

## Oude zielen



Ze zat al even in de wachtruimte toen de deur zacht openging. Geen haast. Geen onrust. Alleen die stille aanwezigheid die je soms bij iemand voelt nog voordat er een woord is gesproken.

Ze stond op, glimlachte kort en liep naar binnen. "Neem gerust plaats," klonk het rustig. Ze ging zitten, haar handen losjes in haar schoot. Haar blik was helder, maar droeg

iets... iets dat verder ging dan het moment. Alsof ze al langer keek. Verder keek.

"Waar kan ik je mee helpen?"

Een korte stilte.

"Ik weet het niet precies," zei ze. "Ik ben vooral... moe. Maar niet zoals anderen dat uitleggen."

Geen fysieke uitputting alleen. Dat was meteen voelbaar.

Meer iets vanbinnen. Alsof er continu iets aan stond.

"Wanneer voel je dat het meest?"

Ze dacht even na.

"Als het druk is. Of als ik veel mensen om me heen heb. Dan lijkt het alsof ik alles oppik. Stemmingen. Spanning. Dingen die niet uitgesproken worden."

Ze keek op.

"En ik weet dat het misschien vreemd klinkt, maar... het voelt alsof ik dat al mijn hele leven heb. Alsof het nooit echt 'nieuw' is geweest."

Er viel een zachte stilte in de ruimte. Niet leeg. Maar gevuld.

Soms zit iemand tegenover je en voel je het direct.

Dit is zo iemand. Een oude ziel.

Niet iets wat je hoeft te benoemen. Maar iets wat zich laat herkennen.

In de manier van spreken. In de rust tussen de woorden.

In wat er niet gezegd wordt, maar wel aanwezig is.

"We gaan eerst even kijken naar wat je lichaam vertelt," klonk het rustig.

De pols werd gepakt. Zacht. Aandachtig. Geen haast om te interpreteren.

Eerst voelen.

Wat direct opviel was de verfijning.  
De gevoeligheid van het systeem.  
Een Shen die helder was, maar ook kwetsbaar voor overbelasting.  
Een Lever die spanning vasthield zonder dat het direct zichtbaar werd.  
Een lichaam dat veel registreerde... en weinig losliet.

"Je lichaam is niet zwak," werd er rustig gezegd.  
"Het is juist heel gevoelig afgestemd."  
Ze knikte langzaam. Alsof ze dat ergens al wist.  
"Maar die gevoeligheid vraagt ook iets van je.  
Rust. Afstemming. Grenzen die je misschien niet altijd bewust voelt."  
Ze haalde diep adem.  
"Dat herken ik... Ik ga vaak gewoon door."  
Precies dat.  
Doorgaan, terwijl het systeem eigenlijk al lang signalen geeft.  
Niet luid. Maar subtiel. En juist die subtiliteit wordt vaak gemist.

De behandeling begon in stilte.  
Naalden werden gezet. Niet veel. Precies genoeg.  
Om ruimte te creëren. Niet om iets te forceren.  
Maar om beweging terug te brengen waar het vast was gaan zitten.  
Langzaam veranderde er iets in haar ademhaling.  
Dieper. Zachter.  
Haar schouders zakten een fractie.  
Alsof haar lichaam zich iets herinnerde wat het bijna vergeten was.  
Rust. Niet als idee. Maar als ervaring.

Na de behandeling bleef ze nog even liggen.  
Toen ze rechtop kwam zitten, was haar blik anders.  
Niet spectaculair anders.  
Maar helderder. Rustiger. Meer aanwezig.  
"Ik voel me... lichter," zei ze zacht. "Alsof er meer ruimte is."  
Ze stond op, nam haar jas.  
Bij de deur draaide ze zich nog even om. "Denk je dat dit... ooit weggaat?"

Een begrijpelijke vraag. Maar misschien niet de juiste.  
"Het hoeft niet weg," kwam het antwoord rustig. "Het mag in balans komen."  
Ze knikte. En ergens leek dat voldoende.

Sommige mensen dragen veel met zich mee. Niet zichtbaar. Niet altijd verklaarbaar.  
Maar wel voelbaar. En wanneer daar ruimte voor ontstaat... verandert er iets.  
Niet omdat ze iemand anders worden.  
Maar omdat ze weer dichter bij zichzelf komen.

*Linda*