
WERKBOEK WET VAN POTENTIE

Kelly Smit

Iedereen heeft alle potentie in zich

Iedereen heeft de mogelijkheid en de kracht in zichzelf om haar dromen waar te maken. In mijn ogen is er geen enkele uitzondering. Maar wat is potentie nou precies? Natuurlijk we horen er enorm veel over en er wordt vaak gezegd dat we ons potentieel moeten naleven, maar wat betekent potentie nu echt? Als we kijken in de van Dale, betekent potentie vermogen en macht. Het woord is voor het eerst genoemd in 1540 en het werd toegeschreven aan het vermogen van iemand om "iets" te kunnen.

In mijn visie betekent potentie; het creatievermogen in ons allemaal om te zijn wie we willen zijn. Voor de een is dat megasuccesvol, voor de ander een goede partner of werknemer. Het gaat er niet zozeer om wat het is. Het gaat erom wat er belangrijk is voor jou. Wetende dat je de potentie hebt om dat wat je belangrijk vindt uit te laten komen.

Onze essentie is pure potentie

Deze wet gaat er dus van uit dat alles (want het geldt niet alleen voor mensen) de potentie in zich draagt. Onze essentie is puur potentieel. Met onze essentie bedoel ik ons bewustzijn. Het bewustzijn in je lichaam, wat onderdeel is van je ziel. Dat stuk van ons is puur potentieel en het maakt ook weer deel uit van potentie. Het is verbonden met het veld van potentie (ook wel quantumveld) genoemd.

Het veld van potentie

Voor het veld van potentie bestaan verschillende termen. Uiteindelijk maakt het niet uit hoe je het noemt want het is er toch wel. Sommige noemen het de bron, het Al ene, het Al, het veld of het quantumveld. Het veld van potentie kun je het beste vergelijken met het internet, maar dan zou het de meest accurate, nauwkeurige en compleetste versie van het internet zijn. Alle informatie over alles zou erop staan. Over alles wat is, was en nog zou komen. Het veld van potentie kent geen tijd en geen ruimte dus alles is nu. Kun je het je voorstellen? Dat er geen tijd is en dat het verleden en de toekomst 1 is? Natuurlijk kun je je dat niet voorstellen, dat is heel normaal. Wij denken lineair en benaderen tijd heel anders. Dat maakt ook helemaal niet uit, je hoeft het niet voor de volle 100% te begrijpen en te snappen. Het gaat uiteindelijk om het doen.

Waar bestaat potentie uit?

Potentie bestaat uit kennis, joy, liefde, weten, informatie, mogelijkheden en een oneindig creatievermogen. Dat is wat potentie is en dat leeft in ons allemaal. Doordat het in ons leeft staan we hiermee in verbinding, potentie is hetgeen wat ons allemaal met elkaar verbindt en wat ons laat groeien. Potentie is eindeloos, het is het scheppende vermogen van ieder in ons en van het universum. Het was er altijd al en het zal er altijd zijn. Je kunt het zien als een boek wat nooit begonnen is en nooit af zal zijn en wat bestaat uit eindeloze bladzijdes.

Ben ik je al kwijt?

Ik weet het, dit is informatie wat ons brein moeilijk kan verwerken, maar je bewustzijn snapt het. Iets in jou weet dat het kloppend is en dat is genoeg. Wees bereid om anders naar de dingen te kijken en lees deze cursus keer op keer. Elke keer zal je er iets anders uit halen. Dat is helemaal goed. Maak er je eigen ding van, maak aantekeningen van je inzichten en maak het levend. Er

is geen goed of fout. De wetten daar werk je al mee, dat doe je iedere dag. Net zoals je iedere dag creëert en manifesteert want dat zit in onze aard, het is wie we zijn. Wat ik je graag wil leren d.m.v. van deze wetten zijn de spelregels van ons leven en daarin de mogelijkheid om nog succesvoller te manifesteren en creëren. Omdat ik weet dat we dat van nature kunnen en jij dus ook.

De relatie tussen ego en potentie

Potentie is dus ons eigen vermogen om onze dromen te verwezenlijken. Het is de aard van ons bestaan, het is iets waar we allemaal toegang toe hebben. Er is alleen 1 obstakel en dat is ons eigen ego. Ons ego belemmert onze potentie en staat onze connectie tot het veld van potentie in de weg. Het ego is niet wie je werkelijk bent, je ego is niets meer dan een programma in je hoofd wat is ontstaan door (collectieve) conditioneringen, pijn uit het verleden, angst en onzekerheid. Het draait continue en scant alles wat er in je leven gebeurt op basis van alle informatie die in het programma ligt opgeslagen.



Eckart Tolle noemt dit pijnlichamen. Deze pijnlichamen zijn gevuld met pijn herinneringen en worden continue getriggerd door situaties die lijken op voorgaande situaties uit het pijnlichaam. Zo probeert jouw brein je te beschermen, omdat het wil dat je overleeft. Als mens zijn we nu in een tijdperk aangekomen dat overleven al gelukt is, het gaan ons vooral om leven en in het meest gunstige geval succesvol leven. Ons brein is daar niet op ingesteld. Daarom moeten we ons wenden tot onze essentie voor succes en fijn leven, deze draagt de code hiervan met zich mee.

