

DOOLHOVEN EN LABYRINTEN WIJZEN DE WEG

Dwalen door het leven, we doen het allemaal. Vaak weten we niet welke kant we op kunnen of moeten. Hulpmiddelen om naar onze innerlijke stem te luisteren zijn er genoeg. Labyrinten bewandelen om meer inzicht te krijgen? Werkt dat? Of blijven antwoorden op vragen vergelijkbaar met een doolhof binnenlopen? Regressie- en reïncarnatietherapeute Marianne Notschaele houdt van innerlijk reizen. (Ver)dwaal met haar mee!

TEKST: MARIANNE NOTSCHAELE-DEN BOER





Ben jij weleens verdwaald in een doolhof? Ik wel! Als 10-jarig meisje ging ik op de kermis nieuwsgierig een spiegeldoolhof in. Halverwege raakte ik in paniek: welke kant moest ik op om niet telkens tegen mijn eigen spiegelbeeld aan te botsen? Een lieve onbekende mevrouw kalmeerde me, ze zei: "Kijk naar beneden, dan zie je de houten vloer en de richels waarin de spiegels vastgeklit zitten. Zo weet je precies waar je wel en niet kunt lopen." Door haar tip bereikte ik snel de uitgang, met tranen in mijn ogen, dat wel. Nooit wilde ik meer in zo'n akelig doolhof! Mezelf zien in zoveel spiegelende oppervlakten, dat was nog eens jeezelf tegenkomen... Omdat ik doolhoven toch intrigerend vond, hield ik het daarna bij plaatjes van doolhoven in tijdschriften. Als kind bekeek ik - met afgekloven kleurpotlood in de hand - dwaalhoven van bovenaf. Dé manier om het overzicht te houden. Liep ik vast op papier met de gekozen route, dan was gummen en een alternatieve richting proberen voldoende om bij de juiste uitgang te komen.

Geesten in een natuurdoolhof

Achttien was ik, toen ik in Frankrijk een 17^e-eeuws kasteel bezocht. In de prachtig onderhouden tuin bevond zich een natuurdoolhof: kunstig gesnoeide beukenhagen die in rechte lijnen en hoekige patronen een enorm doolhof vormden. Tweehonderd meter in het vierkant. Over de hoge hagen, vol in blad, kon niemand heen kijken. Op de zomerdag dat ik dit doolhof in liep, vond ik het spannend om in een wirwar van groen gebladerte de juiste uitweg te zoeken. Het enthousiaste en blijge gegil van anderen zorgde ervoor dat ik ongeveer wist welke richting ik uit moest. Toch (ver)dwaalde ik zeker een dik uur op de vele

gele, zanderige paden tussen twee meter hoge hagen, die elkaar op gekke punten kruisten of die doodliepen. Het ritzelende beukengroen bracht me minder in verwarring dan het spiegelpaleis op de kermis. Ik herinner me bezoekers die takken van de hagen opzij duwden om zo hun weg makkelijker te kunnen vinden. 'Ergens dwars doorheen kijken' vond ik valsspelen. Dat dit samenviel met mijn persoonlijke paranormale levenspad en het niet willen helder-zien, had ik niet door.

In het midden van het kasteeldoolhof was de energie vrolijk en licht. Daar zag ik doorschijnende figuren in ouderwetse kleding. Ze gingen voor me uit zweven, zodat ik bijna als vanzelf de uitgang vond. Giechelende transparante jonge vrouwen met witte hoge pruiken op het hoofd. Ik kon hun wijde japonnen horen ruisen. Ze werden plagerig achternagezeten door even zo doorzichtige verliefde jonge mannen, die geblinddoekt waren. Dit doolhof was *just for fun*. Vroeger en nu. Dat ik een natuurdoolhof kon vergelijken met de symboliek van het levenspad en zijn vele zijwegen, wist ik niet. De vergelijking 'blindemannetje spelen' begreep ik evenmin. Tot mijn dertigste dwaalde ik onbekommerd rond in para-spiri-land voordat ik verbanden legde tussen symboliek en zaken die mij betroffen.

