



Marlene van Lier is holistisch psycholoog, met aandacht voor de mens als geheel; persoonlijk, fysiek, sociaal en spiritueel. Breed georiënteerd vanuit de cliëntgerichte benadering en existentieel welzijn, heeft ze specialisaties in de Zelfkennismethode, yoga en klassieke homeopathie.

Luisteren en het lef om niet te weten

'iedere cliënt vraagt van mij het lef om niet te weten en open contact te maken met de mens achter deze persoon'

Vraag je je weleens af als je geconcentreerd naar een cliënt luistert: 'Wie is die persoon eigenlijk naar wie ik op dit moment luister?' Wanneer deze vraag bij mij rijst, wordt mijn nieuwsgierigheid gewekt en stem ik me nog beter af op de persoon achter de woorden. Meestal merk ik dan dat er iets of iemand in de cliënt aan het woord is die niet de cliënt zelf is. De cliënt identificeert zich ermee, maar het is niet authentiek. Welk verhaal vertelt deze cliënt onbewust over zichzelf en waarom?

Ik weet pas met welke therapie ik een cliënt kan helpen als ik weet waar hulp bij nodig is. Iedere cliënt vraagt van mij het lef om niet te weten en open contact te maken met de mens achter deze persoon. Hoe doe je dat? Luister maar naar dit verhaal.^[1]

Er was eens een leeuw, zwanger en half verhongerd. Naarmate de zwangerschap vorderde, kreeg zij het steeds moeilijker met bewegen en jagen. Zelfs wanneer het haar lukte om succesvol een prooi te besluipen, was ze niet snel genoeg om die te vangen. Op een dag, na een moedeloze en hongerige tocht over de velden, was de leeuw uitgeput in slaap gevallen. Ze droomde over een malse kudde schapen en terwijl ze zich vol overgave op een droomschaap stortte, werd ze wakker. Tot haar grote vreugde zag ze een kudde schapen pal naast zich grazen! Ze vergat onmiddellijk haar erbarmelijke toestand en met één geweldige sprong greep ze een lam en verdween tussen de bomen. De leeuw merkte niet dat ze door de uiterste krachtsinspanning was bevallen van haar



jong. Tijdens de aanval waren de schapen verlamd van schrik geweest, maar nadat de leeuw was verdwenen en de schapen waren uitgeblaat, ontdekten ze tot hun grote verbazing de leeuwewelp in hun midden. Een van de ooiën had medelijden met het hulpeloze welpje en adopteerde het als haar eigen lam. Er gingen een paar jaar voorbij. Het weesleewwtje, nu een volwassen beest met lange manen, zwierf met de kudde door de velden en gedroeg zich precies als een schaap. Hij blaatte en at gras in plaats van te grommen en jagen. Het was hem als strikt vegetarische leeuw gelukt om precies zo zwak en mak te zijn als een schaap.

