

Spiegels

“Leven vanuit innerlijke kracht:
Is een ontdekkingsreis naar
jezelf!”

Spiegels

“Leven vanuit innerlijke kracht:
Is een ontdekkingsreis naar
jezelf!”

Mike Gerssen & Marlon
Schalkwijk

Schrijver: Mike Gerssen & Marlon Schalkwijk
Coverontwerp & Illustraties: Marlon Schalkwijk
ISBN: 9789403759999
© 2024 Mike Gerssen & Marlon Schalkwijk
Uitgegeven via: Mijnbestseller

Trefwoorden;

Bewustwording, innerlijke reis, zelfontdekking, regie over je eigen leven, vervulling van je eigen potentieel, persoonlijke ontwikkeling, innerlijke transformatie.

Alle rechten voorbehouden. Niets van deze uitgave mag worden gereproduceerd, op welke manier dan ook zonder schriftelijke toestemming van de auteurs, behalve in het geval van een korte aanhaling gebruikt in beschouwende artikelen of recensies enkel met vermelding van de bron met naam en toenaam.

SPIEGELS

"LEVEN VANUIT INNERLIJKE KRACHT: IS EEN ONTDEKKINGSREIS NAAR JEZELF!"

Het begrijpen en gebruiken van onze innerlijke kracht is een krachtige tool om ons leven te transformeren. Wanneer we onszelf toestaan om onze diepste verlangens, angsten en emoties te verkennen, kunnen we verbinding maken met onze ware zelf en onze unieke gaven en talenten ontdekken. Het is een voortdurende reis, maar elke stap die we zetten brengt ons dichterbij een leven dat in lijn is met wie we echt zijn.

Voorwoord

We zien onszelf weerspiegeld in de gebeurtenissen om ons heen, in de mensen die we ontmoeten en in de keuzes die we maken. De wereld fungeert als een spiegel die ons laat zien wie we werkelijk zijn en wat we nodig hebben om te groeien en te evolueren.

Door aandacht te besteden aan de signalen en lessen die de wereld ons biedt, kunnen we onszelf beter begrijpen en onze innerlijke wereld transformeren. Als we bijvoorbeeld steeds in conflict komen met mensen, kan dit een teken zijn dat we onze eigen emoties en gedrag moeten onderzoeken. Als we constant geconfronteerd worden met uitdagingen en obstakels, kan dit betekenen dat we onze mentale kracht en veerkracht moeten versterken.

Welke labels de buitenwereld ons ook geven met dit boek willen we laten zien dat het onmogelijke mogelijk is, dat er hoop is op een succesvol gelukkig leven. Dat we onze eigen autoriteit mogen blijven volgen en vertrouwen.

Iedereen heeft zijn haar eigen unieke blauwdruk vol met kwaliteiten die wachten om tot bloei te komen.

Boodschap aan de lezer

Ik heb in dit boek persoonlijke ervaringen en lessen uit mijn eigen leven gedeeld, in de hoop dat anderen er kracht en moed uit kunnen putten. Het is mijn wens dat dit boek een bron van inspiratie zal zijn voor iedereen die het leest. Dat het hen zal aanmoedigen om hun dromen na te jagen en obstakels te overwinnen. Ik wil mijn lezers bedanken voor hun steun en ik hoop dat dit boek een positieve impact zal hebben op hun leven. Mijn dank aan jou dat je zo moedig bent om met mijn boek als steun ook voor jezelf deze stappen te gaan maken. Ik hoop oprecht dat het je zal inspireren en motiveren. Onthoud altijd dat je sterker bent dan je denkt en dat je alles kunt bereiken wat je maar wilt. Blijf geloven in jezelf en geef de hoop nooit op! Ik wens je alle succes en geluk in de wereld toe.

Veel leesplezier!!
Liefs Mike.

Beste ouders,

Als moeder van een kind met Pervasive Developmental Disorder Not Otherwise Specified (later genoemd PDD NOS) wil ik jullie allen een warm hart toedragen en jullie aanmoedigen om in jullie kinderen te geloven, hen te vertrouwen en te weten dat alles mogelijk is. Vertrouw op je eigen gevoel, wat jij voelt, is waar, ook al wordt het tegendeel bewezen. Als ouders hebben we een speciale band met onze kinderen die niemand anders begrijpt. Ik hoop als moeder dat dit boek jullie kracht kan geven in moeilijke tijden. Vergeet niet om goed voor jezelf te zorgen, zodat je er optimaal kunt zijn voor je kind(eren). Wees niet bang om hulp te vragen of je verhaal te delen met andere ouders, om steun te zoeken bij familie, vrienden, therapeuten en andere ouders in soortgelijke situaties. Samen staan we sterker!