Tot de kern komen in Chartres

In tegenstelling tot een doolhof bestaat een labyrint uit een slingerend kruisingsvrij pad zonder vertakkingen, dat via opeenvolgende wendingen naar het middelpunt van de figuur leidt en weer terug naar buiten. In een doolhof raak je de weg regelmatig kwijt, een labyrint *wijst* je de

'Misschien is dat wat er tijdens het labyrint lopen gebeurt: dankzij lopen en denken komen beide hersenhelften in balans'





Chartres

weg. Een doolhof is een puzzel, een labyrint hoort dat niet te zijn.

Als twintiger kwam ik als toerist in de kathedraal van Chartres. Leuk om er een keer te zijn geweest. Mijn moeder had me verteld dat ze dáár in een vorig leven als devote non op de achterste rij van de kerkbanken had zitten bidden. Ik kom uit een paranormaalgevoelige familie en vond dit soort informatie heel gewoon. Net zoals mijn opa nonchalant verhaalde over hoe hij aan de bouw van deze kathedraal had meegewerkt, in één van zijn voorbije levens. Hij kon schitterend vertellen over de gammele hoge houten steigers 'die vroeger tot aan de hemel reikten' en hoe glas-in-loodramen onder zijn bezielende leiding werden geplaatst. De bouw van de kathedraal nam meer tijd in beslag dan zijn toenmalige mensenleven. Mijn opa was dan ook lyrisch over foto's van de kathedraal, die nu 'af' was, in al zijn glorie. Deze 'weetjes' vond ik boeiender dan de mozaïekvloer van de kathedraal, in labyrintvorm gelegd.

Die dag dat ik in de kathedraal van Chartres was, liepen tientallen toeristen rond; het labyrint op de vloer was amper zichtbaar. Hoorde je trouwens niet in stilte op zo'n labyrintpatroon te lopen? Hoe kon je je anders focussen op je innerlijke stem? Ergens diep vanbinnen wist ik dat je jezelf een beginvraag of levensvraag kon stellen, om daarna tijdens het lopen op het labyrint inzichten op te doen. Een vast routepad volgen waar je niet vanaf kon kijken, in jezelf keren, verkregen inzichten mee naar buiten nemen. In stilte 'tot de kern komen', antwoorden op vragen in jezelf vinden. Hoe kwam ik aan die wijsheid? Uit vorige levens die ik zelf had gehad?

Inwijding in een labyrint

Boeken over doolhoven en labyrinten die ik in de bibliotheek opensloeg, sloeg ik net zo vlug weer dicht. Vage onplezierige herinneringen popten op in mijn hoofd: aan vastlopen in vorige levens, aan ronddolen na het sterven. De weg kwijt zijn, als ziel.

In een leven als priesteres-in-spé, in het oude Egypte, was ik na een lange tempelopleiding eindelijk toe aan dé inwijding. Een belangrijke stap, maar ik faalde jammerlijk. Eén van de proeven van bekwaamheid was het uittreden tot in de puntjes beheersen. Ik dacht het onder de knie te hebben, had zo vaak geoefend om in stilte mijn zielsenergie los te koppelen van mijn stoffelijk lichaam. Maar in de dwaaltunnels van het tempelgebouw waar dit 'eind-examen' gehouden werd, ging het mis. Nadat ik alleen werd gelaten in de spaarzaam verlichte inwijdingsruimte, zocht ik op de tast mijn weg naar binnen, de donkerte tegemoet. Ik voelde het zweet over mijn rug lopen van angst. Waar was ik precies, hoe kwam ik hieruit? Mijn oriëntatie liet het afweten. Met mijn handen probeerde ik de uitgehakte hiërogliefen aan de wanden te ontcijferen, zoekend naar aanwijzingen, maar de smalle gangen en kleine bijna afgesloten kamers waar ik in doolde waren te ingewikkeld voor me. Ik werd steeds banger, kon niet helder meer nadenken, vergat wat ik geleerd had: stil worden, gaan zitten, uittreden en 'met mijn zielsenergie omhooggaan', om zo van bovenaf het totaaloverzicht van gangenstelsels waar te nemen. Dé manier om de juiste uitweg te bepalen als priesteres die het waard was om in dit labyrint ingewijd te mogen worden. Maar na uren, dagen zoeken in het donker, zonder eten en drinken, dacht ik gek te worden. Mijn handen schuurden kapot aan de muren, ik was in paniek en wanhopig. Mijn hart begaf het. In het inwijdingsgangenstelsel van het tempelcomplex, vlak bij een piramide, stierf ik met de gedachte 'Hier kom ik nooit meer uit!'

