

Originatieblad

Dit blad wordt gebruikt bij het oefenen van Training 4: Originaties.

Ik heb pijn in mijn maag.

De kamer lijkt groter.

Ik kreeg een zenuwtrekking in mijn been.

Ik heb het gevoel dat ik zink.

De kleuren in de kamer zijn helderder.

Ik voel me geweldig.

Ik beseft net dat ik jarenlang hoofdpijn heb gehad.

Dit is idioot.

Ik voel me helemaal in de war.

Ik heb een stekende pijn in mijn rug.

Ik voel me op de een of andere manier lichter.

Dat kan ik je niet zeggen.

Ik voel me verschrikkelijk – alsof ik iets verloren heb, of zoiets.

Hé – dat wist ik nog niet.

De kamer lijkt donker te worden.

Zeg, dit werkt echt.

Ik voel me enorm gespannen.

Die muur lijkt op me af te komen.

Het is net alsof iets me net in m'n ribben heeft getroffen.

Ik heb het overal warm.

Mijn hoofd voelt aan alsof er een strakke band omheen zit.

Het lijkt wel of ik de muur achter mijn lichaam zie.

Het lijkt wel alsof ik even groot ben als dit gebouw.

Deze stoel zit zo lekker dat ik hier best zou kunnen slapen.

Ik moet steeds maar denken aan die agent die vanmorgen naar mij op zijn fluit stond te blazen.

Alles ziet er plotseling helderder uit.

Zijn we hier nog niet mee klaar?

Ik heb het gevoel dat ik zweef.

Het lijkt wel of de muur op me instort.

Die muur ziet er echt dun uit.

Wauw!!! Ge-wel-dig!!!!!!!

Au! Au, au!!

M'n gezicht tintelt.

Ik krijg slaap.

Ik sterf van de honger. Laten we gaan lunchen.

Ik herinner me dat ik viel en mezelf pijn heb gedaan.

Ik voel me opeens zo moe.

Alles wordt wazig.

Gaat deze kamer heen en weer?

Ik besef net hoe fout ik mijn hele leven ben geweest.

Ik heb het gevoel dat er een spinnenweb op mijn gezicht zit.

Mijn linker knie doet zeer.

Ik voel me zo licht!

Wordt het hier nu niet warmer?

Ik herinner me net de eerste keer dat ik ging zwemmen.

Die pijn in mijn rug heb ik al jaren.

Hou m'n hand vast.

Ik voel me zo eenzaam.

Het voelt alsof ik niet kan praten.

M'n lichaam begint helemaal te trillen.

M'n ribben doen zeer.

Ik voel me hetzelfde als die keer dat ik door die auto werd overreden.

Alles lijkt wel donker te worden.

Nee – nee, nee, nee, nee!!!!!!