

Hoogsensitieve dieren

Ze zitten me in de deuropening aan te staren terwijl ik dit schrijf: mijn twee jonge konijnen die sinds een halfjaar bij me wonen. De hal en badkamer vormen hun terrein, maar vanachter een traliehekje kunnen ze mij, zittend achter mijn bureau, de hele dag in de gaten houden. Wat konijnen met hooggevoeligheid te maken hebben? Een heleboel! Lang voordat ik het pluizige tweetal in huis haalde, las ik in de bekende klassieker van Elaine Aron, Hoogsensitieve personen, haar opvatting dat hoogsensitiviteit ook in het dierenrijk bestaat. Zo zou er binnen iedere diersoort een bepaald percentage hooggevoelige individuen voorkomen, die biologisch gezien de functie hebben om waakzaam te zijn en hun soortgenoten tijdig te waarschuwen bij gevaar.

Volgens mij bestaan er binnen het dierenrijk als geheel ook hoogsensitieve diersoorten: prooidieren zoals herten, vogeltjes, konijnen en talloze andere, die bij het minste geluid of de minste beweging hun oren spitsen of hun vleugels spreiden, klaar om op de vlucht te slaan. Toen ik me op huisdieren oriënteerde, las ik op internet dat honden en katten, zelfverzekerde roofdieren, veel gemakkelijker tam en aanhankelijk te maken zijn dan konijnen. Pluizige jonge konijntjes worden vaak voor de kinderen in huis gehaald, maar belanden – omdat ze toch niet zo van knuffelen blijken te houden als men had verwacht – jaarlijks met duizenden in uitpuilende konijnenopvangen.

Tegenvallende huisdieren dus: schuw, schrikachtig, saai. Waarom ik dan toch voor konijnen heb gekozen? Omdat ik mezelf in de wezentjes meen te herkennen. Ik herinner me dat ik jaren geleden, toen ik eens overweldigd raakte in de overvolle Amsterdamse binnenstad, heb opgemerkt dat ik me voelde als een konijn in de discotheek. Zoals dat diertje zich paniekerig tussen de dansende benen heen zou manoeuvreren, op zoek naar een schuilplaats, zo bewoog ik me schichtig door de luidruchtige mensenmassa, hunkerend naar een oase van stilte en rust. Dat beeld ben ik nooit meer kwijtgeraakt, en de opstaande oren van konijnen, die meedraaien met elk omgevingsgeluid, beschouw ik als een mooi symbool voor de innerlijke antennes van een hsp'er, constant meebewegend en alert, ontvankelijk voor de kleinste details die anderen met minder grote oren ontgaan.

De konijnen zijn me trouwens totaal niet tegengevallen. Vanaf dag één hebben de beestjes en ik ons ingespannen om elkaars lichaamstaal te leren lezen. Door rustig te bewegen en zacht te praten laat ik hen merken dat ik niet bedreigend ben, hoe reusachtig mijn lijf in vergelijking met hun kleine, tere lichaampjes ook is. Ze weten haarfijn of ik hen eten kom brengen of zomaar even langsloop, en ze springen van mijn schoot af zodra ze aan de subtielste beweginkjes merken dat ik afgeleid ben of onrustig word. Andersom kan ik aan hen aflezen of ze naar aandacht hunkeren of juist met rust gelaten willen worden, op welke plekjes ze het liefst geaaid willen worden, en of ze er al aan toe zijn om de hindernis met een balkje te verhogen. (Ja, we beoefenen de konijnensport *agility*.) We hebben een vriendschap over de soortgrenzen heen gesloten, en ik geloof dat onze wederzijdse hooggevoeligheid dat mede mogelijk heeft gemaakt.



column
Myrthe
Meester

Myrthe Meester is afgestudeerd filosofe en publiceert artikelen over kunst, filosofie en klassieke muziek in diverse tijdschriften.

9
Ontvankelijk voor de kleinste details die anderen met minder grote oren ontgaan
6