

Mensen een goede indruk op je laten maken

Reflectie

Ontmoeten is ruimte maken voor geven en ontvangen. Ont-moeten is in feite je moeten achter je laten en het mogen toelaten. Vaak moeten anderen zijn zoals het jou het best uitkomt, anders vallen ze tegen. Als je zo denkt ben je voortdurend bezig je tijd te verdoen en heel af en toe heb je een gesprek dat je de moeite waard vindt. Daar verlang je dan weer ieder moment naar en vergelijk je alle andere kennismakingen mee. Je hebt de kans om van iedere ontmoeting een interessant moment en een mogelijke vriendschap te maken. Als de hoeveelheid vriendschap toeneemt, neemt de wereldvrede toe.

SHORTCUT NAAR VERLICHTING



Oefening

a. VreemdeVriend.

Probeer vandaag eens op drie verschillende manieren een vreemde te ontmoeten. Maak er een spel van. Ontsla jezelf van de verwachting hoe de kennismaking moet verlopen of hoe de ander jou ziet. Probeer de ander een zo goed mogelijke indruk op je te laten maken. Merk op wat er gebeurt.

b. First Contact.

Begroet iedereen in de kamer of zaal zonder woorden. Maak vervolgens met elkaar kennis zoals je denkt dat dat in de Bronx gebeurt. Tenslotte begroet je elkaar alsof je een van je beste vrienden ontmoet die je een tijd niet hebt gezien. Merk op wat er gebeurt!

Leven alsof je morgen sterft

Oefening

a. Afrekenen graag.

Als je over 6 maanden zou sterven, wat zou je nu doen? Wat zijn de openstaande rekeningen die je wilt vereffenen? Waarvan heb je spijt wat je kunt herstellen? Welke wensen heb je echt? Neem je voor die belangrijke dingen echt binnen zes maanden te doen.

b. Leven na de dood?

Discussieer met je tafelgenoten over de vraag: Waarom zouden we eindig zijn geschapen?

Reflectie

Alles verandert, dat is de zekerheid die we houden. Goed kunnen sterven is goed leren leven. Goed sterven is sterven zonder spijt, sterven met voldoening over 'leven', over je betekenis voor anderen, met liefde in je hart en bereid om te laten. Het is niet de rest vergaat, misschien morgen al.

Lieve Philo,

Je aanwezigheid was altijd zo krachtig, warm en levendig
Het verdriet je te moeten missen is net zo intens als je aanwezigheid
Ieder van ons wist dat je binnenkort zou sterven
Maar binnenkort lijkt nog lang
Tot ik je boodschap krijg maandagavond en niet begrijp
Voor mij blijf je bij me als die hartelijke kanjer
Ik mis je nu al
Tot 'morgenvroeg' ... want niemand weet hoe laat het is