

Bemoediging bundel

- Er zijn woorden die doen leven
- 't Geloof dat ik het liefste zie
- Als de zalm
- Mijn bestemming
- Stilte
- Jij die in mij woont
- Nu ik ben aangekomen op de plaats
- De tranen
- Gaan
- Een traan
- Maak ons stil
- Jij bent de lens
- Zuster en broer
- Evenwicht
- Waarover zal ik zingen
- Iemand zingt
- Tranenspel
- Taalhuis
- Camino
- Roeping
- En dan nog dit...
- Eeuwig heden
- Boom
- Zandkorrel
- Soms moet ik
- In liefde
- Tweemaal
- Hoop
- Onze grootste angst
- Een stem
- Het is wat het is
- Werkelijkheid

ER zijn woorden, die doen leven...

Gedichten - teksten ter bemoediging

ER zijn woorden, die doen leven...

Deze kleine verzameling van teksten en gedichten is een poging om wat lichtpuntjes te brengen als het leven tegenzit. Graag citeer ik de schrijver die zegt: "In ons leven is er vaak veel wat zorgwekkend is. Soms zijn er zoveel problemen dat wij nauwelijks weten hoe wij hiermee om moeten gaan. Nog vaker zijn wij verstrikt in de alledaagse zorgen die ons veel kracht kunnen kosten.

Net op zulke momenten hebben wij het woord nodig van een mens, die ons met zijn levenservaring verder kan helpen. Maar woorden kunnen slechts wegwijzer zijn. De weg moeten wij zelf vinden. De dagelijkse beslommeringen achter ons laten en grote gedachten denken, wil zeggen: ons niet verliezen in datgene wat ons slechts momenteel vasthoudt en zorgen maakt, maar ruimte scheppen voor een groter geheel. In de mate dat ons dat lukt, vinden we innerlijke rust die ook op anderen afstraalt." Daarom gaan een aantal gedichten in dit boekje over taal, over de kracht van de woorden en het lied. Graag wens ik je veel leesplezier en inspiratie om te putten uit de woorden van dichters en schrijvers....

Er zijn woorden die doen leven

Er zijn woorden die doen leven en dat zijn onschuldige woorden.

Het woord warmte, het woord vertrouwen, liefde, rechtvaardigheid,

en het woord vrijheid, het woord kind

en het woord vriendelijkheid.

En bepaalde bloemennamen en bepaalde vruchtennamen.

Het woord moed en het woord ontdekken.

En het woord broer en het woord kameraad

en bepaalde namen van landen en van dorpen

en bepaalde namen van vrouwen, mannen en vrienden...

Paul Eluard

't Geloof dat ik het liefste zie

't Geloof dat ik het liefste zie, zegt God, dat is de hoop. Geloven: dat verbaast me niet; dat is niet zo verrassend. Liefhebben, zegt God, verbaast me niet; dat is niet zo verrassend.

Maar hopen, zegt God, dat verbaast me. Ik ben geheel verrast! 't Geloof, dat is een trouwe echtgenote. De liefde is een moeder, vurig en ruimhartig. Maar de hoop, zegt God, dat is een heel klein prutsmeisje, altijd weer opnieuw geboren, met Kerstmis. Op stap, bij haar twee grote zussen aan de hand, zo gaat dat kleine meisje hoop. En midden tussen haar twee grote zussen lijkt het, of zij zich trekken laat...

Maar in feite laat zij de twee anderen lopen; zij trekt ze vooruit... Alles wat aanvangt, heeft een kracht, nieuw en fris als de dageraad, jong en vurig, met een elan, een primitiviteit, een onherhaalbare geboorte. Dat kleine meisje hoop begint altijd weer opnieuw.

Charles Péguy

Als de zalm

Wanneer alles diep van binnen pijn doet en je alleen, tegenover je eigen beeld.

ziet dat het vervormd is door onbekende spiegels

wanneer dingen voor je schaduw wijken

wanneer je woord dat van een ander lijkt en je hartslag uit je lichaam vlucht

wanneer je handen ver van je weg zijn en je de afdruk van je voeten niet herkent

wanneer je het gezicht dat nadert bent vergeten

wanneer je niets meer waarneemt dan dode buitenkanten

ga dan als de zalm tegen de stroom in met alle razernij van je woede.

