

Doorstromende verwondering

Doorstromende verwondering

verdichte gedachten

2024 – 2026

Monika M. Joras



Voorwoord

Zolang het stroomt vinden de druppels de woorden.
Ik volg en schrijf neer.

Verwonderd blij ik luisteren.

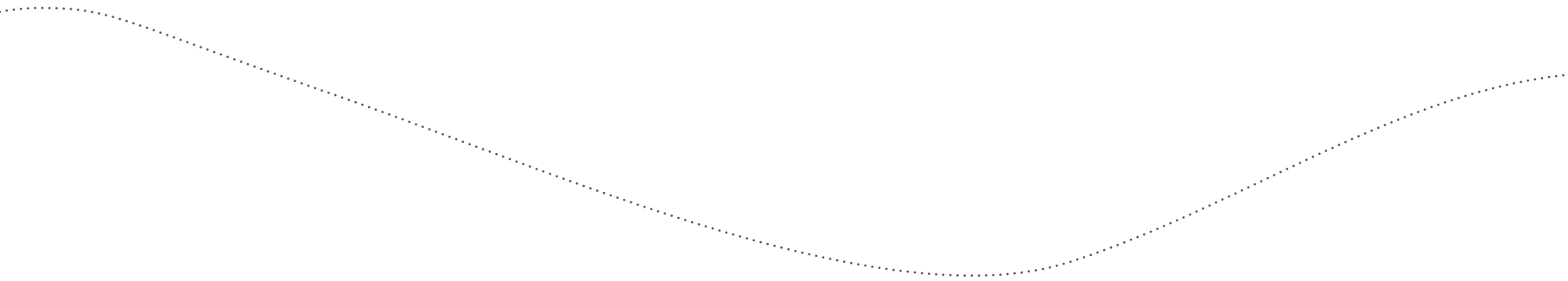
Ook deze bundel deel ik met mijn vrienden
die, net als ik, houden van de dialoog.

MJJ

©2026 Monika M. Joras, Haarlem

Tekst	Monika M. Joras, Haarlem
Vormgeving	Sjoukje Ziel grafisch ontwerp, Amersfoort
Drukwerk	Vandenberg drukwerken, Maarn
Afwerking	Boekbinderij Patist, Bilthoven
Papiersort	Binnenwerk Munken pure cremewit 120 grams, Antalis
	Omslag Keaykolour gebroken wit nerf 300 grams, Antalis
ISBN/EAN	978-90-9041778-3
Uitgever	M. Jongerius-Joras, Haarlem

Doorstromende verwondering



Deel I

Liefde gedijt
in de tuin
die vriendschap heet

Vriendschap

toen liefde mij ontmoette
liep zij nog op blote voeten
door een diepe stroom

kom laten we de liefde gaan
de vriendschap komt eraan
die diepste stroom laat voelen

woelen hoeft niet meer want
tussen lakens kussens
voelen onze voeten gras en zand

de diepste vriendschap leidt ons
hand in hand op wandelpaden
stap voor stap in stilte

hart en ziel verbonden
volgen wij de stroom verwonderd
woorden stamelen ons lied

Zo

rust warm in de armen
van mijn ziel

zo samen vrij zijn
daar geniet ik diep

herinner mij de tijden
lang voor mijn geboorte

vergezicht van later
nu nog mijd ik graag dat licht

verblijf zo in de armen
van jouw ziel

Stilte

een meertje is mijn stilte
tussen hoge bergen

drijvend
op de waterspiegel
mijn gezicht

ik zie
de bodem

voel de diepe grond
bedrijvigheid

dieper nog mijn stilste stroming
vulkanisch warm houdt mij gezond

Tederheid

hoe

mijn arm
je hand ontvangt

zij luisteren naar elkaar
verpozen zich

hoe

je hand liefkoost
mijn arm

verzucht
om meer

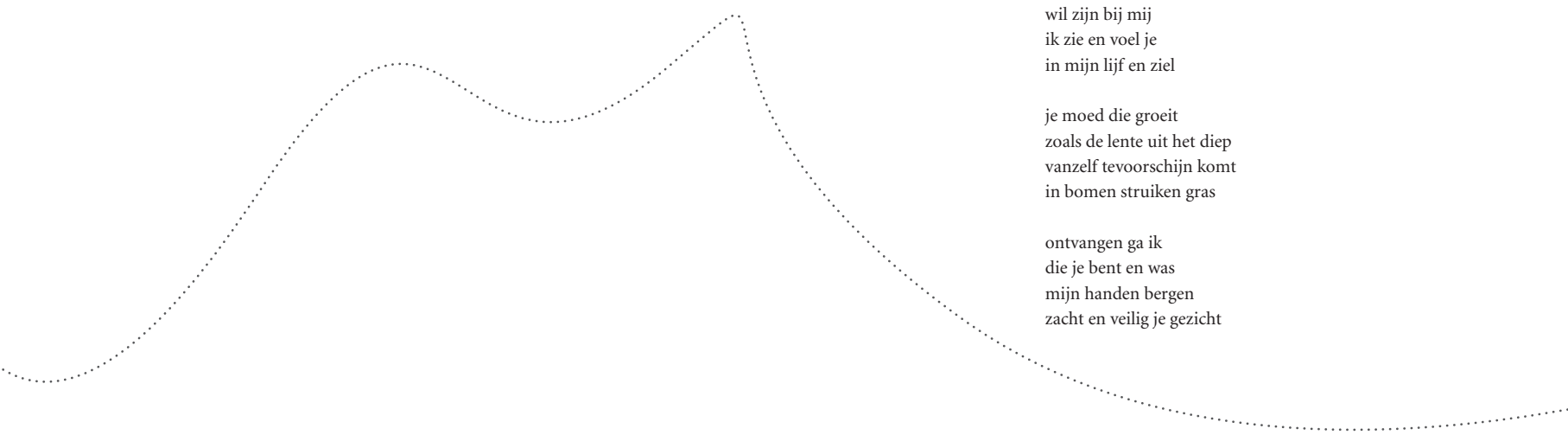
onhoorbaar

Omarming

in jouw omarming
woon ik stil
de plek op aarde
waar ik blijven wil
is hier

jouw oor ontvangt
mijn kus als dank
de woordeloze liefde
heeft voor ons
de mooiste klank





