

Gevoel krijgen voor karma

Interview met Ate Koopmans

Wie Ate Koopmans zegt, zegt 'praktische menskunde', de naam van de cursus – zelf noemt hij het graag een werkplaats – die hij nu al jaren geeft rond het thema karma. Het door hem met 'dubbele biografie' aangeduide leven op aarde én tussen dood en nieuwe geboorte staat erin centraal. Nard Besseling sprak met hem.

Nard Besseling

Je zou kunnen zeggen dat Ate Koopmans (1931) al zijn leven lang gefascineerd is door het antroposofische mensbeeld. Veertien jaar lang, van 1958 tot 1972, heeft hij zich verbonden aan het Klinisch-Therapeutisches Institut (nu: Ita Wegmanklinik) in Arlesheim. Hij deed er opleidingswerk in de vorm van vaklessen aan verpleegsters en jonge artsen en nam er deel aan patiëntenbesprekingen. Daarnaast had hij zijn werk bij het onderzoekslaboratorium aan het Goetheanum in Dornach. Daar hield hij zich bezig met plantenonderzoek, vooral dat van de mistletoe, en met onderzoek op het gebied van de bloedkristallisatie.

Steeds was zijn inbreng Steiners mensbeeld, met name het verschijnsel van de verschillende wezensdelen en hun onderlinge relaties.

Vanuit zijn medisch verleden spreekt Koopmans zelf graag over wezensdelendiagnostiek. Daarmee bedoelt hij een manier van kijken die zicht biedt op de *werkelijke* menselijke constitutie als verhouding van de wezensdelen, die zich achter de uiterlijk waarneembare verschijningsvorm verbergt. Immers, ieder mens heeft een bepaalde uiterlijke verschijningsvorm (het fysiek lichaam als huis, met als som van het werk van de bouwvakkers het etherische lichaam), een bepaalde manier om, via de zintuigen, met de ziel in contact te treden met de buitenwereld (werking van het astrale lichaam) en een ik-organisatie waarin zich onder andere een bepaalde denk- of levensrichting weerspiegelt. Elk van deze delen van het menselijk wezen vormen niet alleen een verbinding met de zichtbare werkelijkheid, maar zijn ook een poort waardoor je zicht kunt krijgen op de krachten die daarachter werken.

Via het gebied van de 'fysionomie' (de totale uiterlijke gestalte) en de biografie kun je proberen een beeld te krijgen van de geestelijke gestalte. Via zielenervaringen van de mens kun je een beeld krijgen van de wijze waarop iemand de wereld tegemoet treedt, zijn zielenhouding, en via de levensrichting of denkrichting kun je zicht krijgen op iemands karmische wilsoriëntatie. Vanuit elk van de drie niveaus grijpen die natuurlijk op elkaar in, is een toegang mogelijk tot erachter liggende geestelijke drijfveren. Je hebt derhalve met een soort natuurkarma te maken, het instrumentarium waarover je in het leven beschikt, met een sympathie- en een antipathiekarma en met een moreel karma, waarin de geestelijke bedoelingen van het hogere ik van de mens opgenomen zijn. Het vinden van de onderlinge relaties tussen deze verschijningsvormen is het gebied waar Koopmans zich in cursussen praktische menskunde op richt.

Om op die manier diagnostisch te kijken was in het laboratorium in Dornach tamelijk ongebruikelijk. Koopmans zegt hiervan dat hij deze onderzoeksmethode eigenlijk geïsoleerd vertegenwoordigde, maar er was ruimte voor zijn ideeën.

Terug in Nederland was hij jarenlang actief als bestuurslid van de Antroposofische Vereniging. Van 1972-1975 als secretaris, van 1975-1987 als voorzitter. Naast het voorzitterschap deed hij cursuswerk en voerde hij gesprekken met leden.