Wanhoop niet het water zal de stenen breken.

Chileens gedicht

Mijn bestemming

Mijn bestemming, eens zal ik haar kennen
eens zal ik vinden mijn rust
dan vul ik mijn geest met gezang
en hoef ik niet langer gebogen te gaan

Vol van hoop is mijn hart
dat te rechter tijd mijn redding komt
en aanbreekt de dag dat ik oog in oog
zal staan met mijn bestemming

En als tot dit einde te komen
mijn binnenste wanhopen mocht,
van één vonk zal het al stralen
tot een licht op mijn pad.

En vonken zullen volgen
groeien tot een vuur
en als licht zullen ze dagelijks stralen
en lichten en groeien.

En uit die punten van mijn gedachten
die zich zamelen tot kudden
neem ik mijn letters
en die worden tot woorden.

Rav Kook

Stilte

Altijd blijven er woorden over,

sluit ik mijn ogen, nog is
er licht, zwijgt de nacht, je
stem blijf ik horen.

Hoe dichtbij je bent, nooit reiken
mijn handen ver genoeg,
alles blijft altijd beginnen,
ik kom altijd achteraan.

Nee, niet altijd, soms houden
wij samen in, er valt zon
op onze handen en daarin
beloven wij elkaar.

Meer is nooit nodig, altijd
wordt dit vervuld, met alle
woorden die overblijven, spreken
wij samen de stilte.

G. Smit

Jij die in mij woont

Jij die in mij woont met de kracht als van een opspuitende bronwel, vol sprankelend, leven gevend water. Ik heb het - tot mijn schade en schande - klaar gekregen (wie laat nu het meest vrij?) om jaar na jaar stenen te verzamelen en daarmee die bronwel in mij te begraven onder puin en gruis en eigen drukdoenerij.

Ik moet Jou weer opgraven in mij, opdelfen in mijn diepste diep, het schilderijtje van mijn wezen, mijn gelaat grondig laten restaureren van jarenlang vuil. Jij hebt er Jouw gezicht in uitgetekend, daar waar Jij verblijf houdt, diep in mij. Wanneer krijg jij het klaar om Jouw beeltenis in mijn wezen weer van blijdschap te laten stralen in dat verfrissend, opspattend bronwater, daar diep, heel diep in mij verborgen?

Kom, trek me naar binnen, blijf kloppen aan de poort want ook mijn oren zijn doof geworden, blijf schijnen in de nacht want de blindheid van mijn ogen is bijna totaal.

Kom, delf op mijn ware gelaat, maak mij mooi, maak van mij Jouw liefste mens, ik kan niet meer zonder Jou, Jij die woont in mij, opborrelende Minne - kracht wassend water dat leven doet. Kom, leef je uit in mij.

Ruusbroec

Nu ik ben aangekomen op de plaats

Nu ik ben aangekomen op de plaats
waar het zal moeten zijn waar ik van zing,
Ik ben een vijver zonder rimpeling
met alle hemelen in mij weerkaatst.

G. Achterberg

De tranen

Als jullie kalmte brengen na zoveel beroering, als jullie mijn kwetsuren met vergetelheid bedekken, als jullie zachtjes mijn wonden wassen, O, tranen, dan stroom!

Maar als jullie, zoals toen, verscheuren en knagen aan een reeds gepijnigd hart, vergroot dan niet de smart, spaar mijn oogleden, O tranen, laat me met rust!

Ja, laat me met rust! Mijn pijn wordt steeds schrijnender. Jullie hebben lang vervlogen dromen weer opgeroepen, heb medelijden! Gun mijn stervende geest de rust! Tranen, stroom niet, stroom niet!

Gaan

Ik zal gaan
O met genoeg zal ik gaan
met diepe vreugde en trompetgeschal
ik zal gaan

Als jij roept zal ik gaan
mijn werk mijn eten en mijn handen
zal ik laten staan
als jij roept zal ik gaan

Als jij roept in de morgen
in de middag in de avond

in mijn dromen in mijn waken
als jij roept zal ik gaan

Ik zal gaan
al breken ze mijn benen
al moet ik kreupel gaan
engelen binden dan mijn wagen
vleugels aan
Ik zal gaan
R. Campert

Een traan

Een traan die altijd in je ogen staat
en die niet langs je neus je leven uitgaat
is een traan die een gegeven is
is een traan die 'n deel van je leven is.

