarmoeder maakte haar een paar dagen in de maand 'ziek' en dan werd zij in patriarchale optiek 'hysterisch'. Menstrueren was/is een vorm van ziek zijn, 'ongesteld' zijn.

**Een holle buik.** Al het seksuele geweld dat tegen haar gebruikt is van verkrachting tot incest, heeft haar een lege en holle buik opgeleverd. De onveiligheid van de buitenwereld maakt haar angstig. Zij heeft haar buikgebied waar het oervertrouwen zetelt, verlaten. Daardoor bereikt zij niet goed haar hart en gaat makkelijk over haar grenzen heen om anderen zoveel mogelijk te pleasen. Dit alles maakt haar onzeker en twijfelachtig. Je kunt haar zo omverblazen want zij staat niet in haar kracht. Al dat onrecht heeft een muur om haar hart doen bouwen waardoor deze energie niet vrij kan stromen. Zij laat de energie wel toe in haar hoofd, en patriarchaliseert daardoor meer dan zij zelf beseft.

Hooggevoelige vrouwen hebben hier last van.<sup>58</sup> Zij krijgen moeilijk iets af, voelen zich onzeker, zij vallen veel, krijgen ongelukken en leiden aan depressies omdat zij het negatieve van anderen te veel binnenlaten.

De onderste drie chakra's zijn vervormd en geblokkeerd.<sup>59</sup> Het gaat om een individuele én ook een collectieve energie. Wanneer haar geweld wordt aangedaan, met name in het buikgebied, dan dissocieert de vrouw zich met haar lichaam.<sup>60</sup> Niet te ontkennen valt dat 45 % van de vrouwen boven de 15 jaar te maken krijgt met geweld.<sup>61</sup>

**Het nieuwe vrouwbeeld.** Zouden vrouwen met hun bewustzijn en vooral hun ademhaling afdalen naar hun buik, dan zouden zij veel meer in hun eigen kracht komen. Want de buik is ons anker.<sup>62</sup> Dat is pas baas zijn in eigen buik! Nu kan zij de muren rond haar hart afbreken die in de patriarchale tijden van onderdrukking zo hoog gegroeid zijn. In haar eigen lichaam ligt de sleutel tot bevrijding. Eerst slecht zij de muren rond het hart door beperkende overtuigingen van schuld en schaamte op te ruimen.<sup>63</sup> Daarna ademt zij vanuit de aarde krachtige energie door naar haar buik waarin zij werkelijk gaat wonen. Nu brengt zij de positieve energie naar het hart. Dat opent zich.

Daarna bereikt zij haar voorhoofd en opent zich het derde oog, de zetel van wijsheid. Hier ligt de sleutel tot het hervinden van het zesde zintuig, haar intuïtie waar zij vroeger zoveel mee kon.<sup>64</sup> Chakra's werken in paren: het eerste met het zevende, het tweede met het zesde, het derde met het vijfde en het hart als vierde coördineerde alles. Dit maakt duidelijk dat hogere chakra's niet goed functioneren wanneer de lagere vervormd zijn.<sup>65</sup> Het hart opent de poort naar de ziel en de hogere vermogens die buiten het postmoderne, rationalistische en mechanistische wereldbeeld vallen.<sup>66</sup>

**Het extra.** Zij verzoent aarde- en kosmische energieën.<sup>67</sup> Of in de woorden van Pamela Kribbe mengt zij vrouwelijke en mannelijke energieën met elkaar.<sup>68</sup> Ze integreert en mixt ze tot haar eigen unieke samenstelling dat haar tot haar unieke, onafhankelijke en zelfstandige zelf maakt. En dat doet ze via het innerlijke lichaamsbewustzijn in haar buik. De oude Wijsheid is herwonnen maar nu op een veel dieper aards niveau, plus het feit dat zich in haar het logisch-analytisch denken heeft ontwikkeld dat gevormd is in het patriarchaat. Bepaalde biologische eigenschappen, zoals de dikkere hersenbalk, maken dat zij op de huidige man een evolutionair voordeel heeft; zij kan vele dingen tegelijk, houdt de verbinding met de

groep, sticht vrede en begrip, houdt contact met de natuur en is vreedzaam en empathisch. Zij is opnieuw sterk, krachtig én wijs. Er ontstaat een soort androgyne vrouwelijkheid. Zo groeien de twee oerkrachten in ieder afzonderlijk naar elkaar toe en sluiten in ieder mens een heilig huwelijk van harmonie en vrede, van innerlijke kracht, tevredenheid en verbondenheid. Zo groeien ook de seksen naar elkaar toe.

