



'Ontdooien'

Een wandeling door het sneeuwlandschap. Ik voel dat het nodig is. Aarden. Tijd voor mezelf. Ik laat alles toe wat er op dit moment door me heen wil stromen. Pijn, verdriet, angst. Mijn grootste angst is steeds dat er geen liefde meer in mijn leven is. Mijn pijn gaat daar eigenlijk ook over; dat ik mezelf pijn doe, niet lief ben voor mezelf. Dingen blijf doen die ik niet met hart en ziel doe. Omdat 'het zo hoort'. Of omdat ik 'denk' dat het zo hoort. Ik huil en zing erover. Het is alsof het weidse sneeuwlandschap het allemaal in zich opneemt. Het lucht op, geeft ruimte.

Ik kom bij het meer. Ik hoor geknisper van riet en mini-ijsschotsen die tegen elkaar aan botsen. Het dooit. Het water is in beweging en doet sneeuw en ijs smelten. Ik zing weer, ook over mijn verlangen. Over waar ik op hoop. Het beweegt moeiteloos in mij. Ik kan ook weer lachen om het gedoe in mezelf. Ik weet weer kraakhelder waar het over gaat. Ik kom bij mijn eigen wijsheid, kracht en liefde. Gelukkig, het is er nog. Het is altijd beschikbaar. Ik kan weer verzachten. Het stroomt weer in mij.

Ik voel me dankbaar dat ik Leef en geniet van het mooie sneeuwlandschap.

Voel jij je soms ook zo koud, bevroren? Dat je ergens vurig op hoopt, maar er nog niets is veranderd in je leven. Dat je blijft vastzitten in oude patronen, oude overtuigingen? Stembelijding helpt je 'ontdooien', zodat je leven weer kan gaan stromen. En leven Leven wordt. En je gaat Leven vanuit jouw wijsheid, kracht en liefde.