

MONIKA M. JORAS

OM ȘI IUBIRE



2025

Monika M. Joras

Om și iubire

Monika M. Joras

Om și iubire

Traducere din limba neerlandeză de

Cristiana Opreșescu

2025

ISBN 978-973-0-41678-7

*Lucrarea a apărut sub egida Asociației de Psihologie și
Cultură Oedip.*

Reproducerea integrală sau fragmentară, prin orice formă și prin orice mijloace tehnice, este strict interzisă și se pedepsește conform legii.

Răspunderea pentru conținutul și originalitatea textului revine exclusiv autorului.

Prefață

Am cunoscut-o pe Monika M. Joras în anul 2018, la o conferință organizată la Târgu Mureș de Institutul pentru cuplu și familie din Iași. M-a surprins de la început bucuria pe care o răspândea în jurul dumneaei, aerul distins și în același timp foarte familiar. Încă de pe atunci am observat că pentru Monika iubirea era un fel de a fi.

Monika M. Joras își petrece o mare parte din zi scriind despre terapia educațională și despre gândurile și sentimentele sale pe care le exprimă sub forma unor poezii. Ea vede poeziile ca pe un dar pe care l-a primit și, pentru că iubește dialogul cu oamenii, îi place să-și împărtășească scrierile și să le dăruiască mai departe. Poeziile sale sunt adesea meditative și pline de reflecții asupra iubirii, timpului, naturii și conexiunii între ființe. Poeta explorează un univers interior complex, în care experiențele, sentimentele și gândurile se împletesc într-un dans subtil.

Din cele 9 volume de poeme publicate în limba neerlandeză de Monika M. Joras în Țările de Jos, am cules 34 pentru acest volum și am ales titlul *Om și iubire* pentru că în majoritatea poemelor Monika M. Joras scrie despre iubire – iubirea pentru cel iubit, pentru om și pentru natură. Poemele sunt de o profunzime răvășitoare și te cuceresc de la început.

Pe de o parte, poezia care exprimă dragostea pentru un om iubit sugerează că iubirea este un proces de descoperire a celuilalt și a propriei identități prin relație. Mirarea – un leitmotiv în poeziile sale - exprimată de eul liric reflectă atât frumusețea, cât și misterul acestui proces de dăruire sufletească. Versurile despre iubire (de pildă în poezia *Mirare*) creează o atmosferă caldă, tândră, dar și meditativă, invitând cititorul să contemple esența legăturilor umane profunde. În altă poezie, *Reciproc*, Monika M. Joras transmite ideea unei iubiri mature, în care dorința și siguranța coexistă în armonie. În iubire nu este vorba despre posesivitate sau frică de pierdere, ci despre o conexiune autentică, în care despărțirea temporară nu afectează esența relației. *Reciproc* este un poem delicat, senzual, dar și profund emotional, care surprinde echilibrul dintre pasiune și încredere.

Pe de altă parte, Monika M. Joras scrie și poezii despre iubirea pentru viață și natură (*Picătură de viață*). Poeziile conturează o viziune asupra vieții ca un fenomen evanescent, dar plin de esență și sens. Viața este un proces de curgere continuă, o forță primară care ne umple existența doar pentru o clipă, dar acea clipă este un dar suprem. Poeta cântă și natura în poeziile sale. De pildă, poezia *Privighetori* creează o atmosferă luminoasă și plină de armonie, în care natura, poezia și existența se împletesc într-un cânt cosmic al frumuseții și al libertății.

O poezie de o sensibilitate aparte este și cea care transmite o viziune despre artă ca fiind mai mult decât un act de creație - este un gest de generozitate și iubire (poezia *Viziune*).

Autoarea respinge ideea de poezie ca simplă estetică și o vede ca pe un act de împărtășire, în care cuvintele sunt primite și apoi dăruite mai departe. Poezia are un ton cald, umil și profund umanist, punând accent pe importanța iubirii în actul artistic și exprimând o viziune frumoasă asupra rolului poetului în lume.

