

Inhoud

VOORWOORD 12

INLEIDING: ZINGEN BOVEN DE BEENDEREN 13

De rijkdom van de Ontembare Vrouw: de verhalen 33

1 DE SCHREEUW: DE HERRIJZENIS VAN DE ONTEMBARE VROUW 35

La Loba, de Wolfsvrouw 35

La Loba 36

De vier rabbijnen 41

2 DE INDRINGER BESLUIPEN: DE EERSTE INWIJDING 49

Blauwbaard 50

De natuurlijke roofvijand van de psyche 54

Naïeve vrouwen als prooi 56

De sleutel tot de kennis: het belang van snuffelen 60

De dierlijke bruidegom 62

De geur van bloed 64

Wegduiken en omlopen 69

De roep om kracht 70

De zonde-eters 73

De donkere man in vrouwendromen 76

3 JE NEUS ACHTERNA LOPEN: HET HERSTELLEN VAN DE INTUÏTIE ALS INWIJDING 85

Het popje in haar zak: Vasalisa de Wijze 85

Vasalisa 86

- De eerste taak – De te goede moeder laten sterven* 91
De tweede taak – De primitieve schaduw aan het licht brengen 95
De derde taak – Navigeren in het donker 98
De vierde taak – De wilde feeks onder ogen zien 102
De vijfde taak – Het niet-rationele dienen 105
De zesde taak – Het een van het ander scheiden 110
De zevende taak – Naar de mysteries vragen 112
De achtste taak – Stevig op je benen staan 115
De negende taak – De schaduw veranderen 118
- 4 DE PARTNER: VERBINTENIS MET DE ANDER 127
Lofzang voor de wilde man: Manawee 127
 Manawee 128
De tweeledige natuur van vrouwen 130
De macht van het tweetal 131
De macht van de naam 133
De vasthoudende hondennaam 135
De lokroep van de lust 136
Fel worden 138
De innerlijke vrouw 140
- 5 JAGEN: HET HART ALS EENZAME JAGER 143
Skelettevrouw: het principe van Leven/Dood/Leven in de liefde aanvaarden 143
 Skelettevrouw 144
De dood in het huis van de liefde 147
De eerste stadia van de liefde 150
 Toevallig een schat vinden 150
 Achtervolgd worden en je verbergen 155
 Het skelet bevrijden 159
 De slaap van het vertrouwen 164
 De traan laten 168
De latere stadia van de liefde 172
 Het hart als trommel en scheppen door zingen 172
 De dans van lichaam en ziel 175
- 6 DE EIGEN GROEP VINDEN: DE ZEGEN VAN ZIELSVERWANTEN 181
Het lelijke jonge eendje: ontdekken waar we bij horen 181
 Het lelijke jonge eendje 182
Verbanning van het afwijkende kind 187
 Soorten moeders 189
 De ambivalente moeder 190

De gezwichte moeder 192
De kindmoeder of onbemoederde moeder 194
De sterke moeder, het sterke kind 196
Slecht gezelschap 198
Er niet normaal uitzien 198
Innerlijk bevroren, bevroren creativiteit 199
De voorbijgaande vreemdeling 200
De weldaad van de verbanning 201
De ongekamde katten en de schele kippen van de wereld 202
Nooit vergeten en altijd doorgaan, wat er ook gebeurt 204
Liefde voor de ziel 206
De ontheemde zygoot: de verborgen kracht van de verbanning 207

7 HET BLIJE LICHAAM: HET WILDE VLEES 215

Lichaamstaal 217
Het lichaam in sprookjes 221
De kracht van de heupen 223
La Mariposa, de Vlindervrouw 224

