



Nadine Carter

# *Dansen met je schaduw*

Een gedichtenbundel die je de weg wijst naar jezelf

Met voorwoord van Herman van Veen



## JE STAAT OP HET PUNT DAT JE VOELT DAT JE

Vastloopt  
Verder wilt  
Maar niet weet hoe of waarnaartoe

Je wilt het anders  
Dit niet meer, nee nooit meer  
Maar je weet niet hoe of dat je het wel waard bent

Je wilt loslaten wat niet van jou is  
Al het mooie van jezelf in je hart gaan koesteren  
Je mooiste leven gaan leven  
Op jouw manier  
Omdat je het waard bent

*Deze gedichtenbundel wijst je de weg naar binnen, zodat je weet welke stappen jij kunt zetten op jouw unieke pad richting vrijheid, je ware zelf en je mooiste leven.*

# Inhoudsopgave



DANSEN MET JE SCHADUW



DICHTER BIJ MEZELF



ZELFLIEFDE



LIEFDE TUSSEN JOU EN MIJ



VERLANGEN



JEZELF ZIJN



GELUK



MIJN DANK IS GROOT



DANSEN MET WOORDEN



LIEFDE



ZELFLIEFDE



VERTROUWEN



JE EIGEN WEG GAAN



JEZELF ZIJN



EEN GEDICHT VOOR JOU



JOUW GROOTSHEID

## WOORDEN DIE RAKEN

Dansen met woorden 20

## DICHTER BIJ MEZELF

### LIEFDE

Toen ik niet gezien werd 32  
De pijn is niet te groot 34  
Alleen in de pijn 35  
Liefdesleven 38  
Liefde, alleen zoals jij kan voelen 39

### ZELFLIEFDE

Wiens leven leef jij? 46  
Achter dat masker 48  
Ik ben mijn liefde 50  
Jouw recht te bestaan 52  
Glim en lach 53

## LIEFDE TUSSEN JOU EN MIJ

De pijn tussen jou en mij 58  
Ik geloof in jou en mij 60  
Ik ben niet alleen 62  
Toen dat ene woord nog  
genoeg was 64  
Dansen in de regen 66

## VERTROUWEN

Angst kijkt me aan 74  
Wat als ik val 76  
Toen het nog onveilig was 78  
Het leven wijst je de weg 79  
Diep vertrouwen 82

## VERLANGEN

Klem tussen angst en verlangen 88  
Volmondig ja! 90

Een glinstering 91

De klank in jou 92

## JE EIGEN WEG GAAN

Wil je me zoals ik ben? 98  
Als mijn ja eigenlijk een nee is 100  
Je weet de weg 101  
Niks doen en toch alles 102  
Met vallen en opstaan 104  
Dichterbij 105

## JEZELF ZIJN

Ik ben niet lief! 110  
Worden zoals je bedoeld bent 111  
Dansen met het leven 112  
Op de paden van angst 113  
In het licht van liefde 116  
Jezelf zijn doe je zo! 119

## GELUK

Gelukkig in het donker 126  
Van struggle naar sparkle 128  
Geluk, altijd en overal 130  
Lief kind 132  
Gelukkig 134

## EEN GEDICHT SPECIAAL VOOR JOU

## MIJN DANK IS GROOT

## IS HET TIJD VOOR JOUW GROOTSHEID?

# *Woorden die raken*



*Woorden die raken  
Speciaal voor jou  
Omdat je de moeite waard bent*

Het leven beweegt je, roert en ontroert je. Het leven speelt, danst, vliegt, valt en staat weer op. Net als jij.

Ik deel met liefde mijn gedichten, mijn zielenroerselen.

Het zijn woorden die raken, woorden die helen. Mijn gedichten ontstaan uit het 'niets' en tegelijkertijd uit alles.

Ze ontspringen vanuit een ervaring of ergens diep van binnen in mij. Het zijn mijn eigen gevoelens, ervaringen en soms ook geïnspireerd door alles om me heen, processen van dappere mannen en vrouwen in mijn werk, vloeien uit mijn vingers, woorden dansen op papier. Woorden, gedragen door gevoelens en verlangens, komen naar boven, sprankelend, fluisterend en zweven verder. Naar daar waar ze nodig zijn. Mijn gedichten wijzen de weg. Steeds weer terug naar jezelf.

Als kind schreef ik al. Op de eerste elektrische typemachine van mijn vader schreef ik hele verhalen. En ik ben nooit gestopt met schrijven.

Mijn eerste gedicht dat ik schreef, ging zo: 'In het hele land, is geen overkant. Want daarachter leeft gewoon nog land.' Ik was twaalf en onbewust had ik al door hoe verbonden we met zijn allen zijn, dat we samen een geheel zijn. Dit gedicht stuurde ik naar Herman van Veen en hij schreef terug! Zo hebben we drie brieven over en weer geschreven. Wie anders dan Herman van Veen, die altijd mijn inspirator is geweest toen ik klein was en nog, zou mijn voorwoord schrijven? En het is gelukt. Precies zoals Herman is, verwoordt hij waar mijn boek over gaat. Een steuntje in de rug, om te voelen dat je nooit alleen bent.

