

PRAYERS EN AFFIRMATIES
DIE JE LEVEN VERBETEREN

I AM

Woorden met helende kracht

SUSAN SHUMSKY

Vertaald en bewerkt door Marjolijn Loderichs

*Voor allen die de illusie van deze wereld herkennen
en die verlangen naar de Waarheid die erachter ligt.
Voor al diegenen die lijden onder de zielsangst van de scheiding
en die verlangen naar de vreugde van de vereniging.*

*Kom nu en open jezelf
voor de Goddelijke Aanwezigheid binnenin jou.
Kom in het centrum van jouw hart.
Kom hier en vind troost.*

*Hier kalmeer je jouw Ziel.
Hier ben je thuis
en vind je de troost die je zoekt.
Hier is de schat voor diegenen
die het kroonjuweel van de vrede zoeken.
Hier word je weer geheeld.*

Inhoud

Voorwoord door Marjolijn Loderichs	9
Introductie door Susan Shumsky	13
Tips en inzichten	17
<i>Deel 1 – Verander jouw denken</i>	21
1. Het opbouwen van Innerlijke Kracht en zelfvertrouwen	23
2. Het helen van emoties en diepgewortelde overtuigingen	35
3. Het helen en vergeten van relaties	47
4. Verslavingen en afhankelijkheden oplossen	59
5. Het wegnemen van illusies en valse perceptie	75
6. Alles worden wat je kunt Zijn	87
<i>Deel 2 – De omgeving verlichten</i>	103
7. Het helen van het mentale veld	105
8. Het helen van entiteiten en energieslurpers	115
9. Het helen van slachtofferschap	129
10. Van jouw ruimte een heilige ruimte maken	143
<i>Deel 3 – Dromen waarmaken</i>	155
11. Leven in Volmaakte gezondheid	157
12. Liefde aantrekken	177
13. Welvaart aantrekken	193
14. Het leven tot een succes maken	207

15. Genieten van geluk	227
16. Het transformeren van de planeet	237
17. De hemel op aarde creëren	247
Dankwoord Susan Shumsky	257
Dankwoord Marjolijn Loderichs	258
Over de auteur	260
Historisch overzicht grondleggers scientific prayer	261
Aanbevolen literatuur	263
Overzicht van de prayers	265

Voorwoord door Marjolijn Loderichs

Zeven jaar geleden kreeg ik het boek *Instant Healing* van een vriendin cadeau en kon ik niet vermoeden hoe sterk dit boek mijn leven – en dat van vele anderen – zou veranderen. Hoewel ik al meer dan 15 jaar met zelfontwikkeling bezig was en allerlei methoden had uitprobeerde om me beter te voelen, had ik nog nooit gebeden (vanwege mijn atheïstische opvoeding en aversie tegen elke vorm van religie) of zelfs maar gehoord van ‘scientific prayers’. Maar op dit specifieke moment, waarop ik het gevoel had alles al geprobeerd te hebben en nog steeds dezelfde negatieve thematiek in mijn leven tegenkwam, was ik de wanhoop nabij en was ik bereid om alles uit te proberen. Ergens moest een knop zitten die ik alleen maar hoefde in te drukken om mezelf te resetten. Maar waar zat deze?

Vanaf het moment dat ik dit boek van Susan Shumsky in handen kreeg, begon ik met het toepassen ervan. Zonder bij bepaalde prayers precies te snappen wat er nou werkelijk werd gezegd en zonder rationeel te willen of hoeven begrijpen waarom dit zou werken. Ik deed het gewoon. Elke dag. Zonder uitzondering. En de snelheid waarmee de helende woorden van deze scientific prayers mijn perceptie en dus ook mijn leven veranderden, was bijna onvoorstelbaar. Alsof er inderdaad een resetknop werd ingedrukt met elke prayer die ik deed. De veranderingen lieten zich al snel zien: ik voelde me sterker, durfde meer en zat lekkerder in mijn vel. Ik werd minder vaak ziek, herstelde sneller, relaties verbeterden en ik werd succesvoller als ondernemer. Maar bovenal: ik voelde me gelukkiger omdat het depressieve gevoel dat ik al heel lang had niet de overhand meer had en steeds kleiner werd. En zo zijn er nog legio andere dingen die voor mij het bewijs zijn van de waarde van dit prachtige boek. Ik heb dit boek altijd bij me – ook nu, zeven jaar later – omdat het mijn eigen ‘Rescue Remedy’ is en het me altijd helpt als ik dat nodig heb.

