

Helende reis

Wij droegen allen in ons gedrag
Een beerput waar een sausje over lag
Ons kanaal van Liefde is echter niet vrij
Met een put met deksel erbij
Onder de deksel blijven de gevoelens
Onbekend en onbemind
Het zijn de ervaringen
Van het afgewezen kind
Daar overheen spelen we het spel
Dat iedereen aantrekkelijk vindt
Zo doen wij ons best alsnog te worden bemind
Maar het is al te laat
Want wanneer men zichzelf al haat
Heeft geen enkel sausje nog baat

Wij zijn niet de duisternis binnenin
En niet het spel erboven
Maar Wij verblijven er rustend middenin

Er komt een tijd dat de façades niet meer lonen
Er blijken zich barstjes in te vertonen
Onze rimpels en onze kwalen

Verhinderen ons verdere spel
Zij verraden de in ons aanwezige innerlijke hel
In plots felle buien en boze blikken
Weten de gekwetstheden
Zich een weg naar buiten te wrikken
De eigen pijn die eerder niet werd verstaan
Doet men onbedoeld nu een ander aan

Hoewel we het niet zijn gewend
En deze gevoelens nooit werden erkend
Is dan toch de tijd nu aangebroken
Het licht van bewustzijn aangestoken
Onder die deksel te gaan schijnen
Midden in die helse pijnen

De hele ruimte daar te verkennen
Al die stemmen aan te horen
Daar opgetast sinds je werd geboren
Onze geschoktheid te erkennen
Van diep verdriet, miskenning, eenzaamheid
Teleurstelling, onrust, verborgen genegenheid
Frustratie, vernedering, onmacht
Verontwaardiging, angst, verlies van kracht
Luister naar de verhalen die jou leken te verwonden
Om zo de waarheid en de leugens te doorgronden

Opdat hun stem die eerder werd gesmoord
Nu eindelijk wordt gehoord

Het licht van aandacht dat er over schijnt,
Maakt dat de pijn langzaamaan verdwijnt
Zo houden de emoties je niet langer gebonden
En heb jij, met hen, jouw vrijheid teruggevonden
Laten jou in pure vreugde voortbestaan,
Vrij om al of niet met de getijden mee te gaan
Ook het sausje heeft nu geen reden meer van bestaan
Want je blijheid straalt nu echt
De innerlijke strijd werd duurzaam beslecht

Aan welk gevoel ik mij ook hecht
Zeer positief of tergend slecht
Ze behoren niet tot mij
Maar tot de wereld van kaf en koren
Van afgrijzen en bekoren

Van veinzen en vijandigheid
Van angst en toebehoren
Ik ben te gast in dualiteit
Waar positief en negatief behoren

Als ik de emoties niet weersta
Maar moedig het moeras in ga
De vermeende vijand open gadesla

Een vrije val maak in de duisternis
Ontmoet ik daar in mij de Heer
Oneindige vrede en vergiffenis
Baad ik in een Liefdesbad
Waarin ik elke emotie verteer
Tot het vruchtbare substantie is
De vijand in ons is opgelost
Zo binnen zo buiten
Zijn wij van alle vijandschap verlost
Het eeuwig veld van genade daalt hier neer
Eindelijk herkennen wij onszelf weer

Ondeelbaar één
Met allen om ons heen
Ben ik vrij in wat ik creëer

Ontdaan van mijn pijnlijke verhaal
Dat zat opgesloten in de put
Blijkt die put een stromend kanaal
Met het verdwijnen van de ruis
Kan die voor zijn bestemming worden benut
Want Oneindige Liefde is hier thuis

Het is dit bewustzijn dat geneest:
Dat wie Jk ben is nooit verwond geweest!