Nieuwe ontmoeting

je bent opnieuw gezien
door mij je lief
heel stil en open
opgericht je hoofd en ogen
heen naar mijn gezicht

onzelfzuchtig ja betoverend
bereid mijn vingertoppen
te ontvangen

ademloos en diep
ervaar ik heel
je broze tederheid
die vastbesloten
helemaal dichtbij
wil zijn bij mij
ik zie en voel je
in mijn lijf en ziel

je moet die groeit
zoals de lente uit het diep
vanzelf tevoorschijn komt
in bomen struiken gras

ontvangen ga ik
die je bent en was
mijn handen bergen
zacht en veilig je gezicht

Ontdekkingsreiziger

een stap terug betekent
telkens weer de stroom indalen

steeds opnieuw
een aanloop nemen

vliegend stil vooruit

de diepste liefde
woordeloos ervaren

delen

uit de oude pijn vertrekken
naar een nieuw verbond

vol van nieuwe energie
die licht geeft voor de reis

ontdekking wandelen

stamelaar zo heet het licht
dat in je straalt

Moed

wij durven niet voluit
te stralen van geluk
van hart tot hart

de rijkdom van de liefde
kunnen wij wel proeven

in de diepste stroom
van wederzijdse trouw

ik ook van jou

wordt deze wel erkend
als menselijke schat

als creativiteit die groeit
door elke ziel die raakt

laat moed dan toch de
zichtbaarheid gaan vinden
tweezaamheid bezingen

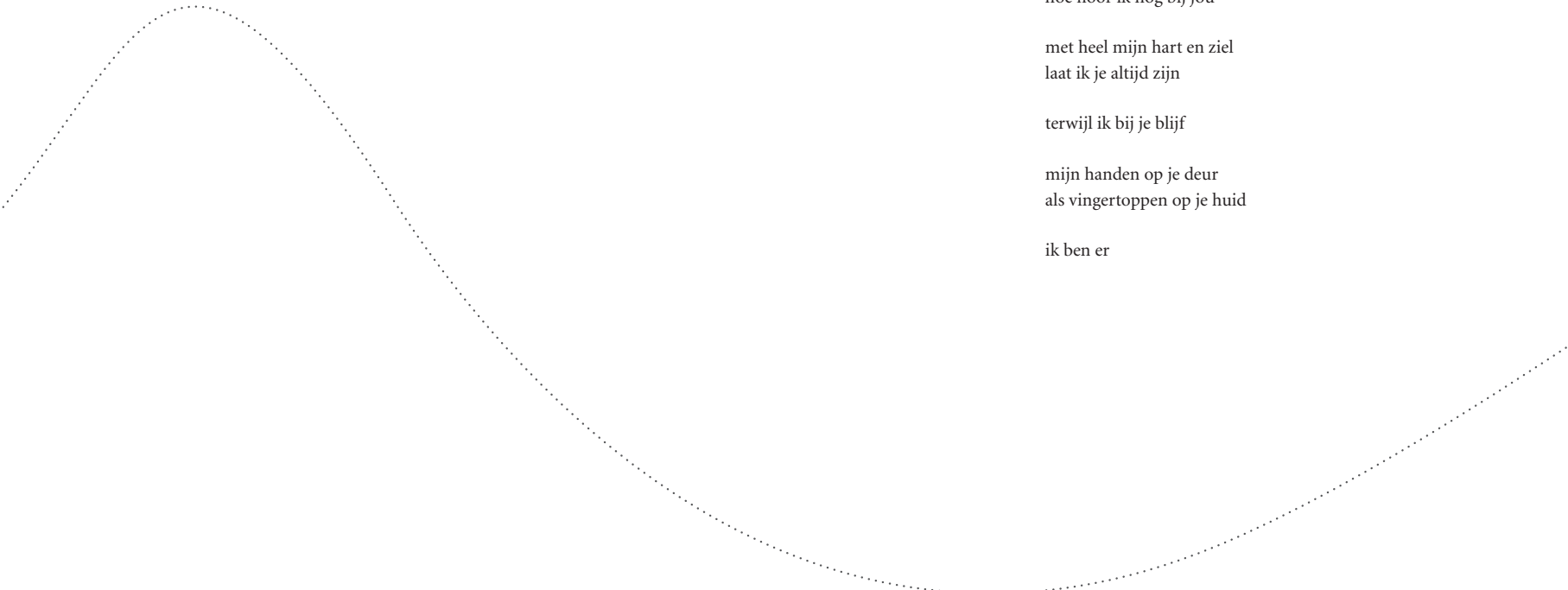
Missen

ja, ik mis je
voel je diep heel diep aanwezig
dieper dan wanneer je bij mij was

is dat soms
wat je wilt jou diep en dieper
in mij voelen mede door gemis

ben jij dan moedig
ken je woorden voor dit missen
hoor je mijn geraakt zijn en mijn leed

