

Fidessa Docters van Leeuwen

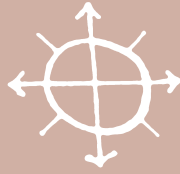
De tarot coach

LEG,
KIJK &
LEER



Haal het beste uit jezelf met behulp van de kaarten

KOSM • S



De tarot coach

HAAL HET BESTE UIT JEZELF
MET BEHULP VAN DE KAARTEN

Fidessa Docters van Leeuwen

Eerdere boeken van Fidessa Docters van Leeuwen:

14 dagen, 13 nachten

Het gezicht van kinderloosheid

Vrouwe Fortuna

Lichter leven

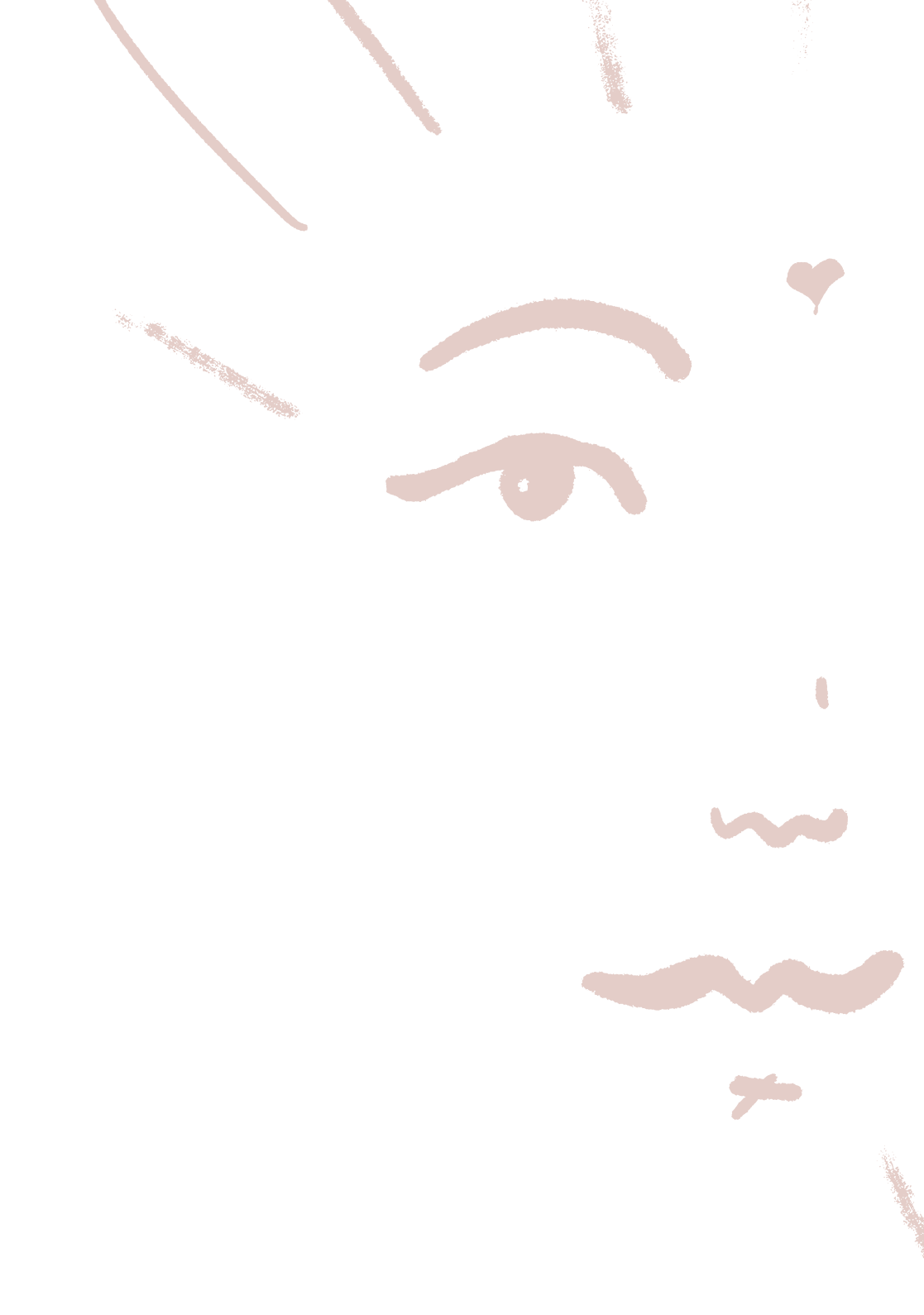
Slaapyoga

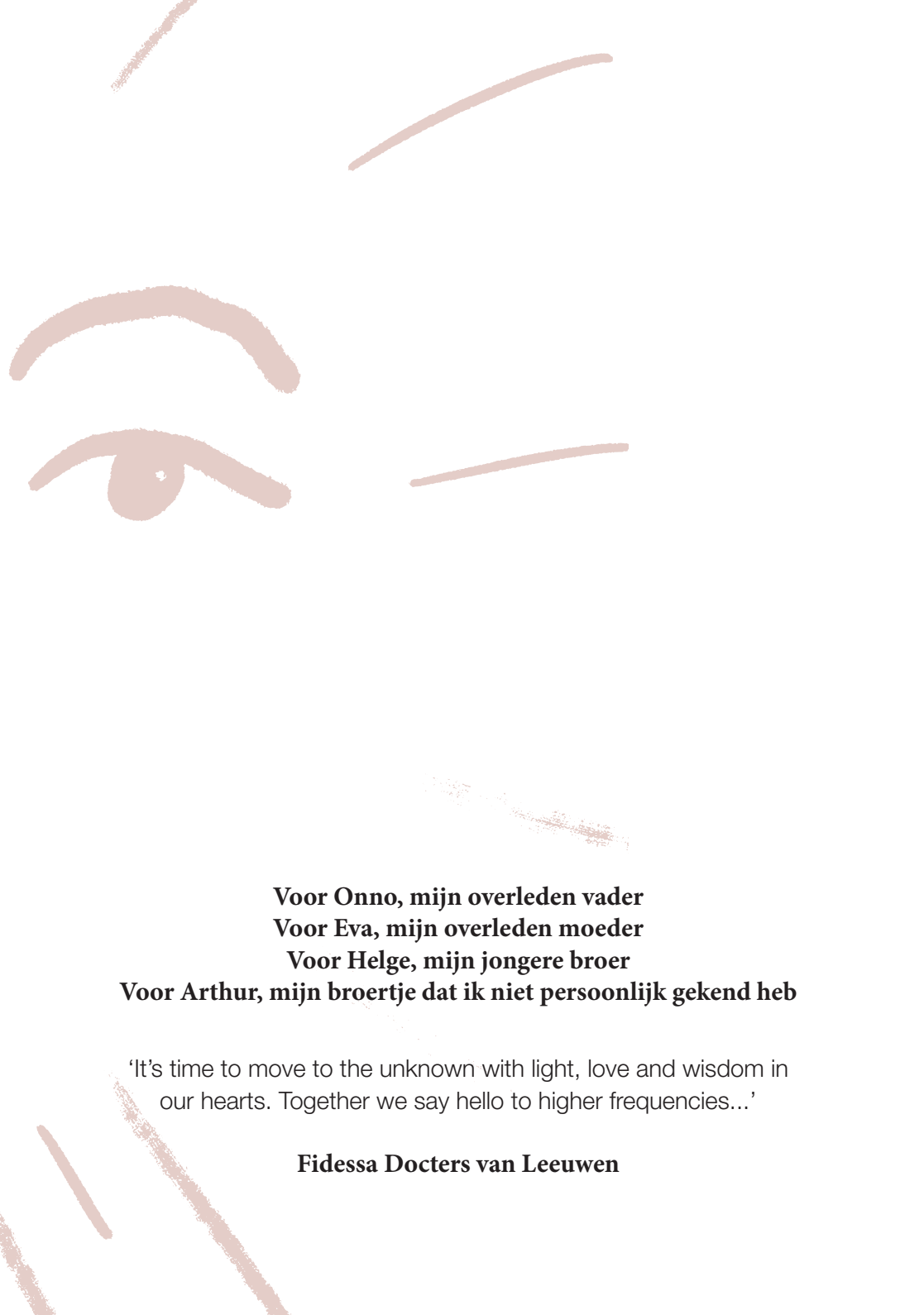
Zoete Zin

Ik Heb Me Lief En Alles Om Me Heen

Borstvoedingsboekje

Mediteren met je ogen open

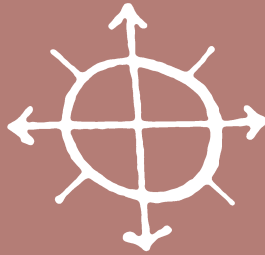




**Voor Onno, mijn overleden vader
Voor Eva, mijn overleden moeder
Voor Helge, mijn jongere broer
Voor Arthur, mijn broertje dat ik niet persoonlijk gekend heb**

'It's time to move to the unknown with light, love and wisdom in our hearts. Together we say hello to higher frequencies...'

Fidessa Docters van Leeuwen



De wereld, dat ben jij

- Jiddu Krishnamurti

VOORWOORD

