

Niets



De thermometer wijst 44 graden aan. In de schaduw. Buiten zijn is te warm, dus we zitten binnen. Alle deuren en ramen dicht. Hoera voor de dikke stenen muren. Het enige wat ik kan doen is niets. Helemaal niets. Liggen, dommelen. Niets.

Niets doen, dit keer omdat het gewoon niet anders kan. En ooooh wat hebben mijn gedachten daar moeite mee.

"Alles ligt nu stil!"

"Nou lopen we vertraging op."

"Zo kunnen we hier nooit goed mensen ontvangen."

En dan volgt er natuurlijk een lijst met wat er allemaal nog moet gebeuren. Inclusief een heel scala aan zaken die geen lichamelijke activiteit vereisen en dus in principe nu wel gedaan zouden kunnen worden. Heel efficiënt.

Als het niet zo heet was geweest, was mijn bedrijvige zelf zeer zeker weer in actie gekomen. Nu wil m'n lichaam gewoon niet. Het blijft liggen en nietsdoen.

En dan gebeurd er iets wonderlijks. Omdat ik de gedachten geen gehoor kán geven, wordt het opeens leeg. Stil. Gelukzalig stil. Diep van binnen voel ik een gegiechel en gelach van ontspanning.

Wat een verrukkelijke gewaarwording. Zo ruim, zo

helder, zo veel meer dan ik. Meditatie noemen ze dit ook wel. Maar dan zomaar opeens, spontaan, uit het... niets...

Onze maatschappij is zo ingericht op alsmäär doen, dat gewoon even bewust niets doen er vaak bij inschiet. We moeten nog iets afmaken voor werk, er moeten nog boodschappen gedaan worden, de kinderen moeten naar bed,... Terwijl juist die momenten van niets doen zo heilzaam zijn.

Doen is hartstikke belangrijk.

Daardoor krijg je dingen gedaan.

Nietsdoen is net zo belangrijk.

Omdat je dan éventjes loskomt van alle dagelijkse dingen die gewoon moeten.

En je even weer kunt voelen hoe het met je is.

En er dan spontaan ruimte komt voor jezelf.

Voor inspiratie.

Hernieuwde energie.

Misschien borrelen er zelfs nieuwe ideeën op.

We zijn hier hard aan het werk om dit bewust niets doen aan te kunnen bieden bij Finca Feliz.

En soms moeten wij dus ook gewoon even niets.

Ergo, laat de zomer maar komen, ik doe, en ook lekker niets.