**De weg van voelen, vrede nemen en bestellen**

Spiegelogie is in Nederland al zo'n tien jaar geleden geïntroduceerd door Willem de Ridder die de kunst van het fanclubspel heeft geleerd van de Amerikaanse advocaat Arnold Patent. In Amerika heten fanclubs support-groups en dat is waar het in feite omgaat: het ervaren van onvoorwaardelijke steun.
In 1999 verscheen het langverwachte Handboek Spiegelogie van Willem de Ridder bij uitgeverij de Zaak. Het is inmiddels toe aan zijn derde druk. Momenteel zijn er al meer dan 2000 fans over heel Nederland wekelijks bezig met het fanclubspel. Ieder jaar is er in Groesbeek een Spiegelogie Festival waar honderden fans elkaar twee dagen lang op feestelijke wijze ontmoeten. Om in een fanclub mee te kunnen doen moet je het handboek Spiegelogie hebben gelezen, of de Spiegelogie CD of cassettes hebben beluisterd of een weekend met Willem hebben meegemaakt.
*Spiegelogie is een zeer praktische methode om zelf te ervaren hoe het leven werkt. Patronen kan je heel moeilijk veranderen en op je eentje lukt dat al helemaal niet. Dat gaat veel beter als je je door een groep gelijkgestemde mensen laat ondersteunen. In zo'n fanclub zijn we allemaal fan van elkaar. We ondersteunen elkaar in wat we voelen en wat we willen. We wennen aan ons nieuwe patroon en oefenen er in.*

Het nieuwe patroon bestaat uit drie stappen. De eerste stap is dat je ervan uit gaat dat elke mens perfect is, dat er aan die ander niks meer hoeft te veranderen. Zo is de natuur: de zon, de maan, de planten, die zijn allemaal perfect, daar valt niks aan te verbeteren. Alleen de mens denkt dat hij niet deugt en dus deugt hij ook nergens voor.. Ga er dus van uit dat iedereen die je ontmoet perfect is. Dat werkt meteen want je hele wezen wil niks liever dan dat. Je zal ook zien dat je meteen een heleboel idioten tegen het lijf loopt, want je wordt natuurlijk meteen getest om te zien of je het echt meent. Waar het om gaat is dat je het volgende ervaart: wanneer je iemand laat vallen, laat je ook jezelf vallen. Op het punt waarop je dat ervaart, valt het niet meer uit te leggen.

Een tweede stap is dat je een keer per week stilstaat bij je gevoel. Gewoon, even, een paar seconden alleen maar voelen. Voelen en dat gevoel toestaan, ervan houden. Het laten stromen en zo energie vrijmaken. Vooral wanneer je anderen vergeeft, mensen waaraan je de pest hebt en die je een klotegevoel geven, dan maak je enorm veel energie weer los. Dat is een heel mooi geschenk aan jezelf.

Een derde stap is dat je bestelt wat je echt wilt in je leven. In de fanclubs doen mensen dat hardop en worden ze in hun bestelling gesteund door anderen. Dat werkt fantastisch. Een veertigjarige vrijgezel uit de reclamewereld bestelde bij voorbeeld dat hij eindelijk een geliefde tegen het lijf zou lopen en dat hij voortaan alleen nog maar zou doen wat hij leuk vond. Hij deed dat compleet tegen beter weten in, want hij was al vele jaren vrijgezel en hij had een stresserende, veeleisende job. Een paar weken later kreeg hij een e-mail uit New York, van een vrouw die een tijdje in Nederland wou verblijven en een baantje zocht in de reclamesector. Alleen hij reageerde op haar e-mail, ze begonnen te corresponderen, ontmoetten elkaar, werden verliefd en zijn nu nog altijd samen. Dat gebeurde allemaal in twee maanden tijd en de aanleiding was dat hij had gezegd wat hij echt wilde.

Bestellen, dat kunnen wij niet meer, dat is ons afgeleerd. Wij geloven niet meer dat wij onze eigen werkelijkheid kunnen scheppen en dus ervaren wij dat ook niet. Je ervaart wat je gelooft. Als je denkt dat het nooit lukt, dan lukt het niet. Als je gelooft dat het wel lukt, dan gaat het vanzelf. Belangrijk is wel dat je eerst vrede sluit met je huidige situatie. Die heb je helemaal zelf gecreëerd, op een manier die precies goed voor je was. Als je daar vrede mee hebt, dan bestel je gewoon wat je graag wil. Meer zelfs, je gaat ervan uit dat het al zo is, dat je die prachtige geliefde of die boeiende baan al hebt. Zomaar, tegen beter weten in, dus. In onze fanclub was er een vrouw die zeer ontevreden was over de buurt en het huis waar ze in woonde. Ze had geen contact met de buren en haar tuin beviel haar niet. In de fanclub besloot ze, vooraleer een nieuw huis te bestellen, eerst een weekje vrede te nemen met haar huidige huis. In die week kwamen de buren aanbellen - heel aardige mensen -, ze raakte met hen in gesprek en vernam dat ze een Japanse tuin hadden, iets waar ze zelf ook dol op was. De buren stelden voor om het hek tussen de twee tuinen te verwijderen en samen te werken aan een grote Japanse tuin. Die vrouw is dolgelukkig nu en wil daar absoluut niet meer weg. Zo zie je maar: je moet het gewoon doen. Je moet niet wachten tot je begrijpt hoe het werkt, want dan wacht je eeuwig. Je begrijpt het toch niet. Het is gewoon zo.

**Waarom een fanclub zo belangrijk is.**

De diepste basisbehoefte van iedere mens is om onvoorwaardelijk aardig gevonden te worden en iedereen aardig te vinden. Het is een natuurlijke neiging om elkaar wederzijds te steunen. We willen het liefst beminnen en bemind worden.

We zijn echter al eeuwen bang gemaakt voor elkaar. Vanaf onze geboorte hebben we geleerd ons hoofd te gebruiken in plaats van de intelligentie van ons gevoel, intuïtie, inspiratie, voorstellingsvermogen en onze dromen. We moeten nu concurreren, ons afsluiten en in schaarste geloven. Ons hele lichaam lijdt daaronder. Niet alleen wij, maar onze hele maatschappij gaat daarom gebukt onder spanning, pijn en een groeiend gevoel van machteloosheid.

Ook jij bent er nu klaar voor (en velen met jou) om opnieuw in contact te komen met dat wat we werkelijk zijn. In werkelijkheid zijn we namelijk een machtig wezen en voelt het heerlijk om ook anderen te assisteren bij het terugvinden van de bron van onze macht. Er bestaat namelijk geen krachtiger mens dan iemand die zich geliefd en gesteund voelt. Of niet soms?

Eigenlijk ben je een ster. Voor een ster is een fanclub van levensbelang. Misschien lijkt het overdreven om jezelf tot ster uit te roepen, maar alles went, zelfs een heerlijk gevoel. We hebben thuis leren lopen, praten, denken en alles wat we nu menen te zijn. Dat ging niet een, twee, drie. Omringd door toegewijde fans kunnen wij nu eindelijk wennen aan eigenschappen die voortreffelijk voelen. Het is nooit te laat voor een gelukkige jeugd. Een eigen fanclub verschaft ons een veilige en koesterende omgeving waarin we leren om weer onvoorwaardelijke liefde en steun aan elkaar te geven en te ontvangen. Dat kan niet in theorie, of via een boek. Alleen door wekelijks samen te oefenen leer je je macht te grijpen. Met zijn tweeën kun je al beginnen. Als je durft vol te houden blijft er geen steen op de andere.

Het fanclubspel is gebaseerd op simpele spelregels die je hieronder zult vinden. Deze spelregels zul je herkennen als universele principes die in ieders leven gelden. Leer ze van buiten. Als we volgens die spelregels leven, hebben we een perfecte gids voor het pure genot dat liefde, vertrouwen, overgave, gulheid, vrede, speelsheid, harmonie, humor, overvloed, creativiteit en openheid ons schenken. Kortom onze natuurlijke staat. Je zult dan merken dat het hele universum jouw toegewijde fan is.

**spelregel 1 > energie**

De fundamentele bouwstof van het universum is energie. Energie komt zowel in zichtbare als onzichtbare vorm voor. Alles wat we zien en voelen is een uitdrukking van energie. Energie steunt ons onvoorwaardelijk. Een ander woord voor onvoorwaardelijke steun is 'liefde'. Alles wat we zien en voelen is dus een uitdrukking van liefde. Als we ons verzetten tegen het stromen van energie of liefde, voelt dat oncomfortabel. Als we ons juist naar die stroom richten zijn we opgewekt en tevreden.

**spelregel 2 > intelligentie**

De energie van het universum is intelligent. Het is een intelligentie die oneindig, eeuwig en doelbewust is. Deze oneindige intelligentie wordt dikwijls `God' of 'Liefde' genoemd. Het is de bron van alle creatieve expressie en de essentiële kracht van het universum. Dat wat wij zijn. De manier waarop wij onze intelligentie (of God) zien, is precies de manier waarop we ons leven ervaren. Als we onze intelligentie buiten onszelf projecteren als opperwezen, zijn we machteloos. Als we weten dat onze intelligentie (God) ons voortdurend en onder alle omstandigheden onvoorwaardelijk en liefdevol steunt, dan ervaren we iedereen en alles in onze wereld als totaal veilig, liefdevol en overvloedig.

**spelregel 3 > eenheid**

Aangezien alles in essentie liefde is in de meest ware zin van het woord, ZIJN WIJ EEN!! Wanneer wij onze verbondenheid met onze Eenheid voelen, voelen wij de kracht van wie we werkelijk zijn. Onze Eenheid (liefde) is ondeelbaar. Je kunt iemand (of iets) niet meer liefhebben dan een ander. Wanneer we onze liefde voor iemand terugtrekken, trekken we hem van iedereen terug, ook van onszelf. Deze spelregel wordt je pas duidelijk als je je hart helemaal opent en onze verbondenheid begint te voelen.