**Vrouwen ontwikkelden een dikkere hersenbalk.** Een intense strijd wordt er onder wetenschappers over het verschil in dikte van de hersenstam bij vrouwen en mannen.<sup>69</sup> Bij vrouwen zou die 10 tot 33% groter zijn. Maar vrouwenhersenen zijn kleiner en wegen minder. Alleen: deze verschillen hebben te maken met de verschillen in omvang tussen vrouwen en mannen. Vrouwenhersenen zijn niet alleen kleiner en lichter, maar ook beter doorbloed.<sup>70</sup> Volgens een bepaalde groep onderzoekers – ook wel de neuro-feministen genoemd<sup>71</sup> zijn de verschillen niet groot zijn, mogelijk bestaan ze zelfs niet, een typisch postmoderne opvatting. Zij noemen de groep die wel uitgaat van verschillen de neuro-seksisten.<sup>72</sup> Die beschuldigen ze van ‘biologisch essentialisme’. Nieuw onderzoek met behulp van scans en beeldtechnologie<sup>73</sup> wijst uit dat de hersenbalk bij vrouwen inderdaad dikker is. Daarom hebben zij een grotere verbinding tussen de linker en de rechterhersenhelft. Zij hebben een groter empathisch vermogen en dat maakte hen in het verleden tot vrede-stichters. Dat evolutionaire voordeel van vrouwen is dus wel degelijk aanwezig.

**Het nieuwe manbeeld.** Ook bij de nieuwe man verzoenen zich de energieën tot een uniek samenspel, een unieke synergie. Het patriarchaat kan men definiëren als een kleine groep vooral mannelijke machthebbers ondersteund door een kleine groep gepatriarchaliseerde vrouwen; ze tonen een grote dominantie en heerszucht over hun vele vrouwelijke én mannelijke onderdanen. Die laatsten moesten dienen in hun legers en stierven bij bosjes. In industriële samenlevingen lijden zij onder competitie, lange werkdagen en uitbuiting. Zij leven als moderne slaven in een strak keurslijf van veel en hard werk voor weinig geld met weinig tijd voor ontspanning en gezin. Het heeft weinig met menselijke vrijheid te maken. Zij worden mensenwaardig behandeld.

**Testosteron.** Een gemiddelde man produceert 5100 microgram testosteron per dag, een vrouw gemiddeld 100. Mannen produceren dus 50 keer meer testosteron dan vrouwen, die serotonine aanmaken.<sup>74</sup> Een hoog niveau van testosteron en een laag niveau van serotonine leidt tot oorlog en competitie.<sup>75</sup>

De werking van testosteron is in recent onderzoek of totaal ontkend of gedeeltelijk afgezworen.<sup>76</sup> Toch blijven grote groepen onderzoekers beweren dat dit hormoon van fundamenteel belang is voor het vreedzame karakter van egalitaire culturen, daar weten de vrouwen de grotere dosis testosteron van mannen in bedwang te houden. Ook de mannen, die binnen oude en moderne natuurvölker leefden/leven, weten dat competitie en tweedracht contraproductief werken. Er zijn allerlei technieken ontwikkeld om hier niet in te vervallen en de coöperatieve onderlinge geest in stand te houden. Zo wisselen jagers bij de !Kung van pijlen; ook al heeft iemand raak geschoten en schiet hij beter dan de rest, de eer gaat niet naar die jager maar naar de eigenaar van die doeltreffende pijl. De sociobioloog Johan Mertens benadrukt dat voor-patriarchale culturen zich kenmerken door de saamhorigheid onder de mannen en de hoge mate waarin zij door de vrouwtjes gesocialiseerd zijn.<sup>77</sup> Oorlog wordt veroorzaakt bij een gereduceerd niveau van serotonine in

de hersenen. Agressieve kinderen hebben een gereduceerd niveau van serotonine.<sup>78</sup>  
Vrouwen hebben een hogere capaciteit voor empathie.<sup>79</sup>

