

Every story only remains when you give it your belief
then it becomes the energy

Keys of Freedom

ISBN: 9789465315218
© elenamarileen.com

Een portaal voor de Kosmische mens

Inleiding

Dit boek is er niet alleen om mijn verhaal te vertellen.

Veel woorden zijn tot mij gekomen en slechts een metafoor, een aanleiding om iets in jouzelf te herkennen, erkennen, te activeren of te openen. Dit boek is een portaal. Jouw leven is uiteraard heel anders verlopen dan dat van mij. Jij draagt een ander verhaal met je mee en toch kan je in de kern in de essentie een gevoel of eenzelfde trilling, frequentie herkennen.

Dit is een Frequentieboek

Je hoeft dit boek niet van voor naar achteren te lezen. Je leest het op basis van frequentie.

Hoe doe je dat?

Scan de titelpagina van de verschillende hoofdstukken

Kies een titel uit die resoneert, die je opvalt of aanspreekt op dit moment

Lees alleen dit hoofdstuk en sluit het boek

Laat de frequenties door je heen gaan

of

Je slaat het boek open op een willekeurige pagina en leest alleen waar je oog op valt.

"Lokah Samastah Sukhino Bhavantu"

Geschreven uit dankbaarheid voor het leven

De hoofdstukken gaan over mijn persoonlijke reis door het leven zijn ervaringen vanuit kosmisch bewustzijn. Ik ben met deze blik geboren en vanaf mijn achtste levensjaar bewust. De inzichten die ik tijdens mijn leven ontving heb ik in drie maanden tijd gebundeld in dit boek. Soms kwam informatie door in de Engelse taal en ik heb ervoor gekozen de originele zinnen te schrijven. Hierdoor is het taalgebruik in dit boek een mix geworden.

Ik adviseer je om het boek niet in een keer achter elkaar te lezen, dan is het een wirwar en opvolging van verhalen en frequenties. Je hoeft het ook niet allemaal te begrijpen. Het is geschreven met lichtcodes en sleutelwoorden, om elke keer een nieuwe laag in jezelf te openen.

Veel plezier!

Hoofdstukken

We zijn allemaal hetzelfde bewustzijn in een ander verhaal hier op de aarde. Een andere vorm, een ander jasje, een andere ervaring, een andere realiteit.

De ziel kiest ervoor om zichzelf te leren kennen door in al die vormen hier aanwezig te zijn. Door de personages te spelen, te ontdekken, te beleven en te zijn.

Alles wat jij bent en alles wat je ooit zult worden, is een uitdrukking van dat ene grote bewustzijn dat zichzelf wil ervaren.

En precies dat maakt dat we allemaal hier aanwezig mogen zijn in onze uniekheid.

- ◇ **I am the Universe**
- ◇ **Point Zero – de zwarte vlam**
- ◇ **Detachment & Leegte – voorbij de creatie**
- ◇ **Geboorte van een nieuw bewustzijn**
- ◇ **Het oneindige leven**
- ◇ **Spontane kundalini**
- ◇ **The Hummingbird Level**
- ◇ **Ontmoeting met jezelf in de ander**
- ◇ **Het volgen van je hart**
- ◇ **Trust in crazyness**
- ◇ **Kosmisch bewustzijn**
- ◇ **De grote omkering – ware alchemie**
- ◇ **Matrixen in het Bewustzijn en de Manifestatie van Betekenis**
- ◇ **Alles als matrix-creatie**
- ◇ **Template Changer**
- ◇ **De werktemplate**
- ◇ **De template van controle**
- ◇ **Embodiment**
- ◇ **Vrije seksualiteit**
- ◇ **The Hidden Key**
- ◇ **Opening the book of life**
- ◇ **Zielsaspecten**
- ◇ **De eenwording**
- ◇ **Wisdomkeepers**
- ◇ **De rebel**

- ◇ **Tijdtemplate**
- ◇ **Het lijden van de wereld**
- ◇ **Earth portals**
- ◇ **New earth codes**
- ◇ **Onthechting & verbinding**
- ◇ **De vonk & de vlam**
- ◇ **Multidimensional living earth**
- ◇ **Template van dissociatie van de ziel**
- ◇ **Planetary grid werk**
- ◇ **Meaning of Life**
- ◇ **Template van bijna-doodervaring**
- ◇ **Een nieuw hoofdstuk toont zich**
- ◇ **Hacking the matrix**
- ◇ **De dorpsgek is kristalhelder**
- ◇ **Conspiracy theorieën**
- ◇ **Van het onbekende naar het onkenbare**
- ◇ **Zelfrealisatie meesterschap**
- ◇ **Oorspronkelijke creatie**
- ◇ **Manifest vanuit de 11^e frequentie**
- ◇ **Instappen op je unieke frequentie**
- ◇ **Ik besta in mijn frequentie**
- ◇ **Energetica de gamechanger**
- ◇ **Precisiewerk**
- ◇ **Leiderschap over mijn stem**
- ◇ **Butterfly celebration**
- ◇ **Geboorterecht van overvloed**
- ◇ **Brengers van de nieuwe wereldenergie**
- ◇ **De verwevenheid met alles**
- ◇ **Kosmisch verbonden kinderen**
- ◇ **Het sleutelprincipe**

