

## De alchemie van de liefde

‘Chemistry’ noemen de Amerikanen het, als het klikt tussen twee mensen. Dat is letterlijk waar, want er spelen allerlei hormonale processen in persoonlijke relaties. Maar het is ook symbolisch waar. De liefde is als een alchemistische kolf, waarin een transformatieproces plaatsvindt. Hoe word je een alchemist van de liefde?

Tekst: Lisette Thoof

Het doel van alchemie, een duizenden jaren oude spirituele wetenschap, is de verbinding van het vrouwelijke en het mannelijke. Als die verbinding slaagt – weet de alchemist – dan ontstaat de Steen der Wijzen, die alles wat hij aanraakt in goud verandert. En die alle kwalen geneest.

Elke liefdesrelatie is dan ook een alchemistisch proces. En de eeuwenoude alchemistische uitspraken kun je hier en nu toepassen op het dagelijks leven van je eigen relatie. Hier volgen tien van de belangrijkste alchemistische principes:

\* Je relatie is een alchemistisch proces

Alles in de schepping streeft naar perfectie, volgens alchemisten. Dus ook elk mens. Dat is de spirituele reden waarom we liefdesrelaties aangaan met elkaar: om er iets van te leren, om onszelf te perfectioneren. Verwacht dus niet dat je dezelfde blijft in een relatie. Het is juist de bedoeling dat je verandert. Het verlangen om één te worden met je tegenpool – de andere sekse – doet iets met je, brengt een proces op gang. Dat geldt overigens ook voor homoseksuele relaties. Elk mens heeft allerlei klassiek ‘mannelijke’ eigenschappen zoals daadkracht, moed en ondernemingslust, samen te vatten als het verlangen naar vrijheid. In de alchemie zijn de symbolen daarvan de Zon, en zwavel. Elk mens heeft ook archetypisch ‘vrouwelijke’ eigenschappen zoals ontvankelijkheid, afhankelijkheid, behoefte aan orde en harmonie, samen te vatten als het verlangen naar liefde. In de alchemie zijn de symbolen daarvan de Maan, en kwikzilver. Dat is de basis, de diepste laag van de menselijke ziel. Maar ook op een meer dagelijks niveau zijn er in elke relatie wel stukjes van jezelf waarin je radicaal van elkaar verschilt. De ene partner is bijvoorbeeld een feestbeest, de ander is meer gesteld op rust. Of de een is zuinig, de ander heeft een gat in zijn hand. De een kiest zijn woorden diplomatiek en zorgvuldig, de ander is een spontane flapuit. Dat zijn precies de punten waar je iets aan hebt, in alchemistische zin. Juist daar waar conflicten op de loer liggen en wrijving makkelijk ontstaat, kan de verandering plaatsvinden en de verbinding tot ontwikkeling leiden. Als beide partners trouw blijven aan zichzelf, aan elkaar en aan de relatie, is er namelijk maar één mogelijkheid: je overstijgt de conflicten door jezelf te ontwikkelen tot een hoger niveau, waar je elkaar weer wel kunt vinden.

\* Het doel is de omkering van tegendelen

*Conversio oppositorum* heet dat in de alchemie. Het mannelijke element, het verlangen naar vrijheid, staat op het basale niveau lijnrecht tegenover het vrouwelijke element, het verlangen naar liefde. In gewone taal: zij wil knus samen op de bank zitten, hij wil de hort op. Dat botst. Maar naarmate het vrouwelijke element meer vrijheid in zichzelf ontwikkelt – dus de eigenschap van haar tegenovergestelde – en het mannelijke element meer liefde, komen ze steeds dichterbij elkaar toe. Uiteindelijk bereiken ze hun eigen ideaal, hun eigen doel, door deze omkering, door het tegenovergestelde ideaal in zichzelf tot bloei te brengen. Want vrijheid zonder liefde is geen echte vrijheid, maar een botte egotrip. En liefde zonder vrijheid is geen echte liefde, maar apenliefde die de geliefde doodknuffelt.

Ook in tantra gaat het om dit alchemistische omkeringsproces. Het mannelijke geven, de zaaduitstorting, verandert in een energetisch ontvangen: de tantrische penis absorbeert de vrouwelijke energie. En het vrouwelijke ontvangen wordt geven: de tantrische vagina geeft haar heilige sappen prijs.

Op het dagelijkse niveau leer je in een alchemistische liefdesrelatie van elkaar door elkaars goede eigenschappen langzaam maar zeker over te nemen. De flapuit leert beter te luisteren; de bedachtzame partner leert zich wat krachtiger te uiten. De sloddervos krijgt waardering voor orde, de pietje precies ontspant zich en kan ook genieten van gezellige troep.