8 ZELFBEHOUD: HET HERKENNEN VAN VALSTRIKKEN, KOOIEN EN
GIFTIG LOKAAS 231

De verwilderde vrouw 231
De rode schoentjes 232
Wrede verliezen in sprookjes 236
De met de hand gemaakte rode schoentjes 238
De vallen 241
De eerste val: de gouden koets; het geminachte leven 241
De tweede val: de dorre oude vrouw; de senescente kracht 242
*De derde val: het verbranden van de schat; hambre del
alma, de hongerende ziel* 245
*De vierde val: de verwonding van het fundamentele instinct;
het gevolg van gevangenschap* 249
De vijfde val: een geheim leven proberen te leiden; gespleten raken 252
De zesde val: door het stof gaan voor het collectief; schaduwopstand 258
*De zevende val: doen alsof; gehoorzaam proberen te zijn;
het abnormale normaliseren* 261
De achtste val: onbeheerst dansen; obsessie en verslaving 266
Verslaving 268
Bij het huis van de beul 270
Te laat de schoentjes proberen uit te doen 270
*Terugkeer tot het met de hand gemaakte leven, herstel van gewonde
instincten* 271

- 9 NAAR HUIS GAAN: TERUGKEREN NAAR JEZELF 275
- Zeehondehuid, zielehuud* 276
 - Verlies van zielsbewustzijn als inwijding* 281
 - Je pels verliezen* 283
 - De eenzame man* 288
 - Het geestelijk kind* 291
 - Verschrompelen en kreupel worden* 293
 - Het kostuum* 294
 - De roep van de oude horen* 296
 - Te lang blijven* 298
 - Je losmaken; in het water duiken* 303
 - De mediale vrouw: ademen onder water* 309
 - Bovenkomen* 310
 - Bewust eenzaamheid zoeken* 312
 - Het ingeschapen ecosysteem van vrouwen* 316
- 10 HELDER WATER: HET CREATIEVE LEVEN VOEDEN 319
- La Llorona* 323
 - De vervuiling van de wilde ziel* 324
 - Gif in de rivier* 326
 - Vuur op de rivier* 328
 - De man op de rivier* 332
 - De rivier weer vrijmaken* 337
 - Focus en de fantasiefabriek* 341
 - Het meisje met de zwavelstokjes* 341
 - Dodelijke fantasie weren* 343
 - Het creatieve vuur hernieuwen* 349
 - De drie gouden haren* 350
- 11 HEET ZIJN: EEN HEILIGE SEKSUALITEIT HERSTELLEN 357
- De vieze godinnen* 357
 - Baubo: de buikgodin* 359
 - Baubo* 360
 - Coyote Dick* 363
 - Coyote Dick* 364
 - Een reisje naar Rwanda* 366
 - Een reisje naar Rwanda* 366
- 12 HET TERRITORIUM AFBAKENEN: DE GRENZEN VAN WOEDE EN VERGEVING 369
- De maansikkelbeer* 369

De maansikkelbeer 370
Woede als leermeester 373
De kruidenvrouw raadplegen: de berg beklimmen 376
De geestelijke beer 380
Het transformerende vuur en de juiste handelwijze 381
Gerechvaardigde woede 383
De dorre bomen 384
Descansos 387
Gewond instinct en woede 389
Collectieve woede 390
In oude woede blijven steken 391
Vier fasen van vergeving 393

13 LITTEKENS VAN DE STRIJD: AANSLUITING BIJ DE LITTEKENCLAN 397

Geheimen als moordenaars 397
De dode zone 400
De vrouw met het gouden haar 401
De zonderok 409

14 LA SELVA SUBTERRANEA: INWIJDING IN HET ONDERAARDSE BOS 411

Het meisje zonder handen 411
Het meisje zonder handen 413
Het eerste stadium – in onwetendheid een verbond sluiten 418
Het tweede stadium – het afhakken 425
Het derde stadium – het zwerven 435
Het vierde stadium – liefde in de onderwereld vinden 441
Het vijfde stadium – het pijnigen van de ziel 454
Het zesde stadium – het rijk van de Ontembare Vrouw 471
Het zevende stadium – de wilde bruid en bruidegom 477

15 SCHADUWEN: CANTO HONDO, HET INNIGE LIED 483

16 DE WIMPER VAN DE WOLF 489

NAWOORD: VERHALEN ALS MEDICIJN 493

AANHANGSEL 501

DANKBETUIGING 506

NOTEN 511

DE OPVOEDING VAN EEN JONGE WOLF: EEN BIBLIOGRAFIE 541

Voorwoord

We zijn allen vervuld van een verlangen naar het wilde. Er bestaan weinig cultureel gesanctioneerde middelen die aan dit smachten een eind kunnen maken. We hebben geleerd ons voor een dergelijke hunkering te schamen. We hebben ons haar lang laten groeien en het gebruikt om onze gevoelens te verbergen. Maar de schaduw van de Ontembare Vrouw sluipt nog altijd onopgemerkt achter ons aan tijdens onze dagen en in onze nachten. En waar we ook zijn, de schaduw die achter ons aan trippelt heeft onmiskenbaar vier poten.

