

Ongehoord

Ongehoord

Iris Dekker

Ongehoord

Voorwoord

Vanaf mijn 12^e ben ik al veel bezig met schrijven. Het helpt me om stil te staan bij wat ik voel en denk. Vanaf dit moment schrijf ik dus gedichtjes, korte teksten of verhalende teksten. Ik geef je via deze weg een kijkje in mijn hoofd. Een kijkje achter de schermen van iemand die al van jongs af aan last heeft van mentale problematiek. Misschien roept het wat bij je op, misschien herken je je wel ergens in en geeft het woorden aan hoe je je voelt. De teksten zijn veelal geschreven in periodes dat ik het zelf heel zwaar had, wat maakt dat er triggers in kunnen zitten. Maar ik wilde het vertellen zoals ik het heb ervaren, met alles erop en eraan. Geen stigma's, geen taboes. Zwart op wit hoe het is of is geweest.

De puurheid van kwetsbaarheid omschreven met woorden.

Het ongehoorde laten horen.

Mijn stille stem laten spreken, daar waar ik daar vroeger nooit echt de ruimte voor heb gevoeld.

Om te delen en te kunnen helen.

Het doorbreken van de eenzame dialoog.

Een reminder:

Het kan niet altijd blijven stormen. Ook de allerzwaarste storm gaat een keer liggen. De zon gaat weer een keer schijnen. Blijf ademen en blijf doorgaan.

Schrijver: Iris Dekker

Coverontwerp: Iris Dekker

ISBN: 9789403743981

© Iris Dekker

Ongehoord

Ongehoord

Tijd is een heler
Al lijkt het soms van niet
Op termijn wordt het minder sterk
Ook het ergste verdriet

Tijd is een heler
Ook al lijkt het eindeloos
De pijn neemt af
En de beschadiging wordt minder broos

Tijd is een heler
Het wordt echt minder intens
Het geeft je ruimte om te helen
En om te groeien als mens

Tijd is een heler
De zwaarste hevigheid verdwijnt
Zolang je maar blijft vechten
En je eigen krachten niet ondermijnt

Ongehoord

Iedereen wil gezien worden als mens, niet als probleem.

Ongehoord

Opnieuw een vernedering
Het raakt mij als een sprankeltje trots passeert
Die meteen wordt vervangen door onvrede
Het wordt me meteen afgeleerd
Iets wat chaotisch besluit ik naar buiten te bewegen
Even te ontladen, na te denken
Om mezelf de schuld maar weer te geven
De wind blaast rustig door mijn haar
En ik voel en ik voel
Maar ik voel niks
Dus ik zwijg, ik glimlach en ik staar
Ik staar in die leegte
De leegte tegemoet
Want hoe kun je echt leven
Als je niet weet hoe je voelen moet
Ik tril van wat angst
Dat mijn lichaam toch herkent
Dat lichaam dat het middelpunt van afkeer is
Dat nooit zal voldoen
Terwijl het de realiteit onderkent
Mijn uitgehongerde blik zegt niet genoeg,
Net zoals ik niet genoeg ben
Voor jou zal ik dat ook nooit zijn
Alsjeblieft, erken
Erken toch eens hoe het zit
Erken hoe je me haat
Erken hoe je me verafschuwt
En dat ik aan jouw ideaalbeeld te wensen over laat
Zeg het gewoon in mijn gezicht
De harde realiteit
Misschien geeft dat rust en erkenning
Want dat is het enige waar ik voor pleit
Maar woorden blijven uit
Stiltes slaan neer
Het lijkt een eindeloze slechte achtbaan
Hetzelfde liedje, morgen weer