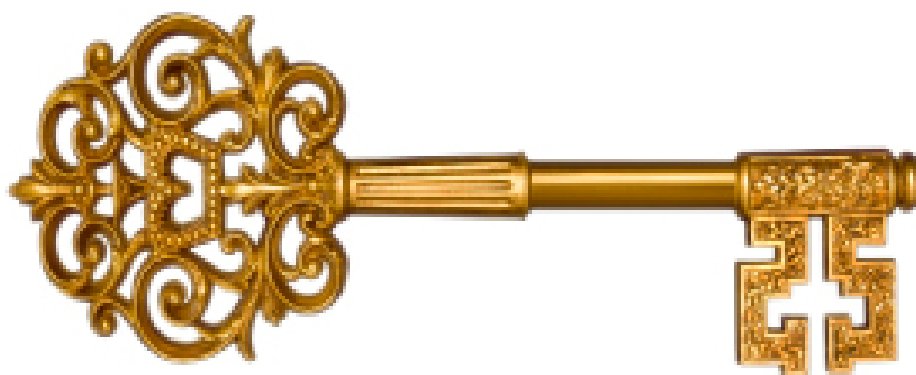


WERKBOEK

DE UNIVERSELE LOPER



Gebaseerd op het boek van
Charles Francis Haanel

Samengesteld door
***Anthony R. Michalski &
Robert Schmitz***

Bewerking en vertaling
Marcel Bongers

Hoe dit werkboek te gebruiken?

Met dit werkboek kun jij veel bereiken. De zaden van succes die in jou verscholen liggen kunnen voldoende water ontvangen waardoor zij kunnen ontspruiten. Wortel schieten in de grond en de eerste blaadjes voldoende daglicht krijgen waardoor het plantje kan groeien. Indien dit ook voor jou kan gebeuren, dien jij het werkboek om de juiste wijze te gebruiken. Hierna volgen enkele tips waarmee ook jij in staat moet zijn om het maximale resultaat te behalen.

Gebruik dit werkboek samen met het boek “De Universele Loper”

Ja, het is mogelijk om dit boek zelfstandig te gebruiken, maar het is geschreven met de gedachte dat jij een exemplaar van “De Universele Loper” bezit. Dus lees eerst het boek en ga vervolgens aan de slag met dit werkboek.

Werk rustig

Er is geen enkele reden tot haast. Succes ligt verborgen in uithoudingsvermogen, niet in snelheid. Doe niet meer dan een les per week.

Werk consequent

Geduldig, volhardend doorgaan kan door niets worden verslagen. Net zoals het bereiden van een goede maaltijd tijd kost, is dit ook van toepassing op persoonlijke ontwikkeling. Jij zult jouw doel bereiken als jij weigert op te geven.

Maak af waarmee jij begint

Het is zeer belangrijk om door te blijven gaan tot jij de eindstreep hebt gehaald.

Hou jij aan de volgorde van het werkboek

Charles Haanel heeft de volgorde van de “De Universele Loper” zelf zó opgezet, dat men ermee het maximale resultaat kan behalen. Dit werkboek hanteert dezelfde volgorde. Om de grootste vooruitgang te boeken, dien jij deze volgorde te respecteren. Het heeft geen zin om kris kras hoofdstukken te bestuderen. Elke oefening vormt de basis voor een volgende oefening. Door hen in de aangeboden volgorde te doen, krijg jij de beste resultaten.

Herhaal dit werkboek een keer per jaar

Als jij jouw jaarlijkse evaluatie doet, neem dan ook voldoende tijd om dit werkboek na te slaan. Jij zult dan in staat zijn om na te gaan hoe ver jij staat met het verwezenlijken van jouw doelen. Het is uiterst belangrijk dat jij dit doet. Volharding is een van de belangrijkste karaktereigenschappen die jij kunt oefenen.

Doe alle oefeningen

Als jouw gevraagd wordt om iets te schrijven, schrijf dan ook daadwerkelijk iets op. Probeer het niet op te slaan in jouw geheugen om vervolgens door te gaan na de volgende stap. Jij verspilt dan jouw tijd. Door iets op te schrijven wordt jij gedwongen om jouw gedachten te structureren en hen aan papier toe te vertrouwen. De andere oefeningen dienen op dezelfde wijze te worden benaderd: met gedrevenheid en vasthoudendheid. Het resultaat dat jij krijgt is geheel afhankelijk van de omvang van jouw eigen inzet.

