

Fluitend door het leven



HOE VOGELS SPOTTEN JE
WEER IN EVENWICHT BRENGT

Agnes Wené



Voor Rosa, Flor en Kato

Dat zij vol vertrouwen en met
een open blik in een wereld,
bevrijd van filters,
hun evenwicht vinden.



Inhoud

In de **zwarte tekst** gaat de aandacht naar de vogels.



De **ROZE TEKST** handelt over zelfzorg en welk effect de vogels op je kunnen hebben.



De **BLAUWE START-TO'S** zetten je in beweging om vogels te spotten.

Voorwoord	10	BESCHIKBAARHEID EN WAARDERING	88
Inleiding	14	Girls & boys	90
Handleiding bij het boek	16	Wat te verwachten?	92
1 — Just do it!	20	START TO: verwarrende vogels	94
ZELFZORG OP ÉÉN	24	VERWACHT HET ONVERWACHTE	98
2 — Het halve werk	28	Meer dan kijken: open je oren!	100
Verrekijker	29	START TO: vogelzang herkennen	103
START TO: verrekijkergym!	33	5 — Alleen of samen?	106
Vogelveldgids	33	Alleen	107
START TO: duik in je veldgids	36	MEDITATIE	108
START TO: app erop los	38	START TO: me, myself & my birds	110
Kleding	38	Samen	124
Vogellogboek	40	START TO: share the love	124
Kleine extra's	40	START TO: vogels tellen	125
3 — De hort op	42	Waarnemingen delen	125
Hoe vind je vogels?	43	MILDHEID EN KWETSBAARHEID	126
START TO: mindful vogels spotten	45	Waarnaartoe?	130
VERTRAGEN	46	HET KLEINE REIZEN	144
Waar vind je vogels?	49	START TO: doe de combi	148
START TO: local patch	49	Stiltegebieden	149
ONZE BAND MET DE NATUUR	52	STILTE	150
Wanneer vind je vogels?	56	6 — Extra's	154
START TO: ganzen spotten	60	Verenigingen	155
START TO: vogels voeren	62	Luisteren	156
HET LEVEN IS EEN		Lezen	156
CYCLISCH GEGEVEN	68	Spelletjes	157
4 — Welke vogel kruist mijn pad?	74	Vogelliedjes	157
Vogels determineren	75	7 — Afsluiting	160
OPRECHTE AANDACHT	76	DANKBAARHEID	161
Waarnaar kijken?	80	Tot slot	164
START TO: duiven herkennen	86	Bedankt	166
		Bronnen	170





Voorwoord

DIRK DRAULANS

Er was eens een tijd, heel lang geleden, dat vogelkijkers vooral wat oudere mannen waren die met rust gelaten wilden worden. Het type dorpsonderwijzer dat na het werk geen gedoe met jongeren aan zijn kop wilde. Als je als jongere niet het geluk had dat een oudere ervaren vogelaar je onder zijn vleugels nam, moest je het helemaal alleen uitzoeken, of met een bende vrolijke gelijkgezinden. Vanzelfsprekend was dat niet, maar je was jong en gemotiveerd – zo lukte het ook.

Er was ook een tijd waarin jonge vogelkijkers vooral nerds-met-brilletjes waren, die er niet op moesten rekenen dat ze met hun hobby, hun passie, succes bij de meisjes hadden. Daarvoor moest je vanaf twintig meter een voetbal in de hoek van een goal kunnen knallen. Af en toe werd er een traantje om een gebrek aan meisjesliefde gelaten, maar de vogels maakten dat ruimschoots goed. Niets ging er boven de allereerste slechtvalk of een visarend die voor je neus in het water dook.

De tijden zijn veranderd. Vandaag ontmoet je in het veld echte hipsters met alles erop en eraan – verzorgde baard, opvallende bril en modieuze laarsjes – maar ook met een gewone verrekijker en een klassieke vogelgids. Gebeten door de vogelmicrobe! Vandaag zijn er zelfs vogelclubs voor vrouwen, zoals Dé Duifkes – het ultieme bewijs dat de vogelkijksector een grondige facelift heeft ondergaan.

Je mag er vandaag voor uitkomen dat je van vogels houdt zonder het risico te lopen dat je voor zonderling wordt versleten. Bekende Vlamingen ontpoppen zich als gepassioneerde vogelliefhebbers en oogsten er respect mee. Een vereniging als Natuurpunt is niet langer een club van wat oudere en licht karaktergestoorde

mannen, maar een gezinsbond met activiteiten voor jong en oud. Het is een van de redenen waarom de vereniging zo'n invloed heeft gekregen op het maatschappelijk debat. Ze heeft het draagvlak voor natuur beduidend verhoogd.

