



Het verhaal van het verdriet en de hoop.

Er was eens een kleine vrouw die langs een stoffige veldweg kwam. Ze was al tamelijk oud maar haar loop was licht en haar lachen had de frisse glans van een onbezorgd meisje. Bij een ineengekrompen gedaante bleef ze staan en keek naar beneden. Ze kon niet veel herkennen. Het wezen dat daar in het stof op de weg zat leek bijna figuurloos. Het deed haar denken aan een grauwe flanellen deken met menselijke vormen. Ze bukte zich en vroeg: 'Wie ben jij?'

Twee bijna levenloze ogen keken moe omhoog. 'Ik? Ik ben het Verdriet.' fluisterde een stem stamelend en zo zacht dat ze het bijna niet kon horen. 'Och, het Verdriet!', riep de kleine vrouw blij, alsof ze een oude bekende begroette. 'Je kent mij?' vroeg het Verdriet wantrouwend. 'Natuurlijk ken ik jou! Steeds weer heb je mij een stuk op mijn weg begeleid'. 'Ja maar', stotterde het Verdriet, 'waarom vlucht jij dan niet voor mij?'

'Waarom zou ik voor je vluchten, liefje? Je weet toch zelf maar al te goed dat je elke vluchteling inhaalt. Maar wat ik je wilde vragen, waarom zie je er zo moedeloos uit?' 'Ik... ik ben verdrietig' antwoordde de grauwe gedaante met gebroken stem. De kleine oude vrouw ging naast haar zitten. 'Je bent dus verdrietig', zei ze en knikte vol begrip met haar hoofd. 'Vertel me eens wat jou zo bedrukt.'

Het Verdriet zuchtte diep. Zou dit keer echt iemand luisteren? Dat had ze zich al zo vaak gewenst. 'Ach, weet je', begon ze voorzichtig, 'Het is zo. Niemand mag mij. Het is nu eenmaal mijn bestemming om onder de mensen te gaan en een tijdje te blijven. Maar als ik kom schrikken ze terug. Ze zijn bang voor mij en mijden me als de pest'.

Het Verdriet slikte hard. 'Ze hebben spreekwoorden uitgevonden waarmee ze me willen verbannen.

Ze zeggen “Ach, het leven is één groot feest”. En hun valse lachen leidt tot maagkrampen en ademnood. Ze zeggen “Geërgerd zijn is datgene wat hard maakt”. En dan krijgen ze hartpijnen. Ze zeggen “Je moet jezelf maar bij elkaar houden.” En ze voelen het getrek in de schouder en de rug. Ze zeggen dat alleen zwakkelingen huilen. En de opgekropte tranen doen hun hoofd bijna uit elkaar springen. Of ze verdoven zich met alcohol of drugs opdat ze mij maar niet hoeven voelen.'

'Och ja', bevestigde de vrouw, 'zulke mensen ben ik al vaker tegengekomen!' Het Verdriet zakte nog verder in elkaar.' En dat terwijl ik alleen maar de mensen wil helpen. Als ik heel dicht bij ze ben kunnen ze zichzelf ontmoeten. Ik help het een nest bouwen waar ze hun wonden in kunnen verzorgen. Wie verdrietig is heeft een heel erg dunne huid. Het leed breekt weer open als een slecht genezen wond en dat doet pijn. Maar alleen wie het Verdriet toelaat en alle ongehuilde tranen huilt, kan zijn wonden werkelijk genezen. Maar de mensen willen helemaal niet dat ik ze help. In plaats daarvan schminken ze een schelle lach over hun littekens. Of ze leggen een dik pantser over hun bitterheid heen.' Het Verdriet zweeg.

