



Wie ben jij...

Ontmoeten is jezelf laten zien aan anderen. Gewoon op straat, in de kroeg, op een feestje, op je werk.. niets anders dan open staan voor de ander. De ander aandacht geven, aandacht ontvangen en er zijn.

Ontdekken is durven kijken naar de wereld om je heen. Uitstappen uit de vaste patronen van alledag. Aandacht geven en durven ontvangen van nieuwe signalen. Open staan voor dat wat komt.

Onderzoeken is de eigen waarneming toetsen aan je norm. Waarbij het meeste resultaat wordt behaald bij een onvoorwaardelijk accepteren van de uitkomst. Toetsen aan jezelf, zien buiten de grenzen van je mogelijkheden en accepteren dat de wereld zo groot is zoals jij dat wilt.

De zomer komt eraan! We laten ons weer zien. De tijd om expressief te zijn en richten onze energie naar buiten. We reageren weer anders dan voorgaande jaren. Wijzer geworden van de donkere maanden waarin we juist de energie naar binnen hebben gericht om meer van onszelf te leren, te onderzoeken en te herkennen. We zijn minder depressief, meer open en vrolijker. Het is de tijd om ons systeem weer op te laden met indrukken van buitenaf: ontmoeten, ontdekken en onderzoeken.

Wie ben jij? Wie ben jij dit jaar? Heb je geleerd van de tijd dat je energie wat meer naar binnen was gericht? De tijd genomen voor jezelf? Heb je oude patronen losgelaten? Sta je deze zomer met grotere vrijheid in het leven dan hiervoor?

Zo als de bekende tekst: Voor alles is een tijd; hierop ook van toepassing is, kan je in deze maanden van zon en licht jezelf opladen met indrukken en energie van buitenaf. Maak gebruik van de dingen die op je pad komen: het licht, de naar buiten gerichte energie, de vrolijkheid, je omgeving en kijk wat het met je doet.

Geniet van alles dat op je afkomt. Jij hebt het gecreëerd. Mocht je obstakels of vervelende dingen tegenkomen, kijk dan goed naar jezelf en vraag je dan oprecht af wat jij hieraan kunt veranderen. Ben bewust en leef met aandacht.

Zo creëer je steeds meer een klein beetje betere wereld en met jouw verandering zet je een de toon voor je omgeving. Wie weet gaat de omgeving mee resoneren op de positieve uitstraling van jou, zodat de cirkel van positiviteit steeds groter wordt. Weet wie je bent en wat je wilt, dan leef je steeds meer je eigen wens.

Geniet van de vakantie, de vrijheid en de zon.

Marko van der Beek
Leef je Wens