

# Take a look at my life 36

Weer een week voorbij, een zware week vond ik. Met donkere gevoelens, hopelijk gaan we de komende weken daaraan werken om me weer beter te doen voelen. Maar daar ga ik wel vanuit. Maar eerst kan je lezen wat ik dus deze week heb doorgemaakt.



Ik was vorig weekend naar de film geweest, maar was dus vergeten deze foto in het verslag te plaatsen.



Dinsdag was het weer tijd om naar Mirre te gaan, even onderweg een foto maken van deze schaap. Het blijft toch mooi deze omgeving. Alleen de laatste tijd ben ik heel erg moe en is het wandelen met zware tassen niet zo fijn naar locatie. Maar tot nu toe kom ik er steeds weer aan.

Woensdag was ik zo zenuwachtig voor de sessie, ik merk dat ik dat altijd heb als er een heftige goede sessie komt. Dan werkt het alvast ervoor. Maar het was zo erg dat ik eigenlijk gewoon weg wilde en helemaal niet wilde denken aan de sessie. Toch ben ik er vol voor gegaan. Ik voelde me niet helemaal fijn erna, dus wilde na dat ik heb geslapen echt iets leuks gaan doen. We zijn s,avonds de grote zaal in gegaan en hebben heerlijk gedanst. Dit voelde zo heerlijk.

De dag erna voelde ik me eigenlijk heel erg ellendig en kon niemand toelaten om me te laten helpen. Ben toen gaan wandelen, maar wilde en durfde niet meer terug omdat ik echt heel sjachie was. Toch hield ik contact met Mirre omdat er wel



iets was in me die geholpen wilde worden. Ze wilde dat ik zo snel mogelijk weer terug kwam. Een hele tijd gezeten met iemand die tegen me aan het praten was. Bij mij kwam er weinig uit. Uiteindelijk gaf ze me iets te eten, zo lief. Daarna was ik zo moe dat ik even op de trampoline muziek gaan luisteren ben. Toen was het toch tijd om echt even met José te gaan praten. Dat voelde wel heel goed, eindelijk kon ik iemand weer toelaten en kon ik mijn gevoel uiten.



Toen ik vrijdag thuis was, wilde ik eigenlijk niet alleen thuis zijn. Dat voelde niet fijn, maar Bert moest gewoon werken dus had geen keus. Uiteindelijk werd ik er niet vrolijker van thuis en besloot ik naar de stad te gaan. Ik zocht een boek, werd doorgestuurd van de boek winkel naar Yantra. Dit is een

spirituele winkel, ik kende de winkel helemaal niet. Maar ik kreeg er een fijn gevoel bij, een kriebel in mijn buik. Waar het vandaag kwam weet ik niet, maar het was goed. Het boek heb ik niet gekocht maar kocht een ander cadeautje. Ook liep ik ergens tegenaan wat precies was wat ik nodig had.



Deze ketting kocht ik, want dit staat voor mijn gevoel. Op Mirre werd mijn gevoel vergeleken met een YIN YANG teken. Licht en



donker, momenteel zit veel in het donker na de sessie. Deze ochtend kreeg ik van José een plaatje van een YIN YANG teken en we raakte even in gesprek. Nu kwam ik dus dit teken tegen en degene die ik pakte stond dus levenslust op, die wel heel erg van toepassing is op mij nu. Dit was mijn lichtpuntje van de dag.



Ik hou ervan gewoon een heerlijke tv avond samen met Bert, lekker hapje erbij. Gewoon een heerlijke rustige avond.

Dan is de laatste dag van de week er al weer. Eigenlijk hadden we het de dag ervoor over misschien even het bos in te gaan. Maar de nacht was voor ons beide vrij slecht. Ik heb zelfs de halve nacht op de bank doorgebracht omdat ik zo onrustig was.

Dus ik hou een bed dagje met de tv aan en mijn laptop bij de hand.