Met dit boek wil ik de gids zijn die jou wegwijs maakt in de, mogelijk voor jou nieuwe, wereld van de tarot. Mijn vader heeft zijn leven gewijd aan de tarot. En het bloed kruipt – om maar even een cliché te gebruiken – waar het niet gaan kan; ook ik heb de kaarten volledig in mijn hart gesloten. Toen ik drie jaar oud was, danste ik al tussen de gipsen beeldjes die mijn vader van de symbolen van de tarot maakte.

Terwijl ik opgroeide, raakte ik er nog meer vertrouwd mee en legden mijn broertje Helge en ik de kaart voor elkaar. Het laatste jaar van mijn vaders leven spraken we vooral over de tarot en zijn boek *De Tarot in de herstelde orde*. Ik leerde door onze gesprekken over de leggingen, de symboliek en hóe de tarot een rol kan spelen in je dagelijks leven. Hij hoorde dat ik de tarot begreep, wat hij natuurlijk fantastisch vond. Ik zei tegen hem: ‘Op een dag schrijf ook ik een boek over de tarot. Alleen doe ik het anders. Tarot mag van mij worden als yoga en meditatie, twee dingen die ook zo’n grote rol in mijn leven en werk spelen: toegankelijk en laagdrempelig, voor iedereen behulpzaam, op een simpele manier. Zodat je dankzij de kaarten meer inzicht in jezelf krijgt. En weet waar je staat, wat je verlangens zijn, maar ook waar je (even) vastloopt in het dagelijks leven.’

De tarot kan je helpen om je eigen talenten te ondersteunen – mits je wegblijft van zweverigheid of je kop in het zand steken. De tarot, zonder tussenkomst van iets of iemand, is er namelijk altijd voor je. Maar alleen als je het lef hebt om zelf de kaarten te gaan leggen, kun je dit ervaren.

Ik trek iedere dag een kaart; het hoort erbij, net als tandenpoetsen, een koude douche nemen en enkele zonnegroetjes. De kaart geeft richting aan mijn dag. Intussen ken ik de kaarten van binnen en van buiten en zie ik ze als vrienden. Ik weet wat ze bedoelen, aan welke gebieden ik volgens hen aandacht heb te besteden en bij welke vraagstukken het zinvol is om eens wat langer stil te staan. Natuurlijk vier ik ook mijn successen met ze. Steeds laten ze me zien hoe ik mezelf kan zijn in een (veranderende) wereld om me heen. Het mooiste van dit alles is dat ik jou dit kan leren. Ben je er klaar voor om de tarot te ontdekken?

