

# DE HOF VAN HET HEDEN



Nieuwsbrief: no. 9 september 2016

“Hoe serieus neem jij jouw leven?”

Dit is natuurlijk een totaal ander uitgangspunt dan waar ik de nieuwsbrief over de maand augustus mee gestart ben. “Free your mind, the rest will follow.” Ja, die was gemakkelijk gezegd en soms moeilijk gedaan of lukt het jou inmiddels al om jezelf werkelijk te bevrijden van negatieve gedachten? Ja, negatieve gedachten, die de wereld letterlijk “bol laten staan”. Want dat is wat er in wezen gebeurt, wanneer je ervoor kiest om alle negatieve gedachten je hoofd binnen te laten sluipen, doordat je denkt dat je deze niet meteen om kunt zetten in positieve. Want ook nu komt de vraag: “Kan dat?” “Ja, dat kan!” “Hoe?” “Door het te doen.” Door te doen wat geen mens doet, omdat we allemaal gewend zijn aan de oplossing. De oplossing een gewenning is geworden, voor hen die nu nog in leven zijn en degene die er heel dik aan verdienen. Een gewenning die allesbehalve de werkelijke oplossing, laat staan de mogelijkheid is of biedt. We denken in oplossingen, omdat we denken dat we zonder niet meer kunnen leven. Het is een beetje de kracht van de dubbele ontkenning, dubbel min is plus. En natuurlijk geldt dit voor alles in het leven. “Ons gebruikelijk leven” is erop ingericht. Ja, ons gebruikelijk leven staat daarom voor mij tussen aanhalingstekens, want ik heb me ervan losgemaakt.

Losgemaakt van dat wat gebruikelijk is en normaal bevonden wordt, zo omschreven en aanbevolen wordt, dat is waar ik nu vrij van ben. Doordat ik alleen dat doe wat ervoor zorgt dat ik me iedere dag kan laten leiden door mijn gevoel, mijn geweten, door mijn leven te leven, mijn leven serieus te nemen, mijn leven en het leven van de mensen om mij heen. Daarbij weet ik dat ik niets wil, kan en mag voorkomen, daarbij wel alles wil, kan en mag delen, wat mij de mogelijkheid heeft geboden, mij heeft geholpen vrij te zijn. Vrij van alles wat in de wereld wordt verkocht onder de noemer “angst, pijn en verdriet” en dat wat ervoor zorgt dat we iets kunnen voorkomen en of tegengaan. Terwijl dit in wezen “onmogelijk” is, “onmogelijk” ja, doordat het negatieve daardoor zelf(s) versterkt wordt, door onszelf, maar bewust of onbewust ook door de ander, met alle gevolgen en al het vervolg van dien. Van dien of van dien aard, omdat de aard van de mens bepaalt wat er volgt. De aard en de wil van de mens bepalend is voor dat wat eruit voortvloeit, de menselijke wil en zijn of haar aard, zelf(s) vastligt. Vastligt en vaststaat, tot op zekere hoogte, tot het moment waarop de mens inzicht krijgt en zelf weer de controle en de regie in handen neemt. De mens die zelf(s) met goedkeuring en een zuiver geweten de regie weer in handen mag nemen, omdat iedereen die en alles wat leeft het volste recht heeft om zijn of haar leven te leven, zonder dit te laten ondermijnen. Want dat het ondermijnen van “ons leven”, er vroeg of laat voor zorgt dat we vastlopen, dat we in geen geval meer verder kunnen, is dat wat ik weet, doordat velen dit bewezen hebben. Daarom zo zeker is, als zeker maar kan wezen, zekerder dan zeker kan het in wezen noch worden of zijn. Bewijs is, omdat dit de enige zekerheid is die we hebben, de enige zekerheid die ons geboden wordt, door het leven te zijn, wat ons geleerd wordt te leven.

