

## Op zoek naar het innerlijk kind

door: Jos Olgers

Zoals gewoonlijk zou ik in onze Voice Dialogue jaartraining les geven over het 'innerlijke kind'. Tot voor kort wist ik precies wat het 'innerlijk kind' was. Tot het moment dat ik er eens rustig voor ging zitten. De vraag: "Wat is dat 'innerlijke kind' nu precies?" riep een zekere opwindning bij me op. Dit was zo'n opgewonden gevoel van: "Ik ga weer verder komen in mijn verlangen om mezelf en de wereld te begrijpen!" De resultaten van deze zoektocht zou ik graag met je willen delen.

**Ik draag al mijn potenties in me: vrij, open en intens**



Ergens diep in mij leeft iets: iets kleins en tegelijkertijd heel groot. Het is alsof ik toen ik op de aarde kwam een erfenis meekreeg uit lang vervlogen tijden. Alsof ik de essentie van mijn ziel in me draag.

Het is dit deel, dat niet goed of slecht is. Het is gewoon 'ik'. Diep in mij leeft dan ook het verlangen om in mijn leven gestalte te geven aan dit 'ik': de essentie van mijn wezen. Dat doe ik vanaf het eerste begin dat ik op de aarde kom: Ik ben! En ik weet niet beter dan dat 'ik ben'. Daarom ben ik vrij, open en intens. Ik ben niet alleen vrij, open en intens, ik leef dit ook de eerste tijd! Het is normaal en natuurlijk. Waarom zou ik niet zijn wie ik ben?

Natuurlijk is het zo dat ik kwetsbaar ben als ik zo leef. Ik geniet daardoor van het leven. Ik kan in alle vrijheid vanuit mijn 'hele ik' liefhebben, spelen, open met de wereld communiceren. Ik draag creatief al mijn potenties: het is geweldig!

**Ik en de wereld**



Ergens kom ik in contact met anderen: contact met de mij omringende wereld. Dit geeft me een 'ik-besef'.

Doordat ik spreek, speel, aanraak en leef in de wereld, ontmoet ik niet alleen die ander, maar herken ik mezelf. Ik ben een ander. Ik ben anders. Zonder deze wereld van ontmoeting zou ik niet weten wie of wat ik ben!

Ik leef. Ik ben. Ik ontmoet. Ik speel. Met een onschuldig plezier wordt ik me steeds meer bewust van mezelf en verken meer en meer de mij omringende wereld.

**Ik ben en reageer**

Soms is de wereld tof, leuk, lief en aardig. Dan ben ik blij, speels, creatief en leuk. Het is dan zoals het hoort.

Soms is de wereld naar. Het is alsof ik tegen een muur aanloop. Dat doet pijn. Ik ontdek pijn. Pijn is niet leuk. Pijn doet pijn.

Ik ontdek dat er steeds meer tranen over mijn wangen rollen.

Ik ontdek dat ik me terugtrek.

Gedachteloos wil ik dat het ophoudt: ik sla.

Ik ben nog steeds. Soms is het lekker. Soms is het naar. Ik ben en reageer op wat op me afkomt. Ik ben en reageer op mijn wereld. Meer niet. Het is zoals het is.

### Ik en het effect

Plotseling ontdek ik een wonder. Als ik sla krijg ik een tik terug. Ik sla nog een keer en krijg weer een tik.

Plotseling ontdek ik een wonder. Als ik lach, lacht de wereld naar mij. Ik lach nog een keer en de wereld lacht weer.

Plotseling ontdek ik een wonder. Als ik heel stil ben, zien ze me niet. Ik voel geen pijn. Ik trek me terug en ze zien me niet meer. De pijn blijft weg.

Plotseling ontdek ik een wonder. Als ik huil pakken ze me op. Ik huil nog een keer en ze doen lief. Ik krijg een warm gevoel: lekker.

Ik leer.

Ik reageer niet meer.

Ik leer en handel.

Als ik een lach wil, lach ik eerst.

Als ik me stil houdt, zien ze me niet en doen ze me geen pijn.

Als ik huil, krijg ik een warm gevoel.

### Ik word doelgericht

Ik doe de ontdekking van mijn leven.

Ik beheers de wereld.

Al wat ik doe heeft een doel.

Het belangrijkste doel is, dat mijn 'echte ik', mijn innerlijk kind, heel blijft.

Mijn 'echte ik' geen pijn heeft en wie weet... er soms mag zijn!

### Ze hebben me verstoep



Mijn 'echte ik', mijn 'essentie', mijn 'innerlijk kind', is die 'kern' van mij waarmee ik dit leven

begon. Mijn innerlijk kind handelt niet vanuit een doel: het 'is'!

Zo ben ik het ene moment blij, naïef, speels, bang, spontaan, boos, magisch, verdrietig, creatief. Soms ben ik verwonderd.

Doelgericht? Nee, dat zijn die andere delen van me, die op hun manier voor me zorgen. Sommige delen doen het geweldig, andere delen snappen er niets van... Ze hebben me verstoep.

### Ik sprankel weer

Ik vind het jammer, dat het nodig was dat 'innerlijk kind' van mij, met al zijn potenties en groei pijnen, op de achtergrond is geraakt. Ik vind het jammer dat ik soms mijn boosheid, tranen of potenties moest inslikken. Het voelt nu zo vol.

Ik ben groot geworden. Ik kan me nu beschermen. Het overleven is over. Ik sprankel van verlangen om dit kind een nieuw leven in te blazen. Ik ga leven. Ik leef!

Baarn, 21 januari 2007

[www.josolgers.nl](http://www.josolgers.nl)