



Nieuwsbrief: no. 12, December 2015

**“When nature calls we need to listen!”**

De nieuwsbriefquote, mijn reactie op een Facebookbericht van een buurvrouw, waarin stond dat er, “Ondanks warme weer toch een ‘witte’ Kerst in Berlijn”, was. Een artikel van de NOS. “De temperatuur in Berlijn kwam vandaag ruim boven de tien graden en ook de komende dagen is vorst in de Duitse hoofdstad ver weg. Toch is het juist daardoor ook een ‘witte’ Kerst. De vele duizenden kersenbloesems in de stad hebben door het warme weer al knoppen gevormd en op veel plaatsen staan ze in volle bloei.”

Het stukje eronder geeft nog meer informatie prijs, die het delen waard is. “In november lagen de temperaturen in Berlijn al veel hoger dan normaal. In december is het zo’n vijf graden warmer dan het langjarig gemiddelde, waardoor de natuur maanden voor loopt op schema.” Ja, de natuur loopt voor op schema, omdat de natuur op dit moment net zo min te voorspellen is, als alles wat er in de afgelopen tijd, in de afgelopen dagen, weken, maanden, jaren en eeuwen heeft plaatsgevonden. Net zo min te voorspellen, of toch wel een beetje? Toch wel enigszins, omdat we met steeds meer mensen, met steeds meer inwoners op een klein stukje aarde zijn. Een stukje aarde, waar vele mensen op zoek zijn naar vrijheid, naar warmte, medemenselijkheid en geluk. Geluk wat voornamelijk bestaat uit een veilig thuis, een plek om te slapen en voor ouders een plek of plaats waar zij hun kinderen een mooie jeugd en goede toekomst kunnen bieden.

Ja, een goede toekomst, een toekomst die zekerheid biedt. Willen we dit niet allemaal, is dat niet de zin van het leven? De zin van alle leven, de zin van iedereen die en alles wat leeft? Hoe kan het dan dat het in veel gevallen zo moeizaam gaat, zo moeizaam is en zo moeizaam lijkt te blijven? Wat zou de zin daarvan zijn? Wat zou de zin zijn van een moeizaam bestaan? Heeft het moeizaam zijn wel zin? Dat is de vraag die heel veel mensen zichzelf de komende dagen, waarin zij kerst gaan vieren mogen stellen. Want hoe lang zal het nog duren voor we allemaal beseffen dat het geluk binnen handbereik is wanneer we weer naar onze natuur gaan luisteren, wanneer we, ieder van ons, ieder op zich, maar ook allemaal weer gaan doen wat ons hart ons ingeeft? Weer gaan doen waar we blij en gelukkig van worden, het tegenovergestelde van dat wat we nu al eeuwen doen en waar heel veel mensen een moeizaam en vooral koud bestaan door leiden.

Een koud bestaan, doordat er nauwelijks liefde is, men alleen maar liefde voelt voor hen die hen lief zijn, hen die hen dierbaar zijn, naaste familie, burens, vrienden of collega’s. Hoe mooi zou het zijn wanneer we net als de natuur de warmte en de liefde weer over de hele aarde doorgeven? Over de hele aarde, inclusief (aan) de mensen die het nu meer dan ooit nodig hebben, omdat zij niet samenzijn met degene die hen zo dierbaar zijn. Die hen zo dierbaar zijn en die zij normaal gesproken om zich heen zouden mogen hebben.

Die zij om zich heen mogen hebben en die om hen heen zouden zijn, doordat zij samen zouden kunnen zijn en samen zouden kunnen wezen, wanneer er geen..... En dit kunnen we allemaal invullen. Dat het veelal geen positieve woorden zullen zijn, dat zal iedereen begrijpen, want alles wat er ingevuld wordt heeft een negatieve lading. Zelfs wanneer dat wat de persoon nu doet, dat wat de persoon nu tracht te bereiken, vanuit de juiste intenties wordt gedaan. Omdat erin geloofd wordt, de persoon met heel zijn hart, met alles wat hij of zij is vertrouwt op het feit dat het juiste gedaan wordt. Ja, het juiste, al durf ik werkelijk geen uitspraak te doen over het juiste voor wie.

