



Licht op het thema

Zelfliefde, een weg te gaan

Inspiratie voor deze editie:

Zelfliefde verwarmend te laten zijn bovenal, omdat de uiterlijke wereld alleen gedragen kan worden als zelfliefde de basis vormt voor wat men zelf betekenisvol kan inbrengen ter verbetering van de omstandigheden als geheel.

Zelfliefde, in het kleine gevat, heeft een grote uitwerking op het geheel. Precieze aandacht, telkens weer, verbetert de conditie van samenzijn met anderen. Daar waar de wereld rumoeriger wordt dient zelfliefde de balans te herstellen, opdat maatschappelijke voortgang wezenlijker plaats kan vinden.

Zelfliefde - is een werkwoord

Betrokkenheid naar het eigen zelf komt niet zomaar aanwaaien. Het is een weg te gaan om tot volheid hiervan te komen. Liefde naar het eigen zelf toe gericht, kent vele wegen. Ieder mens dient zijn eigen weg hierin te belopen, diep aanvoelend wanneer wát aan de orde is. Zelfliefde is genereus, ondersteunend, zelfbekennend en verwarmend bovenal. Zelfliefde fleurt de moeilijkste momenten op en maakt dat in de meest duistere nacht de innerlijke kaars brandt. Zelfliefde is de lantaarn die het levenspad doet vergezellen om zeker te zijn van de uitkomst van het leven, namelijk gegroeid bewustzijn. Wie de zelfliefde mist, kan zichzelf niet zuiver belichten in het pad dat dient te worden gegaan.

Het vraagt overgave om als ziel 'aardereiziger' te worden. Het is een opgave om zichzelf zielsecht te bekennen in spreken en handelen. Zielsingetogenheid ervaren en leven vanuit het stille midden is een opgave in een wereld vol verleiding, waarin zielsechtheid meestal niet centraal staat wanneer zaken, als zijnde begeesterd, ontmoet dienen te worden en benaderd.

De oefening zielsoprecht te leven

Wie oefent in zielsoprecht leven kan de begeestering van de natuur niet lang missen; men wenst daarin opgenomen te worden. Zo iemand is ook niet in staat om dieren als objecten te benaderen. Hij tracht steeds weer de begeestering in mensen op te sporen, voorbij wat uiterlijk waargenomen wordt. Zelfliefde is

daarom onvoorwaardelijk verbonden met het begeesterd leven. Zelfliefde vindt ook uiting in de zorg voor het bezield eigen stoffelijk lichaam. Omgangsvormen vinden bezielde plaats met zichzelf en anderen.

Zelfliefde verstaat de kunst om een liefdevolle omgeving te creëren waarin men zich thuis ontvangen weet op de plaats waar men woont. Het schept ruimte om te bekomen van het vele waar men zich mee verhoudt. Het verzacht het leven bij onvermijdelijke zaken die de mens hartbegroetelijk betrekken. Het maakt iemand stavast in uithoudingsvermogen omtrent zaken waar het wezenlijk om gaat én het creëert het innerlijk vermogen om onderscheid te maken tussen dat wat er volstrekt toe doet en dat wat zinloosheid activeert. Wie zelfliefde betracht, kent een doorvorsend leven gerelateerd aan dat wat men in waarde wenst te ontmoeten en dat wat men slechts betreft om de eigen route waardevast te laten verlopen. Het onderscheidingsvermogen maakt daardoor de levenswandel doelgerichter en vrijer.

Zelfliefde is wars van gekunstelde gebaren

Zelfliefde is wars van gekunstelde gebaren en van uiterlijke opsmuk die verdoezelend werkt. Zelfliefde kent geen praalzucht, noch de miskennis door het verkleinende gebaar omtrent wie





men is. In eenvoud en zelfaanvaarding komt zelfliefdde optimaal tot zijn recht. Het zijn de kleine gebaren van bemoediging en van troost, van persoonlijke aandacht naar de eigen psyche en het eigen lichaam waar de mens op gedijt.