INHOUDSOPGAVE

- Les 1 Introductie tot de cursus van “De Universele Loper”
- Les 2 De oneindige energie
- Les 3 Het onderbewustzijn
- Les 4 Mentale vrijheid
- Les 5 Het mentale fort
- Les 6 Gerichte aandacht
- Les 7 Op bezoek bij een vriend
- Les 8 De bouw van een oorlogsschip
- Les 9 De gereedschappen gebruiken
- Les 10 Jij bent de veroorzaker van alles
- Les 11 De resultaten van inductief redeneren
- Les 12 De scheppende kracht van het denken
- Les 13 Hoe dromen werkelijkheid worden
- Les 14 De harmonie tussen de druppel en de oceaan
- Les 15 De wet die voor ons allen geldt
- Les 16 Het verwerven spiritueel inzicht
- Les 17 Symbolen en werkelijkheid
- Les 18 De wet van aantrekking
- Les 19 Jouw mentale voedsel
- Les 20 De kern der dingen
- Les 21 Ongelimiteerd denken
- Les 22 Spirituele zaden
- Les 23 De wet van succes is dienstbaarheid
- Les 24 Alchemie

Meer boeken van Charles F. Haanel

Boeken van Wallace D. Wattles

Les 2. De Oneindige Energie

Inleiding

Onze problemen ontstaan ten gevolge van verkeerde ideeën en ontkenning van onze ware verlangens. Het is dan ook onze taak om de wetten van de natuur te doorgronden en in overeenstemming met deze wetten te gaan leven. Helder denken en moreel bewustzijn zijn daarom van onschatbare waarde. Alle processen om ons heen, en ook het denken, zijn gebaseerd op onwrikbare principes.

Des te gevoeliger onze zintuigen zijn, des te beter is ons beoordelingsvermogen, hoe verfijnder ons moreel bewustzijn is, des te subtieler zal onze intelligentie en ons streven zijn; zo zullen ook de beloningen intensiever en zuiverder zijn die wij in ons leven zullen ontvangen. Daarom zal de studie van het beste wat het denken heeft voortgebracht jou ook het ultieme plezier verschaffen.

De krachten en vaardigheden van onze geest zijn door dit nieuwe begrip veel wonderbaarlijker dan de meest uitzonderlijke presteerders of dromers van materiële vooruitgang ooit voor mogelijk hebben gehouden.

Gedachte is energie. Elke gedachte is actieve energie, geconcentreerde gedachte is geconcentreerde energie. Gedachte die is gericht op een doel wordt kracht. Het is de kracht die door diegenen wordt gebruikt die niet geloven in armoede of de schoonheid van ascese. Zij zien dit als geklets van zwakkelingen.

De vaardigheid om te ontvangen en deze kracht te gebruiken is afhankelijk van de vaardigheid om de Oneindige Energie te herkennen dat aanwezig is in iedereen. Continue wordt zijn lichaam en geest hieruit gecreëerd en op elk gewenst moment kan hij die dingen manifesteren die hij wenst. Dit allemaal in directe verhouding in de mate waarin hij deze waarheid erkent, zal er een manifestatie zijn in de externe wereld. Les twee behandelt de methode hoe dit kan worden gerealiseerd.

De belangrijkste punten

- Het bewustzijn en onderbewustzijn zijn twee modaliteiten van mentale activiteit;
- Gratie en perfectie zijn geheel afhankelijk van de mate waarin wij ophouden te vertrouwen op het bewustzijn;
- De waarde van het onderbewustzijn is enorm; het inspireert, het waarschuwt, het voorziet ons van namen, feiten en beelden uit ons geheugen, het stuurt onze gedachten;
- De bewuste geest heeft de eigenschap van onderscheidingsvermogen. Het beschikt over redeneervermogen, het vormt de basis voor de wilskracht en draagt indrukken over aan het onderbewustzijn;
- Om een indruk achter te laten op het onderbewustzijn, geef een mentale opdracht van datgene waarnaar jij verlangt;
- Als jouw verlangen in harmonie is met het positief ontplooiën van het grotere Geheel, dan zullen de benodigde energieën worden geactiveerd om het gewenste gevolg te manifesteren;

- De Aantrekkingswet zegt dat onze omgeving de weerspiegeling is van onze overheersende gedachten;
- Denken is een scheppende energie, en zal automatisch een verbinding hebben met het voorwerp dat zich zal manifesteren.