**spelregel 4 > perfectie**

Onze Eenheid (of God) is volmaakt en brengt deze volmaaktheid op oneindig veel manieren tot uitdrukking. Wij menselijke wezens zijn volmaakt gemaakt en functioneren perfect, precies zoals we zijn. Wanneer iets of iemand niet helemaal perfect lijkt te zijn, weten we dat we zelf gekozen hebben het gevoel van Eenheid te verbreken. We voelen ons weer verbonden als we ons hart openen. Als ons hart wagenwijd openstaat zien en voelen we de perfectie van alles.

**spelregel 5 > oorzaak en gevolg (1)**

In tegenstelling tot wat ons geleerd is, zijn wij niet het gevolg van de omstandigheden in ons leven. Wij creëren alle omstandigheden zelf. Sterker nog, we creëren ze doelbewust. We creëren op twee niveaus. Op het ene niveau veroorzaakt jouw Intelligentie een perfect leven. Als we er tenminste totaal op vertrouwen dat die Intelligentie ons zal steunen en leiden. Dat is onze macht. Op een ander niveau gebeurt dat door ons aangeleerde denken. Onze ervaringen worden veroorzaakt door wat we geloven.

**spelregel 6 > vrije wil**

Iedereen heeft de vrijheid om voortdurend zelf te kiezen. We kunnen alleen maar voor onszelf kiezen, niet voor anderen. Als we toch toestaan dat anderen voor ons kiezen, hebben we het vertrouwen in onszelf opgezegd. We denken dan dat we zelf niet in staat zijn om te kiezen. Als je ook maar iemand voor jou laat kiezen, is dat jouw keuze. Als we bewust kiezen om ons te laten leiden door onze Intelligentie dan ontvouwt ons leven zich op een prachtige manier vanzelf. Jij hebt dus de keuze. Als je ouders of wie dan ook de schuld geeft van jouw lot, dan is dat jouw eigen keuze. Ook al probeer je jezelf wijs te maken dat je machteloos bent en er zelf niets aan kunt doen, dan heb jij de macht om dat zelf te kiezen. Je kunt ook een ander scenario kiezen. Als je dat nooit geleerd hebt en zoiets onwennig aanvoelt, dan is het hoog tijd om met een paar trouwe fans te gaan oefenen en het op je gemak tot een vast patroon in je leven te maken.

**spelregel 7 > geloof en illusies**

Wat we (bewust of onbewust) geloven bepaalt wat we in ons leven ervaren. Als je te weten wilt komen wat je allemaal gelooft, kijk dan goed naar het soort leven wat je nu leidt. Alles wat we geloven zijn illusies. Niets wat je gelooft is echt. Als we oefenen om heel rustig onze gedachten te laten en ons meer te richten op wat echt is, onze Eenheid, laten we al die illusies achter ons en beginnen we de inherente perfectie van het universum te ervaren.

**spelregel 8 > intuïtie, gevoelens en macht**

Onze oneindige intelligentie communiceert via onze intuïtie. Als we onze aandacht meer en meer op ons gevoel beginnen te richten, komen we in contact met die intuïtie. Als het een gewoonte begint te worden om ons gevoel te ervaren, zonder er meteen gedachten aan te verbinden, zijn we meer en meer in staat om de macht te gebruiken die in die gevoelens huist. De echte macht van het universum is totaal vredig. Het is de macht van de liefde die we (als we ook maar een beetje oefenen) helemaal beginnen te voelen. Dat voelt heerlijk vrij.

**spelregel 9 > wederzijdse steun**

Het universum is een steunsysteem. Ieder onderdeel staat in nauw contact met ieder ander onderdeel en heeft er ook invloed op. Iedere persoon en omstandigheid in ons leven steunt ons, door duidelijk de huidige staat van ons bewustzijn te weerspiegelen. We hebben geleerd dat we door concurrentie, vijandigheid en uitgekookte trucs moeten zien te overleven. We hebben echter altijd de keuze om een fanclub bij elkaar brengen, waarin we ons veilig en prettig voelen. Een groep die ons voedt en harmonisch aanvoelt. Als we kiezen om wekelijks te oefenen in het elkaar onvoorwaardelijk steunen, stelt het ons in staat om steeds meer van onszelf te houden en onze macht te gebruiken.

**spelregel 10 > spiegelogie**

Alles wat we zien en voelen is een weerspiegeling van de staat van ons eigen bewustzijn. Iedere persoon die we in ons leven tegenkomen (aantrekken) laat ons een bepaald aspect zien van wie we eigenlijk zijn. Ieder gevoel dat iemand anders ons laat zien, weerspiegelt een gevoel dat diep in ons huist. Deze weerspiegeling is een echt geschenk, want het stelt ons in staat om bewust te zijn van onze overtuigingen. We hebben dan de keuze om de macht te grijpen die we aan die overtuigingen gegeven hebben.

**spelregel 11 > acceptatie en vergeving**

We hebben allemaal geleerd om vrijwel alles wat we meemaken op zijn waarde te schatten en te beoordelen. Daar zijn onze opvoeders jarenlang voor in touw geweest. Toch bestaat er niet zoiets als 'juist' of 'verkeerd', 'goed' of 'kwaad'. Er gebeuren dingen. Dat is alles. Als we er over oordelen, gaan we die dingen precies zo zien. We zien dan alleen nog maar ons oordeel en blijven dat voor de rest van ons leven zien, tot we het oordeel weer loslaten. Als we iets of iemand beoordelen als niet perfect, blokkeren we onze mogelijkheid om te reageren op de essentie van die persoon of dat ding. Die blokkade veroorzaakt een oncomfortabel gevoel, dat we alleen maar kunnen opheffen door eerst ons hart te openen voor het oordeel en daarna voor degene of dat wat we beoordeelden. Vergeven is niets anders dan jouw bereidheid om de geblokkeerde energie, die vastzit in je oordelen, weer vrij te laten. Als we ons hart openen kan vergeving uitgroeien tot onvoorwaardelijke liefde.

**spelregel 12 > de bedoeling**

Alles en iedereen in het universum heeft een bedoeling. Niets of niemand is er zomaar. Als wij ons bewust worden van de bedoeling van het leven dat we leiden, voelen we ons er steeds meer bijhoren en beginnen we de diepere bedoeling te ontdekken. We worden ons bewust van de bedoeling, door ons hart te openen en onze Eenheid te voelen. Als we de inspiratie van onze bedoeling helemaal toelaten, zal ons leven zich op een geïnspireerde en bevredigende manier ontvouwen.

**spelregel 13 > gemak en ongemak**

Ons lichaam is een perfect organisme dat ons voortdurend op de hoogte brengt in hoeverre we verbonden zijn met de energiestroom (die we eigenlijk zijn). Als we ons ongemakkelijk voelen, is dat een signaal dat we ons verzetten tegen die energiestroom (liefde). Hoe ongemakkelijker we ons voelen, hoe meer we weten dat we ons verzetten tegen het geven en ontvangen van liefde. Zodra we ons niet op ons gemak voelen, of het nou lichamelijk, emotioneel of mentaal is, steunen we onszelf het beste door de aandacht op het gevoel te richten. Voel je gevoelens helemaal. Verbindt er geen gedachten aan. Omhels je gevoelens en geef ze liefde. Hou van jezelf terwijl je je gevoelens omhelst. Als we de liefde durven toestaan, zodat ze vrij kan stromen, merken we dat ons lichaam ook vrij kan stromen en voelen we ons helemaal op ons gemak. Heerlijk!

**spelregel 14 > overvloed en dankbaarheid**

Overvloed is de natuurlijke staat van het universum. Het is de vrij stromende energie, die letterlijk overal in onuitputtelijke voorraad aanwezig is en gratis beschikbaar is voor iedereen die zich opent om het te ontvangen. Als wij geen totale overvloed in ons leven ervaren, weten we dat we ons met hand en tand verzetten tegen de natuurlijke stroom van overvloed. We openen ons voor overvloed, door dankbaarheid te voelen voor alles wat we al hebben.

**spelregel 15 > geven en ontvangen**

Geven en ontvangen zijn altijd met elkaar in evenwicht. Het is heel belangrijk om zowel dankbaar te ontvangen als vrijwillig en gul te geven (zonder enige verwachtingen). Hoe meer we bereid zijn om de energie in en uit ons leven te laten stromen, hoe meer die energie zal toenemen. Uiteindelijk kunnen we dus alleen maar aan onszelf geven, omdat er geen enkel verschil is tussen jou en mij en we allemaal EEN zijn.

**spelregel 16 > onthechting en vrijheid**

Het idee dat we behoefte hebben om ons aan iets of iemand vast te klampen, laat duidelijk ons geloof in 'schaarste' zien. Ons vastklampen aan mensen of bezittingen blokkeert de energiestroom met die mensen of bezittingen en vermindert het plezier dat we er aan beleven. Het belet zelfs dat nieuwe mensen of nieuwe dingen in ons leven kunnen komen. Als we ons hart openen en het vertrouwen in de natuurlijke overvloed van het universum laten groeien, geven we onszelf en alle anderen het mooiste geschenk dat er bestaat: vrijheid.