'Veel cursuswerk deed ik feitelijk al in Arlesheim. Daar speelde het opleidingsgebeuren een grote rol. Ik gaf les aan verpleegsters, heileuritmisten en artsen. Het thema van de wezensdelen had ik al tijdens mijn studie jaren, medicijnen, in Nederland "ontdekt" in een studentengroep rond Albert Soesman. Het ging er mij om te laten zien dat je naast een pathologisch-anatomische diagnose, de gangbare, er ook een kon stellen vanuit het beeld van de wezensdelen. Daarbij komt namelijk de vraag op wat een bepaalde fysieke constitutie, of een bepaalde etherische of astrale 'aanleg' kan betekenen voor iemand. Dat leek mij een adequatere diagnostische zienswijze dan de gangbaar medische, die ik ook in het Dornachse werk tegenkwam. Dat werk had ik dus jarenlang gedaan, en vanuit die hoek kende men mij een beetje in Nederland. Zo kon ik na aankomst in 1972 al snel dat cursuswerk weer opnemen.'

Wie Ate Koopmans anno 2000 kent, kent hem waarschijnlijk van zijn cursuswerk rond het thema karma, ofwel, zoals hij het zelf noemt, praktische menskunde. Al bijna twintig jaar werkt hij met heel gemêleerde groepen mensen aan dit thema. Naast het sociale aspect, je helpt elkaar bij het zoeken naar en het waarnemen van de verschijningsvormen waarin een mens zich openbaart, benadrukt hij het afwisselende karakter van dit groepswork. Steeds dienen zich nieuwe thema's aan, geen mensenleven is hetzelfde. Je hoeft dan ook als begeleider nooit hetzelfde verhaal te vertellen. Van reproductie is nooit sprake. En dat bevalt Ate Koopmans wel, die zichzelf niet van nature als een spreker ziet, maar eerder als iemand die concreet iets met andere mensen wil doen. Hoe ziet dit werk eruit, en hoe is het ontstaan?

'Het groepswork met het thema karma is begonnen rond 1981. Ik werd toen door Coen van Houten uitgenodigd om in het *Center for Social Development* in Forest Row, Engeland, een afsluitende cursus te geven vanuit de wezensdelendiagnostiek. Dat was bedoeld voor een groep mensen, vrijwel allemaal werkzaam in een verantwoordelijke functie in het bedrijfsleven. Dat heb ik in die vorm die me werd voorgesteld geweigerd. Waarom? Ik vond dat ik dat met zo'n groep mensen, vrijwel allemaal leidinggevend, niet kon doen. Diagnostiseren doe je binnen het medische veld, daar stel je een diagnose. Maar in de sfeer van de groepsbegeleiding kon dat voor mij niet. Daarom stelde ik voor om er een cursus praktische menskunde van te maken. Om de wezensdelen te zien als karmische pakketjes, waarin iets verpakt zit dat met de wilsintenties van mensen te maken heeft. In de eerste karmaband [vertaald als: *Karmaonderzoek 1*, nb] duidt Steiner die drie soorten karma in verband met de wezensdelen aan. Karma is een eigenschap van de menselijke wil. De vraag was dan: kunnen we er een beeld van krijgen waar die karmische pakketjes worden samengesteld? In welk gebied van het voorgeboortelijke leven? Centraal stond daarbij de karmaoefening die gericht is op de drie fasen van karmavorming in het leven tussen dood en nieuwe geboorte (maan-, zonne-, saturnusfase) uit Steiners tweede karmaband [vertaald als *Karmaonderzoek 2*, nb]. En: welke motieven zijn er in die pakketjes gecomponeerd? We hebben in die cursus het levensverhaal gehoord van een van de deelnemers, maar ook gekeken naar diens uiterlijke verschijning, de manier van spreken, lopen, bewegen, enzovoort. Met andere woorden, we hebben met elkaar een beeld gevormd van de verschijning van die persoon op verschillende niveaus. Waarbij telkens de vraag opdook: wat zegt bijvoorbeeld de manier waarop iemand spreekt, hetzij sterk consonantisch, hetzij nadrukkelijk articulerend, over diens wilsintenties? Is het instrumentarium in iemands leven geschikt, of vormt het een uitdaging? Interessant bij zo'n waarnemingsproces is dat je merkt hoe verrijkend het is dat je dit met een groep mensen doet. Je ontdekt hoe je elkaar kunt helpen. Je leert meekijken met de ander, je kunt je een manier van kijken eigen maken die niet van nature de jouwe is. Het is hierbij heel belangrijk dat de (voor-)oordelen bij het waarnemen achterwege blijven. Maar ook dat is weer een voordeel van het groepswork: je kunt iemand die terugvalt in dat oordelen, vaak gebeurt dat onbewust, vrijwel zonder problemen hierop aanspreken. Er was immers een bepaalde manier van kijken afgesproken. Ik kreeg een goede respons vanuit de groep op deze cursus. De maanden erna heb ik me

