



To C Magazine 14
Woorden om Klank te Geven - Words needing Sounds

Dag Lezer/ Dear Reader,

Fijn dat je er bent om te genieten van woorden, beelden en ook klank.

Great that you join us to enjoy words, images and also sounds for the written words really come to live when they get breath and vibrations. I did it by creating C Songs you can find on my website. And you are invited to experiment by reading out loud and experience where and how the words touch you.

Inhoud – Content

1. Compassie

2. Confession

3. Woorden hebben Macht – The Power of Words

4. Je Eigen Muze

5. De Zoeker – The Seeker

6. Kansspel

7. IJdelheid

8. Stem

9. Onder de Wolken

10. Regen op het Raam - Raindrops on the Window

11. The Feminine

12. Sneeuwvitje

13. Sardinië - Val van het Ego – deel 2

14. Het Aardekind - De val van het ego deel 3

15. The Sacred

16. How do I feel in this Group?

17. Vuur

18. Viool Spelen

19. Vast in de lift met Luukje

20. Under the Skin

21. Plastic Vorkje

22. Pijnaanval

23. Other Priorities

24. Mother Earth

25. Mens durf te leven

26. Life Hurts

27. Laatste hoofdstuk

28. Honesty

29. Hete aardappel

30. Groter dan ik

31. Het Spel om de Macht

32. Commitment



**To C = To Connect, To Confront, To Contact, To Complete, To Care,
To Communicate, To Comfort, To Create, To Commit, To Continue....**

All those great C Words can guide us to be creative. Confession and Compassion are the C Words of this issue that focuses on the Feminine Voice. Don't be mistaken: the Feminine voice is not only to be found in women, it is also part of men. There is a difference: for men it is more difficult to express this Feminine Voice than for Women who are more used to give Care, Compassion, Attention, Comfort. But we all have to become Aware if we long to become a Complete human being, no matter if we are men or women. For women it is less natural to use their Masculine voice, although we are learning. That's why we have to be on guard: let's not lose the balance between our Feminine and Masculine sides.

In this To C magazine I give myself and you the Chance to experiment balancing our two voices by focusing on the Feminine because our Feminine Power is still in hiding. If we want to Continue being part of Life as it is now, we will have to use all the creativity we have. My aim is to give a taste of the Joy it offers if you and I and we all do IT because we Care about the World, about Humanity, about Nature, about Animals, about Art, about Science and above all Care for each other! The idea is to first read the published words outloud a few times while you feel where they touch you. And if you dare you can sing them, maybe not all of them but start with giving sound to one word, then two and keep repeating them as if they are a mantra. Next step can be to go to my website where you will find a number of video's with C Songs I gave sound. You are invited to sound with me, sing with me and enjoy your own voice in connection with mine. Hopefully it will inspire you to write your own words, your own songs. Let's just do it and enjoy the authenticity of our words and voices!

1. Compassie



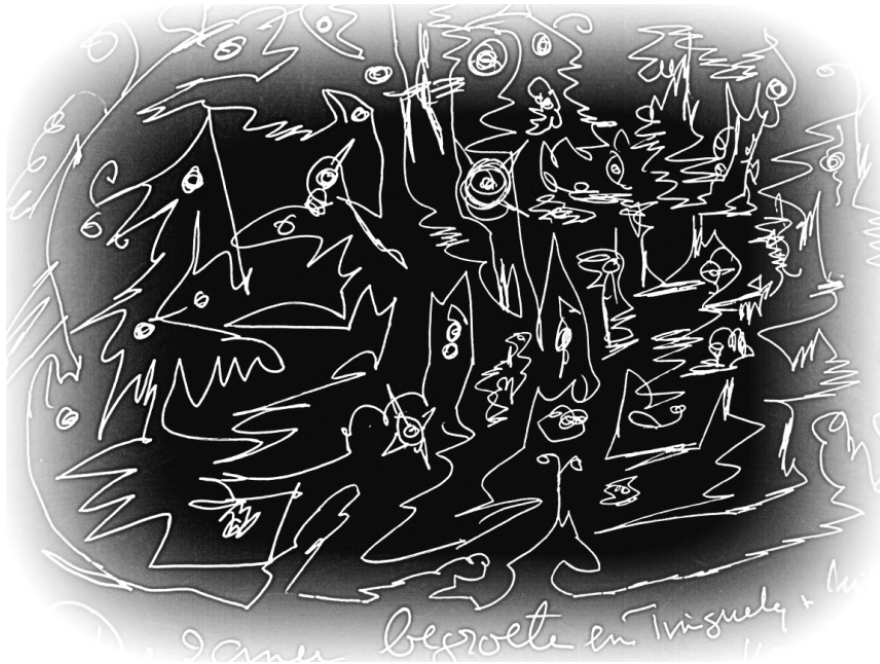
Een warm figuur
Eén en al kleur
Inwendige ogen
Eén open, één blind
Kan een blind oog zien?
Wel naar binnen
Gevoel zien
Gevoel voelen
Gevoel horen
Dit alles begint van binnen
Compassie groeit in een lijf vol pijn
Een lijf vol liefde
Een lijf dat uitstraalt
Een lijf dat niet klein te krijgen is
Een lijf dat weet van de liefde
En van de onderdrukking van gevoelens
Hoe meer onderdrukt
Hoe meer opwinding
Hoe meer com-passie!
Com + Passie = Hartstocht