Met hartelijke groet, Marlon.

Inhoudsopgave:

Spiegels	5
Voorwoord	6
Boodschap aan de lezer.....	7
Inleiding.....	10
Deel 1	14
Hoofdstuk 1	
Levensverhaal van Mike en Marlon.....	15
Hoofdstuk 2	
Oogarts Ziekenhuis opname.....	21
Hoofdstuk 3	
Naar school	25
Hoofdstuk 4	
Thuis waar het veilig hoort te zijn.....	30
Hoofdstuk 5	
Buurtkinderen en pest gedrag	38
Hoofdstuk 6	
Het uur van de waarheid	43
Hoofdstuk 7	
Innerlijkkind.....	47
Hoofdstuk 8	
Gezinsbegeleiding.....	52
Hoofdstuk 9	
Opvoeding.....	54
Hoofdstuk 10	
Een zo normaal mogelijk leven.....	58
Hoofdstuk11	
Logeerhuis.....	64
Hoofdstuk12	
Tessa.....	67
Hoofdstuk 13	
Opa mijn grote vriend.....	73

Hoofdstuk 14	
Een koffer vol mogelijkheden.....	81
Hoofdstuk 15	
De zoektocht naar de verloren schat.....	85
Hoofdstuk 16	
Onderweg naar zelfstandigheid.....	90
Hoofdstuk 17	
Vrienden.....	93
Hoofdstuk 18	
Stage.....	102
Hoofdstuk 19	
Als je ouders gaan scheiden.....	106
Hoofdstuk 20	
Rijbewijs.....	112
Hoofdstuk 21	
Opleiding.....	116
Hoofdstuk 22	
Werk.....	118
Hoofdstuk 23	
Mijn eigen woning.....	126
Deel 2	130
Hoofdstuk 24	
Zelfontdekking innerlijk kind werk.....	131
Hoofdstuk 25	
Toekomstbeeld.....	137
Hoofdstuk 26	
Zielentaak Zielsmissie.....	138
Hoofdstuk 27	
Tips om mee te nemen.....	145
Hoofdstuk 28	
Nawoord.....	149
Hoofdstuk 29	
Dankwoord.....	153

Inleiding

Het leven is als een spiegel.

Spiegels zijn een krachtig instrument om onszelf beter te leren kennen. Ze reflecteren niet alleen ons uiterlijk, maar ook onze innerlijke wereld. Door in de spiegel te kijken, kunnen we onszelf confronteren met onze gedachten, gevoelens en overtuigingen. Leven vanuit innerlijke kracht betekent dat je in contact staat met je ware zelf, los van externe invloeden en verwachtingen. Het is een proces van zelfontdekking en zelfacceptatie, waarbij je leert om te vertrouwen op je intuïtie en innerlijke wijsheid.

De ontdekkingsreis naar jezelf kan soms confronterend zijn, maar het is de moeite waard. Door naar binnen te keren en jezelf beter te leren kennen, kun je groeien en bloeien als individu. Spiegels kunnen hierbij een waardevol hulpmiddel zijn, om jezelf te weerspiegelen en te reflecteren op wie je werkelijk bent. Het is een reis van zelfliefde, zelfbewustzijn en innerlijke kracht. Durf je die reis aan te gaan? We zijn constant bezig met het voldoen aan verwachtingen van anderen, waardoor we onszelf verliezen in het proces. Het is belangrijk om stil te staan en te reflecteren op wie we echt zijn, wat we echt willen en wat ons gelukkig maakt. Het is belangrijk om bewust te worden van onze eigen behoeften en verlangens, en deze serieus te nemen.

Dit betekent soms nee zeggen tegen anderen en ja tegen onszelf. Het betekent loslaten van oude patronen die ons niet dienen en ruimte maken voor nieuwe ervaringen en groei. Door bewust te kiezen voor onszelf en ons eigen geluk, kunnen we een leven leiden dat authentiek en vervullend is. Het is een proces van zelfontdekking en zelfliefde, maar de beloning is groot: Een leven dat echt van ons is en waarin we onszelf kunnen zijn.

