

Liefde in en door de chaos

Het Voedsel voor de ziel stond vrijdag al klaar. Tot ik gisterochtend een meditatie deed, die me een andere kant van de wereldsituatie liet zien.

Me-time

Ik ervaar het als een zeer interessante tijd. Soms komen er berichten over maatregelen tot me en ik vraag mezelf dan regelmatig af of ik naïef ben. Ja er is op grote schaal paniek. Ik heb met verbazing naar het winkelend publiek gekeken, de lege schappen in de winkels. De illusie dat we controle hebben, wordt in deze tijd heel helder. Naar iedere mogelijke vorm van houvast wordt gegrepen. We worden op zeer grote schaal uitgenodigd om naar binnen te keren. Om bij onszelf te komen. Iemand noemde het "me-time". Mooi woord. We worden letterlijk naar binnen gevoerd. Het vraagt om mee te bewegen met dat wat er is. Plannen die je hebt gemaakt die niet doorgaan. Verplicht thuis blijven van je werk, bijeenkomsten niet mogen bezoeken. En daar geen enkele controle op hebben. Hoe voelt dat voor je? Kun je daar in meebewegen?

En dan voel ik me zo dankbaar wat dagelijks mediteren mij gebracht heeft en brengt!

Omarmen

Overigens, als je in de paniek schiet en je voelt de angst, druk hem niet weg hè. Ga er eens rustig voor zitten en kijk, voel ervaar, wat het is dat jou zo in de paniek laat schieten. Waar ben je bang voor? Kijk het recht in het gezicht aan. Doorvoel het, ga het aan, dan kan het oplossen. Dat is de weg van transformatie. Omarmen van dat wat er is. Angst voor de dood, angst voor tekort, angst om te verliezen, angst dat je het niet kunt, angst voor

Malve schreef op Facebook: *".... Paniek is niet wat ik waarneem. Ik voel juist een stroom van met zijn allen de verantwoordelijkheid nemen dat de golf van infecties zo langzaam mogelijk over ons land heen mag glijden. .. Dat mensen die echt zorg nodig hebben dat ook kunnen krijgen. Ik ervaar dat mensen open staan om zich aan te passen, hun behoefte aan sociale contacten vrijwillig verminderen. Love rules."*

Meebewegen in het liefdesveld

In mijn meditatie zag ik wat Malve bedoelde. Ik zag de mensheid als één groot bewegend veld, meebewegend, opwaarts omhoog. Zich bewegend zoals een zwerm spreuwen zich beweegt. Dansend. Zorg hebbend voor elkaar, elkaar omarmend. De mensheid was één enorm liefdesveld. En niet alleen liefde, het was ook compleet en heel. Dus stop met beter, mooier, perfecter willen zijn. Stop met je best doen. Je bent al heel en compleet! Het was zo duidelijk.

Opening van de harten

Hoe mooi om in deze tijden van enorme chaos, de liefde, de zorgzaamheid voor elkaar, de boventoon te laten viëren. Ook met de Tsunami destijds zag je het gebeuren. Een intense gebeurtenis wat de harten van de mensen opent. Dat we met zijn allen zo'n grote chaos nodig hebben om daar te komen, wil wel zeggen hoe ver we met zijn allen afgedwaald zijn van de essentie. Hebben we nog meer nodig om wakker geschud te worden?

Vertrouwen

Ik zie dus duidelijk, in de hele situatie waarin we ons nu met zijn allen begeven, een groot geschenk liggen. De vraag is of we er met zijn allen aan toe zijn om dit cadeau ook te aanvaarden en te gaan leven. Je krijgt exact wat je nodig hebt. Durf je daarop te vertrouwen, zonder enige vorm van controle te hebben. Zonder te hoeven hamsteren, zonder in de paniek van tekort te schieten. Want of het nu angst voor tekort aan voedsel is of angst voor tekort aan liefde. Het maakt allemaal niet uit. Het is allemaal energie en het gaat over hetzelfde. Vertrouwen op de overvloed wat het universum is.

Weet je trouwens dat een corona een lichtkrans is. Een lichtkans!

Laat de liefde zijn werk doen

Daar waar je je aandacht op richt groeit. Laten we alsjeblieft met zijn allen onze aandacht richten op de liefde en de zorgzaamheid voor elkaar. Er zit zo'n enorme power in! Daar kan geen angst tegen op.

Ik wens je een fijne week toe.

With love

Marion