

uit de nevel van mijn leven

“In de nevel van het leven, daar de liefde die verbindt”

Gedichten

Vertel maar

zonder woorden
laten zien
waar jij voor staat
wat je is ontnomen
wat je zo beheerst
wat je voor jezelf hebt
vertel maar
ook al is het voor het eerst

ik luister naar je
neem alleen maar waar
wat jij kunt bereiken
zonder commentaar
laat ik je voelen
wat je zo van binnen uitvist
niet vreemd niet kansloos
enkel staat voor gemis

vertel maar
zing en toon
niets

is wat het lijkt
in alle schaamte, angst en spijt
mag je ervaren
vertrouwen en geloven
hoe jouw IK kan groeien en bestaan
geen vreemde lijstjes, rare spelletjes
gewoon hier op het plein in deze straat
luister ik doodgewoon naar jouw verhaal

Angst (1)

Je verstikt me
benauwt me
zet me stil
maakt me onzeker
klein.

Ik voel je
in mijn borst, buik,
nek ,schouders,
overal.

Je sluit me
Je stoot mij uit balans
mijn controle, kwijt.

Ontreddering

het is het stil verdriet
dat niemand zo van buiten ziet

een gemis zo voelbaar in mijn lijf
de verstrikking, onmacht blijft

er zijn geen woorden aan te geven
volledig in mijn zelf verweven

ergens in de kern
als ik er al eens ben
zo snel mogelijk ook weer weg

moeite om te blijven
de ontreddering te laten
niet steeds weer te bestrijden

Op de snijrand

Kom ik tegen

Wat ik zoek

Zal ik vinden

Wat ik kwijt was

In mijzelf

Als een film

Op mijn witte doek

Op de snijrand

Van verlies

Ontmoet ik

Zal ik zien

Al wat ik draag

Zal ik zijn

Met wie ik ben

Vrienden, familie

Achterblijven

Met die ene vraag

Op de snijrand

Van verlies

Sta ik stil

Alleen

Kom ik mij tegen

Enkel ik

Mijzelf

Ontmoeting

Angst (2)

Mijn angst

is mij verliezen in verdriet

is voelen wat verlies mij doet

Jij

wakkert dit verdriet in mij

Ik

Ga er telkens weer vandaan

Een dag

schemert de avond
knagen gedachten

stil

zwart de nacht
zacht de liefde

stil

dauwt de morgen
samen geborgen

stil

stil

stil

De keerzijde van verlies

De keerzijde van verlies,
is leren zien wat ik niet zie,
horen wat er wordt gezegd,
benoemen wat niet wordt verstaan,
voelen wat jij nodig hebt,
om als mens in eigen kracht te staan.

De keerzijde van verlies,
is boosheid, angst, verdriet aannemen,
vertrouwen, ook mezelf,
gebaande paden, ach...
Teruglopen en aanvaarden,
in dankbaarheid,
Hier kom ik vandaan.

Blijf staan

ga niet voorbij

aan hoe ik kijk
en wat ik zeg
en wat ik doe

zie mijn ogen
zie mijn lichaam
kijk: ik ben

in contact
en diepe liefde
ja, ik leef

blijf staan
ik ontvang mijzelf

Zijn

hier mag ik zijn
ontmoeten, verblijden,
liefde, pijn

eenzaam omgeven
vervreemd gebleven
vertrouwd verweven

kruispunt van leven
strijdend blijvend
stil gedreven

zijn

Ziel

In de ziel het antwoord
In de ziel verraad
Gaan waar je te gaan hebt
Onbewust dat het bestaat

Mijn ziel is mijn kompas
In het worden wie ik ben
Soms verdwijnen in een ander
Ik ben, ik ben, ik ben

Mijn ziel is vol vertrouwen
Ontdekken wie ik werkelijk ben
In eenzaamheid vertrokken
Onverschrokken onbestemd

Trouw

Als ik jou niet kan ontmoeten
moet ik zelf
wroet het in me
gaan of blijven

Achter mijn glimlach
een gezicht
teder, zacht
in de schaduw van het donker
in de schemer van de nacht
het gezicht beschermt zich
onmachtig en met gezag

Als twee levenslijnen wijken
liefde is verdwenen
vuur is uitgedoofd
dan zal stilte gaan verrijken
heb ik mezelf trouw beloofd

LEF

verdriet
wanhoop
chaos
angst
pijn
onmacht
strijd

stilte

blijdschap
hoop
evenwicht
mildheid
kracht
verduren
zijn

stilte

stilte

Blijven

ik voel niets,

en zoveel

zo half, zo heel

op zoek naar iets, niet gekend

in verlangen, ontstemd

schreeuw zonder klank

kreet zonder trilling

fluisterstem

stil

wat ik wil zeggen past niet in woorden

zul je

blijven

?

