

HANDLEIDING



voor het
fanclubspel

Contract

Ik beloof mezelf om te genieten
van harmonie, overvloed en
steun aan alles en iedereen.
Ik onderteken dit contract om mijzelf
en alle anderen
onvoorwaardelijk lief te hebben
precies zoals we zijn.
Vol vertrouwen in de spelregels
van het universum
leef ik op dit moment in totale
eenheid met dat wat ik werkelijk ben.
Universele Intelligentie.

.....
naam

.....
datum

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, voorstellings- vermogen en onze dromen. We moeten nu concurreren, ons afsluiten en in schaarste te 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. 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.

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 onvoorwaardelijk 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 onvoorwaardelijk 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 vindt 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 te voren in te lichten over de gang van zaken binnen de fanclub. Het is namelijk belangrijk dat de bijeenkomst niet langer dan anderhalf 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 fanclubje 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.

p r o g r a m m a

1. KIES EEN LEIDER voor de bijeenkomst of laat er spontaan één naar voren komen

2. HARMONISEER de energie in de groep.

Hou elkaars handen vast, sluit je ogen, haal diep adem, kom tot rust, concentreer je aandacht op je gevoelens los van je gedachten.

3. De leider leest tijdens het harmoniseren de LIEFDESVERKLARING voor. (Zie pagina 7)

Glimlach, stel je voor dat je groter en groter groeit. Tot aan het plafond, boven de huizen uit, steeds groter....

De leider leest nu de ZELFVERHEERLIJKING voor. (Zie pagina 7)

Open de ogen, kijk elkaar diep in de ogen en laat de handen los

4. De GEVOELSERVARING (Zie pagina 8).

Als er behoefte aan bestaat kan daarna ook de KRACHTCENTRALE gedaan worden. (Zie pagina 10)

5. Het steunen van de INDIVIDUELE DOELEN.

... naam ... we houden van jou, precies zoals je bent en we steunen je onvoorwaardelijk in al je kracht en grootsheid.

(Zie pagina 11)

6. De leider leest het GROEPSDOEL voor. In plaats van een gemeenschappelijk 'groepsdoel' kan iedereen individueel zijn of haar eigen 'groepsbedoeling' of 'groepsintentie' uitspreken. (Zie pagina 8)

7. Lees één of twee SPELREGELS voor.
(Zie pagina's 12 t/m 18)

8. Vertel over BEHAALDE SUCCESSEN bij het toepassen van de spelregels of na het ontvangen van steun in bewustzijn

Gez.de naam noemen van de persoon b.v Martin, Wij vieren jou succes, yeahh

9. Neem enkele ogenblikken de tijd om dankbaarheid te voelen.

Ogen dicht, glimlach, wek aandacht op voor het gevoel van dankbaarheid

De leider leest na korte stille aandacht de volgende tekst voor:

Wij voelen onze dankbaarheid voor de overvloed van liefde die ons geschonken wordt en laten die dankbaarheid groeien en groeien.

10. oefening in pr

De prettige eigenschappen die ik in jou zie en die jij naar mij terugspiegelt zijn...

Kies een van de drie variaties. (Zie pagina 19)

11. de blikopener

De leider leest de volgende zin voor:

Als ik tot drie tel barsten we allemaal spontaan in lachen uit!
Een-Twee-Drie-Lach.

12. verzoek om steun in bewustzijn

... naam ... we houden van jou, precies zoals je bent en we steunen jou onvoorwaardelijk in al je kracht en grootsheid.
(Zie pagina 20)

12. 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..

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

(De volgorde van dit programma kan uiteraard per fanclub aangepast worden, als dat voor iedereen beter voelt.)

Aanzoek

Wij vragen de steun van iedereen in het Universum. want iedereen is in bewustzijn met ons verbonden, en deel van onze oneindige intelligentie, 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 opdat wij allen de waarheid over onszelf kunnen ervaren. Wij vragen om steun in bewustzijn om op ieder moment met iedereen en alles in het universum onze verbondenheid te voelen opdat wij naar waarheid kunnen zeggen en voelen
(allen) WIJ ZIJN EEN

3. 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 mijn macht de macht van de vrede is.
- _ Ik ben zc overtuigd van mezelf en zc vol vertrouwen, dat ik niets anders hoeft 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.