2.Confession



**The sacred can be found
within the yellow field
That has its own borders
keeping inside those
who belong and want to be there
Keeping outside the intruders
who are part of the outside world
with its own laws, norms and values.
The one is not better than the other?
But there is a difference yes.
To know what the difference is
One has to enter and be part of
what is happening and of what is being created.
Contact can happen on the border
where the two worlds can meet
and confront each other
in a creative and fertile way.
Both ways can lead to contact
if both parties are aware and good willing.**

3. Woorden hebben Macht – The Power of Words To C = To Connect and Make Contact by writing



Klankbeeld – Sound Image created while listening to a poet

**De meester zegt : “Schrijf, al is het een brief of een dagboek,
of al zijn het telefoonkrabbels - maar schrijf.
Schrijven brengt ons dicht bij God en onze naaste.
Als je beter begrijpen wilt wat je rol in de wereld is, schrijf dan.
Leg je ziel in wat je schrijft, ook al leest niemand het – of erger:
ook al leest iemand het terwijl je dat eigenlijk niet wilde.
Schrijven helpt onze gedachten te ordenen
en inzicht te krijgen in wat ons omringt.
Papier en pen zijn wonderdoeners – ze genezen verdriet,
houden dromen in leven, doen je de hoop verliezen
of laten je voelen dat er juist nog hoop is.
Woorden hebben macht.’
Paulo Coelho in Maktub – Het staat geschreven**

**The master says: “Write, be it a letter or a diary,
or even phone scribbles - just write.
Writing brings us closer to God and our neighbor.
If you want to better understand your role in the world, write.
Put your soul in what you write, even if no one reads it - or worse:
even if someone reads it when you actually didn't want to.
Writing helps organize our thoughts
and gain insight into what surrounds us.
Paper and pen are miracle workers - they heal grief,
keep dreams alive, make you lose hope
or make you feel that there is still hope.
Words have power. ”
Paulo Coelho in Maktub - It's written**

4.Je Eigen Muze



Image : The Charismatic Singer in Action

De Rattenvanger van Hamelen

Gids van Inner Child Card Staven

De muze komt om je mee te voeren naar Toverland

Maar trap niet in de Muzen buiten jou

Ze zijn verleidelijk

O, David Bowie...

Hij weet 't, hij kan 't

O, Leonard Cohen

Heerlijk

Here I come Leonard

Tony Robbins

Is geen fucking goeroe

Niettemin...kan hij verleiden

Je geliefden zijn je gidsen

Zij hebben je op weg geholpen

En nu ben jij je eigen Muze geworden

5.De Zoeker



**Op zoek naar het land
Ver, ver, weg achter de sterren
Waar alles beter is
Op zoek naar collega's
Die gelijk gericht zijn
Wat niet betekent hetzelfde
Nee, het gaat over deugen
Het beste willen
Je hart volgen
Of toch je hoofd
Dat je hart laat weten
Dat het niet zo dom moet doen
Niet zo naïef, niet zo onschuldig
Voor je het weet
Komt de slag op je eigen hoofd terecht
Ha, ha, jij dacht dat je het wist
Mooi niet dus
We weten misschien 0,1 % maar...
Blijf in vredesnaam voelen
En uitstralen dat jij het ook niet weet
Maar wèl voelt dat contact mogelijk is
Speel het spel
Bescherm jezelf
Zonder je af te sluiten
Iedere dag brengt nieuwe kansen
Mens, durf te leven!**

5.The Seeker



Looking for the land
Far, far, far behind the stars
Where everything is better
Looking for colleagues
That are aimed the right direction
Which does not mean the same
No, it's about the intention
Wanting to give the best
Following our hearts
Or our heads
That let us heart know
That it shouldn't be so stupid
Not so naive, not so innocent
Before you know it
The blow will land on your own head?
Ha, ha, you thought you knew
That's not true
We know not more than 0.1% but ...
For God's sake please keep feeling
And radiate that you don't know either
But you do feel that contact is possible
Play the game
Protect yourself
Without closing off
Every day brings new opportunities
Come on, let's, dare to live!

