



De Mol

Er was eens een kleine mol, Eva, een meisje. Ze groeide op in een gezin met broers en had het als kleine meid altijd naar haar zin, zo tussen de jongens. Ze werd op handen gedragen en bouwde een sterke band op met moedermol.

De kleine mol leefde onder de grond, veilig in het gezin bij haar ouders en broers. Onder de grond was het overzichtelijk. Eva zag wel hoe haar vader en broers af en toe naar boven de grond gingen en daar enorme molshopen maakten. En ook al wist ze dat ze dat ook zou kunnen, ze bleef veilig onder de grond, bij moeder mol. Onder de grond was het fijn. Het was warm en donker en je kon daar van alles doen, samen met de andere mollen die daar leefden.

Op een dag, toen Eva groter was, was het tijd om voorzichtig naar vlak onder de grond te gaan, richting het licht, naar de andere mollen die elders onder de grond leefden. De wereld bleek veel groter dan dat Eva ooit had verwacht. Voorzichtig sloeg ze haar pootjes uit, de wijde mollenwereld in. Ze begon haar eigen paadje te graven.

Eva ging nadenken wat ze wilde worden later. Haar moeder ontving andere mensen die hulp nodig hadden. Zoiets wilde Eva ook wel. Dus ging ze uit studeren op het mollencollege. Daar was van alles te doen, voor elk wat wils. Ze wilde graag iets doen met piepkleine mollen, hen op weg helpen in het leven, voor ze zorgen. Op de opleiding waren ook andere mollen, van alle soorten en maten en van allerlei karakter. Eva vond het leuk, maar toch ook wel spannend, al die andere mollen. Ze vond het lastig om met hen contact te maken, ze durfde niet goed. Ze ging gewoon graag naar huis, naar moeder mol en haar broers.

Eva had een goede keus gemaakt met haar opleiding. Ze kon nadat ze klaar was zo aan het werk en groeide al gauw door tot oppermol op het mollen dagverblijf. Ze stuurde een team aan en zorgde zelf ook voor de kleine mollen. Ze had nog altijd weinig sociale contacten. Eén of twee mollenhartsvriendinnen en haar moeder natuurlijk. Voor haar was het goed, veilig. Eva vond het nog steeds lastig om dichterbij het oppervlak te komen en ook een molshoop te maken, zich te laten zien.

Toch, op een dag, trok Eva de stoute schoenen aan en ging ze naar de oppervlakte. Ze stak haar roze neusje boven de grond en keek eens om haar heen. Jeetje, wat was het licht. Ze zag niet goed, maar niet ver van haar was ook net een mol uit een enorme hoop gekropen. Het was een man, dat zag ze wel. En ondanks het licht en haar slechte zicht kon ze zien dat hij heel aantrekkelijk was. Hij gaf haar een hand en ze raakten aan de praat. Hij heette Rasta, was aardig en voorkomend, trots en zag er goed uit. Hij kwam uit een ver land.

Er ging een wereld open voor Eva. Rasta was een indrukwekkende man, vond Eva, ze had er kriebels van in haar kleine mollenbuik. Ze waren samen al even boven de grond, daar was het niet veilig en veel te licht, dus ze doken weer onder de grond en spraken af om elkaar snel



weer te zien. En zo geschiedde. Eva en Rasta werden verliefd, ze kregen een relatie. Eva was zo trots en blij, ze kon haar geluk niet op.

Maar al gauw veranderde er iets in Rasta. Hij begon Eva te claimen en te controleren. Wilde precies weten waar ze zat. En als hij dat niet wist, ging hij haar zoeken. Eva was een beetje bang, dit was toch de mol van haar dromen? Hoe kon hij nou zo kwaadaardig zijn?

