



Lied van jouw Leven

Tussenbrief

Terwijl ik in mijn Tussenbrieven uitreik met fleurige foto's, en blijmoedig nieuwe plannen presenteer, is er ook een minder voortvarende kant van mij waarin ik worstel, treur, twijfel, stagneer. Zo'n schaduwkant heeft, vermoed ik, bijna iedereen. Dat ik de ene dag moed vat bij een voornemen, en de volgende dag denk: kán ik dat wel, wil ik dat wel? Na het afgelopen jaar, waarin zoveel in de wereld tot stilstand kwam en mijn leven zich beperkte tot het kleine en nabije, voelt het soms stroef om daar weer aan voorbij te reiken.

Ben ik de enige die niet alleen maar blij is dat 'bijna alles weer open kan'? Er zijn er vast meer die weer moeten wennen aan volle straten, druk verkeer, luidruchtige evenementen en veel mensen bij elkaar. Vol, druk, luidruchtig, veel....terwijl mijn voelsprietten juist fijner afgestemd zijn geraakt in het afgelopen stillere jaar.

Ik vind, als ik deze zinnen van mezelf teruglees, ook wel dat ik een beetje klink als een oud mens. Of als een dominee. Haha ja, van beide heb ik best iets weg. Maar nee, ik ben nog niet 'met pensioen'. Ik wil graag verder op een wijze en in een tempo dat goed is voor mijzelf, voor anderen en voor het hele web waar we onderdeel van uitmaken: op de wijze en in het tempo van de Ziel. Ik vraag me soms vertwijfeld af: hoe dan? Wie wijst me, ons, de weg?

Ik durf te wedden dat Zielen van zichzelf een rustig tempo hebben.

En dat ze nooit schreeuwen maar eerder fluisteren.

Dat ze niet ploeteren maar zichzelf graag geven.

Één en al oog zijn ze, en één en al oor.

Ze vluchten niet, maar dansen.

In plaats van vast te grijpen, openen ze harten.

Maar zachtjes...

In een volle, drukke, grijpgrage lawaaiwereld zou je ze volledig kunnen mislopen.

Je zou ze eenvoudigweg over het hoofd zien.

Zoals je de veldbloemen over het hoofd ziet als je aan voorbij raast.

Dat zou wel zonde zijn....

Een liedje uitgelicht

‘Show me the way’

Er gloort een nieuwe dageraad. En waarschijnlijk is dat niet de post-Lockdownwereld die nu opengaat. Want daarin lijken we als samenleving vooral terug te vallen in de welbekende groeven, al blijft alles met onzekerheid omgeven. Wat ik bedoel is een innerlijke dageraad. Een nieuw begin, een dageraad, in mij, steeds opnieuw. In het Arabisch is dat ‘*Al Fatiha*’. De eerste verzen van de Koran vormen een gebed met die naam. Daarin staat in het midden het zinnetje ‘Ihdina Sirat al mustaqim’ oftewel ‘Leid ons op de goede weg’. De weg naar de wijze en het tempo van de Ziel. Want we kunnen wel wat leiding gebruiken op die weg. Ik wel, tenminste...

Over dit verlangen naar leiding op je pad, gaat **dit lied** door Jan Linssen en mij.

Hart&Ziel en zo...

Op **zondag 18 juli** bieden Jan Linssen en ik een volgende *Hart&Ziel op Zondag*. Mét samenzang! Meld je als je wilt komen snel aan, want om iedereen genoeg ruimte te geven is er beperkt plek.

Weer eens op vrijdagavond zingen?

Sommigen missen misschien *Met Hart&Ziel Zingen* op de maandelijkse vrijdagavonden. Mijn plan is, om eens in de paar maanden een ‘old-school’ mantra-vrijdagavond te bieden. Voor het eerst hoop ik dat in september te doen, waarover later meer.

Koor ‘Ananda’

Een andere mogelijkheid is, om op 8 vrijdagavonden mee te zingen in MantraProject-koor ‘Ananda’ (‘vreugde’). Zie de poster hieronder.

Ik herinner je ten slotte graag nog even aan de **Wandel-Soep-Zingdag** op 28 augustus (zie mijn vorige Tussenbrief).

Ook bij de midweek ‘**Zing, Dans, Speel, Ontspan**’, door Jan Linssen (met bijdrage van mij) van 12-17 september, zijn nog enkele plaatsen vrij.

Welkom

Ik hoop je te ontmoeten!

Warme groet,

Suzanne

Suzanne Uleman

www.liedvanjouwleven.nl