Maar een lach die uit zo'n traan geboren is
is een lach die van verre te horen is
is een lach die van binnen naar buiten is
is een lach die toch nooit meer te stuiten is.

Liselore Gerritsen

Maak ons stil

Maak ons stil dan als het suizen van de nachtwind
in het donker gras, een verre zomernacht -
een man lag wezend in het gras
en hij verstond uw komen -
maak ons stil als het suizen der geheimen in ons bloed.

Maak ons stil als het trillen, licht en sterk,

van een kabel die gaat breken.

zo trilt een dolk in hout.

Zo trilt ons hart wanneer Gij nadert.

Maak ons stil dan als het sterke dringen

van het goed verdriet, dat door ons leven trekt

in fijne nerven, maak ons stil

als het branden van tranen,

dat zwak maakt en wankel, van geluk.

Maak ons stil dan als het sidderend rechtstandig zweven

van een vlam - zuiver staat zij,

bloem van pijn, verslonden in het hoge feest der vernietiging -

wij allen wachten in het donker, Vreemdeling,

tot Gij ons terugneemt in Uw branden,

U alleen behoort ons hart.

J. van Schagen

Jij bent de lens

Jij bent niets dan de lens in de lichtstroom

je kunt ontvangen, geven en bezitten -

zoals de lens het licht ontvangt,

geeft en bezit, meer niet.

Licht zijn of in het licht zijn,

zelf niets meer zijn,

zodat het licht geboren kan worden,

zelf niets meer zijn,

zodat het geconcentreerd en verspreid kan worden.

D. Hammarskjöld

Zuster en broer

Mijn kleine zuster heet stilte,

mijn grote broer heet alleen.

Allebei hebben grijze ogen,

daar vliegen duiven doorheen.

Ze hebben samen een kamer

in het oudste deel van de stad.

Ze dromen of schrijven gedichten

en af en toe vragen ze wat.

Als ze eens morgens naar hun werk gaan,

zijn ze beiden een beetje bang;

ze treuzelen tot ze te laat zijn

en raken in het gedrang.

Met andere dames en heren

zitten ze op een kantoor,

verrichten ze handelingen

zonder te weten waarvoor.

Ondertussen dringen de duiven

aan de binnenkant van hun oog,

ze trekken en rukken en bijten,

maar ze mogen niet los, niet omhoog.

In de avond, terug op hun kamer,

doen ze elkander verslag.

Wat ze verzwijgen - de duiven -

spreekt uit hun oogopslag.

Van tijd tot tijd dringen geluiden

uit de diepten van het huis tot hen door:

het paren van mensen en dieren,

hardop dromen, een vuist, een verhoor.

Dan kruipen de twee onder tafel,
de armen om elkaar heen,
mijn kleine zuster stilte
en mijn grote broer alleen.

Ed. Hoornik

Evenwicht

Wij gaan

ieder voor zich

de smalle weg

over de hoofden der doden
bijna zonder angst -
op de maat van ons hart
als waren wij veilig,
zolang de liefde
niet aflat.

Zo gaan wij
tussen vlinders en vogels
in verbazingwekkend evenwicht
naar een morgen van boomtoppen
groen, goud en blauw - en naar het ontwaken van beminde ogen.
Hilde Domin

Waarover zal ik zingen

Waarover zal ik zingen
over regenjassen
over het lover van geboomte
of zal ik van de liefde zingen

Waarover zal ik zingen
over vliegmachines blinkend aluminium
in de zon en blauwe lucht
of zal ik zingen over de liefde

Over auto's
over steden en historie
of zal ik zingen over de liefde

Over vele vreemde dingen
over de gewone
of zal ik zingen over de liefde

Over bloemen
over water
over mooie dingen
of wat droevig is
of zal ik zingen over de liefde

Over tabak en vriendschap
over geur en wijn
over schepen zeilen meeuwen
over ellende
over de ouderdom
over de jeugd
of zal ik zingen over de liefde

Jan Hanlo

Iemand zingt

Iemand zingt uit angst tegen angst
Iemand zingt uit nood tegen nood
Iemand zingt uit de tijd tegen de tijd
Iemand zingt uit het stof tegen het stof
Iemand zingt van de naam
die namen naamloos maakt

Erich Fried

Tranenspel

Zoveel onvergotten tranen

zeeën van verdriet

Huilen is de sleutel

tot de ziel

Slechts hij die huilt

zal worden gered

en de

anderen?

die zijn er niet!