Die paniek van destijds leek op de keer dat ik als kind vastliep in het kermisdoolhof met spiegelende vlakken. Onze ziel zoekt automatisch door herhaling van gebeurtenissen naar heling. Maar ja, dan moet je het wel kunnen begrijpen. Pas deze week las ik op internet een berichtje over de Mataha-expeditie naar het Egyptische Hawara (Mataha is Arabisch voor 'labyrint'). De expeditie zocht naar bewijzen voor een verloren ondergronds labyrint, een



Vingerlabyrint

Op de website www.labyrintwerk.nl werd ik de magische wereld van labyrinten in getrokken. Foto's, filmpjes, een overzicht van heel veel labyrinten in Nederland en België. Schilderingen die je eenvoudig kunt maken in strandzand, labyrinten die je kunt leggen van kiezels. Ik vond twee mij nog onbekende nieuwe labyrinten vlak bij mijn woonplaats, waar ik nog niet eerder van had gehoord. Informatie over labyrintwerkers en workshops. En om in je agenda te zetten: iedere eerste zaterdag van de maand mei wordt de 'Wereld Labyrint Dag' gevierd met speciale bijeenkomsten.

Houd je niet van bewegen, wandelen of lopen? Slecht ter been? Dan is het vingerlabyrint dé oplossing! Met je wijsvinger volg je een labyrint van hout, keramiek of simpelweg op papier, naar het midden en weer terug naar buiten. Deze manier doet niet onder voor het voetenwerk, want de kracht zit hem in stilte, aandacht/focussen op een vraag en werken met het symbool, niet in de methode of een bepaald type labyrint. Download maar eens een afbeelding van een labyrint van internet en print deze. Ga rustig zitten, maak je hoofd leeg en richt je aandacht op jezelf. Schrijf op wat je bezighoudt en op welke vraag je graag een antwoord krijgt. Volg met je vinger het labyrintpatroon en noteer als je klaar bent wat je 'zomaar' te binnen schoot. Meestal zijn dat waardevolle ingevingen die je verder helpen op je levenspad.

'Als 10-jarig meisje ging ik op de kermis nieuwsgierig een spiegeldoolhof in. Halverwege raakte ik in paniek'

reusachtige tempel beschreven door klassieke historici. Het zou om een legendarisch bouwwerk gaan met zeker drieduizend bijna afgesloten kleine kamers vol hiërogliefen en schilderingen. Men maakte bodemscans van enkele hectares ten zuiden van de piramide van Amenemhat III. Op die scans zijn ondergrondse muren te zien van meters dik. Het zou gaan om een gigantisch labyrint van 500 bij 900 meter! Zou dit 'mijn labyrint' zijn geweest? Begraven onder een dikke laag woestijnzand, net zoals mijn diep weggestopte herinnering?

Geboortedoolhof

En dan was er nog een voorbij leven in Griekse tijden, waar ik opnieuw een rol had als tempelpriesteres-in-opleiding. Wat niet lukt in het ene bestaan, doe je dankzij reïncarnatie gewoon nog eens over. Nieuwe ronde, nieuwe kansen.

Samen met een priesteres die ik als vriendin en gelijke beschouwde, traden we tijdens een meditatief gebeuren tegelijkertijd uit. We bundelden onze zielsenergieën om samen energetisch te kunnen reizen, verder dan gebruikelijk, naar andere dimensies. Naïef als ik was, snapte ik niet dat zij een rivale was. Ze had het plan opgevat mij uit de weg te ruimen. Onverwachts trok zij zich terug en liet me alleen in uitgetreden staat. Dat was niet de afspraak! Deze plotselinge energiesplitsing zorgde voor een disbalans in mijn energieveld, daarna knapte het energetisch koord dat tot dat moment verbonden was met mijn lijf op aarde. In opperste verbazing bleef ik alleen rondzweven in andere sferen waar ik de weg niet kende. Mijn dode lichaam vond ik niet meer terug. In die incarnatie raakte ik de weg kwijt, naar mezelf. Overigens, die priesteres die me dat flikte ontmoette ik opnieuw in de jaren negentig. Nú was ze een paranormaal getalenteerde vrouw die spirituele bijeenkomsten organiseerde. Ik raakte met haar bevriend. Dat krijg je, met priesteressen die elkaar weer tegenkomen in opvolgende andere levens. Zelfde soort energie. Herkenning op zielsniveau. Herhaling van oude onaffe gebeurtenissen. In een workshop moesten alle deelnemers, waaronder ik, intuïtief een 'geboortedoolhof' tekenen op een groot vel papier, voorstellende de route die je aflegt van geboorte tot aan de dood. Goede oefening, daar niet van, maar halverwege de tekening realiseerde ik me uit welk voorgaand leven ik haar kende en schoot ik in de lach. Ik had meer een wedergeboortetekening gemaakt. Op strategische punten in het getekende doolhof had ik hoge uitkijktorens neergezet. 'Waarom doe je dat?', vroeg ze. Ik kon alleen maar denken: 'Ik kijk voortaan wel uit, met jou in de buurt', maar zei vriendelijk: 'Ach, ik hou ervan om alles in vogelperspectief van bovenaf te zien. Een goede uitkijktoren is nooit weg.'

