

## De Kristallenbol: Wat als je uw toekomst kon zien?

Heb jij ooit gebruik gemaakt van de diensten van een helderziende of toekomstvoorspeller? Of wij advies willen of niet, de meesten van ons zijn, op een bepaald moment in het leven, nieuwsgierig naar wat de toekomst in petto heeft. Als jij een kristallen bol zou hebben, zou je dan jouw toekomst willen weten? Waarom of waarom niet?

De sleutel tot de toekomst is verpakt in dit ogenblik. Wij kennen allemaal de cliché "Het leven is wat je ervan maakt ". Maar wat is het leven eigenlijk? Het leven is, jouw leven is, alleen maar de som van al jouw ervaringen. Dat is ook precies wat de toekomst in petto heeft.

Hoe worden ervaringen nu gemeten? Levenservaringen worden gemeten door gevoelens. Wij leven om te voelen. Voelen, ervaren van liefde, vreugde, hoop, verdriet is net zo belangrijk als ademen, zonder is het leven alleen maar een langzaam tikkende klok.

Hoe ziet op dit ogenblik jouw leven eruit en hoe voelt het? Ben je gestrest, ongelukkig, geen tijd voor vrienden of familie, een job waar je een hekel aan hebt? Of voelt jouw leven goed, een gelukkig thuis, omringd door liefdevolle relaties, een job waardin je je gewaardeerd voelt? Het gevoel over jouw heden is de kristallenbol op jouw toekomst.

- Het leven = ervaringen + gevoelens = huidige moment/heden

Alles van het leven wordt ervaren door middel van dit moment, dus de toekomst bestaat niet. Tegen dat morgen, volgende week, volgende maand naderbij komt, is het nu het huidige moment. Wij krijgen altijd de keuze om te kiezen hoe wij ons voelen over het heden, ongeacht onze ervaringen. Het eigenaardige is dat goede gevoelens nauw zijn verbonden met goede ervaringen en negatief gevoel nauw zijn verbonden met slechte ervaringen. Meestal trekt het een het andere aan.

- Goede gevoelens + positieve ideeën = plezierige ervaringen
- Slechte gevoelens + negatieve gedachten = vervelende ervaringen

De toekomst is nu, hou het helder voor ogen door nauwe aandacht te schenken om je goed te voelen in elk huidig moment. Bescherm jouw gevoelens alsof jouw leven er van afhangt, het is ook. Stel je voor dat je ervaringen beter en beter worden, en zij zullen beter worden. Je hebt echt niemand nodig die jou vertelt wie je wil zijn als je rondloopt op deze aarde, ben zo.

Jouw toekomst is helder, stop met je zorgen te maken over het leven dat aan je voorbijgaat en begin met plezier te hebben over wat je erin stopt. Vergeet niet dat het leven niet de bestemming is, we eindigen allemaal op dezelfde plaats. Het leven is over de blijde reis die passend in het citaat hieronder wordt beschreven.

"Wat is leven? Het is een flits van de glimworm in de nacht, het is de adem van een buffel in de winter, het is een kleine schaduw die over het gras loopt en die zichzelf verliest in de zonsopgang."

Crowfoot, 1890, geciteerd in "Vang de fluistering van de wind" samengesteld door Cheewa James Catch.