**spelregel 17 > waar ik op focus groeit**

We hebben de vrijheid om onze aandacht op wat dan ook te richten. We kunnen ons bijvoorbeeld concentreren op wat wij 'problemen' noemen en ze zullen groeien. We kunnen ook iedere situatie in ons leven als een buitenkansje zien. Iedere situatie geeft ons de kans om de macht te grijpen die we in onze overtuigingen hebben vastgezet. Als we onze aandacht richten op het gevoel, zonder er overtuigingen en andere gedachten aan te verbinden, dan groeit de overvloed. Overvloed is een heerlijk vredig gevoel en puur plezier. Pure rijkdom.

**spelregel 18 > laten zien wie we echt zijn**

Ieder van ons heeft een of meer talenten die we graag naar buiten brengen. Als we volledig en vrij uitdrukken wie we echt zijn, voelen we ons heerlijk en totaal gesteund. Beslissend voor het succes van onze talenten, is de mate waarin we van onszelf kunnen houden. Hoe meer liefde we voor onszelf voelen, hoe meer we toestaan creatieve energie door ons heen te laten stromen. Vrij en volledig uitdrukken wie we echt zijn, leidt tot het ervaren van onze perfectie, waardoor die perfectie toeneemt.

**spelregel 19 > oorzaak en gevolg (2)**

Middel en doel zijn hetzelfde. De actie en het resultaat ervan zijn een. Als we vrede willen bereiken, voel dan die vrede van binnen en we laten hem automatisch zien. Om een heerlijk leven te leiden dat perfect werkt, hoeven we alleen maar de perfectie in alles en iedereen te zien en te voelen, inclusief onszelf. Een beetje oefenen doet wonderen. Om de natuurlijke overvloed van het universum te ervaren, hoeven we alleen maar dankbaarheid te tonen voor alle overvloed om ons heen.

**spelregel 20 > harmonie in relaties**

Iedere relatie in ons leven weerspiegelt de relatie die we met onszelf hebben. Iedere persoon die we aantrekken, is er alleen maar om ons onvoorwaardelijk te steunen in het grijpen van de macht. We grijpen de macht door ons hart te openen. Als we echt van onszelf houden en de macht en perfectie voelen van wat we echt zijn, dan trekken we automatisch liefdevolle, harmonische relaties met anderen aan.

**spelregel 21 > het universum regelt de details**

We hebben geleerd om ons hoofd erbij te houden als het om de details van ons leven gaat. Maar als ons rationele brein actief is, sluit dat vanzelf onze oneindige intelligentie af. Het is juist onze intelligentie die in staat is om alle details zo te regelen dat wijzelf en alle anderen onmetelijk gesteund worden. Hoe meer we leren ons rationele denken te laten voor wat het is en het los te laten om ons steeds meer over te geven aan onze intuïtie (onze directe verbinding met onze oneindige intelligentie) hoe sneller we ontdekken dat alle gebeurtenissen in ons leven makkelijk en spontaan ontvouwen

**1 Handleiding voor de Fanclub bijeenkomst**

Het belangrijkste doel van iedere fanclub is om onze zender weer volop in gebruik te

durven nemen. Alles waar we aandacht naar stralen groeit. Aandacht is puur energie.

Het hele universum bestaat alleen maar uit energie, waarin wij alles creëren, inclusief

onszelf. Het is een steunende energie, waar we in onze taal maar één woord voor

kennen: **Liefde.**

Er bestaat alleen maar liefde. Alles en iedereen is liefde in actie. Als we iets of iemand

aandacht geven sturen we die creatieve kracht. Hoe meer we die kracht uitstralen hoe

sterker het effect. In de fanclub passen we dat bewust toe door de handpalmen naar de

ander te richten en te zeggen:

"............... voornaam ..............Wij houden van jou, precies zoals je bent en we steunen

je helemaal in al je kracht en grootsheid en overvloed aan mogelijkheden!"

De woorden die je gebruikt zijn minder belangrijk dan de van harte gevoelde intensiteit

achter de woorden. Daar gaat het om. Daar kom je voor. Gebruik er in de fanclub je

ogen, hart, buik, organen, handen, alles wat je hebt voor. Vooral uit je handpalmen komt

veel straling. Als je je voorstelt dat die kracht er uitspuit neemt de straling alleen maar

toe. Hoe meer je dat oefent, hoe meer je kracht groeit en hoe sterker de ander het voelt.

Oefen het ook stilletjes buiten de fanclub om. Vanuit je auto, in de rij voor de kassa, op

de fiets, tijdens de visite, in bed. Er is niets aan je te zien terwijl je uit alle macht straalt,

behalve misschien een kalme glimlach, maar iedere cel in het universum voelt het en

een wereld gaat voor je open.

Straal nu maar even...... Dat voelt heerlijk, toch?

Contract

Ik beloof mezelf om volop te genieten

Van harmonie, overvloed en

Steun aan alles en iedereen.

Ik onderteken dit contract om mijzelf

En alle anderen

Helemaal lief te hebben

Precies zoals we zijn.

Vol vertrouwen in de spelregels

Van het universum

Leef ik op dit moment in totale eenheid met wat ik werkelijk ben:

Universele Intelligentie.

......................... ..........................

naam datum

**2 Waarom een fanclub zo belangrijk is.**

De diepste basisbehoefte van iedere mens is om onvoorwaardelijk aardig gevonden te

worden en iedereen aardig te vinden. Het is een natuurlijke neiging om elkaar

wederzijds te steunen. We willen het liefst beminnen en bemind worden.

We zijn echter al eeuwen bang gemaakt voor elkaar. Vanaf onze geboorte hebben we

geleerd ons hoofd te gebruiken in plaats van de intelligentie van ons gevoel, intuïtie,

inspiratie, voorstellingsvermogen en onze dromen. We denken nu dat we moeten

concurreren, ons afsluiten en in schaarste te geloven. Ons hele lichaam lijdt daaronder.

Niet alleen wij, maar onze hele maatschappij gaat gebukt onder spanning, pijn en een

groeiend gevoel van machteloosheid.

Ook jij bent er nu klaar voor (en velen met jou) om opnieuw in contact te komen met dat

wat we werkelijk zijn. Daarom lees je nu deze handleiding. In werkelijkheid zijn we

namelijk een machtig wezen en voelt het heerlijk om ook anderen te assisteren bij het

terugvinden van de bron van onze macht. Er bestaat namelijk geen krachtiger mens

dan iemand die zich geliefd en gesteund voelt. Of niet soms?

Eigenlijk ben je een ster. Voor een ster is een fanclub van levensbelang.

Misschien lijkt het overdreven om jezelf tot ster uit te roepen, maar alles went, zelfs een

heerlijk gevoel. We hebben thuis leren lopen, praten, denken en alles wat we nu menen

te zijn. Dat ging niet een, twee, drie. Omringd door toegewijde fans kunnen wij nu

eindelijk wennen aan eigenschappen die voortreffelijk voelen. Het is nooit te laat voor

een gelukkige jeugd. Een eigen fanclub verschaft ons een veilige en koesterende

omgeving waarin we leren om weer onvoorwaardelijke liefde en steun aan elkaar te

geven en te ontvangen. Dat kan niet in theorie, of via een boek. Alleen door wekelijks

samen te oefenen leer je je macht te grijpen. Met zijn tweeën kun je al beginnen. Als je

durft vol te houden blijft er geen steen op de andere.

Het fanclubspel is gebaseerd op simpele spelregels die je in deze handleiding zult

vinden. Deze spelregels zul je herkennen als universele principes die in ieders leven

gelden. Leer ze van buiten. Als we volgens die spelregels leven, hebben we een

perfecte gids voor het pure genot dat liefde, vertrouwen, overgave, gulheid, vrede,

speelsheid, harmonie, humor, overvloed, creativiteit en openheid ons schenken. Kortom

onze natuurlijke staat. Je zult dan merken dat het hele universum jouw toegewijde fan

is.

**3 Richtlijnen**

1.

Wees duidelijk over de bedoeling van de fanclub! De fanclub is opgericht door

wederzijdse fans. Een echte fan is totaal toegewijd. Het voelt heerlijk om een fanclub te

hebben die jou als ster behandelt. Het fanclubspel werkt echter alleen maar, als jij op

jouw beurt een toegewijde fan van alle anderen bent. Door jouw fans helemaal te

steunen, steun je uiteindelijk jezelf. De wekelijkse bijeenkomsten zijn er alleen maar om

dat te oefenen. Het neemt de nodige ervaring om elkaar diepgaand te durven

accepteren en een fanclub is een veilige omgeving om die broodnodige ervaring op te

doen. Het is de enige mogelijkheid om de spelregels beter te begrijpen en het

vertrouwen in jezelf, in elkaar en in de kracht van onze Eenheid steeds verder te laten

groeien. Dat voelt heerlijk.

2.

De enige reden waarom je naar jouw fanclub komt is om zelf te kunnen oefenen om aan

dat heerlijke gevoel te wennen. Om een echte fan van je fans te zijn. Opdat je ze

helemaal kunt accepteren, maak je nu de afspraak om tijdens de bijeenkomst geen

discussies aan te gaan of adviezen te geven. Onthoudt dat we onze fans het beste

helpen om hun macht in eigen hand te nemen, door hen zelf te laten omgaan met hun

eigen unieke uitdagingen en hun eigen oplossingen te laten ontdekken. Je kunt de

ander niet 'redden'.

3.

Spreek een tijd af waarop je begint en hoe lang de bijeenkomst duurt (gewoonlijk

anderhalf tot hooguit twee uur) en houd je daaraan. Begin op tijd.

4.

Je komt alleen maar voor jezelf naar je fanclub. Je bent totaal vrij om weg te blijven of

nooit meer te komen. Je fans laten je toch nooit in de steek. Daarvoor zijn ze juist jouw

fans. Ze vinden het natuurlijk fijn als je komt. Er wordt echter niet op je gewacht. De

bijeenkomst begint dus precies op tijd en er wordt naar gestreefd om binnen anderhalf

uur klaar te zijn. Als je later binnenkomt, schuif je gewoon aan.

