

## Verzet of overgave?



Vanmorgen kreeg ik in een mail te horen dat mijn liedje niet verder gaat in het Friese songfestival Liet. Mijn hoop was om dit jaar de finale te halen. Maar eigenlijk wilde ik meedoen om te oefenen mezelf te zijn, ook op een 'groot podium'. Ik voelde teleurstelling en tegelijk 'Dit is de bedoeling'. Het stukje teleurstelling in mij begon meteen te oordelen:

'De jury zoekt alleen maar populaire deuntjes' of 'Ze begrijpen mijn muziek niet' Het bevestigde direct mijn negatieve zelfbeeld 'Ik ben niet goed genoeg'. Een diep verankerd patroon in mij begon van daaruit te reageren. Als ik, zoals ik gewoon was te doen, naar de stemmetjes in mijn hoofd zou gaan luisteren zou ik in verzet komen. 'Ik zal wel eens laten horen dat mijn muziek er toe doet' of 'Dan ga ik zelf wel weer concerten organiseren'.

Nog dieper voelde ik ook iets anders. Namelijk dat het helemaal niet gaat om 'uiterlijkheden'. Om op een groot podium te staan. Dat ik hiermee niet wordt afgewezen als mens. En dat dit voor mij op dit moment helemaal de bedoeling is. Dat het de weg vrij maakt voor iets anders. Iets wat ik nu nog niet weet. Dat ik daar op mag vertrouwen.

Ik beseft ten diepste dat ik altijd de keuze heb om te luisteren naar de stemmetjes in mijn hoofd of naar mijn innerlijke stem. Die stem heeft het goed met mij voor. Diep van binnen weet ik wat goed voor mij is. Ik mag steeds meer mijn waarheid gaan leven, mijn wijsheid delen met de wereld. Op mijn manier. In volle overgave aan het Leven. Als een kind dat nieuwsgierig is naar wat het Leven zal brengen. Dat het meeste zal groeien door 'pijnlijke' dingen te ervaren.

Ervaar jij ook 'pijn' in je leven en heb je de neiging om je daar tegen te verzetten? Dan nodig ik je van harte uit voor een sessie stembevrijding of (als je vrouw bent) voor de workshopserie 'Vol Leven'. Om te kunnen oefenen in overgave.

Ik vond onlangs een prachtige quote op een kaart, die voor mij zo waar voelt en waar ik deze Blog graag mee wil afsluiten:

'Only time, darkness and big changes can make beautiful butterflies'