Dit boek is voor iedereen die voelt dat er een ‘Hogere Waarheid’ is. Die voelt dat het *niet* normaal is om je niet goed te voelen en negatieve gedach-

ten te hebben, die er genoeg van heeft zich te laten leiden door het negatieve ego dat zijn wereld heeft gebouwd op chaos, pijn, lijden en tekorten. Het is voor iedereen die vindt dat het tijd is om het Ware Zelf de ruimte te geven te stralen. Zodat de essentie van het Ware Zelf zichzelf kan vormgeven in het denken, voelen en handelen. Nu. Zodat we allemaal kunnen ervaren dat onze ware natuur er een is van overvloed, gezondheid, onvoorwaardelijke Liefde, vergeving, vrijheid, Eenheid, verbinding, openheid, creativiteit, bekrachtiging, talent, zorgzaamheid, zelfzorg, vrolijkheid, vreugde en hoe dit zichzelf dan ook maar in constructieve zin wil uitdrukken. Ooit vertelde een spirituele leraar mij dat het woord ‘heilig’ direct gelinkt is aan ‘heel zijn’. Een heilige was vroeger iemand die zijn of haar heelheid (lees: Volmaaktheid) uitdrukte. En in die zin is dit een heilig boek. Dit is een boek waarin het vermogen besloten ligt om jezelf terug te brengen in het beseffen van je heelheid: Zelfrealisatie. In het besef dat dit er nú al is en in het voelen van de Waarheid daarvan. Dat daar geen voorwaarde aan verbonden is. En dat je – afhankelijk van de mate waarin je dit kan accepteren – die heelheid nu al kunt ervaren. Daarom kan de heling soms direct voelbaar zijn. En kan het werkelijk zo zijn dat je je van het ene op het andere moment compleet veranderd voelt. Waardoor je kunt ervaren dat het gevoel van heelheid niet afhangt van uiterlijke omstandigheden. Omdat het mijn diepste verlangen is om niet te wachten op de hemel maar om deze in het Hier en Nu te verwezenlijken, doe ik niets liever dan hierbij te helpen. We gebruiken dit boek in alle trainingen binnen de I AM Academy en zien wat het betekent in het leven van onze deelnemers. Dagelijks krijgen we berichten van mensen die de wonderlijke resultaten van het doen van de prayers met ons willen delen. Daarom wilde ik dit boek zo graag vertaald hebben en ben ik dankbaar voor de rol die ik hierin mocht spelen.

Tot slot: in het oorspronkelijke werk van dr. Shumsky wordt het woord ‘God’ veelvuldig gebruikt. In de vertaling hebben we ervoor gekozen om dit zoveel mogelijk te vervangen door ‘het Goddelijk Zelf’. Zoals dr. Shumsky zelf ook aanhaalt in haar eigen introductie verwijst ‘IK BEN’ of ‘I AM’ naar het Hogere Zelf in ons: de Goddelijke Tegenwoordigheid IN ons. Deze Aanwezigheid, die voor iedereen voelbaar is die erop afstemt, overstijgt persoonlijke concepten van God of het Goddelijke. En is daarom te gebruiken voor iedereen die vanuit de Hogere Waarheid wil leven. Wil je liever een ander woord gebruiken voor ‘I AM/IK BEN’ omdat je je hebt gewijd aan een bepaalde religie, voel je dan vrij om de woorden te vervangen zoals het passend

voor jou voelt. Voor diegenen die géén religie aanhangen, kan het helpen om die Aanwezigheid te bezien als ‘Volmaakte Levensenergie’, de Kracht die maakt dat je leeft.

