

Woordpijn

Schrijver: Sam Mollee
Coverontwerp: Sam Mollee
ISBN: 9789464050455
© Sam Mollee

Voorwoord

Hoi Hoi!

Ik ben Sam Mollee,
de persoon die woordpijn heeft geschreven.

Ik ben geboren op 20 juni 2001 en ben op dit moment dus 18 jaar oud. Van jongs af aan probeer ik al te vechten tegen alles wat er omgaat in mijn hoofd. Soms ging dat de goede kant op, maar soms ook helemaal niet. Dit alles hoort bij het leven en dus ook bij een herstel. Ik ben gevallen in hele diepe dalen en heb altijd gedacht hier nooit meer uit te komen.

Toch sta ik hier.

Na jaren vechten tegen psychische problematiek is het me toch gelukt om weer te leven. Ik ben erin geslaagd om uit de diepste dalen te klimmen en sta momenteel stevig op de grond. Ik zie hoop, ik zie een toekomst en ben momenteel aan het beleven wat het leven allemaal voor moois kan brengen.

Ik sta gelukkig in het leven.
Herstel is dus echt mogelijk.

Soms was het lastig om te uiten wat ik voelde. In deze gedichtenbundel hoop ik een beetje inzicht te kunnen geven over hoe ik dit gedaan heb door middel van te dichten.

Het kan voor mij als een bevrijding voelen om het van me af te schrijven. Wat ik vooral zo mooi vind aan het schrijven is dat je een negatief gevoel om kunt zetten in een positief resultaat.

Deze bundel is een uitlaat voor al mijn pijn.
Pijn beschreven in woorden.

Woordpijn.

Ik hoop dat ik mijn lezers kan helpen door het lezen van deze bundel. Misschien heb jij ook wel last van psychische problematiek. Misschien zoek je steun, misschien herkenning. Ik hoop dat ik daarin mijn steentje bij kan dragen. Tegen deze lezers wil ik zeggen dat ik in ze geloof.

Er is een uitweg.

Er is een mogelijkheid om weer gelukkig te worden.

Jullie kunnen het!

Voor de mensen die het boek lezen om inzicht te krijgen in wat psychische problematiek in kan houden, hoop ik dat het kijkje in mijn hoofd een stapje dichterbij begrijpen kan brengen. Ik waardeer jullie moeite echt heel erg.

Ook voor de mensen die gewoon op zoek zijn naar nieuw leesvoer. Ik hoop ook jullie te kunnen vermaken en misschien zelfs tot nieuwe inzichten te kunnen brengen.

Het zou mooi zijn als ik met het uitbrengen van deze gedichtenbundel bij kan dragen aan het verbreken van het taboe rondom psychische problematiek. Door er over te praten ontstaat er hopelijk meer inzicht en begrip. Een ziekte in je hoofd is ook een ziekte. Er zou geen enkele reden moeten zijn om dit te verbergen en of je ervoor te schamen!

Graag zou ik nog wel even willen benadrukken dat sommige gedichten ongewenste gedachtes of reacties kunnen oproepen.

Denk goed na of het verstandig is om deze confronterende gedichtenbundel te lezen.

Jij bent belangrijk.

Veel leesplezier!

Woordpijn

Gedachtes loslaten om te kunnen blijven drijven

Sam Mollee

Maskers

Ik kijk in je gezicht
Daar staat een grote lach
Het is moeilijk om te weten
Of het waar is wat ik zag

Een gelukkig iemand
Dat is wat het lijkt
Mij erin luizen
Is wat je hebt bereikt

Jij voelt je niet oké
Maar toch ben je blij
Dat doen die maskers
Die klaar staan in de rij.

Toekomst

In het diepe springen
Met als uitkomst geen idee
Door het leven willen zingen
Hopelijk zit het 'n keer mee

Kiezen voor een toekomst
Proberen op te staan
Hopen op die ene uitkomst
Dat alles goed zal gaan.

Goud

Dingen slecht doen ben ik goed in

Falen is mijn kwaliteit

Mijn zelfbeeld moet verbeteren

Dat is een hele grote strijd

Soms heb ik het gevoel van

Ik doe echt alles fout

Maar dat wat ik echt in handen heb

Is van een waarde gelijk aan goud.

Schijn

Schijn is een gordijn voor het gevoel van pijn.

Opstaan

Ik ben vele keren neergevallen
Maar steeds één keer meer opgestaan
Een keer of honderd teruggevallen
Maar zo veel meer vooruitgegaan

Ik heb de strijd ook echt wel opgegeven
Maar het lukte toch om door te gaan
Het was lastig te blijven vechten
Maar het is gelukt te blijven staan.

Zonder hulp was ik hier niet gekomen
Het licht staat nu nóg steeds aan
Het is verdrietig geweest dit pad te lopen
Maar inmiddels valt er puur uit geluk een traan.

Luisteren

Als jij praat

Probeer ik te luisteren

Niet alleen te luisteren

Maar ook te horen.

Afspelen

Terugspoelen

Om de angst voor even niet te voelen

Pauze

Om even stil te staan bij alle applauzen

Afspelen

Zodat het leven niet zal gaan vervelen

Doorspoelen

Om erachter te komen wat ze met jouw leven bedoelen.

Sleutel

Ik wil de sleutel
Naar vrede en rust
De brand in mijn hoofd
Een keer geblust

Ik wil de sleutel
Naar hoop en kracht
Uitzicht hebben
Daarop heb ik lang gewacht

Ik wil de sleutel
Naar lachen en pret
Het leuk hebben
Daar heb ik mijn zinnen op gezet

Ik wil de sleutel
Naar liefde en geluk
Ik krijg hem wel
Maar voor nu denk ik fuck.

Slapen

Ik val niet in slaap
Terwijl ik al heel de avond gaap

Ik ben wel moe
Maar mijn hoofd laat het niet toe

Mijn ogen sluiten moeizaam
Echt een rot lichaam

Het gevoel laat me niet los
Morgenvroeg ben ik de klos

Ik wil dromen heel erg graag
Lekker slapen is wat ik vraag.

Isolatie

In een kamer zo kil en donker

Zit ik helemaal alleen

Ik ben opgesloten

Ik kan nergens heen

Ze zijn bang dat het fout gaat

Dus opsluiten dan maar

In een kamer zonder uitgang

Ze maken het tien keer zo zwaar

Ik ben hier ook nog

Ik ben wel een mens

Mijn problemen zijn heftig

Maar dit is wel de grens.