

Art & Jazz  
Magazine



Poëzieweek 2025  
Lijfelijkheid

Gedichten van  
Alexander Franken  
Renate Spierdijk  
Anke de Vrij  
Nooit Nooit  
Anja Tekelenburg  
Paola van Acken

Rik van Boeckel  
Cor van Welbergen  
Caroline In 't Veld  
Erika de Stercke  
Louise Willemse  
Frans Terken



@Wijkwinkel  
Scheveningen

Een prachtig  
onderkomen voor:  
@Art & Jazz

Foto: @Casper de  
Weerd

## IN MIJN GENEN

Zoals de aorta verbonden is met het hart  
zo is mijn lichaam verweven met mijn stad  
Vanaf het havenhoofd tot aan de Hoornbrug  
Van Marlot tot aan het einde van de Lozerlaan  
Ik kan niet zonder leven zelfs niet voor een deel  
De Haagse lucht is het zuurstof voor mijn longen  
De Haagse beek is het bloed dat stroomt door mijn lijf  
Een leven met het hart op de tong in prachtig dialect  
Het zit gewoon in mijn genen en accepteer dat maar  
Supporter zijn van de mooiste club uit het land  
Liefde en leed wordt gedeeld met groengele vlaggen  
Den Haag bezongen en geroemd door echte stadgenoten  
De ooievaar bracht mij ooit in het Zuidwal ziekenhuis  
En aan het eind van mijn bestaan zal mijn geest dwalen  
Tussen het loof op de laatste rustplaats van Eik en Duinen  
Aan het begin van alweer een nieuwe jaar in het Haagse  
Dartelt in gedachten dat Haagse schoffie weer door de straten  
In het hoofd altijd aanwezig de mooie zin van Couperus  
Zoo ik iets ben dan ben ik een Hagenaar  
Een nieuwe dag in een nieuw jaar voor de Hofstad  
Elke vezel verbonden tussen lijf en leden  
In verleden, toekomst en het heden

Cor van Welbergen



Illustratie: Hoss Wilstra

## BALLADE VAN DE MANTELZORG

Dit is de ballade van de alledaagse morgen  
de ballade van de mantelzorg  
voor een ieder die zeker is dan de rest  
zodat zijn of haar leven niet wordt verpest

zorg voor boodschappen en voor elke maaltijd  
zodat de verzorgde er niet bezorgd onder lijdt  
dit is de mantelzorg realiteit  
dus raak dat nooit kwijt

verborgen zonnen zullen open gaan  
zodat de verzorgde in mantelzorg op kan staan  
en stralen van geluk zullen schijnen  
en mantelzorg niet zal verdwijnen

verzorging van zieke familieleden of vrienden  
zal vaak vrijwillige langdurige zorg zijn  
en dat is goed want ziek zijn is niet fijn.



Rik van Boeckel  
Foto: Casper de Weerd

Rik van Boeckel

## DAGEN ZWANGER VAN LIJFELIJKHEID

De magische roots van het lichaam  
leiden naar dagen zwanger van lijfelijkheid  
het jeugdverhaal van ledematen  
is van zekere en zeer goede aard

na vele oorspronkelijke jaren  
zijn ze gegroeid tot volwassen lichamen  
en zullen het jongste in de tijd achterlaten  
het nieuwe lichaam wandelt zo  
door oude straten

achter de gordijnen laat de mensheid  
zien wat zal groeien en wat zal bloeien

men wandelt zo door de tijd heen  
is goed of slecht ter been  
met lippen als smaakmakers  
ogen als blikvangers  
oren als ruiskrakers  
met armen zwaaiend  
naar de open toekomst

de volwassen deugd van de gaande tijd  
is dat zeker waard in deze lijfelijke realiteit.

