



Nieuwsbrief: no. 10, Oktober 2015

“Een cadeautje voor iedereen, omdat ik jarig ben!”

Voor wat hoort wat, of ook wel “Quid pro quo”. Een spreuk waar ik zo lang ik leef nog nooit iets mee heb gehad. Niets mee had, omdat het niet bij me past en niet bij me hoort, wanneer het om iets voor iemand doen gaat. Omdat ik alles wat ik doe met liefde doe. Ik alles wat ik doe vanuit liefde doe. Daarbij met de grootst mogelijke aandacht, want wanneer dit niet het geval is, wanneer dit niet het geval zou zijn, dan zou ik het niet meer doen, dan stop ik ermee, omdat het dan op geen enkele wijze zinvol kan zijn. En wanneer iets niet meer zinvol is, maar volkomen zinloos, dan stop ik ermee en laat ik het voor wat het is. Omdat iets wat of iemand die mijn liefde en aandacht krijgt, dit verdient, dit waard is, ik me er nooit mee bezig heb gehouden, dat dit me meer kost dan het oplevert. Want ik doe dit met liefde, ik doe alles wat ik doe met liefde en wanneer ik dit op de één of andere manier niet kan, dit voor mij daardoor niet mogelijk is, dan heeft het geen zin, dan heeft dit voor mij, maar ook zeker voor de ander geen zin. Kort door de bocht of praktisch en logisch of toch een combinatie van de laatste twee?

Ik ga voor het laatste, want in mijn beleving heeft het totaal geen zin om ergens energie in te steken wanneer dit niet werkt. Wanneer het niet werkt of wanneer er geen wisselwerking is? Hoe het ook zij, dan is het alsof je aan een dood paard trekt. Maar mag je over een dood paard praten, wanneer je praat over iets wat leeft? Mag je over een dood paard praten, wanneer het in leven is, wanneer het in jouw leven is? En geldt dit voor alles wat in jouw leven is? Wanneer het in jouw leven is of wanneer het jouw leven is? Alles wat en iedereen die in mijn leven is mag zijn of haar eigen keuzes maken, dat doe ik ook iedere dag opnieuw, ik kies er iedere dag opnieuw voor om mijn leven op de meest optimale, de meest ultieme manier te leven. Want dat ik dit iedere dag zelf moet doen en mag doen, ik de kans krijg om dit iedere dag zelf te doen, heb ik al op heel jonge leeftijd ervaren. Heb ik ervaren toen ik nog jong was, toen ik zelf nog een kleuter was.

Want na de eerste drie jaar van mijn leven te hebben gehuild, ben ik mijn leven gaan leven, heb ik mijn leven in eigen handen genomen en heb ik me laten leiden door dat wat mij gelukkig maakt, dat waar ik blij van word en dat wat een bijdrage levert aan mijn gezond en welzijn. Vanaf dat moment ben ik gaan geven, gaan geven zonder er iets voor terug te verwachten, gaan geven zonder daar op enige wijze voor te willen worden beloond, omdat het me gezond en wel voelen, me gelukkig voelen mijn beloning was. Het resultaat was, dat wat het mij opleverde wanneer ik de dag op een zo positief mogelijke wijze startte, de dag op een zo positief mogelijke wijze doorbracht. Door mezelf te zijn, dat te doen wat mij blij maakte en ieder ander, iedereen die anders is of anders was ook gewoon zijn of haar ding te laten doen. Omdat ik vanaf dat moment zag dat ieder ander niet mij, maar ook ik niet ieder ander was, omdat ik mezelf was.