CLARISSA PINKOLA ESTÉS, PH.D.
Cheyenne, Wyoming

Inleiding

Zingen boven de beenderen

Wilde dieren en de Ontembare Vrouw zijn beiden bedreigde diersoorten. Door de jaren heen hebben we gezien hoe de instinctieve natuur van de vrouw leeggeroofd, teruggedreven en uitgebuit is. Tijden lang heeft men deze verkeerd beheerd, als de in het wild levende dieren en de wildernis. Duizenden jaren lang is ze, zodra we ons maar even omdraaien, verbannen naar de schraalste grond van de psyche. Het geestelijke land van de Ontembare Vrouw is door de geschiedenis heen geplunderd of platgebrand, hollen zijn verwoest en natuurlijke cycli zijn in onnatuurlijke ritmen gedwongen om anderen te plezieren.

Het is geen toeval dat de ongerepte wildernis van onze planeet verdwijnt naarmate het inzicht in onze eigen innerlijke wilde natuur afneemt. Het is niet zo moeilijk te begrijpen waarom oude bossen en oude vrouwen gezien worden als niet al te belangrijke bronnen van ons bestaan. Het is niet zo'n raadsel. Het is niet zo toevallig dat wolven en coyotes, beren en wilde vrouwen vergelijkbare reputaties hebben. Ze delen allemaal verwante instinctieve archetypen, en als zodanig hebben allen ten onrechte de reputatie afstotelijk, van nature absoluut gevaarlijk, en roofzuchtig te zijn.

Mijn leven en mijn werk als Jungiaans analytisch therapeute, dichteres en *cantadora*, bewaarder van oude verhalen, hebben me geleerd dat de kwijnende vitaliteit van de vrouw hersteld kan worden door middel van diepgaand 'psychisch-archeologisch' graafwerk in de ruïnes van de vrouwelijke onderwereld. Door deze methode zijn we in staat de kenmerken van de natuurlijke instinctieve psyche terug te vinden, en door de personificatie ervan in het archetype van de Ontembare Vrouw zijn we in staat de kenmerken en gedragingen van de diepste natuur van de vrouw te onderscheiden. De moderne vrouw is een wervelwind van bedrijvigheid. Ze wordt gedwongen alles voor iedereen te zijn. De oude bronnen van de kennis zijn te lang zoek geweest.

De titel van dit boek, *Women Who Run With the Wolves: Myths and Stories of the Wild Woman Archetype*, is afkomstig van mijn biologiestudie van in het wild levende dieren, in het bijzonder wolven. De studie van de wolven *Canis*

lupus en *Canis rufus* heeft veel weg van de geschiedenis van de vrouw, zowel wat hun levendigheid als hun gezwog betreft.

Gezonde wolven en gezonde vrouwen delen bepaalde psychische eigenschappen: een scherp waarnemingsvermogen, een speelse geest en een groot vermogen om zich geheel aan iets te wijden. Wolven en vrouwen zijn van nature relatiegericht, onderzoekend, en bezitten een bijzonder uithoudingsvermogen en bijzondere kracht. Ze zijn sterk intuïtief en bekommeren zich in hoge mate om hun jongen, hun partner en hun groep. Ze zijn er bedreven in zich aan voortdurend veranderende omstandigheden aan te passen; ze zijn uitermate standvastig en heel dapper.

Toch zijn beiden achtervolgd, gekweld en er ten onrechte van beschuldigd verslindend en vals, te agressief en minder waard te zijn dan degenen die hen belasteren. Ze zijn het doelwit geweest van degenen die niet alleen de wildernis maar ook de wilde omgeving van de psyche zouden willen opruimen, die het instinctieve zouden willen uitroeien tot er geen spoor van over is. De jacht op wolven en vrouwen door wie hen niet begrijpen, vertoont een opvallende overeenkomst.