Zelfverheerlijking

- _ Ik ben totaal in harmonie met de perfectie van het universum
- _ Ik vertrouw absoluut dat deze harmonische perfectie in mij, door mij en als mij werkt, precies zoals ik nu ben.
- _ Ik weet vanuit mijn diepste wezen, dat deze harmonische perfectie de enige werkende kracht in het universum is.
- _ Ik vertrouw fundamenteel dat deze harmonische perfectie ieder moment mijn menselijke ervaring steunt.
- _ Ik ervaar onvoorwaardelijk de harmonische perfectie van het universum en uit die in elke activiteit van mijn leven.
- _ Ik verheerlijk mezelf in de overvloed die de harmonische perfectie van het universum mij rijkelijk schenkt.
- _ Opgewekt maak ik mezelf groter in deze uitspatting van onvoorwaardelijke liefde en steun die mij, alles en iedereen in het universum voortdurend en onophoudelijk omgeeft.

4. 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 de eerste 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). Na het uitspreken van het groepsdoel zegt iedereen tegelijk:

Groep, wij houden van jou precies zoals je bent en we steunen jou onvoorwaardelijk in al je kracht en grootsheid

Enkele voorbeelden van effectieve groepsdoelen:

- Vol plezier komen we bij elkaar om vrede, blijdschap en harmonie te delen en te uiten.
- Ons doel is liefde te voelen en deze energie te laten 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.

5: 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.
(pauze)

1. Voel het gevoel, los van elke gedachte die je erover hebt.

(minstens 30 tellen pauze)

Voel de energie, de kracht in het gevoel.

(30 seconden pauze)

2. Glimlach en voel liefde voor het gevoel.

(halve minuut pauze)

Voel liefde voor de kracht in het gevoel.

(30 tellen pauze)

3. Blijf glimlachen en voel liefde voor jezelf terwijl je die liefde en die kracht voelt.

(pauze tot iedereen zijn ogen weer 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. Mocht dat nog niet afdoende zijn, dan is het tijd voor de krachtcentrale.

Krachtcentrale

Dit is een zeer krachtige oefening voor het geval je met een schier onoverkome-lijk onbehagen rondloopt. 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.

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 kracht in het gevoel 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?
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?
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 anders te zien . Bedenk eens een hele andere interpretatie.
8. Kun je de perfectie zien en voelen van alles wat er in deze situatie gebeurt, precies zoals het is?
9. Kijk voorbij de uiterlijke omstandigheden van de situatie en voel de liefde in jezelf en in alle anderen die bij deze situatie betrokken zijn.

10. Open je hart en laat dit gevoel van liefde groeien.....
(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)

Iedereen richt de geopende handpalmen op degene die de elf stappen gedaan heeft, straalt uit volle macht en zegt:

.....(naam)..... we houden van jou, precies zoals je bent en we steunen jou onvoorwaardelijk in al je kracht en grootsheid!

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 door een duidelijk teken om op een later tijdstip eventueel door te gaan.

6. Steunen van 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. Veel mensen gebruiken 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 aandacht-energie meteen te richten op het gevoel. Hoe wil ik me voelen? Om ons individuele doel te definiëren verbinden we ons op gevoelsniveau met onze unieke rol in de Eenheid die wij werkelijk zijn. Hoe ruimer en geïnspireerder ons individuele doel, hoe meer gesteund en krachtiger wij ons voelen bij het tot uitdrukking brengen van ons volledig potentieel.

Enige voorbeelden van individuele doelen:

- Ik straal vreugde en medeleven uit
- Mijn doel is te leven met een open hart
- 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 contact mee maken, als het eenvoudig is, gericht en niet te veel. Geen waslijst van wensen. Ons individuele doel zal ons blijven inspireren als we het van tijd tot tijd herzien.

Iedereen spreekt om de beurt zijn doel (bedoeling) uit, waarna alle anderen vanuit de handpalmen stralen en zeggen:

... naam ... we houden van jou, precies zoals je bent en we steunen jou onvoorwaardelijk in al je kracht en grootsheid.

7. Spelregels

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 méér 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

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 spiegelologie

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 mogelijk-

heid 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 onvouwen.