Vraag jezelf eens af wat het juiste voor jou is, vraag je eens af of je aan het einde van de dag werkelijk voldaan bent, voldoening hebt gekregen van dat wat je doet, dat wat je tot stand gebracht hebt, dat wat je gecreëerd hebt? Is dat ook wat jij jouw geliefden toe zou wensen? Is dit ook wat jij je naasten, degene die je dierbaar zijn toe zou wensen? Ik zal ook nu geen uitspraak doen over dat wat wel of niet juist is. Ik zal ook nu geen oordeel of mening geven over, heb er wel een gevoel bij. Een gevoel dat iedereen die goed slaapt, iedereen die werkelijk voldaan is door voldoening, het juiste doet. Het juiste wat gevoed door liefde en omgeven door liefde plaats mag vinden. Ja, plaats mag vinden, waardoor het plaats krijgt en plaats heeft omdat het er tijd voor is. Omdat het er nu tijd voor is.

Kerst is de tijd, de tijd waarin we, iedereen die en alles wat leeft weer mag gaan luisteren naar zijn of haar gevoel. Door te luisteren, naar je hart, te luisteren naar dat deel van jouw lichaam wat je waarschuwt. Want het lichaam heeft een ingebouwd waarschuwingssysteem, ieder mens heeft een deel van zijn of haar lichaam die dankzij het hart op tijd een signaal krijgt om iets te veranderen. Iets te veranderen, waardoor er op een natuurlijke wijze voor gezorgd wordt, dat je de kans krijgt om iets te herstellen, iets goed te maken, iets te doen waardoor jij ook weer jij kunt zijn en jij mag wezen. Evenals de boom die midden in de winter, tijdens de kerst zijn of haar bloesem laat zien. Evenals de boom die midden in de winter toont dat iets wat gebruikelijk nooit voorkomt, nu mogelijk is. Omdat ook wij evenals de boom kunnen veranderen, wij evenals de boom bij onszelf te raden mogen gaan, hoe we iets ten goede kunnen keren, waardoor de metafoor "een witte kerst", het feest wat ter Ere van de geboorte van Jezus gevierd wordt, weer echt de betekenis krijgt, zoals deze bedoeld is. Vrede op aarde, in de mensen een welbehagen. Want dat is wat nodig is, de mens mag zich weer goed voelen door....

Ik ben ermee gestart en natuurlijk is mijn medewerking vereist, want niets gaat vanzelf. Dit is een proces wat zich langzaam ontwikkelt, wat langzaam vorm krijgt, door stapje voor stapje te zetten. Door letterlijk maar ook figuurlijk iedere dag dat te doen wat mij gelukkig maakt en waarbij ik er voor iedereen die en alles wat mij nodig heeft kan zijn en mag wezen. Wat daarbij van het grootste belang is, is dat ik mezelf de gehele weg trouw blijf, ik mezelf tijdens deze levensreis op geen enkele wijze tekort doe, want ook ik ben van waarde en kan dit alleen maar zijn wanneer ik mijn eigenwaarde, door zelfrespect in ere houdt. Kies jij er ook net als ik voor om je eigen leven te leven, in jouw leven te zijn, gelukkig in leven te zijn? Dan kleurt de wereld straks vanzelf nog mooier dan deze al is en hebben wij daar samen een bijdrage aan mogen leveren. Wil jij ook jouw leven weer in liefde, geluk en gezondheid leven, wil jij ook weer volmaakt gelukkig jezelf zijn?

*Ik help je daar graag bij, met Alle Liefde die nodig is. Een hartverwarmende groet, 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](mailto:info@dehofvanhetheden.nl) ~ [dehofvanhetheden@live.nl](mailto: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!**