◇ I am the Universe

Het was de laatste avond in Portugal. Veertig vrouwen, een week samen vol intensiteit – alles rauw, groots, mooi en tegelijk voelde ik een diepe stilte in mezelf. Alsof ik, te midden van al die beweging, eindelijk thuiskwam.

Die avond gebeurde er iets wat ik nooit meer kan vergeten. Voor mijn ogen verscheen een ander leven. Ik zag mezelf als moeder van twee kinderen, gevangen in een oorlog. Mijn handen vastgebonden, chaos overal om mij heen. En toen... ik zag hoe mijn kinderen werden vermoord. Het verdriet was ondragelijk, mijn lichaam trilde, mijn keel brandde en ik schreeuwde het uit.

Een deel van mij wilde wraak. Ik wilde terugslaan met dezelfde pijn die mij was aangedaan. En toen... er kwam een andere mogelijkheid op mijn weg. Ik begon te zingen. Eerst heel zacht, met tranen in mijn ogen. Toen steeds harder. Het lied kwam niet van mij alleen, het kwam van iets groters. Geluid bewoog door mij heen. Terwijl ik zong, bracht ik mijn kinderen naar een engelachtig licht. Daar vonden ze rust. En ik ook.

Deze ervaring bracht in een bewustwording en shift teweeg: de oorlogen buiten ons zijn slechts een spiegel van de strijd in onszelf. Elke keer dat wij onszelf veroordelen, elke keer dat we pijn niet willen voelen, wraak willen nemen, overweldigd zijn door de buitenwereld en deze als 'slecht' bestempelen, is het een weerspiegeling van een innerlijke oorlog. Een strijd met het Zelf. Zolang die oorlog in ons brandt, zullen we hem ook buiten ons tegenkomen.

Tijdens de laatste ceremonie in die week verscheen een symbool in mijn hart: de Ankh, de sleutel van het leven. Het symbool uit Egypte. Ik schreef op mijn papier mijn intentie: *I am the Universe*.

Toen ik die woorden opschreef, wist ik nog niet hoe groot hun betekenis was. Pas later voelde ik wat het inhield, als ik het universum ben, dan is er niets buiten mij. Alles wat naar me toe komt, is al deel van mij. Alles wat ik verlang, draagt mijn naam. Ik hoef het alleen maar weer toe te eigenen.

Misschien herken jij dit ook. Dat je altijd zoekt, jaagt, of iets probeert te bereiken... terwijl het eigenlijk zo eenvoudig is. Want wat zoek je nu eigenlijk in de buitenwereld? Jezelf openen voor jezelf is de sleutel. Jezelf echt waar te nemen voor wie je bent. Jezelf zien is het goud dat je zoekt, je hoeft het alleen maar je ogen te openen.

You hold entire universes, inside of you

◇ Point Zero – de zwarte vlam

Alles waarvan ik dacht dat het vaststond, viel in stukken uiteen. Mijn relatie voorbij, mijn huis opgezegd, mijn baan losgelaten. Het voelde alsof ik mezelf langzaam uitkleedde tot er niets meer overbleef. En juist in dat niets begon de echte reis.

Eerlijk gezegd voelde ik me verloren. Eenzaamheid kroop als een koude deken om me heen tot op mijn bot was het koud. Soms huilde ik zonder te weten waarom. Mijn hoofd zocht verklaringen, analyses maar in mijn hart wist ik: dit is niet het einde, dit is een begin.

Ik herinner me nog die oudejaarsavond. Mijn moeder appte naar mij: *“Dit wordt een geweldige jaar, dat voel ik.”* Terwijl ik me eenzaam voelde en in mijn bed kroop. Ik dacht: *hoe dan?* Want alles in mij voelde leeg en gebroken. En toch... ergens diep van binnen trilde er een klein vlammetje. Een zwarte vlam. Niet het licht dat je meteen cosy verwarmt, maar een innerlijk vuur dat alles schoonbrandt en vernietigt zodat er ruimte ontstaat.

Ik verliet mijn huis op zonder plan, mijn baan liet ik los zonder zekerheid van inkomen, *ben ik gek geworden?* Misschien ken je het gevoel – dat je springt zonder te weten of er een net hangt zonder zekerheden, omdat je voelt dat er geen andere mogelijkheid is dan te springen. En in die sprong zit de omkering, de wedergeboorte.