6.Kansspel



Lente is het!
De zon schijnt maar
Het is schraal
Ik ben hier niet blij mee
Ik wil milde temperaturen
Krijg ijzige, helse winden
Hoe overleef ik?
Overleef? Ja!
Overleven gaat het daarover?
Nou nee dus
Nu gaat het niet over overleven
Maar over hoe de dood tegemoet te treden
Nog nooit zo dichtbij gevoeld
Stel dat je aan de beurt bent
Ja, zou kunnen
Kun je beter je ziel voeden
Het leven zien als een kansspel
Een kans om te spelen
Een kans om uit de angst te stappen
En spelend de dood tegemoet te gaan
De dood die komt
Misschien niet nu meteen
Maar wel ooit
Net als de wedergeboorte
die daar zeker op zal volgen.

7.IJdelheid



Keer op keer loop ik in de val
Van de ijdelheid
IJdelheid zegt: je wordt bewonderd
Zowel door mannen als door vrouwen
Te laat word ik me bewust van de val
die onvermijdelijk komt
Als blijkt dat ik toch niet
die volmaakte oermoeder ben
Die haar armen onvoorwaardelijk opent
Voor hen die hartstochtelijk verlangen naar de warmte
van de moederschoot, het moederlijf, de moederborst
Het spijt me, het spijt me, ik bied wel
Maar niet wat jij wil
Oprechte aandacht gaat over je zien, je horen
In je strijd om een zo goed mogelijk mens te zijn
Ik herken, voel mee, stimuleer, sta achter je
Fluister je toe: geloof in je kracht, geniet van wie je bent:
een parel van de schepping
Maar ja geloven moet je zelf doen
Jij weet zelf hoe mooi jij bent
Alleen jij weet hoe je voor jouw Zelf moet zorgen
Niemand anders kan het voor je doen!
Ook ik niet...

8.Stem



**Een meisje met een triangel
Die staat voor de drie-eenheid van lichaam, geest en hart
Ze wil blij zijn, pret hebben, gezelligheid
Een vogel wijst haar de weg naar vrijheid
Ze kan het zich niet voorstellen
De triangel wil muziek in haar leven brengen
Ze zingt wel af en toe om tot de kern door te dringen
Vandaag zit haar verdriet hoog
breekt door de muur heen
wil gehoord worden
Haar stem laten klinken
samen met de woorden kan en mag
Geeft een volmaakt concert
Zijn dat haar woorden? Ja!
Niet alleen van haar maar ook voor haar
Oefening baart kunst
Haar verdriet lost op, haar lijf voelt beter
Als ze haar Zelf toestaat haar keel te openen
En de klanken te laten stromen...**

9.Onder de Wolken



**Hier en Nu in de zon
Die om de wolken heen schijnt
Alhoewel nu even niet
Nu schuift er een wolk
Tussen hem en mij
Links zwemt een mens
Gevolgd door een roze plastic hart
Waarom weet ik niet
Het is een geoefende zwemmer
De zon is terug en genereus
De Javakade waar ik op een bank zit
Is een wereld waar ik bij wil horen
Maar niet hoor
Het idee dat ik mijn huis zou uitstappen
En geen keus had
Links af langs het water
Of rechts af langs het water
Geen andere mogelijkheid
Wat een ongelooflijke luxe
Er komt een plezierjacht voorbij
Dat hoort bij de wereld van het kapitaal
Bij de boten die af en toe uitgelaten worden
Maar meestal wachten op hun volgende uitje
Een man op een plank trekt peddelend mijn aandacht
Ook hij of is het een zij hoort bij een wereld
De zon is weg en komt terug
Een vrachtschip nadert
O nee, het is een boot bedoeld voor mensen
Die een tochtje over het water willen maken
Een opzienbarende toeter kondigt het vertrek
Van het cruiseschip op rechts aan
Dag dagje Amsterdam
Wij hebben het weer gehad
Here we go...
Het wordt fris
De wolken worden groter, dikker, donkerder
Time for me to go too!**

10. Regen op het Raam Raindrops on the Window



**Nat – Wet - Natte dag – A wet day
Ik blijf binnen – I stay inside
Don't want to be wet
Wil niet nat worden
Niet koud – Not cold
Ik kijk naar de druppels
I look at the drops
Door de lens van mijn camera
Zie donker – See darkness
Zie dreiging – See the threat
Zie een straaltje licht in die ene druppel
See a spark of light in that one drop
Of zijn het er twee – Or are there two
Ik zoom in en zie de overkant in een andere druppel
I zoom and see houses in a different drop
In meer druppels – In more drops
Boeiend - Interesting
Toch een minder saaie dag dan ik vreesde
This day is less boring than I expected**

11.The Feminine



**Four minutes
To Write
To Reflect on the Work
With the Voice
That brings out
The Feminine
And gives me a place
in the life of those
who also have a Voice
to express the Feminine**