**Minder testosteron en meer oxytocine bij de moderne man.** Moderne mannen kunnen zich bevrijden van het patriarchale beeld in alle omstandigheden stoer te moeten zijn, hun gevoel weg te stoppen, geen emoties te tonen en geen tijd te hebben voor het liefdevol en zorgzaam contact met hun eigen kinderen en naaste familie. Het patriarchaat stootte hun uit hun hart naar hun hoofd en maakte dat zij analytisch, logisch, berekenend en ook egoïstisch gingen denken te koste van anderen. Begrijp me goed: ik schets hier een karikatuur. Dit alles gaat veranderen. Onder de jongere generaties mannen bevinden zich talloze zorgvaders die de zorgtaken met hun partner delen. Men heeft uitgerekend dat bij Hazda mannen in Tanzania die betrokken waren bij de lichamelijke verzorging van jonge kinderen en kinderopvoeding, minder testosteron aanwezig is. Bij Hazda mannen van een andere stam, die dit niet doen, is dit niet zo.<sup>80</sup> Oxytocine stroomt vrijelijk en testosteron, dat agressief en impulsief maakt, vermindert. Door vanuit het hoofd naar het hart te gaan en hier meer vrouwelijke energie toe te laten, heelt de moderne man de leegte in het hart, die collectief en individueel ontstaan is.<sup>81</sup> We weten inmiddels dat 23 tot 54 % van de hersenen een mix van vrouwelijke en mannelijke hormonen bevatten.<sup>82</sup> Er ontstaat een soort androgyne mannelijkheid. En zo groeien de seksen naar elkaar toe.

## Lichaamswerk

Op verzoek doen wij op 3 juli samen de microkosmische omloop.<sup>83</sup> Wij oefenen de bekken- en buikademhaling. Daarna voeren wij enkele sacrale lichaamshoudingen uit. Net als in 2016 in Korea, in 2017 in Glastonbury en ook voor een Duitse groep in Frankfurt in november 2017 blijken de lichaamshoudingen een verademing.

Adem je hoog en ben je in je hoofd, dan ben je makkelijk van je stuk te brengen. Bij een licht duwtje val je om. Sta je geworteld in Moeder Aarde en laat je de aarde-adem via de voeten en het diepe bekken naar hart en hoofd stromen om daarna weer naar beneden uit te blazen, dan sta je als een huis. Je woont in je bekken en buik. Henriette Delgado werpt zich op als proefkonijn en demonstreert het. Ik duw haar met een licht duwtje om wanneer zij met haar aandacht en bewustzijn in het hoofd verblijft. Daarna zet ik mij schrap en duw en duw. Geworteld in de aarde en diep ademend vanuit het bekken blijft Henriette staan als een huis. Een eyeopener.

Annine van der Meer, 4 juli 2018.

---

<sup>1</sup> Zie ook *Why women will save the planet, Friends of the Earth and C40 cities*, Nicola Baird ed., 2015, 2e ed. 2018 waar tal van oplossingen voor misstanden in de niet-westerse wereld worden beschreven zoals familyplanning (p. 186) en educatie van meisjes.

<sup>2</sup> *Why women will save the planet, Friends of the Earth and C40 cities*, 96.

<sup>3</sup> Zie [www.anninevandermeer.nl](http://www.anninevandermeer.nl) onder artikelen met Foto-collage van highlights van de Glastonbury Goddess Conference augustus 2017.

<sup>4</sup> [www.anninevandermeer.nl](http://www.anninevandermeer.nl) artikelen onder artikelen 2004 'De gang in de diepe duisternis met Jean Bolen op Malta', PRANA februari/maart 2004. Verslag van reis die Annine leidde voor prof. dr. Jean Shinoda Bolen, auteur van *Godinnen in elke vrouw* en *Goden in elke man* en haar 'goddess-gang' in Malta in juni 2003.

<sup>5</sup> Zie [www.anninevandermeer.nl](http://www.anninevandermeer.nl) onder artikelen 2017 voor de Duitse reactie.



