

# **VITAMINE M VOOR LICHAAM, GEEST EN ZIEL**

**WAKKER SLAPENDE ENERGIE VOOR  
FINANCIËLE & PERSOONLIJKE GROEI**

**GURINDER “RICKY” SINGH**

## **VITAMINE M VOOR LICHAAM, GEEST EN ZIEL**

Copyright © door Ricky Singh 2020. Alle rechten voorbehouden. Gedrukt in de Verenigde Staten van Amerika. Niets uit dit boek mag op welke wijze dan ook worden gebruikt of gereproduceerd zonder schriftelijke toestemming, behalve in het geval van korte citaten in kritische artikelen en recensies. Voor meer informatie over de ideeën die in dit boek worden besproken, kunt u contact opnemen met Ricky Singh.

### **WEBSITE**

**[www.ricky-singh.com](http://www.ricky-singh.com)**

Om extra exemplaren van dit boek te bestellen, gaat u naar:

**[Amazon.com](http://Amazon.com)**

of neem contact op met Ricky Singh op:

**E-mail: [711ricky@gmail.com](mailto:711ricky@gmail.com)  
302-740-7066**

**Laat alstublieft uw naam en telefoonnummer achter  
nummer en de auteur zal contact met u opnemen  
Jij. U kunt ook sms-berichten verzenden.**

**Uitgegeven door: Ricky Singh  
Gedistribueerd door: Kindle Direct Publishing**

Copyright © 2020 by: Ricky Singh

All rights reserved.

ISBN:

