



Verder dan materie...

Heb je dat ook wel eens; er zijn van die dagen dat als je 's ochtends wakker wordt je de hele wereld aankan. Je voelt je goed en hebt energie voor twee. En dan op een volkomen onverwacht moment slaat het toe. Uit het niets. Je voelt je zwaar, ziet op tegen de simpele dingen en alles is teveel. En je hebt werkelijk geen idee waar die gedachte opeens vandaan komt...

Van de week was er iemand bij mij in de praktijk met een soortgelijk verhaal. Een vrouw in de veertig, vol in het leven, carrière makend en weinig tijd voor zichzelf. Zij liep al 20 jaar rond met deze onverklaarbare regelmatig terugkerende momenten. En ze was het zat. Meer dan zat. Vorige week had ze haar been gebroken en elke keer als ze er naar keek bleven er tranen komen. 'Zo kan ik toch niet verder? Ik word moe van mezelf.', zei ze. Nadat we onze koffie ophadden, ging ze zitten in de stoel tegenover mij. Ik begon de reading, zette de cd-recorder op opname en begon te vertellen.

Het beeld wat ik kreeg was van een heel klein vrolijk meisje. Ze danste over de wereld. Gelukkig en tevreden met haar zelf. Ze deed haar ding met aandacht en had een duidelijk beeld van wat ze wilde. Toen ik haar moeder de ruimte in liet komen, liep ze vol enthousiasme op haar af. Moeder, die eruitzag als Saartje uit Zwiebertje, had eigenlijk geen tijd. Ze nam de knuffel in ontvangst maar gaf de voorkeur aan organiseren en schoonmaken. Er moest nog zoveel gedaan..

Wat opviel was dat als er veel prikkels waren, ze ineem kromp en zich opsloot in haar eigen wereld. De grote boze wereld was voor het kleine meisje teveel. Bescherming die ze zocht bij haar moeder kon ze niet vinden. Ze besloot dan ook de prikkels niet meer te voelen en de wereld te benaderen vanuit haar verstand. Vooral veel aanpakken en doen. Net zoals haar moeder haar voordeed.

Haar lijf gaf aan dat het genoeg was en remde haar doen door te breken. De breuk herinnerde aan haar besluit ooit genomen. Vanuit haar verstand kon ze er niet meer bij komen, maar haar gevoel wist feilloos de kern van haar keuze om te zetten in emotie. Met een beetje hulp van mij herkende ze het gevoel en haar keuze van toen.

Nu de oorzaak bekend werd, kon de keuze ooit gemaakt losgelaten worden. Hierdoor kwam ze meer in balans en gaf het leven haar meer vrijheid. Inmiddels heeft ze haar doen aangevuld met rust, zodat het geven verrijkt werd met genieten. Haar been is volledig genezen en het verdriet is weg.

Zo is dit één verhaal, zo zijn er vele. Door verder te kijken dan materie ontstaat heling. Heling tot diep in je wezen, daar waar ooit het besluit van de beperking begon. Met wat hulp en wat lef kom je steeds dichterbij jezelf. En daarmee dichterbij de ander.

Marko van der Beek
Leef je Wens