12.Sneeuwitje



Morgennacht ga ik naar een bijeenkomst
Met Gestalt collega's in Sardinië
Althans dat is de bedoeling, alles is klaar
Ik kan zo vertrekken, maar...mijn rug doet weer pijn
Meer pijn na de behandeling bij de fysio
Ik heb ook stoelgangpoeder geslikt
Waardoor ik constant op de wc zit
Om nog meer te poepen, is misschien wel goed
Maar...moet ik zo wel weggaan?
Is dat niet de duivel verzoeken
Door mezelf geweld aan te doen?
Moet ik dit gedoe zien als een teken om af te zeggen?
In Sneeuwitje gaat het over
Zorgvuldig onderscheid maken
Als het gaat om zakenreizen
Is dit niet waar ik heen zou moeten?
Was het een misverstand, een verkeerd idee?
De Ja/Nee kaarten zeggen.
Nee, waarom hou je niet op met zoeken naar wat je al hebt?
Lijkt me duidelijk. In Sneeuwitje gaat het over rancune uitschakelen
en over woorden van je hart,
woorden van liefde, woorden van begrip van binnen uit
die een stralend licht kunnen vormen
dat genezing kan brengen voor relaties
Dus gaan zou ook een kans kunnen betekenen...

Inspiratie: Inner Child kaarten

13.Sardinië

Val van het Ego – deel 2



**Mijzelf beschermen
Mijn reis annuleren
Kom op, aarzel niet langer
Jij bent belangrijker
dan het Gestalt netwerk
Maar je doet het voor jezelf
Is dat zo?
Doe ik het voor mij?
Zal ik gevoed worden
Kan ik mezelf voeden
Niet als ik me voel zoals ik me nu voel
De fysio heeft een pijn geraakt
die al jaren vast in mijn lijf zat
Jammer maar dit avontuur is niet
Wat je dacht dat het was
Ik ben ook bang om te gaan
Ik voel verdriet, zou willen huilen
Al die pijn die vast zat en nu gaat stromen**



**Later op het terras van ex-Blijburg
Ik voel de zon tussen de schapenwolkjes doorkomen
Er is rust in mij gedaald
Ik ga niet naar Sardinië
Hoef dus niet vannacht om 1 uur naar Schiphol
Hoef niet meer dan 4 uur te wachten tot mijn vlucht vertrekt
Hoef me geen zorgen te maken over de bus
Die ik moet halen
De halte waar ik uit moet stappen
De drie kilometer die ik dan nog moet lopen
Of een taxi bellen met een chauffeur
die geen Engels spreekt
Ik hoef ook geen kamer met twee collega's te delen
En me zorgen te maken over mijn stoelgang
En rugproblemen waarmee ik ze kan storen
Iets anders is dat ik me geen zorgen hoef te maken
Over confrontaties met beter wetende collega's
Die de leiding van deze Jaarvergadering hebben
Nee, dat hoeft dus allemaal niet
Het gaat over blij zijn met en kunnen ontvangen
Na de internet ontmoeting met collega's
over 'identified as white'
Weet ik dat ik een andere weg moet bewandelen
Om gehoord te worden.
Deelnemen aan 'Interest Groups'
Met collega's werkt averechts.
Tenminste ik breng mezelf in gevaar
Door anders te denken
Ik bedoel door mijn hart te laten meespreken
Kortom ik ben wellicht aan een groot gevaar ontsnapt
Net als bij Sneeuwwitje is de vergiftigde appel
Door de schok uit mijn keel geschoten
Verlaat het vlot van je verleden
En vind nieuwe Levenskracht
Vrijheid, vertrouwen...**

14.Het Aardekind

De val van het ego deel 3



Het Aardekind

Een mensenziel in de moederschoot

Zich voorbereidend op de wedergeboorte

Dit kind vertegenwoordigt het hoogtepunt van een lange reis!

**Terwijl de ziel voortgaat op zijn tocht door tijd, ruimte, materie en geest
komt hij opnieuw uit bij het oorspronkelijke ei.**

Maar wat heeft het te maken met mij en mijn uit balans zijn?

Ik ben niet letterlijk op reis gegaan,

ben wel geestelijk aan een nieuwe reis ben begonnen.

Mijn kwetsbaarheid maakt dat ik opensta voor niet doen

Wat iets anders is als niets doen. Ik doe niet maar ben wel.

Als alles was gegaan volgens planning, was ik nu in Sardinië

**op weg naar het hotel maar ik zit in IJburg aan mijn eigen eettafel
en schrijf, wat wel doen is of juist niet?**

Hoe dan ook kan ik niet anders dan leven met mijn lijf

**Dat bezig is zich kenbaar te maken door pijn te laten stromen
die jaren vast heeft gezeten en tranen naar mijn ogen brengt
zonder dat ik weet waar het over gaat.**

Ik voel me inderdaad weer dat kind in de onzekere moederschoot

Klaar om aan een nieuwe innerlijke reis te beginnen.

Doel: zo binnen, zo buiten!