În alte poezii, Monika M. Joras explorează ideea conexiunii profunde dintre ființe, împletind timpul, sufletul și trupul într-o expresie a iubirii și a apartenenței. De pildă, poezia *Meditație* surprinde ideea unei iubiri care transcende limitele timpului și ale corporalității. Eul liric percepe iubirea ca o stare de comuniune totală, în care sufletele și trupurile sunt inseparabile, iar această conexiune este liniștitoare și eternă. Finalul poeziei aduce un sentiment de împăcare, ca o odihnă binecuvântată sub protecția naturii. Este o poezie sensibilă, caldă și filozofică, de o frumusețe aparte. Deși poeziile sunt uneori meditative și profunde, există o constantă bucurie de a trăi și o recunoștință față de viață și iubire. În poeme, eul liric se arată adesea în pace cu sine, cu lumea și cu cei din jur, găsind frumusețe și sens chiar și în momentele de tăcere sau despărțire temporară. Autoarea nu se teme să abordeze subiecte complexe, cum ar fi efemeritatea vieții, conexiunile subtile dintre oameni sau sensul profund al iubirii. Ea își exprimă dorința de a înțelege și de a trăi o experiență autentică a lumii, de a explora sensurile ascunse ale ființei.

În concluzie, poeziile exprimă un eu liric sensibil, profund conectat la sine, la ceilalți și la lumea înconjurătoare, cu o viziune profundă și o dorință mare pentru înțelegerea iubirii, conexiunii și a misterelor universului.

Eul liric vrea să adâncească relația cu viața, cu ceilalți și cu propriile sale trăiri interioare.

*Cristian Opreșescu,
Brașov, februarie 2025*

Verwondering

wie ben jij toch die
in jouw zachte handen
mijn hart wil dragen
wie zal je worden
als mijn hart aanvaardt
wat jij uit eigen hart
wilt geven ongeëvenaard
wie ben jij toch die
in mijn ziel zijn hart
wil vragend laten rusten

Mirare

cine ești tu care
în mâinile tale blânde
vrei să-mi porți inima
cine o să devii tu
când inima mea se va întâlni
cu lucrul cel neprețuit
pe care din inima ta mi-l dăruiești
și cine ești tu care
în sufletul meu inima sa
rugându-mă, vrea să o lase la odihnă

Lief

ziel aan ziel
je stem
om mijn schouders

hart aan hart
je oor
in mijn buik
voet aan voet
fluxul tău
in mijn hoofd

stilte

Iubitul

suflet lângă suflet

vocea ta

peste umerii mei

inimă lângă inimă

urechea ta

în pântecul meu

picioar lângă picioar

fluxul tău

în capul meu

liniște

Druppel leven

leven ik zoek je
giet je in woorden
laat je ontdekken
ben jij het vuur in mijn bron
verdamp jij en stroom je door
in mijn adem in mijn vaten
vul jij mijn cellen met ziel
kom en ga jij doodstil
tijdloos uit oeroude meren
opstijgende druppel vol teder licht
ouder dan mijn bestaan
geef jij mij leven

Picătură de viață

viață te caut

te torn în cuvinte

te las să te descoperi

ești focul din fântâna mea

te evapori și curgi prin respirația mea

prin venele mele

îmi umpli celulele cu suflet

tu vii și pleci liniștită

atemporal din lacurile antice

picătură care se ridică plină de lumină

mai bătrână decât existența mea

îmi dai viață

doar pentru o clipă

Liefste mens

ach lief zoveel wil ik vertellen
wil fluisteren in de oren van je
hart met smart wacht ik op tijd
en plaats die ons laat samenzijn
en ons omvat met beide handen
met de vingertoppen van mijn ziel
ach lief zoveel wil ik graag horen
mijn ogen op de stille lippen van
jouw hart dat wacht op eeuwigheid
met smart omdat je dan bevrijd
ontsnapt aan handen vol met
tederheid terwijl je ziel en lijf
uitkijken zelfs verlangen naar een
tweezaamheid met heel je mens zijn
vrij geboren en bevrijd van
oordeel en van slavernij, twee die ruimte
scheppen voor vleugelslagen nog veel dieper
graven elk minuut een liefdevol bestaan

Omule drag

o dragule vreau atâtea să-ți spun
vreau să-ți șoptesc în urechile inimii
aștept cu nerăbdare ca locul și timpul
să ne dea ocazia să ne vedem
și să ne îmbrățișăm cu ambele mâini
atingând vârful aripilor sufletului meu
omule drag, vreau atât de mult să te aud
ochii mei se odihnesc pe buzele inimii tale
iar inima ta așteaptă cu durere veșnicia
pentru că acolo ești liber de mâinile
care vor să te aline în timp ce sufletul tău și trupul
tânjesc să fie un întreg cu întreaga ta ființă
născuți liberi și eliberați de judecata lumii
și de sclavie, suntem doi oameni care își lasă
aripile să zboare în fiecare clipă mai adânc
pentru o viață plină de iubire