ik ben er
onzichtbaar en trouw aan jou
steeds bereid je te ontvangen



Nood

laat mij maar rotten
op mijn kamer

roep jij uit

ik ween van pijn
hoe hoor ik nog bij jou

met heel mijn hart en ziel
laat ik je altijd zijn

terwijl ik bij je blijf

mijn handen op je deur
als vingertoppen op je huid

ik ben er

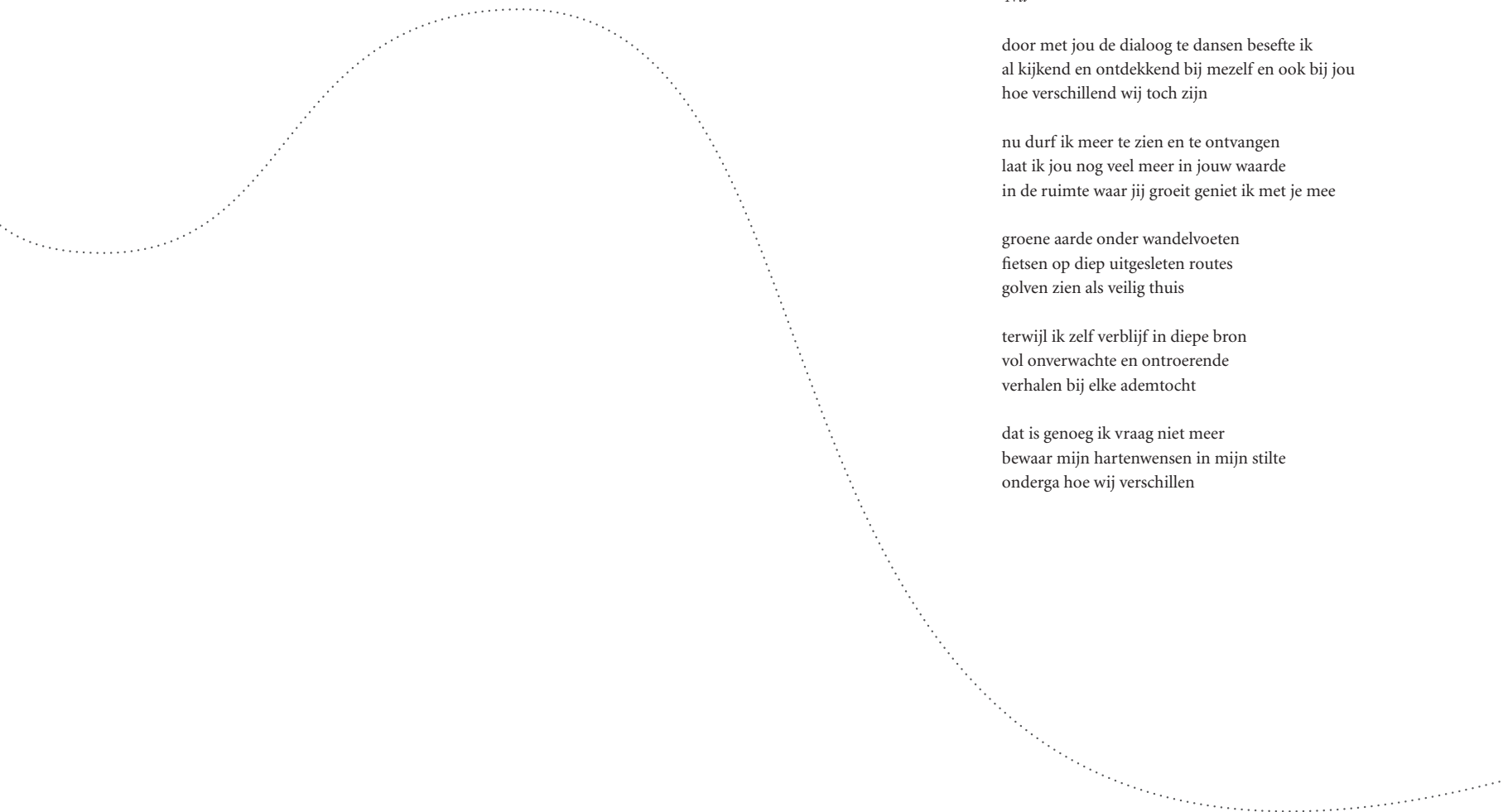
Houden van

ik laat jou zijn zoals je bent
zo groei je meer naar wie je bent
ik hou van jou

alleen met jou sta ik in diepste stroom
daar vind je vrijheid die alleen van jou is
van ons samen hou ik

aan elkaar gegeven toegevalen
geen bezit

verbonden in de diepste vriendschap



Nu

door met jou de dialoog te dansen beseft ik
al kijkend en ontdekkend bij mezelf en ook bij jou
hoe verschillend wij toch zijn

nu durf ik meer te zien en te ontvangen
laat ik jou nog veel meer in jouw waarde
in de ruimte waar jij groeit geniet ik met je mee

groene aarde onder wandelvoeten
fietsen op diep uitgesleten routes
golven zien als veilig thuis

terwijl ik zelf verblijf in diepe bron
vol onverwachte en ontroerende
verhalen bij elke ademtocht