15.The Sacred



**Let's be willing to receive
what Life has to offer
Let's tune into sacred energy
that is connecting us as human beings.
Let's join a Group that can be a sacred place
A place where the members feel they belong
to an energy bigger than the personal.
An energy connected with the universe.
To be aware of this energy we need contact
Contact with our own self
Contact with our surrounding
Contact with our senses
Contact with our neighbours
Contact with our loved ones
Let's be aware we can make contact
if we are good willing**

16..How do I feel in this Group?



**I feel at ease
I see a green meadow
I float on green water
I want to stay here
I hate to leave
And be back
With my computer
That is disturbing me
By making horrible noises**

Cards:

Basic Fear 2: afraid of Being Left Alone

Demand 1: say Yes to Life!

Basic Need: Support

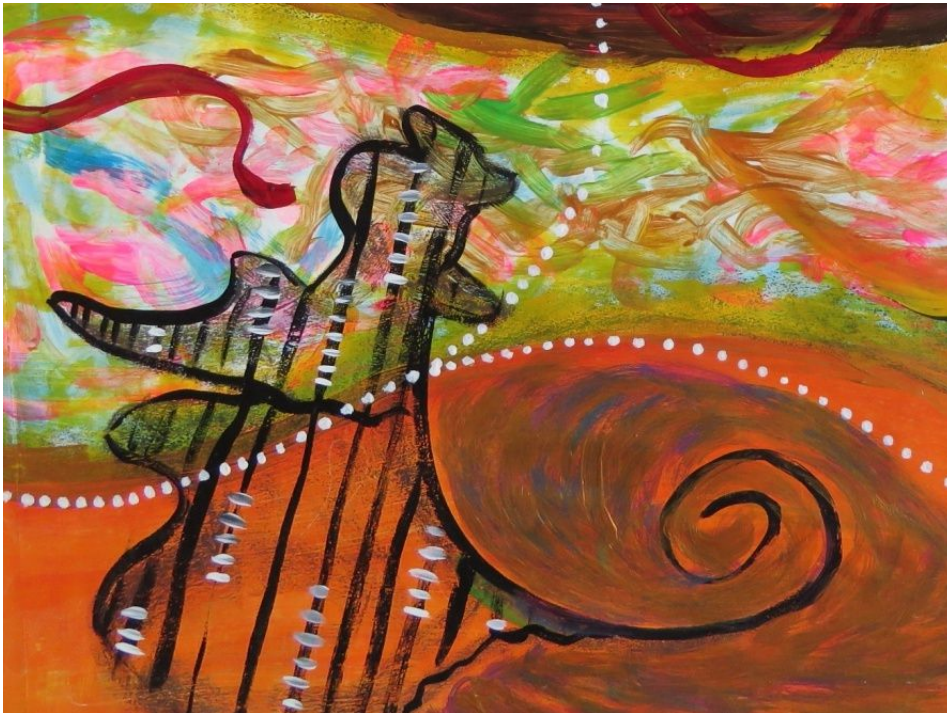
Writing with Russian Colleagues January 16, 2021

17.Vuur



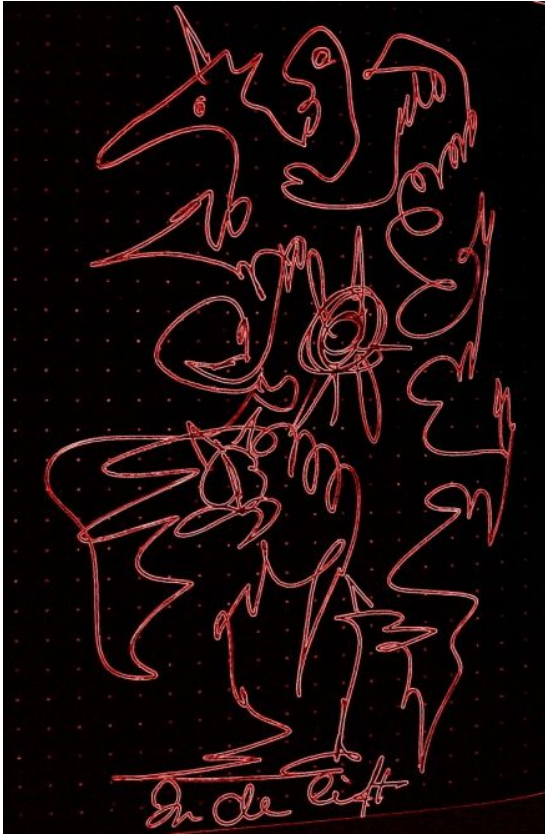
**Vuur vernietigt
Vuur geneest
Vuur is licht
Dat ook ik ben
Ook ik ben een lichtwezen
Ik ben allebei
Ik ben van de aarde en van het licht
Ik ben zwart en ook wit
Ik deug niet en ik deug
Even wennen en het wordt gewoon!
Ze zeggen dat ik geboren ben uit een godin
Bevrucht door de bliksem
Klopt!
De ooms en tantes vertelden het jaar na jaar
Hoe het bliksemde, donderde, stormde, goot
Op de dag dat ik op de wc ter wereld kwam
Mijn tante en mijn moeder ontvingen mij
Met open aardse armen
Zij brachten een lichtwezen het leven in
Zij waren de vroedvrouwen van het licht
dat nog moest komen...**