Taalkunst

stamelend
met woorden
bind ik mij
vast aan leven

dood verrast
woordeloos

stil zwijgend
ontstijg ik
daal weer druppel
naar oceanen

Arta limbajului

bâlbâind

cuvintele

mă agăț

de viață

uimit

fără cuvinte

în tăcere liniștit

mă ridic

și apoi cobor din nou

ca o picătură de apă

în oceane

Zienswijze

minnezanger noem jij mij

een mens die liefde

leeft bezingt

verwonderd vol van

liefde voor de mens en

zijn talenten wonderbaarlijk

sterk en kwetsbaar

onderdeel van de natuur

noem mij niet dichter

noem mij liefde

woorden ontvang ik

geef ze door

Viziune

mă numești menestrel
un om care cântă iubirea
cu uimire și e plin de iubire

pentru om
și pentru darurile sale
minunate
puternice și plătânde
o parte din firea umană

nu mă numi poet
numește-mă iubire
primesc cuvinte
și le dăruiesc celorlalți ca un menestrel

Lezen

jij leest mij onder mijn huid
er staat geschreven hoe diep
ik thuis ben in mezelf

door jou kan ik me laten
lezen zonder vrees mij
kwijt te raken zo vrij ben ik

en ook te leen en ook
zo thuis bij jou je kan zelfs
lezen hoe stil ik van je hou

Citare

mă citești sub pielea mea
stă scris cât de acasă mă simt
cu mine însumi

de tine mă las să fiu citit
fără teamă că mă pierd
atât de liber sunt

și chiar mă poți împrumuta
pot să mă simt acasă la tine
pentru ca tu să citești sub pielea mea
cât de mult te iubesc fără cuvinte

Woorden

ik laat jou
laat jou zijn
met jouw
eigen woorden
ik laat jou meer zijn
wie dan ook meer met
jouw eigen woorden
ik ontvang jouw taal
gebed om de vrijheid
te zijn die je wilt zijn
jouw leven je eigen
vorm te geven zingend
dansend armen wijd
ik laat jou
laat jou zijn
in jouw eigen
vrije woorden

Cuvinte

te las

te las să fii

așa cum vrei

cu cuvintele tale

te las mai mult

decât oricine să fii

cu cuvintele tale

primesc limbajul tău

ca pe o rugăciune pentru libertatea

de a fi cine vrei să fii

te las să-i dai vieții tale

propriul stil de viață, cântând,

dansând, cu brațele în aer

te las

te las să fii

în propriile tale cuvinte libere

Merels

vandaag in de vroege ochtend
ontwaakt in mijn ziel de zon
ontvang ik wonderschone
duetten van merels in hoge
bomen blijf ik maar dromen
dat zon maan en alle sterren
een koor zijn in onze wereld
waar dichters als merels de
liefde bezingen en alles wat
leeft laten ontwaken uit diepe
slaap en vergetelheid alle ogen
open voor kwetsbare schoonheid
in een heelal vol beweging vol
pracht en kracht waar elk levend
wezen mag zijn in zijn waarde
veilig en vrij zelfs op onze aarde

Privighetori

azi foarte de dimineață
în sufletul meu s-a trezit soarele
și am primit duete minunate
de la privighetorile din copacii înalți
visez cu ochii deschiși
cum soarele luna și toate stelele
sunt un cor și cântă împreună în lumea noastră
în care poeții sunt ca privighetorile
cântă despre iubire și tot ceea ce trăiește
se trezește din somnul profund și din uitare
și deschid ochii în fața frumuseții plâpânde
în universul plin de mișcare frumusețe și putere
unde orice ființă vie poate exista în propria
sa existență în siguranță și liber chiar pe acest pământ

Verbonden

bergen zijn het met de dalen
rivieren met de oceanen
vulkanen met het midden
vol vuur en lavastromen
diepste wereldzeeën
die continenten scheiden
de aarde blijft haar landen
met elkaar verbinden
afstand en ook scheiding
kunnen ons niet meer verblinden
alle kleurige verschillen wij
zijn als mensheid met elkaar
verbonden

Conectați

sunt munții cu câmpiile
râurile cu oceanele
vulcanii cu epicentrul lor
plin de foc și de lavă
cele mai adânci mări
care despart continentele
pământul este cel care
leagă-ntre ele lumile
distanțele și separările
nu ne mai pot despărți
deși ne deosebim în toate culorile
noi rămânem ca umanitate conectați

