

An abstract painting featuring a central, large, textured shape in shades of brown and orange, resembling a hand or a face. The background is a mix of deep blue, teal, and yellow-green, with various brushstrokes and color washes. The overall style is expressive and somewhat somber.

Mag ik even...

Gedichten

Joyce van Dijk

Herfst

ik word overvallen
zomaar
zonder aankondiging
een golf van emotie spoelt door mijn lijf
even staat de wereld om me heen helemaal stil

ik laat mijn gedachten de vrije loop
ze woelewateren door elkaar
mijn blik wordt wazig
opeens vraag ik me af waarom ik op deze
wereld ben
wat is het doel van mijn aanwezigheid
ik zie zoveel ellende om me heen
oorlogen, je medemens vermoorden vanwege
een andere religie
een anders denken,
het is een eeuwenoud verschijnsel
zoveel pijn
waarom

ziekte, lijden, doodgaan soms heel jong,
niet te bevatten
onbegrijpelijk
jonge kindjes, oude geestjes
ze vertellen hun verhaal
LUISTER!

het moet en kan anders!
met tijd, echte tijd
met aandacht, echte aandacht
voor elkaar
met verdraagzaamheid,
met samen lachen
en samen huilen
met respect voor elkaar
en respect voor jezelf
met saamhorigheid

maar vooral ook met een groot gevoel van
innerlijke rust
ZOEK!
dit laat je zijn wie je bent
en laat je de ander zijn wie hij is.

deze overdonderende, over elkaar struikelende
gedachten,
vinden hun weg naar mijn bewustzijn,
als ik de bladeren van de bomen
door de wind van hun takken weggerukt zie
worden
het stormt, de wind giert om mijn huis
en om mijn hart

we maken ons op voor de donkere dagen van
het winterseizoen
maar niet voor de donkere dagen in ons hart
als ik opeens twee geweldig stralende
kinderogen vang
met mijn blik die nu weer helder is

door het grijze wolkendek
doet de zon heel erg z'n best, om door de
massa heen te prikken
ze laat haar licht schijnen
op ons allemaal
KRACHT!

om te genieten
om goed te doen
om er weer tegen(aan) te kunnen
dankbaar
straks weer lente
nieuw leven
maar vooral belangrijk:
nieuw, elke dag
nieuw in je hart!

Dreaming of a White Christmas

Een witte kerst...
Maar wat is wit?
Is dat blank, puur en rein?
Zoals het mensenkind dat zoveel jaar geleden
voor ons werd geboren?
Nog een haalbare kaart
met ons veranderende klimaat?
We vinden het romantisch en gezellig,
en als we geluk hebben, valt er een enkel
vlokje.
Vaak smelt het weer snel weg,
voorafgegaan door een grijze lucht.
Schijnbaar ondoordringbaar.

ANGST

voor het veranderende klimaat
onder de mensen.
Gezelligheid en romantiek
nog een haalbare kaart?
Respect voor andermans leven?
Respect voor je eigen vlees en bloed?
Zoveel vragen
en zo weinig antwoorden!
We schrikken op
en gaan weer door.
Wat kunnen en wat moeten we doen?
Ik kan er geen antwoord op geven.

Wat telt
is een heel simpel feit:

SAMEN

En als ik daar aan denk
zie ik lichtjes
brandende kaarsjes

emotie, mijmeringen, bezieling.
Heel veel mensen die heel veel goeds doen.

Warmte, ondanks de koude buiten.
Warmte, ondanks soms de kilheid om ons
heen.
Warmte, dankzij je medemens.
Warmte, door en voor de mensen die je lief
hebt.

Dat is het voor mij.
En dat is ook
Kerstmis, de geboorte van een nieuw leven.
We vieren het feest,
een feest met vele kanten
Een feest dat door een ieder verschillend wordt
beleefd,
voor de een met meer betekenis dan voor de
ander.
Een feest door velen gevierd
met een boom, een stalletje en misschien wat
cadeautjes.
Het huis versierd,
dennenlucht... het ruikt heerlijk.

Met elkaar moeten we het maken.
Met elkaar kún je het maken.
Zoals de geboorte van het nieuwe leven
aangeeft:
blijf geloven in het leven.

HOOP!

Daarom:
I will keep on dreaming
of a white Christmas!