Rik van Boeckel



*Voor mijn broer René en zijn vrouw Hilda die vandaag 87 zou zijn geworden (verschillende jaren had ons Hilda Alzheimer en mijn broer zorgde altijd voor haar; ze is op 22 januari overleden aan corona)*

## VALENTIJN

Hij stond achter haar  
altijd  
Hij nam haar angsten  
weg  
Hij was haar Valentijn  
en niet alleen in schijn  
Hij was gewoon haar  
alles  
altijd  
overall  
in hun bijeenzijn  
Hij was haar kompas  
haar steun en toeverlaat  
haar alles  
altijd  
overall  
in haar verloren zijn  
in hun samenzijn  
Hij was haar knuffelaar  
haar band met de realiteit  
haar verleden en heden  
Hij was haar Valentijn  
voor nu en altijd  
Hij was de kus ooit  
gegeven  
de belofte ooit  
gedaan  
Hij was de zekerheid  
van haar bestaan  
Haar Valentijn die  
haar moest laten gaan

Anke De Vrij, 2021

Als je me aanraakt  
moet je me opeten  
helemaal  
met huid en haar  
al mijn cellen  
en mijn DNA  
in een roes  
in een rush  
zonder denken  
zonder malen  
Als je me raakt  
mijn ziel  
mijn zijn  
onvoorwaardelijk  
opeten  
niet uitspuwen  
nooit  
niet teruggeven  
nooit  
Raak me  
Streel me  
Eet me

Anke De Vrij



Anke de Vrij  
Foto: Casper de Weerd

## BUREN

Lui loom lig ik zalig in de zon  
De kat van de buren ook  
genesteld aan mijn zij  
Later is het buren BBQ  
de kat is er ook bij  
Al doet de kat soms raar  
dan krijgt ze de kolder in d'r kop  
en rent ze van hier naar daar  
De buurvrouw heeft dat minder ze  
heeft me er toch nog nooit mee gehinderd  
Ik hoor ze wel soms kirren en roepen en  
lachen ze is werkelijk geen doetje  
maar eerlijk gezegd zie ik haar nooit rennen  
zeker niet van hier naar daar en de kolder  
heb ik ook nooit gezien bij haar  
Het is wel een hele lieve  
al heeft ze zich nog nooit  
tegen mijn zij aan gevlijd

Anke De Vrij

*(neervlijen = neerzijgen)*  
*(vleien = stroop smeren/goed stemmen)*

De hemel kleurde rood  
ook mijn kleur verschoot  
Je streelde me zacht en  
kuste me met kracht  
Venus knipoogde en ook ik  
pinkte een traan weg van  
ontroering voor zoveel  
schoon terwijl de kleur  
verdween en de volle  
maan verscheen

Anke De Vrij

Er zit een gat in mijn hoofd  
waarlangs ik er af en toe uit loop  
Ik verwaai wat in de wind  
ik dwaal wat in de buurt  
ik loop wat mensen tegen  
het lijf en het staat buiten  
kijf dat ik er van geniet  
En dan kruip ik weer in  
mezelf en zit daar actief  
te wezen ik ben naarstig  
nijver noest en  
tegelijkertijd ook stil  
bedoord en vredig  
Af en toe eruit  
Af en toe erin  
daarin zit mijn harmonie

Anke De Vrij

Ik lig op mijn buik en lees  
wat ik schreef  
Ik draai me op mijn rug en  
herlees wat ik schreef  
Ik drink van de wijn  
glimlach en schrijf nog een zin  
Ik denk aan jou en schrijf  
en glimlach en drink  
Ik lees wat ik schreef  
in de gloed van het vuur  
Ik voel de gloed  
Ik voel het vuur  
Ik voel jou  
Ik voel jou door het vuur  
door de gloed in mij  
Ik lig op mijn buik  
en voel jou in mij  
diep in mij  
De gloed en het vuur doven  
niet jij

Anke De Vrij

## ZO'N NACHT

Hij wachtte gespannen  
of ik komen zou  
De slaap bleef dralen  
De nacht speelde met  
de onrust in mijn lijf  
Zijn hals parelde  
in het nachtlampje  
Het liep al tegen vijf