Zijn dat ben ik

eenzaamheid geeft mij geen pijn
onthecht leef ik heel graag alleen
geen eigendom zal ooit mijn handen binden
zelfs naar bezit verlangen kan ik niet
vrij wandel ik gekleed in tere banden
zij houden mij in deze wereld die ik heb
ontvangen ongevraagd een tuin waarin
ik zaai en oogst en alles deel met
vogels vlinders bijen mensen
samen zijn dat ben ik

Ființă sunt eu

singurătatea nu mă doare
ba chiar îmi place să trăiesc singur
nicio stăpânire nu-mi va lega vreodată mâinile
nici măcar nu pot să-mi doresc averi
liber merg îmbrăcat în haine ușoare
sunt ținut în această lume
pe care am primit-o neîntrebat
ca într-o grădină în care
seamăn și culeg și împart totul
cu păsări fluturi albine și oameni
a fi împreună acesta sunt eu

Dichter

tovenaar in diepe
onzichtbare bronnen
laat je ogen stralen
tanden knarsen tranen stromen
jij vloeit
elk woord
doet iets
met jou
raakt ook mij de
luisteraar verandert
hartslag ziel en golven
zichtbaar
ik gloei
elk woord
doet iets
met mij

Poet

vrăjitor al unor izvoare adânci
și nevăzute
lasă-ți ochii
să strălucească
dinții să scrâșnească
lacrimile să curgă
tu curgi ca un râu
fiecare cuvânt
te plămădește
și mă atinge pe mine
ascultătorul
și îmi schimbă vizibil
bătăile inimii sufletul
și undele lui
eu ard în interior
fiecare cuvânt
plămădește ceva în mine

Vrouw

hoe lang nog

hoe lang nog moet ik verbergen

mijn kracht mijn wil mijn wens voor vrede

hoe lang nog blijf ik verbergen

mijn ogen mijn haar mijn lichaam vol lust

hoe lang nog zal ik verbergen

mijn wijsheid mijn weten mijn vindingrijkheid

hoe lang nog moet ik verbergen

de kleur van mijn haar en mijn huid

om respect te ontvangen

hoe lang nog blijf ik verbergen

mijn liefde mijn vuur mijn teder verlangen

hoe lang nog wil ik verbergen

dat ik anders ben maar wel gelijkwaardig

hoe lang nog

Femeie

cât timp

cât timp mai trebuie să-mi ascund

puterea voința dorința mea de liniște

cât timp să-mi mai ascund

ochii mei părul meu corpul meu plin de poftă

cât timp o să mai ascund

înțelepciunea mea cunoștințele mele

ingeniozitatea mea

cât timp trebuie să mai ascund

culoarea părului meu și a pielii mele

ca să primesc respect

cât timp să mai ascund

dragostea mea focul meu dorința mea duioasă

cât timp să mai ascund

faptul că sunt diferită

dar la fel de egală

cât timp o să mai ascund

Lied

terwijl jij vlamt als liefdeslied
mijn cellen in mijn lijf het vuur
ontvangen en vol verlangen
het dansen zingend starten
geen spreektaal houdt dit bij
gaat heel mijn ziel de hoogste
wolken om zich heen verzamelen
verbergt zich voor jouw hart laat
eigen pijn onzichtbaar zijn geen
woorden zijn ervoor te vinden
maar als mijn ziel zich wil verbergen
voor jou ben ik dan nog wel trouw
aan jou mijn liefste hoe kan ik met je
delen dat ik meer van je hou dan
mijn cellen kunnen dragen
zelfs de horizon raakt aan de zee
wolken stijgen licht maar dalen donker
druppels vallen teder stormend water
tegemoet hoe durven mijn lippen
ooit te zwijgen na jouw liefdeslied

Cântec

în timp ce te aprinzi ca un cântec de dragoste
celulele din corpul meu primesc focul
și le e dor să înceapă să danseze cântând
nimeni nu poate ține pasul cu noi
tot sufletul meu zboară lin
spre norii care se adună în jurul lui
el se ascunde de inima ta
și ascunde durerile lui
nu există cuvinte pentru ele
dar dacă sufletul meu
vrea să se ascundă de tine
tot ție îți sunt credincios
draga mea cum pot să-ți mărturisesc
că te iubesc mai mult
decât celulele mele pot suporta
chiar și orizontul atinge marea
norii se ridică ușor dar coboară întunecați
picături cad ca apă fragedă furtunoasă
cum să îndrăznească buzele mele
să tacă după cântecul tău de dragoste