Mijn hart danst...

mijn hart danst en fladdert en neuriet en fluit
ik luister naar dit inwendige prachtige geluid
mijn hoofd doet vrolijk mee
ik ontvang prikkels, stroomstootjes van binnenuit

elektrische schokjes door mijn armen en mijn benen
ik voel de zachte prikkels tot in mijn tenen
bruisend van energie in mijn hele lijf
voel ik het leven in alle genen

een overweldigend, warm gevoel heeft me week gemaakt
overdonderd, getroffen, ik word diep geraakt
met geen pen te beschrijven
ik voel me opeens heel naakt!

een wonder heeft zich voltrokken
net toen de lucht weer was betrokken
brak dat ene straaltje door en bracht lente en nieuw leven,
weg met broeken en sokken, naar buiten in jurken en rokken!

luchtig, légère, flieder, fladder en fluit,
ik adem diep, de frisse lucht in en uit
dat straaltje zonneschijn, die ontluikende bloemen in de tuin,
creatief gepoot, met z'n allen op een kluit!

wat prikkelt jou en geeft je energie, zin in het leven?
die arm om je schouder, die zegt 'ik heb nog meer te geven'
misschien dat mooie boek, je thuis, die moeilijke klus
dingen die je doen bruisen, sidderen en beven

vlinders in mijn buik fladderen in het rond
vrolijke klanken vinden hun weg naar mijn mond
deze dag kan niet meer stuk
ik ga bijna ten onder aan een overdosis geluk!

Onderhuids?

onderhuids
grillen en grommen
borrelen en koken
snuiven en snikken
de mens in deze wereld
soms oliedom en hard
zonder gevoel, zonder begrip
zonder hartstocht, alleen voor die eigen ik

wanneer lef
wanneer bescheidenheid
uiterlijke schijn
doet onbewust soms pijn
wat is je ware ik
wat maakt je wie je bent
kwetsbaar
maar ook sterk
je legt je ziel niet zomaar bloot
je bedekt haar met veel lagen
opgebouwd door de jaren
bescherming
tegen allerhande plagen

onderhuids
gniffelen en giechelen
inhaleren en absorberen
van een warme lach,

van stevig
een kinderhand in jouw hand
onbezorgd kunnen schallen en schateren
genieten

dan ...
stil
terug
terug naar die diepe poelen
beroering
beweging en trilling
durf te voelen

rust
en een diepe zucht
tot jezelf, van jezelf
even helemaal niets
geen storende factoren

belangrijk
je eigen geluid te horen
sta het toe
en luister!
eerlijk en oprecht
maar echt spreekwoordelijk uit de kleren
wil ik dat wel leren?

Het geheim van je dromen

weet je wat het geheim is
van je dromen?
dat je totaal afwezig
rondwaart
in een andere wereld
een wereld
vol andere gevoelens
vol emoties
een wereld waaruit
je soms niet,
maar vaak ook wel
wilt ontwaken?!

het antwoord op deze vraag
is niet eenvoudig
al die miljoenen cellen
die samen
je ontzagwekkende brein vormen
zorgen voor associaties van gebeurtenissen
die zo werkelijk lijken
dat je ze echt voelt,
dat het je echt aangrijpt

als je 's morgens wakker wordt
met de slaapvouwen nog in je gezicht
en je je langzaam bewust wordt
van de wereld om je heen
je de lucht
weer langs je lijf voelt strijken,
je de zon
weer ziet opkomen,
je weer gewaar wordt
van die nieuwe dag
een dag vol hoop en vertrouwen
vol kansen en mogelijkheden
een dag dat je
met mensen om je heen
er weer een geweldige dag van mag maken

dan weet je wat het geheim is van dromen:
droom, zodat je wakker kunt worden
en bewust kunt genieten!

Terug

de wind voert mij mee
door de donkere straten
langs de kille stenen van
mijn oude straat

ik zie in vogelvlucht
een man weggedoken
in de kraag van zijn jas
een kind grijpt stevig
de hand van zijn vader

mijn oude huis
de wind waait er om heen
ik word meegezogen
herinneringen
een tornado van gedachten
neemt bezit van mij
niet te stoppen
ik zie mijn jeugd
voorbij flitsen

het kleine slaapkamerraam
waar ik uren door tuurde

dromend over later
ik zie de grote, sterke bomen
fier opgewassen tegen elke storm
het keukenraam
ik zie mijn ouders
aan de keukentafel

ik voel een warmte
een ontzettend fijn gevoel
van wegvallen van spanning
totaal ontspannen
laat ik mijn tranen
de vrije loop
wat is het heerlijk
weer even kind te kunnen zijn
hoe waardevol
de begeleiding
op je weg
naar het ouder worden