\* Zo binnen zo buiten, zo boven zo beneden

Een van de kernprincipes van de alchemie is dat alles één is: ‘hen to pan’ in het Grieks. Daaruit volgt het kernprincipe: zo binnen zo buiten - een beroemde uitspraak die je regelrecht op je relatie kunt betrekken. De buitenwereld is een spiegel voor je, dus ook je geliefde. Je hebt van die psychologische spelletjes die dit inzichtelijk maken. Schrijf de naam van je partner op en daaronder drie eigenschappen die je bewondert. En drie waaraan je een hekel hebt. Streep dan je partners naam door en zet er je eigen naam boven... De goede eigenschappen heb je in aanleg ook in jezelf; die wil je graag ontwikkelen, daarom ben je op deze man of vrouw gevallen. De minder leuke eigenschappen zijn neigingen die je in jezelf probeert te onderdrukken. Vaak waren de eigenschappen waaraan je nu een hekel hebt, precies de dingen waardoor je in het begin werd aangetrokken. Juist dáárom heb je deze partner gekregen van het leven: namelijk om jezelf beter te leren kennen. Voel je je verwaarloosd? Dan kun je je afvragen of jij iets in jezelf verwaarloost, iets in de relatie, of op een ander gebied in je leven. Vlucht je partner weg in werk of computerspelletjes? Dan kun je eens kijken of er iets is waarvoor je zelf wegvlucht.

“Wie zichzelf kent, kent het al”, zeiden de alchemisten en ook dat is waar. Zelfkennis is het enige dat je nodig hebt in een relatie. Je hoeft je helemaal niet bezig te houden met de fouten van je partner, of met zijn of haar ontwikkeling. Dat wekt altijd weerstand op. Je hoeft alleen maar de verantwoordelijkheid voor jezelf op je te nemen. Want als jij verandert, verandert je verhouding vanzelf mee: zo binnen, zo buiten.

\* Een alchemistisch proces heeft warmte nodig

Als een relatie bevriest, is er geen ontwikkeling meer mogelijk. In de middeleeuwen zetten alchemisten hun kolven en retorten wel eens in pakkingen van mest... Waarmee gezegd wil zijn: niets is te min om te zorgen dat een relatie warm blijft. Ruzies en conflicten zijn beter dan ijzige beleefdheid en afstandelijkheid. De prettigste warmte is natuurlijk de gloed van de liefde, van de wederzijdse aantrekkingskracht. Maar als die tijdelijk verflauwt, wat in elke relatie voorkomt, is wrijvingswarmte beter dan géén warmte. Laat het maar knetteren, laat de vonken maar overspringen.

\* De kolf moet hermetisch gesloten blijven, wil het proces lukken

Het woord ‘hermetisch’ komt van Hermes Trismegistus, de driewerf-grote Hermes, de goddelijke wijsheidsleraar die in de oudheid aan de wieg stond van de alchemie. De teksten die aan hem werden toegeschreven, waren alleen bestemd voor ingewijden en onbegrijpelijk voor leken, daarom werden ze hermetisch genoemd: geheimzinnig, afgesloten voor de rest van de wereld. Een hermetisch gesloten relatie betekent dat de intimiteit tussen de geliefden binnenshuis blijft, alleen bestemd voor de partners zelf, de ingewijden. Vreemdgaan slaat een heftig energetisch lek in de alchemistische kolf van de relatie. Maar ook intieme details over je partner vertellen aan vrienden en vriendinnen slaat de kolf lek, net als klagen of roddelen. Wat je te zeggen hebt, zeg dat aan je partner zelf, niet aan buitenstaanders. Als je het echt niet meer uithoudt, zoek dan in elk geval een vriend van de relatie op voor je ontboezemingen –

iemand die net zo sympathiek staat tegenover je partner als tegenover jou en die je als het ware terugduwt naar je partner, je confronteert met jezelf, niet meegaat in je klachten of beschuldigingen.

