

zomers
ontwaken

ruud helmink



© Narrensprong (2025)

Ruud Helmink

Westeinde - 2512 GT Den Haag

info@ruudhelmink.nl

www.narrensprong.nl



Een rots

Een mens is als een rots totdat
Je hem aanspreekt, want dan pas
Zal hij zijn bron tot je openen.

Een mens is als een rots totdat
Je elkaar aanblijkt, vanuit de robot
Zal hij zich tot je spreken.

Een mens is als een rots totdat
Moment, na het aanschouwen
Zal hij zijn ogen opslaan in je hart.

Een mens als een rots aanschouwt
Zal terugkeren naar zijn kille aard
Als een roos ontloken als je naar hem bloost.

Een kind, wedergeboren uit een rots,
Daar was ooit een zaadje gezegend
Het water kliefde zich een weg.

Zo paarden ooit eens zand en regen
En mogen wij ons nabij de ander voelen
Als we op de rots gezeten, de zee aanschouwen.

Tot geliefden zullen wij ons verklaren
Als ik in je ogen de stem ontwaar
Vanuit een verleden kom ik tot jou.

Ik ben verslaafd

Ik ben verslaafd
Tot mensen veroordeeld
Ga ik er weer op uit
De straten door, digitaal op zoek,
Om tot de ander te geraken.

Ik ben verslaafd
In nabijheid te verkeren
Ga ik er weer op uit
De wegen af, de bergen in,
Om met iedere stap te verharderen.

Ik ben verslaafd
Tot hart te geraken
Ga ik er weer op uit
Ik haal diep adem en beleef
Nu pas echt
Dat in het leven te verblijven.

Wat een genot!

Geef je zelf er aan toe.
Deze verlaging is verrukkelijk.
Op een hete dag, de zee te ervaren.
In de diepte de kilte die je doet beseffen;

Leef, oh gij die in het duister was.
Hier in het licht, de zonnestralen van je medemens,
Kom je tot jouw recht.
Schenk doch uw gulle lach,
Want leven wekt leven.

Roep hen aan,
Die daar in het duister verkeren,
Als kille geesten, roep hen aan.
Zij zullen ook geraken in deze roes.

Er aan toe te geven

Dwars door alle lagen van het verstand
Ga je tot je hart, verkild,
Door warmte weer tot leven.
Opgewekt mag je verblijven
Hier, diep van binnen
Ontbrandt het licht.

De zonneschijn doet je goed.
Geef je er nu maar aan toe!

Mijn edele ros

Mijn edele ros
Heeft me afgeworpen.
Nu lig ik hier, me vergapend aan de bladerpracht,
En daarboven weer de blauwe hemel.
Ik voel de planten om me heen groeien,
Tot slaap gesust door de kleine krekels.

Zo droom ik weg.
Ik raak omhuld door de meest vreemde geuren.
Hier, in deze vreemde wereld waar emotie regeert,
Het denken slechts sporadisch toegestaan,
Mag je alleen door gebaren verhalen
Van dat wat je voelt.
En ruikt, snift en voelt wat je ervaart.

Zo tast de moeder naar haar klier,
Ze weet: het is genoeg
Om jou te voeden en te beschermen.
De vader grijpt naar zijn zwaard
Zodra je in zeven sloten belandt,
Tegenover een reus van een vent
Die jou het leven zuur maakt
Met zijn geniepig geroddel.

Je was behoorlijk van slag
Totdat je merkt: je vijand krimpt ineen
Als hij jouw vader ziet verrijzen.
Achter je rug voel je de kracht
Zodat je leven mag.
En zo dwaalt ook jouw gedachte in tevredenheid.

In deze wereld mag je telkenmaal verblijven.
Door slechts een wenk weet de ander,
Op intuïtie zal je weten:
Hier een lach, daar een kus —
Want een ieder verblijft in verwachting.

Totdat je weer beseft:
Ik lig hier naast het ruiterspad.
Het zand was te mul voor mijn
ijzeren ros.

Moeder Aarde

Moeder Aarde te doorgronden,
Lig je hier te bevroeden:
Wanneer zal je accepteren dat je tot stof wederkeert?

Nu besef je pas dat hieronder
Je mag rusten:
Onder deze groene zoden,
Onder de bladerpracht,
Onder de blauwe hemel,
Onder de sterrenpracht.