Het werd erger en erger en op een dag wilde Rasta niet dat Eva de deur uitging. Hij was stik jaloers. Hij hield haar vast in zijn hol, heel lang. Eva was heel bang, ze wist niet meer wat ze moest doen. Uiteindelijk kon ze ontsnappen en heeft ze de mollenpolitie moeten inschakelen om van Rasta af te komen. Een hele nare geschiedenis voor Eva de kleine mol, die het toch al lastig vond om contact te maken, om boven de grond te komen, in de openbaarheid.

Eva was beschadigd. Hoe moest ze hier overheen komen? De psychische hulp die ze had gezocht bleek een enorme teleurstelling. Ondanks alle hulp en begrip van thuis, moest ze het helemaal alleen doen.

Eva merkte de schade ook in haar kleine lijfje. Ze had allerlei klachten, vooral in haar buik. Ze had af en toe koorts, veel hoofdpijn. Maar het donker onder de grond deed haar goed, daar was het veilig, dus ze bleef daar lekker, op zichzelf.

Na een tijdje alleen ploeteren kwam Eva bij een goede mollentherapeut terecht, gelukkig! Dit was iemand die ze kon vertrouwen, die haar begreep en die haar echt goed kon helpen. Prachtig! Het was zo mooi, dat Eva besloot dat ze zelf ook therapeut wilde worden. Ze wilde zelf ook andere mollen kunnen helpen die het liefst hun leven onder de grond doorbrengen. Ze wilde hen leren dat ze ook naar de oppervlakte kunnen komen, een kijkje kunnen nemen in de wereld.

Eva trok de stoute mollenschoentjes aan en ging naar een academie waar ze opgeleid kon worden tot therapeut.

Maar hé, dat was gek, er waren niet alleen mede-mollen op de academie. Er waren allerlei soorten dieren. De meesten waren gewoon gewend om altijd boven de grond te leven. Ze wist niet eens dat dat ook kon!

Eva zag dat de andere dieren het soms ook spannend vonden, maar dat ze niet allemaal zo wilden wegduiken zoals zij. Ze had moeite om echt aansluiting te vinden maar 'het hoort gewoon bij mijn aard om weg te duiken' zei ze dan tegen zichzelf. Ze was tenslotte een mol en dus was het goed.

Reuze spannend vond ze het, die opleiding, het contact met de andere dieren. Ze voelde het weer in haar hele lijfje, dat liet het vaak afweten, maar ze zette door. En nu ze toch veel boven de grond was, kon ze net zo goed een sigaretje opsteken. Dat hielp bij de zenuwen.



Onder de grond was het veilig, daar woonde en werkte ze toch? Daar mocht en kon ze helemaal zijn wie ze wilde. Daar was ze van betekenis, met haar baan als oppermol.

Maar toch, Eva merkte dat de andere dieren op de academie het lastig vonden dat ze zichzelf zo weinig liet zien, dat ze steeds wegdook. En diep in haar hartje wilde ze dat ze het lef had om zich meer te laten zien. Maar ze wist niet zo goed hoe.

Voor Eva was het nog niet veilig. Ze had zoveel meegemaakt, de anderen snaptten daar vast niets van. Dus ging ze door. Hard werken bij het mollendagverblijf en heel hard studeren. Het kostte al moeite genoeg om voor de opleiding dagen achter elkaar bovengronds te zijn en met de andere dieren aan het werk te gaan. Eva bracht het vaak niet op en kreeg dan weer last van haar lijfje. Maar ze moest en ze zou verder.

En toen, op een dag, was Eva met een paar andere dieren aan het oefenen en ineens voelde ze zich helemaal ontspannen en veilig. Ze was verdrietig, maar het was niet stom, er kwam geen straf. Integendeel, ze mocht zichzelf helemaal laten zien, met haar roze neusje en haar blinde oogjes. En daar kwam ze tevoorschijn, helemaal. Ze moest huilen en door haar tranen liep de aarde uit haar oogjes en kon ze veel beter zien ineens. Er was hulp, een warme blik, een knuffel, een aanmoediging.

