

KIES VOOR HET (GOEDE) LEVEN

DIT KAN IK DOEN:

- Zoveel mogelijk op de fiets doen
- Zuinig zijn met energie
- Zonnepanelen laten installeren
- Aandacht geven aan mensen die het nodig hebben
- Biologische producten kopen
- Het leven nemen zoals het gaat
- Vogels voeren
- Planten in de tuin zetten die vlinders, bijen en andere insecten aantrekken
- Afval scheiden
- Gebruikte spullen weggeven of naar kringloop
- Zelf bij kringloop kopen
- Doneren aan goede doelen
- Optimistisch naar het leven kijken
- Wat jij niet wilt dat u geschiedt, doe dat ook een ander niet
- Je mag weten dat je precies goed bent zoals je bent; je mag jezelf zijn en je eigen keuzes maken
- Zie dan ook het mooie en goede in een ander
- Voor God doen wij er allemaal toe!
N.a.v. tekst van Henri Nouwen:
Ik ben niet wat ik doe
Ik ben niet wat ik heb
Ik ben niet wat mensen over me zeggen
Ik ben Gods geliefde kind
Dat is wie ik ben.
Niemand kan dat van me afnemen
Ik hoef me geen zorgen te maken
ik hoef me niet te haasten
Ik kan Jezus vertrouwen
en Zijn liefde met de wereld delen
- Je leven kan zich op een punt kan bevinden dat je ervaart nog maar weinig te kiezen te hebben... De 'keuze' die je dan hebt is het leven te nemen zoals het komt, met alle moeite die daar bij hoort
- minimaal twee dagen in de week geen vlees of vis eten
- minder snel in oordelen over mensen denken
- in gesprekken een poging wagen om eerst te luisteren en dan pas te reageren.
- meer stiltemomenten per week inlassen
- bidden en zingen
- 2 keer per maand iemand bellen, mailen of bezoeken, die in een moeilijke levenssituatie zit.
- Vasthouden aan Gods belofte 'Ik zal er zijn'
- Je bent zelfs in de meest onvrije situaties vrij in je denken en doen; je bent als een vrij mens geschapen!
- Blijf trouw aan jezelf; vraag je af wat goed voelt voor jou en handel daarnaar
- Wees verdraagzaam
- Laat een ander in zijn of haar waarde



- Niet per sé 'de top' willen bereiken
- Oordeel niet over wat 'moet' of 'normaal' is
- Je hoeft niet met alles in de maatschappij mee te bewegen
- Beoordeel een ander niet op hoe hij of zij eruitziet
- Luister zonder (voor)oordeel naar de ander
- Ga niet op vakantie met het vliegtuig
- Bewerk een Psalm en geef er een uitvoering mee op Schiphol
- Leren dat bij ons het gras net zo groen is als bij de burens
- Leef bij de dag, zorg vandaag voor het goede leven
- Probeer blij en positief in het leven te staan (alsof het elke dag vakantie is).
- Onthaast. Neem tijd voor dingen en mensen en geniet van alle kleine wonderen
- Ieder kan zijn eigen unieke talenten gebruiken ten dienste anderen
- Blijf nadenken
- Vraag bij keuzes aan God wat Hij wil dat je zal doen.
- Blijf hopen!
- Voor dit najaar met donkere dagen vol onzekerheid: geef wat positief elan door waxinelichtjes aan te steken, lichte vrolijke muziek te luisteren, vrolijke bloemen uit tuin, winkel of berm in een vaas.
- Ga op ontdekkingsreis in je eigen huis en kledingkasten en ontdek dat je al zoveel moois bezit dat nog goed is.

*Ds. Marieke Muijen
12 oktober 2020*