Hij wachtte af  
of ik komen zou  
mij zou vergrijpen  
in een passievolle stemming  
mijn vingers strelend  
tot hemelse akkoorden  
Hij wachtte roerloos  
hopende dat ik mijn woorden

tot in zijn nek zou smoren  
Hij mij in alle toonaarden  
kon stillen  
Teder zouden de snaren trillen  
Hij wachtte af  
Ik moest wel willen

Hij stond daar maar  
Het liep al tegen vijf  
Ik pakte hem op  
drukte hem dicht tegen mijn lijf  
Gelukkig hadden de muren  
geen oren  
De muziek was intens  
maar niemand kon zich storen

Renate Spierdijk



Renate Spierdijk  
Foto± Casper de Weerd

## MAART

Is het slapen dat je doet  
op dit doorgelegen bed  
was je werkelijk zo moe  
dat je je hier te rusten hebt gelegd

Je ademt zachtjes in en uit  
het is nauwelijks te zien  
er zijn geen dekens die bewegen  
en ook hoorbaar ben je niet

Zou ze met haar ogen open  
dromen  
van een wandeling aan het strand  
met de vader van haar moeder  
aan haar hand?

Is het fluisteren wat je doet  
of is het toch mijn eigen stem  
die iets mompelt over vroeger  
en nog steeds niet aan gewend

Is het luisteren dat je doet  
en heb je ons gesprek gehoord  
je wordt uit al je leed verlost  
je wordt vermoord



Alexander Franken/ Foto: Casper de Weerd

Zou ze met haar ogen open  
dromen  
van zomaar een café  
van haar favoriete drankje  
en zou zij zou zij  
ook dromen van mij  
die hier de tijd is kwijtgeraakt  
van mij  
die het zoeken heeft gestaakt  
van mij  
die geen zinnig woord meer  
uitbrengt  
terugdenkt  
aan hoe ze lachen kon  
dansen kon  
zoenen kon  
vrijen kon  
met mij?

Het bewegen dat je doet  
is de eeuwigheid die beeft  
als de aarde om je roept  
maar je naam niet weet

Alexander Franken  
[www.Alexanderen.nl](http://www.Alexanderen.nl)

## LAAT ME LOS

1

Laat me los  
Dit moet langzaam  
Dit moet langzaam aan

Hier met jou  
Ik durf niet  
Ik durf niet door te gaan

Brug te ver  
ik zit ergens in het midden  
tussen hier en daar

Geen balans  
Ik luister  
Ik luister nergens naar

### Refrein

Wanneer moet ik kiezen  
Voor wie wil ik gaan  
Twee huizen, twee levens  
een dubbel bestaan

Ik wil niks verliezen  
Geen fouten begaan  
Wil niemand bedriegen  
Wat doe ik ons aan

2

Ongezegd  
Het wordt echter  
Maar het blijft onecht

Ongeremd  
Het is vechten  
Met mezelf in gevecht

Brug te ver  
ik zit ergens in het midden  
tussen hier en daar

Geen balans  
Mijn verstand zegt "ga"  
maar ik luister nu nergens naar

### Refrein

Wanneer moet ik kiezen  
Voor wie wil ik gaan  
Twee huizen, twee levens  
een dubbel bestaan

Ik wil niks verliezen  
Geen fouten begaan  
Wil niemand bedriegen  
Wat doe ik ons aan

Caroline in't Veld



## INNERLIJK KIND

Lief klein meisje daar binnen,  
kom maar bij mij.  
Het leven gaat opnieuw beginnen,  
kom maar dicht bij mij

Je mag er zijn zoals je bent, het is  
goed,  
kom maar bij mij.  
Ik open mijn armen, geef je liefde  
in overvloed,  
kom maar dicht bij mij.

Je hoeft niet meer niet gewenst te  
zijn,  
kom maar bij mij.  
Ik geef je de liefde, weg met de  
pijn.  
kom maar dicht bij mij.

