



*'Only through the chaos within me can I give birth to a dancing star'*

*(vrij naar: Friedrich Nietzsche)*

*Vandaag stuit ik op dit prachtige lied. Op het moment dat ik achter de piano kruip, omdat geen ander werk mij meer uit handen komt, ligt mijn songboek open op deze bladzijde. Ik heb nergens zin in. Ik ben moe. Ik wil van alles, maar het komt er niet van. Het enige dat dan nog wel wil is zingen, eindeloos zingen. Ik gun mezelf de rest van de dag 'vrij', niets meer moeten.*

*De tekst van het lied dringt tot me door en voelt zo passend. Zo waar. Al zingend voltrekt zich weer hetzelfde 'wonder'. Ik vind het elke keer weer een wonder. Dat de muziek mij brengt in het NU. Dat ik mijn moeheid, mijn 'pijn' van 'altijd maar iets nuttigs moeten doen' kan bezingen. En dat dat mij keer op keer weer een opgeruimd en opgelucht gevoel geeft. En meer dan dat. Door de moeheid en de pijn heen voel ik blijdschap, overvloed, genade. Simpelweg omdat ik besta. Ik leef. Ik mag er zijn met alles wat in mij is. Met de chaos die soms in mij is.*

*Een cliënt verwoordde het zo treffend: 'Wat in mij is, is zo niet in overeenstemming met de wereld om me heen' Vaak zijn we zo gewend om ons aan te passen. Om ons af te stemmen op de wereld om ons heen. Dat we vergeten zijn wie we werkelijk zijn en wat we diep van binnen voelen. Daarmee onderdrukken we onze levendigheid. Zodra alle angst, pijn, boosheid of verdriet er helemaal mag zijn, we onszelf toestemming geven om dat te uiten, is er ruimte voor liefde, kracht en wijsheid.*

*Dwars door de chaos heen wordt een ster geboren. Een ster die schittert. Een ster die Licht kan geven waar het donker is.*

*Verlang jij ook naar het scheppen van 'orde in de chaos'? Zingen kan daarbij enorm behulpzaam zijn. Het is een prachtige manier je vrijer te gaan voelen. Om je eigen ruimte in te gaan nemen. Om te gaan leven vanuit je essentie. Om helemaal jezelf te kunnen zijn.*

*Uit de 'chaos' ontstaat 'een dansende ster'.*