

Luister alsjeblieft naar wat ik NIET zeg

Smeekbede van een kind in de kerker van zijn hechtingsstoornis

laat mij je niet voor de gek houden
laat je niet door mijn gezicht in de luren leggen
want ik draag een masker
een masker, dat ik niet durf af te zetten
“doen alsof” is een kunst en mijn tweede natuur
maar laat je alsjeblieft niet voor de gek houden

ik geef je de indruk dat ik zelfverzekerd ben
dat alles zonnig is, zowel binnen in mij als buiten
dat Vertrouwen mijn naam is en ik echt “cool” ben
dat ik niemand nodig heb
maar alsjeblieft geloof me niet !

mijn uiterlijk lijkt onberispelijk
maar daaronder borrelt de verwarring, de angst
de eenzaamheid, de pijn
maar dat verberg ik, want ik wil dat niemand dat weet
mijn zwakte veroorzaakt paniek in mij
bang dat ze mijn angst en pijn kunnen zien
daarom heb ik een masker
help me !

ik heb hulp en zorg van mensen nodig
die genoeg van mij houden om te blijven helpen
dat is het enige wat me kan redden uit mijzelf
hulp en zorg is het enige wat mij bewijst, dat ik er werkelijk toe doe
maar dat vertel ik je niet, want dat durf ik niet, mijn angst blokkeert

ik ben bang dat jij me minder waard zult vinden en om me zult lachen
en je lachen doet me zo zeer
ik ben heel bang dat ik niets ben
dat ik slecht ben
en dat jij dat zult zien en me zult afwijzen
net als toen
dus speel ik mijn spel, mijn wanhopige spel

ik houd niet van verstoppen, echt niet . . .
ik houd niet van die oppervlakkigheid, dat stomme spel
ik wil liever gewoon zijn en blij en mezelf
maar jij moet me daarbij helpen, ik kan het niet alleen

jij moet je hand naar me uitsteken, ook al lijkt dat het laatste wat ik wil
jij alleen kunt mijn leegte en mijn pijn wegnemen, de pijn die ik niet wil voelen
jij helpt me elke keer als je lief en bemoedigend naar mij bent
elke keer als je probeert me te begrijpen, omdat je echt om me geeft
dan begint mijn hart vleugels te krijgen
hele kleine vleugels, maar toch, vleugels



SensiCure®

Therapie o.a. voor
ondersteuning bij
hechtingsstoornis

met je aandacht en je begrip, kun jij leven in mij blazen
ik wil dat je dat weet, dat is heel belangrijk voor mij
hoe jij een mens in mij kunt scheppen, als je daarvoor kiest
en, alsjeblieft, kies voor mij

jij bent de enige die de muren om mij heen kunt afbreken
de muren waarachter ik angstig trillend woon
jij bent de enige die mijn masker kan afnemen
en me kan redden uit de schaduwwereld van onzekerheid en paniek

ga alsjeblieft niet aan mij voorbij, alsjeblieft, loop niet door
ik zal niet gemakkelijk voor je zijn
een lang gevoel van waardeloosheid bouwt nou eenmaal sterke muren
hoe dichterbij je komt, hoe meer ik blindelings naar je zal slaan
dat is irrationeel . . . soms ben ik gewoon irrationeel

ik vecht precies tegen datgene waar ik naar uitschreeuw
liefde en vriendelijkheid zijn sterker dan de sterkste muren
daarin ligt mijn hoop, mijn enige hoop
alsjeblieft, breek die muren af met je sterke handen
met je zachte handen
want het kind in mij is beschadigd en heel gevoelig
heb mij lief

blijf je liefde geven, tegen de stroom in, al is het vaak heel zwaar
laat mij niet vallen
ook niet als anderen jou laten vallen, gewoon om wie jij bent voor mij

laat het kind in mij niet verdrinken in verdriet en eenzaamheid en angst
help die muren af te breken, zodat wij elkaar mogen ontmoeten
in rust en vertrouwen, eenheid en liefde, gewoon zoals we zijn
zonder angst voor verlies en wéér die pijn

eens heb ik geleerd dat liefde alleen maar pijn kan zijn
leer jij mij alsjeblieft dat liefde fijn mag zijn
Mama help . . . !

En voor alle anderen: **Help Mama !**

Uit het engels, naar Charles C. Finn, vertaald en uitgebreid door Kees de Vries, 2006. Verspreiden is toegestaan. © Kees de Vries

Voor meer informatie:

www.nieuwetijdskinderen.org
www.posttrauma.org
www.sensicure.nl
www.opvoeden.org

E-mail: octaliet@home.nl

Algemene informatie over gevoeligheid
Posttraumatisch stress syndroom
1-jarige opleiding tot therapeut voor sensitieve mensen
Algemene informatie over gevoeligheid