wel afgevraagd: wat heb ik eigenlijk gedaan? Wat moet ik hier verder mee? Ik kwam al snel op de gedachte dat je zo'n cursus met allerlei mensen zou kunnen doen, vanuit allerlei beroepsgroepen, met doorgewinterde antroposofen en met mensen die bij wijze van spreken een half uur daarvoor pas voor het eerst van fysiek lichaam, etherlichaam en astraal lichaam gehoord hebben. De uitdaging lag er voor mij in om uit te vinden hoe je dat in die verschillende samenstellingen zou moeten aanpakken. Het was voor mij snel duidelijk dat ik met deze cursussen verder wilde gaan.'

'Ik wil bij die cursussen altijd uitgaan van een concreet voorbeeld, in de meeste gevallen een van de deelnemers. Ik houd in het begin natuurlijk een inleiding over wat de cursus behelst, daarna stel ik als voorbereiding voor de volgende keer de vraag wie er als "voorbeeld" wil dienen. In de meeste gevallen is het geen probleem om iemand bereid te vinden om dit te doen. Het wezenlijke van deze ingang vind ik dat je uitgaat van de feitelijkheden van het natuurkarma, en van het sympathie- en antipathiekarma. Je werkt dus altijd met concrete motieven, vergelijkbaar met muzikale thema's, uit iemands leven. En je beweegt je altijd rond de vraag: hoe passend dit instrumentarium is voor de intenties die je vanuit de geest, voor je geboorte, voor dit leven hebt gevormd. Zijn de aspecten van dit instrumentarium, bijvoorbeeld een ziekte, het wel of niet hebben van bepaalde vermogens, nu in lijn met die intenties of vormen ze nu juist een uitdaging om die intenties tegen te komen en je eigen te maken? Beide aspecten, de dingen die passen bij wat je als een intentie in je leven voelt, en die welke je als een uitdaging ervaart, horen natuurlijk bij je. Want ook je karmische "dwarsschieters" heb je zelf veroorzaakt. Rudolf Steiner geeft rijkelijk materiaal om naar het verband tussen je lichamelijke eigenschappen, je zieleneigenschappen en je wilsintenties te kijken. In de vele karmavoordrachten uit 1924 legt hij evenzoveel verbanden tussen een bepaalde ziekte, een bepaalde eigenschap, en datgene wat in een vorig leven in verband hiermee een rol kan hebben gespeeld. Hij spant dus een boog tussen een vorig leven en een huidig. Iedere wetmatigheid op karmisch gebied is daarmee een metamorfose. We moeten leren die metamorfose waar te nemen, datgene wat zich tussen de twee verschijningsvormen in die twee levens heeft voorgedaan. De vraag is dan: hoe wordt een bepaalde zieleneigenschap tot een bepaald karmisch gegeven? Een mooi voorbeeld is de mazelen. In het vóórinentingstijdperk was 98% van de kinderen ontvankelijk voor mazelen. Rudolf Steiner wijst erop dat mazelen samenhangt met het veel nadenken in een vorig leven, nadenken over de wereld, maar ook over jezelf. Dat is conform de individualisatie van de mens, dat gebeurt immers via het denken. Maar daar hangt ook een sociale schaduw over, namelijk dat je alles zelf wilt oplossen en niet wilt luisteren naar de raad van de ander. Dat zielenpakketje leidt tot de aanleg van de mazelen in een volgend leven.'

'Een van de belangrijkste aspecten van mijn cursussen vind ik, dat we in dit verband de ter zake doende vragen leren stellen. In mijn inleidingen leg ik er ook altijd de nadruk op dat we niet moeten verwachten dat we tot een bepaald afgerond beeld komen. Het zijn aanzetten die we kunnen maken, het is een soort voorbereidend werk. We kijken naar motieven in iemands leven, die elkaar soms de hand reiken, en soms niet. Nogmaals, daarbij speelt de "meekijk"- attitude en dus het feit dat we dit in groepsverband doen, een essentiële rol. En niet het oordeel over een ander of over jezelf.'

