



Communiceren met jouw onbewuste doe je met:

....., ....., ....., ..... en .....

Alles wat je op deze manier aan je onbewuste verteld, wordt door het onbewuste gezien als een:

..... en het zal deze dan ook gaan uitvoeren.

Het onbewuste kan echter géén ..... vasthouden.

Het moet eerst hetgeen ..... dat je wilt ontkennen voordat het dit kan .....

Denk aan het principe van de ..... olifant.

Woorden zoals: ....., ..... en ..... geven weliswaar aan wat we willen of wensen maar doordat zij door het onbewuste worden weg gefilterd, krijgt de boodschap precies de tegenovergestelde .....

Denk aan het voorbeeld met roken:

De ..... “Ik wil niet meer roken’

wordt dus de .....: “Ik wil.....”

Denk aan het voorbeeld met gevoel:

De ..... “Ik wil me nooit meer zo voelen’

wordt dus de .....: “Ik wil me .....””

Denk aan het voorbeeld met het gewicht:

De ..... “Ik wil geen overgewicht meer hebben’

wordt dus de .....: “Ik wil .....””

### Opdracht:

Nu je les 1 hebt gehad, denk eens na over de manier waarop je met je onbewuste hebt gecommuniceerd in de afgelopen dagen.

Welke wensen die je hebt uitgesproken heb je per ongeluk als ‘verdraaide opdrachten’ geformuleerd?

Schrijf er hier beneden een aantal op:

.....  
.....  
.....

Bedenk nu de juiste formulering voor deze wensen / opdrachten aan je onbewuste.

.....  
.....  
.....

Succes! En graag tot ziens bij les 2.