

**Realiteit**

De Perceptie van de menselijke geest

**Realiteit**

**Management**

***Mijn ware Aard is LIEFDE***

**Vergeving**

Een hulpmiddel voor het veranderen van een realiteit in mijn geest

1. Mijn realiteit wordt gemaakt met gedachten uit mijn eigen geest. Als ik leer mijn gedachten te veranderen, zal mijn realiteit veranderen.
  - A. Mijn geest overtuigd mij ervan dat mijn trigger (schrijf de naam van de persoon, plaats, ding of situatie) \_\_\_\_\_ mijn (.\_.) gevoelens veroorzaakt!  
(Beschrijf wat er is gebeurd) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ **(HAAL ADEM)**
  - B. Dit activeert een gevoel van \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ (teken je emotie)
  - C. Mijn gedachte die dit gevoel veroorzaakt is \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  - D. Ik wil aanvallen of vermijden door \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. Aanvallen of vermijden helpt mij niet. Ik kies nu om verantwoordelijk te zijn ( ) **(HAAL ADEM)**
  3. Ik wil me beter voelen... Ik laat los – mijn emotie 1B ( ), – mijn gedachte 1C ( ), – mijn behoefte om aan te vallen of te vermijden 1D ( ), – mijn behoefte om gelijk te hebben ( ). **(HAAL ADEM)**
  4. Ik ben willend om te leven in Liefde ( ), Vreugde ( ), en door het proces van heling te gaan ( ).
  5. Ik kies ervoor om de staat van Liefde te herstellen in mijn geest ( ). Zelf-test – Een liefdevolle gedachte die ik kan hebben over 1A is, \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
mijzelf, \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  6. Wat ik waarlijk wil (van 1A) is (gebruik alleen positieve woorden) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  7. Ik ben niet van streek door deze persoon, plaats, ding of situatie maar door een realiteit in mijzelf. **Als ik verstoord ben, zit ik ernaast.** ( ) (teken nu je emotie)
  8. Ik voel me niet schuldig en ga niet beschuldigen. Ik neem verantwoordelijkheid voor al mijn realiteiten. Iedere realiteit in mijn geest kan veranderd worden.  
Ik kies nu om mijzelf te verbinden met **LIEFDE**, in plaats van mijn negatieve emotie ( ). **(HAAL ADEM)**
  9. A. Ik Vergeef – Annuleer – Laat los, mijn behoefte (6) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ B. Ik nodig uit... \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ Om mij te helpen met..., helen ( ), herstellen naar de staat van **LIEFDE** ( ), het behouden van **LIEFDE** als actieve aanwezigheid ( ), het zien en loslaten van mijn valse realiteit ( ). **(HAAL ADEM)**
  10. Nu, voel ik mij \_\_\_\_\_ en ik zie nu dat \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  11. Ik ben dankbaar en reik uit naar de **LIEFDE** in jou (1A) \_\_\_\_\_.
  12. Ik erken ons in de creatie van WAARHEID ( ), LIEFDE ( ), en \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ **( ) (HAAL ADEM)**