Tijden van beproeving

Zelfliefdde wordt pas écht beproefd in donkere tijden - tijden waarop miskenning op het pad komt en verlatenheid zich toont. Bijvoorbeeld als de innerlijke weg zich niet meer vertaalbaar kan maken naar anderen. Wanneer de bodem van de diepste eenzaamheid wordt bereikt, opdat vernieuwing en verdieping van eigenheid ingeluid kan worden. Dan kan de moed betoond worden om de eigen uniciteit te durven uitdragen met een opgeheven hoofd, wars van zelfbeklag. Zelfliefdde is de trooster op het pad om het verschil tussen het eigen zelf en de ander te erkennen en allebei in waarde te laten. Zelfliefdde is in staat de hobbels van oververmoeidheid te nemen en weer uitgerust, vaardig, verder te gaan. Zelfliefdde zal iedere beproeving omringen en het uithoudingsvermogen dat hiermee gepaard gaat voeden, om uiteindelijk de beproevingen achter te laten en verder te reizen op het pad dat zich meer verlicht toont.

Vanuit zelfliefdde de wereld ontmoeten

Wie zich onvoorwaardelijk aan het leven durft te schenken, in overgave aan bestemming, heeft de eigen zelfliefdde bovenal nodig om goed gecentreerd in zichzelf al wat geschiedt te belopen. Om zo het eigen middelpunt in het persoonlijke heelal te zijn, van waaruit de wereld ontmoet wordt.

Persoonlijk

In mijn volbezette leven, waar zingeving en diepgang steeds weer centraal staan, heb ik op velerlei wijzen zelfliefdde betracht. In mijn

jeugdijaren heb ik innerlijk verstild, diep van binnen gewoond in mijn te volwassen aard, in een kinderlichaam gevat.

Schouwend en bevoelend wachtte ik de volwassenheid af, om mij ruimer te kunnen openen in deelzaamheid, omdat de wereld in mijn jonge jaren hiervoor nog niet open stond. Ik speelde kind en was veel ouder dan dat. Zelfliefdde creëerde dat ik mezelf trouw bevoelde en dat ik deze serieuze omgang met mijzelf liefhad, opdat ik niet onnodig beschadigd werd door inkijk van hen die mij niet zouden begrijpen. Als jongvolwassene voelde ik de oproep steeds sterker worden om mezelf zichtbaar authentiek te gedragen. Deze innerlijke wens leidde vrijwel direct naar het doorbreken van mijn gaven waarin de sluis tussen de onstoffelijke wereld en mijzelf werd opgeheven. Sindsdien heb ik daar dagelijks contact mee. Gezien mijn nuchtere aard, mijn maatschappelijke betrokkenheid o.m. als maatschappelijk werkster, en mijn leven als jonge moeder van drie kinderen, bleek het belang van verbonden aardsbewust zijn en blijven, gekoppeld aan het geïnspireerd worden door de onstoffelijke wereld. Een prachtige combinatie.

Zelfliefdde bleek de weg te worden om mijn onvermijdelijke roeping te aanvaarden en deze maatschappelijk betrokken vorm te geven. Zeven jaren van verstillend en verstild werken met

‘Zelfliefdde kent geen praalzucht, noch de miskenning door het verkleinende gebaar omtrent wie men is’

anderen, gaven een prima basis voor de vervolperiode. Er kwam verinnerlijking tot stand van de doorgegangene inspiraties; die waren doorleefd eigen geworden. De vanzelfsprekendheid in omgang daarmee heeft mijn weg vanaf toen tot nu vormgegeven. Vanuit deze basis werk ik inmiddels dertig jaar. Hoewel het werk soms veelvragend was en is, gezien de verantwoordelijkheden die ik draag, heeft de liefde tot mijzelf mij onvoorwaardelijk geplaatst in mijn opdracht. En ik zal deze tot aan het einde van mijn leven met liefde vervullen.

Geef zélfiefdde de hoofdrol in jouw leven!

Het moge duidelijk zijn: wie de zelfliefdde mist, kan zichzelf niet bijsturen in moeilijke omstandigheden. Die persoon is onvoldoende in staat om zichzelf als uitgangspunt te nemen voor wat innerlijk gekend wordt en laat kansen voorbijgaan om vanuit zichzelf te leven. Wie van zichzelf houdt, is in staat oprecht van anderen te houden en kan zich daar onafhankelijker in bewegen omdat de zelfliefdde voorkómt dat er negatieve afhankelijkheid ontstaat naar derden. Wie het eigen hart weet te vervullen ervaart de liefde van anderen als toegift. Dat maakt het leven zelfbewuster en de omgang met derden aangenamer.

Een betrokken groet, Marieke