Je pappa en mamma deden hun  
best,  
kom maar naar mij.  
Ik bied je voor altijd, een  
beschermend nest.  
Kom maar dicht bij mij.

Vergeef hen, het is ok, het leven  
lacht je toe,  
kom maar bij mij.  
Samen zullen wij dansen en zij  
kijken hoe.  
Kom maar dicht bij mij.

Samen zijn wij geliefd en heel  
sterk,  
Je bent nu bij mij.

Louise Willemse

## SCHAKEN

Zwart en witte stukken  
tegenover elkaar opgesteld,  
op zwart en witte vlakken  
daarmee moet het lukken.

Het spel kan beginnen,  
een pion wordt verzet,  
dan het paard, met zijn gekke  
sprongen,  
tja hoe kan je het verzinnen.

De lopers kiezen schuin hun pad,  
verslinden alles op hun weg,  
de torens daarentegen gaan alleen  
maar recht door zee,  
die gebruik je bij schaakmat.

Zijn paard en loper er al op uit,  
dan mag je gaan rokeren,  
de tegenpartij vindt dat niet leuk,  
maar dat maakt jou niet uit.

De koning die moet worden  
verslagen,  
helaas kan hij maar een enkel  
stapje doen,  
naar voor of achter, schuin naar  
rechts of links,  
weg van zijn belagers.

De koningin, die mag alles zetten,  
Het is een echte femme fatale  
dit is zo'n beetje wat je moet  
weten,  
ja ik weet het, een heel verhaal!

Louise Willemse, 18-4-2024

## NACHT

In de stilte van de nacht  
wordt ik bij jou verwacht

Een schreeuw en een lach  
in de stilte van de nacht

Huil gerust  
daarna een vol buikje  
zo weer in slaap gesust.

Luisterend naar je ademen  
het lijkt wel een lied  
zo in slaap gevallen

En alleen ik geniet.....

Louise Willemsse, 21-8-1990

## GELUK

Geluk is  
Kijkend naar je kind  
Terwijl hij in je armen  
in slaap valt

Geluk is  
Luisteren naar je kind  
Die zegt  
ik hou van jou

Geluk is  
Praten met je kind  
Wanneer hij  
je een compliment geeft

Geluk is  
SAMEN zijn.

## VOOR JOU

Ik zal het zoet  
in je koffie zijn

De pleister  
op je wonden

Een lichtje  
als het donker wordt

Ik voel me  
met jou verbonden

Louise Willemsse, 7-5-2004



Illustratie: Hoes Wilstra

## EIGEN AGENDA

Het leven heeft zijn eigen agenda  
Tenminste dat zegt mijn mama  
Maar is dat ook zo  
Krijgen wij de goede en de slechte  
dagen niet gewoon cadeau

Paola van Acken

## LIJFELIJKHEID, BAARMOEDER

De creatie van een vrouw  
een kind dat voortkomt  
uit een ei en zaadcel  
welgeteld negen maanden  
om en nabij

voor het kind uit het ei  
komt

natuurlijke processen  
verworden tot industrie  
de illusie  
van maakbaarheid

het is tijd voor terugkeer ...

-----

Anja Tekelenburg

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

## HET VERLOOP VAN LICHAMEN

de jaren  
tasten mijn herinneringen aan  
als het zoutwater  
dat in rotsblokken binnendringt

foto's  
geplooid getuigenissen  
gescheurd ofwel met een verhuis  
verdwenen  
ze bewijzen niets meer

van hemelse kreten  
tot rollebollen op zandtapijten  
daarna nam de zon je mee  
in haar warmte naar anderen

en toch  
zit je nog in mijn hart

Erika De Stercke

## PLATONISCH

De pijn  
recht door haar hart  
spleet haar ziel  
in tweeën.  
Want liever had ze  
bovenal  
eens goed met hem gevreeën.

