

Wit met een groen randje

Wit (verzorgen) met een legergroene rand
Beroepsmilitair was mijn dienstverband
Militair die haar mannetje stond
Maar zorgen trad steeds op de voorgrond

Commando's wil een zieke militair niet
Wel iemand die de mens in haar of hem ziet
Even gewoon erkenning
Maar zeker ook de herkenning

Kennis, kunde en kans op genezing
Goede en uitgebreide ondersteuning
Troost en medeleven
Dat is wat zorg wil geven

Ijsberg

Zoals mijn therapeut het omschreef
Ik behoud PTSS zolang ik leef
Groot deel dat zich onder water bevindt
Voor de buitenstaander is die vlek blind
Zelfs ik kan er soms maar moeilijk bij komen
Vaak gebeurt dit in mijn nachtelijke dromen
Gebeurtenissen die niet zijn te behandelen
Beelden die altijd met me meewandelen

De delen boven het wateroppervlak
Dat was meer de psycholoog haar vak
In het begin klonk wel eens de roep
"Je deed toch gewoon je beroep"
Ik kon zelfs mijn therapeuten verrassen
Gelukkig kon ze daar wel therapieën op toepassen
Maar we deden op uitzending zoveel meer
Zelfs levensbedreiging meer dan één keer
Met fotobeelden kon ik dit bewijzen
En in mijn dagboeken aanwijzen.

Zolang ik geen stress of deadline ervaar
Blijven de beelden onder water rustig daar
Mocht er in de toekomst iets gebeuren
Waardoor stukken onder water losscheuren
Zal psychotherapie weer nodig zijn
Hopelijk is dat pas op de lange termijn



De ijsberg 2025

Een vergelijkbaar beeld als De Schreeuw van Edvard Munch. Hij drukte daarmee geestelijke leed en emotionele kwelling uit. *Dat zit bij mij voor mijn gevoel nog onder het water. Weggestopt, niet goed zichtbaar en dus slecht behandelbaar.*