

Alhoewel er zó vele eeuwen aan vrouwelijke rivaliteit in mijn systeem zitten, van generatie op generatie doorgegeven, vanuit de tijd dat vrouwen volkomen afhankelijk waren van de gunsten en de welwillendheid van mannen, waardoor iedere andere vrouw in de omgeving een concurrent kon zijn voor de aandacht van een man en voor de gunsten van diezelfde man, voor kwaliteit van leven, voor mate van vrijheid, en ál dié ervaringen van vrouwen van vér voor mijn leefwereld, die gemaakt hebben dat de gedragspatronen in mijn overgeërfde materiaal zitten, terwijl die leefwereld zó ver van mij af staat, al zó lang geleden is, dat het niet eens in mij op komt dat ik daar nog door beïnvloed word, omdat ik geen idee heb van hoe dat allemaal was en hoe dat allemaal speelde, maar 't wél op mijn achtergrond meedraait met als gevolg dat er van alles en nog wat door mij heen gaat op het moment dat ik te maken heb met andere vrouwen. Op het moment dat ik in interactie ben met andere vrouwen en vooral als ik misschien iets nodig heb van andere vrouwen, wat mij een ongemakkelijk gevoel geeft, waar ik dan weer over na ga denken, wat ik niet kan plaatsen, wat me alleen maar nóg onzekerder maakt, want ik kan er geen touw aan vastknopen, ik begrijp gewoon niet waar die ongemakkelijke gevoelens vandaan komen. Het vergroot mijn onzekerheid, het maakt dat relaties met vrouwen gecompliceerder zijn dan nodig is. Het maakt dat de kwaliteit van vriendschappen kwetsbaar is. Omdat we allemaal beïnvloed worden door diezelfde geschiedenis, waardoor we ongemakkelijk zijn naar elkaar. Waardoor we ons ongemakkelijk voelen bij onszelf. Waardoor er dingen gebeuren die we niet begrijpen. Waar ik in ieder geval vanaf wil. Waar ík mezelf van wil bevrijden. Omdat het op zo'n diep niveau is, dat ik daarmee niet alleen mezelf maar iedere vrouw om mij heen kan helpen ons beter te voelen óver onszelf, mét onszelf en met elkaar. Dus kies ik ervoor om ál die oude patronen die ontstaan zijn in een tijd die zó anders was dan deze, waar vrouwen geen mogelijkheden hadden, waar vrouwen geen keuzes hadden, waar vrouwen geen vrijheid hadden, maar die nog steeds maken dat mijn mogelijkheden, mijn keuzes en mijn vrijheden nú ook nog beperkter zijn dan dat ze hoeven zijn, gewoon omdat ik nog vanuit die oude patronen doorleef. En om dié reden, nogmaals, kies ik ervoor om het los te laten. Los te laten uit mijn onderbewustzijn. Los te laten uit alle lagen van mijn energiebewustzijn. Los te laten uit die triljoenen cellen en mijn DNA ervan te bevrijden. Ervoor te zorgen dat ál die oude patronen doorbroken worden. Dat ik en iedere vrouw die ná mij komt, vrouw mag zijn. Vrij mag zijn. Helemaal zichzelf mag zijn en ik mij mag zijn. Accepteer ik mezelf innig en volledig. Ik hou van mezelf en ik vergeef mezelf voor iedere ongemakkelijke interactie die ooit in mijn leven heeft plaatsgevonden, want vanaf nu IS het anders, ben ik anders en daardoor kan iedere interactie met iedere andere vrouw anders zijn. Mag om mij heen iedere vrouw zichzelf zijn.

1 vrouwenrelaties

2 lijken soms wel een mijnenveld

3 en we hebben geen idee waarom

4 iets op de achtergrond

5 iets héél diep in ieder van ons

6 overgeërfde gedragspatronen

7 die we in een grijs verleden nodig meenden te hebben

8 om nog enige bewegingsvrijheid te hebben

1 die we van mannen moesten krijgen

2 omdat we hun toestemming nodig hadden

3 die toestemming hoeft niet meer

4 maar dat gedachtepatroon zit nog heel diep in mij verankerd

5 én in iedere andere vrouw met wie ik in aanraking kom

6 en contact heb

7 en daardoor versterken we het zelfs in het heden nog

8 om die reden laat ik het los
1 in m'n bewustzijn en onderbewustzijn
2 in ál m'n energielichamen
3 m'n triljoenen cellen en m'n DNA
4 ik maak het los voor mijn generatie
5 zélf met terugwerkende kracht
6 en voor alle generaties vrouwen die na mij komen
7 wij vrouwen mogen vrij zijn
8 blij zijn met elkaar
1 genieten van elkaar
2 steun hebben aan elkaar
3 en leren met elkaar
4 onze kwaliteiten zijn waanzinnig
5 maar we kunnen er niet van genieten
6 als we nog bang zijn voor elkaar
7 daarom laat ik al die beperkende patronen los
8 voor mezelf, en omdat ik verbonden ben met al die anderen, alle vrouwen om mij heen!
1 zodat we in liefde samen kunnen zijn!