Haar huilen was eerst zwak, toen sterker en tenslotte erg vertwijfeld. De kleine, oude vrouw nam de in elkaar gedoken gedaante troostend in haar armen. Wat voelt ze warm en zacht aan, dacht ze en streelde zachtjes het bevende hoopje. 'Huil maar, Verdriet,' fluisterde ze liefdevol. 'Rust maar uit zodat je weer nieuwe krachten krijgt. Vanaf nu zal je niet meer alleen zijn. Ik zal je begeleiden zodat de Moedeloosheid niet meer aan de macht is.' Het Verdriet stopte met huilen. Ze ging rechtop zitten en bekeek haar nieuwe metgezellin verbaasd aan. 'Maar...maar... wie ben jij eigenlijk?' 'Ik ?' vroeg de kleine oude vrouw grijnzend, maar daarna lachte ze weer onbezorgd als een klein meisje:

'Ik?

Ik ben de Hoop.'



Ondanks hoeveel angst,
pijn of verdriet dan ook -
geef nooit de hoop op -
HOOP doet leven.



Welke Wolf wordt gevoed?

Op een avond vertelt een oude Cherokee-indiaan aan zijn kleinzoon bij het vuur over de innerlijke strijd die bij mensen van binnen gaande is...

Hij zei: "Mijn zoon, deze strijd is eigenlijk een strijd tussen twee wolven die binnen in ons allemaal huizen.

De ene wolf is slecht, kwaad, jaloers, afgunstig, bezorgd en heeft spijt. Hij is hebzuchtig, arrogant en heeft zelfmedelijden. Ook is hij wrevelig, heeft valse trots, voelt zich superieur en inferieur tegelijk, liegt en heeft een groot ego."

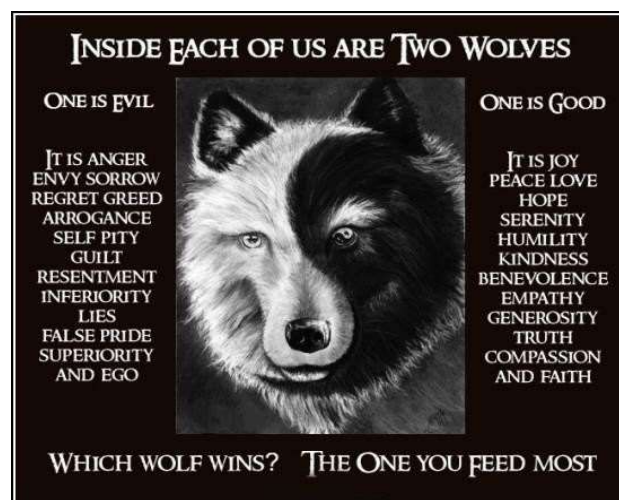
"De andere wolf is goedaardig en welwillend. Hij straalt vrede, liefde, hoop, nederigheid en zachtaardigheid uit. En hij is ook vriendelijk, behulpzaam, empatisch, genereus en rechtschapen en compassioneel."