Want door mezelf te zijn, was ik zelf verantwoordelijk voor mijn leven. Door mezelf te zijn, door dat te doen wat bij mij hoorde en bij mij paste mocht en kon ik zelf de verantwoordelijkheid dragen van alles wat er op mijn pad kwam. En mocht ik er voor iedereen die op mijn pad kwam zijn, mocht ik er zijn, omdat ik te allen tijde de regie over mijn leven, de regie over dat wat mijn leven inhield en dat wat mijn leven mij vertelde in eigen handen hield. In eigen handen hield en in eigen handen had, omdat het mijn leven was, het mijn zelf gekozen leven is. En omdat ik er iedere dag nog steeds blij mee ben dat ik mijn leven mag leven, deel ik dit met alle liefde met iedereen die in mijn leven is. Iedereen die deel van mijn leven mag zijn, door hen zichzelf te laten zijn. Door iedereen die en alles wat leeft zichzelf te laten zijn, waardoor zij zichzelf kunnen en mogen wezen.

Want het leven is meer dan ademen, het leven is meer dan dat doen wat er van je verwacht wordt, wat de ander van je vindt of denkt, het leven dat ben jij. En ook jij mag net als ik iedere dag de keuzes maken, de keuzes maken die jou helpen om jezelf te zijn, volmaakt gelukkig jezelf te zijn. Dank U wel God, dat U mijn hart heeft laten spreken, dat er heel veel meer mensen zijn die hun hart laten spreken en zich van hun humane zijde laten zien. Dankzij U en deze mensen kan ik iedere dag voor het positieve kiezen voor het positieve gaan. Dankzij U is Altijd Beter Samen een feit. Is Altijd Beter Samen een bijdrage leveren aan dat wat het leven voor ons allen in petto heeft mogelijk.

Ja, omdat het leven zoveel moois voor ons in petto heeft. Want we kunnen werkelijk leren van de ander, we mogen leren van de ander door naar onszelf te kijken. Te kijken wat de impact van de ander op onszelf is, door de ander toe te laten in ons leven. In het leven wat wij mogen leven, in het leven zoals dit bedoeld is, waar we samen deelgenoot van zijn. Deelgenoot van een leven waarin we elkaar aan mogen vullen. Een leven waarin ieder mens van waarde is, wanneer hij of zij weer met aandacht leeft. Want aandacht voor jezelf, iedereen die en alles wat leeft, krijg je vanaf het moment waarop we onszelf en ieder ander accepteren voor wie hij of zij is. Dan zijn we weer bewust van alles wat er is, mogen we weer doen wat bij ons past en hoort, krijgen we allemaal de kans om werkelijk te zien, te zien door te voelen, te voelen door te ervaren, te ervaren door te beleven.

Want alles wat ik zie, ik voel, ik ervaar en ik beleef, deel ik, laat ik jou weten, laat mij weten dat ik in leven ben en dit zorgt ervoor dat ik er ben. Het er zijn, mezelf zijn, zorgt ervoor dat ik bewust zie, voel, ervaar en beleef. Daardoor heb ik de tijd gekregen, om met aandacht te leven, omdat het met aandacht leven van mijn persoonlijk leven, de taak is die ik voor mezelf, maar ook ieder ander ooit voor zichzelf of haarzelf gekozen heeft. Bewust gekozen, gekozen voorafgaand aan en in leven, in en vanuit liefde, Onvoorwaardelijke Liefde voor mezelf en ieder ander in dit leven, alle leven(s). Alle leven(s), alles wat leeft en wanneer jij net als ik weer jouw leven leeft, zul jij net als ik gelukkig zijn, gelukkig in en met jouw leven zijn. Wacht jij tot jouw grens bereikt is, of kies jij voor tijd om in het hier en nu te leven? **Durf** jij jezelf en de ander **te helpen**, wil jij overal en altijd jezelf zijn? Kies dan voor jouw leven en leef nu!

Met heel veel liefs, Alle liefde die nodig is, Sonja

De Hof van het Heden

Voor: Workshops Coaching Begeleiding & Advies

Voor: Het herstellen van Communicatie en Contact, met jezelf en naar anderen!

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

Liefde is onvoorwaardelijk, het is er nu tijd voor!