In die zin komt het boek *Fluitend door het leven* van Agnes Wené op een uitstekend moment. De auteur is een kokette dame met een verleden in de mode en een heden in de marketing. Ze raakte in de ban van het vogelkijken (vogelen is in deze context zo'n raar woord) en besloot haar ervaringen en marketingtalenten in de strijd te werpen om een zo groot mogelijk deel van de bevolking warm te maken voor de vogelliefhebberij.

Fluitend door het leven is geen vogelgids – andere mensen zijn er beter in om die te maken. *Fluitend door het leven* is geschreven voor mensen die vogels zien en willen weten of het de moeite waard is zich in de vogelwereld te verdiepen. Of die het boek cadeau willen doen aan iemand uit hun omgeving die wat meer vreugde in zijn of haar bestaan verdient. *Fluitend door het leven* weet treffend de verwondering van de beginnende vogelkijker te vatten, en kan op die manier het perfecte instrument zijn om de aarzelende natuurminnaar in de dop over de streep te trekken.

Agnes weet mooi te omschrijven wat er zo aantrekkelijk is aan vogelkijken. Ik heb me daar zelf nooit veel vragen bij gesteld, omdat ik als jonge tiener als vanzelfsprekend in het vogelkijken ben gerold – het zat er gewoon in, en wachtte om eruit te komen. Ik weet niet altijd goed uit te leggen wat er zo fascinerend is aan vogels kijken, behalve dat er altijd wel iets te zien is of iets verrassends uit de lucht kan vallen.

Ik heb in Vlaanderen meer rode wouwen – prachtige en gemakkelijk herkenbare roofvogels – in een file vanuit mijn wagen gezien dan vanaf mijn fiets

‘Wij omarmen de natuur nu als
iets wat gekoesterd moet worden,
wat heilzaam kan zijn, en niet langer
als iets dat zo veel mogelijk moet
worden bestreden.’

in de natuur. Ik heb stilstaand in een file eksters bizarre rituelen zien uitvoeren op de rug van een koe, die daar duidelijk geen probleem mee had. Als je alert bent voor vogels is verveling afwezig in je bestaan, zelfs op de meest – welja – vervelende momenten.

Vogels hebben me ook al onwaarschijnlijke momenten van groot geluk bezorgd. Ik kon mijn blijdschap niet op toen ik onlangs onverwacht het eerste piepkleine kopje van het allereerste lepelaartje in een nieuwe broedkolonie in mijn buurt zag – de lepelaar is een spectaculaire, bijna spierwitte watervogel met een vreemd gevormde bek die aan een opmars bezig is in onze regionen.

Hetzelfde grote-geluksgevoel overviel me toen ik onverwacht een nachtegaal hoorde zingen op enkele honderden meters van mijn huis. Ik heb lang vlak bij die vogel naar zijn uitbundige gezang staan luisteren, soms zelfs telefonierend voor het werk. De levensvreugde lijkt van zijn luide lied te spatten, hoewel de nachtegaal een soort is die gedecimeerd is. Dat is een gevolg van een cocktail van factoren, inclusief de crash in de insectenpopulaties – hij is insecteneter – en de teloorgang van zijn lievelingsbiotoop: wat vochtige bosjes.

Vroeger was de nachtegaal zo alomtegenwoordig dat ik hem niet eens altijd opschreef in mijn waarnemingsboekjes. Vandaag ben ik een dag gelukkig als ik er eentje hoor. Het is het enige voordeel van een soort die zeldzaam wordt: je bent blij als ze er nog altijd blijkt te zijn. Je hebt dus winnaars en verliezers in onze natuur (ook in de mensenwereld

trouwens). De lepelaar is een winnaar, de nachtegaal een verliezer.

Agnes heeft in het soms wat onbezonnen enthousiasme van de beginnende vogelliefhebber ook al zulke geluismomenten beleefd. Ze heeft zelfs al auerhoenen gespot in een Oostenrijks berggebied – een soort die nog niet op mijn lijstje staat. Ze beseft dat het jammer zou zijn als andere mensen de kans zouden missen om vergelijkbare ervaringen op te doen, omdat ze niet weten wat voor moois de natuur te bieden heeft.