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 één 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

Middel en doel zijn hetzelfde. De actie en het resultaat ervan zijn één.

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 zó 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.

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 aandacht-straling. Je bent dus een krachtige zender en hoe meer aandacht-energie 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:

'De prettige eigenschappen die ik in jou zie en die jij naar mij terugspiegelt zijn.....'

en maakt de zin af met enkele aardige eigenschappen die spontaan opkomen. 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.

Opmerking: 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.

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 waarderen 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 zelf-omhelzing met volle aandacht. Met je ogen dicht worden de volgende woorden uitgesproken:

... (eigen naam) ... ik hou van jou, precies zoals je bent en ik steun jou onvoorwaardelijk in al je kracht en grootsheid.

Als je je aandacht-energie 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 omhelst 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. Vragen om 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. 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 vraag om steun in bewustzijn...
- ... om mijn gevoelens volledig te voelen.

- ... om liefde te voelen voor al mijn gevoelens.

- ... om liefde te voelen voor mijzelf, precies zoals ik ben.

- ... om mijn unieke talenten volledig en vrij tot uitdrukking te brengen.

- ... om gul steun te geven en te ontvangen.

Via het publiekelijk uitspreken van onze wensen 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.

Na het uitspreken van de wens richten allen de handpalmen op de wenser, sturen zoveel mogelijk warme aandacht en zeggen:

... naam ... we houden van jou, precies zoals je bent en we steunen jouw doel onvoorwaardelijk in al zijn kracht en grootsheid.

Mini fanclub van vijf minuten

Een fanclub is de enige mogelijkheid om op een effectieve manier gewend te raken aan het dagelijks gebruiken van onze immense energie, die in staat is om een leven te creëren zoals wij dat graag willen. Vooral de gevoelservaring is daarbij onmisbaar. Hoe meer we daar aan wennen, hoe rijker we worden. Daarom houden steeds meer paren, gezinnen en vrienden een dagelijkse mini-fanclub.

Elke ochtend kom je een paar minuten bij elkaar om verzoeken tot steun te doen en er veel warme aandacht voor te ontvangen. Steun kan gegeven worden door de handpalmen op de ander te richten of elkaar intiem te omhelzen en daarbij met totale inzet en volledige aandacht te zeggen;

...naam... ik hou van jou precies zoals je bent en ik steun jou onvoorwaardelijk in al je kracht en grootsheid.

Ook de gevoelservaring wordt dan gedaan. Een van jullie zegt de woorden van pagina 11, steeds voldoende tijd nemend om ook zelf diep in het gevoel te kunnen gaan.

Als er jonge kinderen aanwezig zijn, kunnen de woorden aangepast en vereenvoudigd worden om ze begrijpelijker te maken.

’s Avonds kom je weer kort bij elkaar om te vertellen hoe de dag verlopen is met het oog op de steunverzoeken. Ook de gevoelservaring wordt dan dikwijls weer gedaan. Nu spreekt de ander de woorden van pagina 11 uit, steeds voldoende tijd nemend om ook zelf diep in het gevoel te kunnen gaan.

SPIEGELOGIE

We hebben een fanclub nodig omdat we zonder toegewijde fans geen ster kunnen zijn. Iedere ster dient te stralen en te schitteren voor de fans. Je kunt alleen maar een ster zijn als je van jezelf houdt. Het bestaat niet dat je een bloedhekel aan jezelf hebt, maar anderen bemint. We kunnen een ander nooit méér liefheb-

ben dan onszelf. Daarom is het van het grootste belang om steeds meer van jezelf te gaan houden. De meest waardevolle bijdrage die we in deze wereld kunnen leveren, is steeds meer van onszelf te houden en die liefde voor onszelf steeds weer te verdiepen. Zodra we ook maar één fan laten vallen, laten we onszelf vallen. Onze fanclub is dus onmisbaar. Je hebt elkaar hard nodig om van jezelf te leren houden. Zelfs een dagelijkse mini-bijeenkomst is zeer krachtig. In je eentje maak je geen deuk, of je moet voor de spiegel gaan staan. Het spiegelbeeld wordt dan jouw toegewijde fan die precies de staat van jouw bewustzijn weerspiegelt.

