

## Groen, de kleur van harmonie en relaties

Helaas zijn er veel landen die vrijheid onderdrukken, zoals de afgelopen tijd bijvoorbeeld in Iran weer is gebeurd. Dictators en regeringsleiders indoctrineren en houden de boel onder controle. Ingegeven door angst en macht.

Wij hebben daar geen dictator voor nodig. Heel veel mensen zijn erg goed in staat zichzelf te onderdrukken.

Houd jij ook jouw emoties onder controle?

Sluit jij jezelf op?

Maak jij je het liefst onzichtbaar?

Zo beperk jij jezelf in je vrijheid, soms in de hoop dat een ander je komt 'redden'.

Iedereen heeft recht op vrijheid en ruimte, dat vind ik tenminste. Dat betekent natuurlijk wel dat je jezelf die vrijheid en ruimte moet gunnen. Tja, dat wordt lastiger.

Vrijheid van denken, voelen, zijn en doen. Hoe doe je dat nu eigenlijk?

Volg jij je hart bij de beslissingen die je neemt?

Wanneer je behoefte hebt aan tijd en ruimte, kan groen je ondersteunen.

Wat is er heerlijker dan er op uit te trekken. In de natuur kom je tot rust en krijg je de mogelijkheid jouw balans weer te hervinden.

Als je regelmatig de natuur in gaat, kan die groene kleur je ondersteunen om meer te luisteren naar je hartenwensen. Dit zal je helpen om te bepalen in welke richting je kunt gaan in je leven en welke beslissingen daarbij horen. Groen helpt om jouw persoonlijke behoeftes en de behoeften van anderen in evenwicht te brengen en te houden.

Het helpt je ook je grenzen beter aan te geven en stelt anderen in je omgeving in staat dat ook te doen.

Groen is de kleur van harmonie, van balans, stilstaan bij wat er is en vooruit kijken naar hetgeen je werkelijk wil.

Groen is de kleur van je hart. Volg je hart en geef jezelf het groene licht! Maak nieuwe keuzes. Pak je zaakjes met hart en ziel aan.

Wat gebeurt er als je jezelf alle ruimte geeft om te zijn wie je bent en te doen wie je bent? Wat zou er dan veranderen? En welke kleine stap kun je vandaag zetten om die richting uit te gaan?

Ik wens je veel leesplezier en inspiratie toe! Jouw vragen en reacties zijn altijd welkom. Ken je anderen voor wie deze nieuwsbrief interessant kan zijn? Stuur hem dan door! Bij voorbaat dank je wel daarvoor! Zij kunnen zich abonneren via mijn website:

<http://www.matheaboogert.nl>

Ik wens je een groene zomer!

**Met zomerse groet,  
Mathea Boogert**