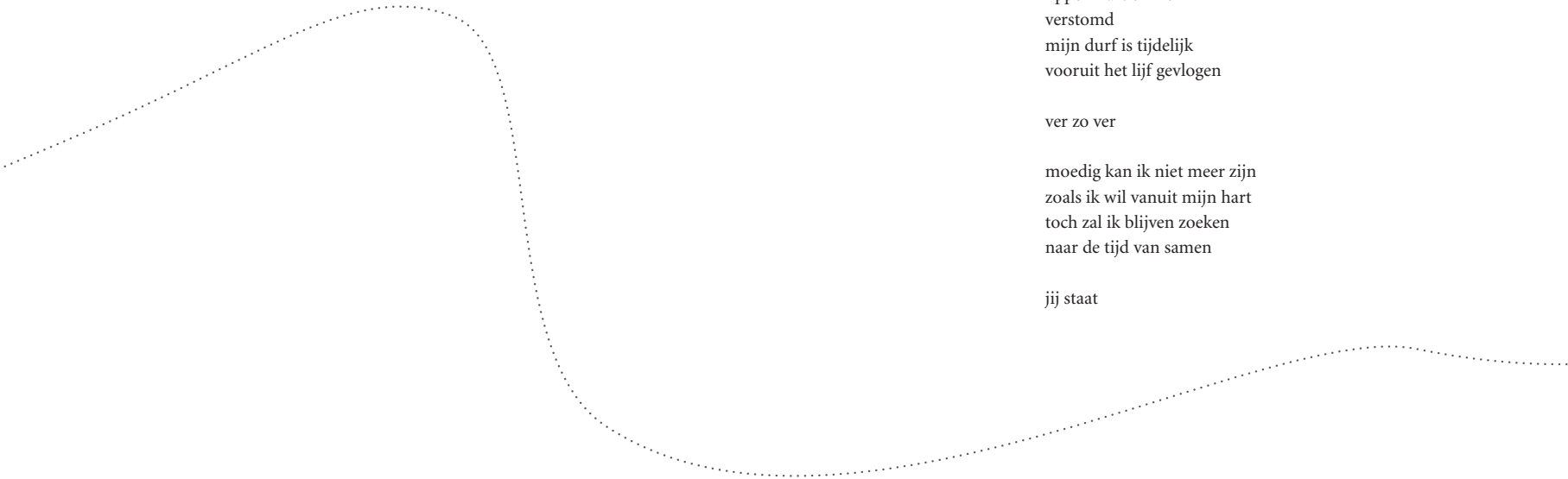
dat is genoeg ik vraag niet meer
bewaar mijn hartenwensen in mijn stilte
onderga hoe wij verschillen

Samen

warm en hartelijk omarm je mij
jouw eigen innerlijk verlangen
kan je gastvrij nu ontvangen

als een vlinder
blijf je zweven
vrij in ziel en handen

diepste vriendschap geeft ons rust
stilste liefde zonder vrees
vrijheid die elk hart geneest



Staan

ik sta

mijn voorhoofd
op je borstkas
handen armen
om je heupen

beide voeten
in de grond
mijn ogen oren
vol verhalen

lippen hart en ziel
verstomd
mijn durf is tijdelijk
vooruit het lijf gevlogen

ver zo ver

moedig kan ik niet meer zijn
zoals ik wil vanuit mijn hart
toch zal ik blijven zoeken
naar de tijd van samen

jij staat

Droom

voor het eerst in al die jaren
heb ik in mijn slaap gezien
die warme man met aan zijn zij
het jongetje dat in hem leeft

heel zorgzaam was hij voor het kind
voor mij heel teder oh zo lief

toen moest hij gaan nee ga nog niet
ik zie me worstelen met mijn verlangen
wilde niet meer uit zijn armen glijden
lip op lippen niet verliezen

de ruimte werd opeens heel groot
de deur stond open

ik werd wakker

Metamorfose

in een oeroud donker bos
zie ik me zitten op een steen
mijn kin rust in mijn hand het puntje van mijn elleboog
steunt op mijn been

over mensen aarde vogels
schoonheid liefde denk ik na

mijn voeten schuiven op en neer door droge lichte bladeren
zij fluisteren heel zacht wat zegt de wind

jij bent een vriend van elke vogel vindt je ziel in de vulkanen
oceanen zijn jouw thuisland
vlieg dan over heel de wereld neem je ziel in beide handen
bergen bossen rotsen roepen kom hier landen

voel ik daar diep in mijn lijf beweging

mijn ogen worden scherp als van een adelaar
mijn kin en keel verbazen zich
mijn stem zingt als een merel

mag ik deze vogel zijn waarvan ik droom mijn leven lang

ik vlieg zie steen en bladeren in oeroud bos stil achterblijven
verlost ben ik van zwaarte en van roest

ik vlieg ik vlieg ik vlieg
van hart tot hart tot hart
van warme hand
naar onzichtbare zielen

minnezanger is mijn naam

ik voel me vallen uit mijn droom

(geïnspireerd door
Walther von der Vogelweide ±1170 – ±1230)

