



# Lied van jouw Leven

**Nieuwsbrief juli 2019**

*Als je even niet denkt  
Komt de zang vanzelf  
wonderschoon  
(Tonke Kuijt)*

## **Vacare**

Voor veel mensen, misschien ook voor jou die dit leest, breekt bijna de zomervakantie aan. Een tijd waar enorm naar uitgekeken wordt. Even de touwtjes laten vieren, met de wind meewaaien, je vrij voelen. Even niet moeten, tijd voor spelen in plaats van werken. Het woord 'vakantie' komt van het Latijnse *vacare* dat 'leeg zijn' betekent. Het wordt soms ook vertaald als 'mediteren'. Dat verwijst naar leeg zijn van gedachte-patronen. Vacare, vakantie, krijgt dan een beetje de betekenis van: loskomen van je verhalen, je gewoontes, je aannames van 'hoe het zit en hoe het zo gekomen is', je meningen en oordelen.

## **Verwondering**

Als je niet vastgeketend zit aan de vertrouwde verhalen en gedachten, komt er ruimte voor verwondering. Dan kun je met nieuwe ogen kijken, je laten verrassen. Door de wereld om je heen, de mensen die je ontmoet, en zeker niet in de laatste plaats door jezelf! Verwonder je je bijvoorbeeld weleens over de unieke, onvergelykbare, soms wat merkwaardige maar vooral kostbare, veelkleurige mens die je zelf bent? Lach je weleens om jezelf? Of verzand je al snel in een negatief oordeel...

## **Onze stem herinnert zich wat wij zijn vergeten...**

Bij mijzelf wisselen de verwondering en het oordelen elkaar nogal eens af. Dat is, denk ik, haast onvermijdelijk en menselijk. En niet erg. Zolang ik het maar opmerk. Of er door anderen aan wordt herinnerd. Dan weet ik dat het tijd is voor vakantie! Niet persé in de zin van 'op vakantie gaan' of 'vrij zijn'. Maar wél in de betekenis van weer leeg en open worden, tijd en ruimte nemen om met nieuwe ogen te kijken, me te verwonderen, me te laten verrassen. Dat kan in het klein en in het groot; bijvoorbeeld door het maken van een reis, een wandeling, een eigen creatie, of door aandachtig te kijken en te luisteren, door stil te worden. En zeker ook door zingen! Onze stem herinnert zich wat wij zijn vergeten over onszelf. En als we zingen, herinnert ze ons daaraan. Ik wens je een mooie tijd van Zelfherinnering!



## Terugblikkend....

Aan het einde van dit zangjaar veroorloof ik mezelf een kleine terugblik. Ik kijk terug op een reeks fijne, verbindende avonden 'Met Hart en Ziel zingen', samen met velen van jullie!

We maakten dit voorjaar de overstap van het vertrouwde Koorhuys in Eemnes naar de mooie Kapel in Laren. Een nieuwe stap, een andere sfeer, nieuwe mogelijkheden.

In juni kreeg ons zingen extra kleur door de aanwezigheid van Jeroen als gastmuzikant. Die avond hebben we aan jullie iets extra's voor stichting *Yabonga* gevraagd en daarvoor het mooie bedrag van €96 ontvangen. Dit hebben we uit onze inkomsten tot €200 aangevuld en overgemaakt naar *Yabonga*. Geweldig, nogmaals heel veel dank voor jullie bijdragen!

Er is afgelopen vrijdag voor het eerst een zangavond geweest op de Hooizolder van *&Joy Amersfoort*, pal boven de koeienstal. Een fijne ervaring, die naar meer smaakt! Er is een volgende avond gepland op **25 oktober**.

## Maar nu eerst....

### Even pauze...

Deze maand sluiten we op **12 juli** het zangjaar af (tot september). Ik nodig je van harte uit daarbij te zijn. Voor wie wil is er na afloop van het zingen nog gelegenheid om na te praten met een (fris)drankje, zo mogelijk in de tuin van de kapel!

### Stilte zingen

Zou je langer willen zingen, met meer ruimte voor stilte? Meer tijd voor 'vacare'? Er is nog plek om mee te doen met de retraite-dag 'Stilte Zingen' op **21 september**. Hier kun je er meer over lezen. Je kunt je aanmelden via [info@liedvanjouwleven.nl](mailto:info@liedvanjouwleven.nl).

### Praktisch:

Vrijdagavond **12 juli**, 20.00 tot 21.30 uur (thee vanaf 19.45 u.)

Locatie: **Kapel Velthuijsenlaan**, Velthuijsenlaan 17, 1251 KK Laren

De kosten bedragen €10,00 (graag gepast!)

Graag aanmelden via [info@liedvanjouwleven.nl](mailto:info@liedvanjouwleven.nl)

## Welkom

### *Ik hoop je te ontmoeten!*

Warme groet,

*Suzanne*

Suzanne Uleman

[www.liedvanjouwleven.nl](http://www.liedvanjouwleven.nl)