Taalhuis

Wij wonen in het huis van de taal

wij leven van de woorden

zij zijn ons dagelijks brood.

Wij worden gedragen door ons spreken

en wij zoeken partners voor een gesprek

zelfs God wordt in ons spreken betrokken

hoewel de stilte zijn handelsmerk is -

Wij maken ramen en deuren

gaan in en uit ons huis

de wereld krijgt kleur -

herinnering en toekomst vallen samen

wij zien wat we reeds wisten

voortdurend zijn wij echo

van een spreken dat ouder is.

De taal geeft ons niet alleen wonen

ons leven hangt ervan af

want wat zouden dood en leven zijn

als wij er geen namen aan gaven

als wij hulpeloos stamelen
zonder houvast aan woorden
zonder horizon van verstaan
zonder afgrond als bedreiging aan onze voeten
zonder nacht en dag
zonder zien in lagen, en weten dat het altijd zo zal zijn?

Camino

Leven is op weg zijn,
bergen beklimmen, waden door rivieren
bloemen plukken bij maanlicht.
dwalen door eenzaamheden en woestijnen,
een kaars branden tegen de storm,
op - lopen met anderen of hen dragen,
brood delen en vieren in de nacht.
Leven is pelgrimeren,
een tijdlang werken aan de weg,
een brug bouwen over zwart water,
rovers verjagen en duivels,
waken en bidden met zieken,
doden begraven bij de kapel.
Nooit raken pelgrims thuis:
'vreemdelingen' vestigen niet.
wanneer zij eindelijk aankomen,
weten ze wat ze vermoeden:
de weg is het doel

Roeping

Je kunt de eerste toon zijn in een lied

waardoor alle grenzen vergeten worden

wees niet bang

wees niet bang

ook wanneer de toon amper klinkt

wees niet bang.

Je kunt die eerste vonk zijn voor een vuur

dat alle wapens tot ploegen omsmelt

wees niet bang

wees niet bang

ook wanneer de tegenwind je striemt

wees niet bang.

Je kunt de eerste graankorrel zijn op een akker

die alle handen vullen zal met brood

wees niet bang

wees niet bang

ook wanneer het land vol stenen zit

wees niet bang.

Je kunt de eerste druppel zijn voor een bron

die in de woestijn levensliederen zingt

wees niet bang

wees niet bang

ook wanneer de wolk nog zwijgt

wees niet bang.

Je kunt de eerste pas zijn voor een dans

die alle voeten leidt naar onze God

wees niet bang

wees niet bang

ook wanneer je voet nog struikelt

wees niet bang.

En dan nog dit...

Als je in mensen geloofd hebt
die het af lieten weten: ga dan toch door te geloven.
Als je op een wonder gehoopt hebt
dat niet is gebeurd: ga dan toch door en blijf hopen.
Als je een spoor van liefde wilde nalaten
dat werd vertrapt: ga dan nog verder met liefde.
Als je gedroomd hebt en daarna ontwaakt,
droom verder tot aan de morgen!

Talmoed

Eeuwig heden

Huidige tijd en vergane tijd
zijn misschien aanwezig in komende tijd
en de komende tijd is aanwezig in vergane tijd.
Is alle tijd voor eeuwig heden,
wordt alle tijd onverlosbaar.
'Wij hadden kunnen zijn' is een abstractie
en blijft als onwrikbare mogelijkheid bestaan
alleen in de wereld van de speculatie.
'Wat had kunnen zijn' en 'wat geweest is'
verwijzen maar een steeds aanwezig einde.
In de herinnering klinken voetstappen
door de gang, die wij nooit betraden,
tegen de deur naar de rozentuin,
die wij nooit hebben geopend. Zo weerkaatsen
mijn woorden terug in jouw geest.

