



*'De grootste openbaring is stilte' (Lao Tzu)*

*Op een meerpaal aan de steiger in het Sloterveer zag ik dit hart met de letter S erin. Ik was er naar toe gegaan voor mijn dagelijkse oplaadmomentje. Naast dat het de letter is van mijn voornaam was het op dat moment ook de letter van Stilte en Self. Even een moment voor mezelf, kunnen voelen hoe het nu eigenlijk met mij gaat op dit moment. Even stil staan, rusten, niets moeten, terug naar de essentie en weer opladen voor de rest van de dag. Mijn lijf en mijn leven schreeuwen erom. En ook is het vaak het eerste dat er bij in schiet, ga ik op in de drukte van alledag.*

*Maar hoe mooi is de symboliek van de meerpaal. In het Engels is het een 'mooring bollard', mooring betekent 'ligplaats' en bollard 'kade'. Na het varen over de soms woeste baren kan een schip er aanmeren. De schipper krijgt weer vaste grond onder de voeten. Even rust om daarna een nieuwe koers te kunnen bepalen om zich daarna weer te laten meevoeren op de golven en de wind.*

*In ons leven zijn soms ook woeste golven en is er (tegen-)wind. En daar heb je mee te dealen. De omstandigheden kun je niet veranderen, wel hoe je er mee om gaat. Hoe meer ik 'ja' zeg tegen de golven en de wind hoe vrijer ik als mens ben. Zelfs op woeste golven kan ik mij laten meevoeren. Ik mag steeds opnieuw (leren) loslaten, oefenen in vertrouwen op het Leven zelf, in iets dat groter is dan mij, het mysterie van het Leven, God / Universum. Mijn verlangen bepaalt steeds opnieuw mijn koers. Leven vanuit mijn hart.*

*Met hart voor de Stilte in mij, mijn essentie, mijn unieke wezen, mijn Self. Lief zijn voor mezelf, zodat ik weer liefde kan delen met anderen.*

*De liefde kan weer stromen.*