Marjolijn Loderichs
I AM Academy

Introductie door Susan Shumsky

In een wereld van chaos en onzekerheid realiseren we ons steeds meer dat we niet langer kunnen vertrouwen op de door onszelf opgerichte, voorheen solide lijkende instituten. Banken vallen om, pensioenfondsen bieden geen zekerheid meer en er is een toenemende, ziekmakende angst voor de toekomst. Die angst vormt een ernstige bedreiging voor onze fysieke en mentale gezondheid. En terwijl onze levens en zekerheden zich steeds meer op een hellend vlak bevinden en de afgrond onder ons voelbaar wordt, lijkt er geen ontsnappen aan de waanzin die ons omringt.

Hoe kunnen we een pad vinden naar een groter levensgeluk? Is er een weg om deze neerwaartse spiraal van innerlijke chaos en frustratie om te keren? Dit boek biedt een oplossing. Het kan bij iedereen een acute transformatie bewerkstelligen. Door gebruikmaking van simpele prayers en affirmaties is het mogelijk om je innerlijke angst en chaos te vervangen door rust, tevredenheid en troost. Je kunt jezelf op die manier krachtiger maken en je zelfvertrouwen krijgt een enorme boost. Je heelt niet alleen je lichaam maar ook je mind, jouw eigen emoties én die van je omgeving. En je kunt in een staat van tevredenheid en zelfverzekerdheid komen die je nooit eerder hebt ervaren.

Dit boek is een laagdrempelige toegangspoort voor iedereen die de wens heeft om geestelijke heling direct en onmiddellijk te ervaren. De methodes die hier worden aangereikt zijn niet nieuw. De niet op een bepaalde geloofsleer gebaseerde, universele technieken die in dit boek staan beschreven, hebben hun Kracht de laatste 150 jaar al miljoenen malen bewezen door de levens van mensen die ze toepasten in een oogwenk ten goede te veranderen. Er zijn dus bewijzen te over dat ze werken. (Voor een historisch overzicht van de grondleggers van Scientific Prayer, zie het nawoord).

Door het transformeren, helen of behandelen van je denken, kun je de uitkomst veranderen van acties die je eerder door je oude manier van denken in gang hebt gezet. Door in je gedachten de condities te scheppen die

toestaan dat 'het Goddelijke' spirituele wetten kan inzetten, zal jouw transformatie plaatsvinden. Dan kun je met volledig vertrouwen accepteren dat je gedroomde doelen zullen worden bereikt. En op die manier kan dan de kracht van jouw intenties ingezet worden om je dromen te doen uitkomen.

Dit boek is een praktische handleiding voor iedereen die zijn denkwereld of de mentale atmosfeer die hem omringt nu, direct, wil veranderen. Een vorig boek van mij, *Miracle Prayer*, bevat een negenstappenplan waarmee je zelf scientific prayers kunt leren maken. In dat boek laat ik je zien hoe je de prayers die je hier vindt zelf kunt samenstellen. Maar met dit boek hoeft je helemaal niets te leren om baat te kunnen hebben bij deze verbazingwekkende prayertechnieken.

Hier vind je 243 helende affirmaties en prayerbehandelingen. Deze methodes zijn simpel en effectief en vergen geen enkele achtergrond of training. Je hoeft alleen maar de formules van jouw keuze hardop en met overtuiging voor te lezen, dan los te laten en toe te staan dat het wonder zich voltrekt. De prayermethodes in dit boek hebben hun kracht en invloed al bewezen in de levens van miljoenen mensen. Via dit boek kun je nu gaan ontdekken hoe de kracht van jouw – met intentie – gesproken woorden zal resulteren in miraculeuze resultaten.

Hoe gebruik je dit boek?

