

---

# WERKBOEK WET VAN GEVEN EN ONTVANGEN

Kelly Smit

---



**Durf je podium te  
pakken en de wereld  
te geven wat hij nodig  
heeft.**

**– Kelly Smit**

## **Waar deze wet in de basis om draait is gebalanceerde circulatie.**

Deze wet wordt ook wel de wet van dynamiek genoemd of de wet van polariteit. Niets in het universum is statisch. Alles bestaat door een dynamische uitwisseling. Als water niet stroomt ontstaat er uitdroging. Daarom moeten we geven en ontvangen om ervoor te zorgen dat we rijkdom, succes of overvloed in ons leven kunnen circuleren. Het woord overvloed betekent letterlijk overvloedige stroom, we gebruiken dit woord ook veel in onze taal om aan te geven of de dingen lekker lopen. Het stroomt zeggen we dan, eigenlijk bedoelen we dan dat we overvloed ervaren.

## **Om ervoor te zorgen dat energie naar ons toe blijft komen, moeten we haar laten circuleren.**

Alles groeit en bloeit onder circulatie, kijk maar naar de seizoenen, de natuur is continue in verandering. Wij zijn continue in verandering. Het enige wat werkelijk constant is, is de verandering. Juist door die constante verandering kunnen we groeien. Doordat het licht wordt en donker ontstaat de dag en nacht. Doordat er mannen zijn en vrouwen kunnen er weer nieuwe mannen en vrouwen geboren worden. Je zou kunnen zeggen dat 2 tegenpolen samen iets scheppen. Als je dus iets wilt creëren heb je daarvoor eerst een tegenpool nodig. De ene tegenpool schept de andere, wat voor harmonie en een constante energie zorgt. Geven en ontvangen zijn tegenpolen van elkaar. Net als mannen en vrouwen, donker en licht, leven en dood. Je hebt tegenpolen nodig om een middelpunt te creëren, we leven nu eenmaal in een wereld van dualiteit. Door de tegenpolen ontstaat er harmonie.

## **Geven en ontvangen**

Iedere relatie is gebaseerd op geven en ontvangen. Zelfs wij hebben nu een relatie, omdat jij mij iets hebt gegeven waardoor je deze training kon ontvangen. Er is een uitwisseling tussen ons geweest. Geven faciliteert ontvangen en ontvangen houdt automatisch geven in. Wat voor de een geven is, is voor de ander ontvangen. Dit gaat continue over en weer en doordat het steeds dynamisch beweegt wordt het constant en ontstaat er harmonie. Ook dit is opgenomen in onze taal. Het is geven en nemen, dat zeggen we heel vaak als we het hebben over relaties. Ons bedrijf en de wereld hebben ook een relatie en ook in deze relatie is het geven en nemen. Als je stroom van geven en ontvangen verbreekt, dan verbreek je ook de harmonie. Er ontstaat een disbalans, dat gebeurt vaak als je een te lage prijs vraagt voor je diensten. Jij geeft te veel, de ander kan het niet ontvangen. Daardoor ontbreekt het aan commitment, resultaten en motivatie. Als het ware is de balans verstoord tussen geven en ontvangen. Het geven moet namelijk gelijk zijn aan het ontvangen.

## **Onze business is iets wat moet circuleren.**

Zichtbaarheid is een mooi voorbeeld van circulatie. Als je zichtbaar bent op social media, dan circuleert jouw bedrijf als het ware door de tijdlijn van andere heen. Als je niet zichtbaar bent dan houd je het meer bij jezelf. Wat je bij jezelf houdt is niet zichtbaar voor een ander en kun je daardoor ook niet geven. Doordat het niet zichtbaar is kun je er ook niemand mee helpen, wat betekent dat je niet kan scheppen. Want je gebruikt geen tegenpool van hetgeen wat je wilt bereiken. Wil je ontvangen? Dan heb je de tegenpool geven nodig. Vanuit daar creëer je een harmonie tussen geven en ontvangen. Een harmonie die (als het goed is) de wereld dient en ook jouw bedrijf. Er bestaat dan een prachtige uitwisseling tussen de wereld en jouw business. Ze dansen als het ware met elkaar in een mooie relatie.



## **Hoe meer je geeft hoe meer je ontvangt.**

Zolang je bedrijf circuleert en jij iets geeft aan de wereld kun je ontvangen. Hoe meer je geeft, hoe meer je ontvangt. Kijk maar eens naar de grote spelers bij ondernemers, die geven ontzettend veel. Er wordt heel veel content gemaakt, podcast, e-books, webinars, lives en er worden veel challenges gegeven. Ze geven enorm veel. Doordat ze veel geven, kunnen ze ook veel ontvangen.