Nooit Nooit

## OM HET LIJF

Wat het ook om het lijf heeft  
je kunt er een hartverzakking van  
krijgen  
al die lieve woordjes als zoete  
broodjes

nee steek de hand dan in eigen  
boezem  
en voel wat er aan kwaadaardigs  
bovengemaakt gaat worden

de tong die zich krom draait  
hoe aan het verhemelte blijft  
plakken  
wat je graag uit de mond wil  
blaffen

dat het niet terugslaat in je gezicht  
onwillekeurig ergens een zenuw  
raakt  
die je bijna in een moordkuil doet  
zakken

nog eens naar adem happen en  
dan voluit de gal in het rond  
spuwen  
blijft het uitkijken voor wie erop  
aanslaat

Frans Terken, 15.01.2025

## DE STUIPEN IN HET LIJF

Is er iemand die een oog  
dichtknijpt  
om niet te zien hoe ik me blootgeef

nu ontvellen een voortgang neemt  
maak ik met kloven in mijn  
duimen  
steeds een tegengestelde  
beweging  
om het verval zo mogelijk voor te  
zijn

zie me dan grijpen naar een  
huidplooi  
om die verder uit te rekken en  
er in de kleine letters te lezen  
wat eronder aan de hand is

hoe daar tegenslag rondwaart  
alsof elke spier op knappen staat  
in de achteruit vol tegen darm of  
bot ver aan de pijngrens voorbij

dat het met één kramp niet gedaan  
is  
alle aanvallen huppelend het hoofd  
bieden  
de beproeving tot het uiterste  
hanteren  
tot de laatste stuiptrekking te gaan

Frans Terken, 11.01.2025



Poëzie podium  
strijd om  
'De Stenen Dichter'



MARJOLEIN JUA KOOL  
ELENA JOLIE  
@YUNXIEART

Foto's: @CASPER

Wijkwinkel Noordelijk  
Scheveningen  
Gentsestraat 22a

Schrijf je nu in voor  
de volgende  
voorrondes  
Dichters@artandjazz  
.nl

23-2-2025
30-3-2025
25-5-2025
29-6-2025
27-7-2025

**Art & Jazz organiseert iedere laatste zondag van de maand een poëziepodium. In oktober zal de Art & Jazz Poëzieprijs worden uitgereikt. Dit is een beeld van aangesloten kunstenaar Yun Xie genaamd: De Stenen Dichter.**

**Het beeld is een wisseltrofee. In 2023 werd deze prijs gewonnen door Marjolein Jua. De winnaar van 2024 is Elena Jolie.**

**Inmiddels heeft de eerste voorronde al weer plaatsgevonden. Deze is gewonnen door: rapper Lisekwa en spoken word artiest Anne Pennock. Zij zullen het in de battleronde van augustus opnemen tegen respectievelijk de nummer 2 van de tweede ronde en de nummer 1 van de derde ronde.**



DEJA VU  
Weimaratraat 62  
Den Haag

# De Grote Prijs van Beatstad Radio



**28/3 25/4 30/5**  
**finale 27/6**

20:00 - 22:00 powered by



**De Grote prijs van Beatstad Radio gaat naar de singer/ songwriter die de finale op 27 juni weet te winnen.**

**In drie voorrondes kan een plaats worden verdiend. In elk van deze rondes mogen telkens drie singer/songwriters in een set van ongeveer 30 minuten hun werk laten horen. Het gaat om eigen werk en er mag in de set een cover zijn verwerkt, de jury zal het werk buiten de muzikaliteit beoordelen op tekst, performance en originaliteit.**



**Art & Jazz Poëziepodium**

**Foto: Casper de Weerd**

**Het Art & Jazz Magazine is een  
uitgave van Art & Jazz  
Redactie: Hoss Wilstra**

**De Copyright van de gedichten  
ligt bij de dichters.**

**Illustraties indien geen  
bronvermelding bij Art & Jazz**

**KUNST IS**

**ESSENTIEEL**