Er volgden bizarre wendingen in mijn leven. Ik ging tijdelijk wonen bij vrienden, bij familie, en er werd mij een baan aangeboden in Spanje. Ik vertrok en nam letterlijk afscheid van het leven dat ik had opgebouwd. Dit heb ik vaker mogen ervaren en telkens weer ontdekte ik dat het leven me opving zodra ik de controle losliet.

Point Zero is precies dat: het punt waarop je alles kwijt bent waarvan je dacht dat je het nodig had. Je identiteit, je zekerheden, je masker. En ja, dat kan pijn doen. Maar in die leegte kan iets nieuws geboren worden. Het is als een kaal veld na de oogst: schraal, stil... en tegelijk de vruchtbaarste grond die er is.

Ik weet, hoe ik in Spanje, na een pijnlijke confrontatie met mijn ex-partner, in tranen stond. Alles in mij schreeuwde. Toen gebeurde er iets bijzonders. Terwijl de tranen over mijn wangen rolden, voelde ik hoe mijn hart juist zachter werd.

Je hoeft niets vol te houden, je bent vrij

Zero-point. Het nulpunt. Het is de ruimte waarin je niets meer bent en daardoor alles kan zijn. Waar donker en licht elkaar omarmen en je ziel van dit spel ontstijgt. Detachement van alles en iedereen. Soeverein aangewezen worden op je innerlijke kracht.

◇ Detachement & leegte - voorbij de creatie

Tien jaar geleden zag ik hem voor het eerst. Het was geen gewone ontmoeting, ik keek hem in de ogen en het was alsof ik in mijn eigen ziel keek. Het raakte me zo diep dat ik er die nacht wakker van lag. Ik dacht: *wat moet ik hiermee?* Ik woonde samen in Arnhem en had al elf jaar een happy relatie met een Colombiaan. Toch voelde ik een magnetische kracht naar die man die ik had ontmoet die alles op zijn kop zette.

Misschien herken je die ene blik, die ene ontmoeting, die je hele binnenwereld in beweging zet. Alsof het leven zachtjes je stevig gebouwde fundament omverblaast.

Wat ik mocht leren was het loslaten. Niet loslaten op een manier van "ik wil dit niet", maar loslaten als in: *ik heb geen idee wat dit betekent, maar ik vertrouw dat het klopt.*

Want heel eerlijk, mijn hoofd werd er gek van. Dagenlang spinde ik in gedachten, met oordeel en vol angst. Ik probeerde alles te begrijpen. Maar mijn hart fluisterde: laat de uitkomst los.

Leef de vraag

Onthechten klinkt vaak koud, alsof je afstand neemt. Maar in werkelijkheid is het warm. Het is een bevrijding voor je ziel. Het is als uitademen na te lang je adem hebben vastgehouden. Het is jezelf toestaan om niet te weten.

Leegte voelt vaak bedreigend. We vullen haar op met gedachten, drama, telefoons, mensen, afleiding, agenda's. Leegte is in de kern de meest natuurlijke staat van het universum. De sterren hangen in leegte en toch branden ze fel.

Ik ontdekte dat leegte niet betekent dat er niets is. Leegte is de vruchtbare grond waar alles uit voortkomt. Het is de pauze in de muziek waardoor je de melodie voelt. Het is de stilte in het universum dat luistert terwijl jij ademt.

En ja, soms voelt leegte ongemakkelijk. Op het moment dat je iemand verliest of wanneer een plan in rook opgaat. Je denkt wellicht: *er is niets meer van mij over.* En precies in het niets, ontstaat de ruimte voor iets anders, iets dat je niet had kunnen bedenken.

Ik begon weer te ademen – diep, langzaam, verder dan mijn longen. Ineens voelde ik hoe mijn adem eindeloos lang en groot werd, alsof ik het universum in- en uitademde. In die adem vond ik rust. Leegte werd geen vijand meer, maar een vriend.

Vlucht niet, blijf even zitten. Adem de leegte in, echt leeg zijn voelt juist vol... vol van lege ruimte voor iets nieuws, ware potentie.

◇ Doding van het zelf

Ik weet nog hoe ik daar zat, alleen in het bos. Het was fris, de avond viel. Een laatste zonnestraal raakte mijn gezicht. En ineens begon ik te lachen. Niet omdat er iets grappigs was, maar omdat ik het absurde van mijn situatie zag.

Nog maar twee uur voor het moment in het bos, had ik besloten dat ik niet meer wilde leven. Zó moe van het gewicht dat ik met me meedroeg. En ik schaamde me dat ik die gedachte überhaupt had. Alsof iets zei dat ik dit niet mocht denken. Toen ik het open durfde te delen met mijn partner, zei hij: *“dan maak je er toch een eind aan.”* Die woorden sloegen in als een mokerslag. Ik voelde me misselijk, boos, niet gezien. En tegelijk vastbesloten: misschien is het tijd om echt te verdwijnen.