Bovendien lijkt ze een wandelend bewijs van het feit dat natuur rust kan brengen – ‘evenwicht’ noemt ze het zelf. Sinds kort is er een ‘aandoening’ beschreven die in het medisch jargon Nature Deficit Disorder (NDD) heet, vrij te vertalen als ‘ziek zijn door een tekort aan natuur’. Het is misschien wat kort door de bocht, dat ziek zijn, maar het illustreert wel hoe wij de natuur nu omarmen als iets wat gekoesterd moet worden, wat heilzaam kan zijn, en niet langer als iets wat zo veel mogelijk moet worden bestreden.

Ook daarom is haar boek meer dan welkom. Het kan veel mensen niet alleen vogelgenot bezorgen, maar ook rust. Het kan het draagvlak van onze maatschappij voor natuur verder vergroten. Ik heb er trouwens ook van genoten, als gevorderde vogelkijker. *Fluitend door het leven* heeft me gesterkt in mijn overtuiging er stevig tegenaan te blijven gaan in de strijd voor het behoud van onze vogels. Het zou doodzonde zijn als we nog meer moois en waardevols zouden verliezen. De nachtegaal moet kunnen blijven!

Inleiding



En toen ging het licht uit...
Burn-out. Ik kon werkelijk niets meer. Tot die ochtend in de tuin.

Vertwijfeld staar ik in de leegte voor me. Een zingend winterkoninkje vangt mijn aandacht en verwondering om zoveel schoonheid stroomt door mijn lichaam. Een geruststellend gevoel sijpelt binnen, het herinnert me eraan dat schoonheid en geluk in kleine dingen zitten, in ieder moment dat ik bewust aanwezig ben. Op dat moment werd een nieuwe passie geboren: vogels spotten, herkennen, beluisteren.

Die burn-out is er niet plotseling gekomen, de situatie sleepte al een hele tijd aan. Gedurende jaren is er gemerkt of ongemerkt heel wat ruis mijn leven binnengeslopen. Als muzak, onopvallend, op de achtergrond, maar toch bepalend voor mijn toestand. Pas als de muzak wegvalt, als het stil wordt, voel je wat een impact dat onophoudelijke geruis heeft.

En plotseling was er dan die interesse in vogels. Vogels spotten – en bij uitbreiding in de natuur zijn – was en is een helend proces. Ik heb me erin ondergedompeld en me ervoor opengesteld en het heeft me veel gegeven. De filters die mijn zicht op de werkelijkheid vertroebelden, werden zichtbaar. Het was soms best emotioneel om die echt onder ogen te durven zien, maar ook om de moed te vinden om ze los te laten en om te buigen naar iets anders.

Ondertussen lijkt het alsof mijn glazen een grondige poetsbeurt hebben

ondergaan. Mijn zicht is weer helder, ik 'zie' het weer en voel me weer dicht bij mijn authentieke ik staan. In plaats van geleefd te worden neem ik leiderschap over mijn eigen leven, maak ik keuzes die niet altijd conventioneel en maatschappijconform zijn.

Zeggen dat ik blij ben dat ik een burn-out kreeg, is een stap te ver. Het was een verschrikkelijke periode met een lang herstel; ik wens het je niet toe. Maar dankbaar ben ik wel: voor het nieuwe leven, dat ik mezelf toelaat te zijn en te genieten. Het leven op mijn manier te leven. De dingen kloppen nu, beter dan voorheen. Er is weer sprankel, hoop, vertrouwen, levenslust, energie, poëzie, speelsheid...

In *Fluitend door het leven* neem ik je mee door de magische wereld van vogels spotten en vertel ik hoe dat winterkoninkje me weer tot leven bracht. Dit boek schreef ik voor iedereen die geleefd wordt, te weinig tijd heeft, snakt naar rust, tegen iets aanloopt, op de rand van een burn-out staat of er al middenin zit. Voor iedereen die het gevoel heeft dat het anders mag, misschien wel moet, en die bewust kiest voor momenten van zelfzorg om te herbronnen. Maar het is ook een uitnodiging om te genieten van de schoonheid van de natuur, de pracht van de vogels, de kracht van verwondering.

Laat je omarmen door het verhaal, laat je inspireren om heel bewust ruimte te maken voor jezelf en op een authentieke manier in het leven te staan.

Als we naar de wereld om ons heen kijken, zien we slechts een deel, namelijk dat wat ons interesseert. We zien niet het hele universum, maar een beperkt stuk waar de geest op dat moment aandacht voor heeft.