

JOUW DROMEN WORDEN WERKELIJKHEID



LIGMEDITATIE

2007, een nieuw tijdperk is ingetreden. Het zelfbewustzijn groeit. Wilskracht in combinatie met innerlijke, meditatieve rust nemen toe. Creatief denken, het scheppende vermogen ligt binnen ieders bereik. In 2012 loopt de Maya kalender af en de profeet Nostradamus voorspelde 500 jaar geleden dat 'de hernieuwing der tijden' omstreeks 2011 - 2012 aan zal breken. En er is een nieuwe, unieke luistercd van Rob van der Wilk uit.

Luisteren naar jezelf

De schepper vormde man en vrouw naar zijn evenbeeld. Met gevoel, emotie en het zelfbewustzijn om beslissingen te nemen. Wij bezitten iets geweldigs in ons zijn, iets dat niet zichtbaar is, maar wel voelbaar; onze geest. De geest die in verbinding met het lichaam wonderen kan verrichten. Dit geldt voor iedereen en alles dat 'is'. Het is tijd om in jezelf te geloven. Leer te luisteren naar jezelf.

**'Waar de geest gaat
zal het lichaam
volgen'.
Hersengymnastiek**

Dit is een uitspraak van Arnold Schwarzenegger, voormalig mr. Universe, filmheld, zakenman, gouverneur van Californië en vitatiteitsdeskundige.

'Vorm je eerst een helder beeld van je doel', luidt zijn levensmotto. 'Is je doel helder dan zijn de keuze's duidelijk' aldus Arnold Schwarzenegger, die met de gedachte speelt om eens de machtigste persoon ter wereld te zijn. 'Ditzelfde geldt', aldus Arnold Schwarzenegger, 'voor topsporters, zoals Tiger Woods, basketballer Michael Jordan, skiër Herman Maier en een van de grootste boksers aller tijden Mohammed Ali. Vele anderen bekende personen hebben zichzelf verenigd met hun spiritualiteit waardoor wilskracht en vitaliteit toenemen. Je zelfvertrouwen groeit en de wereld ligt voor je open.' De Amerikaans bio-medicus, dr. Guang H. You deed onderzoek naar de fenomenen 'lichaam en geest' en 'gevoel en gedachten'. Hij vroeg zich af of alleen denken aan krachttraining met bewust gebruik van visualisatie, motivatie en doel, ook voor veranderingen in het lichaam kon zorgen. Hij stelde een onderzoek op en stelde vast dat de groep proefper-

sonen die zich afbeulden in het fitnesscentrum de kracht van hun spieren deed toenemen met 30 procent. En een vergelijkbare groep proefpersonen deed dezelfde kracht-oefeningen maar dan in hun gedachten; denkbeeldig, gevisualiseerd en geconcentreerd. De uitkomst was voor de bio-chemicus verbazend; de hersengymnastiek had de spierkracht vergroot met 15 procent, met een toename van 13.5 procent in omvang van de biceps. Hierdoor werd wetenschappelijk aangetoond dat het lichaam luistert naar de geest.

Al je wensen gaan in vervulling
Het ideale lichaam, een fantastische baan, groeiend succes in financiën, geluk in de liefde. Het onmogelijke blijkt voor iedereen mogelijk te zijn. Als je maar luistert naar jezelf of leert te luisteren naar jezelf en leert in jezelf te geloven.

De bakker en de melkboer

Ik was twintig jaar, had kunstzinnig talent, ik was sensitief en het was zes uur 's morgens. Ik had een oude auto, een Austin Mini, een hele leuke auto die op een Londense taxi leek. Ik woonde in Den Haag, het was nog rustig op straat. Iedereen sliep nog alleen de bakker en de melkboer hoorde je rommelen. De bakker had een bakfiets en de melkboer een handkar, beide karren waren afgeladen met brood of melk en alles wat daar bij hoort. Beide kwamen aan de deur hun waren brengen. Ik weet nog goed dat ik toen vond dat ze het zwaar hadden. De bakker trapte tegen een hoge brug op en als hij de brug over gegaan was trok hij met al zijn kracht aan de handrem. De melkboer duwde zijn handkar de brug op en met een touw achter zijn rug ging hij de brug weer af. Deze mensen werkten zich kapot. Iedereen vond het gewoon, behalve ik. Ik voelde wat deze mannen doormaakten. 'Dit moet anders kunnen', dacht ik toen al. Maar het was niet aan mij om daar verandering in te brengen. Ik stapte om zes uur 's morgens in mijn auto, gedreven door de gedachte dat ik 'ze' wel eens zou laten zien wie ik was. Tien jaar later gaf ik les in alfatraining, meditatietraining en in 1980 gaf ik als een van de eerste in Nederland les in hypnose; de roepsopleiding basis technieken hypnose en hypnose en hypnotherapie. Daarbij hield en houd ik praktijk als hypnotherapeut en heb ik negen boeken geschreven over hypnotherapie en spiritualiteit. Ik denk nog regelmatig aan de bakker en

de melkboer.