Jij (1)

Jij toont mij een andere wereld

Je dwingt me tot rust

Je stopt me af

Jij leert mij stilte

zelfs als het in me schreeuwt

Jij leert mij: ik heb een eigen pad

en heb het zelf te lopen.

Jij leert me: voel wat je voelt

verduur maar

En ik,

ik groei heel langzaam

en vind het eng.

Jij (2)

Kom hier
laat maar zien
je woede, vreugde, angst en pijn

breng mee wat je niet hebt meegekregen
laat zijn waar je niets mee kunt

breng enkel mee jouw leven
samen met jezelf
louter puur en onverdund

Ontvang je mij wel

hoor wat ik zeg
luister wat ik je vertel
zonder oordeel

ontvang je mij wel

leef jouw waarheid
die je mij hebt gevraagd
veroordeel niet mijn leven

neem mijn zijn
zoals je dit wordt gegeven
uitgedaagd

Nieuw jaar

Het leven nemen als een zegen
In de tijd die is gegeven

Ontdekken wie je bent
Want zo anders dan gewend

Je weg te lopen
Eindbestemming onbesproken

Terugdeinzen voor wat je ontmoet
Leven

En hoe je dat doet

In het diepste van mijn ziel

fluisteren woorden
van het leven, over leven
de zoeker die ik ben

Mooi mens

mooi mens
je kijkt mij aan
in alles te verstaan

zijn bij jou
geen woord vertalen
puur, je verhalen

stil in contact
aan je lippen als je praat
weemoed, als je gaat

kijken : je ogen
voelen, zo intens
ik hou van jou
mooi mens

jou

wie ben je
hoe kan ik je dragen
begrijpen wat je vraagt
stel ik jou mijn vragen

wat kan ik je geven
hoe raak ik wat aan
jou volledig ontvangen
ik ga zo snel van je vandaan

waar kan ik je vinden
hoe ontmoet ik jou alleen
jou te voelen zo van binnen
ik zoek je om mij heen

wanneer zal ik je begrijpen
hoe open ik mijn hart voor jou
jou ten volste leven
ik in liefde van mij hou

Overgave

in de verstrikking van gevoel
het leven voedt mijn wil
kan ik bergen verzetten
met mijzelf zijn en stil

in de verstrikking van gevoel
met ieder om mij heen
straal ik van buiten
speel ik dame in een systeem

in de verstrikking van gevoel
voel jij je zo gedragen
heb ik vertrouwen te begrenzen
met mijzelf in overgave

Dag vader pappa pa

ik draai mij om en zie je
dichtbij
ver hier vandaan

ik geef een schouderklop
een knuffel
stuur een app of mail ofzo
kijk met liefde in je ogen

of

blijf even staan
naast je foto bij het raam

Goed

Het gaat Goed met mij
Als ik je kan vragen mij te horen
Als ik je kan vragen mij te begrijpen
Als ik je kan vragen mij te zien
Als ik je kan vragen mij te voelen

Het is Goed met mij
Als jij mij wilt horen
Als jij mij wilt begrijpen
Als jij mij wilt zien
Als jij mij wilt voelen

Het blijft Goed met mij
Als jij mij hoort
Als jij mij begrijpt
Als jij mij ziet
Als jij mij voelt

Onvoorwaardelijk

Mijn ziekte omarmt en blijft

Vriendschap

Elkaar zien, elkaar voelen,
Op afstand en dichtbij
In gedachten : wij

Samen lachen, samen huilen,
Ver weg en zo nabij,
In gedachten : wij

Heel veel praten, steeds meer stilte,
Zo gesloten en toch vrij
In gedachten : wij

Dan ontmoeten, elkaar laten
Zonder oordeel, ik en jij
Vriendschap : dat is wij

Geschenk

Jij , geschenk van mijn leven

Wat ik van je leer
Hoe ik je ontmoet
Mijn leven op zijn kop
Dat is wat het met mij doet

Wat ik van je zie
Hoe je praat en wat je moet
Strijdende gevoelens
Dichtbij zijn is goed

Wat ik voor je voel
Pijn en trots
jouw ouder
mogen zijn

Jij, geschenk van mijn leven
Ik verlang : altijd
Ik weet : voor even

Leef je leven

jou je leven laten
je laten in je zijn
zelfs onbereikbaar hoog

leven zoals het komt
gaan, je eigen weg
nemen, een afslag
verstaan, zonder woorden

jou je leven zien lijden
zoveel ongekende pijn
de aandrang, te bevrijden
de angst, verloren zijn

alles wil ik geven
in liefde, ja mezelf ten offer
jouw leven mag niemand ontnemen
enkel de adem van jezelf

leef de dag, leef de nacht
leef op jouw manier
leef, de tijd die je is gegeven
leef je leven met plezier

Thuis

Het is zo ongekend
zo ingewikkeld
niet gewend

Thuis
zijn
in het bewonen van mijzelf
ik heb het eerder niet gekend