

Accepteren dat je soms kwetsbaar bent.

in het leven van vogels gebeurt net als in dat van ons van alles waarbij ze te maken krijgen met eindigheid en opnieuw beginnen. Neem bijvoorbeeld de rui: vogels verliezen elk jaar hun oude veren om er mooiere, nieuwe voor terug te krijgen. Ze zijn het gewend om zichzelf elk jaar te vernieuwen, ook al moeten ze daarvoor een moeilijke periode doorstaan.

Wij mensen verliezen wel eens een paar haren, maar zulke perioden van rui kennen we niet.

Toch zouden ook wij af en toe van kleding en van de gedaante moeten wisselen.

Bij bepaalde gelegenheden zoals liefdesverdriet, rouw, ontslag of verhuizing doen we dat ook wel.

Dan meten we onszelf een nieuw kapsel aan of steken ons in het nieuw jasje of veranderen onze levenswijze. Maar dat gebeurt zo zelden!

Je moet durven iets in jezelf dood te laten gaan om te kunnen vernieuwen; dat is wat vogels doen wanneer ze hun versleten veren vervangen door gezond glanzende nieuwe.

Voor vogels is dat van levensbelang. Hun verenkleed moet perfect in orde zijn, anders kunnen ze niet vliegen en dat geldt ook voor ons.

Ons onvermogen om te veranderen, om het verleden los te laten weerhoudt ons er te vaak van om vooruit te komen.

Vogels in de rui zijn kwetsbaar.

Soms kunnen ze een tijdje niet vliegen zoals sommige eenden.

In die periode dragen ze een onopvallend verenkleed: het eclipskleed.

Een mooie term om aan te geven dat ze zich even op de achtergrond houden totdat bepaalde essentiële veren die waren uitgevallen weer zijn aangegroeid.

Ze weten zich kwetsbaar, houden zich gedeisd en ondernemen niets belangrijks: ze oefenen geduld. Ze wachten tot de nieuwe veren er zijn, tot ze al hun kracht en schoonheid weer terug hebben.

Dat zouden wij ook af en toe moeten doen.

In een samenleving waarin we voortdurend worden aangezet tot presteren weten we niet meer hoe we ons kunnen terugtrekken, hoe we de nodige tijd kunnen nemen tijdens kwetsbare periode in ons leven om weer op adem te komen nieuwe krachten op te doen.

Hoe vaak krijgen we tijdens een rouwperiode niet te horen 'dat het leven doorgaat' of bij verdriet om een verbroken relatie 'voor haar 10 anderen' en na verlies van een huisdier 'ach, het was toch maar een dier?' alsof je je niet in jezelf zou mogen terugtrekken of verdrietig zou mogen zijn.

Maar toch, na een periode van rouw gaat het leven niet op dezelfde manier door en nee, die verloren liefde komt niet terug.

Zeker, er zal zich nieuw geluk aandienen en je ontmoet nieuwe mensen, maar waarom niet erkennen hoe diep het verlies voelt?

We krijgen niet meer de tijd om ons verdriet te boven te komen, om in de rui te gaan.

Is het gek dat we niet meer weten hoe we moeten vliegen als we in ons leven zo vaak worden gekortwiekt? Als we dat zelf al niet doen...?

Laten we onszelf af en toe een rustperiode gunnen; ons voor de grote en kleine momenten in ons leven in een eclipskleed steken. Dan zullen we sterker en mooier terugkomen: licht als een vogel.



DE 22 LEVENSSLESSEN DIE VOGELS ONS LEREN

Over moed, reisplezier,
liefhebben, kwetsbaarheid ...

PHILIPPE J. DUBOIS & ÉLISE ROUSSEAU