Nu we dit boek schrijven kan ik zeggen, het is meer dan de moeite waard!

Moeder en Zoon

Samen een boek schrijven, hoe bijzonder is dat!

Dat wij samen nog eens een boek zouden schrijven dat is tevens een project wat na 29-06-1994 onmogelijk leek. We zijn samen aan dit boek begonnen op het punt in ons leven waar we beide voor nieuwe uitdagingen kwamen te staan. Ik was bezig met een nieuw op te zetten project wat op de toekomst en de nieuwe wereld gericht is. En bedacht me, wij zijn hierin het voorbeeld, in dat wat onmogelijk lijkt, mogelijk kan zijn als je er maar voor open staat en bereid bent nieuwe wegen te betreden. Je eigen unieke weg durft te gaan ongeacht wat anderen daarvan zeggen. Tegenwind zal er altijd zijn, soms een vriendelijk windje, soms kan het flink stormen, het is aan jou om op je eigen pad te blijven staan. En achter de wolken schijnt altijd de zon. Stormen komen en gaan, het is aan ons hoe we navigeren om onze koers te varen.

Een boek schrijven.

Wat begon met: “wat denk je ervan, zullen we samen ons verhaal vertellen binnen een drumcirkel en de deelnemers meenemen in de energie van dat alles mogelijk is.” We ons verhaal op papier wilden zetten wat we in de cirkel wilde delen, kwam Mike; “dan kan ik wel een boek schrijven, er is zoveel te vertellen.” Met die woorden voelde ik een “JA dat gaan we doen.” En zo begonnen we aan het verzamelen van herinneringen en levenslessen. Mike laat in zijn levenslijn zien dat niets onmogelijk is, hij is een gedreven jongen die weet wat hij wil en er ook helemaal voor gaat, al duurt het langer of moet je het vaker herhalen. Als hij iets wil dan zal het ook lukken. Wie had dit kunnen bedenken, dat ik dit nog eens zou schrijven. Ook dit leek voor mij toen onmogelijk. *Dat is een zeer krachtige positieve instelling die je heel ver kan brengen.*

Je niet in een hoekje laten zetten door een label wat je hebt meegekregen, maar je eigen autoriteit volgen.

Jij staat aan het stuur, jij bent authentiek en uniek, niemand is zoals jij en we hebben allemaal onze eigen manieren van hoe we de dingen zien, doen en ervaren.

De spiegel van hoop

In het leven komen we moeilijkheden tegen omdat dit de mogelijkheden zijn in groei en ontwikkeling, het zijn onze levenslessen die we hebben meegekregen tijdens onze geboorte.

Om te leren en te ervaren hoe we het beste kunnen omgaan met al deze tegenstellingen in het leven. Hoe kunnen we voor onszelf hier het beste uit halen wat ons voldoening geeft. Dat is de innerlijke kracht die we hebben meegekregen, niet opgeven, met vallen en opstaan komen we verder. Soms navigeren we door het donker en weten we niet wat ons daar te wachten staat, het is onbekend terrein. Soms ervaren we teleurstelling, pijn, verdriet, boosheid of angst, het zijn natuurlijke emoties als leidraad in ons leven. Ze geven ons richting in wat de beste keuze is op dat moment. We kunnen geen blijdschap en voldoening ervaren als we niet weten wat er in het donker verscholen ligt.

Als we niet kunnen genieten van de kleine simpele dingen in het leven, beseffen we dan wel hoe wonderlijk het leven is. Hier ligt het grootse en het magische in verscholen, het gaat niet om hoeveel, hoe goed of hoe duur iets is, dat is de waarde die wij eraan hebben gehangen. Omdat we geconditioneerd zijn vanuit oude patronen van wat belangrijk was, om te presteren in het leven. Wanneer jij ertoe doet, ligt aan jouw prestaties. Een goede opleiding en hard werken is de huidige norm die nu achterhaald is. We mogen veel meer navigeren op onze natuurlijke levensstroom, je zal dan veel meer rust, geluk en vrede ervaren dan dat we willen voldoen aan de eisen die niet voor ons zijn weggelegd.

Het is belangrijk om te beseffen dat jouw waarde niet afhangt van externe prestaties of wat anderen van je verwachten.

