

**Daniëlle
Freude-
Hellebrand**



Ik verklaar me afhankelijk

Voor mij is december altijd een drukke, maar ook een gezellige maand. Daarnaast is het een periode om het afgelopen jaar te overdenken.

We leven in een tijd waarin we denken dat alles mogelijk is. We moeten alles uit onszelf halen. Als we maar willen, is niets onmogelijk!

De werkelijkheid is echter weerbarstiger en lijkt meer op een berglandschap van dalen en stijgen.

In de boekhandel zie ik meters breed zelfhulpboeken die in enkele stappen geluk en verlichting brengen en verkondigen dat het leven maakbaar is. Die mogen wat mij betreft bij het oud papier.

Accepteren dat ongeluk en pijn er nu eenmaal deel van uitmaken, zorgt voor meer rust dan een strak stappenplan naar geluk. Zoeken, twijfelen en worstelen; iedereen heeft daar last van. Daarom zijn goede 'spiegels' om ons heen van belang. Je ziet jezelf namelijk door de ogen van de ander. Die ogen blijven belangrijk, ons hele leven lang. We zijn op ons best als we ons geliefd voelen. We zijn geen solitaire individuen.

We zijn tenslotte sociale wezens en aangewezen op elkaar. Voor een diep besef van wie we zijn, zijn we afhankelijk van anderen. Moeten we elkaar een beetje licht geven. We slepen ons bij tijd en wijle toch allemaal met een soort van 'slag in het fietswiel' door het leven. Dus wees zo aardig mogelijk en niet zo scherp mogelijk.

We zijn er om iets te betekenen voor elkaar. Het leven is te kort om het te verdoen met niet onspeaking terms te zijn. Met op de bank zitten met een verzuurde streepmond. Interesse tonen en iets doen voor anderen maakt dat mensen graag bij ons willen zijn.

Het lastige is dat je het leven alleen achterwaarts kunt begrijpen terwijl het voorwaarts moet worden geleefd. Vaak vallen de dingen pas veel later op hun plek.

Ik ga het komende jaar meer gebruik maken van de wijsheid en ervaringen van anderen. Ik verklaar mezelf dus in positieve zin afhankelijk. Alles wat we meemaken hebben anderen ook al meegemaakt. We hoeven het niet allemaal alleen uit te zoeken.

We zien overigens alleen dat waar we aandacht voor hebben. Als je geest rustig is, dan is de wereld dat ook.

Er zijn te veel mooie dingen die je alleen ziet als je er de tijd voor neemt.

Ik wens u fijne feestdagen en een liefdevol nieuw jaar.

Reageren?
info@coaching-freude.com
www.coaching-freude.com

dec. 2017

