

Helende gedichten

Eerste druk 2025

Omslagfoto: Riemke Ruitenbeek, Tatacoa woestijn Colombia

Foto auteur: Stieneke Ruitenbeek

ISBN: 9789465202327

© Riemke Ruitenbeek

Uitgeverij Brave New Books

www.bravenewbooks.nl

HELENDE GEDICHTEN

*De weg van diepe heling
Is verwerken wat we over onszelf zijn gaan geloven
Onze diepste pijnen
En weer landen in het bad vol liefde wat we werkelijk zijn*

Riemke Ruitenbeek

Voorwoord

Deze helende gedichten heb ik ontvangen tijdens mijn burn-out. Daar waar mijn hoofd het niet meer wist en ik enkel paniek ervaarde, begon ik me dagelijks te verbinden met mijn hart en mijn ziel. Er begonnen teksten door mij heen te stromen. Dit was de start van mijn ontwakingsreis.

Deze gedichten hebben mij zo diep geraakt en gedragen door deze moeilijke periode, dat ik ze graag deel. Daarom heb ik deze gedichten gebundeld zodat ze heling mogen brengen voor wie het kan gebruiken.

Mijn intentie is dat meer mensen de diepste bron in zichzelf mogen ontmoeten, versterken en de delen in zichzelf mogen helen om weer diep te herinneren wie we werkelijk zijn.

Liefs,
Riemke

Lieve jij
Dat deze teksten je hart mogen raken
Een bedding mogen geven
Voor je diepste pijnen
Dat je mag ervaren dat je niet alleen bent
Dat je diep gedragen wordt
Waar je ook doorheen gaat
Dat je de energie en liefde mag voelen achter de woorden
En dat het een steun(tje) mag zijn voor jouw helingsreis.
Dat het delen in je mag raken,
die je helpen herinneren,
helpen voelen
en verwerken.

Elk gedicht is een gedicht op zichzelf, en tegelijkertijd is het een reis.
En helpen deze gedichten je verder op jouw innerlijke reis.
Misschien naar delen waar je nog niet bij kon, en die net een dieper
stukje aanraken.

Weet dat er een heel lichtteam voor je klaar staat
En dat je in de reis met deze gedichtenbundel omarmd en geliefd
wordt door universele liefde.
Ze willen je uitnodigen je helemaal te openen en te ontvangen. En het
rustig aan te doen, neem de tijd, voel en ervaar.
Laat alle sensaties maar toe, wees nieuwsgierig, en laat je meenemen
op ontdekkingstocht.
In de hoogte, de diepte, naar delen waar je misschien niet naar durfde
te kijken, maar samen is het net een stukje makkelijker.

Kom ga je met me mee?

Deze teksten stroomden door mij heen, hebben mij geholpen in het diepste donker

De universele liefde stroomde door al mijn pijnen heen

Ik mocht ze aankijken, voelen en doorvoelen

Ik mocht ook voelen dat de liefde die er voor ons aanwezig is, zo groots is

Ik ben diep dankbaar dat ik zo diep begeleid ben

door mijn diepste donker

En dat gun ik jou ook

Waar je ook zit.

De teksten helpen je te verbinden met de bron van universele liefde

Waar we allemaal mee in verbinding staan

In deze gedichtenbundel

Mag je helemaal ontvangen, de liefde die er voor je is, dompel je maar onder

Mag je meereizen door emoties, en de boodschappen hiervan

Mag je meereizen door innerlijk kind stukken

Ik neem je mee naar het hoogste licht en het diepste donker.

En wandel mee aan je zijde

Want als we alles kunnen omarmen en voelen

Kunnen we alle delen naar het licht brengen

En gaan we voelen hoe krachtig we werkelijk zijn.

‘Niets hoeft weg

Alles mag er zijn

Laat het maar toe

Laat het maar zijn.’