Taal

waar kan ik je nog ontmoeten
waar zijn grenzen niet te zien
waar geven wij en nemen wij de ruimte

in de taal

ervaar je daar mijn zijn verbaal
beleef je daar mijn woorden diep
versta je daar mijn hartenwens

doorvoel je heel je lijf

wil jij met moed
elkaar bevragen
wat bezielt ons hart terwijl
wij luisteren stil samen

naar het zwijgen in de taal

Spiegel

de weg die onze voeten draagt laat mij twee uren lang
opeens in spiegels kijken die al jaren voor me staan

ontdek ik hoe wij zijn gegroeid
wat ons beweegt bezielt onzichtbaar

ademloos ontdekken wij
de schoonheid in haar broosheid

gras en wind en wolken zij begeleiden ons
een hert kijkt op wij lopen hand in hand

stilte schenkt omhelzing

onze weg weerspiegelt onuitsprekbaar leven
zand draagt ons naar zee

Eeuwig

voel jij het steentje in je hand
gestuurd uit verste zwarte wereldgaten
vol beladen met de mooiste energie

schrijver en ook prater
zoeker naar de woorden
vinder daar van puur genot

eeuwigheid woont diep in jou
de handen die jij toelaat
zijn gegeven door het warmste licht

gezien ben jij in het heelal
en in het smalle dal van je bestaan
stroomt liefde om je heen een oceaan

Samen eenzaam

woorden zingen over eenzaam
even gaan we samen lopen in dezelfde richting

je hoort bij mij zeg jij heel zacht
ik noem dat liefde zo bedoel je het

al heel veel jaren met elkaar verweven
geven de verschillen die ons binden moed en leven

voel jij hoe je in je lichaam en je liefde veilig bent
zijn oude beelden afgestoft durf jij

verwantschap liefdevol te vieren
met je hart en ziel en warme handen

liefde viel dan toch nog in je schoot
zo ongevraagd als tweezaamheid

ik noem haar vriendschap
samen eenzaam

Nieuwe steen

dieper dan de diepste bron
gesteente sluimert daar met gouden glans

wie danst hier toch omheen
aanbiddend buigend

de steen ligt roerloos wacht

wanneer komt eindelijk de druk
de kracht de moed die niet aanbidt

maar eigenstandig mij omarmt
en mij verandert in een nieuwe steen

zo wijs en sterk zo teder en uniek

nieuw leven diep in mij door jouw gewicht

geliefde anders ademende steen
jij wonder van mijn moeder aarde

nieuw ben ik geworden door jouw kracht
die niet aanbidt maar diep verwarmt

geef mij een nieuwe naam

Feest

ogen roepen onverwacht
een hart gaat smelten
roept heel zacht mijn ziel is diep geraakt

geschiedenis vertelt en zingt van tederheid

het pure goud in zijn gedichten
haar verlichte geest viert blij met hem

de luisterende vragen uit haar hart
verdichten zijn gedachten

zij versmelten niet
zij blijven rots en ook rivier

leven samen een ontdekkingsreis

zij leert beminnen zonder aan te raken
hij raakt haar herkent zijn eigen siddering

vingertoppen vieren stilte
zingen ademloos

aaneen gesmeed en eigenstandig
wandeland door eb en vloed

worden zij een horizon
en groeien zacht de oceanen
in de armen van de aarde tegemoet

(Geïnspireerd door 'Gijsbrecht van Amstel'
Joost van den Vondel (1587-1679))

Deel II

Afscheid

in de verwondering
die door blijft stromen

danst verdriet met opluchting
teleurstelling met openheid

vliegen woede en verbijstering
naar onbekend

Aarde

je voelt dichtbij ja zo dichtbij
alsof wij nu al een zijn

doordat mijn lijf en ziel
je tegemoet gaan groeien

voelt het zo

uit stof en klei zijn lijf en leden
ooit gevormd zo tijdelijk

opgewonden komen wij steeds dichterbij
terug naar jou naar huis

het voelt vertrouwd

met ieder mens die dit ook voelt
verbindt mij diepe liefde

dat verbaast mij niet

jij aarde thuis voor ons
ontvangt ons heel gastvrij

vanaf geboorte voel ik mij
diep een met jou

steeds meer

Drijfzand

sluipende dood treedt op
je lichaam wankelt
groeïende angst vertroebelt je leven

om je heen je armen slaand
probeer je nog te zwemmen

boven water worstelt zwaar je hoofd

je ademt nog

je drijft

een zee van woede angst
omspoelt je stroomt diep door je heen

beseft van eindigheid doorwoelt je lijf

laat hulpeloosheid naar je handen glijden

om je heen slaand raak je onbedoeld
en onbewust jouw dierbaar medemens

verwondt hem

wordt zo eenzaam

hoe ga jij met deze levensfase om
hoe ga ik om met ons

drijfzand onder beide voeten

Hard

hoe mijn rechter hand
het bot raakt
van mijn linker arm

tranen stromen plots
intens en hard
alsof de dood al binnen is

oh groot geluk
ik kan niets voelen
als ik dood ben

niemand weet het

heftig blijven
tranen uit mij
stromen

Dichtbij

de golf de dood
is weer eens stil gaan liggen
voor mijn voeten

herinneringen
spoelen om mij heen

wanneer die golf
uiteindelijk
mijn tenen raakt

hoe grijpt hij mij
verenigt mij met
dierbaar oude druppels

kijk ik daar al echt
naar uit

Alweer dichtbij

het strand ligt open

samen kijken naar de zee
jij luistert met mij mee
naar golven heel dichtbij

zo staan wij samen aan de rand
de zee mijn leven
deinend reikt het water naar
mijn voeten natte tenen

mensen opgegaan in dood
als water zee omspoelen mij
met armen handen al zo veel

wanneer bereikt de golf
mijn lijf mijn ziel en neemt mij
trekt mij haalt mij op
verenigt mij met alle golven

