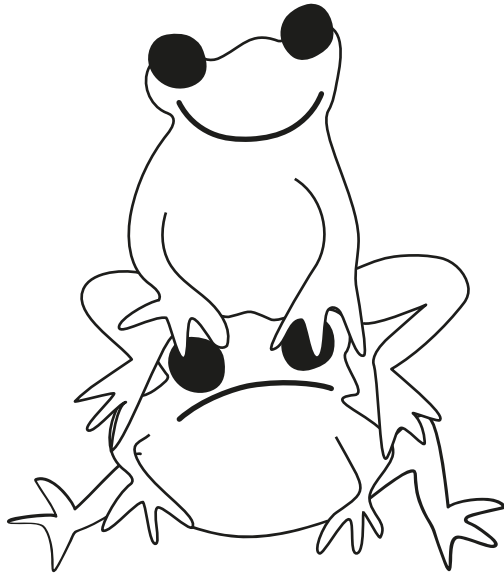


DE MIND VAN HET PADJE

NICOLE VAN LADESTEIJN



MET DE PAD OP PAD

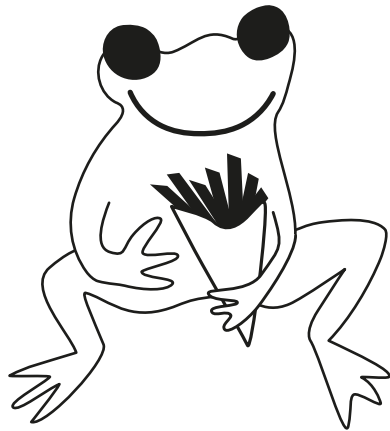
Herken je dat: je zit ergens in?
Een mening, paniekaanval, euforie,
woedebui of je gelijk willen halen.
Je lijkt van het padje te zijn.

En ineens is het voorbij.
Je bent weer bij zinnen.
In een superpositie.
Klaar om weer ergens in te schieten.

Als dat nu leven is?
Op ieder moment een belevenis.
Vanuit het niets telkens iets.

Vanuit een oneindig potentieel
- mind genoemd - telkens een creatie.
De mind aan de knoppen
om jou te laten ervaren.

De mind als bron van leven,
welzijn en onbegrensde mogelijkheden.
Nooit van het padje, altijd op pad.



PADDENTREK

Vanochtend wist ik het zeker.
Ik ga niet snaaien vandaag.
Geen chips, toastjes of speculaas terwijl ik vol zit.

Hoe anders loopt het 's avonds op de bank.
Een kleine portie ribbel chips naturel moet
kunnen toch?
Ja gezellig, lekker!
En weg ben ik.
Met de hand in de zak.
Kraken op de bank.

Zo'n 150 gram zout, olie en aardappel zwaarder
lig ik in bed.
Beetje misselijk.
Hoe heb ik dit nu weer voor elkaar gekregen?
Nou ja, morgen is er een nieuwe dag.

Sinds ik niet meer drink, heb ik een verleiding
minder.
Maar de trek in iets blijft.
Waarnaar eigenlijk?

PK (PADDENKRACHT)

Soms waan ik me aan het stuur van mijn leven.

Maar als ik echt kon kiezen:

Zou ik dan gezouten pinda's eten terwijl ik al misse-
lijk ben?

Weken van tevoren zenuwachtig zijn voor het facilite-
ren van een 3-daagse?

In gedoe belanden met een dierbare?

Ik zit achterop.

Voorop is het leeg.

Daar zit mind
aan het stuur
op de trappers.

Ik ga er niet over.

Gedachten, gevoelens en gedrag komen en gaan.

Ik kan ook niet vallen.

Want 'ik' is een idee in mind.

Er wordt gefietst.

Hoe vrij en veilig is dat?



Zou het kunnen dat ik zin heb in een bepaalde ervaring?

Het 'wat zit ik er lekker bij'-gevoel.

En dat ik geloof daarvoor iets te moeten innemen?

Wat ook tijdelijk lijkt te werken.

Totdat de zak leeg is en een nieuwe ervaring opdoemt.

Het 'nu ben ik nog verder van huis'-gevoel.

Stel dat ik er in wezen altijd al lekker bij zit.

En dat er hooguit even een gedachte of gevoel is van niet.

Hoe vervullend is dat besef.

Waarom zou ik dan nog iets te snacken willen?

Wat wil dan nog verdoofd worden?

Het 'ja gezellig'-stemmetje?

Alledaagse gebeurtenissen met een knipoog naar vrij leven. De angst, de pijn en het zijn.

Een verhalenbundel voor een verfrissende kijk op je pad.



Nicole van Ladesteijn schrijft en werkt vanuit ontzag hoe er telkens uit het niets maar zo iets is. Ze faciliteert leiders, ondernemers en professionals bij concept-loos leiderschap en coacht bij persoonlijke onrust, vanuit CommunicatieWijs.

#3 Principes van de menselijke ervaring #non-dualiteit

ISBN 978-90-83088655