En zo gebeurde het dat op een dag een andere leeuw uit het bos het open veld opliep en tot zijn grote vreugde de kudde schapen zag. Trillend van opwinding en gedreven door honger jaagde de leeuw de schapen op, toen hij tot zijn verbazing de schaap-leeuw ontdekte die – staart in de lucht – op topsnelheid voor de schapen uit vluchtte. De achtervolgende leeuw pauzeerde even en dacht bij zichzelf: 'Ik snap dat schapen voor mij wegrennen, maar ik kan me niet voorstellen dat een stoere leeuw dat ook zou doen. Deze wegvlochtende leeuw maakt me nieuwsgierig'. Aangespoord door vastberadenheid rende hij zo hard mogelijk en besprong de vluchtende leeuw. De schaap-leeuw viel flauw van angst. De andere leeuw was verbaasder dan ooit. Hij sloeg de schaap-leeuw wakker en gromde hem toe met lage stem: 'Word wakker! Wat mankeert jou? Waarom vlucht jij, een leeuw net als ik, weg van mij?' De schaap-leeuw sloot zijn ogen en blaatte in schapentaal: 'Laat me alsjeblieft gaan, dood me niet! Ik ben alleen maar een schaap dat door zijn vluchtende kudde in de steek is gelaten'. 'Aha! Nu snap ik waarom jij blaatt', antwoordde zijn ontvoerder. Hij greep de manen van de schaap-leeuw tussen zijn machtige kaken vast en sleepte hem naar de rand van het meer. Hij duwde de kop van het misleide wezen over het water zodat zijn spiegelbeeld erin gereflecteerd werd en schudde hem heftig door elkaar, want de schaap-leeuw hield nog steeds zijn ogen gesloten. 'Wat mankeert jou?', vroeg de leeuw. 'Open je ogen en zie dat je geen schaap bent.' 'Beh, bèhèh, beh! Dood me niet, laat me gaan! Ik ben geen leeuw, maar gewoon een zwak mak schaap', jammerde het dwaze beest. De andere leeuw werd boos en gaf zijn gevangene een harde klap. Door de impact opende de schaap-leeuw zijn ogen en was verbaasd om in de weerspiegeling van het water geen schapenhoofd te zien, zoals hij had verwacht, maar de kop van een leeuw zoals die van degene die hem met zijn poot door elkaar schudde. Daarop zei de grote leeuw in leeuwentaal: 'Kijk naar mijn gezicht en jouw gezicht, gereflecteerd in het water. Ze zijn hetzelfde; en mijn stem blaatt niet, mijn stem brult! Jij werd ook geboren om te brullen.' De schaap-leeuw, overtuigd, probeerde te brullen maar kwam aanvankelijk niet verder dan wat blatend gerommel. Maar onder de aanmoedigingen van zijn nieuwe vriend lukte het hem uiteindelijk om effectief te brullen. Toen verdwenen beide leeuwen samen naar het bos om te jagen. De schaap-leeuw herwon zijn geboorterecht als een ware koning van de jungle.

'als mensen zich laten leiden door interpretaties van anderen, ontwikkelen ze symptomen'

Bovenstaand verhaal illustreert het belang van een authentiek bestaan en wat er met mensen gebeurt als zij zich, net zoals de schaap-leeuw, laten leiden door interpretaties van anderen. Dan ontwikkelen mensen symptomen – ik vraag me af welke spijsverteringsklachten de schaap-leeuw had en hij moet ook flink wat mond- en keelklachten hebben gehad van het blaten. De leeuw wist pas wat hij moest doen nadat zijn nieuwsgierigheid was gewekt en hij had vastgesteld wat het probleem van de schaap-leeuw was. Dit deed de leeuw met de drie universele voorwaarden voor elke effectieve therapie, of die nu psychisch of somatisch georiënteerd is: empathie, congruentie en onvoorwaardelijk respect. Kijk maar:^[2]

Door congruentie – écht levendig en als zichzelf aanwezig zijn, in contact met zijn eigen gevoelens en ervaringen – kon de leeuw écht contact maken met de schaap-leeuw, zelfs toen die tegenstribbelde. Door empathie – zich inleven in de ervaringswereld van de schaap-leeuw en tegelijkertijd bij zichzelf aanwezig blijven – kon de leeuw begrijpen waarom de schaap-leeuw blaatte. Empathie is echter niet hetzelfde als sympathie. Uit sympathie zou de leeuw bij zichzelf hebben gedacht: 'Wat een schattig schaap-leewwtje, ik laat hem leven', en daarbij zou het zijn gebleven. Vanuit empathie kon de leeuw een methode bedenken om de schaap-leeuw te laten inzien dat hij een leeuw is. Alleen vanuit onvoorwaardelijk respect – de ander zien zoals die werkelijk is – kon de leeuw de juiste therapie bedenken. De leeuw zag de schaap-leeuw onvoorwaardelijk als leeuw, zonder dat hij zich voor de gek liet houden door de valse overtuiging die de schaap-leeuw over zichzelf had. Daardoor begreep de leeuw wat hij moest doen om de schaap-leeuw te genezen. Zonder empathie, congruentie en onvoorwaardelijk respect was de schaap-leeuw wellicht in leven gebleven, maar voor altijd half en nooit klachtenvrij. ■

Meer informatie:

www.libra-coaching.nl

Bronvermelding:

1. Hervertelling van een oud Indiaas verhaal, zonder bron, door Marlene van Lier
2. Mia Leijssen. *Gids voor Gespreksterapie*. 2001. Boom: Amsterdam.