

Liefde stralend als de zon

Kijk jij in de laatste wintermaanden ook altijd zo uit naar de eerste zonnige dag met hogere temperaturen? De maand februari lijkt soms eindeloos, terwijl het kortste maand is.

Onze bleke gezichten kunnen wel een gezond kleurtje gebruiken. Althans dat denk ik als ik mezelf in de spiegel aankijk. Zie jij dat ook?

De kracht van de zon laat alles weer stralen. De natuur antwoordt uitbundig met bloesem en groene blaadjes. De vochtige plekken verdwijnen en de lucht wordt droger. Voor mijn lichaam een verademing. En ik ga weer stralen. Natuurlijke vitamine D geeft nieuwe energie.

Precies tijdens deze periode kwam het Coronavirus ons land binnen. De mensheid werd stilgezet. We moesten afstand houden van elkaar, mochten elkaar niet meer aanraken. Geen arm meer om een schouder, geen Hug meer als begroeting, zelfs geen hand. Op straat en in de winkels liepen mensen angstvallig met een boog om elkaar heen. Ik ervaarde het als kilte en jij?

Ik ben dankbaar dat de zon krachtig blijft schijnen en iedere dag verlicht. Want de warmte van de zon, laat mij Gods liefde voelen, die mij omarmt en verwarmt wanneer het leven koud wordt.

De seizoenen van het leven

Welk seizoen spreekt je het meest aan? Houd je meer van de zomer dan van de winter? In Nederland maken we de vier seizoenen meestal duidelijk mee. Ieder jaargetijde heeft iets bijzonders maar de lente en de zomer springen er voor mij uit.

In de lente komen aan dood lijkende takken, nieuwe knoppen en fris, groen blad. De natuur begint met nieuwe energie en kracht aan de cyclus van in bloei komen, volop bloeiend, uitgebloeid zijn en een rustperiode. De zon die steeds krachtiger gaat schijnen, geeft mij nieuwe energie. Is dat ook zo voor jou? De kleuren in de natuur wisselen met de seizoenen. En dan vind ik juist de herfstkleuren prachtig; warme bruin, groen en roodtinten. Het lijkt of de natuur een beetje de warmte van de zomer wil vasthouden. De winter kan koud en guur zijn, sneeuw en ijs leggen een bedekkend laagje over alles. Kale takken en dieren in winterslaap, wachten rustig af tot de nieuwe lente aanbreekt.

Weet je dat een mensenleven ook seizoenen kent? En dat als je ouder bent, je in de winter van je leven beland. Een rustige periode in afwachting van de nieuwe lente (het leven na de dood) waarin alles weer tot leven wordt gewekt, een volmaakt leven zelfs!

H a r t

Zorg je goed voor je hart? Het lijkt een vraag die de hartstichting in hun reclames aan je voorlegt. Een gezond hart is niet vanzelfsprekend. Je levensstijl heeft invloed op je hart. Je hart dat ben jij, is de nieuwste slogan en volgens mij kan je het niet directer zeggen.

Je hart is meer dan het belangrijkste orgaan in je lichaam. Als je spreekwoorden opzoekt die gaan over het hart, ontdek je verschillende betekenissen. Waar denk jij aan?

Ken je de Spreuk uit de Bijbel: Van alles waarover je waakt, waak vooral over je hart, het is de bron van je leven.

Waken over je hart, hartbewaking. Dit doet denken aan een speciale afdeling in het ziekenhuis voor het pompende centrum in ons lichaam. Maar in deze spreuk wordt ons levenscentrum bedoeld, ons innerlijk. En hier komt van alles binnen. Je leest en hoort dingen, denkt erover na. We leven onder een voortdurende stroom van informatie en er komt van alles op ons af: goede en slechte dingen.

Wat laat je binnen in je hart? Vanuit je hart kies je wat je zult doen. Wat er in je hart leeft komt tot uitdrukking in je gedrag. Is je hart vol van negativisme, dan is het heel moeilijk om positieve dingen te zien om je heen. Het gaat je leven beheersen.

Daarom bewaak je hart, het is de bron van je leven!