De oefening

In de vorige les heb jij een oefening gedaan met als doel een betere beheersing te verkrijgen van het fysieke lichaam. Wanneer jij hierin bent geslaagd, kun jij doorgaan met de volgende oefening, het onder controle brengen van jouw gedachten. Zoals gebruikelijk ga jij in dezelfde ruimte zitten, in dezelfde stoel en in dezelfde houding. Kun jij om wat voor reden dan ook niet in dezelfde kamer zitten, kies dan het best mogelijke alternatief. Wees volledig stil, beheers jouw gedachten en jij zult controle krijgen over alle gedachten van bezorgdheid, angst en onzekerheid. Jij zult de vaardigheid ontwikkelen om alleen gedachten over te houden die jij graag wenst. Blijf hiermee doorgaan totdat jij deze vaardigheid volledig beheerst.

De twee delen van de geest

Wij gebruiken de Bewuste Geest veel meer als wij bezig zijn om iets nieuws te leren. Nadat wij de vaardigheid ons door oefening eigen gemaakt hebben, wordt de aansturing door het onderbewustzijn overgenomen. Het onderbewustzijn stuurt het geheugen aan en hier worden alle gewoontepatronen vastgelegd. De waarde van het onderbewustzijn is enorm groot; het inspireert, het waarschuwt, het voorziet ons van namen, feiten en beelden uit ons geheugen, het stuurt onze gedachten. Het volbrengt taken die zo complex zijn, die door geen enkel bewustzijn volbracht zouden kunnen worden.

Het aansturen van het onderbewustzijn

De Bewuste Geest kan het onderbewustzijn aansturen. Dit is de manier waarop jij in staat bent om jouw leven drastisch te veranderen en negatieve omstandigheden om te zetten in positieve gebeurtenissen. Het Onderbewustzijn is in staat opdrachten uit te voeren van het Bewustzijn, kan niet gaan redetwisten over de inhoud van de opdrachten. Heeft het in het verleden verkeerde opdrachten aanvaard, dan is de enige methode om dit te corrigeren door bij herhaling een krachtiger, tegenovergestelde instructie te geven. Het Onderbewustzijn is scheppend en een met de Universele Geest, zal het onmiddellijk de vrijheid creëren waarnaar gevraagd wordt.

Het Bewustzijn vormt de redenerende wil. Het Onderbewustzijn is het instinctieve verlangen. De Bewuste Geest houdt zich bezig met analyse en bewijsvoering, het Onderbewustzijn begrijpt door middel van intuïtie. Haar processen zijn zeer snel, en zij slaapt nooit. Men heeft ontdekt dat door simpelweg aan het Onderbewustzijn bepaalde opdrachten te geven om uit te voeren, onmiddellijk de krachten in beweging worden gezet om het gewenste gevolg te realiseren. Zodra jij hebt geleerd hoe je opdrachten aan het Onderbewustzijn kunt geven, dan staan ongekende mogelijkheden jou ter beschikking.

Onze omgeving weerspiegelt de overheersende mentale gedachten die wij voortdurend vasthouden in onze geest.

Dit staat ook bekend als de Wet van de Aantrekking.

Jouw verhaal opnieuw schrijven

Er is een denkende substantie waaruit alles is gemaakt en die in zijn oorspronkelijke toestand alles in het universum doordringt. Een gedachte in deze substantie manifesteert het voorwerp dat wordt gedachte door de denker. Een mens kan dingen scheppen in zijn gedachten en door met deze gedachten een indruk achter te laten op de vormloze substantie. Zo kan hij veroorzaken de dingen waaraan hij denkt om te worden gemanifesteerd.

Start vandaag nog om gericht te gaan werken met jouw eigen onderbewustzijn. In les 1 heb jij een lijst gemaakt van de obstakels, hinderpalen in jouw leven die jou weerhouden om een succesvol leven te leiden. Schrijf hier nu voor elk een affirmatie om deze hinderpalen te verwijderen. Bijvoorbeeld heb je toen opgeschreven: "Ik heb geen geld", schrijf dan als affirmatie "Ik ben rijk en welvarend."

Schrijf jouw affirmaties op.



Reciteer dagelijks jouw affirmaties als jij 's morgens wakker wordt en voordat jij 's avonds gaat slapen. De beperkingen die jij hebt geformuleerd, zijn slechts uitvluchten die jou ervan weerhouden om succesvol te zijn. Zodra jij de volledige verantwoordelijkheid op je hebt genomen voor jouw eigen leven dan zal jij er volledig van bewust worden, dat jij over de kracht beschikt om jouw eigen leven vorm te geven door het kiezen van jouw geloofsovertuigingen, gedachten, gevoelens en handelingen.

