

# Vogel

**Anouk (34 jr) heeft een aangeboren oogafwijking. De wereld is voor haar zoals die is, totdat haar moeder het ontdekt en haar in bescherming neemt. In de paradox tussen zo normaal mogelijk en afschermen wordt ze grootgebracht. In die patstelling zit ze opgesloten: "Ik wil vrij zijn en ik wil beschermd worden."**

## Chaos

Met haar partner heeft ze een eigen bedrijf, haar ouders steunen haar altijd, waarom is het dan zo'n chaos? "Ik wil iets voor mezelf gaan doen, maar dan is het zo bot om hem af te wijzen, ik zie mezelf dan rot doen." Ze mag van moeder zelfstandig zijn, maar krijgt voortdurend waarschuwingen mee dat ze voorzichtig moet zijn. Ik stel haar voor om die soep in haar hoofd te tekenen. Het lijkt op de oersoep, voor de schepping begon. Met haar scheppend vermogen kan ze vast iets vorm geven.

## Oudernest

Ze doet me voor hoe haar ouders kunnen kibbelen. Zij is het gewend, maar ik hoor ook hoe gemakkelijk zij daarin meegaat. "Stop, wat voel je?" "Voelen, wat moet ik voelen?" "Voelen is geen moeten, voelen is. Alleen het is een kunst om er naar te leren luisteren." Door het stilstaan, stil zitten, is er ruimte voor verdriet. Ze voelt niet zozeer de beperking van haar gezichtsvermogen, maar de beperking door de bescherming. Voor haar is de wereld zoals die is. In woorden zegt haar moeder dat ze op haar eigen benen mag staan, nu hoort ze de ondertoon en daar kan ze nu woorden aan geven: "Kind doe voorzichtig, doe mij geen verdriet als jou wat overkomt!" Eindelijk (h)erkent ze de schuld die ze ervaart en stelt de vraag: "Ik ben toch niet schuldig aan deze afwijking?" De klei die ik haar meegeef wordt een mooi ei. Het ei voelt fijn in haar hand. "Wat zit er in het ei?" "In elk geval iets dat kan vliegen."



De vogel is uit het ei, het heft zijn kop op met de vraag????

## Leren

Ze leert kijken met een innerlijk oog: "De vogel is nog klein, het fladdert wat af, het wil weg, het weet dat het niet in het nest moet blijven, anders raakt het verstikt onder de ouders die alles voor haar willen doen." Ze ziet het voor zich, haar innerlijke oog ziet scherp. Ze ziet nu de herhaling van de patronen die ze bij haar ouders geleerd heeft terug in de relatie. Zij is niet duidelijk in haar boodschap: "Laat me met rust, doe dit voor me." Leren voelen, weten wat je wilt en een keuze maken, het valt niet mee. Ze wil te snel, het vogeltje heeft nog dons, maar wil al vliegen. "Wat heeft die nodig?" "Veiligheid, voeding, vertrouwen". Opnieuw kijkend hoe ze dat bij haar ouders geleerd hebben, komen we de paradox tegen. Ik vraag haar: "Steek spontaan je linkerhand omhoog." Ze doet het en ziet meteen dat het dus niet spontaan is. Ze ziet nu dat haar ouders haar nooit gezien hebben.

## Eigen nest

Terwijl ze zich losmaakt van haar ouders komt ze ook los van haar partner. Steeds meer ziende hoe ze werkelijk is, zich voelt, ziet ze ook dat ze bij deze lieve attente man, meer bescherming en vertrouwen vindt, dan liefde.

In een tekening ziet ze dat ze zelf een stromende bruisende beek is, altijd gestuurd naar kalm water ("Kind pas op"), geen wonder dat het rustige kanaal van haar huidige partner zo vertrouwt voelt.

Ze leert veel; zonder in ouderlijk gekibbel te vervallen, gaan ze apart wonen. Dat wil zeggen hij vertrekt, zij blijft achter, het valt niet mee in het verlaten nest.

Het is mooi om te zien hoe buiten- en binnenwereld weer gelijk op gaan. Ze wordt sterker, durft op eigen benen te staan, eigen keuzes te maken, en te kiezen voor een eigen nest. Ze koopt een huisje.



Het vogeltje mag op eigen kracht vliegen. Het afwijkende eendje is een zwaan geworden.

## Gea Evenhuis

[www. agogischtherapeut.nl](http://www.agogischtherapeut.nl)