T.S.Eliot

Boom

Boom, - langzaam uitspreken, maar nog niets
in mijn dorre denkhoofd, achter mijn raamogen
nog geen reikende long van groen, geen stromen van blad, g
een geheim van licht vogelvertier.
Denken, denken, naar binnen kijken, uitzien
over herinnering, gierig op dromen,
de eerste keer volkomen willen terughoren
maar nergens antwoord, geen leven te zien.
Sla takken door mijn ogen, word knoppen
in mijn vingers, ga open, groei een bos
in mijn borst dat nooit zal verdorren,
een hemelzee levend groen voor al wie
sterft van overal steen, sla lover los
opdat ik kan geloven wat ik zie.

Gabriel Smit

Zandkorrel

De aarde schuilt in een korrel zand, het heelal in een bloemblad puur,
de oneindigheid in de palm van uw hand en de eeuwigheid in een uur.

W. Blake

Soms moet ik

Soms moet ik van de dingen rondom
leren wat leven is en wat
ikzelf ben: een glas,
er moet uit mij gedronken worden
door een mens, alle mensen, een god.

Of een stoel: ik moet rust geven,
een lichaam moet in mij vermoeidheden
uitstromen, soms ook rechtop
zitten en luisteren naar een heldere stem,
een hand op mij leggen en spelen,
gedachteloos, niets dan
afwezig - een hand.

Zo willen de dingen spreken,
luister ik naar licht
dat wordt opengeslagen.

Niets heb ik te vragen,
ogen dicht.

En buiten huis en kamer
gaat de binnenstem verder. Soms
het zwijgende licht van een wolk:
ik moet langzaam aandachtig
zijn. Ik houd zoveel
van het gras: ik moet laten
begaan, de minste zijn, bewaren
voor de winter, ik weet
nooit hoeveel honger wordt geleden
en hoe dieren zijn,
hoeveel pijn.

De mensen wel, maar anders,
de mensen die nog niet
bloeien: het kind dat al veertig jaar uitziet
naar zijn moeder op het tuinpad en
de oude vrouw die nooit kind
is geweest. Alle mensen

zijn twee, drie, vier, brengen
gezichten mee, ongeboren, dicht.
Open, zeggen ze, ik wil open,
anders, ik wil wat ik ben,
ik wil bekend
zijn, ik wil levende ogen,
niemand kan ik zien, niemand
ziet mij. Tot mijn oogwit verlangen
kijk ik uit, reiken mijn handen
een avondklok,
een stoel, een hond,
minder nog:
een vlieg over de tafel,
een wezenloos ver wezen dat ik kan vragen
waarom ik leef.
Het zijn er zoveel.
En ik wil al hun gezichten
verhoren, te binnen
brengen, oneindig meer
dan deze woorden, ik wil
een mond zijn, ogen,
luwte van adem over
een voorhoofd van denken blind,
ik wil altijd en overal,
ik weet niet of het kan.
Over de wereld ga ik en vraag,
aan mensen en dingen
leer ik leven, ik moet naar
een antwoord, ik moet waar woorden liggen

nog ongesproken,
dingen nog onvoltooid.
En overal tekens: vanmorgen twee bomen
in weifelend winterlicht, hoog
de takken van stilte,
oneindig voorzichtige vingers
op ingekeerde oogleden
wolken en zon. Ademloos beluister
ik oergrond van tederheid. Liefste,
hier ben ik. Overal is de ruimte
verlangen en aandacht, inkeer en
opengaan. Dieper
ontspringen adem en bloed, de schepping ligt
roerloos achterover in de armen
van het geluk.
Ik loop op mijn tenen, mijn handen
durven nauwelijks de wind.
Waarom trillen de takken?
Sneeuw ritselt omlaag, inniger stil.
Mateloos dit geluk: een wereld
aan vragen voorbij, niets
dan aanwezigheid, vrede
en antwoord. Om nooit meer te vergeten:
wij zijn omringd, niet ingesloten.
Aan de bomen heb ik het gezien.
Gabriel Smit

In liefde

Jij werd geschapen in liefde, mooi, schoon en zo diep

in mijn binnenste getekend, dat, als jij jezelf verliest, mijn lief, ziel, jij jezelf moet zoeken in Mij.

