

FORENSEN

Pasen dit jaar was heel anders
de ene dag gevierd... bosloop
tweede met wat brood gewerkt
we vieren mager klein feestje
op naar de toekomst
tenslotte blijf ik forensen
met veel nieuwe vrijwilligermensen
meer hoef ik ook niet te wensen
lekker de natuur in, ja... zon
Slacht-kracht voelt zo goed
oude vrienden weer ontmoet
voel me soms net als de film *Sproet*
gelukkig geen crisis
we houden moed
nu zin in de nieuwe caesar
ben ik in beeld?
voel me nog lang niet verveeld
mooi, de gedichten worden gedeeld
euforisch!

VLINDERS

de zomer is in aanvang...
veel te beleven
met drums en zang
cultureel gebeuren
wil graag blijven leven
zonder angst en beven
prachtige djembés met mooie kleuren
mag daar een onderdeel van zijn
dat voelt... goed en fijn
we waren met veel mensen
dat helpt bij het alleenzijn
vlinders overal
oergevoel
het paardje staat allang in z'n stal
misschien morgen weer even eruit
wie weet nog een weekendje uit?
voel me nu een bedorven spruit
hij mag weer aan in de vijver
de spuit

DE TOEKOMST GAAT DOOR

behept met wat onrust
luister naar je lichaam en geest
leef bewust
het verleden is geweest
zin in een familiefeest
het komt er gelukkig weer van
in mei zeker
de week van de psychiatrie
kan wel janken, juichen, schreeuwen
op de achtergrond een ontspanningsmelodie
we zijn leeuwinnen en leeuwen
het wordt anders, we gaan er voor
de toekomst gaat door
we hebben veel, ook een luisterend oor
zelfs een koor
heel wat zaken die ik verloor
en gewonnen... zelfrespect
en dat voor de lotgenoten