

## 'Het niet weten'



*We leven in roerige tijden. Dat doet iets met je. Ik merk bij mezelf dat ik heel graag wil weten 'welke kant het opgaat'. Hoe komt het met dierbaren die zich hebben of willen laten vaccineren en hoe komt het met mij als niet-gevaccineerde? Wat mag ik straks wel of niet meer? Houd ik de vrijheden die ik altijd gewend was?*

*Zodra ik 'naar binnen ga', in mijn lichaam voel wat er IS, waarbij ALLES er mag ZIJN, kan ik alleen maar voelen wat er NU IS. En dat geeft meteen verlichting. Want mijn lichaam LEEFT, mijn hart klopt, mijn longen ademen in en uit, mijn buik(gevoel) spreekt, mijn voeten lopen waar ze heen willen. Zo simpel is het eigenlijk.*

*In mijn hoofd is het ingewikkeld. Daar leeft angst, onzekerheid, wanhoop soms. Mijn gedachten wikken en wegen. Wat is wijs om te doen? Het afgelopen jaar heb ik geleerd om ook deze 'zware gedachten' te omarmen. Het hoort namelijk ook bij mij. Ik herken steeds beter mijn overlevingsmechanismen om onzekere situaties 'het hoofd te kunnen bieden'. Hoe meer ik daar ook mee kan ZIJN hoe meer ik in het moment kan LEVEN. ZIJN in het NU. Daardoor kan ik de uitkomst steeds meer loslaten.*

*Ik kan zakken in mijn lichaam, mijn hart, mijn longen, mijn buik en voeten. Dan ben ik weer goed geaard. Ik kom in contact met mijn innerlijk weten.*

*Gisteravond, op de langste dag van het jaar, mocht ik een mantra avond leiden. Tijdens de meditatie maakten we contact met onze zonnevlecht in ons buikgebied en voelden we ons verbonden met de zon en met het licht in de wereld. Het licht dat er ondanks alle duisternis altijd IS. En dat ook in ons IS. Dat uiteindelijk in ieder ander wezen op aarde aanwezig IS. Dat geeft hoop. Dat laat het Leven weer stromen.*

*Laten we ons richten op ons innerlijk Licht, zodat het kan uitstralen naar alle dierbaren om ons heen. We hoeven 'het niet te weten', we mogen ons overgeven aan het LEVEN dat zich dan moeiteloos ontvouwt.*

*Stembevrijding kan jou helpen contact te maken met je innerlijk weten, met het wonder dat jij in wezen BENT. Waardoor je meer levenslust krijgt en je leven weer gaat stromen.*