De prayers en affirmaties in dit boek hebben geen relatie tot enige specifieke religie. Ze zijn universeel en kunnen binnen elk geloof en elke levensovertuiging worden gebruikt. Voel je vrij om woorden in de prayers te veranderen zodat ze meer overeenkomen met jouw spirituele belevingswereld. Bijvoorbeeld: als je liever een Godin aanroept dan I AM of God, doe dat dan naar eigen gevoel. Als je de naam Hashem prefereert boven Christus, verander hem dan gewoon. Als je liever Krishna, Buddha of Allah aanroept, zal dat ook geen enkele afbreuk doen aan de Kracht van de prayers. Elke andere naam voor God/Godin is acceptabel in deze prayers.

De prayers en affirmaties dienen uitgesproken te worden op een krachtige, duidelijke manier, helder van toon. Hoe overtuigender de prayers worden uitgesproken, des te krachtiger ze werken. Als je op een plek of in een situatie bent waar het niet mogelijk is hardop te bidden, fluister de prayers dan naar jezelf. Je mag de behandelingen en affirmaties zo vaak herhalen als je wilt. Als je een groot probleem hebt of je wil dat een groot verlangen wordt vervuld, blijf de toepasselijke prayer dan gedurende de dag herhalen. Hou dat vol totdat je het resultaat krijgt dat je verlangt. Elke prayer helpt. Soms

gelijk nadat je hem hebt uitgesproken, of door het creëren van een acute heling die je dichter bij het vervullen van je verlangen brengt. Dus blijf volhouden en geef nooit, nooit, nooit op.

Als je de prayers wilt gebruiken voor familie, vrienden, cliënten, dieren of anderen, vervang dan de woorden 'ik' en 'mezelf' door de naam van de persoon of het dier waarvoor je de prayer doet.

Doe telkens als je een prayer of affirmatie uitspreekt uit dit boek alsof het je Hogere Zelf is dat via jou de prayers uitspreekt. Wat bedoel ik daarmee? Jouw Hogere Zelf heeft grenzeloze macht en Autoriteit. Het is de machtige 'IK BEN'-Aanwezigheid, jouw innerlijke Goddelijkheid. Het Goddelijke in jou. In India wordt deze innerlijke Goddelijkheid 'Atman' genoemd. Als je spreekt met de Autoriteit van het Goddelijk Zelf in jou voelen je woorden krachtiger en leiden ze eerder tot de manifestatie (belichaming) van je prayers. Daarom is het belangrijk om in gedachten connectie te maken met je innerlijke Goddelijkheid en je voor te stellen dat jouw Hogere, natuurlijke en Goddelijk Zelf de prayer uitspreekt. Als je de machtige woorden 'IK BEN' uitspreekt, spreek ze dan uit met een gevoel van 'Dit IS zo', met een gevoel van autoriteit. Weet dan dat jouw innerlijke Goddelijkheid aan het werk is, bezig om een direct resultaat te bewerkstelligen.

NB: Alle prayers en affirmaties in dit boek kunnen worden gebruikt om jezelf of anderen te helen. Spreek de prayers helder en duidelijk uit met overtuiging, vertrouwen en zekerheid. Wil je meer leren over deze prayers en hoe ze te gebruiken, lees dan *Miracle Prayer* en *Aura's lezen en beïnvloeden*. Of ga naar www.divinerevelation.org voor het bestellen van een cd, downloads, kaarten of helende prayers.

Tips en inzichten

Inmiddels werk ik al meer dan zeven jaar met de prayers die in dit boek staan, in mijn eigen leven en in de trainingen die ik geef bij de I AM Academy. Voor mijn studenten en voor mij is de kracht van het doen van de prayers duidelijk. Dat maakte me ook zo gedreven om ze te vertalen in het Nederlands, zodat nog meer mensen op zo'n eenvoudige manier dezelfde wonderen mogen ervaren. Omdat ik al zo lang met de prayers werk, weet ik wat je ongeveer gaat tegenkomen wanneer je ze voor het eerst gaat doen. Daarom hebben we vanuit de I AM Academy een online cursus gemaakt om je te ondersteunen, zodat je zo optimaal mogelijk gebruik kunt maken van het boek voor jouw eigen heling en die van anderen. Ga naar www.iamacademy.nl/boek voor deze gratis cursus.