Dit had Eva nog niet meegemaakt in haar leven. Ze bedankte de andere dieren en ging met een sprongetje richting huis. Ze dook dit keer net niet helemaal onder, ze wilde nog even genieten. Ze mocht er zijn en ze had gewoon het lef gehad om zich te laten zien. Wat was dat fijn!

Het was nog wel heel onwennig. Eva had zich nu laten zien voor een klein groepje maar niet bij alle andere dieren. Dat vond ze nog lastig. Want wie weet wat er kon gebeuren. Dus ging Eva nog harder werken dan voorheen. Alles bestuderen, uitwerken en met een molclint aan de slag om goed te leren hoe je therapeut kunt worden.

Ze deed dat allemaal van ver onder de grond, lekker weggedoken in haar veilige donkere wereld. Want die kende ze goed. En als ze dan boven kwam maakte ze een grote molshoop en een boel bombarie over hoe goed het ging, om weer gauw onder te duiken. De andere dieren snaptten het niet goed en lieten haar maar gaan. Ieder zijn eigen proces. Voor Eva werd het steeds moeilijker om aan te haken. Ze was zo onzeker eigenlijk. Had al zoveel meegemaakt. Hoe moest ze zichzelf toch laten zien? De andere dieren zouden haar waarschijnlijk toch niet begrijpen.

Wat Eva niet weet, is dat ze gewoon al het lef heeft om het te proberen en dat ze het gewoon kan doen. Zichzelf laten zien in al haar kwetsbaarheid. Dat er helemaal niets ergs kan gebeuren, integendeel.



Eva dacht daar eens over na en ineens viel het kwartje. Nu ging ze het ook proberen, gewoon doen, zonder een grote molshoop en veel bombarie te maken.

Eva vraagt in de groep of ze even de aandacht mag en haalt diep adem. Ze deelt met de groep hoe lastig ze het vindt om zichzelf te laten zien. Dat ze heel graag wil, maar niet goed durft. De andere dieren leggen hun blocnote en pen weg en zeggen dat ze heel dapper is dat ze dit doet, dat ze het fijn vinden dat ze dit wil delen.

Eva vertelt iets meer over zichzelf, wat haar bezighoudt, wat haar pijn is. Ze gaat steeds sneller en harder praten want oh, wat is dit toch spannend. De andere dieren zeggen dat ze de tijd kan nemen, dat ze naar haar luisteren en er voor haar zijn.

Ze opent nu haar blinde oogjes echt helemaal en voelt dat ze werkelijk helemaal welkom is bij de andere dieren. Ze moet ervan huilen en weer spoelen de tranen de laatste restjes aarde uit haar blinde oogjes. Ze kan zien en belangrijker nog: ze wordt gezien. Ze hoort er helemaal bij. God, wat heerlijk.

Eva haalt diep adem, voelt zich ontspannen. Wat is dit een heerlijke ervaring! En zo simpel eigenlijk. Dat ze gewoon het lef heeft om zich te laten zien, dat wist ze niet. En dat er niets ergs gebeurt al helemaal niet.

Dat ze er helemaal bij hoort, dat ze goed is zoals ze is. Dat kan Eva nu helemaal voelen, van haar kruin tot in haar kleine pootjes. Ze moet ervan lachen, maakt nog even oogcontact met de andere dieren, stuk voor stuk. Ze is ontroerd en blij.

De andere dieren geven Eva een applaus en enkele dieren staan op om haar een knuffel te geven. Eva geniet ervan.

Ze is zo blij, ze gloeit helemaal. Ze weet nu dat ze zichzelf meer kan laten zien in de toekomst. Dat ze dat in zich heeft. En als ze toch nog eens niet goed durft, dat ze dat gewoon kan zeggen. Dat er hulp is, een steuntje in de rug.

En wat fijn is: ze hoeft niet meer de hele tijd onder te duiken. Ze kan steeds meer boven de grond leven, samen met de andere dieren. En dat besluit ze dan ook, om dat gewoon te doen.

Wat een heerlijke ontdekking!