En mocht je soms niet weten waar je Mij zult vinden,

dwaal dan niet van hier naar ginds,

maar als je Mij wilt vinden, moet je Mij zoeken in jezelf

Want jij bent mijn onderdak

jij bent mijn thuis en plaats van rust,

en daarom klop Ik altijd bij jou aan, als Ik in jouw gedachten de deur gesloten vind.

Buiten jezelf hoef je Mij niet te zoeken, want om Mij te vinden

zal het genoeg zijn Mij slechts te roepen;

Ik zal dan zonder talmen naar jou toegaan, en Mij moet je zoeken in jezelf

Th. van Avila

Tweemaal

Naar alle dingen kijk ik Twee maal,

Een keer om vrolijk En een keer om droevig te zijn.

De bomen hebben een schaterlach In hun kroon van bladeren

En een dikke traan In hun wortel.

De zon is jong aan de top van haar stralen,

Maar haar stralen zitten vast in de nacht.

De wereld past precies tussen deze twee omhulsels,

Waar ik alle dingen heb opgetast, die ik twee maal

Heb liefgehad.

Hoop

Diep in onszelf dragen we hoop als dat niet het geval is, is er geen hoop. Hoop is een kwaliteit van de ziel en hangt niet af van wat er in de wereld gebeurt. Hoop is niet voorspelbaar of vooruitzien. Het is een gerichtheid van de geest, een gerichtheid van het hart, voorbij de horizon verankerd. Hoop in deze diepe en krachtige betekenis is niet hetzelfde als vreugde, omdat alles goed gaat of bereidheid je in te zetten voor wat succes heeft. Hoop is ergens voor werken omdat het goed is, niet alleen omdat het kans van slagen heeft. Hoop is niet hetzelfde als optimisme evenmin de overtuiging dat iets goed zal aflopen wel de zekerheid dat iets zinvol is onaf gezien van de afloop, het resultaat.

V. Havel

Onze grootste angst

Onze grootste angst is niet, dat we onvolmaakt zijn.

Onze grootste angst is, dat we mateloos krachtig zijn. Het is ons licht, niet onze schaduw, die ons het meest beangstigt. We vragen onszelf: wie ben ik om briljant te zijn, talentvol, fantastisch? Maar: wie ben jij om dat niet te zijn? Je bent een kind van God. Als je je onbelangrijk voordoet, bewijs je de wereld geen dienst. Er is niets verlichts aan jezelf klein te maken, opdat andere mensen zich bij jou niet onzeker voelen.

We zijn allemaal bedoeld om te stralen als kinderen. We zijn geboren om de glorie van God, die in ons is, te openbaren. Die is niet alleen maar in sommigen van ons; die is in iedereen. En als wij ons licht laten stralen, geven we onbewust andere mensen toestemming hetzelfde te doen. Als wij bevrijd zijn van onze eigen angst, bevrijdt onze aanwezigheid vanzelf anderen.

Nelson Mandela

Een stem

Zoals er mensen zijn die zingen, niet omdat zij dit willen, maar omdat er een stem in hen oprijst, zo zijn er ook mensen die geloven, niet uit angst en uit hoop op beloning, maar omdat zij krachtens hun wezen niet anders kunnen.

Abel Herzberg

Het is wat het is

Het is onzin zegt het verstand.

Het is wat het is zegt de liefde.

Het is pech zegt de berekening.

Het is niets dan pijn zegt de angst.

Het is uitzichtloos zegt het inzicht.

Het is wat het is zegt de liefde.

Het is belachelijk zegt de trots.

Het is lichtzinnig zegt de voorzichtigheid.

Het is onmogelijk zegt de ervaring.

Het is wat het is zegt de liefde.

Erich Fried

Werkelijkheid

Ons werkelijke leven ligt in het diepste van ons innerlijk. Onze rusteloosheid en onze zwakheden zijn bewegingen aan de oppervlakte. Daarom moeten wij ons terug trekken in de stilte, naar de stille diepten van ons geestelijk leven om dat werkelijke leven in ons te ervaren. Wanneer we dat doen zullen ook onze woorden en daden werkelijkheid worden.

Rabindranath Tagore