Daarnaast heb ik een aantal tips voor je.

Afstemming

- De I AM is jouw 'ware levenspartner'. Het is jouw Volmaakte Goddelijke Levensenergie waarin alles wat je nodig hebt besloten ligt. Ze heeft in zichzelf een harmonische frequentie. Hoewel je altijd verbonden bent met jouw Levensenergie, kan dat weleens anders voelen. Dan voel je je misschien niet verbonden, alleen, onrustig, machteloos of eenzaam. De waarheid is echter dat je het NU al bent, en dat je dat jezelf ieder moment weer kunt herinneren. Creëer dus de omstandigheden die dit ondersteunen. Het helpt als je jezelf tot rust ademt voordat je prayers gaat doen. Maar voel je paniek of onrust en lukt je dat niet, pak dan toch je boek en doe je prayers. Je zult zien dat ze altijd helpen, of je nou wel of niet 'in afstemming' bent.

Houding

- Spreek de woorden – als de omstandigheden dat toelaten – met overtuigingskracht en hardop uit. De prayers hebben het meeste effect wanneer jij kunt voelen dat het waar is wat je zegt. Je hebt dus een gevoel van

autoriteit nodig bij het uitspreken. Zolang je niet kunt voelen dat wat je uitspreekt waar is, herhaal je de prayer. Blijf dit doen totdat jouw systeem de woorden als waarheid aanvaardt. Op dat moment kan er zomaar een grote shift in jouw bewustzijn plaatsvinden.

Hoe gebruik je dit boek?

- Dit boek is geen boek dat je van voor naar achter gaat lezen. Dit boek kun je zien als jouw personal coach die jou datgene kan laten doen wat nodig is om een probleem op te lossen. Vraag gewoon: *Welke woorden spreek ik uit om de oorzaak van [vul in waar je tegenaan loopt] op te lossen?* En sla het boek open. De prayer waar jouw oog op valt, is de prayer die je te doen hebt. Soms denk je misschien dat de prayer die je te doen hebt niets te maken heeft met waar je tegenaan loopt. Doe hem toch. Wees daar standvastig in en luister niet naar gedachten die in twijfel trekken of het wel de juiste prayer is en die je er liever eentje willen laten kiezen. Doe het ook als het een behandeling is (zo'n lange) en als je er geen zin in hebt. Met andere woorden: luister niet naar wat jouw gedachten je erover influisteren. De prayers kunnen je onverwachts oplossingen aanreiken voor problemen waar je wellicht al lang mee worstelt. Eén van onze studenten had bijvoorbeeld een geldprobleem. Hij liep hier al jaren tegenaan. De prayer die hij te doen had, was *prayer 51: Behandeling voor het helen van gokverslaving*. Hoewel hij geen gokverslaving had, deed hij de prayer toch. Tijdens het doen van deze prayer kreeg hij ineens een gevoel dat hij wel degelijk een gokverslaving had gehad, ooit, alleen niet in dit leven. En dat hij zichzelf in dat andere leven een belofte had gedaan om nooit meer geld te hebben, zodat hij die ellende niet nog een keer kon creëren. Toen dit inzicht kwam, kon deze belofte worden losgelaten door het doen van prayers. Na deze prayer en door het blijven doen van andere prayers, is geld in zijn leven geen issue meer. Dit heeft alles te maken met het gegeven dat geld en al het andere wat je nodig hebt in je leven een deel is van jouw Volmaakte Levensenergie. En dat het doen van prayers deze energie in jou bekrachtigt waardoor overtuigingen over tekorten zichzelf oplossen zodat wat je nodig hebt naar je toe kan komen. Zoals je zélf onbewust de tekorten creëert, creëer je ook zélf jouw overvloed wanneer je je weer herinnert wie je werkelijk bent. Het kan dus zomaar zijn dat een ogenschijnlijk moeilijk en uitdagend probleem zichzelf transformeert als je met toewijding een prayer doet.