Ate Koopmans vertelt geanimeerd, hij heeft er zichtbaar plezier in het verhaal over zijn 'karmawerk' te houden. Hoewel hij verschillende keren aangeeft dat dit of dat 'toch niet zo belangrijk is om op te schrijven', ontvouwt zich gedurende ons gesprek voor mij een beeld van een leven waarin de wezenlijke elementen al vroeg hun contouren hebben getoond. En dat sommige dingen het wel degelijk waard zijn om op te schrijven. Niet om persoonlijke zaken te etaleren, maar om als het ware te laten zien hoe iemand de dingen in zijn leven, zijn eigen instrumentarium dus, heeft benut. Op de algemene vraag die ik aan het begin van het gesprek stelde, waar het groepswork met het karmathema voor hem zijn eigenlijke wortels heeft, gaat Ate Koopmans in door terug te gaan tot in zijn

middelbare schooltijd.

'Ik heb de antroposofie leren kennen toen ik zo'n zestien, zeventien jaar oud was. Daar zit een gek verhaal aan vast. Mijn grootvader van moeders kant was officier, gelegerd in Nijmegen. Hij was ook theosoof. In 1912 is hij meegegaan met Rudolf Steiner, die gedwongen werd uit de Theosofische Vereniging te treden. Dit leidde tot de oprichting van een nieuwe vereniging, de antroposofische. Mijn grootvader is tien jaar voordat ik geboren werd gestorven, in 1921. Mijn grootmoeder kwam vele jaren later bij ons inwonen, en na haar overlijden, in 1947, heb ik haar kamer gekregen. Daar trof ik een kast met boeken aan. Die zagen er wat vreemd uit. Van die grote, gestencilde bundels, waarin de oorspronkelijke voordrachtscycli van Steiner waren uitgegeven. Als je er op blies, ontstond er een enorme stofwolk. De tekst van de eerste veertig, vijftig pagina's werd er onleesbaar door. Lievegoed zei ooit dat die cycli gedrukt waren op "papiervrij hout". Het verdween dus waar je bij stond. Maar ik werd wel nieuwsgierig naar wat zich achter die onleesbaar geworden pagina's verborg. Gelukkig stonden er ook leesbare boeken in die kast, en zo las ik mijn eerste boek van Steiner, *De wetenschap van de geheimen der ziel*. Daar deed ik vele maanden over. Trouw las ik elke dag een klein gedeelte.

In diezelfde tijd raakte ik bevriend met Rudolf Mees. Dat kwam zo. Ik ging naar het Vrijzinnig Christelijk Lyceum in Den Haag. Daar waren veel kinderen van de Vrije School terechtgekomen wegens de oorlogssituatie, want de Vrije School was toen verboden. Ik kwam bij Rudolf Mees in de klas te zitten. Ik kwam regelmatig bij hem thuis en merkte: hé, hier doen ze ook aan zoiets als bij mijn grootouders.

Ik wilde arts worden en ging in Leiden medicijnen studeren. Daar deed ik al snel mee in een medische antroposofische studiegroep. Ik leerde er mensen als Wim Engelbrecht en Joop van Dam kennen. Er was ook een algemene antroposofische studiegroep, die, net als de medische, onder leiding stond van Albert Soesman. Je moest eerst in deze algemene groep actief zijn voor je in de gespecialiseerde plaats kon nemen.

Ik heb mijn studie echter niet af kunnen maken. Een ziekte in 1955 maakte het me onmogelijk om ooit het beroep van arts te kunnen uitoefenen. Voor mijn herstel ging ik toen naar de antroposofische dependance van de Arlesheimse kliniek in Ascona, gesticht door Ita Wegman. Innerlijk heb ik niet veel moeite gehad de ziekte en de gevolgen ervan te accepteren. Het overkwam me, het was duidelijk wat de consequenties ervan waren, en ik aanvaardde die gewoonweg. Ik was per slot al zeven jaar vertrouwd met de karmagedachte en daar "paste" de ziekte in.