Deze gedichten gaan over het leven. Over jou, wat je meemaakt, waar je tegenaan kunt lopen. Ze gaan over wat je voelt, denkt, niet wilt voelen en niet wil zien, maar juist zo de bedoeling is.

Mijn gedichten schijnen een beetje licht op dat wat licht en liefde verdient in jou. En het zo nodig heeft. Mijn woorden laten zien waar je vandaan kwam, niet meer wilt zijn en waar je naartoe kunt, gaat of al bent. Ze gaan over verlangen, over pijn en over hoe je dat achter je laat en de meest mooie versie van jezelf wordt.

Mijn woorden laten je dansen met je schaduw, zodat je ziet dat je sterker bent dan je pijn. Dansen met je schaduw is het één worden met jezelf, durven bewegen met de donkere kant in jezelf om samen te vloeien tot één beweging waarin jij de leiding hebt.

De gedichten geven je inzichten, zodat jij uiteindelijk weer thuiskomt in jezelf. En schaamteloos en volledig jezelf kunt zijn. Omdat je het waard bent.

## DANSEN MET WOORDEN

Woorden raken  
Zetten je in beweging  
Woorden komen binnen  
Brengen liefde

Woorden doen ook pijn  
Verstopt in haat en boosheid  
maken woorden kapot wat je lief is

Ook de woorden die je zegt tegen jezelf  
Of misschien wel juist

Laat mij jou die woorden geven die je nodig hebt  
Een boodschap speciaal voor jou  
Omdat je het waard bent

Woorden die je laten zien waar je vandaan komt  
Waar je staat  
Naartoe mag  
Op jouw manier

Woorden die je laten voelen  
Dat je er bent  
Dat je nodig bent  
Voor jezelf  
En de ander

Woorden die je helpen  
Om de woorden tegen jezelf te spreken  
Die je koesteren  
Omarmen  
Lief hebben  
Zoals jij de ander ook lief hebt

Laat mij  
Even diegene zijn  
Die het licht laat schijnen  
Op wat licht verdient in jou

Laat jij  
Even degene zijn  
Die ontvangt wat nodig is



# *Verlangen*



*Dat gevoel  
Als een zeepbel zo magisch*

*Als een kinderdroom  
Niet te vergeten  
Niet te vermijden*

*Geef ik gehoor aan  
De stem van mijn ziel*

## KLEM TUSSEN ANGST EN VERLANGEN

Ik zit klem  
Tussen mijn angst  
En mijn verlangen  
Kan geen kant op

Ik zit vast  
Aan mijn angst  
Die niet durft te verlangen  
Omdat ik het toch niet kan krijgen  
En kom niet in beweging

Ik wil zo graag  
Zie het zo voor me  
Voel het  
Ruik het  
Proef het

Ik wil zo veel  
Maar weet niet hoe  
Elke stap lijkt te groot

Verlangen maakt me moe  
Verdrietig

Waar is die glinstering?  
Die ik voelde als kind?  
Mijn kleine droom  
Die groter dan groot voelde  
Mijn verlangen voor het leven  
Als ik later groot zou zijn

Waar is mijn verlangen  
Nu ik groot ben?

Ik kijk me aan  
In de ogen van mijn kleine ik  
Zie de sprankeling van toen  
En voel wat er was  
Besef dat het nooit weg was

Ik neem mijn kinderdroom aan de hand  
Mijn leven in

Bij elke stap die ik zet  
Schijnt het licht  
Meer en meer  
En staan de sterren aan de hemel



De gedichtenbundel 'Dansen met je schaduw' gaat over het leven. Over jou, wat je meemaakt, waar je tegenaan kunt lopen. Over wat je voelt, denkt, niet wilt voelen en niet wil zien, maar juist zo de bedoeling is. De gedichten schijnen een beetje licht op dat wat licht en liefde verdient in jou.

**Nadine Carter** laat je in dit boek dansen met je schaduw, zodat je ziet dat je sterker bent dan je pijn. "Dansen met je schaduw is het één worden met jezelf, durven bewegen met de donkere kant in jezelf om samen te vloeien tot één beweging waarin jij de leiding hebt." De gedichten geven je inzichten op jouw pad, zodat jij uiteindelijk weer thuiskomt in jezelf. En schaamteloos en volledig jezelf kunt zijn. Omdat je het waard bent.



Als life changing therapeut heeft zij al honderden mannen, vrouwen, partners en gezinnen 'bevrijd' die vastzaten.

Met haar ga je door de angst en de pijn naar de kern van je zijn, waardoor je in korte tijd heelt en opruimt wat je niet meer dient. Dit zorgt ervoor dat je vanuit liefdevolle verbindingen met jezelf en anderen weer je eigen weg kunt gaan, kunt leven vanuit je verlangen en volledig jezelf kunt zijn.

[www.nadinecarter.nl](http://www.nadinecarter.nl)