Vieren

het leven en de liefde

vier ik elke dag

de jaren tel ik niet

dat heeft geen zin

zij komen en zij gaan

vanzelf verleden tijd

wat blijft is liefde

leven sprankelt

mij omarmend

in diepste stilte

hartverwarmend

vier ik elke dag

A sărbători

viața și iubirea
le sărbătoresc în fiecare zi
nu număr anii
nu are niciun sens
vin și pleacă
devin trecut
ce rămâne este dragostea
viața scânteiază
îmbrățișându-mă
în tăcere adâncă
înduioșător
o sărbătoresc în fiecare zi

Sterrenstof

dwarrelen en zweven
draaien in het licht
blijven wij het stof
waaruit de sterren zijn
geweven
mensenhart
gaat kloppen als het stof
zich gaat begeven in
een ziel die openstaat
voor avontuur van leven

Praf de stele

învârtindu-ne și plutind
aprinzându-ne în lumină
noi rămânem praful
din care sunt țesute
stelele
inima omului
răsună așa cum praful de stele
pulsează
într-un suflet care este deschis
pentru aventura vieții

Stilte uur

van hart tot hart
spelen wij ons lied
van ziel tot ziel
schrijven vingertoppen
een gedicht in
elkaars oren gericht
soms zacht op de huid
onze lippen zwijgen
alle noten alle tongen
hangen in de twijgen
waar de merel woont
wij zoeken elkaar
in verten waar ogen
niets meer zien waar
ziel de ziel ontmoet

Ora tăcută

din inimă pentru inimă
ne doinim cântecul
de la suflet la suflet
scriu vârfurile degetelor
o poezie șoptită la ureche
ca o delicată
atingere a pielii
buzele noastre tac
toate notele toate limbile
atârnă în crenguțe
unde locuiește mierla
ne căutăm unul pe altul
în zare unde ochii
nu mai văd nimic
acolo sufletul se întâlnește cu sufletul

Bij benadering

nooit kan ik zeggen dat ik jou begrijp
alleen maar bij benadering kan ik jouw
woorden leren te verstaan
nu ik in eigen huid ervaar hoe het kan voelen
als een jonge geest wil stoeien maar
geremd wordt door het oude lijf
nu pas kan ik denken dat ik jou begrijp zelfs
aan kan voelen hoe zwaar het was
je hartenlust te laten remmen door je botten
verlangend naar onmogelijk begrip

Aproape te înțeleg

nu pot spune niciodată că te înțeleg

pot doar să spun că-ncerc

să-ți înțeleg cuvintele din aproape

în aproape

acum că simt pe propria mea piele

cum un spirit tânăr vrea să zburde

dar este îngrădit în corpul vechi

abia acum cred că înțeleg

cum te simțeai cât de greu era

să-ți înfrânezi pofta inimii

tânjind după o înțelegere imposibilă

Afspraak

afspreken is onnodig
oefenend voelen we aan

wij luisteren en verstaan
zonder woorden

kunnen zijn zoals we zijn
vragen vinden ons

verbinding leven wij woordeloos
vrijheid broos omringt ons veilig

onvoorwaardelijk ja
geven wij liefde aan elkaar

Întâlnire

n-avem nevoie să ne întâlnim după ceas

căci întâlnindu-ne simțim

ascultăm și înțelegem

fără cuvinte

putem fi așa cum suntem

întrebările ne găsesc

conexiunea o trăim fără cuvinte

libertatea blândă ne împresoară

necondiționat iubirea mea

ne oferim dragoste unul altuia

Mijmering

ik probeer je niet te zien
jou niet te onderscheiden
dan kan je ook niet steeds
verdwijnen uit mijn ogen
zie ik je wel mijn liefste ander
dan kan je uit mijn zicht
ontvallen blijf ik eenzaam
achter zwaar gewond
eenling meer dan ooit
op zoek naar handen
zachte vingertoppen
alleen mijn ziel blijft
leven houdt de wacht in
mij waar jij kan landen

Reverie

încerc să nu te văd
să nu te disting
astfel nu poți dispărea
pe ascuns din ochii mei
când te văd totuși, dragul meu,
atunci poți să scapi din ochii mei
pierdută rămân singură rănită cu o mare durere
singuratică mai mult ca oricând
caut mâinile tale vârfurile degetelor moi
îmi rămâne doar sufletul
eu continui să aștept
eu sunt pământul pe care poți ateriza

