**Verslag Natuur- en Omgevingsopstellingen 28 juni 2019**

In deze workshop met zeven deelnemers leven verschillende soorten vragen. Enkele mensen zoeken een nieuw handvat voor hoe om te gaan met slakken en mollen die overlast veroorzaken in hun tuin. Een ander zou graag meer inzicht krijgen in wat haar belemmert om echt te wortelen op een plek. Een derde is zeer begaan met het snelle verlies aan biodiversiteit op Aarde en vraagt zich af wat de Aarde daar zelf van vindt. Er ontstaat snel consensus in de groep om te beginnen met een dichtbije vraag.

**Slakken in de tuin**

De eerste vraagsteller is een vrouw die veel last heeft van slakken in de tuin die haar planten en bloemen opeten. Omdat ze erg van bloemen houdt, zou ze willen weten of er een manier is om de slakken te begrenzen, om ze te laten weten dat ze niet alles moeten opeten.

De opstelling begint eenvoudig met drie representanten voor de slakken, voor de vrouw en voor de bloemen in haar tuin. De bloemen noemen zichzelf ‘bloei’. Bloei voelt zich groot en prettig. Ze beseft dat ze er ook voor anderen is, maar ervaart tegelijk de sterke focus van de vrouw op haar als opdringerig. De slakken zijn niet bezig met de bloemen, ze eten het liefst jonge blaadjes.
Wanneer de vrouw hoort dat Bloei zich ongemakkelijk voelt bij haar aandacht, houdt ze zich wat terug waardoor bloei meer ruimte ervaart. Voor de slakken blijft de vrouw echter bedreigend. Ze voelen dat de vrouw van hen af wil en zijn bang dat ze hen wat aandoet.

De vraagsteller wordt uitgenodigd om nu zelf haar plek in de opstelling in te nemen. Ze gaat met de slakken in gesprek en bemerkt nu iets van sympathie en begrip voor hen. Ze beseft dat ze nog nooit met haar hart naar hen heeft geluisterd. De slakken hoeven niet weg, zegt ze, maar ze zou graag zien dat ze zich tot een bepaald hoekje beperken.

De slakken horen wat ze zegt, maar snappen het niet. De tuin is er toch ook voor hen? Het is gewoon hun werk om alles te eten en jonge scheuten zijn juist het lekkerst. De vrouw herhaalt dat ze daarmee over haar grenzen gaan. Er zijn genoeg plekken in de tuin waar ze geen kwaad kunnen, maar van de bloemen moeten ze afblijven. ‘De tuin is er voor mijn geluk’, zegt ze. Het komt bij de slakken niet aan.

De vrouw begrijpt dat ze nog meer in contact met de slakken mag gaan en gevoelig mag worden voor alle andere dingen die ook meespelen. Hoe ze het echter ook formuleert, haar vraag om van bepaalde jonge plantjes af te blijven opdat zij kan genieten van de bloeiende bloemen in haar tuin, vinden de slakken vreemd. ‘Plantjes zijn plantjes en wij willen eten.’

Een nieuwe representant voor ‘grenzen’ blijkt ook niet echt iets te kunnen betekenen. De impasse wordt doorbroken doordat één van de mensen langs de kant zich geroepen voelt om in de opstelling te komen. Deze representant voelt zichzelf onder hoogspanning staan, alsof er een enorme druk op haar afkomt. Ze zegt voor een groter soort wezen te staan, voor de tuin of de aarde waarop dit allemaal gebeurt. Ze vraagt de vrouw om te gaan zitten, of liever nog, te gaan liggen en de tijd te nemen om alles te voelen wat er in haar – tuin/aarde – leeft. Dit heeft direct een spanningsverlagend effect. De vrouw verzacht en is niet meer zo bezig met het willen begrenzen van de slakken. Ze voelt wat het haar doet om te liggen dromen in de tuin, om de slakken en de diertjes te zien en de aarde te voelen. ‘Ik kom dichter bij mijn eigen natuur’, merkt ze, ‘vanuit het gevoel dat ik de natuur meer respecteer en eer aan doe en ervan geniet.’ Ze voelt nu verbinding met bloei en ook met de slakken. Ze beseft dat ze eigenlijk helemaal geen behoefte heeft aan grenzen, dat het zo niet werkt. Ze hoeft helemaal niets op te lossen. Het gevoel dat ze dan iets fout zou doen of ergens van beschuldigd wordt, herkent ze als een oud gevoel van vroeger.

De opstelling eindigt met het advies van de tuin aan de vrouw om elke keer wanneer er iets met slakken of andere dieren speelt, op de grond te gaan liggen, te luisteren en te kijken wat er dan opkomt.