Ik had gekozen. Mijn doel was helder; ik wilde bekend en succesvol zijn. Ik wilde geloven in mezelf en volgde het pad van mijn wil. Als ik iets wilde dan deed ik het ook. Goed of fout, het was mijn beslissing. Ondertussen brak ik mijn hoofd over de vragen, 'Wat is goed of fout, Wat is succes, geluk, bekendheid, alles wat je maar wilt en waarom bereikt de één het wel en de ander niet? Is het toeval of lot of voorbestemd of krijg je dat simpelweg omdat je een helder doel hebt gevormd van wat jij wilt, zoals Arnold Schwarzenegger?' Lang geleden was ik er al van overtuigd dat de kracht in jezelf zat en als je iets wilt dat je ook moet weten wat je dan wilt. Ik gaf les in alfatraining, met als motivationele oneliner; 'Je bent wat je denkt.' Ik begon te beseffen hoe het werkte. Ik voerde het zo goed mogelijk voor mezelf uit en ik zocht naar de beste manier om dit aan anderen over te dragen. De overtuiging alleen is voldoende. Ergens moest de natuurlijke samenkomst van energieën zó krachtig zijn dat zij zich aan je manifesteert door er eenvoudig aan te denken.

Het onmogelijke blijkt voor iedereen mogelijk te zijn. Als je maar luistert naar jezelf of leert te luisteren naar jezelf en leert in jezelf te geloven.

Het scheppend vermogen

Jouw scheppend vermogen wordt geactiveerd en je creatief denken wordt gevisualiseerd. Je ziet wat je denkt. Jouw doel wordt

helder en duidelijk en je weet wat je wilt en gaat daar op af. Visualisaties worden werkelijkheid. Je komt in contact met jezelf. Jij bent de microkosmos in de macrokosmos en creëert je persoonlijke universum. Man en vrouw, jong en oud, allemaal beschikken we over het zelfbewustzijn. Jij kunt kiezen voor 'ja' of 'nee'. Er is geen ander levend schepsel dat daartoe in staat is. Alles wat naast ons leeft op aarde, leeft naar de natuur, gevormd door natuurlijke instincten. Het is de mens die een beslissing neemt, goed of fout. En is je doel helder, dan zijn de keuzes duidelijk.

Het levenspad mag bepaald zijn maar de ontwikkeling vormt zich naar jouw gedachten en niet andersom.

Is je doel helder, dan zijn de keuzes duidelijk

Iedereen wil gelukkig zijn, zich prettig voelen en genieten van alles wat het leven te bieden heeft. Het is fijn om er goed uit te zien, om verouderingsprocessen te kunnen vertragen. Het is fijn om succesvol te zijn, om vitaal te zijn en een lang en gelukkig leven te leiden met de mensen die belangrijk voor je zijn.

De afgelopen jaren houd ik me zoals zoveel 'new age goeroe's' bezig met deze onderwerpen. Mijn passie is theoretische kennis voor iedereen die daar waarde aan hecht praktisch uitvoerbaar te maken. Het is mijn ervaring en overtuiging dat je je doelen kunt bereiken door gebruik te maken van zorgvuldig geselecteerde psycho-technieken. Door Doel, meditatie, visualisatie, en concentratie met elkaar te verenigen ontstaat er een praktische geleide meditatie. Een zuivere methode die gebaseerd is op je doelen. Een geleide meditatie die iedereen de weg naar het geluk wijst; Body & Mind Connecting
Body & Mind Connecting maakt de samenkomst van energieën zó krachtig dat je doelen realiteit worden door er eenvoudig aan te denken.

Body & Mind Connecting

Stap 1: Doel

Kies een doel dat je wilt bereiken

Stap 2: Meditatie

De geleide meditatie brengt je in contact met je geest

Stap 3: Visualisatie

De visualisatie is het scheppende vermogen
Stap 4: Concentratie
Het scheppende vermogen wordt gerealiseerd

Waar de geest gaat, zal het lichaam moeiteloos volgen.