# **INHOUDSOPGAVE**

**TOEWIJDING**

**15**

**VOORWOORD**

**16**

**DANKWOORD**

**17**

**VOORWOORD**

**19**

**DRIE PERSOONLIJKE REFLECTIES**

**20**

**HOOFDSTUK 1**

**INVOERING**

**23 - 62**

**VITAMINE M - KERN-ENERGIE – 12 AFMETINGEN –  
& CENTRAAL THEMATISCH CONCEPT**

**24**

**WAT IS GELD?**

**26**

**KERN-ENERGIE IS IDENTIEK VOOR IEDEREEN**

**27**

**FIGUUR 1**

**12 AFMETINGEN & VITAMINE M - KERN-ENERGIEDIAGRAM**

**29**

**CENTRAAL THEMA**

**30**

**ENERGIE DETECTEREN**

**31**

**BINNENWAARTSE VOORUITGANG VAN DE MENSHEID**

**33**

**HET PACE VAN PERSOONLIJKE TRANSFORMATIE**

**34**

**WAT IS VITAMINE M?**

**36**

**FIGUUR 2**

**MIDDELEN OM GELD TE VERKRIJGEN**

**38**

**FIGUUR 3**

**DE IMPACT VAN GELD**

**39**

**FIGUUR 4**

**KERN-ENERGIE EN VERDIEN GELD**

**40**

**DE GLORIE VAN KERN-ENERGIE**

**42**

**ENERGIE IN DE GEEST**

**42**

**ENERGIE IN VERLANGEN**

**43**

**ENERGIE IN ACTIE**

**43**

**12 DIMENSIES – KERN-ENERGIE – VITAMINE M**

**43**

**VOORBIJ JE COMFORTZONE GAAN**

**45**

**VOORUITGANG & VITAMINEVERMETTING**

**47**

**BUITEN/INNERLIJKE VRIJHEID & VITAMINE M**

**50**

**LOCUS VAN CONTROLE & VRIJE WIL**

**54**

**FINANCIËLE GROEI & PERSOONLIJKE UITMUNTENDHEID**

**56**

**ONTWAKEN ENERGETISCHE INTELLIGENTIE**

**59**

**HOOFDSTUK 2**

**VISIE OP JE LEVEN**

**63 - 86**

**DOELEN STELLEN EN BEREIKEN**

**64**

**DOELEN, PRESTATIES EN ZELFWERKZAAMHEID**

**64**

**MINDSET-THEORIE VAN ACTIEFASEN**

**66**

**INCENTIEVE SALIENCE**

**67**

**VIER FASEN VAN HET NASTREVEN VAN DOELEN & VITAMINE M**

**68**

**DOEL-GRADIËNT HYPOTHESE**

**69**

**VOORUITZICHTTHEORIE PERSPECTIEF**

**69**

**DOELPERSISTENTIE**

**71**

**SWOT-ANALYSE, STRATEGISCHE PASVORM EN BENCHMARKING**

**74**

**WOORDBESPIEGELINGEN**

**76**

**HET ERKENNEN VAN KANSEN MAAKT SLAPENDE KRACHT WAKKER**

**77**

**HERKENNEN & OPBLOEIEN UIT COMFORTZONES**

**80**

**VERBINTENIS & HET OVERWINNEN VAN INTERNE/EXTERNE  
WEERSTAND**

**84**

**RISICO EN BELONING ZORGVULDIG OMARMEN**

**85**

**BASIS VAN BALANS VOOR UITMUNTENDHEID**

**86**

**HOOFDSTUK 3**

**VITAMINE M & VERSTERKING VAN HET FYSIEKE LICHAAM**

**87 - 91**

**HET FYSIEKE LICHAAM GEZOND MAKEN**

**88**

**ENERGIE BINNEN HET FYSIEKE LICHAAM & FINANCIËLE GROEI**  
**89**

**FYSIEKE GEZONDHEIDSVERBETERING & DREMPELSOVERBRUGGEN**  
**89**

**BESLISSINGSEVENWICHT: ZELFWERKZAAMHEID VS. VERLEIDING**  
**90**

**HOOFDSTUK 4**  
**VITAMINE M & VERSTERKING VAN DE GEEST**  
**93 - 116**

**WAT IS DE GEEST?**  
**94**

**FIGUUR 5**  
**VIER ASPECTEN VAN DE GEEST & KERN-ENERGIE**  
**94**

**GEDACHTEN-EMOTIES-HERINNERINGEN-VERLANGENS & GELD**  
**96**

**FIGUUR 6**  
**GEDACHTEN-EMOTIES-HERINNERINGEN-VERLANGENS &**  
**ENERGIEDIAGRAM**  
**97**

**GEEST-FYSIOLOGIE & KERN-ENERGIE**  
**98**

**KOSTBAARHEID VAN TIJD**  
**101**

**FIGUUR 7**  
**VERLEDEN – HEDEN – TOEKOMSTIG DIAGRAM**  
**101**

**GEHEUGEN, INNERLIJK GEBRATER, KALENDERTIJD EN VERLANGEN  
103**

**FIGUUR 8  
GEHEUGEN, INNERLIJK GEBRATER, KALENDERTIJD EN VERLANGEN  
DIAGRAM  
103**

**GEBRUIK, MISBRUIK EN MISBRUIK VAN GELD  
104**