Lief

jij bent in mij
dat is iets anders
dan van mij

niemand is van
iemand niet eens
van zichzelf

in mij zo dichtbij
als druppels zon
in mijn levensbron

Iubitul

tu ești în mine
e altceva
decât să fii al meu

nimeni nu aparține
cuiva nici măcar
sinelui

tu ești în mine atât de aproape
ca picăturile de soare
în izvorul meu de viață

Elkaar

de grootste vreugde
zonder woorden
bij elkaar vertoeven
het liefdevolle ogenblik jou
lijflijk te proeven
mijn eigen wens
jou zacht omarmen
wordt nu ook door jou begroet
met blijdschap waardigheid
vol prille moed
veilig kan jij mij
ontvangen
onzichtbaar verlangen
mag er zijn omdat wij beiden
het beheren
afscheid nemen
wordt dan laten
staande op de sterke
bodem van een diep vertrouwen
alsmaar groeiend
samengaan op nieuwe
paden in een richting
waar alleen de ogen
nog elkaar ontmoeten als
vleugels van de ziel

Reciproc

cea mai mare bucurie
fără cuvinte
este să fim împreună
momentul iubitor în care te ating
și te gust
a mea dorință
de a te îmbrățișa blând
acum devine și a ta cu bucurie demnă
plină de curaj proaspăt
în siguranță poți să mă primești
dorință invizibilă
poate fi pentru că amândoi o avem
să ne spunem la revedere
nu ne deranjează
pentru că stăm
pe fundația unei încrederi profunde
în continuă creștere
ne aventurăm pe cărări noi
într-o singură direcție
unde doar ochii
se întâlnesc din nou
ca aripile sufletului

Een droom

beeld houwer
zelf van marmer
mijn zoenen
op zijn mond
laat leven
in hem op staan
heel stil sta ik
naar hem te kijken
zijn lichaam gaat bewegen
ontwakend uit de droom
voel ik nog steeds zijn lippen
op mijn mond
zijn adem in mijn ziel

Un vis

sculptor de imagini
făcute din marmură
săruturile mele
pe gura lui
simt cum viața
pulsează în el
stau foarte tăcută
și îl privesc
trupul lui se mișcă
se trezește din vis
iar eu încă simt buzele lui
pe gura mea
respirația lui în sufletul meu

Meditatie

mijn denken en mijn voelen is ouder dan ikzelf
verbonden ben ik door die beiden met mijn toekomst
zo durf ik uit te spreken wat mij diep beweegt:
als elke cel mijn ziel herbergt dan is mijn hele lichaam
een zielsverwant van jou jij mens mij dierbaar
dan kan mijn lijf jouw lijf omarmen en heel je huid
verwarmen en vertederen zoals ook onze zielen
het dagelijks al doen met diepe dankbaarheid
en veilig rusten in de herberg van de lindeboom

Meditație

gândurile și sentimentele mele sunt mai vechi decât mine
sunt conectat prin ambele de viitorul meu
așa că îndrăznesc să spun ceea ce mă mișcă profund:
dacă în fiecare celulă se adăpostește sufletul atunci
întregul meu corp este un suflet pereche al tău
om drag mie
astfel corpul meu poate îmbrățișa
corpul tău și poate încălzi și înmuia toată pielea ta
căci tot așa fac și sufletele noastre
zilnic cu profundă recunoștință
și se odihnesc liniștite la umbra unui tei

De profundis

in de diepte
van mijn lijf
mijn hart en ziel
daar ben jij
uit die diepte
roep ik luid
naar mijn diepste hoog
daar ben jij
in mij, uit mij
klinkt de roep
naar mijn hoogste diep
jij en ik
onaantastbaar
in die diepte
wiegt onze liefde
jou en mij

Din profunzime

în adâncul
trupului meu
în inima și sufletul meu
acolo ești tu
din acel adânc
strig cu putere
către profunzimile mele
unde ești tu
în mine, din mine
răsare strigarea
către înaltul cerului meu
tu și eu
de neatins
în acele adâncuri
se leagănă iubirea noastră
a ta și a mea

Zien

om iets
te kunnen zien
moet ik
mijn
voorhoofd
op de grond
gaan leggen,
mijn tenen
in het zand
gaan slaan
en luisteren

