

Huil maar

Jolanda Bloem

Huil maar

Titel: Huil maar

Auteur: Jolanda Bloem

ISBN: 9789403892429

Coverontwerp: Bookmundo

©Jolanda Bloem 2026

Huil maar even, want dat lucht op.

Het is altijd fijn als er even iemand aan je denkt. Of als er iemand een arm om je schouder heen slaat. Vooral als je het moeilijk hebt.

Het geeft troost als je weet dat je er niet alleen voor staat. Dat je niet alles alleen hoeft te dragen. Dat er **verbinding** is.

Wat is verbinding?

Verbinding is de energie, het gevoel van wederzijds begrip en empathie dat ontstaat tussen mensen wanneer zij zich gezien, gehoord en gewaardeerd voelen. Het is een emotionele en cognitieve interactie tussen mensen, waarbij wederzijds begrip, veiligheid en erkenning aanwezig zijn.

Tijdens het schrijven van de gedichten voor deze bundel, heb ik geprobeerd om me in jou te verplaatsen. In wat jij nodig zou kunnen zijn om je getroost te kunnen voelen. Eigenlijk was dat niet zo moeilijk. Ik hoefde alleen maar in mijn eigen gevoel te duiken.

Gedichten met troostende woorden kunnen erg waardevol en bemoedigend zijn als je steun nodig hebt.

Al zwemmend in tranen, leiden golven naar rust, vrede en vrijheid.

Huilen is een bevrijding.

Huil maar even, want dat lucht op.

1. Leun op mij

Houd je maar niet zo groot
Nu even geen stoere vent
Huil maar,
ik pak je vast
Laat maar zien wie je bent

Verschuil je niet
Vertel mij alles maar
We doen het samen, niet alleen
Leun op mij,
maar doe het zelf
Dan komen we er doorheen

-een dikke knuffel-

2.Thuis

Ik droeg de schelpen in de palm van mijn hand
en het schuimen van mijn zee,
drong in 't gemaal van het koraal
toen het door mijn vingers gleed
Puzzelstukjes in het zand,
verbrijzeld door de ruis,
maar mijn oceaan blijft stromen
tot ik thuiskom;
echt thuis

3. Vertrouwen

Al voor jij werd geboren,
lag alles op het pad
dat jij moest bewandelen
Zelfs de pijn die je had
Vraag me niet waarom
Het leven is soms niet *fair*
Ik heb de antwoorden niet,
maar ik geloof in een ster
En die ster, dat ben jij
Zelfs je haren zijn geteld
Alles van je leven
is al eeuwenlang voorspeld
Wie je tegen moest komen
en wie je nu nog ontmoet
Heb maar vertrouwen
Dan komt het wel goed

4. Het rupsje

Waar zit het dan

Waar kruipt het nog

Waar heeft het zich verstoppt

Zo ongetroost,

een hele poos,

het heeft zich niet ontpopt

De vlinder heeft al vleugels,

maar het rupsje schuilt in jou

Troost het maar in je cocon,

dan vliegt dat rupsje gauw

5. Mooi

Als ik in je zou kruipen
Onderhuids het licht aan doe,
stilletjes in je hoofd zou sluipen,
zouden je gedachten dan veranderen
En zou je zelf dan gaan zien
hoe mooi je bent
Zou je je mening herzien?

6. Water

Water mag stromen
Laat maar vallen, die traan
Duw je hoofd in je handen
en laat je maar gaan
Je vingers geven troost
als een moeder die sust,
die elke nare pijn van je wangen af kust