Fidessa Docters van Leeuwen

INHOUDSOPGAVE

	Inleiding	
DEEL I	EEN EERSTE KENNISMAKING	
	Hoe dit boek te gebruiken	15
	Hoe is de tarot ontstaan?	16
	Wat is de tarot?	17
	Veelzeggende plaatjes	17
	Overal symbolen	18
DEEL II	EEN VRIENDSCHAP OPBOUWEN	
	Leer de kaarten kennen	21
	Rider Waite en de onderverdeling	22
	De tarot als onze levensweg	24
	De grote arcana in een cirkel	32
	<i>De grote arcana – 22 stuks</i>	34
	<i>De kleine arcana – 40 stuks</i>	82
	<i>De koninklijke arcana – 16 stuks</i>	99
DEEL III	HET TOEPASSEN VAN DE TAROT	
	Leggingen	107
	Specialiseer je in een legging	114
	De Springkaart	114
	Het schoonhouden van je deck	115

DEEL IV	TAROTCOACH JEZELF DOOR JE LEVEN	
	De rol van de tarotcoach	119
	De tarotcoach doet het voor	120
	Verschillende voorbeeldleggingen	121
	Nu jij: leg, kijk en leer	129
	Veelgestelde vragen	141
DEEL V	VOOR WIE MEER TAROT WIL	
	De tarot wijst je de weg	147
	Tarot en yoga	150
	Tarotfilosofie voor beginners	155
	Begrippenlijst	158
	Verder lezen	170
	Met dank aan	173

Inleiding

Een van de meest gehoorde opmerkingen over de tarot is deze: ‘Leuk, met de tarot kun je de toekomst voorspellen!’ Maar niet heus. De tarot heeft een héél ander doel. Welk doel precies? Het is een kaartspel dat wordt gebruikt voor zelfreflectie en persoonlijke groei. De kaarten willen je vertellen waar je nu staat. Met de kaarten ben je prima uitgerust om meer over jezelf, je karaktereigenschappen, je houding in de wereld en je kwaliteiten (zowel de ‘goede’ als ‘de slechte’) te weten te komen.

De geschiedenis van de tarot is vaag. Er zijn verschillende uitvoeringen van het spel, maar de bekendste heet Rider Waite – en daar gaat dit boek ook over. De tarot bestaat uit verschillende sets van kaarten met afbeeldingen met veel symboliek. Je kunt je voorstellen dat de afbeeldingen in de verschillende uitvoeringen onderling ook weer wat van elkaar verschillen.

Het goede nieuws is dat de kaarten enigszins vaststaande betekenissen hebben.

De kaarten geven je, tijdens een legging, een perspectief op je leven op dit moment, iets om over na te denken, kortom om voor zelfreflectie te gebruiken. In principe gebruik je het hele tarotspel, waar je na het schudden enkele kaarten uit trekt, als uitgangspunt voor iedere nieuwe legging. Er zijn verschillende leggingen, van 1 kaart tot wel 11 kaarten, die voor verschillende doeleinden worden gebruikt.

Dit boek zal je laten zien dat je het leggen van de tarotkaarten eenvoudig in je dagelijkse leven kunt toepassen. Zo ondersteun je, met behulp van de kaarten, je persoonlijke groei en haal je het beste uit jezelf. De tarot helpt jou om goed voor jezelf te zorgen. Best handig in een wereld waar enig houvast soms ver te zoeken is.

Een groot pluspunt van de tarot is

de *no gurufication*. Wat zoveel betekent als: geen goeroes graag! Het zijn alleen de tarotkaarten die je directe inzichten geven. Eindelijk hoef je niemand te volgen, en krijg je geen advies van derden – hoe lekker dat ook is, laten we eerlijk zijn. Want niets is zo gemakkelijk om een raad van een ander op te volgen, of misschien juist naast je neer te leggen. Dan hoef je nog steeds niet even stil te staan en te ontdekken hoe je je werkelijk voelt en wie je werkelijk bent...

Met de tarotkaarten én dit boek bij de hand word je je eigen tarotcoach!

Je kunt bij de kaarten terecht met al je vragen, op alle mogelijke gebieden, zoals werk, liefde en relaties, emoties, vriendschap, fysieke- en geestelijke gezondheid, natuur en milieu. De tarot is een geweldige manier om inzicht te krijgen in bepaalde problemen, terugkerende patronen en moeilijke situaties.

En zo kom je meer te weten over jezelf. Hoe leuk is dat?!