Ga voor een spiegel staan of zitten. Kijk naar jezelf totdat je liefde voor jezelf voelt. In het begin vallen je waarschijnlijk dingen op die je niet prettig vindt. Het zijn uiterlijke kenmerken en andere aspecten van jezelf die jij niet ziet zitten. Blijf echter kijken, want dit is een buitenkansje om je eindelijk bewust te worden van alles wat je van jezelf veroordeelt. Probeer echter toch iets kleins te ontdekken wat je aardig kunt vinden aan jezelf. Zelfs het kleinste detail heeft al een groots effect. Ga jezelf niet zitten pijnigen. Je hoeft geen uren voor de spiegel door te brengen. Een paar minuten per dag is al voldoende. Zelfs een paar seconden zijn al wonderbaarlijk, als je tenminste met aandacht en liefde durft te kijken.

Dit is een oefening in volharding. Maar blijf hem doen. Je zult merken dat iedere keer dat je bereid bent jezelf (precies zoals je bent) onder ogen te zien, je vermogen om jezelf te accepteren toeneemt. Je hart gaat steeds een beetje meer open en je komt steeds meer in contact met dat wat je werkelijk bent: Een krachtcentrale. Probeer jezelf mooi te vinden, glimlach naar die persoon in de spiegel. Als jij in staat bent om jezelf echt mooi te gaan vinden, zul je tot je grote verbazing merken dat je van alle kanten complimenten begint te krijgen dat je er zo goed uitziet. Als je uiteindelijk jezelf helemaal ziet zitten, zal de hele wereld als toegewijde fan aan je voeten liggen.

Fanclubs bestaan al meer dan twintig jaar in Noord-Amerika en West-Europa. Arnold M. Patent is er mee begonnen. Hij was vroeger advocaat en zakenman in New York. Hij heeft de afgelopen 25 jaar vol toewijding de spelregels bestudeerd en onderwezen. Hij heeft honderden workshops en lezingen geleid, verspreid over de Verenigde Staten, Canada, Engeland en Nederland. Willem de Ridder die als verhalenverteller over dezelfde spelregels sprak, heeft na overleg zijn fanclubs in Nederland, België en Duitsland geïntroduceerd. Er zijn nu honderden fanclubs in die landen, ook in het bedrijfsleven. Willem heeft een handboek voor fanclubs geschreven dat HANDBOEK SPIEGEL-OGIE heet en door Uitgeverij DE ZAAK is uitgegeven. ISBN 90 72455 45 2

Willem geeft ook een instructie-weekend voor een diepere ervaring van deze principes. Zo'n weekend is ook op een zestal cassettes te beluisteren. Meer gegevens over het fanclubspel via www.fanclubs.nu op het internet. Bel voor meer informatie John of Tanja (050 - 5770485)

Arnold Patent is de schrijver van drie boeken, die allemaal een uitbreiding vormen van de ideeën die in deze handleiding gepresenteerd worden. Deze boeken zijn:

Money and Beyond (1993)
You Can Have It All (1991)
Death, Taxes and Other Illusions (1989)

Naast deze boeken zijn er ook sets van geluidsbanden verkrijgbaar van de weekends en workshops die door Arnold Patent werden geleid, alsmede tapes waarop hij specifieke onderwerpen bespreekt.

Voor het bestellen van exemplaren van 'The Mutual Support Group Handbook', boeken en tapes, om een lijst te ontvangen van beschikbaar materiaal of informatie over workshops kunt u schrijven of bellen naar:

Celebration Publishing
Route 3, Box 365AA
Sylva, NC 28779
1 - 800 - 476 - 4785

Over het steunen
en het zenden van aandacht

Het belangrijkste doel van iedere fanclub is om onze zender weer volop in gebruik te durven nemen. Alles waar we aandacht aan geven 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 steunen we elkaar door de handpalmen naar de ander te richten en te zeggen:

... naam ... ik hou van jou, precies zoals je bent en ik steun jou onvoorwaardelijk in al je kracht en grootsheid.

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. 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 een kalme glimlach, maar iedere cel in het universum voelt het en een wereld gaat voor je open.

Vergeven

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 onverstoortbaar 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, word 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