5.

Wissel elkaar af als er thee of koffie geserveerd wordt. Help de gastvrouw/heer, breng

eens wat mee, vraag of je wat kunt doen.

6.

In dit boekje vind je het programma van de wekelijkse bijeenkomst. Het is van groot

belang om je daaraan te houden totdat alle fans helemaal vertrouwd zijn met de

oefeningen. Daarna kun je wijzigingen aanbrengen als de fanclub het daar mee eens is.

7.

Zorg dat met persoonlijke zaken, die tijdens de bijeenkomst aan de orde komen,

vertrouwelijk wordt omgegaan.

8.

Als zich nieuwe fans aanmelden is het van belang dat ze tenminste de cassettes

beluisterd hebben, het 'Handboek Spiegelogie' hebben gelezen of het

instructieweekend hebben meegemaakt. Als dat niet zo snel mogelijk is, maak dan

duidelijke afspraken over regels t.a.v. nieuwe deelnemers en gasten en neem de tijd om

hen van tevoren in te lichten over de gang van zaken binnen de fanclub. Het is namelijk

4

belangrijk dat de bijeenkomst niet langer dan anderhalf, máximaal twee uur duurt. Het is

daarom ook aan te raden om de fanclub niet te groot te maken. Zes fans is ideaal. Als

de groep te groot begint te worden, splits hem dan op. Je kunt hem ook voor bepaalde

onderdelen splitsen, als je toch bij elkaar wilt blijven.

9.

Als je eenmaal de smaak te pakken krijgt, begin je te merken dat de hele wereld jouw

fanclub begint te worden. Hoe meer vrede je met jezelf weet te sluiten, hoe meer de

wereld vrede met jou sluit. Door die heerlijke ervaring ga je er nog gemotiveerder

tegenaan. Tegelijkertijd kunnen er oude weggestopte gevoelens opkomen, die je

meestal op anderen projecteert, waar je niet zo makkelijk vrede mee denkt te kunnen

sluiten. Op zo'n moment heb je de spelregels en je fans extra hard nodig. Daarom

herinner je elkaar voortdurend op een vriendelijke, liefdevolle manier aan de spelregels

en deze richtlijnen.

Het kan dus voorkomen dat bepaalde deelnemers je beginnen te irriteren, dat een hele

club je de strot begint uit te komen, dat je nooit meer iets met ze te maken wilt hebben.

Op zo'n moment komen er diepe lagen naar boven, die je tot nu toe verwoed hebt

proberen te vermijden. Een buitenkansje waar de hele fanclub je bij gesteund heeft.

Zolang je hen die steun kwalijk neemt, laat je jezelf vallen. De fanclub is er alleen maar

om juist die adembenemende lagen naar boven te brengen zodat jij er eindelijk vrede

mee kunt sluiten. Als je dat lukt, komt er een verbazingwekkende energie vrij en een

gevoel van diepe vreugde. Het leven zelf.

**4 Uitgangspunten**

1.

Wij zijn hier om als toegewijde fans onszelf en elkaar door dik en dun te steunen

precies zoals we nu zijn.

2.

Daarom kiezen we ervoor om geen discussie te beginnen en elkaar niet te adviseren.

3.

Begin op de afgesproken tijd. Wie later komt schuift gewoon aan.

4.

Bepaal de eindtijd voor de bijeenkomst en houd je daaraan. Gewoonlijk na anderhalf

uur.

5.

Iedereen is totaal vrij om weg te blijven of nooit meer te komen. Je fans laten je toch

nooit in de steek.

6.

5

Gedraag je ook in de praktijk als echte fans van elkaar, neem eens wat lekkers mee of

doe de afwas.

7.

Hou je aan dit boekje tot iedereen helemaal vertrouwd is met de oefeningen. Breng

alleen wijzigingen aan als de fanclub het daar mee eens is.

8.

Wees discreet en zorg voor veiligheid. Breng geen persoonlijke zaken van jezelf of

anderen naar buiten.

9.

Nieuwe fans: lees het handboek Spiegelogie voor de eerste fanclubbijeenkomst, doe

het instruktieweekend of beluister daar de tapes van. Bel ook vooraf de contactpersoon

om meer te weten te komen over de gang van zaken.

10.

Doe vanaf het begin gewoon mee, vraag nog niet naar het waarom van bepaalde zaken

en begin geen discussie.

11.

Als na verloop van tijd de motivatie toeneemt, bestellingen afgeleverd zijn en de ruimte

in jezelf wordt gebruikt voor oude weggestopte emoties, die je misschien in medefans

gespiegeld ziet, hou je dan extra goed aan het programma en de richtlijnen.

12.

Als je overmand wordt door gevoelens van irritatie over alles en iedereen, voel je dan

dankbaar voor de diepe gevoelslagen die er nu uitkomen en zichzelf opruimen doordat

jij er eindelijk vrede mee kunt sluiten. Gebruik daar ook de krachtcentrale en

vergevingsoefening voor. Er komt dan een verbazingwekkende energie vrij en een

gevoel van diepe vreugde. Het leven zelf.

**5 Volledig programma fanclub bijeenkomst**

**1. Kies een leider voor de bijeenkomst of laat er spontaan één naar voren komen.**

***Harmoniseren***

Harmoniseer de energie in de groep.

Hou elkaars handen vast, sluit je ogen, haal diep adem, kom tot rust, vestig je aandacht

op je gevoelens los van je gedachten.

**De leider leest tijdens het harmoniseren het aanzoek voor:**

**Het Aanzoek**

Wij danken het universum voor de universele steun die wij mogen ontvangen, want

iedereen is in bewustzijn met ons verbonden en iedereen is deel van onze oneindige

intelligentie, van God, om ons te helpen ontwaken, om ons te helpen ons hart te

openen, om ons te inspireren en kracht te geven om elkaar te steunen.

Zodat wij allen de waarheid over onszelf kunnen ervaren.

Wij openen ons voor steun in bewustzijn om op ieder moment met iedereen en alles in

het universum onze verbondenheid te voelen Zodat wij naar waarheid kunnen zeggen

en voelen: **WIJ ZIJN ÉÉN**

Glimlach, roep een goed gevoel in je op. Stel je voor dat je groter groeit, laat jezelf in je

verbeelding in lengte toenemen. Laat jezelf groeien tot aan het plafond. En nog groter.

Dwars door het plafond tot ver boven de huizen uit, nog groter, de huizen zijn nog maar

vlekjes... Sta dat ruimtegevoel maar toe, durf het te laten groeien en groeien. Terwijl de

energie door alle handen stroomt wek je een heerlijk gevoel op. Onderwijl groei je groter

en groter... zo groot als het totale universum.

**De leider leest nu de liefdesverklaring voor:**

**De Liefdesverklaring**

Ik voel, met onvoorwaardelijk vertrouwen, dat ik het hele Universum ben en alles wat ik

zie ben ik zelf. Ik voel vanuit mijn diepste wezen de kracht van het zijn wie ik ben.

Ik voel de bereidheid en ben klaar voor het uitoefenen van de macht van het zijn wie ik

ben. Ik voel de zachtheid van mijn eigen macht en ik weet absoluut zeker dat die macht

de macht van de vrede is. Ik ben zó overtuigd van mezelf en zó vol vertrouwen, dat ik

niets anders hoef uit te stralen dan oneindige en onvoorwaardelijke liefde.

Ik voel volledig de oneindige verscheidenheid van mijn zijn. Ik voel de warmte en de

vrede van het onvoorwaardelijk houden van mijn oneindige Zelf. Op dit diepe

gevoelsniveau geef ik me over aan de macht van mijzelf, in volledig vertrouwen op mijn

onvoorwaardelijke liefde en steun voor alles wat ik ben. Ik aanvaard alles wat ik zie als

de uitdrukking en gewaarwording van die macht.

***We blijven rustig zitten doorzinderen tot iedereen de ogen open heeft, daarna kijk***

***je elkaar liefdevol in de ogen en laat de handen los.***

**2. De Gevoelservaring**

Dit is het allerbelangrijkste onderdeel van de bijeenkomst. Hier kom je voor.

Hoe meer je jezelf toestaat om deze ervaring totaal en met volle inzet te durven ervaren

hoe meer profijt je van je fanclub zult hebben. Het is het tot stand brengen van een

directe verbinding met je krachtcentrale. De bron van je energie.

Hoe meer je de gevoelservaring durft toe te staan hoe duidelijker en helderder de

verbinding wordt. Onze krachtcentrale (onze Eenheid met alles en iedereen) is op geen

enkele andere manier te bereiken, zeker niet met het denken. Ieder begrip, iedere

gedachte verbreekt de verbinding. Wij zijn gevoelswezens. Via onze gevoel maken wij

contact met onze Eenheid, die de bron van onze kracht, onze creativiteit en onze

overvloed is. De gevoelservaring kan ons helpen weer in contact te komen met de

gevoelens die wij hebben leren onderdrukken.

Het is een van de meest eenvoudige en directe manieren om onze macht weer in eigen

hand te nemen. Het is de bedoeling deze oefening consequent dagelijks te blijven doen,

totdat het onze natuurlijke manier van reageren geworden is om onze gevoelens

volledig en vrijelijk te voelen.

**De leider leest heel rustig de navolgende instructies voor. Na iedere zin wordt**

**even gepauzeerd om iedereen de kans te geven extra diep te gaan.**

Sluit de ogen, haal diep adem, kom tot rust en richt alle aandacht op je lichaam.

*(Halve minuut stilte)*

Voel de vibratie in je lichaam. Ervaar je gevoel als puur energie.