18.Viool Spelen



**Geschokt, geraakt tot diep in mijn ziel
Dit gaat over kiezen voor de muziek
Na een ongeval waardoor je zelf niet meer kunt optreden
Kiezen niet voor je man en niet voor je kind
Liever een relatie met een student
dan gelukkig met huisje boompje, beestje
Man, zoon, ja natuurlijk wil ze die niet kwijt
Maar dat is niet waar de passie is
Viool spelen moet iedere dag
De snaren beroeren om de zuiverste toon te laten klinken
Niet iedereen ziet daar het nut van in
Hoewel ik het niet zeker weet
Geloof ik dat meer dan een relatie
In mijn leven daarop is stuk gelopen
Naar wie, naar wat ging mijn aandacht?
Niettemin is gedumpte worden vernederend
Maar...door de pijn te durven voelen
Kon ik mijn werk beter doen
Pijn is de verbindende factor leer ik
De climax in de film is een uitvoering
Van het vioolconcert van Mendelsohn
door de ex-student
aangemoedigd door de dirigent hem zijn pijn te geven
van gedumpte zijn door de ex-diva
die met een gelukzalige glimlach op haar gezicht
luistert naar het concert van haar ex-student en ex-minnaar
Bij mij vloeien de tranen rijkelijk over mijn wangen**

19. Vast in de lift met Luukie



Het begon met enge schokken
Ik wilde naar beneden
Ben blijven steken
Net boven B niveau
De stem zegt: deze lift is buiten dienst
Buren bekommeren zich om mijn lot
De alarmknop werkt niet
Mijn mobiel ook niet
Eén buurman blijft om te zorgen
Dat we niet in paniek raken
Luukie begint zich te vervelen
Zoekt bescherming tussen mijn benen
Buren stappen in de andere lift
Ze zeggen: 'Haal die vrouw er uit'
Ik begin me in mijn lot te schikken
Schrijven kan dus altijd
Tenminste als je een notebook en een pen bij je hebt
'O, zit die mevrouw vast in de lift'
Die raakt niet zo gauw in paniek
Lijkt hij te bedoelen
We zitten meer dan een half uur vast
Ah, daar is de monteur
We worden naar beneden geholpen
Het is een hoge stap; het leed is geleden

20. Under the Skin



**The last day of a gorgeous summer
Sitting in the harbour
I hear the sounds of children
Swimming, playing ping pong
They make fun
by slapping each other's buds with a bat
Clouds are announcing the coming rain
The possible thunder
There is a party on my right side
The end of summer is celebrated
I feel melancholic
I still struggle with my condition telling me:
Take a rest, listen to your body, enjoy just being!
I have been reading for hours in a magazine
About what is happening in the world
Although the world described is not my world
It is the world of politicians, artists, writers, musicians, filmers
Yes I am a writer, an artist, I still participate actively
But I am not part and never have been
Of the famous, the well-known, the important people
That are interesting enough to write about
Sometimes in the articles it is about
The undercurrent, the invisible, the under-the-skin world
Here I feel at home, this is my world
There is not much news about it in the magazine**

21. Plastic Vorkje



**Ik ben een vorkje
Een plastic vorkje
Met mij is een patatje gegeten
Of een slaatje
Toen had ik mijn dienst gedaan
En werd achtergelaten op het strand
Niemand om mij heen
Geen ander vorkje te bekennen
Alleen mensen die zich ergeren
omdat zij vinden dat ik bij de rotzooi hoor
Maar zien ze niet mijn schoonheid
Die huist in mijn vormen
mijn transparante kleur
die precies passen bij wat mij te doen stond.
Stond want helaas ben ik voor eenmalig gebruik.
Dus lig ik hier nutteloos om te vergaan.
Maar ja ik ben van plastic
dus voorlopig blijf ik nog wel even!**

22.Pijnaanval



**Pijnaanval
Mijn hart bibbert
Wat gebeurt er met mij?
Ik zucht
In mijn hoofd duizelt het
Niets zit meer op z'n plek
Er klopt iets niet in mijn lijf
In mijn hart, in mijn geest
Ik moet mijn hoofd buigen
Uw wil geschiede
Maar wat is uw wil?
Wat staat mij te doen?
Ik weet dat ik grote pijnen verberg
Niet uit, ik wil niemand lastig vallen
Een confrontatie
met de gangbare mening die denkt
dat het leven over materie gaat
brengt mij van mijn stuk
Ik sta niet alleen
Waar vind ik de warme handen
Die mij kunnen helen?
Ik ben mijn heler
Ik met een hoofd letter I**

