



Omslag en inhoud Truus Quax

# *Gedachten*

*Dit zijn mijn gedichtjes  
die ik iedere morgen  
op facebook post  
en die ik leuk vind  
om te delen*

*Lieve gedachten  
zijn krachten  
die de wereld rond gaan  
en weer bij jou  
stil blijven staan*

*Alles  
is veel  
met jou en mij  
is meer of minder  
is hier en ginder  
is ver en dichtbij  
is vast en vrij  
is veel en weinig  
is best geinig  
is met en zonder  
is een wonder  
is jou deel*

*Als je huïlt  
ben je lelijk  
als je huïlt  
voel je je vreselijk  
als je huïlt  
is een schouder wenselijk*

*Als je lacht  
is alles licht  
als je lacht  
heb je een mooi gezicht  
als je lacht  
ben je in evenwicht*

*Boekje  
ik zoek je  
om te schrijven  
en bij te blijven  
en te bedenken  
mooie geschenken  
om te wensen  
zonder grenzen  
mooie gedachten  
vrije verwachten  
alles te uiten  
en het boekje te sluiten*

*Hoop doet leven  
wensen maakt rijk  
lachen maakt blij  
huilen lucht op  
vertrouwen geeft ruimte  
moed brengt je vooruit  
Liefde geeft je alles*

*Lieve Vrouwe maan  
ik zie je in het donker staan  
hoog voor overzicht  
naar ons innerlijk gericht*

~~~~~

*Om ons gevoel te zuiveren  
Ons naar het hart te laten luisteren  
tevredenheid zachtjes in te fluisteren*

*Ik ben van mij*

*met huid en haar*

*met ziel en lichaam*

*geen ander zal beslissen*

*geen ander zal wissen*

*ik ben van mij*

*ik ben vrij ik ben die ik ben*

*rijker dan goud*

*ik ben degen die van mijzelf hou*

*Schemeren*  
*is tussen licht en donker*  
*is tussen blij en somber*  
*is tussen leven en stil*  
*is ontdekken wat je wil*  
*is blijven in het grijze*  
*is leren van de wijze*  
*is tussen niets en doen*  
*is tussen frons en zoen*  
*is een goede start*  
*om even te blijven in je hart*

*Wit is weten  
zwart is vergeten  
blauw is vertellen  
rood is vervellen  
groen is veilig  
geel is heilig  
oranje is omarmen  
deze regenboog zal je  
verwarmen*

*Denk je  
dat je  
het zeker wil weten  
en nooit meer vergeten  
tot het is versleten  
voor je het bent vergeten  
zeker weten*

*Druk druk druk  
iedereen stuk  
allen gevangen  
in regels en rangen  
wij willen zo graag  
verlost van deze plaag  
wij willen vrij leven  
alles met Liefde en rust beleven*

*Een blik . . .  
gericht naar buiten  
is gericht op duiten  
gericht naar binnen  
is het meest te winnen  
gericht naar beneden  
is staan in het heden  
gericht naar boven  
is met je hart geloven*

*Een gevecht  
het is echt  
een treffen  
van oneffen  
krachten  
niet kunnen wachten  
tot gesprek en luisteren  
inzien van eigen beperking  
komt meestal tot oplossing en verwerking*

*Een kaartje  
is een staartje  
van een gedachte  
eien verwachte  
reactie  
van een actie  
die hoopt  
op Liefde die loopt  
naar die ander  
retour naar elkander*

*In dit doosje  
stop je  
je allerbeste wensen  
diepe intense  
ideeën  
en roze wangen  
gedachten  
en stiekeme dromen  
ik wens dat ze uit zullen komen*

*Gevangen  
tussen stangen  
van angst en remmen  
die jou belemmeren  
vrij te zijn  
blij te zijn  
in woorden en daden  
lopen op paden  
die je brengen naar je doel  
één zijn met je gevoel*

*Het vuur zuivert  
het water heelt  
de lucht geeft je ruimte  
de aarde zorgt  
alle elementen werken  
met jou samen*

*De boom is gewond  
en terstond  
denk ik aan degene  
die ene  
die dit deed  
gedreven door wraak  
met beperking  
in verwerking  
van gevoelsleed  
het deed  
de boom en zichzelf  
pijn en de schelf  
van beschaving kan dun zijn*

*Al een poosje  
ben ik op zoek naar een doosje  
waar ik geheimen in kan verstoppen  
misschien wel proppen  
liefde en blijheid  
verdriet en een lach  
zon en regen  
je mooiste dag  
je zult nooit weten  
of je gaat vergeten  
wat het doosje  
bewaren mag*

*Ik zie ik zie  
wat je ook ziet  
krachten naar kunnen  
om je leven te runnen  
met keuzes en wensen  
beperking en grenzen  
het enige wat tegen zit  
creëer je zelf  
jij schitterend Licht*

*Een kopje koffie  
geeft troost  
het liefkoost  
en ziet met smart  
een zwaar hart  
het geeft even tijd  
om leed en bitterheid  
te vervangen door wensen  
en vervagen van grenzen  
om gesterkt  
verder te gaan getroost*

*In deze fles  
stop ik alle stress  
van dwaze gevoelens  
niet goede doelen  
tegenvallende reactie  
van een actie  
om het Licht te zien  
en door zonneschijn  
positief  
en heel lief  
iedere slok te dienen  
als voeding  
te zien en ervaren  
als zielsbegeleiding*

*Kandelaar  
wandelaar  
altijd sta je klaar  
jou licht is waar  
en daar  
ik staar  
is er niets te zien  
zonder jou vlam  
en bovendien  
geef je zonder gram  
je warmte en licht  
zonder tegenwicht*