*(minstens 30 tellen pauze)*

Nu je je ervaring op die trilling richt, kun je haar duidelijker en duidelijker voelen.

Je kunt nu de intensiteit van de vibratie door je hele lichaam ervaren.

*(30 seconden pauze)*

Wat je voelt is pure kracht.

*(pauze)*

Je staat in direct contact met je 'eigen' macht.

*(30 seconden pauze)*

Glimlach en voel liefde voor het gevoel.

*(halve minuut pauze)*

Voel liefde voor de kracht in het gevoel.

*(30 tellen pauze)*

Blijf glimlachen en voel liefde voor jezelf terwijl je die energie in je lichaam, die liefde en

die kracht voelt.

Neem daar rustig de tijd voor.

*(minimaal een halve minuut pauze)*

**De leider leest ''t goede gevoel' voor.**

Goed gevoel

Ik voel me kalm en vredig.

Dat ik kan doen wat ik het liefste doe, geeft me energie.

Ik heb zin in alles wat er gebeurt en alle liefde die ik zal geven en ontvangen.

Alles is perfect in het universum en alleen perfecte dingen gebeuren met mij.

Ik ben in direct contact met mijn oneindige zelf, die me via mijn intuïtie perfect zal

leiden.

Ik ben vol vreugde.

Glimlach en voel liefde voor jezelf terwijl je die vreugde uitstraalt.

**Als het voldoende voor je is, mag je je ogen weer openen**

**Pauzeer tot iedereen zijn ogen geopend heeft.**

De gevoelservaring is een probaat oplosmiddel voor de meeste onbehaaglijke

gevoelens en de daaraan verbonden gedachten en overtuigingen. Als iemand echter

met zeer intense gevoelens zit kan de kracht van de gevoelservaring nog versterkt

worden. De hele fanclub richt dan een zo sterk mogelijke aandacht op die persoon, die

de ogen sluit, terwijl de leider rustig de bovenstaande instructies voorleest. In dat geval

eindigt de oefening met steun van de overige groepsleden. Straal uit volle macht en zeg

zodra de ogen open gaan:

"....(voor- en achternaam).... je bent glorieus! We houden van jou, precies zoals je bent

en we steunen jou helemaal in al je kracht en grootsheid"

Mocht deze intense gevoelservaring nog niet afdoende zijn, dan kan 'de krachtcentrale'

gedaan worden..

**3. De Krachtcentrale**

Dit is een zeer krachtige oefening voor het geval je met een schier onoverkomelijk

onbehagen rondloopt. Als niemand de behoefte voelt om die te doen gaan we door met

'het steunen van de individuele doelen'

De leider leest rustig de onderstaande elf stappen voor en jij geeft er eventueel een

antwoord op. Er wordt geen nadere uitleg of commentaar gegeven. Alle anderen richten

hun complete liefdevolle aandacht op jou, zonder zich met de antwoorden of de situatie

te identificeren. Dat maakt het voor iedereen een zeer krachtige oefening.

Zodra je als toehoorder merkt dat je je toch met de eventuele antwoorden identificeert,

accepteer je dat blijmoedig en ga je snel weer terug naar alleen pure warme aandacht

die je als een krachtige zender uitstraalt. Geen commentaar of discussie, ook niet na

afloop van de bijeenkomst. Het is essentieel voor alle anderen om met totale inzet

energie uit te stralen. Degene op wie die energie gericht wordt kan dat dikwijls voelen,

maar ook als het niet gevoeld wordt, reageert iedere cel van het lichaam op die kracht.

Als de ontvanger moeite heeft met één van de stappen, wordt door de leider

voorgesteld om alleen op dat gevoel te blijven concentreren, zich er helemaal voor open

te stellen, terwijl alle anderen nog eens extra liefde stralen. De ontvanger kan de

krachtcentrale afbreken om op een later tijdstip eventueel door te gaan.

1. Beschrijf de situatie met zo weinig mogelijk woorden.

2. Sluit je ogen en concentreer je op je gevoel …...(geef wat tijd)

Kun je het gevoel voelen?

Kun je de energie, de vibratie voelen? (geef wat tijd)

3. Ben je bereid het gevoel te accepteren en het precies zo te laten als het is?

4. Ben je bereid steun te ontvangen voor het voelen van liefde voor jouw gevoel?

(Iedereen richt de handen op degene die de oefening doet, straal uit volle macht)

Kun je de steun voelen binnenkomen? (geef wat tijd)

5. Ben je bereid te aanvaarden dat deze situatie een bedoeling heeft, ook al begrijp je

op dit moment niet wat het doel ervan is?

Kun je jouw interpretatie van deze situatie als 'goed' of 'slecht' laten varen?

6. Kun je, in het geval dat er één of meer andere personen bij de situatie betrokken zijn,

accepteren dat jij hen hebt aangetrokken om jou te steunen de macht weer in eigen

hand te nemen?

7. Neem de tijd om deze situatie eens helemaal van de andere kant te zien. Open je

voor een hele andere interpretatie.

10

8. Kun je de perfectie zien en voelen van alles wat er in deze situatie gebeurt, precies

zoals het is?

9. Voel de essentie die je werkelijk bent... Verbindt deze liefdevolle essentie met de

essentie van alle anderen die bij deze situatie betrokken zijn.

10. Open je hart en laat dit gevoel van liefde groeien.....en groeien. Laat deze overvloed

aan liefde de situatie omhelzen en iedereen die erbij betrokken is. Ook jezelf.

(geeft wat tijd)

11. Voel liefde voor jezelf terwijl je al die liefde voelt en alle kracht die in deze liefde ligt

besloten... Voel deze kracht als je eigen macht. (geef wat tijd)

12. Als je hiermee klaar bent kun je je ogen openen.

Iedereen richt de geopende handpalmen op degene die de elf stappen gedaan heeft,

straalt uit volle macht en zegt:

"....(voornaam).... “ We houden van jou, precies zoals je bent en we steunen jou

helemaal in al je kracht en grootsheid en overvloed aan mogelijkheden!"

Als je wilt kun je eventuele inzichten die je gekregen hebt met ons delen.

**Ga nu zonder commentaar of discussie, ook niet na afloop van de bijeenkomst,**

**door naar het steunen van de individuele doelen.**

**4. Het steunen van de individuele doelen**

Alles waar je je aandacht op richt wordt realiteit. Je wensen materialiseren echter nog

sneller als je in jouw fanclub kenbaar maakt wat je precies met je leven aan wil en daar

vervolgens van alle anderen steun voor krijgt. Die steun is uitermate effectief voor het

realiseren van zo'n wens. Soms gebruiken mensen de fanclubs om steun te vragen

voor materiële zaken als een huis, een baan, succes, geld, een auto en andere zaken

die eerder het resultaat dan de oorzaak van een heerlijk leven zijn. Spullen en

successen zijn meestal geen enkele garantie voor een bevredigend leven.

Het is daarom aan te raden om onze aandachtenergie meteen te richten op het gevoel.

Hoe wil ik me voelen? Hoe ruimer en geïnspireerder ons individuele doel, hoe meer

gesteund en krachtiger wij ons voelen bij het tot uitdrukking brengen van ons volledig

potentieel.

Door zelf te beslissen wat de bedoeling van je leven is, zet je de belangrijkste stap die

je maar zetten kunt. Dit zal je hele verdere leven gaan bepalen.

Wees dus niet bescheiden of voorzichtig. Om ons individuele doel te definiëren

verbinden we ons op gevoelsniveau met onze unieke rol in de Eenheid die wij werkelijk

zijn. Je voelt het met je hele lichaam als je je doel te weten komt. Als het niet meteen

lukt, begin dan met een doel dat het lekkerst voelt, stel het regelmatig bij en blijf net zo

lang oefenen tot je je helemaal geïnspireerd voelt.

Enige voorbeelden van individuele doelen:

- Ik straal vreugde en medeleven uit.

- Ik dank God voor het openen van mijn hart.

- Ik leef mijn volle potentieel.

- Ik voel en vertrouw op de kracht die ik ben.

Sommige deelnemers hebben tijdens de fanclubbijeenkomst misschien een doel op

papier, anderen kiezen ervoor hun doel spontaan te laten opkomen op het moment zelf.

Wat je ook verkiest, het is belangrijk te beseffen dat ons doel het meeste oplevert als

we er dagelijks even contact mee maken, als het eenvoudig is, gericht en niet te veel.

Ga niet ongeduldig op resultaten zitten wachten. Het universum luistert echt, vertrouw

daarop.

Doe er verder niets aan.

Forceren, dwingen, eisen, en er op rekenen werken averechts. Het kan je in wezen niet

schelen.

Ons individuele doel zal ons blijven inspireren als we het van tijd tot tijd herzien.

**Als daar behoefte aan is, kan de volgende oefening gedaan worden om een doel**

**in je op te laten komen.**

Maak je nu heel stil van binnen.

*(pauze)*

Voel je gevoel, voel dat het puur energie is.

Wacht geduldig op het antwoord op de volgende vraag:

'Wat is de bedoeling van mijn leven?'

*(pauze)*

Wees niet bescheiden.

Durf groots te zijn bij het ontvangen van antwoord op de vraag:

'Wat is de opzet, de strekking van mijn leven?'

*(pauze)*

Verwacht met geduld een eenvoudig en krachtig antwoord op de vraag:

'Wat is mijn bedoeling', ofwel 'wat kies ik?'

Je hoeft er geen gedicht van te maken met bijzondere woorden...