A vedea

ca să pot

vedea ceva

trebuie

să-mi așez fruntea

pe pământ

să lovesc nisipul

cu degetele

de la picioare

și să ascult

Kunstenaar

je maakt
geen kunst
je schildert
een wond
met scherpe randen

wie kijkt
en ziet
loopt weg
blijft staan
gewond
geraakt

Artistul

tu nu faci
nicio artă
pictezi
o rană
cu margini ascuțite

cine privește
și vede
se dă un pas înapoi
rămâne
în picioare
rănit
uluit

Verschil

hij kijkt naar haar op
zij leeft van binnen uit
hij doet haar daden na
zij leeft van binnen uit
laat merkt hij op
dat haar daden
andere gevolgen hebben
dan zijn doen en laten
wat voor haar goed kan lopen
loopt voor hem slecht af
zij leeft van binnen uit
Hij zegt "jij bent zo dominant"
wat hij bedoelt is
"jij blijft trouw aan jezelf"
zij leeft van binnen uit
hij zoekt naar overeenkomst
zoekt naar haar woorden
voor zijn binnenste en buiten
zij leeft van binnen uit
zou hij ook kunnen leven
van binnen uit
terwijl hij daar niet thuis is

Diferență

el o privește uimit
ea trăiește dăruindu-se
el o imită în tot ceea ce face
ea trăiește dăruindu-se
mai târziu el își dă seama
că tot ceea ce face ea
are alte urmări decât cele așteptate
ceea ce poate merge bine pentru ea
pentru el de-abia se poate întâmpla
ea trăiește dăruindu-se
el spune “ești așa de dominantă”
ce vrea el să spună este “rămâi fidelă ție însăși”
ea trăiește dăruindu-se
el caută să ajungă la înțelegere
îi caută cuvintele
dinăuntru și dinafară
ea trăiește dăruindu-se
va putea el oare trăi
ca ea dăruindu-se dinăuntru
atâta timp cât el nu se simte acasă acolo

Mens

mens zijn
in deze wereld
zoektocht
naar absolute
goedheid
verwondering
over het ervaren
van alledaagse
goedheid
herkenning
van zoektocht
en verwondering
bij ieder mens
in deze wereld

Om

a fi om

în această lume

o călătorie de căutare

spre binele

absolut

uimire

în fața trăirii

binelui

de zi cu zi

recunoașterea

călătoriei de căutare

și uimire

pentru fiecare om

din această lume

Rakende woorden

als woorden ons raken
in diepe bron
in zingende rots
kunnen wij ons
vrij maken daar
binnen de door ons
gekozen grenzen
dit te mogen ervaren
ruimte voor het voelen
van onze moed
te zijn met het hart
van heel een mens
kostbaar geschenk
ongevraagd ontvangen
handenvol liefde
voorhoofd op grond
als woorden dat kunnen
dan kan je die zingen
vanuit je ziel

Cuvinte înduioșătoare

când cuvintele ne ating
până la izvorul dinlăuntru
până la stâncile cântătoare
putem să ne descătușăm de
lacătele pe care ni le-am pus la uși
ca să trăim asta să ne dăm voie să simțim
cu toată tăria
cum să ființăm cu toată inima
unui om întreg un dar prețios
pe care-l primim în chip minunat
cu brațele pline de iubire
cu capul plecat
dacă ele cuvintele pot
atunci poți și tu să le cânti
cu tot sufletul

Als je wilt

(Geïnspireerd door a quote van R. Arnold)

kom gerust

eens naast

me zitten

laat je hoofd

in zachte

armen rusten

teder strelen

jou mijn

vingertoppen

praten hoeft

nu niet je kan

eenvoudig

luisteren ik spreek

ook vloeiend

stilte

Dacă vrei

(Inspirat dintr-un citat al lui R. Arnold)

vino liniștit

să stai lângă mine

lasă-ți capul

să se odihească

în mâinile mele moi

vârfurile degetelor mele

te mângâie

cu tandrețe

nu e nevoie

să vorbim acum

poți pur și simplu

să asculți

eu vorbesc fluent

tăcerea

Raken

wanneer de stilte aanraakt
opent zich de huid met al haar poriën

stilte golven komen binnen
teder strelen zij geluidloos lippen ogen

vingertoppen liggen stil gedogen
luisteren naar diepe adem
blikken raken net als handen
stilte haalt de liefde uit haar diepste bron

Atingere

când liniștea te atinge
pielea se deschide cu toți porii

intră valuri de liniște
care cu tandrețe mângâie
buzele ochii în tăcere

vârfurile degetelor stau nemișcate
ascultând respirația adâncă
privirea te atinge precum mâinile
tăcerea aduce dragostea
din izvorul ei cel mai profund