23. Other Priorities



**On the beach
Just me
No dog
No camera
Looking at the waterbirds
Meeting a man from Libanon
Together admiring the clearness of the sky
In combination with the color of the water
He tells me stories
That make life difficult
His scooter was stolen
The police had other priorities
Thanks to an attentive woman
It was found back
Four months later
Now since five days a gang of boys
is playing with fireworks in his street
He bravely gave a warning
Was put against a wall and attacked
When the police came at last
They disappeared in a bus
His beagle dog is waiting for him
He throws a ball that lands in the water
The dog is not interested, does not listen
The dog has other priorities...**

24.Mother Earth



**The bones of our ancestors
Feed the earth
Out of their bones
We grow our food
The Earth is our Mother
Our Mother can not be sold
Money won't last
While the Earth will be there forever
Unless we keep raping it**

**Published in Native Wisdom for White Minds
Written by Anne Wilson Schaefer**

25. Life Hurts



**Life hurts
Life is painful
Life makes us victims
Oh how pityful we all are
Poor me
I fell in the metro
Why me
Why did I have to fall in the stupid metro
I was feeling great
On my way to a beautiful walk
Together with a funny dog
Not mine though
I am a dog sitter, a dog walker
But all the same
We did go for the walk
The sun was there
We met nice people
The green was greener than green
The water was brilliant
And we walked and knew
We were in the right place
Being part of a wonderful World**

26. Laatste hoofdstuk



**De dood komt dichterbij
Is niet zo angstwekkend als vroeger
Ik moet wel net als Jacob
in zijn droom met de ladder
vechten met duivelse krachten
die mij angst aanjagen
Angst voor die dood
Angst voor de pijn van het leven
Ga ik mee in het gevecht tegen de angst
Of geef ik me over aan het onbekende?
Als ik bereid ben te luisteren
Hoor ik tromgeroffel
Bazuingeschal
Hemelse klanken
Maak ik mezelf iets wijs?
Nou en?
Als ik mijn verbeelding niet had
Was ik al lang
roemloos ten onder gegaan!**

27. Honesty



**Honesty is like money in the bank
If you are honest you can be trusted
Today I honestly don't feel well
I feel on the brink of crying out loud
Is it just physical or is my heart in protest
Or my belly where the pain is?
I am not going for lunch with my sister
I am not going to read my poems
A few days later I type this out
And do honestly feel good enough
To do whatever there is to do
No pain, no problem
I feel at home with me
I am beginning to believe that
The signals my body gives me
Are honestly worth to be listened to
Even if I long to do something
Circumstances might not be optimal
The older I get, the more sensitive I am...**

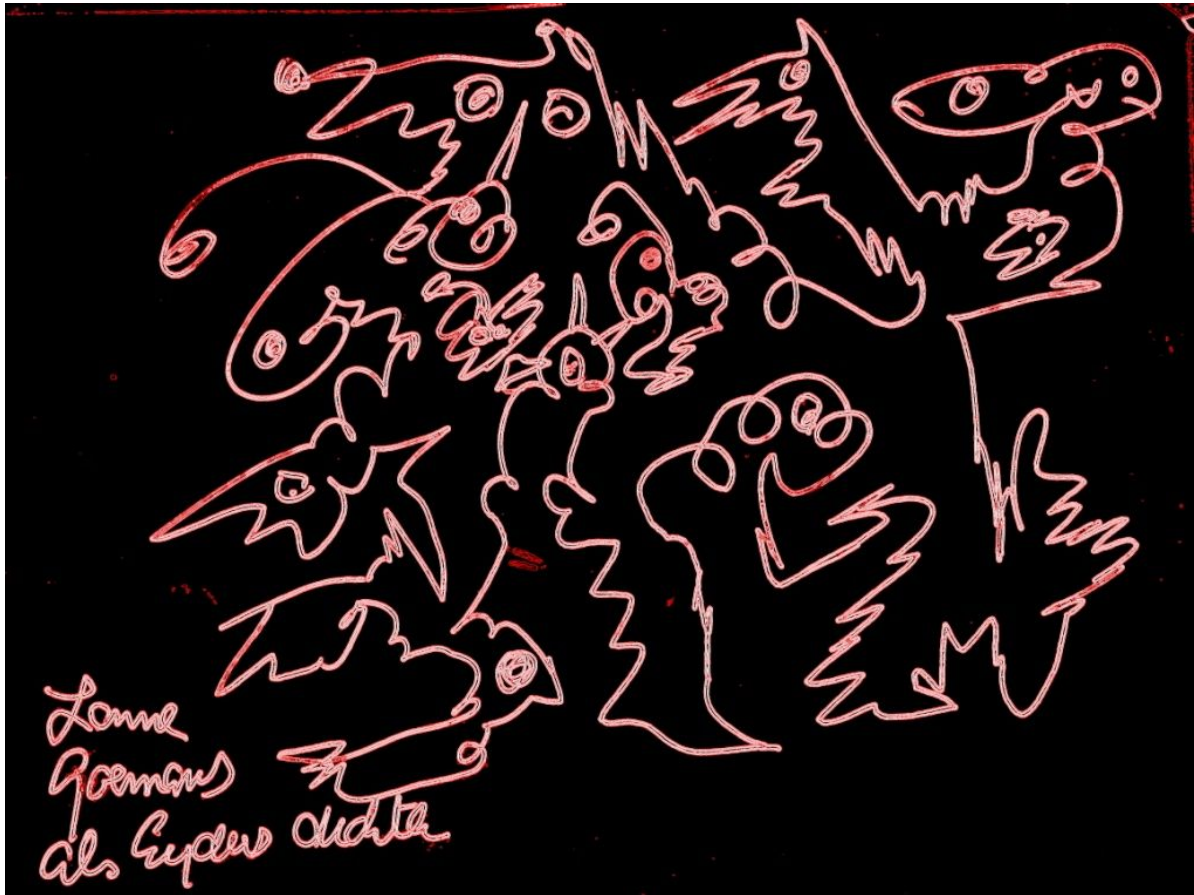
**Inspired by Native Wisdom for White Minds
By Anne Wilson Schaefer**