Entiteiten

- In dit boek vind je hoofdstukken waarin het woord ‘entiteiten’ wordt genoemd. Dit kan nieuw en misschien ook eng voor je zijn. Het heeft mij enorm geholpen om dit als volgt te zien: alles is energie en iedere gedachte die en elk gevoel dat we hebben, creëert een frequentie in ons energieveld. Heb je veel en vaak een bepaald gevoel of een bepaalde gedachte, dan krijg je het sneeuwbaalffect. Sneeuw blijft plakken en de sneeuwbal wordt groter en groter. Zo worden ‘positieve sneeuwballen’ gemaakt, maar ook negatieve. En zo’n negatieve bal is een vervorming van onze Volmaakte Levensenergie. Het wordt een soort monstertje dat zich moet voeden met eenzelfde frequentie en geeft ons gedachten en gevoelens die dat oproepen. Dus angstgedachten creëren een soort angstmonstertje in ons, dat ons nog meer angstgedachten geeft. Dat noemen we een ‘entiteit’. Met de prayers uit onder andere hoofdstuk 8, 9 en 10 kun je jezelf, jouw dierbaren en jouw omgeving bevrijden van dit soort energieën. Of dit nou je eigen creaties zijn of die van anderen, maakt niet uit. Gebruik die prayers wanneer je je bewust bent van donkere gedachten in of over jezelf, over anderen of van een negatieve sfeer in een ruimte. Je zult merken dat je je snel beter gaat voelen of dat de sfeer in de ruimte waarin je bent al snel lichter zal aanvoelen.

Pas een prayer aan

- Soms lijkt een prayer niet logisch. Je vraagt een prayer voor een bepaald probleem waar je tegenaan loopt en je krijgt bijvoorbeeld *prayer 124: Het helen van de energie van gebouwen of ruimtes*. Je kunt dan de zin ‘Deze ruimte is nu getransformeerd in Goddelijk Licht’ vervangen door ‘Mijn mind is nu getransformeerd in Goddelijk Licht’. Het kan zijn dat je aanvoelt waardoor je het moet vervangen. Volg daarin je gevoel. Maar mocht dat niet het geval zijn, laat de prayer dan zoals deze is. Doe de prayer zonder je iets af te vragen en geef de energie de ruimte om het werk te doen.

Het kan zijn dat je al heel snel voelt dat de prayers werken. Weet dat dit nog maar het begin is! Er is nog veel meer mogelijk wanneer je leert hoe jouw bewustzijn werkt en gaat ‘partneren’ met de I AM-Presence, het Goddelijk Zelf in jou. Wij maken in onze trainingen iedere keer weer mee welke bijzondere dingen gebeuren wanneer je je bewust verbindt met wie je werkelijk bent. Laat je inspireren op onze website www.iamacademy.nl en lees persoonlijke ervaringen van onze deelnemers.

DEEL 1

VERANDER JOUW DENKEN

1

Het opbouwen van Innerlijke Kracht en zelfvertrouwen

IK BEN de meester van mijn lot. IK BEN de kapitein van mijn Ziel.

– William Ernest Henley

De eerste stap op weg naar Meesterschap over jezelf is dat je kunt voelen dat je autonoom bent, wat inhoudt dat je je realiseert dat jij de kapitein bent van het schip dat jou naar je lotsbestemming vaart. Wanneer je de leiding neemt over je leven – in de wetenschap dat je gedachten, woorden en handelingen jouw toekomst creëren – kan niets of niemand jou ervan weerhouden je Hogere Plan en doel te leven. Je loopt het smalle, rechte pad naar Verlichting.

Autonoom zijn wil niets anders zeggen dan dat jij de leiding hebt. En tegelijkertijd word je geleid door een Hogere Kracht. Terwijl jij recht op je doel afgaat, wordt je begeleid door een stralend Licht dat voor je uitgaat en je de weg wijst. Zo kom je niet in de verleiding om zijpaden in te slaan of omwegen te nemen die je op een dwaalspoor brengen en blijf je vol vertrouwen en geduld stap voor stap jouw pad volgen, wetende dat je op de juiste weg zit.

