

Telemetrie maand April 2022.

Wat mij de afgelopen twee jaar is opgevallen is dat er veel omstandigheden waren, nog steeds zijn en weer in andere vormen tevoorschijn komen, die enorm van omvang zijn en een grote impact hebben op onze geestelijke gemoedstoestand.

Ze zijn te omvangrijk om te kunnen veranderen en lijken hun eigen koers te varen maar is dat eigenlijk niet altijd zo in ons leven?

Wij denken alles onder controle te hebben maar dat is in wezen nergens op gebaseerd.

Vaak is het in ons eigen leven al lastig genoeg om enigszins het idee te hebben dat we dingen zelf bepalen, zeker als dat leven ook nog eens om een of andere reden turbulent is.

Gelukkig zijn wij altijd nog wel in staat om ergens ja of nee op te zeggen. Dit kan wat sturing geven aan de invulling van ons dagelijks bestaan. Maar of wij echt alle controle hebben...

Ook onze eigen gedachtes geven een creatieve draai aan ons leven, ofwel de wet van de aantrekkingskracht. Hopelijk voor de meeste van ons vooral een positieve draai.

Het ene probleem lijkt schijnbaar opeens in het niets opgelost en het volgende dient zich al weer aan.

Oorlog...

En weer worden mensen bang voor iets wat nog steeds een andere koers kan varen en weer is dit een zo enorm groot gebeuren dat wij er met onze beste wil niets aan kunnen veranderen op dit ogenblik.

Tja wat blijft er dan over...

Acceptatie.

In de zin van je realiseren dat iets zo groot is dat iedere gedachte erover je letterlijk energie kost, wat jezelf vermoeit en wat de situatie zoals het er nu voor staat in Rusland, onbedoeld ook nog de energie geeft die het niet verdient.

Acceptatie en supervisie:

Blijkbaar moet er een hoop veranderen op onze planeet en dat gaat zeker niet zonder slag of stoot. Help waar je opbouwend kunt helpen, stop met bedenken wat er allemaal kan gebeuren want we weten het nog niet en accepteer dat het nu zo is en dat het zal veranderen, hoe dan ook.

Dus, als je de nodige rust zoekt, ga in de acceptatie, laat los wat je niet kunt veranderen en kijk daarnaast wat je wel kunt doen, zonder angst...

Want dat hebben we de afgelopen tijd al genoeg ervaren. Mocht je toevallig zelf toch even slachtoffer zijn van een of andere variant van corona, wederom; accepteer het en laat los. Je zult zien dat je sneller opknapt en een blijer mens blijft, want dat is uiteindelijk wel de bedoeling van je leven.

Blijdschap, liefde en dankbaarheid ervaren en van daar uit een helpende hand kunnen bieden en een rustig en fijn bestaan kunnen leven, iedere dag en zeker vandaag, want zover ik weet is dat de enige realiteit die wij hebben; vandaag, nu!

Met liefs, Karin de Jager

