



## **Welkom bij de Kerstboodschap van 2024.**

Door Marieke de Vrij

### **De getuigenis van zelfliefde en zelfbetrokkenheid en vandaaruit in verbinding staan met anderen.**

Deze kerstboodschap staat in het teken van de getuigenis van zelfliefde en zelfbetrokkenheid en vandaaruit in verbinding staan met anderen.

Hen dierbaar achten, hen wezensecht benaderen.

Zelfstandige besluitingen ondergaan die vergevingsgezind zijn, niet alleen naar je eigen tekortkomingen maar ook naar die van anderen.

Deze periode staat in het teken van warmte uitstralen, geborgenheid aanbieden en contactlegging vanuit het hart plaats laten vinden, zelfbewust maar ook begaan met anderen.

Het staat in het teken van oefening om de wereld en al wat daar leeft te omarmen vanuit het innerlijk hart en je begaanheid te vergroten naar daar waar wereldleed zichtbaar is.

Je niet af te keren of afzijdig te houden maar de betekenisvolheid van jouw leven in dit tijdsmoment te onderstrepen, omdat jij geboren en getogen bent in deze fase van de wereldgeschiedenis.

Je staat in verbinding tot dit al en je bent betekenisvol.

Omdat de wijze waarop jij jezelf en je leven vormgeeft indirect doorwerkend is naar het grotere geheel van het huidig tijdsbesef en het wereldgebeuren dat zich afspeelt.

Wat jij in het kleine en in nabijheid kan betekenen voor hen die jou dierbaar zijn ondersteunt het grotere veld. En wanneer je hartsvermogen uitgroeit, waardoor je vele zaken die gaande zijn innerlijk kunt omarmen en van compassie kan voorzien, hoe meer jij ook innerlijk zelfverzekerd plaats kan nemen in dit leven bovenal.

Somtijds is het moeilijk, haast onbegaanbaar, het pad dat je ingeslagen bent. Maar te midden van anderen die net als jij, trachten er het beste naar kunnen van te maken, zul je bemerken dat je met meerderen bent in afwachting van het moment dat zaken zich ten positieve keren.



Zo doe jouw bijdrage in het kleine telkens weer.  
Bemoedig jezelf, neem jezelf bij de hand ook wanneer zaken je niet bevallen en je ongewoon je soms ook alleen voelt en eenzaam.  
Wees een toehoorder van jezelf. Schenk jezelf liefde, zie het als een opdracht om die liefde te verfijnen, persoonlijker van aard te maken.  
En daar waar jij verschijnt aan anderen, wees zelfbewust, ontvankelijk ook voor de ander en tracht harmonie te veroorzaken op de plaatsen waar jij aanwezig bent.

Ik wens je een gezegende Kerst toe, wonderwel in zelfliefde staand en dat jouw hart uitvergroot mag worden door de kerstgedachte waarin jij en anderen trachten naar beste kunnen tot een hogere vorm van harmonie te komen. Dat al deze inzet van zovelen hiernaar toe ook jou mag opnemen zodat jij je niet alleen hoeft te voelen wanneer anderen zich begeesterd gedragen. Begeester jezelf en doe dát waar jij je innerlijk prettig en aangenaam in voelt.

Heel veel liefs, hele fijne dagen toegewenst en tot in januari als ik weer de Zoom van die maand opneem. Dank je wel voor je aandacht en nogmaals heel veel liefs, niet alleen van mij maar ook namens mijn partner Jules van der Veldt en Stichting De Vrije Mare en hen die daar vrijwillig actief zijn.

Heel veel liefs. Dank je wel.

Marieke de Vrij