Als je eenmaal de smaak te pakken hebt gekregen kan het zomaar zijn dat je de behoefte voelt om de tarotkaart voor een ander te leggen. Omdat je je vriend(in) ook een goeroeloos inzicht gunt. Hoe je dat stap voor stap doet, zo'n legging verzorgen, komt uitgebreid aan bod in dit boek.

O ja, als laatste: ben jij ook zo iemand die – ooit – een tarotdeck heeft gekocht en het soort van ongebruikt in de hoek heeft gegooid, omdat je er niets van begreep óf dacht dat je eerst de betekenissen van achtenzeventig kaarten uit je hoofd moest leren? Mooi, dan wil je dit boek lezen! Stof je kaarten-deck af en stap in de wereld van de tarot.





the world

A rot



**Dit menszijn is een soort herberg
Elke ochtend weer een nieuw bezoek**

**Een vreugde, een depressie, een benauwdheid
Een flits van inzicht komt
Als een onwelkome gast**

**Verwelkom ze, ontvang ze allemaal gastvrij
Zelfs als er een menigte verdriet binnenstormt
Die met geweld je hele huisraad kort en klein slaat**

**Behandel toch elke gast met eerbied
Misschien komt hij de boel ontruimen
Om plaats te maken voor extase**

**De donkere gedachte, schaamte, het venijn
Ontmoet ze bij de voordeur met een brede grijns
En vraag ze om erbij te komen zitten**

**Wees blij met iedereen die langskomt
De hemel heeft ze stuk voor stuk gestuurd
Om jou als raadgever te dienen**

- Rumi

DEEL I

EEN EERSTE KENNISMAKING

Hoe dit boek te gebruiken?

Je zult snel merken dat je met dit boek de theorie van de tarot gelijk in de praktijk brengt. Als je het boek van A tot Z leest, word je aan de hand genomen om de kaart te gaan leggen. Merk je dat je eerst de kaarten wat beter wilt leren kennen, begin dan met de hoofdstukken met de beschrijving van de kaarten. Ken je de tarot al een beetje? Misschien is het dan juist leuk om de voorbeeldleggingen te bestuderen en vervolgens zelf een legging uit het hoofdstuk te kiezen om een eigen vraag mee te beantwoorden.

Je bent zo vrij als een vogel om het maximale uit dit boek te halen, passende bij wie jij bent.

(Overigens, weet dat ik je aanspreek met 'zij', anders staat er overal 'hij of zij' en dat leest zo vervelend. Maar goed, ik bedoel dus zowel hij als zij, of beter gezegd: ik bedoel jullie allemaal!)

Verspreid door het boek kom je Tarot Tips tegen; vaak is dit een theoretische of praktische verdieping. Ook vind je om-te-onthouden-stukjes; zie ze als accenten, zodat je helder voor ogen hebt wat handig is om te weten over de tarot. Achterin het boek vind je vragen en antwoorden. Eerlijk is eerlijk, sommige lezers beginnen met dit hoofdstuk. En waarom ook niet.

Eén ding is zeker. De tarotcoach ben ik, de auteur van dit boek met jarenlange ervaring met de kaarten – je zult dus ook af en toe een persoonlijke noot tegenkomen tijdens het lezen. En de tarotcoach in de dop ben jij! Kortom, iedereen kan met behulp van dit toegankelijke boek meer te weten komen over de tarot en leren de tarotkaarten te leggen en te gebruiken om je bestaan vorm te geven. Zolang je maar zelf blijft nadenken en het eenvoudig houdt.

Hoe is de tarot ontstaan?

De tarot is een kaartspel (ook wel een losbladig boekje genoemd) en een systeem dat ruimte biedt; je hoeft niet te zoeken naar één betekenis of één antwoord. Het begin van de tarot ligt misschien in Egypte. Misschien, want naar de oorsprong van de tarot wordt eigenlijk nog steeds gegist. India wordt ook wel als bron genoemd. Het zou van de Veda's afstammen, de oudste en heiligste Hindoe-geschriften. Een ander verhaal is dat van de zigeuners en de tempeliers, een ridderorde met mythische status, die de tarot door hun nomadenbestaan en hun reizen over de hele wereld zouden hebben verspreid. Kruistochten waren in de middeleeuwen een trend; het zou dus ook goed kunnen dat deze tochten hebben bijgedragen aan de verdere verspreiding van de tarot in de dertiende eeuw. Op een bepaald moment is de tarot zelfs in de ban gedaan door de kerk; wat een geheimzinnige stilte rondom de tarot opleverde. Pas in deze eeuw is de tarot echt bekend geworden bij een breed publiek.