*(een hele minuut pauze)*

De anderen bevestigen is net zo belangrijk en waardevol als het ontvangen van liefde

en steun. De woorden die je gebruikt zijn minder belangrijk dan de van harte gevoelde

intensiteit achter de woorden. Daar gaat het om. Daar kom je voor. Gebruik er je ogen,

hart, buik, organen, handen, alles wat je hebt voor. Als je je voorstelt dat die kracht er

uitspuit neemt de straling alleen maar toe. Hoe meer je dat oefent, hoe meer je kracht

groeit en hoe sterker de ander het voelt.

**Spreek om de beurt je bedoeling uit:**

Voel en verlustig je vervolgens alsof het al zover is, terwijl alle anderen vanuit de

handpalmen, ogen, buik, hart etcetera stralen en zeggen:

*"... naam ... ! We houden van jou, precies zoals je bent en we steunen jou om helemaal*

*geïnspireerd te zijn door jouw bestellingen"*

**5. Het Groepsdoel**

Om een fanclub zo effectief mogelijk voor jou te maken, is het van groot belang om

allereerst voor jezelf te bepalen wat je met je fanclub wil. Wat is je bedoeling? Als je

weet wat je uit de fanclub halen wil, kan je dat aan de anderen kenbaar maken. Met

één woord of eigenschap die voor jou een bijzondere inspiratie heeft:

Liefde, vreugde, vrede, verbondenheid, harmonie, vertrouwen, plezier, Eenheid, etc.

Om de beurt zegt iedereen zijn of haar woord.

Het is ook mogelijk om keer vanuit deze voor jou inspirerende woorden of

eigenschappen met zijn allen tot één enkele formulering van het groepsdoel te komen.

Dat dient natuurlijk wel een formulering zijn waar iedereen zich in kan vinden. Neem de

tijd om tot overeenstemming te komen. (Dit kan ook meerdere bijeenkomsten in beslag

nemen).

**De leider leest het groepsdoel voor. In plaats van een gemeenschappelijk**

**'groepsdoel' kan iedereen individueel zijn of haar eigen 'groepsbedoeling' of**

**'groepsintentie' uitspreken.**

Na het uitspreken van het groepsdoel zegt iedereen tegelijk:

***"Groep! Wij houden van jou precies zoals je bent en we steunen jou helemaal in***

***al je kracht en grootsheid en overvloed aan mogelijkheden!"***

Enkele voorbeelden van effectieve groepsdoelen:

- Deze fanclub is een bron van vreugde, vertrouwen en onderlinge steun.

- Vol plezier komen we bij elkaar om vrede, blijdschap en harmonie te delen en te uiten.

- In deze fanclub ervaren we liefde en laten we deze energie toenemen.

- Vol vreugde vertrouwen wij op de macht van onze Eenheid.

Zorg ervoor dat het groepsdoel van tijd tot tijd herzien wordt, zodat het alle deelnemers

blijft inspireren.

**6 De Spelregels**

Eén of twee mensen noemen een van de 21 nummers en de leider (of die persoon zelf) leest die spelregel voor.

**spelregel 1 > energie**

De fundamentele bouwstof van het universum is energie. Energie komt zowel in zichtbare als onzichtbare vorm voor. Alles wat we zien en voelen is een uitdrukking van energie. Energie steunt ons onvoorwaardelijk. Een ander woord voor onvoorwaardelijke steun is 'liefde'. Alles wat we zien en voelen is dus een uitdrukking van liefde. Als we ons verzetten tegen het stromen van energie of liefde, voelt dat oncomfortabel. Als we ons juist naar die stroom richten zijn we opgewekt en tevreden.

**spelregel 2 > intelligentie**

De energie van het universum is intelligent. Het is een intelligentie die oneindig, eeuwig en doelbewust is. Deze oneindige intelligentie wordt dikwijls `God' of 'Liefde' genoemd. Het is de bron van alle creatieve expressie en de essentiële kracht van het universum. Dat wat wij zijn. De manier waarop wij onze intelligentie (of God) zien, is precies de manier waarop we ons leven ervaren. Als we onze intelligentie buiten onszelf projecteren als opperwezen, zijn we machteloos. Als we weten dat onze intelligentie (God) ons voortdurend en onder alle omstandigheden onvoorwaardelijk en liefdevol steunt, dan ervaren we iedereen en alles in onze wereld als totaal veilig, liefdevol en overvloedig.

**spelregel 3 > eenheid**

Aangezien alles in essentie liefde is in de meest ware zin van het woord, ZIJN WIJ EEN!! Wanneer wij onze verbondenheid met onze Eenheid voelen, voelen wij de kracht van wie we werkelijk zijn. Onze Eenheid (liefde) is ondeelbaar. Je kunt iemand (of iets) niet meer liefhebben dan een ander. Wanneer we onze liefde voor iemand terugtrekken, trekken we hem van iedereen terug, ook van onszelf. Deze spelregel wordt je pas duidelijk als je je hart helemaal opent en onze verbondenheid begint te voelen.

**spelregel 4 > perfectie**

Onze Eenheid (of God) is volmaakt en brengt deze volmaaktheid op oneindig veel manieren tot uitdrukking. Wij menselijke wezens zijn volmaakt gemaakt en functioneren perfect, precies zoals we zijn. Wanneer iets of iemand niet helemaal perfect lijkt te zijn, weten we dat we zelf gekozen hebben het gevoel van Eenheid te verbreken. We voelen ons weer verbonden als we ons hart openen. Als ons hart wagenwijd openstaat zien en voelen we de perfectie van alles.

**spelregel 5 > oorzaak en gevolg (1)**

In tegenstelling tot wat ons geleerd is, zijn wij niet het gevolg van de omstandigheden in ons leven. Wij creëren alle omstandigheden zelf. Sterker nog, we creëren ze doelbewust. We creëren op twee niveaus. Op het ene niveau veroorzaakt jouw Intelligentie een perfect leven. Als we er tenminste totaal op vertrouwen dat die Intelligentie ons zal steunen en leiden. Dat is onze macht. Op een ander niveau gebeurt dat door ons aangeleerde denken. Onze ervaringen worden veroorzaakt door wat we geloven.

**spelregel 6 > vrije wil**

Iedereen heeft de vrijheid om voortdurend zelf te kiezen. We kunnen alleen maar voor onszelf kiezen, niet voor anderen. Als we toch toestaan dat anderen voor ons kiezen, hebben we het vertrouwen in onszelf opgezegd. We denken dan dat we zelf niet in staat zijn om te kiezen. Als je ook maar iemand voor jou laat kiezen, is dat jouw keuze. Als we bewust kiezen om ons te laten leiden door onze Intelligentie dan ontvouwt ons leven zich op een prachtige manier vanzelf. Jij hebt dus de keuze. Als je ouders of wie dan ook de schuld geeft van jouw lot, dan is dat jouw eigen keuze. Ook al probeer je jezelf wijs te maken dat je machteloos bent en er zelf niets aan kunt doen, dan heb jij de macht om dat zelf te kiezen. Je kunt ook een ander scenario kiezen. Als je dat nooit geleerd hebt en zoiets onwennig aanvoelt, dan is het hoog tijd om met een paar trouwe fans te gaan oefenen en het op je gemak tot een vast patroon in je leven te maken.

**spelregel 7 > geloof en illusies**

Wat we (bewust of onbewust) geloven bepaalt wat we in ons leven ervaren. Als je te weten wilt komen wat je allemaal gelooft, kijk dan goed naar het soort leven wat je nu leidt. Alles wat we geloven zijn illusies. Niets wat je gelooft is echt. Als we oefenen om heel rustig onze gedachten te laten en ons meer te richten op wat echt is, onze Eenheid, laten we al die illusies achter ons en beginnen we de inherente perfectie van het universum te ervaren.

**spelregel 8 > intuïtie, gevoelens en macht**

Onze oneindige intelligentie communiceert via onze intuïtie. Als we onze aandacht meer en meer op ons gevoel beginnen te richten, komen we in contact met die intuïtie. Als het een gewoonte begint te worden om ons gevoel te ervaren, zonder er meteen gedachten aan te verbinden, zijn we meer en meer in staat om de macht te gebruiken die in die gevoelens huist. De echte macht van het universum is totaal vredig. Het is de macht van de liefde die we (als we ook maar een beetje oefenen) helemaal beginnen te voelen. Dat voelt heerlijk vrij.

**spelregel 9 > wederzijdse steun**

Het universum is een steunsysteem. Ieder onderdeel staat in nauw contact met ieder ander onderdeel en heeft er ook invloed op. Iedere persoon en omstandigheid in ons leven steunt ons, door duidelijk de huidige staat van ons bewustzijn te weerspiegelen. We hebben geleerd dat we door concurrentie, vijandigheid en uitgekookte trucs moeten zien te overleven. We hebben echter altijd de keuze om een fanclub bij elkaar brengen, waarin we ons veilig en prettig voelen. Een groep die ons voedt en harmonisch aanvoelt. Als we kiezen om wekelijks te oefenen in het elkaar onvoorwaardelijk steunen, stelt het ons in staat om steeds meer van onszelf te houden en onze macht te gebruiken.

**spelregel 10 > spiegelogie**

Alles wat we zien en voelen is een weerspiegeling van de staat van ons eigen bewustzijn. Iedere persoon die we in ons leven tegenkomen (aantrekken) laat ons een bepaald aspect zien van wie we eigenlijk zijn. Ieder gevoel dat iemand anders ons laat zien, weerspiegelt een gevoel dat diep in ons huist. Deze weerspiegeling is een echt geschenk, want het stelt ons in staat om bewust te zijn van onze overtuigingen. We hebben dan de keuze om de macht te grijpen die we aan die overtuigingen gegeven hebben.