**GEBRUIK, MISBRUIK EN MISBRUIK VAN GEESTELIJKE KRACHT  
106**

**FIGUUR 9  
KERN-ENERGIE, MENTAAL KADER & VITAMINE M  
DIAGRAM  
107**

**PERSOONLIJKHEID & ENERGETISCH ONTWAKEN  
108**

**POSITIEVE KWALITEITEN & TIJDMANAGEMENT  
109**

**GELD & GEESTELIJKE DISCIPLINE  
110**

**SCHULD:  
EEN VERNIETIGER VAN INNERLIJKE VREDE EN UITERSTE SUCCES  
110**

**DE FILOSOFIE VAN: KOOP NU & BETAAL NU  
111**

**BESTEDEN – BESPAAR – GEEF:  
EEN FORMULE VOOR MENTEEL EVENWICHT  
112**



**INNERLIJK ONDERZOEK & ENERGETISCHE INTELLIGENTIE**

**112**

**PIEKSTATEN & EUFORIE**

**114**

**DE PSYCHOLOGISCHE BEHOEFTE AAN NIEUWIGHEID ZONDER SCHADE**

**116**

**HOOFDSTUK 5**

**VITAMINE M & DE KRACHT VAN DE ZIEL**

**117 - 128**

**WAT IS EERSTE ENERGIE & DE ZIEL?**

**118**

**PSYCHOLOGISCHE FRAGMENTATIE VS. ENERGETISCHE INTEGRATIE**

**119**

**BELANGRIJKSTE OORZAKEN VAN PSYCHOLOGISCHE EN FINANCIËLE  
FRAGMENTATIE**

**120**

**FIGUUR 10**

**BELANGRIJKSTE OORZAKEN VAN DE FRAGMENTATIE VAN DE KERN-  
ENERGIE  
DIAGRAM**

**126**

**RELATIE TUSSEN GEESTELIJKE MACHT EN FINANCIËLE MACHT**

**127**

**HOOFDSTUK 6**

**DE PRACHT VAN ENERGIE**

**129 - 143**

**WELKE & VITAMINE M**

**130**

**DE GEVANGENIS VAN MENSELIJKE CONFLICTEN**  
**132**

**FIGUUR 11**  
**DE GEVANGENIS VAN MENSELIJKE CONFLICTEN**  
**DIAGRAM**  
**133**

**ENERGETISCHE FUSIE VAN FINANCIËLE EN INNERLIJKE KRACHT**  
**133**

**FIGUUR 12**  
**VITAMINE M & METAMORFOSE NAAR PURE VREUGDE**  
**DIAGRAM**  
**135**

**ERVARINGSREDENEREN & PERSOONLIJKE ENERGIE**  
**135**

**PRESTATIES & EERSTE ENERGIE**  
**137**

**HOOFDSTUK 7**  
**RESULTAATGERICHTE VERSUS PROCESGERICHTE MINDSET**  
**145 - 150**

**ENERGIEDISINTEGRATIE VS. ENERGIE-INTEGRATIE:**  
**EEN KEUZE**  
**146**

**HOOFDSTUK 8**  
**EEN NIEUW BEGIN**  
**151**

**CONTEMPLATIEVE DIAGRAMMEN VOOR**  
**ZELFREFLECTIE & DISCUSSIE**  
**155 – 163**

**DIAGRAM # 1**  
**FINANCIËLE & INNERLIJKE VRIJHEID**  
**156**

**DIAGRAM # 2**  
**RELATIE TUSSEN ANGST & ONZEKERHEID**  
**157**

**DIAGRAM # 3**  
**FINANCIËLE ZEKERHEID & GEMOEDSRUST**  
**158**

**DIAGRAM # 4**  
**FINANCIËLE VRIJHEID & DE MATERIËLE WERELD**  
**159**

**DIAGRAM # 5**  
**SUCCESFACTOREN: VERMOGEN – MOTIVATIE – KANS**  
**160**

**DIAGRAM # 6**  
**BLIJVEN IN DE NIEUWHEID VAN DE DAGELIJKSE LEVENSERVARINGEN**  
**161**

**DIAGRAM # 7**  
**HET BUITENGEWONE IN HET GEWONE VINDEN**  
**162**

**DIAGRAM # 8**  
**HET BELANG VAN INTROSPECTIE**  
**163**

**BIJLAGE**  
**165 - 185**

**FIGUUR 13**  
**VERGELIJKING TUSSEN VITAMINE EN VITAMINE M**  
**166**

**FIGUUR 14**  
**DIMENSIE # 1**  
**FYSIEKE - MENTALE WELZIJN & KERN-ENERGIE**  
**- VITAMINE M**  
**167**

**FIGUUR 15**  
**DIMENSIE # 2**  
**GEESTELIJKE KRACHT & KERN-ENERGIE - VITAMINE M**  
**168**

**FIGUUR 16**  
**DIMENSIE # 3**  
**EMOTIONELE BALANS & KERN-ENERGIE - VITAMINE M**  
**169**

**FIGUUR 17**  
**DIMENSIE # 4**  
**SOCIAAL BALANS / RELATIE & KERN-ENERGIE - VITAMINE M**  
**170**

**FIGUUR 18**  
**DIMENSIE # 5**  
**PERSOONLIJKHEID / KARAKTERONTWIKKELING &**  
**KERN-ENERGIE - VITAMINE M**  
**171**

