

Ga terug naar START

Afzender:

Birgitte Smit

Aan de keukentafel

Donderdag 13.47

Als je dit leest, is de kans groot dat je leven er van buiten prima uitziet.

Je functioneert.

Je draagt verantwoordelijkheid.

Je bent er voor anderen.

En toch voelt het soms

alsof je jezelf ergens onderweg bent kwijtgeraakt.

Niet dramatisch.

Niet "alles moet anders".

Meer als een knagend gevoel

dat je niet helemaal aanwezig bent in je eigen leven.

Laat me dit meteen zeggen:

er is niets mis met je.

Je bent niet kapot en je hoeft ook niet geheeld.

Je bent alleen heel goed geworden in doorgaan.

Ik zat aan mijn keukentafel.

Koffie koud.

Telefoon in mijn hand.

Iemand zei:

“Maar stel nou dat het niet lukt?”

En ik voelde hoe ik bijna weer begon.

Uitleggen.

Overtuigen.

Nog een rondje motiveren.

Tot ik ineens wist:

dit is niet waar het over gaat.

Niet over logica.

Niet over argumenten.

Maar over vertrouwen.

Het moment dat durf belangrijker wordt dan angst
en toch:

je hoofd wil nog controleren

We doen dit niet omdat we dom zijn.

Of besluiteloos.

We doen dit omdat kiezen

voelt als iets definitiefs.

Omdat luisteren naar jezelf

betekent dat je niet meer kunt ontkennen.

Je herkent het misschien.

Dat gevoel dat je leven vol is,

maar jijzelf ergens op de achtergrond staat.

Dat je weet dat iets schuurt,

maar het nog net niet genoeg pijn doet

om te bewegen.

Dat is een stille plek.
En een verraderlijke.

Ik zie het bijna dagelijks.

Mensen die me aankijken en zeggen:
"Ik wil gewoon weten wat ik moet doen."

En als ik vraag:
"En als je het al weet?"

Dan komt er vaak een glimlach.
Zacht.
Herkenbaar.

"Ja... maar dat is spannend."

Precies.

We zijn niet bang voor het niet-weten.
We zijn bang voor het wel weten.

Omdat weten betekent
dat je verantwoordelijkheid voelt.
Voor jezelf.

En dat is intiem.
En kwetsbaar.

Niemand heeft je geleerd
om te luisteren naar dat stille weten in jou.

Dat deel dat geen plan maakt.
Geen uitleg nodig heeft.
Niet schreeuwt.

Maar er altijd is.

En zacht zegt:
dit klopt
of
dit niet meer.

Project Vrijheid gaat daarover.

Niet over jezelf verbeteren.
Niet over een beter verhaal maken.

Maar over stoppen met jezelf verlaten.

Over thuiskomen
bij dat deel in jou
dat allang weet.

Misschien lees je dit en denk je:
mooi, maar vast niet voor mij.

En misschien voel je iets anders.
Iets stillers.

Een herkenning
Je hoeft het niet uit te leggen.

Als dat zo is,
ben je welkom voor een kennismakingsgesprek.

Op weg naar vrijheid.
Gewoon een gesprek met iemand die je is voor gegaan.
Delen en uitwisselen.
Een moment waarin je samen kijkt of jij klaar bent.

Niet nog een rondje lopen.

Maak je gratis afspraak met Deborah, deelneemster Project Vrijheid, en loop eens samen met haar op.

Zij wijst je de weg naar de poort van Project Vrijheid.

Je bent 1 beslissing, 1 afspraak verwijderd van een leven waarin je weer herinnert wie je bent en wat je wilt.

Voor een vervuld leven waar je zelf controle over hebt.

[Klik hier voor het maken van je afspraak.](#)

Liefs,
Birgitte

Project Vrijheid