Zo kreeg het idee van het archetype van de Ontembare Vrouw voor mij voor het eerst vorm in mijn studie over wolven. Ik heb ook andere dieren bestudeerd, zoals beren, olifanten en de zielevogels – vlinders. De eigenschappen van iedere soort geven overvloedige, metaforische aanwijzingen voor het begrip van de instinctieve psyche van de vrouw.

De wilde natuur is tweemaal door mijn geest getrokken, eenmaal door mijn afstamming van een gepassioneerde Mexicaans-Spaanse familie en later via adoptie door een gezin van vurige Hongaren. Ik ben grootgebracht bij de grens van Michigan-Indiana, omgeven door bossen, boomgaarden en akkers, en bij de Grote Meren. Daar vormden donder en bliksem mijn voornaamste voeding. Maïsvelden knerpten en spraken 's avonds hardop. Ver in het noorden kwamen wolven, huppelend en huilend, in het maanlicht naar de open plekken. We konden allemaal zonder vrees uit dezelfde stroompjes drinken.

Hoewel ik haar toen nog niet zo noemde, begon mijn liefde voor de Ontembare Vrouw toen ik een klein kind was. Ik was meer een esthete dan een atlete, en mijn enige wens was een extatisch zwerfster te zijn. Liever dan stoeien en tafels had ik de grond, bomen en grotten, want ik voelde dat ik op die plaatsen tegen de wang van God kon leunen.

De rivier riep *altijd* om een bezoekje na het donker, in de velden *moest* ik lopen zodat ze hun ritselende gefluister konden laten horen. Vuurtjes *moesten* 's avonds in het bos gestookt worden en verhalen *moesten* verteld worden waar volwassenen ze niet konden horen.

Ik heb het geluk gehad dat ik in de vrije natuur ben grootgebracht. Daar leerde de inslaande bliksem mij over de dood die onverwacht was en over de vluchtigheid van het leven. Nesten met muizen lieten me zien dat de dood verzacht werd door nieuw leven. Wanneer ik 'Indiaanse kralen', fossielen uit de leem, opgroef, begreep ik dat hier al heel lang mensen zijn. Ik leerde over de heilige kunst van het jezelf mooi maken, met monarchvlinders neergestreken op mijn hoofd, vuurvliegjes als mijn nachtjuwelen en smaragdgroene kikkers als armbanden.

Een wolvenmoeder doodde een van haar fataal gewonde jongen; dit leerde me een mededogen dat niet zachtzinnig is, en de noodzaak de dood te laten komen naar wie stervende is. De pluizige rupsen die van hun takken vielen en weer naar boven kropen, leerden me vastberadenheid. Hun kriebelende getrip-pel op mijn arm leerde me hoe je huid tot leven kan komen. Klimmen naar de toppen van de bomen leerde me hoe seks eens zou voelen.

Mijn eigen generatie van na de Tweede Wereldoorlog groeide op in een tijd waarin vrouwen als kinderen en als bezit werden behandeld. Ze werden onderhouden als braakliggende tuintjes... maar gelukkig was er altijd wild zaad dat op de wind kwam aandrijven. Wat ze schreven was niet geautoriseerd, maar vrouwen zeiden evengoed wat ze op hun hart hadden. Wat ze schilderden werd niet erkend, maar het voedde de ziel evengoed. Vrouwen moesten smeken om het gereedschap en de ruimte die ze voor hun kunst nodig hadden en als die uitbleven, maakten ze ruimte in bomen, grotten, bossen en kasten.