Oranje gloeit de zon.
Reeds nu mag je ervaren
Dat dit geen kwaad is,
Maar zaligheid.

Want vanuit hier beneden
Kus je je metgezel
Daar de hemel.
Voor altijd bij elkaar gebracht:
Hij de sterren,
Jij de voeding voor de bomen
Die binnenkort weer reiken
Als het leven,
Smachtend naar zon en regen.

Vanuit jou breng je tranen tot leven,
Als vanuit jouw aarde het water verdampt.
Tot rookpluimen zie je daar reeds de wolken —
Verkoelend zal het zijn
Als hij jou kust
Met zijn natte lippen.

Voel je wat leven brengt:
De liefde voor heel deze aarde
Doet je nu rusten.
Want in de kringloop van al dat wat je leeft
Mag je weer verrijzen als atoom tot heelal.
Kus je het universum tot eeuwig verbond.

Hier, ik geef me over.
Hier, ik zal ontwaken.
Moeder Aarde, welterusten.

Ontwaken

De natuur ontwaakt.
Zij neemt je op tot haar taal.
Zie nu de kleuren, hoor de klanken,
Ruik vanuit dood en verderf deze wederopstanding.

De wind voert je mee tot grote hoogte.
In dit bestaan is asem wat leven brengt.
Je omarmt jezelf en spreekt door te zwijgen:

“Neem mij mee,
laat mij als deze vlieg jou ervaren.
Hier in mijn hart voel ik al wat leven geeft.
Met elke haal adem, besef...”

Een streling laat mij opveren.
Ik sliep, nu ontwaak ik in deze wereld.
Pak mijn ijzeren ros en wandel terug door het park.

Was het werkelijk of slechts een droom?
Deze zomerdag broeit in mij, het inzicht —
Geen woorden voor,
Toch ervoer ik het zo.

In mij leeft een vlieg,
Een krekel, een butterfly.
Zonder taal wil ik mij verklaren,
Door slechts je te raken
Met mijn adem, die ook jou leven schenkt.

Tot slot

Vanuit de bron
Drink ik nu als water.
Het hart synchroon met wat het ook omringt:
Het eeuwig leven,
In het hier en in het nu.
Bewijs is dat ik leven mag.

Van hier naar daar —
Wat vliegen wij toch wat af.
Nooit klaar, en altijd een excuus
Om weer af te reizen naar het volgende punt.

Nu staat mijn ijzeren ros geparkeerd
En meen ik toch echt te weten
Hoeveel onzin daarin schuilt.
Vol verhevenheid willen wij alles verklaren.
Je bent net zo schuldig als ik.
Alles moet tot reden fijngehakt, aangehaald:
Het grote betoog.
Want zonder zin bestaan wij niet.
Ik moet mezelf en ook jou corrigeren.

Zijn is geen wezen.
Geen wording tot zijn recht.
Zijn is nu, hier —
Zonder een oordeel, geen dimensie.

Voel nu eens:

Je bestaat als de wind je raakt.

Je voelt de aarde, daarmee al wat bestaat.

Je neigt nu naar lieve vrede,

Zonder bijbedoeling te bestaan.

Vrees dan ook niet wat komen gaat.

Zodra ik weer twijfel, mag ik ook de schatkamer

Van mijn natuur betreden,

Om te aanschouwen:

Zie, ik besta met al wat is —

In het hier en nu.

“Verlos jezelf toch van de ketenen!”

Een oproep rechtstreeks tot je hart gericht.

“Open de poorten, laat neer de brug!

Merk, zie, ervaar,

Bemin de natuur.

Ze wil ook jou kussen,

Zodra je beseft —

Besef dan toch!”

Het geronk van de auto sluit je af.
Weg is de geest die zojuist tot je sprak.
De stilte is opgeheven —
Toch zwijgt niet de stem.

Want diep van binnen,
Weet, vermeerderd door geloof,
Dat al wat in je leeft
Vermeerderd wordt in de natuur.
Het stroomt over, dit genot,
Waar je nu jezelf in baadt —
Ook in de realiteit zal je vanaf nu
Beminnen je eigen aard.

Terug, thuis, het nieuws —
Ik kom in opstand.
Nee, de bloemen mij dierbaarder dan elk gedweep.
O Natuur, neem mij weer op.



ruud helmink