- 
- <sup>6</sup> Pamela Kribbe, *De Verboden Vrouw Spreekt. Maria Magdalena over de liefde*, Altamira, 2016, tweede druk 2017, 60.
- <sup>7</sup> Annine van der Meer, *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes. Nu naar een vrouwelijke wereldvisie*, Den Haag, 2017, 537 over de relatie hoofd-hart-buik.
- <sup>8</sup> Zie mijn boeken *Venus is geen Vamp*, deel 1 h 1 en 6 en deel **2 h 6**; *The Language of MA*, 1 h 1 en 6 en deel **2 h 6**.
- <sup>9</sup> Svenia Flasspöhler, 'Metoo is een zwaktebod', TROUW, bijlage Letter & Geest, zaterdag 23 juni 2018, 10-13, artikel van Wilfred van de Poll, die haar interviewde.
- <sup>10</sup> Dirck H. J. van Bekkum, *Jonge Mannen als Klokkeluiders. Antropologisch leren kijken naar falende instituties en transitionele ruimtes*, Nijmegen, 2017.
- <sup>11</sup> Klaas van Egmond *Een vorm van beschaving*, Christofoor, Zeist, geheel herziene druk uit 2013.
- <sup>12</sup> Angela Saini, *Inferior. How Science got Women Wrong and the New Research That's Rewriting the Story*, Harper and Collins, 2017, Ne. vert: *Ondergeschikt*, ten Have, Amsterdam, 2017.
- <sup>13</sup> Saini, 77.
- <sup>14</sup> Mertens, 15-16.
- <sup>15</sup> Johan Mertens, *Vrijen, Vechten of Vluchten? Ons gedrag in Evolutionair Perspectief*, Acco, Leuven, Den Haag, 2016.
- <sup>16</sup> Jens van Tricht, *Waarom feminisme goed is voor mannen*, Atlas, Amsterdam, Antwerpen, 2018.
- <sup>17</sup> Jens van Tricht, *Waarom feminisme goed is voor mannen*, 28; Saini, 30; *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 287-89, 306.
- <sup>18</sup> Van Tricht, 29.
- <sup>19</sup> Kribbe, 68, 191.
- <sup>20</sup> *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes. Nu naar een vrouwelijke wereldvisie*, 287-89, 306.
- <sup>21</sup> Sarah Milledge Nelson, *Shamans, Queens and Figurines. The Development of Gender Archaeology*, Walnut Creek, California, 2015, 105; *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 288 n 37.
- <sup>22</sup> Alice Lucy Trent, *The feminine Universe. A complete Outline of the Principal Feminine Essentialist Philosophy*, The Sun Daughter Press UK, 1997, Amerikaanse editie uit 2010.
- <sup>23</sup> Ibid., 50.
- <sup>24</sup> Mary Daly, *Pure Lust. Elemental feminist philosophy*, 1984; *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 288 n 35.
- <sup>25</sup> Max Dashu, *The suppressed Histories Archives*, 'The Meanings of Goddess', part 1, artikel op internet.
- <sup>26</sup> Dashu verw. naar het boek van Mary Ford Grabowsky, *The Sacred Feminine: essential Women's Wisdom through the Ages*, HarperSan Francisco, HarperCollinspublishers, 2002.
- <sup>27</sup> Dashu, 'The Meanings of Goddess', part 1, 4, artikel op internet.
- <sup>28</sup> Svenia Flasspöhler, 'Metoo is een zwaktebod', 13.
- <sup>29</sup> *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 306.
- <sup>30</sup> Zie [www.anninevandermeer.nl](http://www.anninevandermeer.nl) onder artikelen 2017 het uitgebreide artikel met vele verwijzingen 'Wereldvrede en de rol van de vrouw'. Uitgewerkte Rede in de DOMkerk te Utrecht uitgesproken op woensdag 20 september 2017 in het kader van de Vredesweek 2017.
- <sup>31</sup> Mertens, 9, 124, 163-64.
- <sup>32</sup> LOMA deel I h 5; zie [www.anninevandermeer.nl](http://www.anninevandermeer.nl) onder button 'vaderland' met diverse artikelen; *Why women will save the planet*, 157 met artikel van Maria Mies; zie ook het werk van dr. Heide Göttner-Abendroth op [www.akademia.hagia.de](http://www.akademia.hagia.de) (in het Duits en Engels).
- <sup>33</sup> Mertens, 283 spreekt van bendes (jonge) mannen die op rooftocht uitgaan; van Egmond, *Een Vorm van Beschaving*, 196 n 163 over landen met zeer jonge bevolking van onder de 20 jaar (Afrika, Iraq en Afghanistan) waar vele jonge mannen zonder werk zitten. Er is bewezen dat dit een kruidvat biedt voor toenemend geweld en oorlog.
- <sup>34</sup> Mertens, 241.
- <sup>35</sup> Saini, 58-59, 244.
- <sup>36</sup> Saini, 250-52 noemt orka's, grienden en Afrikaanse olifanten als hoge uitzonderingen.
- <sup>37</sup> Saini, 254; Mertens, 210.
- <sup>38</sup> Saini, 246-54; Mertens, 198-205, 210
- <sup>39</sup> Saini, 247.
- <sup>40</sup> Saini, 253; Mertens, 209, 213 over het plotseling stoppen van de menopauze.
- <sup>41</sup> Saini, 234.
- <sup>42</sup> Saini 40-41 noemt het onderzoek van de Franse professor Charles-Édouard Brown-Séguard uit 1891 in Frankrijk.

