

## Mieke's Voice - Week 15 - Het uiten van mijn authentieke natuur

Op een speelse en spontane manier omgaan met kinderen is een van mijn liefste bezigheden. Als ik een kind in de ogen kijk, zie ik hun ziel. Een krachtige ziel in een klein lichaampje. Kinderen zijn zich meer bewust van hun goddelijke aard en drukken zich meestal onbezonnen uit op een vrije en authentieke manier. Zij ontwaken dat open, vrije, onschuldige, spontane, onverschrokken, avontuurlijke deel in mezelf. Zij geven me de toestemming om mezelf uit te drukken vanuit dat innerlijke weten dat alles ok is; dat het leven bedoeld is om plezier te maken en een avontuur is. Zij nodigen me uit om in dit NU moment te vertoeven, daar waar het echte leven plaatsvindt.

Elke keer als ik een kind zie, wordt mijn eigen innerlijke kind uitgenodigd om naar buiten te komen en te spelen.

“Hmmm, waar is die speelsheid nu gebleven? Waarom hou ik mezelf nu meestal in i.p.v. plezier te maken in het leven? Waarom lijkt alles nu zo serieus? Hoe komt dat nu toch”, vroeg ik mezelf af?

Toen ik 26 was, besloot ik mijn innerlijke detective op privé-onderzoek te sturen. Ik vroeg hem uit te pluizen wat mijn "joie de vivre" gevangen hield. Ik wou weten welke onzichtbare kracht mijn

levensvreugde vasthield en wat de reden was dat ik me niet meer onbevreesd en vreugdevol kon uitdrukken? Daar moest een oorzaak voor te vinden zijn en ik wou die kost wat kost vinden! Ik was er van overtuigd zeker dat alles een reden heeft!

Twee decennia later kwam mijn privédetective bijna buiten adem naar me toe gelopen! "Ik heb het gevonden, ik heb het gevonden", schreeuwde die uit volle borst! "Sorry dat het zo lang duurde", zei hij. Ik heb heel diep moeten graven om tot de kern van de zaak te geraken! Ik heb de verschillende redenen van de verdrukking ontdekt" liet hij me weten. "Sommige redenen waren recent ontstaan, anderen waren oud en stagnerend en totaal niet relevant meer. Ik heb er een lijst van gemaakt, ben je er klaar voor?", riep hij enthousiast. "Ga je gang, ik ben er klaar voor!" zei ik heel nieuwsgierig!

Zonder te pauzeren, las hij de lijst voor: "*Je innerlijke gevangenis is opgebouwd uit negatieve gedachten, jaloerse gedachten, controlerende en veroordelende gedachten. Je bent geboren in een wereld waarin je constant wordt overspoeld en beïnvloed door meningen van anderen, afwijzingen van anderen en jouw eigen en anderen hun angsten. Je blijft jezelf ook constant vergelijken met anderen. Je leeft in een wereld waarin geschiedenis, cultuur,*

*georganiseerde religie en politiek een heleboel regels en oordelen creëren en opleggen. De negatieve emoties van anderen in combinatie met je eigen negatieve ervaringen, trauma's en angsten veroorzaakten schuldgevoelens, wrok, woede en zelfveroordeling.*

*Al die dingen hebben ertoe geleid dat je meer en meer ging afdwalen van je innerlijke waarheid, je vrije, spontane, unieke zelf. Je begon in die leugens over jezelf te geloven. Je goddelijke, vrije, spontane liefhebbende natuur, je 'joie de vivre' werd bedekt met leugens. Je begon de allergrootste leugen als waarheid te aanzien, namelijk "dat je niet goed genoeg bent, dat je waardeloos bent". Niet goed genoeg voor anderen en niet goed genoeg voor jezelf. Die diepgewortelde negatieve overtuigingen begonnen alle aspecten van je leven te beïnvloeden".*

Ik was echt onder de indruk. Ik voelde diep in mezelf dat hij de waarheid sprak! "Knap zeg", liet ik mijn privé-detective weten! Ik ben ontzettend dankbaar dat je niet hebt opgegeven voordat de diepere oorzaak werd blootgelegd! Fantastisch speurwerk!

Voilà! Dat was precies wat ik wou ontdekken! Hoe kan een mens een echte oplossing vinden als hij niet eens weet wat de echte oorzaak van het probleem is? De kern van het probleem was ontmanteld!

Nu was ik klaar, bereid en in staat om een ECHTE oplossing te creëren! Ik wist dat het heel belangrijk was dat elk deeltje van mezelf opgenomen, geïntegreerd en betrokken moest worden in de oplossing. Ik besloot dat het tijd was voor een vergadering met alle delen van mezelf. Elke leeftijd moest aanwezig zijn; de baby in mij, het kind, de tiener en de volwassen delen. Ik besloot dat mijn volwassen zelf de vergadering zou leiden. Elke leeftijd in mij zou de nodige ruimte en tijd krijgen om te praten over hun ervaringen, hun angsten en hun verlangens. Allen waren toegestaan aan het woord te komen en er zou geluisterd worden zonder oordeel!

Mijn 48-jarige volwassen zelf neemt nu de verantwoordelijkheid en laat alle andere delen in mezelf weten dat ze nu veilig zijn en dat ik voor ze zorg. Door elk deel van mezelf te eren en te erkennen, breek ik de muren van mijn zelfgemaakte gevangenis. Door mijn onderdelen te verenigen en ze terug te brengen naar het licht, kunnen ze me niet langer in gijzeling houden door hun onvervulde behoeften. Ik begrijp nu en erken hun verwarring, hun trauma's en hun angsten.

Door mijn eigen innerlijke raad, "council" te vormen en regelmatig tijd vrij te maken om bijeen te komen, creëer ik voor mezelf een

genezingsproces die een heelheid creëert in mezelf en in mijn leven. Ik ben dankbaar dat mijn innerlijke prive-detective het kernprobleem heeft ontmaskerd. Het is soms pijnlijk om de afgescheiden verborgen delen in mezelf te ontdekken en onder ogen te zien, maar het is een proces dat de moeite waard is om te nemen. Het ontdekken van de leugens en die te vervangen door de waarheid van wie ik werkelijk ben, is een weg naar ware innerlijke vrijheid.

Dat is het doel van mijn leven. Het herkennen van de goddelijke essentie in mezelf en in iedereen en alles in deze wereld! Het zich uitrukken, de expressie van die goddelijke essentie is wat echte vrijheid is.

### **Mieke's Voice - Deel 1**

Week 1 – Deel 1 - Inleiding

Week 2 - Een Ruwe Start

Week 3 - Visie

Week 4 - Geschiedenis Les

Week 5 - Boekhandel Caecilia

Week 6 - Onzichtbare Hand

Week 7 - Mijn familie, een cirkel van 5. Deel 1 - Mijn ouders Anny & Hugo

Week 8 - Mijn familie, een cirkel van 5. Deel 2 - Mijn broer Jeroen

Week 9 - Mijn familie, een cirkel van 6. Deel 3 - Mijn zus Kathleen

Week 10 - Mijn familie, een cirkel van 6. Deel 4 - Iets over mezelf,

Mieke

Week 11 - Contact met buitenaardse wezens

Week 12 - De film E.T. - De Extra-Terrestrial

Week 13 - Wat gebeurt er als het lichaam sterft?

## **Mieke's Voice - Deel 2**

Week 14 – Deel 2 – Inleiding

Week 15 – Het uiten van mijn authentieke natuur