In die tijd werkten in de kliniek nog verschillende mensen die Ita Wegman van nabij hadden meegemaakt. Allereerst Dr. Walter, haar naaste medewerkster, maar ook Madeleine van Deventer en Margarete Kirchner-Bockholt. Ook Wim Engelbrecht, die er arts-assistent was en Frieda Bessenich, toentertijd leidster van de medisch-biologische afdeling van het Goetheanum, en voormalig medewerkster van Ehrenfried Pfeiffer. Toen Engelbrecht en Bessenich (op dat moment in Ascona) mijn interesse in diagnostisch onderzoek vanuit de wezensdelen leerden kennen, is het eigenlijk vrij snel duidelijk geworden – in een paar gesprekken rond mijn bed, ik geloof binnen de 24-48 uur – dat er verschillende zaken aan elkaar gekoppeld zouden kunnen worden. Dr. Walter wilde dat ik als patiënt richting Bazel kwam voor nader medisch onderzoek. Ik ben dan ook naar de kliniek in Arlesheim gegaan. Daar ben ik begonnen om enkele uren per week, onbezoldigd, in de leer dus, diagnostisch onderzoek te doen naar de bloedkristallisatie. Toen ik na een jaar als patiënt werd ontslagen vroeg Bessenich mij te blijven. Ik heb dat toen voor vijf jaren toegezegd, maar in totaal ben ik daar veertien jaar gebleven.

Ik ben er getrouwd, mijn vrouw had ik in Ascona leren kennen, die was daar verpleegster in de dependance van de kliniek waar ik lag. We hebben in de jaren daarna vier kinderen gekregen. Ik werkte enerzijds als onderzoeker aan de bloedkristallisatie-diagnose, deed plantenonderzoek, anderzijds gaf ik les aan verpleegsters, jonge artsen en heileuritmisten in de vorm van vaklessen en patiëntenbesprekingen. Maar in 1972 had ik het gevoel dat er een zekere afronding had plaatsgevonden en ben ik naar Nederland gegaan.'

In verband met het vertrek naar Nederland had zich acht jaar daarvoor, in 1964, een voorbereidende episode afgespeeld. Bernard Lievegoed, toen de nieuwe voorzitter van de Nederlandse antroposofische vereniging, vroeg Ate Koopmans om secretaris in het bestuur te worden. Koopmans heeft hierop 'nee' gezegd. Verschillende redenen speelden een rol.

'In die tijd zat Tom Jurriaanse op de secretarisstoel. Als ik "ja" zou zeggen op Lievegoeds vraag, zou dat mijns inziens tot problemen binnen het bestuur hebben geleid, en daar voelde ik niets voor. Verder had ik niet het idee dat ik in Dornach en Arlesheim klaar was met mijn werk, dat was niet afgerond. Ik heb toen wel rondgekeken in Nederland, maar zei dus "nee" tegen Bernard Lievegoed.

Ik heb me afgevraagd waarom Lievegoed juist mij gevraagd had voor die functie. Zo goed kenden we elkaar niet. Ik ontmoette hem voor het eerst toen ik in mijn studententijd met mijn vrienden van de Leidse antroposofische studiegroep was uitgenodigd om weekeinden mee te maken met Lievegoed. Tijdens zo'n weekend werd aan allerlei medische onderwerpen gewerkt. Het inspirerende eraan was niet alleen de veelheid aan onderwerpen, maar zeker ook het feit dat Lievegoed concepten aandroeg, ideeën. Hij hanteerde een "toverstaf", waarmee hij de dingen voor zijn studenten praktisch hanteerbaar maakte.