Wat hebben wij geleerd?

Het is ons nu duidelijk geworden dat het onderbewustzijn wordt beheerst en bestuurd door de bewuste geest. Wij ontvangen prikkels met onze vijf zintuigen, deze informatie wordt verwerkt en gefilterd door ons bewustzijn. Vervolgens voedt het bewustzijn het onderbewustzijn met specifieke informatie, die de bron is voor onze gewoontes.

Om te kunnen beheersen wat wij ervaren in de wereld om ons heen, dienen eerst controle te verkrijgen over onze innerlijke wereld. Dit doen we door het uitsluiten van negatieve en destructieve gedachtepatronen in onze bewuste geest. Vervolgens laten wij nieuwe indrukken achter op ons onderbewustzijn, die onze nieuwe realiteit zal manifesteren met behulp van de Wet van Aantrekking.

De oefening van deze les is van het grootste belang zodat men leert de interne dialoog tot zwijgen te brengen, die voortdurend, onophoudelijk, in ons zelf plaats vindt. Deze dialoog kan tot ongewilde en zelfs ongewenste gevolgen leiden. Door het uitvoeren van deze oefening, doen wij in feite twee dingen. Wij worden ons nu bewust van het interne geklets dat continu door gaat en vervolgens weten wij nu dan wij in staat zijn om dit tot zwijgen te brengen.

Als jij jezelf verder ontplooit, dan zal je telkens extra alert worden als er een negatieve dialoog plaats vindt. Zodra jij dit merkt, grijp dan in door het reciteren van affirmaties.

Aanvullende affirmaties

- Ik neem volledige controle over mijn leven. Ik ben verantwoordelijk;
- Ik weet waar ik nu ben. Van hieruit bouw ik mijn nieuwe leven op;
- Ik weet waar ik naar toe wil gaan. Elke dag kom ik dichterbij mijn doelen;
- Elke dag, op elke wijze, word ik steeds beter en nog beter;
- Ik hou van mezelf. Ik verdien succes. Ik ben gelukkig. Ik ben gezond. Ik ben welvarend.

Les 24. Alchemie

Inleiding

Vandaag kun jij eindelijk beginnen met les 24.

Als jij elke dag de oefeningen hebt gedaan voor minimaal vijf minuten, dan heb jij kunnen ontdekken dat jij alles kunt verkrijgen in het leven wat jezelf wenst, door het eerst in dit leven te manifesteren. Jij zult dan waarschijnlijk akkoord gaan met de student die zei: "De gedachte is zo overweldigend, zo uitgebreid, zo beschikbaar, zo concreet, zo redelijk en zo bruikbaar."

De waarde van deze kennis, het is als een geschenk van de Goden, het is de waarheid die de mensen bevrijdt, niet alleen van elk gebrek of beperking maar ook van verdriet, bezorgdheid en lijden. Is het niet wonderbaarlijk, dat deze wet geen onderscheid maakt naar personen of jouw gebruikelijke manier van denken.

Heb jij een religieuze overtuiging, weet dat de grootste religieuze leraar aller tijden duidelijk de weg heeft aangegeven die jij dient te volgen. Heb jij echter een grotere voorkeur voor de natuurwetenschappen, weet dat de wet werkt met een mathematische precisie. Of ben jij meer filosofisch ingesteld, dan kan Plato of Emerson jouw leraar zijn. Maar in alle gevallen heb jij de mogelijkheid om over een ongelimiteerde kracht te beschikken.

Een begrip van dit principe is het geheim waarna de oude alchemisten allemaal naar op zoek waren. Het verklaart hoe het goud in de geest omgezet kan worden in goud in het hart en in de hand.

