

*'Life will find a way'*



*Zo vlak voor kerst zitten we midden in de tweede lockdown. Soms vind ik het best moeilijk om me er aan over te geven. Toen ik te horen kreeg dat de volgende workshop Dans en stembevrijding, die mijn collega Kees en ik zouden geven op 10 januari aanstaande, die al helemaal volgeboekt was, niet door kon gaan, probeerde ik allerlei oplossingen te verzinnen. Misschien was er een locatie waar het wel mocht? Misschien in kleine groepen? Ik voelde me lamgeslagen. Ik kon het gewoon niet accepteren dat al die mensen die zich hadden opgegeven nu niet in deze veilige, warme, liefdevolle groep konden kennismaken met hun eigen kracht, wijsheid en liefde, juist nu dit zo nodig is in de wereld. Het maakte mij enorm boos, maar vooral ook heel verdrietig.*

*Na hier een paar dagen mee te zijn merkte ik dat in mij vooral oude pijn werd getriggerd. 'Ik doe er niet toe' 'Waarom doe je zo moeilijk?' 'Kom op, zo erg is het niet'*

*Ik kon het doorvoelen en daardoor kon het worden geheeld. Ik 'weet' dat ik niet de pijn ben. De pijn is een roep van mijn ziel. Mijn ziel is zuiver, eerlijk, oprecht en liefdevol. Mijn ziel is wie ik in wezen ben.*

*Vervolgens ontstaat er ruimte, heel veel ruimte. En 'weet' ik diep van binnen dat dit de bedoeling is en dat het leven de komende dagen en weken vast iets anders voor mij in petto heeft.*

*Dat is vorige week al begonnen toen ik me aansloot bij de Circel van Licht Friesland. Dan overspoelt mij een gevoel van diepe dankbaarheid.*

*De laatste dagen van het jaar neem ik altijd de tijd om te reflecteren en op te schrijven waar ik dankbaar voor ben. Misschien kun jij dat ook doen. Dan zie je misschien ook dat 2020 je, dwars door de 'pijn' heen, veel heeft gebracht.*