**Mijn gedachtewereld**

**Wat voel en denk ik.**

**Hoe omschrijf ik mijn gedachten**

**Wat zit er in mijn hoofd**

**Hoe kan ik dat verwoorden**

**Wat is precies mentaal**

**Hoe vertaal ik dat ins- hemelsnaam**

**Wat is dat eigenlijk, gevoel**

**Kan ik dat wel juist omschrijven**

**Of is dat iets wat heel diep in me zit**

**Is het een onderdeel van mijn entiteit**

**Of gerelateerd aan mijn persoonlijk-heids verhaal**

**Hoe vertaal ik dat allemaal**

**Dagelijks zit ik verbonden in mijn gedachten**

**En laat dat zien in mijn dagelijks doen en laten**

**Iedereen herkent me dan**

**Alleen ik zelf heb in de gaten**

**Dat mijn doen en laten**

**Maar een klein deel is van mijn gedachtenplan**

**Daar binnen vliegen mijn gedachten**

**Als in een flipperkast snel op en neer**

**Ze maken onverwachte sprongen**

**Ze flipperen van links naar rechts**

**Van boven naar beneden**

**Maar elke gedachten …… is verbonden aan een reden**

**De ene reden is de ander niet**

**Ze raken vreugde en verdriet**

**Barsten van emotie met een wisselend gevoel**

**Ze gooien mijn gedachten husselend op een hoop**

**Vreugde en verdriet vermengen zich**

**Ik voel ineens ……..een hele boel**

**Denken, vreugde, verdriet, mengt zich met mijn gevoel**

**Het is echt heel moeilijk grijpbaar**

**Maar ze hebben allemaal een doel**

**Het uiten van emotie`s**

**Los of verbonden met elkaar**

**Het is zomaar een greep uit mijn gedachtewereld**

**Maar in een van die gedachten schuilt een verborgen wens**

**En die is ………**

**Om NU te kunnen accepteren**

**Hoe ik funktoneer als mens**

**CM 6 – 8 - 2018**