de warmte draagt mij
en brengt mij
terug

Hoe hard

hoe hard kan regen huilen
hoe koud kan hagel slaan
hoe dreigend kunnen wolken dalen
- ik lijk heel stil te staan

hoe zwaar het juk op je schouders
hoe heftig de maalstroom van je zijn
hoe zoekend tuimelen de gedachten
- ik zoek balans maar voel me klein

hoe rijk kun je je wanen
hoe prettig een fijne baan
hoe bevredigend je taken
- ik zoek evenwicht en blijf staan

hoe onbetaalbaar is gevoel
hoe onbeschrijflijk het geluk
hoe stralend het licht in kinderoogen
ik zie mijn leven, ik zie mijn doel

Leven

HEMEL

een groot zwart geheel
met gaten

LICHT

probeert door te dringen

GELUIDEN

proberen door te dringen

VEEL LAWAAI

onsamenhangende flarden
ze bereiken mij

NIET

WAAR

waar vind ik

KRACHT

sterke stralen

nemen af

naarmate ze

de aarde naderen

WAAR

waar vind ik

RUST

in mijn diepste wezen

om het leven te leven

dat ik wil leven

Ik heb het nodig

WARMTE

het stralende schijnsel

van een ontmoeting

een enkel woord

ZON

verwarm

en omarm

deze wereld

Huppelend door het leven

huppelend door het leven
springend van steen naar steen
vaak voelt het stevig
soms mis je er een

dansend door het leven
draaiend in een carroussel
zwierend laat je je leiden
een rondje duurt maar een tel

rennend door het leven
tuimelend over jouw eigen pad
krabbelend grijp je je vast
aan het veilige dat je had

zoekend door het leven
speurend naar dat pure gevoel
wie zoekt zal vinden zegt men
wie begrijpt wat ik bedoel?

In de diepte van de nacht

In de diepte
van de nacht
alles zwart
en grimmig
ontelbare gedachten
zoeken in een
onrustige geest

In de diepte
van de nacht
als slapen nooit
meer mogelijk lijkt
en wakker zijn
tot nog meer
duisternis leidt

In die diepte
van de nacht
misschien ontwaar je
het gevoel
onverklaarbaar
de warmte
de trilling
het is sterk
vraag
het is
je nabij

je bent niet
alleen
in die diepte
van de nacht

Waar de ene hand de andere vindt...

Leven tussen hoop en vrees
rust is ver te zoeken
geborgenheid en liefde
voor iedereen bereikbaar
als de ene hand de andere vindt?

Leer van elkaar
sta open voor een ander
wie weet doe je je voordeel ermee!
het kan heel simpel zijn
daar waar de ene hand de andere vindt

Opereren als een team
professionals aan het werk
een ommekeer in leren
vernieuwing, voldoening, vol overtuiging
een grote stap is gezet
een bundeling van krachten
daar waar de ene hand de andere vindt

Een hoofdstuk leest zijn laatste woorden
maar het boek gaat niet dicht
het verhaalt van verre reizen en van uitdagingen
op weg naar het geluk
daar waar de ene hand de andere zoekt en vindt...

THT

wat laatste kussen
in een koude nacht
een aai
een rilling
stilte
ongelooflijk veel stilte

rust
na zoveel strijd
rust
na zoveel pijn
rust
na zoveel onrust
overgeven
overgegeven
overgeleverd

de mens
een vlinder in de lucht
vliegend
van bloem naar bloem
fladderend, zwierend
licht als lucht

met de verbondenheid
van die onzichtbare lijn
toch dichtbij
realiteit
is maar beperkt houdbaar

even
mag je hier zijn
even
mag je genieten
even
mag je je bewust zijn
van lucht, licht en liefde

verharding ik wil het tegen gaan
protest tegen de verzekering

zou het niet prachtig zijn
tenminste houdbaar tot

de eeuwigheid

De magie van zijn

de magie van zijn
in een onbekende toekomst
het duister van de nacht
geeft geen antwoorden
het verleden
heeft je gebracht
waar je nu bent
waar ben je nu eigenlijk?
hoe sta je in je leven
sta eens stil
...
echt eens even stil
geef het heden
een tel van je tijd
een enkele tel
een moment
bezinning
keer je naar binnen
je slaakt een diepe zucht
je weet
je bent je eigen
intiemste vriend
niemand komt
tussen jou en jezelf
praat eens in je eentje
en luister
...

intuïtie
vertrouwen
vertrouw op jezelf
en vind die rust
die je nodig hebt
...
wanneer je
één bent met je
innerlijk
ben je één met je ziel
zoek je balans
en voel
voel het stromen
van leven
van kracht
gevoed door
de mysterieuze
liefde
voel de wervelwind
hij laat je razen
dan ...
de wind gaat liggen
en je keert terug
naar de diepte
naar de magie van zijn

Stil verdriet

Stil verdriet,
onbewust toegelaten
en verdrongen.
Je bent vrijwilliger
van je eigen zijn.