In het nagesprek laat een andere deelnemer, die veel overlast van mollen ervaart, weten door deze opstelling nieuwsgierig te zijn geworden naar andere vormen van contact met de mollen. Hij wordt uitgenodigd om te onderzoeken of hij op een vergelijkbare manier met de mollen in gesprek kan gaan. Verwezen wordt ook naar het boek ‘Talking with Nature’ van Michael Roads, waarin diverse voorbeelden staan van communicatie met dieren.

**‘Waar ben ik thuis?’**

De tweede vraagsteller is een vrouw met een groot verlangen om haar plek te vinden in Nederland. Ze heeft een bewogen geschiedenis: geboren in Duitsland, op jonge leeftijd geplaatst bij een pleeggezin in Nederland en vervolgens opgegroeid op verschillende plaatsen in Nederland. Ondanks haar lange tijd in Nederland kan ze hier niet werkelijk wortelen, wat ze wel graag zou willen met haar jonge gezin. Haar vraag is wat haar blokkeert om hier werkelijk haar (toekomstige) woonplek te vinden.

De opstelling begint met vijf representanten voor de vraagsteller, voor de biologische ouders in Duitsland, voor de pleegouders in Nederland, voor de toekomstige woonplek en voor dat wat haar blokkeert. De aanvangspositie van de elementen is veelzeggend: de ouders, pleegouders en woonplek staan aan elk aan een rand van het veld met de rug naar elkaar toe. Het obstakel staat stevig in het midden. De vrouw kijkt het van achteren aan, maar heeft de ogen meest gesloten. Er is veel ongemak en pijn bij de verschillende betrokkenen. Alleen de toekomstige woonplek voelt zich neutraal, dit alles gaat hem niet direct aan.

De vrouw voelt zich klein als een kind en gaat op haar hurken zitten, met de handen voor het gezicht. Ze voelt veel leegte in zichzelf en om zich heen. Dat horende, zouden de ouders het liefst naar haar toe willen. Ze kunnen echter op dat moment niet meer dan zich omdraaien en haar aankijken. Ook de pleegouders raakt het wat er met de vrouw gebeurt. Ze willen graag helpen en troosten en draaien zich om om oogcontact te hebben. De vrouw wordt nu nieuwsgierig naar het ‘obstakel’ voor haar. Is het wel echt een obstakel? Ze durft het nog niet aan te kijken. Het voelt beangstigend leeg, wat zowel verdrietig als vertrouwd is. Ze ervaart een grote tweestrijd tussen haar verlangen naar contact met haar wortels en een heleboel boosheid en verdriet die daarmee verbonden zijn. Ze realiseert zich dat deze emoties van haar kleine innerlijke kind zijn en dat zij het ‘obstakel’ zijn dat haar blokkeert. De emoties zijn niet nieuw voor haar, maar willen blijkbaar nog dieper worden gevoeld en erkend.

De vrouw kan haar innerlijke kleine kind (eerder: ‘obstakel’) nu aankijken en naast haar gaan staan. De echte vrouw neemt nu de plek in van haar representant. Ze voelt dat haar bange innerlijke kind haar steun nodig heeft en slaat haar armen om haar heen. Samen kijken ze nu, door hun tranen heen, naar de ouders en pleegouders die voor hen zijn komen staan. De vrouw bevestigt haar innerlijke kind dat ze haar pijn en boosheid heeft gehoord en dat ze haar er niet meer alleen mee laat. Waarop het kind aangeeft te ‘smelten uit het alleen zijn als innerlijk kind’. De ouders gaan nu achter de vrouw en haar innerlijk kind staan. Ze kijken samen naar de zorgzame pleegouders voor hen. De grote pijn van het innerlijk kind wordt nu door iedereen gezien en erkend. Het kind bevestigt: ‘ik behoef niet zozeer jullie zorg, maar erkenning van de pijn. Meer dan wat ook brengt dat rust.’

De toekomstige woonplek neemt alles van een afstand waar en zegt tegen de vrouw dat ze welkom is met alles wat er is. De vrouw beseft nu dat ze de pijn van haar verleden mee mag nemen naar de nieuwe plek. Er hoeft niet eerst wat weg of opgelost te zijn. Ze kan nu tegen haar ouders en pleegouders zeggen dat ze hen in haar hart meeneemt naar haar toekomstige plek, met zowel het goede als het gemis. Hand-in-hand met haar innerlijke kind, zet de vrouw nu nog één stap dichter richting haar toekomstige woonplek die haar met wijd open armen opwacht. Het beeld komt in haar op van een grote rozenstruik. De vrouw neemt de tijd om dit beeld in zich op te nemen, waarna de opstelling wordt afgerond.

In het nagesprek herkennen deelnemers het belang van emotiewerk. Het mogen voelen van boosheid over oude pijn en gemis, met ook de angst die daarop zit, is de sleutel tot herstel van vitaliteit. Alleen als de eigen waarheid er mag zijn, kan er worden gerouwd en kan er nieuwe ruimte en verbinding ontstaan.