Maar als je je hier niet van bewust bent dan is jouw ego jouw innerlijke punt van referentie. Dan maak je keuzes op basis van angst en afwijzing. Dan regeren de angsten voor ziekte, dood, afwijzing, verlies van liefde, armoede en kritiek in jouw leven. Dan zullen de keuzes die je in je leven maakt gebaseerd zijn op hoe je dit kunt voorkomen of vermijden en zal je potentieel nooit de kans krijgen.

Je essentie is wie je echt bent. Het is je blueprint en het is heel puur. Je essentie is wie je van nature bent zonder overtuigingen, angsten, pijn etc. Je essentie staat dan ook in contact met je ziel, het is wie je echt bent. In ieder van ons schuilt zoveel kracht, organisatievermogen, creativiteit, creatievermogen en potentie daar zijn we mee geboren. Maar we maken er vaak geen gebruik van terwijl we dit van nature bij ons hebben. Dat komt doordat we ons teveel identificeren met het ego. Zie het als een bak water van 100ml als er 70 ml ego in gaat dan blijft er 30ml essentie over.

Ik vind dit doodzonde en het doet mij oprecht pijn dat ik zoveel mensen zie leven op deze manier. Ik noem het slapen, je bent hier wel maar eigenlijk ook weer niet. Er zijn zoveel mensen afgesneden van hun essentie en daardoor beschikken ze niet over hun eigen krachtige vermogen. Ze leven hun leven alsof het niets bijzonders is, maken geen gebruik van hun prachtige talenten, gaan met tegenzin naar hun werk of blijven hangen in relaties uit angst alleen te zijn. Al dat lijden...Terwijl ze alleen maar wakker hoeven te worden en moeten weten wat ego en essentie is, zodat ze zich kunnen identificeren met hun essentie.

Potentie en ego gaan dus niet samen.

Moet je dan loskomen van je ego? Al je angsten te lijf gaan? Zeker niet het gaat om de balans. Om de balans tussen ego en essentie, alleen het herstellen van de balans maakt voor mensen een enorm verschil. Toen ik net begon als life coach kreeg ik veel klanten met angststoornissen. Het viel me op dat er bij hun een verstoorde balans was tussen ego en essentie. Er wordt zo enorm moeilijk gedaan over angststoornissen, burn-out 's en zwaarmoedigheid terwijl er in de basis gewoon een disbalans is tussen ego en essentie. Dat moet veel sneller en makkelijker kunnen, dus bedacht ik oefeningen om de balans te herstellen.

Na 4-5 sessies was die balans er. Sommige mensen startten hun eigen bedrijf, anderen durfde eindelijk weerstand te bieden tegen dominante mensen in hun leven en gaven hun grenzen aan. Terwijl ze daarvoor enorm lang in therapie waren geweest. Uren hadden gepraat over wat ze hadden meegemaakt. Uiteindelijk maakt het niet uit wat je mee hebt gemaakt, wat wél uitmaakt is hoe je erover denkt. Als je dat kan helen en in balans kunt brengen kun je weer vrij leven.

Een simpele oefening die ik gebruikte en enorm veel effect heeft is de ego en essentie reflectie. Ik stel voor dat je elke dag binnen jezelf onderzoekt welke gedachtes je uit je ego hebt gehad en welke vanuit je essentie. Op deze manier leer je na een tijdje wat nou ego en essentie is. Het ego heeft hierdoor zoveel minder vat op je en je neemt hem veel minder serieus. Je essentie daarentegen zal sterker worden en vaker van zich laten horen. Wat ervoor zorgt dat je intuïtie beter werkt maar bovenal, je voelt je een stuk gelukkiger.

Probeer iedere dag 3 gedachtes op te schrijven vanuit je ego en 3 gedachtes vanuit je essentie. In het begin is dit lastig en weet je soms ook niet goed wat nou wat is. De sleutel is om door te blijven gaan en bij twijfel te voelen. Voelt de gedachte licht? Dan is het essentie. Voelt het zwaar? Dan is het e ego. Heel simpel, iedereen kan het!

Je vraagt je misschien af waarom ik hier in de eerste wet zo diep op inga. Dat komt omdat het succesvol werken met alle wetten van 1 ding afhangt en dat is je ego. Succesvol werken met de wetten komt vanuit je essentie, je innerlijke referentiepunt moet daarbij je essentie zijn. Anders stel je geen goede intenties, kun je niet loslaten, is er heel veel weerstand en kun je niet geven en ontvangen. Maar nogmaals het gaat om de balans, ik vraag je niet om los te komen van je ego ik vraag je alleen om jezelf te onderzoeken en de balans te vinden.

**Probeer iedere dag 3
gedachtes op te schrijven
vanuit je ego en 3
gedachtes vanuit je
essentie.**



Deze wet is niet alleen een wet het is een gegeven.