laat mij gerust al gaan
de oceaan die ons het land op jaagt
haalt mij naar huis

Zie en zing

mijn ogen zien jou hier

door vuur verlamd

je hart en je verstand verstild door angst en zorg
om kinderen en medevrouwen

wie kan jij vertrouwen

hoe ontdek je durf en leef je verder
met een ziel vol pijn

de ogen van mijn hart zien meer

ervaring stroomt in mij

uit zoveel vrouwen-mensen-levens
hoor voor allen nu voor jou mijn lied

wij blijven zingen medevrouw



Wat komt je toe

een vrijheid die niet wil bezitten
zelfs de dood aanvaardt als een gegeven

deze vrijheid en vertrouwen
wil je gaan ontvangen
van elke vrouw van ieder mens
vanuit gelijke waardigheid

jouw stamelen van woorden jarenlang
wordt opgevolgd door daden

bouwen ga je aan een samenleving
waar je overheersers niet meer accepteert

patriarchen moord beluste heersers
weiger jij dan elke samenwerking

wraakgevoel en woede
namens alle vrouwen in de wereld
wordt door jou gereflecteerd
en dan gezien als kracht

vergelding en vernietiging
hoewel invoelbaar zoek je niet

vernieuwen ga jij moedig fris
volwaardig partnerschap je hartewens

het nieuwe en zo oud beproefde woord
heet solidariteit heet opstaan voor
een vorm van samenleven
die wij mensen vriendschap noemen

dat komt je toe

Man

vanaf mijn eerste ademhaling
luister ik naar heel mijn lijf

mijn huid, mijn hersenen
zijn mij het meest dichtbij

huid op huid zo zacht

alleen met jou heb ik ervaren
streling in mijn ziel voelt dieper warmer

ruimte voor de stille lavastromen

zwijgend woordeloos
verwonderd stamel ik

mijn hart blijft wachten
op je warme handen

Woordeloos

helemaal geen woorden heb ik voor
hoe mensen kunnen moorden oorlog voeren
mijn hart verbergt zich weent en kreunt

de last om mens te zijn in oorlogstijd
wordt meer en meer ondraaglijk
schaamte plaatsvervangend knelt me

woorden zijn bedolven gaan ten onder in
lawaai gebrul uit wapens en uit mensen monden
vuur en dode mensen vallen over al mijn letters

hoor ik onder stenen en gebeente toch een lied

vanaf mijn eerste ademhaling
ben ik voorbestemd te sterven
wie kan daarmee leven zonder
woede zonder pijn

onmachtig om me heenslaan
helpt alleen de wapenhandelaar

niet alleen de acceptatie maar
aanvaarding dat het is zoals het is
zou ooit het echte fundament
voor vrede kunnen zijn

ik buig mijn hoofd en luister

De een en de ander

het moet nou toch eens afgelopen zijn
hou op met boeken schrijven

zo roept hij uit en laat haar achter
diep verbaasd en woordeloos

zacht fluistert zij naar binnen toe gericht
mijn stroom ik blijf je volgen sta met beide voeten vast in jou

begripvol is naar buiten toe haar glimlach want hij lijdt
haar schrijverschap is vreemd voor hem

waardering wenst hij voor zichzelf
is bang haar aandacht kwijt te raken

kan haar antwoord hem bereiken
stelt het hem gerust

verder leest hij in de krant
zij weet niet of hij heeft geluisterd

als hij maar zichzelf kan zijn
zij kan hem laten in zijn eigen ruimte

het gezelschap van zijn erfenis
en aangeleerd gedrag

als hij niet leeft naar wat hij heeft geërfd
ervaart hij dat als onrechtvaardig denkt

dat over hem wordt heen gelopen
hij kan dan zichzelf niet zijn zoals zijn vader was

verwondering blijft stromen in haar hand
ook zij draagt erfenissen in haar hart

Patriarchaat

als jij je zin niet krijgt
omdat de ander dapper nee zegt
op je eisende gedrag dan lukt het jou ook snel
jouw woede op de ander uit te leven

die zich schuldig zal gaan voelen

als de ander echter niet in deze kuil valt
maar zich vrij voelt om zichzelf te blijven
en vanuit het hart te handelen
zal jij de ander snel een egoïst gaan noemen

want het handelen vanuit je hart dat ken je niet

als de ander toegeeft aan je gril
zal jij hem innerlijk waardering
gaan ontzeggen uiterlijk hem hard kleineren
zwak hem noemen en negeren

wat de ander ook maar doet
om jou te vriend te houden
hij doet het altijd fout

jij volgt je oude rolmodel

Vreemdeling

vreemden zijn wij voor onszelf en voor elkaar
dat hoort bij ons als onze ademhaling

al onze prachtige verschillen
onvergelijkbaar en uniek

benoemen wij als vreemdheid

zal ik ooit ontdekken wie ik ben

hoor hoe angst ons hart laat gonzen
als wij die angst niet durven toe te laten
zie hoe onmacht woede woekeren
rond al het vreemde in ons om ons heen

kom laat ons haar als heel gewoon ervaren
horende bij iedereen

en samen vragen stellen aan elkaar
want luisteren dat kunnen wij nog leren

hoe ermee te leven
durf jij die angst ook nog als spiegel toe te laten

kijk hoe alsmáar beter jij jezelf en anderen
kan leren kennen én waarderen
én verdragen dat wij mensen levenslang zo onvolmaakt
en vreemden blijven voor onszelf en voor elkaar

de angst voor vreemdheid diep aanvaarden
ademhalen bij het zingen

hoor een prachtig koor

Kans

nooit eerder kreeg ik deze kans
beschuldigingen te ontvangen en te leren
er mee om te gaan