**spelregel 11 > acceptatie en vergeving**

We hebben allemaal geleerd om vrijwel alles wat we meemaken op zijn waarde te schatten en te beoordelen. Daar zijn onze opvoeders jarenlang voor in touw geweest. Toch bestaat er niet zoiets als 'juist' of 'verkeerd', 'goed' of 'kwaad'. Er gebeuren dingen. Dat is alles. Als we er over oordelen, gaan we die dingen precies zo zien. We zien dan alleen nog maar ons oordeel en blijven dat voor de rest van ons leven zien, tot we het oordeel weer loslaten. Als we iets of iemand beoordelen als niet perfect, blokkeren we onze mogelijkheid om te reageren op de essentie van die persoon of dat ding. Die blokkade veroorzaakt een oncomfortabel gevoel, dat we alleen maar kunnen opheffen door eerst ons hart te openen voor het oordeel en daarna voor degene of dat wat we beoordeelden. Vergeven is niets anders dan jouw bereidheid om de geblokkeerde energie, die vastzit in je oordelen, weer vrij te laten. Als we ons hart openen kan vergeving uitgroeien tot onvoorwaardelijke liefde.

**spelregel 12 > de bedoeling**

Alles en iedereen in het universum heeft een bedoeling. Niets of niemand is er zomaar. Als wij ons bewust worden van de bedoeling van het leven dat we leiden, voelen we ons er steeds meer bijhoren en beginnen we de diepere bedoeling te ontdekken. We worden ons bewust van de bedoeling, door ons hart te openen en onze Eenheid te voelen. Als we de inspiratie van onze bedoeling helemaal toelaten, zal ons leven zich op een geïnspireerde en bevredigende manier ontvouwen.

**spelregel 13 > gemak en ongemak**

Ons lichaam is een perfect organisme dat ons voortdurend op de hoogte brengt in hoeverre we verbonden zijn met de energiestroom (die we eigenlijk zijn). Als we ons ongemakkelijk voelen, is dat een signaal dat we ons verzetten tegen die energiestroom (liefde). Hoe ongemakkelijker we ons voelen, hoe meer we weten dat we ons verzetten tegen het geven en ontvangen van liefde. Zodra we ons niet op ons gemak voelen, of het nou lichamelijk, emotioneel of mentaal is, steunen we onszelf het beste door de aandacht op het gevoel te richten. Voel je gevoelens helemaal. Verbindt er geen gedachten aan. Omhels je gevoelens en geef ze liefde. Hou van jezelf terwijl je je gevoelens omhelst. Als we de liefde durven toestaan, zodat ze vrij kan stromen, merken we dat ons lichaam ook vrij kan stromen en voelen we ons helemaal op ons gemak. Heerlijk!

**spelregel 14 > overvloed en dankbaarheid**

Overvloed is de natuurlijke staat van het universum. Het is de vrij stromende energie, die letterlijk overal in onuitputtelijke voorraad aanwezig is en gratis beschikbaar is voor iedereen die zich opent om het te ontvangen. Als wij geen totale overvloed in ons leven ervaren, weten we dat we ons met hand en tand verzetten tegen de natuurlijke stroom van overvloed. We openen ons voor overvloed, door dankbaarheid te voelen voor alles wat we al hebben.

**spelregel 15 > geven en ontvangen**

Geven en ontvangen zijn altijd met elkaar in evenwicht. Het is heel belangrijk om zowel dankbaar te ontvangen als vrijwillig en gul te geven (zonder enige verwachtingen). Hoe meer we bereid zijn om de energie in en uit ons leven te laten stromen, hoe meer die energie zal toenemen. Uiteindelijk kunnen we dus alleen maar aan onszelf geven, omdat er geen enkel verschil is tussen jou en mij en we allemaal EEN zijn.

**spelregel 16 > onthechting en vrijheid**

Het idee dat we behoefte hebben om ons aan iets of iemand vast te klampen, laat duidelijk ons geloof in 'schaarste' zien. Ons vastklampen aan mensen of bezittingen blokkeert de energiestroom met die mensen of bezittingen en vermindert het plezier dat we er aan beleven. Het belet zelfs dat nieuwe mensen of nieuwe dingen in ons leven kunnen komen. Als we ons hart openen en het vertrouwen in de natuurlijke overvloed van het universum laten groeien, geven we onszelf en alle anderen het mooiste geschenk dat er bestaat: vrijheid.

**spelregel 17 > waar ik op focus groeit**

We hebben de vrijheid om onze aandacht op wat dan ook te richten. We kunnen ons bijvoorbeeld concentreren op wat wij 'problemen' noemen en ze zullen groeien. We kunnen ook iedere situatie in ons leven als een buitenkansje zien. Iedere situatie geeft ons de kans om de macht te grijpen die we in onze overtuigingen hebben vastgezet. Als we onze aandacht richten op het gevoel, zonder er overtuigingen en andere gedachten aan te verbinden, dan groeit de overvloed. Overvloed is een heerlijk vredig gevoel en puur plezier. Pure rijkdom.

**spelregel 18 > laten zien wie we echt zijn**

Ieder van ons heeft een of meer talenten die we graag naar buiten brengen. Als we volledig en vrij uitdrukken wie we echt zijn, voelen we ons heerlijk en totaal gesteund. Beslissend voor het succes van onze talenten, is de mate waarin we van onszelf kunnen houden. Hoe meer liefde we voor onszelf voelen, hoe meer we toestaan creatieve energie door ons heen te laten stromen. Vrij en volledig uitdrukken wie we echt zijn, leidt tot het ervaren van onze perfectie, waardoor die perfectie toeneemt.

**spelregel 19 > oorzaak en gevolg (2)**

Middel en doel zijn hetzelfde. De actie en het resultaat ervan zijn een. Als we vrede willen bereiken, voel dan die vrede van binnen en we laten hem automatisch zien. Om een heerlijk leven te leiden dat perfect werkt, hoeven we alleen maar de perfectie in alles en iedereen te zien en te voelen, inclusief onszelf. Een beetje oefenen doet wonderen. Om de natuurlijke overvloed van het universum te ervaren, hoeven we alleen maar dankbaarheid te tonen voor alle overvloed om ons heen.

**spelregel 20 > harmonie in relaties**

Iedere relatie in ons leven weerspiegelt de relatie die we met onszelf hebben. Iedere persoon die we aantrekken, is er alleen maar om ons onvoorwaardelijk te steunen in het grijpen van de macht. We grijpen de macht door ons hart te openen. Als we echt van onszelf houden en de macht en perfectie voelen van wat we echt zijn, dan trekken we automatisch liefdevolle, harmonische relaties met anderen aan.

**spelregel 21 > het universum regelt de details**

We hebben geleerd om ons hoofd erbij te houden als het om de details van ons leven gaat. Maar als ons rationele brein actief is, sluit dat vanzelf onze oneindige intelligentie af. Het is juist onze intelligentie die in staat is om alle details zo te regelen dat wijzelf en alle anderen onmetelijk gesteund worden. Hoe meer we leren ons rationele denken te laten voor wat het is en het los te laten om ons steeds meer over te geven aan onze intuïtie (onze directe verbinding met onze oneindige intelligentie) hoe sneller we ontdekken dat alle gebeurtenissen in ons leven makkelijk en spontaan ontvouwen

**7. Behaalde successen**

Vertel over behaalde successen bij het toepassen van de spelregels of na het

ontvangen van steun in bewustzijn.

***Reageer met:, “…. Naam…. Wij vieren jouw succes….Yeah!***

**8. Dankbaarheid**

Neem enkele ogenblikken de tijd om dankbaarheid te voelen:

Sluit de ogen...

Glimlach...

Wek een diep gevoel van dankbaarheid op...

**De leider leest na een minuut stille aandacht de volgende tekst voor:**

Wij voelen onze dankbaarheid voor alles wat we zijn, voor de rijkdom in ons leven, voor

de overvloed aan mogelijkheden en voor de liefde die ons geschonken wordt. We laten

die dankbaarheid groeien en groeien.

Stilte tot iedereen de ogen weer geopend heeft.

**9. Vergeven**

Is er iemand die met een steen in z'n maag zit vanwege een ongelofelijk NAAR

PERSOON dat je het bloed onder de nagels vandaan haalt? Waar je de boze rillingen

van krijgt als je alleen al aan deze persoon denkt?

Dan is dit dè gelegenheid om de oefening in vergeving te doen.

(Zo niet, dan ga je door met het eruit flappen van complimenten).

Wat zou je kunnen wensen dat vergiffenis niet kan geven? Wens je vrede? Vergiffenis

geeft 't je. Wens je geluk, een rustig gemoed, een zeker doel en een besef van waarde

en schoonheid dat alles te boven gaat? Wens je zorg en veiligheid en de warmte van

altijd zekere bescherming? Wens je een stilte die niet verstoord kan worden, een

tederheid die nooit kan worden gekwetst, een altijd aanwezige bemoediging en een rust

zo groot dat die onverstoorbaar is? Dit alles schenkt vergiffenis je.

Jij die vrede wenst kan dat alleen vinden door volledig te vergeven.

In volledige vergiffenis, waarin je inziet dat er niets te vergeven is, wordt alles je

vergeven. De echte wereld is eenvoudigweg te bereiken door de oude volledig te

vergeven. Vergeef het verleden en laat het gaan, want het IS gegaan. Sla je ogen op en

kijk elkaar in onschuld aan. Onschuld geboren uit volledige vergeving van elkaars

illusies. Voor hen die je niet vergeeft ben je bang. En niemand kan liefde ontvangen met

angst bij zich. Vergiffenis gaat altijd uit van degene die het schenkt. Vergiffenis

verwijdert de muur tussen jou en je broeder. Het is het verlangen samen te zijn met hem

en niet apart. Vergiffenis is het antwoord op elke soort aanval. Zo wordt de aanval zijn

effect ontnomen en haat wordt beantwoord in naam van de liefde.

