

Met mijn hart op tafel

Met mijn hart op tafel

Karin Tensen - van Rein

Schrijver: Karin Tensen - van Rein
Coverontwerp: Berend van der Weide
ISBN: 9789403851341
© Karin Tensen - van Rein

Voorwoord

Het voelt voor mij als een eer om dit voorwoord te mogen schrijven voor de gedichtenbundel van Karin.

Karin en ik kennen elkaar al vanaf onze eerste schooljaren. In de klas van juffrouw Vriend op de Mijndert van der Thijnschool zat ik naast het hoogblonde, gevoelige meisje dat samen met mij alle klassen doorliep. Later gingen onze wegen uiteen: zij naar de Vakschool voor Meisjes, ik naar de Christelijke Mavo.

Waar ik vaak meer nuchter en praktisch was, voelde Karin diep en intens. Dat begreep ik toen niet altijd, maar gaandeweg ontdekte ik hoe belangrijk het is om gevoelens in woorden te kunnen uitdrukken. Karin doet dat op een manier die mij telkens weer raakt. Haar gedichten helpen mij niet alleen om mijzelf beter te begrijpen, maar ook om dichterbij de gevoelens van anderen te komen.

Met warmte en overtuiging beveel ik deze bundel aan. Ik hoop dat dit niet de laatste is en dat er nog vele zullen volgen.

"Het niet onder woorden brengen van gevoelens kan aandoeningen tot gevolg hebben."

Bé van der Weide

Inleiding

Welkom lieve lezer,

Voor je ligt een verzameling gedichten die ontsproten is uit de diepste krochten van mijn ziel. Deze bundel is niet zomaar een reeks van woorden en zinnen, maar een weerspiegeling van een leven dat gekenmerkt wordt door hoogsensitiviteit.

Vanaf mijn jeugd heeft mijn hoogsensitiviteit mijn waarneming van de wereld gevormd. Als kind ervoer ik de wereld intenser dan anderen om mij heen. Elke emotie, elke ervaring, werd versterkt en raakte me diep. Deze intense gevoeligheid bracht me soms in verwarring, maar tegelijkertijd gaf het me ook een dieper inzicht in de nuances van het menselijk bestaan.

Het schrijven van gedichten werd al snel mijn manier om deze overvloed aan indrukken te verwerken. Het papier werd mijn veilige haven, een plek waar ik mijn emoties kon uiten en mijn gedachten kon ordenen.

Wat begon als een persoonlijke uitlaatklep, groeide uit tot een passie en een roeping.

In het dagelijks leven betekent hoogsensitiviteit voor mij dat ik de wereld intenser ervaar. Het kan een zegen zijn, maar ook een uitdaging.

Het vermogen om diepere verbindingen te voelen en de schoonheid in de kleinste details te zien, gaat hand in hand met het risico om overweldigd te worden door prikkels en emoties.

Mijn gedichten reflecteren deze dualiteit – ze zijn een ode aan de kwetsbaarheid en de kracht die met hoogsensitiviteit gepaard gaan.

Ik hoop dat je, terwijl je deze gedichten leest, een glimp opvangt van de wereld door mijn ogen. Dat je geraakt wordt door de emoties die ik heb proberen te vangen en dat je, net als ik, de schoonheid en complexiteit van het leven leert waarderen.

Met een open hart,

Karin

De kleur van haar wereld

Zij is het licht dat in hem doofde.

De glans,

Zij heeft waar hij niet meer in geloofde.

Haar wereld is de kleur waarin hij zou willen leven.

Hij is verward, verstard, haar lach.

Het laat hem zweven.

Stappen naar het ongewisse

Soms durf ik stappen niet te zetten.

Uit angst waarnaar de onbekende weg mij leidt.

Misschien laat ik daardoor kansen liggen,

en blijft het hart gevangen

in vertrouwde zekerheid.

Denk jij nog aan mij?

Soms wandel je door mijn gedachten.

Hoe zou het met je gaan.

Heb je een gezin, getrouwd, heb je
nog steeds dezelfde baan....

Destijds elkaar ontgroeid, onze jeugd allang
voorbij,

Maar ik vraag me wel eens af: denk jij nog wel eens
aan mij?

Donkere dagen, licht vooruit

Wat is het somber zei ze.

Het zijn de donkere dagen.

En zonder haar te vragen dacht ik misschien,
zouden die donkere dagen er zijn zodat je straks
het licht beter kan zien?

Ik geloof

Ik geloof in de mens, in het leven.

In de balans tussen nemen en geven.

Ik geloof in de rust, als de onrust verstijft.

Ik geloof in de troost die tranen droogt en verdrijft.

Ik geloof in jouw armen waarin ik verdwijn.

Waar liefde omhelst, bestrijd je de pijn.

Ik geloof in een hogere macht, biddende handen
ontvangen de kracht.

Ik geloof in de waarheid die de leugen wel vindt.

Dat liefde de sleutel is die alles verbind.