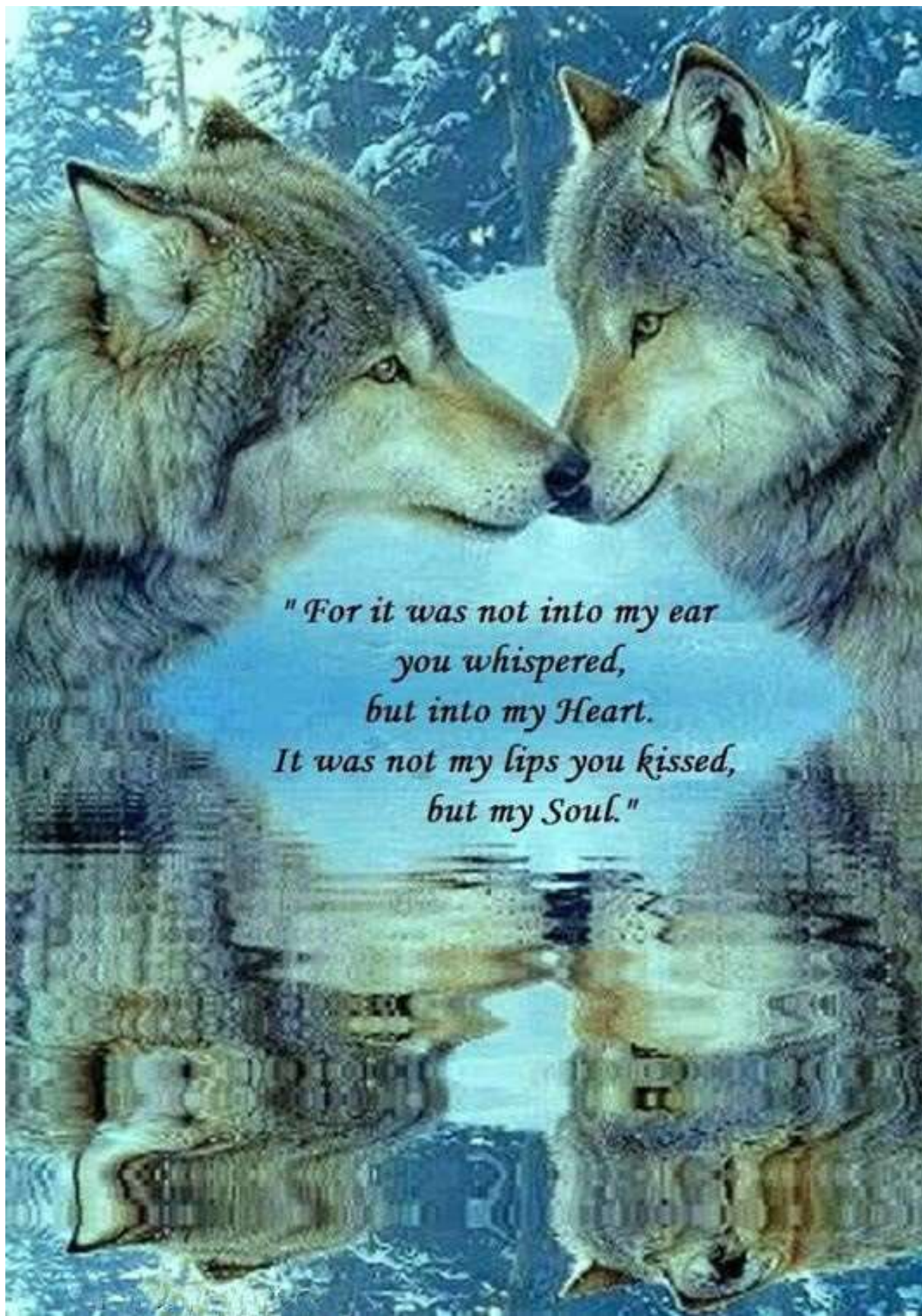
De kleinzoon van de Cherokee indiaan zat een minuutje voor zich uit in het vuur te staren en na te denken over de woorden van zijn opa.

Dan kijkt hij zijn opa aan en zegt: "En wie wint er opa?"

Waarop de oude indiaan antwoordt:

"Degene die jij te eten geeft, jongen!"





*"For it was not into my ear
you whispered,
but into my Heart.
It was not my lips you kissed,
but my Soul."*



In mensen verstoppt.

Drie wijze mannen troffen elkaar om te overleggen,
wat zij de mensen konden meegeven op hun levensweg.
Zij besloten hen de waarheid te schenken,
maar zó dat zij deze zelf zouden ontdekken.

“Wij zullen haar verbergen”, zeiden ze,
“zodat zij er zelf naar moeten zoeken.
Dat zal hen laten zien,
hoe belangrijk de waarheid voor hun leven is.”

Maar waar moesten zij de waarheid verbergen?
De eerste stelde voor om daarvoor een gletsjer
op een hoge berg te zoeken.

De tweede zei: “Nee, dat is te gemakkelijk.
Laten we haar in een schelp op de bodem van de zee verstoppen.
Daar zal ze jaren blijven liggen.”

De derde sprak: “O nee, dat is ook te eenvoudig.
Laten we de waarheid in de mensen zelf verbergen.
Daar zal niemand haar zoeken.”

