

Emoties vol leven



# Emoties vol leven

Abel Koentjes

Schrijver: Abel Koentjes  
Coverontwerp: Abel Koentjes  
ISBN: 9789465200033  
Jaar van uitgave: 2025  
© Abel Koentjes

“All that is gold does not glitter,  
Not all those who wander are lost;  
The old that is strong does not wither,  
Deep roots are not reached by the frost.

From the ashes a fire shall be woken,  
A light from the shadows shall spring;  
Renewed shall be blade that was broken,  
The crownless again shall be king.”

J.R.R. Tolkien

# Inhoudsopgave

Voorwoord .....	11
Adoratie .....	13
Een tijdelijke schijn van betekenis .....	14
Met jou voelt alles alsof het klopt.....	17
Angst.....	19
Een omhelzing van het leven .....	20
Waar woorden niet komen.....	22
Bewondering .....	25
Een leven zo eenvoudig maar niet alleen .....	26
Lef dat ik nu pas herken .....	28
Empathische pijn .....	31
Iedereen vecht voor iets.....	32
Hoe zwaar delen is.....	35
Esthetische waardering.....	37
Schoonheid is een filter door zijn ogen.....	38
Het is niet alleen wat ik zie .....	39
Extase .....	41
Je draagt de stilte .....	42
Ik wil een vlinder zijn .....	43
Interesse .....	45
Iets wat mij de hele wereld geeft .....	46
Pak alles wat je kan .....	47
Jaloezie .....	49
Natuurlijk gun ik je het.....	50
Een eindeloze dans.....	52
Kalmte.....	55
Het goddelijke geheim.....	56
In deze vreemde ruimte zonder naam.....	58

Nostalgie.....	59
Zonder hemel of hel.....	60
Al wist ik toen niet beter .....	61
Ongemak .....	63
Een glimlach die niet echt past.....	64
Ik kijk niet weg .....	66
Ontzag.....	67
Omdat het uit een oudere mond komt .....	68
Grootheid begint waar vragen gaan .....	71
Opluchting.....	73
Wat ooit verdween, weer behouden .....	74
De warmte van vrijheid .....	76
Opwinding .....	79
Als het wonder dat je altijd was .....	80
Het onbekende is een vriend .....	82
Romantiek.....	85
Waar alles mee begon .....	86
We zijn niet allemaal cursisten.....	88
Seksueel verlangen .....	91
Net buiten bereik .....	92
Het avontuur in iedere aanraking.....	93
Sympathie.....	97
Het blijft buiten bereik .....	98
Een aanwezigheid die alles verandert .....	100
Tevredenheid.....	101
Met alles wat het betekent .....	102
Dit is wat ik wens .....	105
Triomf.....	107
Het accepteren van de chaos.....	108
In mijn eigen vreemde wereld .....	112

Verdriet .....	113
De regen zal vallen .....	114
Ik heb gedroomd .....	116
Verlangen .....	119
Nu ik terugkijk .....	120
Niet allen die dwalen zijn verloren .....	122
Vermaak .....	125
De grap blijft zo sterk .....	126
Om alles even te vergeten .....	127
Verrassing .....	131
In de hoek waar je nooit durfde kijken .....	132
Liefde is overal .....	133
Verschrikking .....	137
Als leegte alles is wat ons omgeeft .....	138
Wat wij niet begrijpen, begrijpt ons wel .....	140
Verveling .....	143
Grijs en eindeloos .....	144
Aan degene die kijkt .....	146
Verwarring .....	149
Het keuzepunt .....	150
Mijn wereld in duizend stukjes .....	153
Vrees .....	155
Ik wil je iets vertellen .....	156
De kleinste stap .....	159
Vreugde .....	161
Ik wil springen .....	162
Dit is bestaan .....	165
Walging .....	167
Is het leven niet meer dan dit? .....	168
Hoe voelt het om alles in te nemen .....	173



Woede .....	177
Die rauwe, eerlijke woede .....	178
Het zal branden .....	181
Nawoord.....	185



# Voorwoord

Dichten is als fluisteren in de storm; als een felle gedachte gehuld in schoonheid. Het is een manier om werelden te scheppen waar woorden dansen en emoties spreken zonder te schreeuwen.