\* In een alchemistisch proces zijn er verschillende stadia van ontwikkeling

Als een relatie de wittebroodsweken van de verliefdheid voorbij is, als de partners stevig gehecht zijn aan elkaar en dus in de kolf zitten, komen ze vroeg of laat in de zwarte fase van het proces terecht: de verbrandingsfase. Dat is een moeilijke fase waarin je je aan elkaar begint te ergeren, waarin je de illusies die je koesterde over je geliefde kwijtraakt en je projecties terugneemt. Die verbranden tot as. Melancholie hoort erbij - zwartgalligheid. Daarna volgt, als het goed is, een witte fase: er komt helderheid. Je doorziet het proces, je begrijpt wat er speelt. Maar je staat nog tegenover elkaar. In de rode fase verzoen je je, verbind je je opnieuw met elkaar, maar op een hoger niveau van bewustzijn. Het probleem is opgelost, de spanning wijkt, je knuffelt elkaar weer van harte en de lucht is weer blauw. Tot je tegen het volgende obstakel oploopt... Want het gaat gewoon door, zolang de relatie duurt. Maar ondertussen ontwikkel je je wel verder en dat symboliseren de alchemistische vogels. Onderaan staat de zwarte raaf, die nog vol is van wereldse verlangens en egoïsme. Relaties in dit stadium draaien om seks, carrière en oppervlakkige pleziertjes. Al een eindje op weg is de zwaan, symbool van zuivering: het koppel dat bewust aan de relatie begint te werken. Dan komt de pauw, symbool van spirituele wedergeboorte en van de verandering van het lagere in het hogere. In deze fase verdiepen mensen zich in de spirituele kanten van hun relatie en gaan ze bijvoorbeeld over op tantrisch vrijen. Op de hoogste trap van de ontwikkeling staat de pelikaan, van wie men vroeger dacht dat zij in haar eigen borst pikte om haar jongen met haar bloed te voeden. Zij is het symbool geworden van oprechte, onzelfzuchtige liefde, en van de Steen der Wijzen, het einddoel van de relatie.

\* Los op en verbind

*Solve et coagula* heet dat in het Latijn en het houdt in dat er in een relatie ook zoets bestaat als een energetische inademing en uitademing. Je kunt niet altijd samen op de bank zitten, en je moet ook niet altijd los van elkaar je eigen gang gaan: er moet een ritme zijn, een balans in beweging. Uit de alchemie is de scheikunde ontstaan. Het werken aan een relatie zou je scheikunde en verbindkunde kunnen noemen.

\* Haast je langzaam

*Festina lente*. Ook een klassieke uitspraak uit de alchemie. Werk hard aan je relatie, maar ga niet hollen. Begrijp en accepteer dat elk natuurlijk proces – en relaties zijn natuurlijke processen – zijn eigen tempo heeft, zijn eigen tijd neemt. Soms kan het lijken of er nooit iets verandert, of je telkens weer dezelfde problemen tegenkomt. Maar is dat echt zo? Of ben je toch veranderd, ben je minder bang of minder agressief geworden, kun je er beter mee omgaan dan vroeger? Een ontwikkelingsproces is een spiraal: je komt wel vaak dezelfde punten tegen, maar telkens op een volgende ring van de spiraal, steeds ietsje hoger. Heb geduld. Wanhoop nooit. Probeer het telkens weer opnieuw. Een relatiedagboek bijhouden helpt om de subtiele vooruitgang te zien.

\* Het grote werk en het kleine werk

Voor de alchemisten was 'het kleine werk' dat wat zij in hun laboratoria deden, het experimenteren met kwikzilver en zwavel, en andere stoffen. 'Het grote werk' was het gebed, de verbinding met God. *Ora et labora* zeiden ze, bid en werk, in die volgorde van belangrijkheid. Zo is ook de relatie nooit het allerbelangrijkste, maar je eigen verbinding met God, de Bron, oftewel: je spirituele ontwikkeling. Als je dat voor ogen houdt, helpt dat om

waarachtig te blijven, trouw aan jezelf, en daardoor ben je beter in staat om een goede partner te zijn.

\* De Steen der Wijzen

*Lapis philosophorum* - dit is het legendarische doel van de alchemie, en dus ook van elke liefdesrelatie. Dat wat goud maakt van lood. De betekenis van deze symboliek is: dat wat het gewone, aardse, dagelijkse verheft tot zuivere, heilige hoogte. Het is het punt waarop vrouwelijkheid en mannelijkheid, Zon en Maan, vrijheid en liefde, zich onbelemmerd met elkaar verbinden en tot kristallisatie komen. In kristallen speelt zich, scheikundig gezien, heel concreet af wat we nastreven als geestelijke kwaliteit in de menselijke ziel. De moleculen hebben in een kristal namelijk maximale bewegingsvrijheid, terwijl er tegelijkertijd een maximale harmonieuze ordening is. Niet voor niets horen diamanten en verlovingsringen bij elkaar: de glanzende zuiverheid van het hardste kristal dat we kennen, drukt het doel van elke verbintenis uit, op stoffelijk niveau.

Het besef dat je in je liefdesrelatie een ontwikkeling doormaakt, is diep doorgedrongen in onze cultuur. We noemen immers een twaalf en een halfjarige bruiloft een koperen bruiloft, bij vijftwintig jaar wordt het zilver, bij vijftig goud en bij zestig diamant. Misschien hoeft het niet altijd zestig jaar te duren...