Ik reed doelloos rond, zoekend naar een plek om mezelf los te maken van dit leven. Bij het water, in het bos... maar overal waar ik een rustige plek zocht kwam er weer iemand langs. Zelfs het doodgaan leek ik niet in rust te mogen ervaren. Gefrustreerd liep ik tussen de bomen in het bos, uitgeput van mijn tranen en gedachten. Tot ik neerplofte tegen een boom.

En daar gebeurde het. Terwijl ik mijn gezicht naar de laatste zonnestraal draaide, schoot er een kraakhelder besef door me heen: *Ik kan mijn lichaam verlaten, maar mijn bewustzijn blijft bestaan.* Er viel helemaal niets te winnen of te verliezen in dit leven. Zelfs de dood zou me niet bevrijden van wie ik werkelijk ben.

Ik begon te lachen. Met tranen die rolden van verdriet én opluchting. Want precies daar, midden in mijn donkerste moment, vond ik vrijheid.

Mezelf doden ging niet over het doden van mijn wezen. Het ging over de scheiding van de versie van mijzelf die ondraaglijk voelde. Niet in verbinding kunnen zijn in deze werkelijkheid was te pijnlijk. Mijn wezen kon ik niet belichamen en verankeren in deze wereld. Ik dacht dat ik moest verdwijnen om die pijn te stoppen. Maar juist in het diepste punt opende zich een andere werkelijkheid: ik kan mezelf niet verlaten. Ik ben het zelf. Altijd.

Zwarte nachten waarin alles zinloos lijkt. Het bewustzijn is groter dan mijn gedachten. Ik hoef niet te verdwijnen. Alleen de illusie van afscheiding te doorzien, de matrix waarin we leven.

Mijn bevrijding was niet het einde van mijn leven, maar het einde van mijn gevecht met het leven.

Dan kan je er net zo goed van je leven gaan houden

◇ Geboorte van een bewustzijn

Daar lag ik, mijn lichaam volledig overgenomen door iets dat groter was dan ikzelf. Alsof ik een onzichtbare kracht door mijn lichaam voelde stromen, mijn adem versnelde, mijn armen en benen gingen hun eigen weg. Ik kon niets sturen, ik had geen invloed. Ik kon het alleen toelaten en volledig in de overgave gaan.

Het voelde als een bevalling. En dat was het ook: het was de geboorte van een nieuw bewustzijn.

We worden allemaal, vroeg of laat, door het geboortekanaal van de ziel getrokken. Het is rauw, kwetsbaar, verwarrend. Je weet niet meer wie je was, maar je weet ook niet wie je nu bent of wat je überhaupt wordt. Alsof je midden in de nacht wakker schrikt in een vreemd huis: je weet dat je hier hoort te zijn, maar je herkent nog niets en het voelt zeker nog niet als een thuis.

Ik voelde de ogen van duizenden vrouwen door me heen kijken. Hun verhalen, hun pijn, hun lijden maar ook hun kracht – alles stroomde in mij samen. De voorouderlijke lijnen uit het verleden, hun stemmen hoorde ik. Alsof ik deze bevalling niet alleen voor mezelf baarde, maar voor een collectief. Diep vanbinnen hoorde ik een fluistering: *open je stem*.

Mijn hele leven had ik geloofd dat ik niet kon zingen. Het was een overtuiging die ik ongemerkt van mijn moeder had overgenomen. Maar daar, in dat moment, voelde ik dat mijn stem de sleutel was. De stem van de ziel. Dus begon ik te zingen, zacht, onhandig, soms midden in de nacht. En elke toon die ik liet klinken, opende iets nieuws in mij.

Want dit is wat een nieuwe geboorte vraagt: dat we ons laten zien in een taal die nog niemand spreekt, het onbekende maar die ons van binnenuit bekend voorkomt. De taal van de ziel.

Misschien herken je – dat je iets voelt dat groter is dan jijzelf, iets wat zich door jou heen een weg naar buiten zoekt. Soms is dat een lied, soms een gedicht, een idee, een kind, een woord of de moed om eindelijk te zeggen wat je al jaren van binnen voelt.

Ons lichaam is een kanaal voor dat nieuwe bewustzijn. Letterlijk, zoals vrouwen nieuw leven dragen. En fysiek: door onze adem, onze stem, ons handelen & spreken. Alles in ons zegt: *maak ruimte voor iets nieuws*.

En ja, het voelt ongemakkelijk. Wie wil er nu klem zitten in een geboortekanaal? Maar zodra je jezelf overgeeft, opent er een wereld die je niet had durven dromen.