Tien jaar geleden zette ik mijn eerste woorden op papier. De droom om ze ooit te bundelen heeft lange tijd in mijn gedachten gerijpt, tot het moment kwam waarop de tijd rijp was om die droom vleugels te geven.

In deze bundel vind je de weerspiegeling van wat het betekent om mens te zijn. Emoties, soms teder, soms scherp, dienden als mijn gids.

Ik ontdekte hoe sommige gevoelens dichterbij kwamen dan ik ooit had gedacht, terwijl anderen een subtiele afstand behielden. Elk gedicht is een inkijkje in mijn hoofd; een momentopname van mijn denken, voelen en zijn.

Ik nodig je uit om deze woorden niet alleen te lezen. Neem de tijd om te broeden op de zinnen, om jouw eigen betekenis te vinden in de echo van mijn woorden. Misschien ontdek je iets over jezelf, net zoals ik dat deed tijdens het schrijven.



# Adoratie

*De emotie van*

Intense liefde, verering of devotie voor iemand of iets.

Liefde die onvoorwaardelijk is, zonder grenzen.

Diepe respect voor iemand wiens aanwezigheid alles verandert.

Stille verering die door je heen stroomt, zonder dat je het kunt verwoorden.

Genegenheid die zich uit in elke handeling, in elke blik.

Gevoel hebben van een kracht die iemand bij je losmaakt, een invloed die alles verandert.

Bewondering die groeit uit de eenvoud van hun wezen.

Voelen dat niets groter is dan deze verbondenheid.

## *Een tijdelijke schijn van betekenis*

We leven in een wereld zonder sterren  
waar elke dag zich ontvouwt zonder belofte,  
een oceaan zonder horizon,  
waar alles wat is,  
ook altijd weer niet is.

Er is geen bovennatuurlijke draad  
die de chaos met betekenis bindt.

De tijd is koud,  
en we zijn slechts schaduwen van een idee  
dat nooit tot leven kwam.

En toch...  
in de ruimte tussen niets en alles,  
ben jij daar.

Met je ogen, je woorden, je adem.

Een licht dat niet aan een hemel hangt,  
maar op mijn huid, in mijn hart.

Jij, die niets bent en alles tegelijk,  
geeft me de reden om te ademen  
waarom ik naar de sterren kijk  
en ze als mijn eigen ziel beschouw.

Jij, die me zonder belofte vasthoudt,  
maar toch een wereld maakt van het niet-geweten.  
Wat is liefde,  
als niet een tijdelijke schijn van betekenis  
die we onszelf toekennen in de leegte?

Wat is aanbidding,  
als niet de poging om iets te vinden  
wat groter is dan de leegte  
waar we elkaar kunnen verliezen?

En dus,  
geef ik me over aan je aanwezigheid,  
aan je stilte,  
aan de kracht van je lach die mijn bestaan uitdaagt.

Want in een wereld zonder bestemming,  
ben jij mijn bestemming.

Jij, die de illusie van betekenis in mijn handen legt.

Want zonder jou is het leven leeg,  
maar met jou, zelfs in de afwezigheid van alles,  
vind ik mijn reden om te zijn.



## *Met jou voelt alles alsof het klopt*

Alles vervaagt als jij aanklopt,  
alsof de wereld bij jou stopt.  
Geen bloedband, geen plicht,  
maar jij vult mijn zicht —  
met jou voelt alles alsof het klopt.



# Angst

*De emotie van*

Spanning en onrust bij het naderen van een uitdaging of onzekerheid.

Opbouwende spanning voor een belangrijke presentatie.

Een duister bos dat het hart sneller laat kloppen.

Geladen stilte voor een naderende storm die het lichaam alert maakt.

Kwetsbaarheid die doorklinkt in een trillende stem terwijl slecht nieuws gedeeld wordt.

Prikkelende onzekerheid over de toekomst die diep van binnen blijft hangen.

Intensiteit van alleen zijn in verlaten straten onder een donkere hemel.

Dreiging van falen die als een schaduw op de schouders drukt.