

Veertig vragen aan de I-Tjing

Welke vragen kun je stellen aan de I-Tjing? (en welke niet)

Zorg ervoor dat de vraag die je formuleert de kern raakt van wat je bezighoudt of wat je weten wilt, probeer enkele formuleringen uit.

Zorg ervoor dat je bij de behandeling (gooien, lezen, betekenis vinden) rustig, kalm, in evenwicht bent. Ben je dat niet, wacht dan, kies een beter moment, straks of morgen.

Emoties zoals onrust, angst, drukte, verwarring, verdriet, gretigheid, opgetogenheid hebben een belemmerende invloed op het antwoord van de I-Tjing.

Géén vragen over ziekte. Daarvoor ga je naar een acupuncturist. Géén vragen over objectieve niet-persoonlijke aangelegenheden. Dan is geen resonantie mogelijk.

Algemene vragen:

- *Wat is nu de kern, de essentie van ...:*
- *Hoe moet ik handelen in deze situatie?*
- *Wat is hier nu feitelijk aan de hand? Wat is hier de kern van het probleem, of van mijn vraag?*
- *Wat is voor mij in deze situatie de beste houding?*
- *Moet ik iets doen of niet; wat moet ik doen; (hoe) moet ik handelen; welk optreden wordt hier van mij gevraagd? Hoe kan ik mij het beste opstellen in deze situatie?*
- *Ik vraag inzicht in ...:*
- *Wilt u mij advies geven over...:*

Han Boering (in zijn 'De I-Tjing voor de 21^e eeuw') formuleert vier vragen aan de hand van de mantra **Yuan, Heng, Li, Cheng** (Vernieuwing, Succes, Voordeel, Standvastigheid):

- *Is ... een goed idee? (Vernieuwing)*
- *Gaat dit lukken; zal dit leiden tot succes?*
- *Gaat mij/ons dit iets opleveren; zal ik hier voordeel van hebben? (Voordeel)*
- *Kan ik hiermee door; geeft dit mij overlevingsmogelijkheden? (Standvastigheid)*

Vragen over het verleden:

- *Wat voor invloed heeft die gebeurtenis eigenlijk op mij gehad?*
- *Waarom is mij dit overkomen?*
- *Wat is eigenlijk de essentie van die periode?*
- *Ik ben beduveld met geld bij de fietsenstalling? Wat vindt I-Tjing ervan hoe ik dit heb aangepakt?*
- *En wat kan ik een volgende keer doen om te zorgen dat het dan wèl goed uitpakt?*

Een paar voorbeelden van 'Grote Vragen' die ik aan de I-Tjing voorlegde aan de hand van een legging met de kaarten:

- *Waar moet ik de komende drie maanden in mijn leven de prioriteit leggen?*
- *Wat moet mijn leidraad zijn dit najaar? of Wat is voor mij de juiste koers dit jaar?*

Klein (en groot) grut:

- *Hoe kan ik bijdragen aan deze leuke gezellige familie-ontmoeting? (Kerst, etc.)*
- *Hoe kan ik de studie-avond over de trigrammen zo goed mogelijk vorm geven?*
- *Geef mij een motto voor de dag van morgen.*
- *Ik heb een totaal lege studiedag vandaag. Wat is hiervoor een goede leidraad?*
- *Vandaag begint mijn stilteweek. Wat kan ik doen om te zorgen dat deze week helemaal brengt wat ik nodig heb?*
- *In welk teken staat komende week? In welke sfeer wil ik er iets van maken?*
- *We kamperen voor de 3^e dag op een ongelofelijk mooie stille veilige plek aan zee in Zweden. Wat nog nooit eerder gebeurde: ik wil hier niet meer weg! Wat is er aan de hand; hoe is het met mij?*
- *Moet ik nog veel voorbereiden voor morgen en overmorgen?*
- *Morgen de laatste dag van deze cursus. Waar moet ik met name attent op zijn?*
- *Vanavond de laatste avond van deze cursus; wat voor avond moet het worden?*
- *Eerste gesprek met cliënt X gehad. Wat moet mijn opstelling naar haar zijn?*
- *Hoe moet ik mij opstellen in het komende gesprek met haar?*
- *Wat moet naar haar toe mijn basishouding zijn?*
- *Straks de veiling van een paar kunstwerken van mijn tekenlerares. Ik heb géén zin om te gaan; wat vindt de I-Tjing daarvan?*
- *Ik had een meningsverschil met een collega over geld; we hebben het uitgesproken, maar ... is het nu klaar of hangt er nog iets?*
- *Ik word gevraagd om mee te werken aan een verdiepingsworkshop I-Tjing; hoe kan ik zorgen dat mijn inbreng zo inspirerend en gévend mogelijk is?*
- *Ik heb besloten die klus niet te doen. - Wat vindt de I-Tjing daarvoor?*
- *Hoe kan ik mij het best verhouden tot deze rugblessure?*
- *Geef mij een leefmotto voor het komend half jaar.*
- *Ik word 50. In welk teken gaat dit 50^e jaar voor mij staan?*
- *Mijn belangstelling voor politiek neemt af. Wat voor betekenis moet ik daaraan hechten?*

Joop van Hulzen (in zijn 'Handboek I-Tjing') onderscheidt

1. **Handelingsvragen**, bv.:
 - *Wat kan ik (in 's hemelsnaam) doen?*
 - *Welke actie past hier?*
2. **Houdingsvragen**, bv.:
 - *Welke houding kan ik hier het best aannemen?*
 - *Welke houding past het best bij mijn positie; bij mijn rol hier?*
3. **Prognosevragen**, bv.:
 - *Wat kan ik verwachten?*
 - *Welk onheil hangt mij boven het hoofd?*
4. **Inzichts vragen**, bv.:
 - *Wat betekent dit voor mij? (Ik snap hier (helemaal) niets van!)*
 - *Wat zit hier achter verborgen?*
 - *Hoe ver ben ik in mijn ontwikkeling wat betreft dit gebied?*
5. **Zijnsvragen**, bv.:
 - *Ik kom hier niet uit. Welke positie heb ik feitelijk in deze situatie?*
 - *Dit is een keerpunt; wat is hier goed om te doen, te denken, etc?*