Masterclasses

Ik woon al twintig jaar in Zoetermeer, even voorbij Rotterdam en dichtbij Den Haag. Regelmatig geef ik daar masterclasses die voor iedereen die met zelfontwikkeling bezig is toegankelijk zijn. Tijdens een eendaagse masterclass wordt een specialisatie besproken, geleerd en beoefend met elkaar. Deze masterclasses bestaan uit hypnosetechnieken, leren werken met trance inducties, hypnotherapeutische regressie, verwerkingsmethodes, bio-energetische healing en intuïtieve vorming, helderziendheid en het wetend veld.

Daarnaast houd ik alfatrainingsavonden en unieke ligmeditaties op vrijdagavonden van 20.00 uur tot 23.00 uur die voor iedereen toegankelijk zijn. Er is geen voorkennis vereist. Willen leren mediteren is voldoende om mee te doen. Tijdens deze ligmeditaties leg ik duidelijk uit wat de mogelijkheden zijn van Body & Mind Connecting. Doel, meditatie, visualisatie en concentratie vormen het procesmodel.

Voor iedereen die thuis onder mijn begeleiding wil mediteren is er de allernieuwste meditatie-cd. Body & Mind Connecting Ligmeditatie cd.

Body & Mind Connecting

Ligmeditatie cd

Track 1: Inleiding en voorbereiding

Track 2: Doel-Meditatie-Visualisatie-Concentratie

Track 3: Balans meditatie

Track 4: Chakra Healing

Track 5: Body & Mind Connecting Music

Body & Mind Connecting om je persoonlijke wensen en verlangens te realiseren! Body & Mind Connecting, een geleide meditatie cd van de beste kwaliteit met een lengte van 80 minuten voor € 9,50!



BESTELLEN KAN:

Voor B: storten van het bedrag van 12,50 € (9,50 + 3 € port) met vermelding van de goederen op rek nr.: 285-0554523-03 van Para-Astro, Ijzeren Bareelstr 51, B-7711 Dottenijs

Voor NL: storten van 12,50 € (9,50 + 3 € port) op rek nr postbank 5914052 van Para-Astro, Postbus 350, 4560 AJ Hulst.

MITATIE

Het is een geleide meditatie-cd door mij ingesproken en samengesteld en bevat meerdere tracks met prachtige, speciaal gecomponeerde achtergrond sfeermuziek. De cd wordt afgesloten met een toegift van 15 minuten met deze muziek.

Parascoop beurs

Op zondag 22 april ben ik op de Parascoop beurs in de Expo te Antwerpen. Ik houd er om 13.00 uur een lezing over de onzichtbare kracht van het fenomeen hypnose en alfatoestand. Ik zal een van de aanwezigen vragen om bereid te zijn zich te laten in alfatoestand brengen met als doel ontwikkeling van positieve energie. Ik zal met alle aanwezigen een korte groeps-visualisatie sessie houden om iedereen te laten ervaren wat visualisatie is en enkele positieve affirmaties in het onbewuste verankeren. Wat in je is ook om je heen!

's middags om 16.00 uur zal ik in Antwerpen een unieke ligmeditatie houden; 'Body & Mind Connecting'. Ik help je tijdens de meditatie om een helder beeld van je doel te vormen. Zo kun je helingsprocessen activeren voor jezelf of voor iemand anders, je studie goed af ronden, je liefdesrelatie versterken, een nieuwe baan te krijgen, slank zijn en een gezond en gelukkig leven hebben en behouden...

Er zijn voor de deelnemers meditatie-matjes aanwezig. Wil jij ook meedoen, wees er dan bijtijds bij, de meditatieruimte is beperkt. Tot 22 april!

Namaste beurs

Zondag 29 april in Zoetermeer op de Namaste beurs gaan wij proberen om rond 16.00 uur de grootste ligmeditatie ooit (we gaan voor 500 mensen!) te houden. Begeleid door live sfeermuziek houd ik mijn geleide lig meditatie Body & Mind Connecting. Deelname is gratis. Als je komt, geef je dan op via www.robvanderwilk.nl en vergeet niet een meditatiematje of een kussen mee te brengen. Het doel van deze Mega-meditatie is de wonderbaarlijke kracht van meditatie onder de aandacht brengen van een groter publiek,

Tijdens de geleide Mega-meditatie zal zonder twijfel een grote hoeveelheid levens energie vrijkomen. Samen zullen we er voor zorgen dat deze gebundelde kracht wordt gebruikt om belangrijke levensprocessen te activeren en gestelde doelen te realiseren. Na afloop van de Mega-meditatie zullen de geactiveerde processen nog lang positief voor je uitwerken.

www.robvanderwilk.nl

