

## Naomi Veldwijk – Geef liefde

Stop

Stop je gedachten

Je kunt niet van jezelf verwachten dat groeien gebeurt in een aantal nachten

Geef liefde aan jezelf

Geef liefde, mijn lief

Mijn liefde aan mijzelf

Mijn liefde, mijn lief

Ik was negen jaar en ik kreeg een moeilijke vraag

Een vraag die mijn hersens liet kraken

Eentje waardoor ik 's nachts moeilijk kon slapen

Wat is 25 x 25 Omi?

25 x 25? Hoe moet ik dat weten? Ik ben nog maar negen

Hoor ik het antwoord op die vraag op mijn leeftijd al te weten?

Ik denk diep na en twijfel of ik die rekenles misschien wel ben vergeten

Mijn hoofd is als een zeef

Het is niet gek als ik dingen niet meer weet

Oh, als je hoofd niet vast zat

Mijn moeder, constant

Je bent een dombo, daarom weet je het niet

Je bent lelijk, niets waard en in je hoofd ben je ziek

Niemand die je ziet, je had hier niet moeten zijn

Maar nu je hier toch bent; jouw pijn is gein voor mij

Ik ken deze woorden als geen ander

Deze woorden hebben mij zodanig veranderd

Van vrolijk en klein en naar stil en gemaskerd blij

Stop

Stop je gedachten

Je kunt niet van jezelf verwachten dat groeien gebeurt binnen een aantal nachten

Geef liefde aan jezelf

Geef liefde, mijn lief

Mijn liefde aan mijzelf

Mijn liefde, mijn lief

Jaren heb ik naar haar gekeken

Hoe ze met steeds meer lichaamsdelen in haar bed bleef liggen

Tot ze er met haar hele lichaam in lag

Ze kon niet meer opstaan

Daar lag ze dan

Met haar handen gevouwen op haar navel

Ogen gericht op het plafond

Benen netjes gestrekt naast elkaar

Gevangen in kleding die haar niet lief was

Maar er was niets anders wat ze aan kon

Van niet meer op kunnen staan naar niet meer op willen staan

Ze wilde haar ogen sluiten  
Een poging om haar ogen gesloten te houden  
Maar ze kon het niet  
Ze kon het niet, omdat ik nog stiekem in haar zat  
Ze was allang gestopt met zoeken  
Kon mij niet meer vinden  
Uit het oog verloren, maar ik hield mij schuil in haar hart  
Vastberaden om weer opnieuw te groeien  
Om te herrijzen uit mijn as  
Als een Feniks wilde ik weer tot leven komen  
En daarvoor had ik het laatste beetje energie nodig wat er nog in zat

Stop  
Stop je gedachten  
Je kunt niet van jezelf verwachten dat groeien gebeurt binnen een aantal nachten  
Geef liefde aan jezelf  
Geef liefde, mijn lief  
Mijn liefde aan mijzelf  
Mijn liefde, mijn lief

Misschien net iets meer testosteron dan de meeste oestrogeen houders bezitten  
Maar het maakt mij tot wie ik ben  
En dat de aanmaak van dopamine voor mij niet vanzelfsprekend is ben ik nu ook al wel gewend  
Endorfine komt niet genoeg vrij  
Dus deal ik met stress en pijn  
Maar kijk eens, kijk eens goed naar mij  
Spelletjes worden gespeeld op level Serotonine  
Het heeft Melatonine in de macht  
Dat betekent dat ik soms mag rusten, maar al te vaak tijd heb om te schrijven in de nacht  
Of om te piekeren, onrustig te draaien of om mij over teveel dingen zorgen te maken  
Het gebeurt ook altijd in de nacht dat ik mezelf over de zin van het leven ga bevragen  
Maar oxytocine, oxytocine wordt aangemaakt om mij te redden  
Oxytocine komt heel vaak voorbij rennen  
Oxy pakt mij bij mijn beide handen  
Gooit mij dikwijls te midden van mensen die mij hard kunnen laten lachen  
Oxy stopt mijn gedachten  
Laat mij accepteren dat ik niet van mezelf kan verwachten dat groeien gebeurt binnen een aantal nachten  
Geef liefde aan jezelf  
Geef liefde, mijn lief  
Mijn liefde aan mijzelf  
Mijn liefde, mijn lief