zij waren de reactie op
beschrijving van een situatie
door mij oprecht geuit waar zwijgen het gebruik

verbinden wilde ik

nu proef ik hoe een mens intens kan voelen
onterechte onbegrijpelijke laster

over beide schouders wordt gegooid
een mantel zwaar van haat

de onmacht van de mens die mij vanuit zijn
korte lont bespuugt besmeurt
agressie woede haat

hoe ga ik daarmee om
mijn handen om mijn hart

voelen kan ik wat ik voel
dus durf ik ook te zeggen heel gevat
zo wil ik niet bejegend worden nee

gedrag dat overal maatschappelijk
breed zichtbaar zo gewoon is
ervaar ik nu ook heel persoonlijk

kan ik hier iets leren over mens-zijn

waar angsten onmacht onbewust in mensen heersen
en zich uiten als agressie
niet meer hardop zeggen wat ik denk

de medemens vergeven wangedrag negeren
lippen mogen zwijgen

hart en ziel zij maken deze keus
de consequentie kunnen zij aanvaarden

ik verlaat die plaats zolang het kan

Menselijkheid

jij kan ontstaan in deze wereld
als wij spreken met elkaar

als wij praten wordt de wereld menselijk

voorzichtig tracht ik woorden te gaan geven aan
mijn innerlijk toneel zo leer ik menselijk te zijn

medemenselijkheid

jij kan bestaan als wij de dialoog
aandurven dagelijks broodnodig

als wij elkaar in woorden leren raken

samen opstaan diep verbonden

Mens

wil jij echt een mens bezitten
hoe komt deze wens in jouw gedachten op

welke oude beelden heersen over jou

waardoor word jij bezeten
hoe ontkom jezelf aan dit bezitterige denken

welke vrijheid mis je

doodsangst kan je die verbannen
door bezittingen te stapelen

ben je moedig

blaas het stof van al jouw oude vooroordelen

schep met vrije denkers samen nieuwe beelden
uit de diepste oudste bronnen

waardig elke mens een mede mens

Mede Mens

zoals de aarde is voor mij

de draagster van mijn voeten
die nog tastend en doortastend
stil hun weg gaan zoeken

zo wil ik zijn voor jou

je voeten zoeken ook en
vinden nieuwe en unieke wegen
aarde bloeit en bloedt zij draagt je veilig

is er steeds voor jou

verbindt ons warmt de voetzool
met haar gloed uit onzichtbare diepste bron
verwondering doorstroomt mij

ik ben er ook voor jou

Lindeboom

jij staat getooid
je verse mooiste bloesem
is al druk bewoond

het eerste bijenvolk
zoemt daar het nieuwste lied
van dankbaarheid

mijn ziel geniet

van liefde voor
vrijgevigheid en kracht
voor wederzijdse tederheid

je bloesem straalt en zingt
de bijen raken dronken
van jouw schoonheid

zij tuimelen nog niet

mijn hart en ziel zij zwijgen
lippen proeven al een honing
krachtig zacht en onvergetelijk

Zwijgcultuur

het lijkt een goed gebruik
soms aangeboren vaardigheid
te zwijgen als je bang bent
voor gevolgen van het
spreken met elkaar
zoals onenigheid en strijd
of inkijk in je eigen ruimte

en dan het luisteren

bijna onmogelijk

de angst om iets te horen
waar je iets bij voelt
ja zelfs moet reageren
met een eigen visie
onvoorstelbaar
ga elkaar niet raken
leef verborgen en langzij

is erfenis veranderen zo zwaar

Luisteren en horen

een nieuwe god staat op en zegt
een gouden eeuw schenk ik jullie

zoveel meer nog heeft hij toen gezegd
maar wij die al een gouden eeuw kennen

horen dit en schrijven het
voorop als krantenkop

wij luisteren maar horen
wat we kennen

zegt zo wat wij vertellen schrijven
meer over ons dan over onze goden

Mist

stiller dan stil
voor een mens
die het wil en kan zien
strooit de herfst zijn nevelen
over het land

de zomer rust uit
in verre landen

stiller dan stil
zijn oude mannen wapens gaan smeden
vrijheid en waarheid verachtend
menselijkheid
verdwijnt in nevel

mensen lijken verlamd

wanneer staan stilste krachten op

wanneer

Eindelijk

al voeren mensen oorlog heet als spuwende vulkanen
al vallen wolkenstromen uit de lucht als oceanen
al opent zich de aarde ons verslindend

al branden bossen bergen opgejaagd door winden
al komen watergolven ons verdrinken

het is zoals het is

hoe vrouwen lijden onder patriarchen
hoe oude schriften dagelijks de norm
hoe misbruik van de macht talent verspilt

waar vrijheid roven moorden van weerloze vrouwen
waar verminking en verkrachting jongste kinderen normaal

daar ervaar ik diepste pijn

als eindelijk de hoge rechters dit benoemen
scherp veroordelen proberen te bestraffen