28. Hete aardappel



**Verlaat het vlot
van je verleden
Vind vrijheid
Levenskrachten
Waarheid
Geef door wat kostbaar is:
Luisteren zonder oordeel
Luisteren zonder angst
Luisteren en ontvangen
Leuk? Niet Leuk?
Wat maakt het uit
Het gaat om het nieuwe
Verborgen onder het oude
In de al bekende laag
Gaan de klokken niet luiden
Doorgeven
Geen hete aardappel
Doorgeven wat breekbaar is
Kostbaar is
Voorzichtigheid is geboden!**

29. Groter dan ik



Deel uitmaken van de dichters
is een genoegen
Dat groter is dan ikzelf ben
Groter dan ikzelf?
Rare conclusie
Hoe zo groter dan ik?
Waar gaat dat over?
De wereld van de dichters is uniek
Dichters hebben het lef
om hun gène te verheffen tot kunst
ook al zullen hun woorden
de eeuwigheid niet overleven
Maar kunst?
Bereid zijn om je binnenste buiten te keren
Is meer dan woorden voorlezen
Het is jezelf tonen op een diepere laag
De dichters staan op het podium
Betaald worden ze niet
Gratis mag het publiek ontvangen
Wat ze bieden
Het verlangen om gehoord en gezien te worden
Is groter dan het ik dat beloond wordt
O, vandaar dus...

30. Het Spel om de Macht



**Ja maar, nee maar
Spelen om de macht
Dansen om het gelijk
Om wie weet het beter?
Ik ben dus de therapeut
Jij bent de cliënt
Mijn opdrachtgever
Jij betaalt mij dus heb jij de macht
Om mij te ontslaan
Om mij niet goed genoeg te vinden
Maar... er is een maar
Wat ik te bieden heb
Is niet te koop
Je moet wel betalen voor de kennis
inzicht, tijd, aandacht
Maar de kracht die onder de macht zit
is niet te koop
Die kracht zit in jezelf
Is dus helemaal gratis
Je moet er wel voor open staan**

31.Commitment



Commitment is my favourite C word
Without commitment my life would be empty and boring
I still remember the time before I found Gestalt
And believed that life was about finding that One other
That would make IT worthwhile
That one Other I could love with my whole heart
And of course he would love me as much
It did not work that way for me
And when I look around me I see that I am not alone in this
In the image I see a hand pointing to what, to where, to whom?
The hand is surrounded by creatures, creations, projects...
The hand is blue
What I see must be all about me
I am that black eagle
That yellow figure with a split
The orange fish heading forward
The green whale swimming in the multi colored water
I am the face with the question mark
The nose that has an eye in it
The soup I swim in, my soup, is green
The color of the heart energy
The hand tells me: this way! Keep going!

32.Cosmos



Looks like one big orgy
The green whale connecting with the red dragon
That is smiling indulgently
Peeping around the corner
There is a blue one eyed being without legs
Without arms to hold you
The eye is enough to connect
The whale is swimming to deeper waters
Where the sea horse is waiting
And an eal is ready to pair
All the way in top there is the snake
It seems to be on the look out
Ready to warn when danger is coming near
On the left a sea lion is breaking out off
the symbiotic situation while in its abdomen
there is a virus with an evil eye
Doing what?
What is the role of a virus with an evil eye
In the whole of the cosmos?
Will it separate the comrads
That were happy being together?
If yes, what is the meaning of all this?
Is it there to wake up the ones who fell asleep?
Telling them they have to behave differently
If they want to be a fertile part of the Cosmos



www.tinevanwijk.nl