*Stel dat ze alleen 3x per week een aanbod zouden doen, zouden ze dan ook zo succesvol zijn?*

Ze zorgen voor circulatie en een perfecte harmonie tussen geven en ontvangen. Ze geven enorm veel en faciliteren ook dat ze kunnen ontvangen. De kunst hier is dat we geven zonder verwachtingen, als we geven met verwachtingen is dat ook de energie die erin zit. Denk aan de wet van oorzaak en gevolg.

## **Wat als je heel veel geeft maar niets ontvangt?**

Dit kan verschillende redenen hebben. Het kan zijn dat je echt teveel geeft waardoor de balans verstoord, maar het kan ook liggen aan de intentie waarmee je geeft. Welke intentie heb je? Doe je het omdat je echt heel tof vindt of omdat je vindt dat het moet? De intentie van geven moet altijd zijn dat de gift de gever en de ontvanger gelukkiger maakt. Ook dit moet in harmonie zijn. De gift moet vanuit essentie komen en niet vanuit het ego. Dit heeft namelijk een enorme invloed op het proces van geven en ontvangen, maar wat ook een enorme invloed heeft is jouw eigen vermogen om te ontvangen. Hoe goed kan jij ontvangen? Wat gebeurt er met je als iemand je iets wilt geven? Omdat dit zo'n grote rol speelt heb ik er een inzichtopdracht voor gemaakt zodat je dit bij jezelf kan onderzoeken en eventueel kan aanpassen.

## **Mijn grootste fout**

De grootste fout die ik steeds in mijn business maakte is stoppen met geven. Toen ik dit een periode vol gas deed is mijn bedrijf onwijs gegroeid, maar doordat ik mezelf overwerkte stortte ik vaak ook weer in. Als ik instortte stopte ik met geven, doordat ik daarmee stopte ontving ik ook veel minder. Als ik mij weer goed voelde begon ik weer met geven en zo bleef het cirkeltje rondgaan. Totdat ik besloot i.p.v. vol gas en geen gas continue half gas te geven.

Ik heb altijd ontzettend veel weggegeven en ik ben nooit bang geweest dat ik teveel gaf. Ik geef ongelimiteerd en ik ontvang ook ongelimiteerd. Ik geef uiteraard wel wat ik leuk vind om te geven. Joy staat bij mij voorop, altijd. Anders houd ik het niet vol. Ik schrijf geen blogs (in ieder geval niet zelf) omdat ik dat niet leuk vind. Podcast en lives vind ik wel tof, dus dat doe ook continue. Ik geef ook regelmatig readings weg, want dat vind ik tof. Natuurlijk haal ik daar sales uit, maar ik vind het ook heel tof om te doen. Vond ik dat niet dan stopte ik ermee.

## Hoe kun je deze wet in de praktijk gebruiken?

- Luister regelmatig de audio, je zal er iedere keer iets anders uithalen
- Geef altijd iets wat je zelf ook zou willen ontvangen
- Geef iets wat jou plezier geeft om te geven
- Nooit vanuit moeten
- Blijf het ook geven als je eenmaal je gift heb
- Blijf erover praten en vraag mensen om een reactie
- Geef iedereen die je ontmoet een compliment
- Denk in overvloed nooit in schaarste
- Leer niet alleen geven maar ook ontvangen
- Als je niet kan ontvangen kan een ander jou niks geven
- Houd de stroom opgang in alles wat je in je business doet
- Stoppen betekent opnieuw beginnen

# Inzicht opdracht: Ontvangen





**Hoe reageer jij als iemand je wilt helpen?**

**Waarom reageer je op die manier?**

**Hoe reageer je als iemand je een onverwachts cadeau geeft?  
Wat zeg je dan?**

**Waarom?**

**Geef je meer dan dat je ontvangt? Of is het juist andersom?**

**Waar blijkt dat uit?**

**Wat kan je moeilijk ontvangen?**

**Wat kan je moeilijk geven?**

**Kun je gemakkelijk geld ontvangen?**

**Waar blijkt dat uit?**

**Kun je gemakkelijk geld geven?**

**Waar blijkt dat uit?**

**Kun je gemakkelijk liefde geven?**

**Waar blijkt dat uit?**

**Kun je gemakkelijk liefde ontvangen?**

**Waar blijkt dat uit?**