Dansen was niet of nauwelijks toegestaan, dus dansten ze in het bos waar niemand hen kon zien, of in de kelder, of wanneer ze het vuilnis buitenzetten. Jezelf mooi maken wekte wantrouwen. Met een vrolijk lichaam of vrolijke kleren was het gevaar groter dat je kwaad zou overkomen of dat je zou worden aangerand. De kleren aan je lijf kon je niet eens je eigendom noemen. Het was een tijd waarin ouders die hun kinderen mishandelden 'streng' werden genoemd, waarin de geestelijke wonden van hevig uitgebuite vrouwen als 'zenuwinzinkingen' werden betiteld, waarin meisjes en vrouwen die stevig ingesnoerd, stevig ingetoomd en stevig genuilkorfd waren 'aardig' werden genoemd en die andere vrouwen, die erin slaagden een of twee keer in hun leven even aan het gareel te ontsnappen, als 'slecht' werden gebrandmerkt.

Dus als vele andere vrouwen voor en na mij, leefde ik mijn leven als een vermomd *criatura*, schepsel. Als mijn verwanten voor mij, liep ik elegant op hoge hakken te wiebelen en droeg ik een jurk en hoed wanneer ik naar de kerk ging. Maar mijn legendarische staart kwam vaak onder mijn rok uit, en mijn oren trilden tot mijn hoed over mijn ogen viel en soms pardoes door de kamer vloog.

Ik ben het lied van die donkere jaren niet vergeten, *hambre del alma*, het lied

van de hongerende ziel. Maar ook ben ik het vrolijke *canto hondo* niet vergeten, het innige lied, waarvan de woorden ons weer te binnen schieten wanneer we het werk van onze innerlijke hernieuwing verrichten.

Als een pad door een bos dat steeds vager wordt en ten slotte in het niets lijkt te verdwijnen, heeft de traditionele psychologie al gauw niets meer te bieden voor de creatieve, begaafde, diepzinnige vrouw. Traditionele psychologie heeft doorgaans weinig of helemaal niets te zeggen over diepgaandere onderwerpen die voor vrouwen belangrijk zijn: het archetypische, het intuïtieve, het seksuele en cyclische, de leeftijden van vrouwen, de vrouwelijke manier van doen, het inzicht van de vrouw, haar creatieve vuur. Dit is wat meer dan twintig jaar de drijfveer voor mijn werk over het archetype van de Ontembare Vrouw is.

De zielsproblemen van een vrouw kunnen niet behandeld worden door haar in een meer aanvaardbaar model te kneden zoals bepaald door een onbewuste cultuur, en ook kan ze niet in een intellectueel meer aanvaardbare vorm gedwongen worden door diegenen die beweren het alleenrecht op het bewustzijn te bezitten. Nee, dat heeft er al toe geleid dat miljoenen vrouwen die als sterke, natuurlijke krachten zijn begonnen, buitenstaanders zijn geworden in hun eigen cultuur. In plaats daarvan moet er gestreefd worden naar het herstellen en steunen van de prachtige en natuurlijke psychische vormen van de vrouw.

Sprookjes, mythen en verhalen schenken inzichten die onze blik verscherpen zodat we het pad dat door de wilde natuur is achtergelaten weer kunnen zien en volgen. De lering die we in verhalen vinden geeft ons de verzekering dat het pad niet geëindigd is, maar dat het vrouwen nog altijd verder, en dieper nog, in hun eigen kennis binnenleidt. De sporen die we allemaal volgen zijn die van het ontembare, ingeschapen instinctieve Zelf.

Ik noem haar de Ontembare Vrouw want die woorden, *ontembaar* en *vrouw*, veroorzaken *llamar o tocar a la puerta*, de in sprookjes beschreven klop op de deur van de diepe vrouwelijke psyche. *Llamar o tocar a la puerta* betekent letterlijk het instrument van de naam bespelen om een deur te openen. Het betekent woorden gebruiken die het opengaan van een doorgang gebieden. Door welke cultuur een vrouw ook is beïnvloed, ze begrijpt de woorden *ontembaar* en *vrouw* intuïtief.

Wanneer vrouwen die woorden horen, wordt een heel oude herinnering wakker gemaakt en weer tot leven gewekt. Het is de herinnering aan onze absolute, onloochenbare en onveranderbare verwantschap met de wilde vrouw, een relatie die misschien schimmig is geworden door verwaarlozing, verdrongen is door een te sterke domesticatie, verbannen is door de heersende cultuur, of niet