Oké, het ontstaan is misschien niet helemaal helder, maar staar je als je blijft niet blind op het identificeren van één juiste geschiedenis, één juiste verklaring, één juiste tarot. Wat zeker is, is dat de tarot met haar rijke geschiedenis tot op de dag van vandaag is blijven bestaan. Als je het woord tarot googelt, dan is het aantal hits overweldigend. De tarot is populairder dan ooit.

Wat is de tarot?

Voor de mensen die de tarot niet kennen, lijkt het een verzameling losse kaarten met plaatjes van mensen en (on)bekende symbolen. Wat ook gelijk opvalt is dat de plaatjes best complex zijn. Wat willen ze eigenlijk zeggen? Wat betekenen ze? Als je naar de kaarten kijkt, zijn dat waarschijnlijk de vragen die opkomen. Laat ik een zorg wegnemen: je bent niet de enige bij wie de kaarten een raadselachtige indruk achterlaten. Het is daarom vast óók niet zo toevallig dat een tarotkaart *arcanum* genoemd wordt. Rara, wat betekent dat woord? ‘Geheim’. Aha, daarom zijn die afbeeldingen dus een beetje ongrijpbaar: aan de ene kant komen ze ons bekend voor – zelfs als we ze nooit eerder hebben gezien, aan de andere kant kunnen we er op het eerste gezicht geen chocola van maken...

Veelzeggende plaatjes

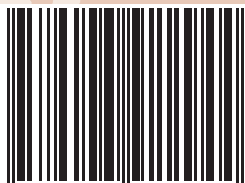
Hoe komt het dan eigenlijk dat die plaatjes zo veelzeggend zijn? Heel simpel. De afbeeldingen op de kaarten zijn *archetypen*, patronen die iedereen (collectief) kent en die alle mensen met elkaar gemeen hebben. Enkele voorbeelden van archetypen maken het concreet, zodat je ze beter begrijpt: de moeder, de wijze oude man, het kind en de held. Het zijn allemaal archetypen. Wedden dat je er zelf ook een aantal kunt bedenken? In onze dromen komen we ook regelmatig archetypen tegen. Het valt vanzelf op als we erop gaan letten... Vuur staat bijvoorbeeld voor reiniging, onze schaduw vertegenwoordigt de rafelrandjes van onze persoonlijkheid en een huis symboliseert ons innerlijk.



Er bestaan een hoop misverstanden over de tarot. Tijd om te laten zien dat het eigenlijk net zo is als yoga en meditatie: toegankelijk, laagdrempelig en voor iedereen behulpzaam. Maar alleen als je het lef hebt om zelf de kaarten te gaan leggen, kun je dit ervaren!

In *De tarotcoach* leert Fidessa Docters van Leeuwen je alle ins en outs over het leggen van tarotkaarten. Met de tarot kun je dagelijks stilstaan bij grotere en kleine vraagstukken in je leven. Gun jezelf ruimte voor bezinning in een wereld die nooit stilstaat. Stel een vraag, leg een kaart, kijk en interpreteer zelf. De kaarten geven inzicht en de mogelijkheid jezelf beter te leren kennen.

Nuchter, enthousiast en praktisch vertelt Fidessa je alles wat je wilt weten over de tarotkaarten en de leggingen, waarna je de kaarten kunt laten spreken. Inclusief begrippenlijst, voorbeeldleggingen en veelgestelde vragen over de tarot.



9 789043 922944

www.kosmosuitgevers.nl

**KOS
M•S**

NUR 493
Kosmos Uitgevers,
Utrecht/Antwerpen