kan ik ademen heel voorzichtig

Gerichtheid

kunnen mensen lijken
op de zonnebloemen

allemaal gericht op
onze zonnegod

de echte zon laat alle
bloemen stralen

voor de mensen-god
verliezen zij hun leven

bloemen reageren met
hun chromosomen

mensen kunnen denken
dacht ik

Onderhandelen

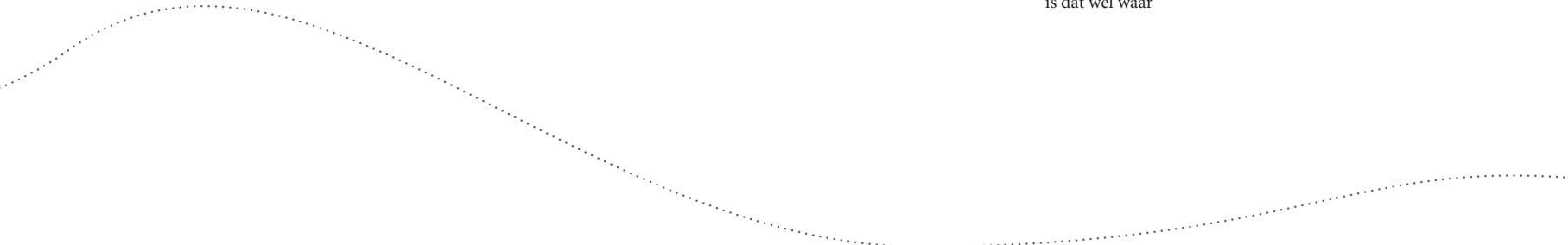
de verhalen in de boeken
over ons verleden
en de goden

over ons vertellen zij zoveel
dat wij dat graag vergeten
en alleen maar naar de goden kijken

praat ook ik vandaag nog
met een godheid
leven noem ik haar

laat mij deze week nog leven
voor de mensen in mijn hart
daarna ben ik bereid te sterven

zit ook ik te onderhandelen
met mijn eigen argumenten
maar weet ik dan met wie



Verder

de aarde draagt mij nog

ik kijk naar haar en zie in mooie films haar stralen
voel me trots en dankbaar

al haar schoonheid en haar krachten
laten mij als adelaar in luchten vliegen

wandel ik nu nog op haar

maar voel mezelf als pijl uit boog omhoog
geschoten wat kan ik daar zien

als onderdeel van haar natuur
vervoert mij diep verwondering

kan leven meer zijn dan in aarde wortelen

zal ik ooit gaan weten of en hoe

ik weet ik leef

is dat wel waar

Zo graag

ik zou een vogel willen zijn
niet onderworpen aan
de wetten van de mensen

vrij en mogen voelen wat ik voel
en ook nog daarnaar handelen
vanuit mijn eigen hart

wij mensen leggen ons
veel mallen op waarin
we moeten passen

zo willen wij niet leven
vrij zijn willen wij als
vogels in de lucht

zo graag

Dank

beduusd van alle stromen
volle vaten overlopend sap

verlicht door ogen
stralend zonder luiken

lippen zoenen liefdevol
zij spreken diepste vriendschap

jonge handen strelen
rimpels oude wangen

onbevangen golven
tederheid respect

verwondering verbindt
als dankbaarheid verblijdt

Dankwoord

Deze gedichten zijn gelezen en liefdevol bekeken op taal en kwaliteit door Eveline Richter, Dick Hagoort en Chris Jongerius.

Sjoukje Ziel, grafisch ontwerpster, heeft weer de vormgeving verzorgd voor de druk en voor de plaatsing op mijn website.

Van harte dank ik iedereen die mij inspireerde en ondersteunde in het wordingsproces van deze bundel 'Doorstromende verwondering'

MJJ

Inhoud

Voorwoord	3	Deel II	53
Deel I	7	Aarde	55
Vriendschap	9	Drijfzand	57
Zo	11	Hard	59
Stilte	13	Dichtbij	61
Tederheid	15	Alweer dichtbij	63
Omarming	17	Zie en zing	65
Nieuwe ontmoeting	19	Wat komt je toe	67
Ontdekkingsreiziger	21	Man	69
Moed	23	Woordeloos	71
Missen	25	De een en de ander	73
Nood	27	Patriarchaat	75
Houden van	29	Vreemdeling	77
Nu	31	Kans	78
Samen	33	Menselijkheid	81
Staan	35	Mens	83
Droom	37	Mede Mens	85
Metamorfose	38	Lindeboom	87
Taal	41	Zwijgcultuur	89
Spiegel	43	Luisteren en horen	91
Eeuwig	45	Mist	93
Samen eenzaam	47	Eindelijk	95
Nieuwe steen	49	Gerichtheid	97
Feest	50	Onderhandelen	99
		Verder	101
		Zo graag	103
		Dank	105
		Dankwoord	107

‘Doorstromende verwondering’

Is de tiende Nederlandse dichtbundel van Monika M. Joras.

De gedichten blijven stromen. Verwonderd volgt zij de stroom, die ook zichtbaar gaat worden in de derde Duitse dichtbundel: ‘Strom der unter allen Quellen fließt’.

Monika M. Joras is geboren op 14 juli 1941 in Oberwesel aan de Rijn, Duitsland.

Zij is getrouwd met Ton Jongerius sinds 1970.

Zij heeft gewerkt als psychiater, psychotherapeut, systeemtherapeut, opleider en supervisor in een multidisciplinair dagbehandelingscentrum.

Na haar pensionering werkte zij nog vele jaren als vertrouwenspersoon en als leertherapeut voor de Nederlandse Vereniging voor Gezins- en Relatietherapie. (NVRG)

Zij leidde in Nederland en ook in Roemenië gezinstherapeuten en leertherapeuten op, samen met haar collega Anneke van Steenberghe-Postma en andere collegae.

In 2017 schreef ze, als afronding van haar werk, het boek ‘Leertherapie op de agenda’ dat in het Engels en in het Roemeens vertaald is.

Het mogen schrijven van gedichten ervaart zij als een geschenk dat zij graag deelt met anderen.

www.monikajoras.nl



