

Meditatie: Flow (loslaten) in relaties

Hier ben ik, In dit moment. Vrij. Volledig vrij. Net als jij. En toch samen verbonden in dit moment. Voelbaar verbonden. Ik hou van jou.

Ik voel mijn liefde voor jou. Ik voel mijn liefde voor jou in mij. Hier zit het. In mij. Het is nergens anders. Het kan nergens anders zijn. Het is waar ik ben. Overal waar ik ben. Waar ik ben, ben jij en alles wat ik liefheb. Want mijn liefde vindt plaats in mij. Het komt voort vanuit mij. In mij. Door mij. Buiten mij. Vanuit mij. Altijd zo. Vanuit Flow. Vanuit vrijheid. Mijn vrijheid.

En hier verblijf jij. Hier verblijft mijn liefde voor jou. Hier verblijf jij zoals ik je liefheb. Hier verblijf jij zoals ik met je verbonden ben. Hier verblijf jij zoals ik BEN.

Jij verblijft in mij zoals ik ben. Ik ben met jou verbonden zoals ik ben. Dit is mijn verbinding. Dit is mijn liefde. En in mijn verbinding ben je vrij. Wat je ook doet en waar je ook gaat. Hoe ver je fysiek, mentaal, of emotioneel ook verwijderd bent van mij. Hier waar ik ben is mijn liefde voor jou. En hier ben jij vrij. Wat je ook doet en wat je ook laat. Hier waar ik ben is mijn liefde voor jou en ben jij vrij.

Je bent vrij om vrij te zijn. Je bent vrij om jou te zijn. Vanuit jouw Flow. Vanuit jouw liefde voor jou. Want jouw liefde voor jou is jouw verbinding met mij. Jouw liefde voor jou is onaantastbaar. Is van jou.

Ik laat je los en ik vertrouw op mij. Ik houd je niet vast. Je bent volledig vrij. Nu en altijd. Ik kom diep in verbinding met mij. In mij verbind ik mijzelf met jou. In mijn verbinding met mijzelf verbind ik mij met jou. Ik voel hoe krachtig dit voelt. Hoe sterk deze verbinding is. Dit is vertrouwen. Alles is hier. Wanneer ik vertrouw op mij. In mij. Hier ben ik vrij. Om jou lief te hebben.... Ik dank je wel.

Nicky Verbeek