Veel mensen laten zich beïnvloeden door anderen om hen heen. Ze raken af van hun Goddelijke doel en verdwalen in een donkere, klamme jungle van waan en onwetendheid. Negatieve boodschappen van ouders, leraren, geestelijken, vrienden, gelijkgestemden, de media of andere manipulatieve krachten zetten je vast en onderdrukken je. Gevangen in een web van verraad en angst heb je de heersende normen en waarden aangenomen van de massa. Gewoonten, voorwaarden, patronen en geloofssystemen houden je in gevangenschap. Velen raken verdwaald in die jungle en vinden nooit hun weg eruit. Maar hier in dit boek kun jij de opening vinden van de donkerte naar het Licht van de Wijsheid. Laten we beginnen met de fundamentele affirmatie uit dit boek – een affirmatie die wordt gezien als het ‘eerstehulpkistje’ in elke medicijnkast.

1 – Affirmatie voor zelfbeschikking

De affirmatie voor zelfbeschikking is de meest belangrijke, meest krachtige affirmatie uit dit boek. Deze woorden hebben het vermogen om je leven direct te transformeren. Door deze affirmatie dagelijks te gebruiken, kun je jouw kracht en zelfvertrouwen enorm versterken. De affirmatie sluit je energieveld voor lagere energieën in de mind en opent je voor de spirituele wereld, zodat je niet langer onderhevig bent aan ‘environ-mental static’ – negatieve mentale vibraties en gedachtevormen om jou heen. Deze affirmatie helpt ook bij het helen van het zogenaamde ‘Psychic Sponge Syndrome’ – overgevoeligheid voor de mentale atmosfeer. Psychische sponzen absorberen de vibraties om hen heen, zoals een spons water absorbeert. Ze hebben de neiging kwalen over te nemen van negatieve mensen in hun nabijheid. Lagere en zware vibraties in hun omgeving verzwakken hen. Hun levensenergie wordt de hele dag volledig opgezogen door ‘psychische energielurpers’. Na een werkdag in een verdichte, destructieve atmosfeer voelen psychische sponzen zich leeggezogen en uitgeput.

Deze affirmatie helpt om je energie te verfrissen en te herstellen. Gebruik hem zodra je voelt dat je moe wordt, angst voelt, je machteloos voelt, uit balans raakt of je geïntimideerd voelt. We raden je aan hem te doen voordat je je huis verlaat, voor een meditatie of voordat je gaat slapen. Spreek de woorden uit als je voelt dat je bescherming, kracht of zelfvertrouwen nodig hebt. Dit kan zich in verschillende situaties voordoen, zoals in een drukke omgeving, voor een gesprek met een belangrijk persoon, voor én na een vergadering met klanten of collega’s, voor tentamens, sollicitatiegesprekken, audities of besprekingen. Zodra jij voelt dat een bepaalde situatie of persoon te veel energie van je vraagt, of je voelt een binnendringende of donkere energie, gebruik je deze affirmatie. Of je nou in meditatie bent of niet.

Het Goddelijk Zelf heeft de leiding.

IK BEN één met het Goddelijk Zelf.

Mijn Goddelijk Zelf is de enige Autoriteit in mijn leven.

IK BEN Goddelijk beschermd door het Licht van mijn Wezen.

*Ik sluit mijn aura en Lichtlichaam af
voor de lagere astrale niveaus van de mind.*

En ik open mezelf nu voor de diepste Wijsheid die IK BEN.

Dank U, I AM, en ZO IS HET.

NB: Met de ‘lagere astrale niveaus van de Mind’ wordt het collectieve be-

wustzijnsveld bedoeld waarin alle gedachtevormen en alle emoties opgeslagen zijn die de mensheid ooit heeft gecreëerd. Deze gedachtevormen en emoties vervormen de harmonische trillingsfrequentie van de Volmaakte Levensenergie en houden hierdoor dit bewustzijnsveld in stand, met alle gevolgen van dien.