**FIGUUR 19**  
**DIMENSIE # 6**  
**FAMILIE HARMONIE / BLOEI VAN LIEFDE & KERN-ENERGIE - VITAMINE**  
**M**  
**172**

**FIGUUR 20**  
**DIMENSIE # 7**  
**INTIMITEIT & KERN-ENERGIE - VITAMINE M**  
**173**

**FIGUUR 21**  
**DIMENSIE # 8**  
**FINANCIËLE GEZONDHEID / GROEI & KERN-ENERGIE - VITAMINE M**  
**174**

**FIGUUR 22**  
**DIMENSIE # 9**  
**CARRIÈRE / BEROEPSONTWIKKELING & KERN-ENERGIE - VITAMINE M**  
**175**

**FIGUUR 23**  
**DIMENSIE # 10**  
**LEVENSQUALITEIT & KERN-ENERGIE - VITAMINE M**  
**176**

**FIGUUR 24**  
**AFMETING # 11**  
**RECREATIEF LEVEN & KERN-ENERGIE - VITAMINE M**  
**177**

**FIGUUR 25**  
**AFMETING # 12**  
**SPIRITUEEL – RELIGIEUZE LEVEN & KERN-ENERGIE - VITAMINE M**  
**178**

**FIGUUR 26**  
**BELANGRIJKE FACTOREN DIE HET KERNPROCES VAN KANSEN**  
**BEÏNVLOEDEN**  
**ERKENNING EN ONTWIKKELING**  
**179**

**FIGUUR 27**  
**KERNENERGIE & ZONES**  
**180**

**FIGUUR 28**  
**FLOW STAAT & UIT DE COMFORTZONE BEWEGEN**  
**181**

**FIGUUR 29**  
**STROOMSTATENDIAGRAMMEN**  
**182**

**FIGUUR 30**  
**VERBINTENISDIAGRAM**  
**183**

**REFERENTIECONCEPT # 1**  
**FASEN VAN VERANDERING**  
**184**

**REFERENTIECONCEPT # 2**  
**SNELHEID VAN GELD**  
**185**

**OPMERKINGEN &**  
**REFERENTIES**  
**187**

**OVER DE AUTEUR**  
**194**

## **TOEWIJDING**

Dit boek is opgedragen aan mijn vader,  
S. Dalbir Singh (1 februari 1943 tot 30 augustus 1996),  
wie was de adjunct-commissaris van politie (politie van Delhi).

Jouw geest, jouw invloed, jouw karakter en jouw stille maar sterke aanwezigheid  
leiden mij vandaag de dag nog steeds.



## **VOORWOORD**

Ieder mens beschikt over onaangeboorde sluimerende energie die door het fysieke lichaam en de geest stroomt. Het leven van de heer Ricky Singh is een grote inspiratiebron voor de hele wereld met betrekking tot deze energie. Zijn prestaties zijn een bewijs van het activeren, benutten en benutten van innerlijke kernenergie voor persoonlijke ontwikkeling en het verwezenlijken van grote doelen. Hij heeft met succes de top van de Mount Everest beklommen door vijf verschillende reizen naar de Himalaya te maken en vijftig marathons te lopen in vijftig staten. Parallel aan deze persoonlijke ontwikkelingen lopen belangrijke ontwikkelingen in de zakenwereld. Hij heeft de ontwikkeling van zijn bedrijven weten te verbinden met persoonlijke ontwikkeling en heeft, als dienst aan de mensheid, dit buitengewone boek geschreven waarin het best mogelijke gebruik van geld wordt onderzocht. Over de hele wereld is geld de manier waarop goederen, producten en diensten worden uitgewisseld. Geld is ook pure, krachtige macht die door iemands geest/hersenen stroomt en alle ervaringen in het leven mogelijk maakt. In mijn carrière als arts ben ik talloze mensen tegengekomen die er niet in zijn geslaagd de best mogelijke balans tussen lichaam en geest tot stand te brengen. Het Angel Wing, LLC-programma biedt diensten zoals meditaties, dialogen, presentaties, enz. om een grotere verbinding tussen lichaam en geest te vergemakkelijken voor de verheffing van de mensheid. Dit boek is een bewijs van krachtige eigenschappen zoals zelfbeheersing, persoonlijke transformatie en menselijke verheffing. De mensheid lijdt op talloze manieren, waarbij financiële kwesties/problemen meestal deel uitmaken van dit lijden. Het concept van vitamine M dat in dit boek wordt gepresenteerd, is werkelijk opmerkelijk. Als het door de massa wordt ingeprent, kan het potentieel de menselijke samenleving van binnenuit transformeren. Elk idee dat door de heer Singh wordt gepresenteerd, heeft een enorme kracht. Het ontwaken van deze kracht is mogelijk door de dagelijkse toepassing van gepresenteerde concepten/ideeën, waarbij vitamine M centraal staat. Met grote vreugde spreek ik mijn beste wensen uit aan de heer Ricky Singh en vooral aan alle lezers voor enorme vooruitgang in alle aspecten van het leven. leven. Chetana Kripalu, MD



