

## Inleiding

### “De kleur van vertrouwen”

In dit boek zul je troost en herkenning vinden. Het is een beschrijving van hoe het kan zijn in bepaalde perioden in je leven.

In mijn werk als praktijkondersteuner van de huisarts op het gebied van geestelijke gezondheidszorg (POHGGZ), merk ik dat niets de mens vreemd is en we herkennen allemaal wel wat in het verhaal van de ander. Op deze manier geven mijn cliënten mij ook inspiratie en levenswijsheid. Mijn advies is dan ook: beweeg mee met wat jou raakt en probeer er ook als toeschouwer naast te staan, zodat je het af en toe ook met een knipoog kunt belichten! Aan de vooravond van mijn pensionering wil ik op een andere manier mijn kennis, (levens)ervaring, inspiratie en vreugde gaan uitdragen aan ieder die benieuwd is wat deze gedichtenbundel hem of haar kan brengen.

De gedichten in het hoofdstuk “Bemoediging” bieden je misschien een inzicht, een handvat of troost in een periode waarin je wat meer worstelt met jezelf.

In het hoofdstuk “Pijnlijke herkenning” kun je je laten raken door dat wat er aan de orde is, wetende dat ook die dagen, die gevoelens en gedachten er mogen zijn. En dat er altijd weer een nieuwe dag komt met een frisse blik op alles.

Om wat luchtiger en relativerend naar je eigenaardigheden te kijken, lees je de drie gedichten van “De beschermengeltjes” met een glimlach.

En de gedichten van “De natuur” staan in deze bundel, omdat de natuur mij altijd rust en troost geeft.

*Ik wens je veel inspiratie en plezier!*

## *De kleur van vertrouwen*

Vertrouwen heeft een zachte kleur,  
berustend en mild.  
Het hoeft nergens op vooruit te lopen.  
Het is en blijft hier.  
Het heeft geen ogen nodig,  
alleen een innerlijk gevoel.  
Het mogen voelen wat er is  
en daarin gedijen  
met ups en downs.  
Maar uiteindelijk altijd rust  
en vrede.

## *De geur van de herfst*

Het ruikt naar herfst,  
naar nat gekleurde bladeren,  
vermengd met beukenootjes,  
naar afgewaaide takken  
en bankjes van de elf.

Het ruikt naar herfst,  
naar mos als een zachte deken,  
naar boomschors met een beetje hars,  
naar rood met witte stippen,  
vermengd met een laag schijnende zon.  
Het ruikt naar herfst.