



Nieuwsbrief: no. 8, Augustus 2013

“When lightning strikes you”

Nederland een land van uitersten, op meerdere vlakken. Beginnend met het weer in 2013. We starten met één van de koudste lentes sinds 1901 en staan daarmee in de top vijf. Vrijdag 2 augustus gaat echter de geschiedenisboeken in als de heetste dag ooit gemeten. Dat dit beide in De Bilt is, zal ik er dan wel meteen bij vertellen. Want de heetste dag in de afgelopen 10 jaar is gemeten op 19 juli 2006 in het Zeeuwse Westdorpe, het kwik steeg daar tot 37,1 °C. Dat de warmste temperatuur ooit 38,6 °C was, deze op 23 augustus 1944 gemeten is in Warnsveld, zal niet overal bekend zijn.



Hoe je dit ervaren hebt, weet alleen jijzelf. Dat zowel de kou, als de hitte gevolgen kunnen hebben, zal iedereen begrijpen. Welke gevolgen dit zijn, dat verschilt wederom per persoon. Maar hoe komt het toch dat ieder mens dit op zijn of haar eigen manier ervaart? En hoe belangrijk is het, om dit te weten? Kortom, wat doet dit met jou als individu, als mens?

En wanneer je dit weet, kun je hier dan ook invloed op uitoefenen? Hoe belangrijk is dit? Wie heeft er belang bij, om hier invloed op uit te oefenen? Ja, allemaal vragen waar je je bezig mee kunt houden, maar waarom zou je dit willen weten? Dat dit ongeveer net zoveel zin heeft, als uitrekenen hoe vaak het voorkomt, dat iemand getroffen wordt door de bliksem, zal waarschijnlijk net zo zinvol zijn. Voor wie het antwoord op deze laatste vraag wil weten, kun je de hierna genoemde link bekijken: <http://www.goeievraag.nl/vraag/wetenschap/wiskunde/kans-bliksem-geraakt-miljoen-hoorde.17478> Dat er mensen zijn die iets meemaken waardoor het lijkt alsof ze door de bliksem getroffen zijn, is een betere vergelijking. Natuurlijk is dit niet letterlijk zo. Toch is de impact van hetgeen er gebeurt, (gebeurd is), wel degelijk vergelijkbaar.

Weet jij, waarom de ene persoon, iets traumatisch, binnen no time verwerkt, terwijl de ander er jaren nadien, soms een heel leven lang, nog last van heeft? Wie anders dan jijzelf, kan hier iets over vertellen? Hoe belangrijk is het, dat jij weet, wat een “blikseminslag” met jou doet? Kies jij ervoor om dit te willen weten, ga jij op zoek in jezelf of kies je ervoor, om de blikseminslag je leven te laten leiden? Weet dat je een keuze hebt, om het heft in eigen handen te nemen. Weet dat je mag kiezen, omdat dit mogelijk is, zeker wanneer je er nu (nog) hinder van ervaart in het dagelijks leven.

Je kunt er namelijk voor kiezen, om het (gevoel) los te laten. Er zo voor kiezen, om de impact te laten vervagen. Wanneer dit is, omdat je vertrouwen hebt en er zelf alles aan doet, om gezond te blijven, dan zal je positieve instelling, je voor een groot deel helpen. Voor een groot deel, want wanneer de impact te groot is, waardoor je er blijvende hinder van ondervindt, je zelfs schade oploopt, kan hulp zoeken goed zijn? Kan, jij bepaalt zelf of je dit doet en wanneer! En gelukkig, mag je dit zelf bepalen, omdat je als mens, allemaal het recht hebt, om te beslissen wat je wilt, doet en laat.

Een mens is een bijzonder en uniek wezen, een waar kunstwerk. God heeft ons namelijk geschapen, naar zijn evenbeeld. Door het inblazen van de Goddelijke ziel via de neus, heeft hij ons allen het levensrecht gegeven. Het recht om te leven, leven op aarde, het recht op een bestaan, uit onvoorwaardelijke liefde. Hij heeft ons zelfs een eigen wil gegeven, zodat we in ons leven, keuzes kunnen maken. Eigen keuzes, in een wereld, waarin alles mogelijk is. Iedere dag opnieuw, keer op keer. De enige regel daarbij, is dat we luisteren naar ons hart en ons daar volledig door laten leiden.

Want, wanneer we weer naar ons hart luisteren, zijn we vrij van zorgen, vrees, pijn en verdriet. Dan leven we in vrede en zijn we vervuld van liefde en blijdschap, zijn we dankbaar en tevreden, in balans. De balans, die voor ieder mens en alles wat God geschapen heeft van toepassing is. De balans, die noodzakelijk is, om te kunnen leven. Een optimaal leven mogen leiden, is daarbij zijn wens. Wat is jouw wens? Hoe graag wil jij je leven optimaal leven, hoe graag wil jij weer in balans zijn? Hoe belangrijk vind jij het, om vanuit je hart te leven en dankbaar en tevreden te zijn. Wil jij ook in vrede leven? Zodat je, wanneer je onverhoopt toch getroffen wordt door de spreekwoordelijke "bliksem", hier geen blijvende schade aan zult overhouden?

Want wanneer de bliksem inslaat, zal je volledige zenuwstelsel een opdonder krijgen. Je komt letterlijk onder spanning te staan. Allereerst treft dit je huid, het grootste orgaan, wat middels de diverse zenuwuiteinden verbonden is met je hersenen. Je hersenen, zijn op hun beurt ook weer verbonden met je andere organen en andere vitale delen van je lichaam. Door deze impact zullen je hersenen andere signalen uitzenden, dan wanneer je lichaam in ontspannen toestand is. Maar wat is ontspannen, hoe kun je je hieraan overgeven, in een leven, waarin zoveel moet?

Ontmoeten is het sleutelwoord. Ontmoeten om te willen, willen loslaten. Loslaten om te kunnen ontspannen. Ontspannen om weer vanuit je hart te kunnen leven. Leven om weer met jezelf te communiceren. Communiceren en ervoor zorgen, dat de signalen die je in een wereld met 7 miljard mensen opvangt, een positieve wending nemen. Een wending die jij eraan wilt geven. Een wending delen, vanuit liefde, liefde voor jezelf, je medemens, iedereen die en alles wat leeft. Om weer heel te zijn, jezelf te zijn. Ik hoor je graag.

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