## **DANKWOORD**

Mijn wereld is veel beter, vooral dankzij de mensen die hun kostbare tijd en moeite hebben besteed om mij te begeleiden. Ze hebben het geschenk van hun tijd, kennis, liefde en genegenheid met mij gedeeld en mij gemotiveerd om hetzelfde met anderen te doen. Ik ben tijdens mijn carrière gezegend met veel mentoren en zij zijn mijn klankbord om ideeën uit te wisselen en ongefilterde meningen te krijgen. Hoewel het praktisch onmogelijk zou zijn om iedereen te noemen die mij heeft geholpen te komen waar ik nu ben, komen er toch een paar namen in mijn gedachten.

Tijdens mijn studententijd (pre-business), mijn eerste en enige baas Manbir (Mike) Singh, die een grote invloed in mijn leven blijft. Mike leerde me de waarde van hard werken en hij begeleidde me en leerde me vrijwel alles wat ik weet over de benzinector.

Toen ik in 1992 mijn benzinestation huurde, zat er een garage (J's Tyres) aan vast, gerund door een energieke jongere, Joe Soltow. Joe was een tamelijk aangename maar rustige kerel die elke dag, de hele dag, op zijn werk was. Op dat moment was ik slechts een ondernemer met een stralende blik die ervan droomde miljoenen te verdienen. Het enige probleem was dat mijn arbeidsethos lui was en dat ik op de een of andere manier dacht dat ik mijn hersens kon gebruiken om geld te verdienen zonder echt hard en lange dagen te werken. Joe modelleerde met zijn daden en woorden dat hard werken en consistentie altijd betere bedoelingen en talent zullen winnen, vooral als het talent niet hard werkt. De tijd die ik besteedde aan het observeren van Joe die zijn bedrijf leidde, opende mijn ogen voor de waarde van saai en repetitief zwaar werk en is tot op de dag van vandaag mogelijk de beste investering die ik ooit heb gedaan.

Naarmate de tijd verstreek, had ik een accountant nodig en belde ik de heer Kaushik Shah, CPA van Shah and Associates. Ik vertelde hem dat ik van open tot gesloten bij een tankstation werkte en dat ik hem dus niet tijdens de normale kantooruren op zijn kantoor kon ontmoeten. Hij kwam naar het benzinestation om mijn boekhouding te doen en met me te praten tussen het bedienen van mijn klanten door. Hoeveel accountants zouden hun kostbare declarabele tijd nemen om een jonge niemand te ontmoeten en ermee in te stemmen hen gratis te begeleiden? Alles wat ik weet over geld (vitamine M) en beleggingen, heb ik van de heer Shah geleerd. Hij heeft door de jaren heen zijn tijd, kennis, contacten en vooral zijn ethiek en kijk op het leven in diverse zaken met mij gedeeld. Daarvoor zal ik hem eeuwig dankbaar zijn.

Ik wil ook mijn oprechte dank uitspreken aan mijn boekencoach, die om persoonlijke redenen anoniem wil blijven. Zonder jouw hulp en begeleiding op het gebied van technologie en al het andere zou dit boek niet zijn wat het nu is.

Bovenal wil ik mijn zielsverwant en mijn vrouw, Manjeet Kaur, bedanken. Zonder haar onschatbare steun zou dit boek slechts een utopie zijn gebleven. Ik ben zo dankbaar dat je in mijn leven bent en ik wil van deze gelegenheid gebruik maken om je te bedanken voor alle geweldige dingen die je voor mij en de kinderen doet. Ik houd van je.