Aan degene die jij vergeeft wordt de macht gegeven om jou je illusies te vergeven.

Doordat je vrijheid schonk valt dat je toe. Zoals je geeft zul je ontvangen. Geven en

ontvangen zijn gelijk. Illusies over jezelf en de wereld zijn dezelfde. Vergiffenis is de

sleutel tot geluk. Hier is het antwoord op je zoeken naar vrede. Hier is de sleutel tot

zinvolheid in een wereld die zinloos lijkt. Hier is de weg naar veiligheid in de gevaren die

je telkens en overal schijnen te bedreigen, en die al je hoop doen wankelen om ooit

vrede en rust te vinden. Hier zijn alle vragen beantwoord; hier het eind van alle

onzekerheid gegarandeerd.

Als we ook maar iemand veroordelen, blijven we daar de rest van ons leven last van

houden. Een onplezierig gevoel in ons lichaam, waar we de ander de schuld van geven.

Daardoor geven we al onze macht weg. Pas als die ander zich gedraagt, denken wij

ons weer beter te kunnen voelen. Wij zijn dan aan die ander overgeleverd. Pas als we

ons oefenen om die ander te vergeven, ontdekken we dat we alleen maar ons eigen

gevoel veroordeelden. De energie in dat gevoel komt daardoor vrij. Het mooiste

geschenk dan we onszelf kunnen geven. Onze macht van de pure liefde.

**De leider leest de vergeving voor. Als je niet meedoet is dit weer een goeie**

**gelegenheid om uitbundig te steunen en te stralen!**

1.

Sluit je ogen, haal diep adem en richt alle aandacht op je lichaam.

Glimlach en voel de vibratie.

Ervaar je gevoel als pure energie.

2.

Hou van je ZELF, glimlach terwijl je die energie omhelst.

Ga ermee door tot je je vredig voelt en jezelf helemaal ziet zitten.

3.

Haal nu de persoon voor de geest, waar je zo'n heftig oordeel over hebt.

Iemand die een sterke trilling in je in beweging brengt.

4.

Vraag je ZELF om assistentie bij het helemaal voelen van die enorme energie.

Gevoelens die vastgekoppeld zaten aan je oordeel over die persoon.

Ga diep in die gevoelens, voel het opnieuw als pure, neutrale energie.

Alleen het gevoel, meer niet.

5.

Vraag je innerlijke ZELF om hulp bij het voelen van liefde voor deze krachtige

gevoelens. Open je hart en omhels je gevoel, precies zoals het nu is.

6.

Voel nu diepe liefde voor je ZELF.

7.

Vraag je ZELF om bijstand, zodat je die persoon helemaal kunt vergeven.

Open je hart nog verder en voel het vergeven in elke cel van je lichaam.

8.

Laat dat krachtige gevoel groeien en groeien totdat het pure liefde is geworden.

Haal nu die persoon weer voor de geest en omhels hem of haar met die diepgevoelde

hartelijke liefde.

9.

Voel je EEN met alles en iedereen.

Die éénheid ben je zelf.

Dat is wat je werkelijk bent.

**10. Het PR Spel**

Dit prachtige spel kent verschillende versies. Het kan alleen maar goed gespeeld

worden als geen enkele speler zich er op voorbereidt maar met volle aandacht

meespeelt. 'Aandacht' is een ander woord voor energie. Alles wat jij aandacht geeft,

staat bloot aan jouw aandachtstraling. Je bent dus een krachtige zender en hoe meer

aandachtenergie je iemand durft te zenden, hoe sterker de ander (en jij) dat voelt.

*EERSTE VERSIE*

Alle spelers richten hun aandacht op één persoon. Om de beurt kijkt elke speler

deze persoon recht aan en zegt:

***...naam... 'De prettige eigenschappen die ik in jou zie en die jij naar mij***

***terugspiegelt zijn.....' en maakt de zin af door er iets aardigs uit te flappen.***

Zoals bijvoorbeeld: vriendelijkheid, uitbundigheid, wijsheid, plezier. De spontaniteit is

van essentieel belang. Iedere voorbereiding, ieder plan, iedere poging om goed voor de

dag te komen of de juiste woorden te zeggen neutraliseert het effect. Als speler

concentreer je je uitsluitend op het zenden van warme aandacht, zonder er een

gedachte aan te verbinden. Zodra je aan de beurt bent, flap je er ondoordacht het

eerste het beste woord uit dat in je opkomt. Je kunt nooit een scheve schaats rijden,

want je bent omringd door toegewijde fans die jou door dik en dun blijven steunen. Na

ieder compliment zegt de ontvanger alleen 'dank je wel' of knikt even, maar geeft verder

geen enkel commentaar. Nadat iedereen aan de beurt geweest is, speelt de volgende

voor ontvanger en gaat het spel verder tot iedereen de gelegenheid heeft gehad om van

alle spelers complimenten te ontvangen.

Let op dat elke ontvanger even de tijd krijgt om deze liefdevolle woorden in zich op te

nemen en het effect van de straling te voelen, alvorens verder te gaan naar de

volgende persoon.

(In plaats van de naam van de persoon die je toespreekt kun je als variatie ook JE

EIGEN NAAM noemen.)

*TWEEDE VERSIE*

Omdat het belangrijk is dat de bijeenkomst niet langer dan anderhalf uur duurt, gebeurt

het soms dat er te weinig tijd overblijft voor dit populaire spel. In dat geval worden er

geen uitgebreide complimenten uitgeflapt, maar zegt iedere speler slechts één

waarderend woord.

Als zelfs dat te lang duurt, kan iedere speler alleen de persoon links van zich

waarderen, waarbij men de kring rechtsom langs gaat.

*DERDE VERSIE*

Deze derde versie is zeer krachtig en effectief, maar vereist wat moed. De spelers

worden opgesplitst in kringen van vier. De speler die het eerst aan de beurt is slaat de

armen om zich heen. Een soort zelfomhelzing met volle aandacht.

Met je ogen dicht worden de volgende woorden uitgesproken:

***"... (eigen voornaam) ... ! Ik hou van jou, precies zoals je bent en ik steun***

***jou helemaal in al je kracht, grootsheid en overvloed aan mogelijkheden!"***

Als je je aandachtenergie voldoende voelt, doe je je ogen weer open.

Vervolgens ga je naar de fan naast je, kijk elkaar in de ogen, stuur alle warme aandacht

die je maar durft op te brengen en omhels elkaar. Spreek weer dezelfde woorden uit en

gebruik nog steeds je eigen naam. Als de energie echt gevoeld wordt, laat je elkaar los

en ga je naar de volgende. Als je ze alle drie omhelsd hebt, komt de volgende aan de

beurt die ook weer alleen maar de eigen naam gebruikt, etc.

Het is van groot belang om deze drie versies regelmatig af te wisselen.

**11. De blikopener**

**De leider leest de volgende zin voor:**

Als ik tot drie tel barsten we allemaal spontaan in lachen uit!

Eén-Twee-Drie-Lach......

**12. Steun in Bewustzijn**

De fanclub is een ideale plaats om steun in bewustzijn te vragen. Je krijgt dan van

iedereen steun en de resultaten zijn frappant.

De wereld 'om ons heen', kortom alles wat wij zien en ervaren is een weerspiegeling

van ons eigen bewustzijn. Via ons bewustzijn kunnen we dus creëren wat we willen.

Wanneer je in de fanclub een duidelijk verzoek uitspreekt om steun in bewustzijn en je

staat er helemaal achter, dan gebeuren er dikwijls wonderen. Neem een concrete

situatie in gedachten en kies daarbij je vraag om steun in bewustzijn. In aardig wat

fanclubs wordt deze mogelijkheid gebruikt om steun te vragen voor examens,

sollicitaties, reizen, etc. etc.

Ook hier geldt echter: Hoe universeler het verzoek, hoe meer steun er beschikbaar is.

Hier volgen enige voorbeelden:

... Ik dank god dat ik mijn gevoelens volledig voel.

... Ik voel liefde voor al mijn gevoelens.

... Ik ben in direct contact met mijn oneindige zelf, die me via mijn intuïtie perfect zal

leiden.

... Ik voel liefde voor mijzelf, precies zoals ik ben.

... God, dank je dat ik mijn unieke talenten volledig en vrij tot uitdrukking breng.

... De energie stroomt in overvloed door mij heen en ik geef en ontvang met gulheid.

Via het publiekelijk uitspreken van onze bedoeling beginnen we te merken dat ze nog

sneller worden verhoord naarmate wij het resultaat vollediger vertrouwen en iedere

andere uitkomst met evenveel plezier wensen te accepteren.

Spreek om de beurt je verzoek om steun in bewustzijn uit:

Mijn naam is....(voor- en achternaam)... en ik... (spreek je bedoeling uit.)

Waarna alle anderen vanuit de handpalmen zoveel mogelijk warme aandacht stralen en

zeggen:

***"... naam ... ! We houden van jou, precies zoals je bent en we steunen je helemaal***

***in al je kracht, grootsheid en overvloed aan mogelijkheden!"***

**13. Afsluiten**

Neem elkaar bij de hand, vorm een kring, sluit je ogen, glimlach en voel hoe de energie

van de groep toeneemt omdat we allemaal onze aandacht uitstralen.

Iedereen kan in stilte of hardop namen noemen van mensen die ze deze krachtige

energie willen sturen...

Ruimte voor mededelingen, bepaal de datum voor de volgende bijeenkomst.

Ik raad je aan om te besluiten de energie van de bijeenkomst zo belangrijk mogelijk

voor jezelf te maken.

Ga lekker naar huis en neem dat heerlijke gevoel van het contact met de eenheid die je

bent met je mee.