

Ik weet nog hoe het voelde

Ik weet nog hoe het voelde
toen alles donker was
ik weet nog hoe het voelde
huilend in de nacht
ik weet nog hoe het voelde
schreeuwend uit onmacht
ik weet nog hoe het voelde
toen ik daarna huilend in mijn bed lag
en alles gebroken was
ik weet nog hoe het voelde
toen het daarna doodstil was

ik weet nog hoe het voelde
uitgeteld in bed
na een uurtje in de stad
ik weet nog hoe het voelde
duizelig en benauwd
door de drukte in een winkel
ik weet nog hoe het voelde
toen ik naar buiten vluchtte
en daarna alleen buiten zat

ik weet nog hoe het voelde
toen mensen me gingen vermijden
omdat het te moeilijk voor ze was
ik weet nog hoe het voelde
die eenzaamheid en onmacht

ik weet nog hoe het voelde
toen ik tranen door mij
bij anderen zag
ik weet nog hoe het voelde
toen ik mezelf begon te haten
en alles wat ik was

ik weet nog hoe het voelde
toen iedereen om mij heen wel plezier had

ik weet nog hoe het voelde
toen ik dacht nooit uit de duisternis te komen
ik weet nog hoe het voelde
dat gevecht met mezelf
ik weet nog hoe het voelde
om door te gaan
terwijl ik geen sprankje hoop meer bezat

ik weet nog hoe het voelde
toen ik dacht dat iedereen zonder mij beter af was

ik weet nog hoe het voelde
om me eenzaam en onbegrepen te voelen

ik weet nog hoe ik me voelde
toen ik wenste dat alles over was

Ik weet nog hoe het voelde
toen ik wakker werd en zin had in de dag

ik weet nu hoe het voelt
om wakker te worden met een lach
ik weet nu hoe het voelt om dankbaar te zijn voor een nieuwe dag

ik weet nu hoe het is om niet alleen weer dromen te hebben
maar ze ook daadwerkelijk te kunnen leven
ik weet nu waar het licht is en waar ik het kan vinden
omdat juist die donkerte nu zorgt voor het licht
op de kleinst plekken en de ogenschijnlijk kleinste momenten

en ik hoop dat jij
door mijn verhaal
niet zo eenzaam voelt als ik toen was
ik hoop dat jij nu
een sprankje hoop voelt
omdat eens bij mij ook alleen maar verdriet
en duisternis was

en ik hoop dat jij
op een dag
ook wakker wordt met een lach.

Marrit Jellema

Walk into the Light, 10 september 2024 te Grou