Jij bent waardevol om wie je bent, niet om wat je doet. Het is dus essentieel om naar binnen te keren en te ontdekken wat jouw ware passies en verlangens zijn, los van de maatschappelijke normen. Door te luisteren naar je intuïtie en te handelen vanuit authenticiteit, zul je merken dat je veel meer voldoening en vervulling vindt in het leven. Dit betekent niet dat je niet mag streven naar persoonlijke groei en ontwikkeling, maar het gaat om het vinden van een balans tussen inspanning en ontspanning. Durf los te laten wat niet meer bij jou past en durf te vertrouwen op jouw eigen innerlijke kompas. Op deze manier zul je ontdekken dat jij van nature al waardevol en uniek bent, en dat jouw ware bestemming zich zal ontfouwen wanneer je in harmonie leeft met jezelf en het universum.

****Wij wensen jou heel veel leesplezier, inzicht en wijsheid toe met het lezen van ons boek Spiegels.**

Harte groet Mike Gerssen en Marlon Schalkwijk



Deel 1

Het verhaal van; Mike & Marlon

Moeder en zoon delen hun levensverhaal door op de afgelopen 29 jaar terug te kijken in hoe dit voor hen was, en wat een grote rol heeft gespeeld in hun leven als moeder en zoon. Een leven waarin je als lezer jezelf in kan herkennen, kan het voor jou als lezer ook vraagtekens zetten in delen van jouw leven. Was dit wel wat ik wilde en hoe kijk ik er nu naar. Door onze levens nemen we jou mee door jouw eigen leven en brengen we de mogelijkheid om daar voor jezelf ook verandering in te brengen.

Wij wensen je veel leesplezier, mooie inzichten en de kracht in jezelf om een nieuw pad te bewandelen.

Harte groet Mike & Marlon.

1 Levensverhaal van Mike en Marlon

Als klein meisje was ik erg stil en teruggetrokken, op school, was ik vaak alleen of deed mee met springtouwen, kaatsenballen en hinkelen. Mijn vriendinnen- vrienden waren de meisjes en jongens uit de straat waar ik mee speelde, ik had een prima leven. Dat, veranderde op het voortgezet onderwijs. Ik was geen uitmuntende leerling. En mijn grootste wens, die ik aan mijn moeder had verteld was moeder worden, en met kinderen werken.

Daarom ging ik naar de LHNO (huishoudschool). Zonder te veel in detail te treden heeft deze periode voor een groot deel van mijn leven mij gevormd en was ik nog meer teruggetrokken en verloor ik mijn zelfvertrouwen. Dit tekende in hoe ik me opstelde tegenover anderen én mezelf. Ik ontwikkelde patronen, gedachtes en gewoontes die niet van mezelf waren. Zo werden overtuigingen gecreëerd waar ik in geloofde.

Ik vond mijn plezier op de manege, het was mijn tweede thuis, waar ik helemaal mezelf kon zijn, daarbuiten kroop ik in mijn schulp. Ondanks dát kon ik toch het pad blijven volgen die ik voor ogen had. Mezelf in de buitenwereld presenteren vond ik lastig wist me dan geen houding te geven tegenover anderen. Ik begon pas mijn innerlijke reis in 2009 na het overlijden van mijn vader. Wat misschien moeilijk te begrijpen is, heeft dat mijn ogen geopend, in wie ik was en waar ik me in begaf. In 1992 werd onze eerste dochter geboren en werkte ik deeltijd op een peuterspeelzaal.

In 1994 werd Mike geboren en was ik fulltime moeder, omdat ik eigenlijk liever thuis was bij mijn kinderen.

Al gauw werd duidelijk dat ik geen andere keus had toen Mike in zijn babytijd ontwikkelingsproblemen toonde, en ik aan mijn grootste taak begon als moeder.

Onder moeders vleugels

Nu 29 jaar later blikken we terug op wat er was en wat het ons gebracht heeft in waar we nu staan. Ook als moeder kom ik nu in een nieuwe fase, niet meer als moeder van Mike met PDD-NOS, maar moeder van Mike. We beseffen dat ons verhaal een draagkracht kan zijn voor andere ouders en kinderen in soortgelijke situaties. Daarom vinden we het belangrijk om ons persoonlijke verhaal met jullie te delen en daar een verdieping op te geven.



Onder moeders vleugels