Ik zie

constant in staat
van paraatheid leef
ik in de mensheid
alsmaar bewust ervan
dat haar bestaan
in oudste tijd in heden
en in toekomst
is gevuld met mensen
baren laten groeien
martelen en doden
mijn paraatheid is er ook
voor alle schoonheid
vrede en verwondering
respect voor worsteling
voor creatief ontwikkelen
van ruime vrijheid
liefdevolle samenleving

Văd

Mereu sunt gata pentru orice s-ar întâmpla
așa trăiesc printre oameni
sunt mereu conștient că existența umanității
din vremuri străvechi până în prezent
și în viitor este plină de oameni
care dau naștere la copii
îi cresc torturează și ucid
pregătirea mea este acolo
pentru toată frumusețea
pentru pace și uimire
respect pentru lupta omului
pentru dezvoltarea creativă
de amplă libertate
un trai în comun plin de iubire

Delen

wat maakt dat ik
zo delen wil
opborrelend geluid
van binnen
het lijkt van touw
geweven stilte linnen
verbindt mij diep
met levend wezen
vastgeklonken klanken
van binnen
lijken van touw
geweven storm in linnen
wat maakt dat ik
zo leven wil
de woorden uit mijn bron
zij stromen door
mijn vingers heen
ja ik wil leven, kom!

A împărtăși

ce mă face
să vreau să împărtășesc cu ceilalți
este ca un râu clocotitor
din interior
arată ca o frânghie de in liniștită
împletită cu fire puternice
mă leagă profund
cu ființa vie
sunete muzicale simt
în interior
care arată ca o frânghie
împletită din furtună
ce mă face
să vreau să trăiesc așa
cuvintele din sursa mea
curg prin
degetele mele
da, vreau să trăiesc, vino!

Cuprins

Prefață	5
Verwondering	10
Mirare	11
Lief	12
Iubitul	13
Druppel leven	14
Picătură de viață	15
Liefste mens	16
Omule drag	17
Taalkunst	18
Arta limbajului	19
Zienswijze	20
Viziune	21
Lezen	22
Citire	23
Woorden	24
Cuvinte	25
Merels	26
Privighetori	27
Verbonden	28
Conectați	29
Zijn dat ben ik	30
Ființă sunt eu	31

Dichter	32
Poet	33
Vrouw	34
Femeie	35
Lied	36
Cântec	37
Vieren	38
A săbători	39
Sterrenstof	40
Praf de stele	41
Stilte uur	42
Ora tăcută	43
Bij benadering	44
Aproape te înțeleg	45
Afspraak	46
Întâlnire	47
Mijmering	48
Reverie	49
Lief	50
Iubitul	51
Elkaar	52
Reciproc	53
Een droom	54

Un vis	55
Meditatie	56
Meditație	57
De profundis	58
Din profunzime	59
Zien	60
A vedea	61
Kunstenaar	62
Artistul	63
Verschil	64
Diferență	65
Mens	66
Om	67
Rakende woorden	68
Cuvinte înduioșătoare	69
Als je wilt	70
Dacă vrei	71
Raken	72
Atingere	73
Ik zie	74
Văd	75
Delen	76
A împărtăși	77

„Monica M. Joras este medic psihiatru, psihoterapeut sistemic și asta se simte pe deplin în poezia sa. Stilistic se înscrie în linia lirică de dragoste și sapiențială a lui Rabindranath Tagore și Rumi. Prin „Om și iubire”, Monika M. Joras devine un menestrel al iubirii universale, nu doar al celei erotice, care însoțită de știință se transformă în calea sigură spre vindecarea suferințelor fizice și sufletești. Monika M. Joras ne propune o poezie delicată în care iubirea nu este doar un catalizator ci sursa primară, vitală a vindecării. Poezia sa ne aduce seninătate și limpezime în vremuri aspre”

Cătălin Stanciu

„Cunoaștoare fiind atât de limba română cât și neerlandeză – locuiesc de peste treizeci de ani în Regatul Țărilor de Jos – am citit, cu plăcută surprindere și bucurie, traducerea poeziilor în limba română. Traducătoarea Cristiana Oprișescu a surprins cu finețe, sensibilitate sensul fiecărei poezii, reușind să traducerea să completeze cu desăvârșire originalul”

Dana Popa
(*psihoterapeut sistemic*)