Maria Labyrint

Het duurde lang voordat ik weer vrienden werd met doolhoven en labyrinten. Nu wil het toeval dat op slechts vijf kilometer afstand van mijn woonplaats, in Wernhout, een boomkweker een labyrint aanlegde: het Maria Labyrint, geïnspireerd op het beroemde labyrint uit de kathedraal



Noord-Cornwall (Engeland)

‘Lang gaf ik dat stomme labyrint-lopen de schuld, maar ik vergat simpelweg naar mijn eigen aandeel te kijken’

van Chartres. In het spirituele transitiejaar 2012 sprak ik daar met een collega/therapeute af. Het werd *a life changing moment*, maar totaal anders dan verwacht...

We trokken verplichte slofjes aan om de marmeren tegels, die in het grasland lagen, niet te beschadigen. Mijn ‘vertrekpuntvraag’ ging over leeftijdsbeslissingen, die van haar over vriendschap. In stilte liepen we samen het labyrint in, passeerden elkaar een enkele keer en stonden drie kwartier later naast het gelopen labyrint. Een kopje thee na afloop. We bespraken wat we hadden meegemaakt en hadden een openhartig gesprek. Te openhartig? Dat gesprek luidde het einde in van onze twintig jaar durende vriendschap als collega’s! Lang gaf ik ‘dat stomme labyrint-lopen’ de schuld, maar ik vergat simpelweg naar mijn eigen aandeel te kijken. Spiegeltje, spiegeltje aan de wand... Het labyrint gaf ons ‘advies’: hier scheiden jullie wegen. Onze privé- en levenspaden gingen elk een andere kant op. Dat was goed en pijnlijk tegelijk. Tijd om onafhankelijk van elkaar nieuwe (spirituele) ervaringen op te doen. Samen waren we als collega’s in ons vak ver gekomen, alleen zouden we sneller groeien.



Alle soorten & maten

Dit jaar vroeg ik voor mijn verjaardag een boek cadeau over doolhoven en labyrinten. Ouder, wijzer geworden én nieuwsgierig naar antwoorden op innerlijke levensvragen. Ik zocht aanwijzingen over hoe en in welke richting ik me verder wilde ontwikkelen. Immers, in ons leven lopen paden niet altijd kaarsrecht vooruit. Iedereen krijgt te maken met hobbels, bochten in de weg, verkeerd genomen afslagen, doodlopende wegen... momenten waarop we ons afvragen: ben ik op de goede weg? Zou ik een andere route moeten kiezen of doelen bij moeten stellen? Levensreizen blijven verrassen, zelfs wanneer je op de hoogte bent van karmische zielsplannen. Echt, na het lezen van dit boek ontdekte ik pas hoeveel verschillende doolhoven en labyrinten er bestaan! Overal ter wereld maken mensen sinds duizenden jaren gebruik van labyrinten en doolhoven. Als spel, als leer- en groeimogelijkheid. Labyrinten gemaakt van rots, hout, metaal, zand, maïs. Klein. Groot. Archeologen vonden rotsafbeeldingen uit de prehistorie: labyrinten, grillig en onbeholpen van vorm. Die meanderende oude patronen doen me denken aan twee menselijke hersenhelften. Misschien is dat wat er tijdens het labyrint-lopen gebeurt: dankzij lopen en denken komen beide hersenhelften in balans. •