

Bewust maken

Bewust worden

Bewust zijn

*Wat doet het met je,
wanneer iemand probeert
je ergens bewust van te maken?*

*Voelt het als een bevestiging
of zou jij erdoor van slag raken?*

*Weet dit alvast, iedere emotie die je erbij voelt is goed.
Jij bent jezelf, hoeft ook absoluut niet te reageren
zoals de ander het doet.*

*Jij bent uniek, net als ieder ander mens,
in iedere hoedanigheid, met alle facetten.*

*Jij leidt je leven zo volwaardig mogelijk,
zonder daarbij op de ander te letten.*

*De ander kan jou natuurlijk altijd de juiste weg wijzen of laten zien.
Blijf echter wel bij jezelf, adviseren is goed, biedt je een keuze bovendien.*

*Jij mag zelf beslissen, over de wijze waarop je bewust wilt worden.
Ga je met de stroom mee, de berg op of kies je toch voor de horden?
Kies je voor de hobbelige weg of liever het gladde pad?
Weet dat beide mogelijk zijn, niemand anders dan jijzelf bepaalt dat.*

*Gaandeweg zul je het zelf zien, voelen, ervaren en beleven.
De puzzelstukjes vallen op hun plek, de plaats die jij eraan wilt geven.
Ook nu weer een scala aan emoties, zeker iets wat erbij hoort.
Nogmaals blijf bij jezelf, zelfs als een ander zich eraan stoort.*

*Jezelf zijn en blijven,
is best wel eens moeilijk wanneer je nieuwe dingen leert.
Soms lijkt het er voor je omgeving op of je je dan tegen hen keert.
Niets is natuurlijk minder waar, dat weet jij goed en als geen ander.
Jij kiest ergens voor, zegt daarmee niet ik verander.*

*Weet je wanneer je je als mens bewust bent van je bewustzijn?
Op de momenten waarop je voorheen radeloos was,
zonder uitzicht, met pijn.
Pijn in je hoofd, je hart of beter gezegd je hele lijf en leden.
Dat is alleen wanneer je nog niet in het nu leeft, niet in het heden.*

*Juist dan houdt het verleden je bezig of het tegenovergestelde daarvan,
alles wat er volgt en nog zal gaan komen.
Zorg dat je dit werkelijk afsluit, vrede hebt met alles wat er gebeurd is,
zonder schuldgevoel, wrok, verdriet, angst of boze dromen.
Je leven op de rails, weten wat je kan,
jouw kwaliteiten en wat je daarmee zult bereiken.
Gewoon door je hart te volgen, een passie, een droom,
zonder naar de ander te kijken.*

*Jouw leven in optima forma, in eigen hand, vol zelfvertrouwen.
Iedere stap is er één, die je neemt, vanuit het nu een toekomst opbouwen.
In je eigen tempo, op je eigen tijd, jouw manier,
helemaal hoe jij dit wilt en ziet.
Bewustzijn van alles wat ertoe doet,
iedereen en alles om je heen, kortom geniet.*

40 DAGEN

*Wat zijn nu veertig dagen op een heel mensenleven?
Wanneer je ervoor staat lijkt het een eeuwigheid,
er eenmaal aan begonnen is het eigenlijk niets, maar even.*

*Er voor iemand kunnen zijn gedurende een periode van rouw.
Niet om je met het leven van die persoon te bemoeien,
jouw wil op te leggen,
dingen te veranderen, maar het wegnemen van een stukje kou.*

*Kou die ontstaat nadat men een persoon die zo dierbaar is, verliest.
Niet meer naast je in het dagelijks leven.
Zou het ook anders kunnen gaan, denk je dat iemand ervoor kiest?*

*Misschien niet bewust, vanuit eigen wil of onbewust wel.
Niet omdat iemand niet meer bij zijn geliefden wil zijn,
maar er klaar mee is, geen zorgen meer,
het menselijk bestaan, het levensspel.*

*Een persoon waarvan je houdt en om geeft, te kunnen steunen.
Een basis te vormen voor een leven zonder,
ineens alleen, zou niet mogelijk moeten zijn.
Iedereen verdient het om op een ander te kunnen leunen.*

*Het klinkt zo raar wanneer je dit vertelt in de
hedendaagse maatschappij.
Maar is het ook zo of zijn we zo druk met onze eigen beslommingen?
Waarom zouden we het niet opnieuw in gaan voeren?
Het maakt mensen weer vrolijk, soms zelfs blij.*

*Wanneer je de bijbel leest, ken je het verhaal van Mozes,
zijn reis door de woestijn.
Hij had het vertrouwen in en geloof op een goede afloop,
zelfs toen er nog geen einde in zicht was,
wist hij dat het zou lukken, er begeleiding zou zijn.*

*Hoe is het mogelijk dat we zo ver van alles wat goed is afstaan?
Komt het doordat we ons zover ontwikkeld hebben,
wat als doelstelling voor de westerse wereld wordt gezien?
Dan hebben we dit onszelf aangedaan.*

*Veertig dagen, een begrip, voor allen die bereid zijn te zien.
Maar niet alleen dat, ook horen en voelen, meeleven en
medemenselijkheid.
Een ommekeer in het leven misschien?*