- 
- <sup>43</sup> Van Tricht, 57, 66 n 13.
- <sup>44</sup> Saini, 44-45.
- <sup>45</sup> Saini, 45.
- <sup>46</sup> Kribbe, 156.
- <sup>47</sup> Saini, 41.
- <sup>48</sup> Kribbe, 49.
- <sup>49</sup> Colegrave, 51.
- <sup>50</sup> Annine van der Meer, *Vrouw Holle en het Gouden Hart*. Het sprookje van Vrouw Holle voor mensen van nu, Den Haag, 2018, 96; *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 558, 575.
- <sup>51</sup> Simone de Beauvoir, *La Deuxième Sexe*, Parijs, 1949; *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 305 n. 96.
- <sup>52</sup> Saini 162 zelf gemeten door Sarah Hrdy-Blaffer.
- <sup>53</sup> Saini, 166.
- <sup>54</sup> *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 548-549.
- <sup>55</sup> *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 552.
- <sup>56</sup> *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 583.
- <sup>57</sup> *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 149-154.
- <sup>58</sup> Kribbe, 38, 84, 197, 217.
- <sup>59</sup> *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 583.
- <sup>60</sup> Kribbe, 165.
- <sup>61</sup> Van Tricht, 89.
- <sup>62</sup> Kribbe, 47, 165, 184, 244.
- <sup>63</sup> Kribbe, 73 onderscheidt in het bevrijdingswerk drie stappen.
- <sup>64</sup> *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 585: de pijnappelklier of epifyse werkt samen met de hypofyse de klier die oxytocine produceert. Wanneer beide klieren samen gaan trillen opent zich het derde oog.
- <sup>65</sup> *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 585, 593.
- <sup>66</sup> Kribbe, 184, 237; *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 554.
- <sup>67</sup> Je kunt spreken van een Yin/Yang-ademhaling of een magnetische- of aarde of Yin ademhaling en een elektrische of kosmische of Yang ademhaling. Yin-Nadis stromen omhoog, Yang-Nadi's stromen omlaag; *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 580.
- <sup>68</sup> Kribbe, 60.
- <sup>69</sup> Saini, 122.
- <sup>70</sup> Saini, 119.
- <sup>71</sup> Saini, 142.
- <sup>72</sup> Saini, 129, 142.
- <sup>73</sup> Saini, 120.
- <sup>74</sup> Steve Taylor, *The Fall, The Insanity of the Ego in Human History and the Dawning of A New Era*, Alresford, 2005, 175.
- <sup>75</sup> Steve Taylor, *The Fall*, 14.
- <sup>76</sup> Saini, 113.
- <sup>77</sup> Mertens, 53, 58, 137 n 17, 139 (pijlen bij !Kung), 144, 154, 177, 183; Steve Taylor vermeldt ook nog vb van twee inheemse voetbalteams uit Nieuw Guinea die niet willen winnen van elkaar.
- <sup>78</sup> Taylor, *The Fall*, 159-160.
- <sup>79</sup> Taylor, *The Fall*, 182.
- <sup>80</sup> Saini, 162.
- <sup>81</sup> Kribbe, 60.
- <sup>82</sup> Saini, 143.
- <sup>83</sup> *Vrouw Holle en de verborgen wijsheid in sprookjes*, 561, 594 met verw. naar Hetty Draayer en haar leerling Peter Kampschuur.