2 – Prayer tegen psychische blokkades

Op sommige momenten voel je misschien dat het nodig is om je aura af te sluiten voor meer dan de lagere astrale niveaus van de Mind. Het kan zijn dat je de behoefte voelt jezelf af te sluiten, zodat je jezelf beschermt tegen psychische aanvallen of manipulatie. Hierbij helpt de volgende prayer.

Het Goddelijk Zelf heeft de leiding.

Het Goddelijk Zelf is de enige Autoriteit in mijn Leven.

IK BEN Goddelijk beschermd door het Licht van mijn wezen.

Ik sluit mijn aura en Lichtlichaam af voor [naam van persoon, ding of organisatie]

en voor alles en iedereen behalve voor mijn eigen Goddelijk Zelf.

Dank U, I AM, en ZO IS HET.

3 – Prayer voor bescherming

Deze prayer voor bescherming helpt jou om je spirituele zelfverdediging, Goddelijke bescherming en intimiteit met God in stand te houden. Hij maakt ruimte om de Aanwezigheid van het Goddelijke in jou te voelen en geeft je steun, troost en inspiratie. Deze prayer wordt elke zondag uitgesproken bij de New Thought Churches, zoals de Unity Church en Centers for Spiritual Living. Hij is samengesteld door James Dillet Freeman in 1941, tijdens de Tweede Wereldoorlog, om troost te brengen aan de soldaten aan het front. Gebruik deze prayer voordat je gaat mediteren, voor het ontvangen van inspiratie of als je werkt als heler.

Het Licht van het Goddelijk Zelf omringt mij.

De Liefde van het Goddelijk Zelf omhult mij.

De Kracht van het Goddelijk Zelf beschermt mij.

De Aanwezigheid van het Goddelijk Zelf waakt over mij.

Waar IK ook BEN, daar is mijn Goddelijk Zelf.

En alles is goed.

4 – Prayer voor Volmaakte bescherming

Je bent nooit alleen. Het Goddelijk Zelf is altijd bij je en biedt Goddelijke bescherming. Je hoeft er enkel om te vragen. En dat doe je door deze prayer te gebruiken.

IK BEN, nu en altijd, in de liefdevolle, beschermende ontferming van het Goddelijk Zelf.

IK BEN omringd door de liefdevolle Aanwezigheid van het Goddelijk Zelf. Vandaag en elke dag, hier en overal.

De Engel van Volmaakte bescherming gaat voor mij uit, bereidt mijn weg voor en behoedt mij voor iedere ogenschijnlijke negatieve ervaring.

De Goddelijke Kracht en Aanwezigheid beschermt mij nu en altijd.

Waar ik ook ga of sta, IK BEN beschermd onder de hoede en zorg van mijn Goddelijk Zelf.

IK BEN onzichtbaar, onaanraakbaar en onschendbaar voor alle negatieve energieën.

IK BEN nu open voor het Licht van mijn Goddelijk Zelf.

Dank U, I AM, en ZO IS HET.

5 – Affirmatie voor Volmaakte veiligheid tijdens het reizen

Waar je ook gaat of staat, je bent veilig en beschermd wanneer je je bewust bent van jouw Goddelijke Levensenergie. Het onaantastbare schild van bescherming van dit Goddelijk Zelf omhult en beschermt jou, altijd en overal.

Het Goddelijk Zelf is mijn Volmaakte reisagent, die mijn reis op een Volmaakte wijze organiseert.

Het Goddelijk Zelf is mijn Volmaakte reisgezelschap, dat mij vergezelt waar ik ook ga.

Het Goddelijk Zelf is de bewaker van mijn tijd, die mij met Goddelijke timing op mijn plaats van bestemming brengt.

Het Goddelijk Zelf is mijn Volmaakte beschermengel, die boven mij, onder mij en aan elke zijde van mij staat.

Het Goddelijk Zelf is mijn Volmaakte lijfwacht, houdt mij veilig en maakt – als een Goddelijk schild om mij heen – samen met mij deze reis.

Dank U, I AM, en ZO IS HET.