

*'Niet je pijn is je probleem, maar je onwil om die pijn te ervaren'*

*(Annemarie Postma)*



*Een ervaring rijker*

Ruim een week geleden was ik op het Eigentijds Festival in Vierhouten. Ik had me aangemeld als vrijwilliger voor de crêche. Op de tweede dag waren zo weinig kinderen opgegeven dat we het niet meer samen hoefden te doen. Ik stelde me beschikbaar voor ander werk en mocht onder andere meehelpen eten opscheppen op honderden bordjes en kinderklaren opruimen in een verkooptent. Op de laatste dag was ik moe en kreeg ik hoofdpijn. Ik zou 's middags nog afwassen en de crêchespullen mee opruimen. Om mij heen waren honderden vrijwilligers hard aan het werk. Ik probeerde het laatste stukje energie uit mezelf te persen om mijn taken tot de slotceremonie te kunnen volbrengen. Tot ik bij de lunch een bekende tegenkwam die vroeg hoe het met mij ging. Ik stortte in. Ze troostte mij en zei: 'Jij gaat nu tegen de leiding zeggen dat je vanmiddag niet meer kunt werken, anders doe ik het voor je'. Het 'opperhoofd' van de vrijwilligersbrigade kwam naar me toe, stelde mij gerust en ontsloeg mij van de overige taken. Ik was vrij! Ik ben de hei opgegaan en knapte op van de stilte daar en hervond de rust in mezelf.

Wat was dit een enorme ervaring voor mij. Een levensgrote les. Ook ik mag overal mijn grenzen aan geven. Ik kreeg door deze ervaring opnieuw inzicht in oude patronen, die mij beperken in mijn vrijheid. Ik was op een plek die zo totaal anders was dan thuis. En daar verviel ik in oud gedrag, omdat dat veiligheid bood. Het heeft mij geleerd dat ik overal naar mijn lichaam mag luisteren en alles wat ik denk of voel in contact kan brengen. Er is altijd iemand die luistert, troost, geruststelt, waardoor achter de tranen de glimlach tevoorschijn kan komen.

Uiteindelijk kon ik aan het eind van de middag naar de prachtige slotceremonie. Ik heb zo genoten van die menigte die lopend in een grote cirkel samen zongen 'Adonai helo helo', waarbij je steeds iemand in de ogen mocht kijken. In het zingen kwam alles samen wat ik op dit festival had geleerd en voelde ik dat ik helemaal kon zijn wie ik in wezen ben. Ik keerde als een heel dankbaar mens huiswaarts. Vol liefde en weer een stuk wijzer.