De belangrijkste punten

- De theorie en de praktijk van elk systeem in de metafysica is afhankelijk van de kennis van de Waarheid met betrekking tot jezelf en de wereld waarin jij leeft;
- De Waarheid met betrekking tot jezelf is dat de ware 'Ik' of ego spiritueel is en daarom perfect is;
- Om elk vorm van fout te voorkomen, dien jij jezelf er absoluut van te overtuigen betreffende de toestand die jij wenst te manifesteren;
- De Universele Geest waarin wij leven, bewegen en ons bestaan hebben, is een en ondeelbaar. Het is daarom mogelijk om de anderen net zo te helpen als ons zelf;
- De Universele Geest is totaliteit van alle geest die er bestaat;
- De Universele Geest is alomanezig, het bestaat overal. Er is geen plaats mogelijk waar het niet is. Het bevindt zich daarom in ons. Het is onze innerlijke wereld. Het is onze geest, ons leven;
- Het karakter van de Universele Geest is spiritueel en daarom ook scheppend. Het is voortdurend bezig om zich uit te drukken in vorm;
- Onze vaardigheid om te denken is ook onze vaardigheid om te handelen vanuit de Universele Geest en deze te manifesteren voor ons eigen voordeel en dat van anderen;
- Denken is het vast houden van een heldere, kalme, bewuste gedachte met een duidelijk doel voor ogen;
- Het resultaat van denken zal zijn dat ook jij in staat bent om te zeggen: "Het is niet ik degene is die het werk doet, maar de 'Vader' die zich in mij bevindt. Hij doet het werk." Jij zult ontdekken dat de 'Vader' de Universele Geest is en dat Hij daadwerkelijk in jou aanwezig is.

Met andere woorden, jij zult ontdekken dat de wonderlijke beloften die in de Bijbel staan, waarheid zijn en geen fictie. Dit kan worden aangetoond door iedereen die voldoende inzicht heeft.

De oefening

Wordt er deze week bewust van het feit dat het een wonderbaarlijke wereld is waarin wij leven, dat jij een wonderlijk wezen bent dat toegang heeft verkregen tot de Waarheid. Velen zich nu ook bewust worden van de Waarheid, zij die de rivier des oordeels hebben overgestoken en nu onderscheid kunnen maken tussen de waarheid en de leugen, nu alles gevonden hebben waarvan zij ooit droomden, zijn gearriveerd in het Beloofde Land.

En nu verder

Jij beschikt nu over "De Universele Loper". Jij weet nu dat er in feite geen geheimen of mysteries zijn. Het is slechts het pad volgen naar de geheime kamer in jezelf om de loper te kunnen vinden om elke deur te kunnen openen. Alles is nu mogelijk. Door jouw geest en door jouw eigen denken. Jij kunt nu elke droom hebben en deze werkelijkheid maken.

Blijf doorgaan met de oefeningen die in het handboek staan en in dit werkboek. Train jezelf met de grootste discipline en volharding. Immers: "Zodra de geest van de mens perfect is, alleen dan is het lichaam in staat zichzelf perfect uit te drukken".

Ga op zoek na andere boeken om te lezen, bijvoorbeeld van Wallace Wattles en anderen. Blijf jouw geest voortdurend van voedsel voorzien. Lezen is een bron van inspiratie, kennis, ideeën, ontspanning en informatie. Vaak raakt een persoon gevangen in het lezen van zaken die geen voedsel voor de geest zijn. Men verspilt dagelijks tijd aan het lezen van de krant of kijken naar het avondnieuws, die gevuld zijn met negativiteit. Hier is een advies dat jij kunt gebruiken voor het verdelen van leestijd om grootse prestaties te kunnen verrichten:

Inspiratie en zelfontplooiing	35%
Educatie en kennis	30%
Algemene informatie	15%
Vermaak	20%

Als wij onze tijd verkwisten met lezen van nutteloze informatie, dan lopen wij het risico dat wij ons beste werktuig vernietigen. Het is niet bedoeling, dat jij niet meer zou dienen te ontspannen. Maar sommigen lijken zuiver te kiezen voor ontspanning en alles het overige uit te sluiten. Het is waardevol om op de hoogte te blijven van de ontwikkeling in de wereld, maar het mag niet uitgroeien tot roddel over anderen. Wees altijd alert voor het verschil.

Blijf te allen tijde bezig met het lezen van boeken die jouw kennis vergroten. Heb jij een eigen bedrijf, zorg dan bijvoorbeeld dat jij ook kennis hebt van de belastingwetten. Ben jij een schrijver? Lees dan over stijl en spelling. Wij leven nu in een wereld, waar informatie stroomt als water. Kennis wordt ons op elke straathoek aangeboden. Zorg dat jouw glas altijd is gevuld.

Zoals jij denkt, zul jij handelen. Het brein leidt, en het lichaam volgt. Eerst denken wij voordat wij handelen. Dit is een feit dat nu volledig duidelijk voor jou dient te zijn en deel van jezelf moet zijn geworden.

Het enige wat jou nog rest te doen, is de verworven kennis dagelijks in jouw leven toepassen. Zodra jij alles in beweging hebt gezet in jouw leven, zou stoppen het allerdomste zijn dat jij kunt doen in jouw leven.

Leef je eigen leven en maak al jouw dromen werkelijkheid!