Het leven wat ons vanaf het moment waarop we geboren worden aangeleerd wordt, wat aan ons geleerd wordt, door hen die ons voorgegaan zijn? "Het bewijs", onze ouders, grootouders, opvoeders en iedereen die deze voortgang, deze wijze van bevolkingsgroei steunt en of beperkt? Wanneer je je leven leeft, je leven leeft en er gebeurt weinig of niets, dan zal dit zonder twijfel voort blijven kabbelen. Dit kan wellicht zelf(s) een heel leven voortduren. Een heel leven of jouw leven? Want jij bent de persoon die in jouw leven bepaalt hoe-lang, hoe-veel tijd en alles wat daarmee gepaard gaat en je daaraan besteedt, je aan jouw leven besteedt. En ieder ander, iedereen die anders is of andere bedoelingen dan jij heeft, heeft daar in wezen weinig of zelfs niets over te zeggen. Jij bent jouw leven, jij bent de toon die de muziek maakt, jij geeft jouw leven kleur, jij geeft jouw leven zin en laat het zinvol zijn. Iedere dag waarop jij letterlijk maar ook figuurlijk voor jezelf kiest en er daarbij rekening mee houdt dat het Algemeen Belang altijd voorop staat. Het Algemeen Belang waar jij als persoon deel van bent, alleen deel van kunt zijn wanneer je iedereen waarmee je verbonden bent, alles waarmee jij verbonden bent op geen enkele wijze zal vergeten. Omdat de verbinding meer is dan zo nu en dan denken aan, de verbinding meer is dan dat wat je als mens doet op het moment dat je iemand ziet, iemand bezoekt of iemand laat weten dat je om hen geeft. Omdat jijzelf het bewijs bent.

Want je kunt mensen omgeven met en je kunt om mensen geven, een mooie combinatie van die twee is natuurlijk het allermooist. Een goede combinatie van de twee genoemde is dat wat ieder mens nodig heeft om gelukkig in zijn of haar leven te kunnen en mogen zijn. Omdat het leven bestaat uit een aaneenschakeling van momenten, geluismomenten en momenten waarop je er voor elkaar, voor de ander, voor ieder ander en alles wat anders dan jij is kunt zijn. Jezelf in het geheel vergeten, door de ander, ieder ander en alles wat anders is voorop te stellen, zou ertoe leiden dat je uiteindelijk voor jezelf geen energie meer overhoudt. Geen energie en geen kracht om te doen wat mogelijk is en mogelijk gemaakt kan worden. Mogelijk gemaakt wordt doordat jij dat doet wat op dat moment een bijdrage levert aan het Algemeen Belang, startend bij jou. Omdat jij de basis bent, jij te allen tijde het startpunt bent waar alle acties, reacties etc. beginnen, waarna ze volume, kleur en mogelijk zelf(s) geur krijgen en of iedere andere zintuiglijk waarneembare vorm. Waarneembaar voor hen die zich ervoor openstellen, die zich laten leiden door dat wat hen geboden wordt en waarmee zij kunnen leven. Ja, het kunnen leven met, omdat dit evenals het je omgeven met, het geven om, dat is wat het verschil maakt. Het verschil waarmee en waardoor jij wijs bent, jij het be-wijs bent. Dat wat jou ou maakt en ieder ander anders laat, ieder ander anders het recht geeft om anders te zijn laat behouden. Omdat jij houdt van, jij houden van bent, dat wat jou helpt jou te zijn.

Ik kan verder, ik neem mijn leven serieus en heb dit mogen doen door mijn vaste patroon los te laten, zonder me los te maken van iedereen die en alles wat ik ooit bent tegengekomen. Iedereen die en alles wat een ander pad gekozen heeft dan ik, want we hebben elkaar nodig, we mogen elkaar helpen en we zullen er voor elkaar zijn, wanneer dit nodig is. Wanneer we elkaar nodig hebben en erom vragen. Want alleen door te vragen om dat wat we nodig hebben, komt het vanzelf op ons pad. De vraag is, wat hebben we nodig? Wat hebben wij als mens nodig om vrij van extra belasting te zijn? Wie hebben we daarvoor nodig? De 21 7 vragen dagen? *Nieuwsbrief 25 geeft ze volledig!*

*Leef jij jouw leven met alle liefde die nodig is, dan help ik jou Met alle liefde!  
Een liefdevolle 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!**