Lievegoed was ook sterk betrokken bij de zogenoemde Arlesheimer Kreis, ontstaan vlak na de oorlog, rond 1946, 1947. Die werd gevormd door een internationale groep antroposofen, die, geïnspireerd door het woord van de heilpedagoog Werner Pache, zich sterk maakte voor "das Fortwirkende der Weihnachtstagung". [Het verder werken van de impuls van de Kerstbijeenkomst van 1923, nb.] Veel mensen die, met Ita Wegman en Elisabeth Vreede, in de jaren dertig noodgedwongen de vereniging hadden verlaten, trof je in deze groep aan. Mensen als Willem Zeylmans van Emmichoven, Rim van Mansvelt, Ernst Lehms, Albrecht Strohschein, Maria Röschl, Daniël van Bemmelen, Tom Jurriaanse, Margaretha Hauschka, Margarete Kirchner-Bockholt, Erich Kirchner, Madeleine van Deventer, maar ook Engelsen als de pedagoog G. 'Jess' Darrel, John Davy en Rudi Lissau en uit België Emil Gevers maakten er deel van uit, naast dus Bernard Lievegoed. Zelf maakte ik vanaf voorjaar 1960 deel uit van deze kring. Via deze Arlesheimer Kreis onderhield ik contact met Nederlandse antroposofen. Het wonder van deze groep was de werking op de deelnemers en op de antroposofische beweging. Het was een groep mensen die iets wilde. Er leefde een groot enthousiasme voor de antroposofie, maar ook voor elkaar. Eén keer per jaar, in januari, kwamen we voor enkele dagen bijeen. Ook het initiatief voor de grote zomerconferenties die in die jaren in Nederland werden georganiseerd, ging van deze groep mensen uit.'

'In 1972 heb ik Lievegoed een brief geschreven waarin ik hem herinnerde aan zijn vraag van acht jaar daarvoor. Tom Jurriaanse liep inmiddels tegen de vijftenzestig. Ik had het gevoel dat het toen in het bestuur geen probleem meer zou geven. Ik schreef iets in de trant van: "Zouden jullie nog interesse hebben?" Ik heb me dus gemeld, en Lievegoed nodigde me uit naar Nederland te komen. Ik ben drie jaar secretaris geweest en van 1975 tot 1987 was ik voorzitter.

Ik wilde erg graag iets voor de algemene antroposofie gaan doen. De omstandigheden om onderzoek te doen in Nederland waren stukken minder dan in Dornach. Het Louis Bolk Instituut was pas in de beginfase van zijn bestaan. Ik had ook echt het gevoel in Dornach een periode te hebben afgesloten. Ook had ik daar inmiddels een opvolger ingewerkt. Maar, en dat weegt misschien zwaarder, van jongs af aan was ik enorm enthousiast voor de antroposofie in het algemeen. Ik was op de middelbare school maar een matige leerling. Ik kon nauwelijks – zwak uitgedrukt – interesse opbrengen voor de vakken. Tot ik de antroposofie tegenkwam. Toen vond ik ineens alle vakken boeiend, en wilde van alles weten en uitdiepen. In de vijfde klas ben ik toen blijven zitten. Het commentaar van de leraren was: wat vreemd, hij is zich in de loop van dit jaar ineens gaan interesseren voor allerlei vakken. Het is niet verkeerd als hij dit jaar nog een keer overdoet vanuit die

nieuwe houding.

Ik had het gevoel dat ik iets voor die algemene antroposofie kon doen, ik had inmiddels wat geleerd en gedaan in mijn leven. Bernard Lievegoeds vraag van 1964 had mij dus wel degelijk op een juiste plaats geraakt. Vandaar mijn stap in 1972.'

'Ongeveer eenderde van mijn tijd besteedde ik aan het eigenlijke werk van voorzitter. Ik voerde ook veel gesprekken met leden. Die gesprekken gingen vaak over vragen met betrekking tot de scholingsweg. Ook dat nam globaal eenderde van mijn tijd in beslag. De overige tijd besteedde ik aan cursussen. Ik had, zoals gezegd, vanuit Zwitserland contacten met Nederland warm gehouden, onder andere met Christof Wiechert. Ik werd dan ook in de eerste plaats gevraagd voor cursussen op het gebied van de kinderbespreking door lerarencolleges.'