Draaiend en tollend,
tierend en gierend,
de aarde,
het enige vaste,
onder je voeten weg.
De wereld raast door!

En jij, je probeert,
ergens, waar dan ook,
je vast je houden.
Maar steeds,
steeds weer,
glipt die laatste
strohalm
als zand,
door je vingers.

En lukt het je niet,
het lukt je maar niet,
om grip te krijgen.
Maar je gaat mee,
en draait door...

Een boom vol leven

helder als een druppel dauw in de morgen
in het zachte zonlicht van het ochtendgloren,
als een lachend kind zonder zorgen
straalt hij vreugde uit naar een ieder die het kan bekoren

met wortels stevig verankerd in de dorre aarde
strekt hij zich krachtig uit
zijn vele takken in onderling verbond
bewust van elkaars waarde

ik ben als een blad dat deint op het ritme van de wind
zoek na een proces van groeien en bloeien
de oneindige vrijheid
en laat anderen achter om verder te stoeien

op weg naar dat ene ware gevoel
kan iemand het me vertellen
maar ik wil eigenlijk niet meer zoeken
snap je wat ik bedoel?

deze speciale boom, transparant als glas
staat er gewoon, zo sterk als een huis
als alles nu eens eenvoudig was
dan voelde ik mij misschien ergens thuis

Passie

Passie is stilte
luisteren naar de stilte
van de klanken die je voelt
maar niet hoort
sterke golven, gedragen spanning
omhult je

Passie is zingeving
denken, doen en laten
zonder woorden
hart, ziel en reden
je één voelen
alleen en samen

Passie is broodnodig
voor de hongerige geest
om te kunnen vlammen
vurig, vol drift
en ook
om zacht te
kunnen verwarmen...

Mag ik even ...

mag ik even in je leven
mag ik misschien heel even
deel uitmaken van jou
mag ik je even aanraken
heel vluchtig
ik wil je graag wat vertellen

ik vind het fijn als je me
even, heel even toelaat
in jouw leven

het is vreemd
in het vluchtige bestaan
van alledag
besef je niet altijd
welk een beroering
je teweeg brengt

een schouderklop
een enkel woord
of glimlach
het kan veel betekenen

laat de ander toe
zover als je zelf wilt
probeer er open voor te staan
zodat wanneer een
speciaal iemand
zoals jij
een leven even aanraakt
het nooit meer hetzelfde zal zijn

Deze tijd

een tijd van duister en van kracht
van glitter en van pracht
in bomen en op straat
licht en muziek, overal waar je gaat

een tijd van verdriet en van gelach
genieten van warmte en van kou
van elkaar
en ook van jou!

tijd van een warm samenzijn
of juist een van pijn
door verlies of eenzaamheid
raak je jezelf soms kwijt

waar is het gebeven
de echte aandacht
laten we juist in deze tijd
er werkelijk zijn voor elkaar
om elkaar (de) tijd te geven

tijd om samen te praten
en naar elkaar te luisteren
tijd om te delen
tijd om wonden te helen

Ontmoetingen

Het moest er een keer van komen...

een ontmoeting
een treffen met mijn
diepere, vaak weggedrukte
onderliggende ik
al die jaren
dagen
uren
minuten

weggestopte
relevante
en irrelevante
gedachten
flarden van emoties
makkelijkste was altijd
ze weg te stoppen
zo ver weg
dat ik er in ieder geval
makkelijk omheen kon

maar nu dan ineens
schijnbaar zonder
aanleiding
word ik met een smak
teruggeworpen
gedwongen
tot vrijlating

worstelend vechten
gevoelens
angsten
en weggemoffelde waarheden
zich een weg
naar de oppervlakte
gehinderd soms
door naïviteit
struikelend over
veilige paden

maar eenmaal bovengekomen
blijkt een duidelijke beweging
in het eerder rimpelloze oppervlak
teweeg gebracht
een onomkeerbare
niet te vermijden
trilling
voorzichtig tast ik af
en voel
dat ik moet toelaten
dan
een onverwacht gevoel van rust
na deze verwachte ontmoeting