

Ik heb het Lied van Vrijheid beluisterd met elke vezel van mijn belichaamd zijn.
Het heeft mij gebundeld en ik ben herbegonnen met schrijven.
Ik schrijf om de gedachten waar ik mij mee identificeer helder waar te nemen want ze zijn snel en flou. Het ganse reactiviteitscircuit van gedachten, gevoelens, impulsen verloopt bliksemsnel.
Die identificatie zien vanuit het standpunt van belichaamde aandacht, ge WAAR ZIJN van het gebeuren zoals het gebeurt zonder er iets te willen aan veranderen, verminderen, vergroten, weg te willen... maakt loslating mogelijk, en ademruimte, en nieuwe mogelijkheden om dicht bij Mezelf te antwoorden.

Een gedicht van Luk Heyligen,
een stapsteen:

BEWAKERS VAN WAT NIET MAG VERGETEN

I.

Nu, in het midden van deze ijzige winter,
ben ik een wachter die niet weet waarop te wachten
maar blijft bewaken wat niet mag vergeten worden.

Ik adem, verzink, verstil en luister naar t' gezoem
en gefluister, t' getintel van de draden die ons
verbinden, de winden die ons bewaaien, het vuur
dat ons kan ontwakken, tot scheppers transformeren.

II.

Hier, in het midden van dit behaaglijke huis,
de ronkende kachel, de spinnende poes, zo stil,
ben ik een wachter die niets verwacht maar waakzaam blijft.

Ik adem, stijg op, ik ben en luister naar wat leeg
lijkt maar zo vol is van beweging : oude woorden,
vergeten dromen of werelden of vonken van
licht, vergezichten op wie we waren of zullen.

III.

In het midden van mijzelf en in het midden van
jouw Zelf is er een wachten, een waakzame, stille
aanwezigheid die ondoende luistert en beschouwt.

Zij beademt, beweegt spiralend op en neer door
een holte in de as van onze lijfelijkheid,
dieper dan stoffelijkheid, voorbij voelbaarheden,
de ingrond van ons vuur, de rust in de beweging.

Hier en nu kunnen wij wachters zijn die niet moeten
weten waarop zij wachten maar blijven bewaken
wat niet mag vergeten, ons eeuwig zijn, liefde zijn.