'Een vraag die voor mij al lang speelde, was hoe je het mensbeeld in de antroposofie nu concreet kon maken. Ik ging te rade bij Rudolf Steiner en vond bij hem praktische gezichtspunten. Door te boetseren, zo zegt hij, bereiden we ons voor om in het imaginatieve gebied te komen, daar maak je een verbinding met het etherische. Met het groeigebaar van een gestalte kom je veranderingsprocessen tegen. Dat ging ik dus in mijn cursussen doen. We boetseerden embryovormen, botten, organen, in allerlei stadia, om bij die veranderingsprocessen te kunnen komen. Een tweede aspect, dat met het inspiratieve te maken heeft, kun je beoefenen in het luisteren. Ook dat is een vast onderdeel van mijn cursussen geworden. Wat hoor je als iemand spreekt, hoe wordt de uitademingsstroom gevormd, hoe gaat iemand om met vocalen, consonanten? Articuleert iemand sterk, waar geeft dat een aanwijzing hoe het met de vormkracht staat? Spreken is onder andere een plastisch proces. Zo kun je ook naar iemands gang kijken, naar iemands manier van bewegen. Daarin manifesteert zich de ik-organisatie. Gestalteveranderingen, stem, gang, vormen een belangrijke drieslag om een beeld van de drie wezensdelen te krijgen. Ik heb in mijn cursussen dus met deze vragen over het mensbeeld heel praktisch gewerkt. En er ontzettend veel gezien, gehoord en geleerd.'

'Vandaag de dag geef ik nog steeds cursussen. Alleen, mijn gezondheid maakt het weinig realistisch om jaren vooruit te plannen. Rond 1986-1987 is mij gevraagd om een driejarige opleiding te starten om het voor anderen mogelijk te maken cursussen te geven zoals ik dat deed. Aanvankelijk had ik grote aarzeling. Moet dat nou? Is het reëel? Maar een aantal mensen wilde dit echt gaan doen, en dat haalde mij over de streep. Sommigen hebben die werkplaatsen, want zo noemden we deze opleiding, zes jaar gevolgd, enkelen geven nu zelf cursussen. Ik hoop dat het er meer worden.'

'In de cursussen gaat het erom iets aan te zetten, krachten te mobiliseren, dingen te transformeren, in beweging te krijgen. Het gaat om de weg, de onderzoeksweg. Het doel is een gevoel voor het werken van het karma bij de deelnemers te wekken. Het uitgangspunt is een bepaalde fenomenologische attitude mee te brengen, maar dat is alleen het begin. In het werken aan het karma is de verzorging en ontwikkeling van het gevoelsleven zeer essentieel. Neem bijvoorbeeld dankbaarheid. Vrijwel de hele ontwikkeling van de psychiatrie van de afgelopen honderd jaar staat in het teken van het verwijt. Probeer met een gevoel van dankbaarheid de ook vaak aanvankelijk negatieve gebeurtenissen in je leven te accepteren en te leren zien, in het licht van het karma, als iets wat om een vooreerst nog onduidelijke reden bij je hoort.

Overigens past wat we doen heel goed in onze tijd. Er is tegenwoordig in het algemeen veel meer openheid dan vroeger wat betreft het vertellen van biografische verhalen. Er is een zekere gêne overwonnen. De opkomst van de humanistische psychologie is hier onder meer een steun in de rug geweest. Maar ook de aanzetten die Lievegoed heeft gegeven tot het biografisch werk, dat tegenwoordig iedereen beoefent.'

'Maar in tegenstelling tot het biografisch werk staat bij de praktische menskunde een dubbel biografiebegrip centraal: het leven op aarde en het leven tussen dood en nieuwe geboorte als het gebied van de karmavorming. In Rudolf Steiners *Theosofie* vindt je in kiem wat later in de karmavoordrachten van 1924 wordt uitgewerkt. In mijn werk maken

we naast de karmaoefeningen dan ook veel gebruik van *Theosofie*.
Ik heb sterk het gevoel dat het werk op het gebied van de praktische menskunde iets toekomstigs is. Het heeft te maken met het algemeen toegankelijk maken van een mensbeeld, niet vanuit theorie, maar vanuit met elkaar doen. Het is een voortdurend onderzoek naar hoe de dingen in elkaar steken. Maar het is ook léuk om met andere mensen in een groep op die manier aan het werk te gaan. Zo kun je een gevoel voor karma wekken in het dagelijks leven.'

Artikel uit: **Motief, maandblad voor antroposofie** - nr. 33, september 2000

© Antroposofische Vereniging in Nederland

www.antroposofie.nl