Het gegeven dat er zoveel meer in je zit dan je nu ziet. Want potentie is nog ongemanifesteerd en wat er nu in je zit weet je omdat je het al gezien hebt. Het is al gemanifesteerd, maar in jou ligt dus nog heel veel goud wat ongemanifesteerd is. Omdat het ongemanifesteerd is kun je de grote ervan niet volledig beseffen. Zie het als een zaadje wat van een enorm grote boom is afgevallen en nu een plantje begint te worden. Als het net als ons denkt, dan zou het denken 'wauw wat ben ik klein vergeleken met de rest'. In feite is het zaadje megagroot, maar is het nog niet gemanifesteerd. Dat gaat wel gebeuren onder de juiste omstandigheden. Hoe klein het plantje of zaadje ook is, het draagt de potentie in zich van iets wat onwijs groot is. Dat geldt ook voor jou!

Potentie is niet speciaal

Potentie wordt vaak gezien als iets wat speciale kenmerken heeft en dat ieder zijn potentieel weer anders is. In feite is dat niet zo, potentie is puur en alleen ons vermogen om te creëren. Vaak wordt dit wel persoonlijk door iemand zijn wensen, talenten en karakter, maar dat is het van nature niet. Van nature is het pure scheppingskracht en die kracht zit ons allemaal, hoe geweldig is dat? Hoe fantastisch is het dat je niet bijzonder, slim, vermogend of speciaal hoeft te zijn om te willen bereiken waarvan je droomt? Het enige wat jij hoeft te doen is in balans komen en manifesteren. Hoe je dat doet ga ik je verder uitleggen aan de hand van de andere wetten.

Hoe kan je aan de slag met de wet van potentie?

De wet van potentie gebruik je door je potentie te gebruiken, dat kan voor van alles zijn. Misschien wil je meer succes, een fijne relatie of meer zelfvertrouwen. Het maakt niet uit wat je wilt, je kunt het overal voor gebruiken. Je past het toe door in contact te komen met je eigen essentie en daarmee het veld van potentie. Oftewel je maakt een soort van verbinding, maar je kan alleen echt een verbinding maken met iets als je ook verbonden bent met jezelf. Hier zal ik later nog dieper op ingaan in de wet van geven en ontvangen, oorzaak en gevolg. Als je jezelf hierin traint kun je in diepe meditatie gaan en jezelf verbinden. Op dat moment heb je de mogelijkheid om "te downloaden". Je kunt dan informatie uit het veld halen. Ik kan me voorstellen dat je nu denkt 'hoe begin ik hieraan en wat moet ik dan downloaden?' Als je net begint zou ik kleine stappen zetten en vergeet ook niet dat dit een speeltuin is. Begin bijvoorbeeld met het vragen om een ingeving, idee of advies over een bepaald onderwerp. Stel jezelf open en ontvang de informatie die je nodig hebt.

Waarschijnlijk doe je dit soms ook al. Heb je ineens plotselinge ingevingen als je onder de douche staat, iets wat Einstein ook vaak overkwam. Hij zei 'Problemen kunnen niet worden opgelost op hetzelfde denkniveau als waarop ze veroorzaakt zijn' en 'Geen van mijn ontdekkingen is het gevolg van een proces van rationeel denken.'

**"Problemen kunnen
niet worden opgelost
op hetzelfde
denkniveau als
waarop ze
veroorzaakt zijn"**

**"Geen van mijn
ontdekkingen is het
gevolg van
een proces van
rationeel denken."**

- Albert Einstein

Je hebt vast weleens meegemaakt dat je het bos in ging en daarna de meest geniale ideeën bedacht. We staan namelijk continue middenin het veld. Gedurende dag zijn er momenten waarin je even helemaal weg bent en per ongeluk heel bewust bent en dus in verbinding staat. We staan dus continue in het veld, maar zijn maar zelden echt verbonden. Want die verbinding ontstaat uit een staat van zijn. De zogenaamde "zijn-modus" die het tegenovergestelde is van de doe-modus. In de zijn-modus treed je je eigen essentie in en ben je verbonden met het veld. Als je met de wet van potentie wilt werken is het dus van groot belang dat je een balans hebt gecreëerd tussen ego en essentie en dat je werkt aan je verbinding.

Dat betekent dat we mogen verstillen en veel minder mogen denken. Juist níet denken is de oplossing volgens vele, zoals ook Eckhart Tolle. Stil zijn zodat iets nieuws zich kan aandienen vanuit het veld, zodat een bewustzijnssprong gemaakt kan worden. Omdat we van nature denkverslaafd zijn moeten we wel in actie komen om te verstillen. Als Albert Einstein vastliep, ging hij in stilte wandelen of mediteren, óf hij ging met een vriend praten. Hieronder geef ik een aantal suggesties die je helpen om met de wet van potentie te werken en in het veld van potentie te treden. Denk er niet te veel bij na, uiteindelijk is het iets wat je gewoon doet.

Manieren om aan je verbinding te werken met het veld:

- Zoek de stilte op
- Doe soms even helemaal niets
- Mediteer 2 keer per dag
- Zet de intentie om de verbinding te maken
- Verbind jezelf met de natuur door te wandelen of te fietsen
- Doe dingen die je joy geven
- Beweeg
- Creëer een balans tussen ego en essentie
- Creëer meer offlinetijd
- Maak mantra's