

Dag Huib

“Er bestaat geen verlichting. Wel is het mogelijk te ontwaken”. Dit zijn de eerste twee zinnen uit een boek van Jack Kornfield met de mooie titel: “Na het feest komt de afwas”.

Die woorden waren een feest van herkenning voor mij. Ze brachten in herinnering dat je -nu driekwart jaar geleden- tegen me zei dat Opiumkorrels in de homeopathie staan voor “wakker worden”. En dat is gebeurd. Ik ben wakker geworden. En het gebeurt nog steeds. Blijkbaar hebben die korrels een ‘time-release effect’.

Nog steeds sta ik verbaasd over wat er in de afgelopen tijd met me is gebeurd. Mijn leven lijkt een heel andere wending gekregen te hebben. Niet met bliksem en donderslagen, maar in alle rust. Want innerlijke rust is iets dat mijn huidige toestand kenmerkt. Evenwicht, stabiliteit.

Natuurlijk is er soms ook stress, daar ontkom ik niet aan. Maar ik herken het, ik weet vrijwel altijd wat de oorzaak is en wat het belangrijkste is: het gaat weer snel voorbij. Enkele malen heb ik een korreltje Natrium sulfuricum ingenomen en dat bracht me snel weer aan de goede kant van de lijn.

Ik zou een hele lijst met zaken kunnen noemen die allemaal veranderd zijn. Een ervan wil ik je niet onthouden; De terugkeer van mijn geloofsleven. Dat klinkt allemaal misschien vreemd, maar het is een feit. Het is echter niet meer zoals het was: een geloofsleven dat gebaseerd was op schuld en angst. Nu ervaar ik dat ik er mag zijn en dat ik sta voor het Gelaat van mijn God. en dat mijn naam geschreven is in de palm van zijn hand.

De stukjes van mijn levenspuzzel vallen langzamerhand op hun plaats. Mijn geest is helder, alert, en tegelijk rustig en ontspannen. Ik neem het leven zoals het komt. Iedere dag, ieder uur opnieuw. Ik kijk niet ver vooruit en kijk eigenlijk maar heel weinig achterom. Ik ben absoluut niet teleurgesteld over het leven dat ik achter de rug heb. Mijn leven met zijn ups en zijn vele vele downs heb ik gekregen om ervan te leren, zo ervaar ik het tenminste op dit moment. En wat de toekomst zal brengen, dat weet ik niet, en eerlijk gezegd interesseert het me niet zoveel. De vraag of ik genezen ben van mijn depressie is voor mij onbelangrijk geworden, want ik weet het antwoord niet. Wat voor mij belangrijk (en heel plezierig) is, dat is mijn leven hier en nu. De toekomst komt vanzelf.

Huib, ik ben je veel dank verschuldigd: voor je vakbekwaamheid maar ook voor je menselijke betrokkenheid. Mocht het ooit weer nodig zijn, dan zal ik niet aarzelen om weer een beroep op je te doen.

Hartelijke groeten

Ton