



Nieuwsbrief: no. 4, april 2014

“The secret life of bees”

De nieuwsbrief, van april 2014, Geschreven op de dag waarop de Zon hoog aan de hemel staat met als Quote de titel van een film. Een film met een prachtig verhaal, uit het leven gegrepen. Een verhaal wat laat zien, dat ieder mens, hoe hard hij ook wegloopt, voor zijn emoties en weigert te weten, uiteindelijk geconfronteerd wordt met zichzelf. Een eyeopener of de werkelijke betekenis van het leven? In beide gevallen het kijken waard. En net als de voorgaande week, brengt het Zonnetje weer zoveel goede gevoelens met zich mee, dat je je bijna af gaat vragen, waarom er nog zoveel strijd is in de wereld. Strijd die ervoor zorgt, dat mensen, een groot deel van hun leven, bezig zijn, met het leveren van een gevecht. Een gevecht met zichzelf, hun naasten, de omgeving of wat maar ook. En waarom?

Ja, waarom voeren we iedere dag opnieuw strijd? Omdat we vaak iets nastreven, wat we denken niet te hebben, wat we hebben gemist, waar we altijd naar hebben verlangd of is het eigenlijk meer dat we iets willen, wat we door allerlei redenen gewoonweg niet doen? Niet doen, omdat we het idee hebben, dat dit niet bij het leven hoort, dat we allemaal iets moeten doen, omdat iedereen het doet en dat ook alleen als acceptabel wordt gezien? Hoe sta jij hierin, wat denk jij hiervan en klinkt dit je bekend in de oren? Of wellicht heb jij hier een gevoel bij?

Start vandaag eens met voelen. Doe alles wat je doet, met 100% aandacht en ervaar hoe dit voelt. Door met één ding tegelijk bezig te zijn, zul je iets op een totaal andere wijze ervaren, zul je ontdekken of het bij je past. Daardoor zie je en ervaar je vanzelf of je het juiste doet. Omdat je er bewust voor gekozen hebt, het patroon, wat jij geleerd hebt, of jezelf hebt aangeleerd, te blijven volgen of er vanaf te wijken. Misschien heeft het je geholpen te komen waar je nu bent en daarmee ook te zijn wie je nu bent. Maar wie ben jij en hoe belangrijk is het om dit te weten, wanneer je je staande wilt houden in het leven wat je leeft? Hoe belangrijk is het te weten wie jij zelf bent? En welke waarde hecht je hieraan? Hoeveel is jouw leven en vrijheid je waard? En hoe voel je je op dit moment?

Iedereen kent wel het verhaal van de bloemetjes en de bijtjes. Dat wat nodig is, om de wereld draaiende te houden. Dat wat ervoor zorgt, dat we kunnen blijven leven, omdat er zonder de bijen niets meer zou groeien en bloeien? Omdat er uiteindelijk, zonder de bijen, geen leven op aarde meer mogelijk zou zijn.

Stel je nu eens voor, dat de bij ineens besluit, om iedere dag iets heel anders te gaan doen, dan het van bloem naar bloem vliegen. Stel je eens voor, dat de bij niet meer doet waar hij goed in is, omdat hij denkt dat iets anders veel beter bij hem past. Omdat het hem meer oplevert, hij er meer aanzien van krijgt, hij er uiteindelijk meer aan overhoudt. Wat zou er dan gebeuren en wie zou er dan het werk van de bij overnemen? De wereld zou daardoor compleet uit balans raken.

Gelukkig denkt de bij niet en doet hij dat wat (bij) hem past. Dat wat ervoor zorgt, dat ieder voorjaar de bloemetjes weer gaan bloeien en er nog steeds iets groeit. Zelfs wanneer er zoveel verstoringen zijn, laat de bij zich niet van zijn natuurlijke taak afbrengen. Ja, taak. Dat wat hem (of haar wanneer het een vrouwtjesbij betreft) een belangrijk onderdeel van het geheel maakt. Een onderdeel van alles wat er op de aarde leeft, groeit en bloeit.

Een mens heeft ook een taak, in zijn (of haar) leven. Een taak, die bij hem of haar past. Een taak, die ervoor zorgt, dat hij (of zij), zich zo optimaal mogelijk kan ontwikkelen en daar komt het, mits hij (of zij) weer gaat voelen, wat bij hem of haar past. Gaat voelen, waar hij (of zij) blij van wordt, energie van krijgt, zodat hij (of zij) dit net als de bij, ook weer door kan geven aan de ander. Vrij van het verwachtingspatroon. Vrij van de gedachte over. Maar daarbij gevuld met positieve emoties, die ervoor zorgen, dat alle mindere momenten, waar we in een wereld met zoveel verschillende mensen niet aan kunnen ontkomen, te handelen zijn. Omdat we als mens, allemaal ons eigen portie bagage meekrijgen. Omdat we als mens, allemaal te maken krijgen met de werkelijke betekenis van het leven. Waarom je bent wie je bent. Waarom jij voor dit leven hebt gekozen en belangrijker nog, wat je in dit leven moet leren. We zijn geen bijen, hebben andere taken gekregen in dit leven en zullen door zo dicht mogelijk bij ons gevoel te leven, begrijpen en ervaren wat dit met ons doet. Omdat het ons voldoening geeft.

Wanneer je blij bent met het leven wat je leeft, ben je blij met jezelf en ieder ander. Dit te mogen bereiken is in feite de "Real meaning of life". Dat wat zorgt voor vrede. Tevreden zijn. Op dit moment, zijn er heel veel mensen, die zich verliezen in: de ander, regels, het geloof, (een) passie, emoties, een bedrijf, werk, ziek zijn of wat maar ook. Wanneer je weer 100% jezelf bent, je de dingen die je doet, met 100% aandacht doet, zul je vanzelf ontdekken dat alles vele malen gemakkelijker gaat. Hierdoor blijf je bij jezelf, word je weer volledig wie je bent. Zoals je wilde zijn, toen je dit leven aanging.

Ben jij er aan toe om jezelf te leren kennen, jezelf te ontmoeten of wil jij dat iedereen in jouw bedrijf, waar je mee werkt, of waar je jouw kind, of dierbare aan toevertrouwd ook weer zichzelf kan zijn? Start dan snel zelf met het volgen van een coachingsessie of workshop bij De Hof van het Heden.

De Hof van het Heden

Voor

Workshops Coaching Begeleiding & Advies

Contact

Email: info@dehofvanhetheden.nl - Tel 0031 (0)78 642 83 01 / Mobiel 0031(0)6 53 54 86 59