*-- Ricky Singh*

## VOORWOORD

Welkom! We staan op het punt te beginnen aan een buitengewone reis naar financiële ontwikkeling en persoonlijke groei. De hele wereld draait om geld en de auteur is van plan een verscheidenheid aan ideeën te presenteren die weerklank hebben gevonden in het leven, wat heeft geleid tot aanzienlijke prestaties met een algehele staat van energiewinning en welzijn. De ideeën die in dit boek worden besproken, zijn allemaal met elkaar verbonden, met elkaar verbonden en met elkaar verbonden. Daarom worden lezers uitgenodigd om dit boek systematisch te lezen (dat wil zeggen, van begin tot eind) of om het boek op elk gewenst moment te gaan lezen en er vrij rond te springen. De nadruk wordt gelegd op de onderlinge verbondenheid van ideeën en concepten met betrekking tot vitamine M en kernenergie.

***Er is slechts EEN energie die ontelbare vormen aanneemt.  
Financiële macht is iemands primaire energie die van binnenuit  
ontwaakt.***

***--Ricky Singh***

## **PERSOONLIJKE REFLECTIE # 1**

**Zoek een rustige plek om te zitten.  
Lees de vraag hieronder.  
Sluit je ogen en visualiseer de vraag.  
Houd de woorden in je hoofd en hart.  
Merk op wat je denkt en voelt met je ogen dicht.**

**\$ \$ \$ \$ \$**

**WELKE  
WAARHEDEN  
BESTAAN ER OVER  
MIJN FINANCIËLE  
LEVEN DIE ALLEEN  
IK WEET?**

## **PERSOONLIJKE REFLECTIE # 2**

**Zoek een rustige plek om te zitten.  
Lees de vraag hieronder.  
Sluit je ogen en visualiseer de vraag.  
Houd de woorden in je hoofd en hart.  
Merk op wat je denkt en voelt met je ogen dicht.**

**\$ \$ \$ \$ \$**

**WAT IS DE BRON  
VAN MIJN  
CREATIEVE  
ENERGIE?**

## **PERSOONLIJKE REFLECTIE # 3**

**Zoek een rustige plek om te zitten.  
Lees de vraag hieronder.  
Sluit je ogen en visualiseer de vraag.  
Houd de woorden in je hoofd en hart.  
Merk op wat je denkt en voelt met je ogen dicht.**

**\$ \$ \$ \$ \$**

**WAAR EN HOE  
WORDT MIJN  
GELD GEBRUIKT?**

# **HOOFDSTUK 1**

## **INVOERING**

### **LAAT DE REIS BEGINNEN!**

**De niet-rijken geven hun geld uit en sparen wat er overblijft. De rijken sparen hun geld en geven uit wat er overblijft. De ene is een armoedefilosofie, en de andere is een welvaartsfilosofie, en er is er maar één die je zal helpen.**

## **VITAMINE M - KERN-ENERGIE – 12 AFMETINGEN – & CENTRAAL THEMATISCH CONCEPT**

het leven bestaat dankzij de aanwezigheid van energie die vitaliteit en vooruitgang in alle facetten van het leven stimuleert. Gedurende de tijd dat de schrijver op onze prachtige aarde heeft geleefd, hebben interacties met diverse individuen plaatsgevonden door middel van een verscheidenheid aan levenservaringen. Er bestaat grote waardering voor deze diversiteit, aangezien individuen verschillende achtergronden, intenties, doelen en verlangens hebben. Mensen willen bijna universeel het volgende: meer geld, een uitstekende gezondheid, goede relaties en een vorm van zelfverbetering. Hoewel de meeste mensen in meerdere richtingen vooruit willen gaan (zoals fysieke gezondheid, economische omstandigheden, enz.), weten de meeste mensen niet hoe ze deze prachtige doelen moeten bereiken. Helaas lopen veel mensen vast in hun pogingen om vooruitgang te boeken, omdat ze in stagnerende patronen blijven hangen. Dit zijn meestal concentrische cirkels die individuen ervan weerhouden verdere vooruitgang te boeken in het leven vanwege de cyclische en repetitieve aard van acties die de groei uit stagnatie niet bevorderen. Eén van de belangrijkste bedoelingen bij het schrijven van dit boek is het delen van waarden, overtuigingen en ideeën, gebaseerd op persoonlijke ervaringen en enig onderzoek, die mogelijk het ontwakken van buitengewone interne processen kunnen vergemakkelijken die tot opmerkelijke vooruitgang kunnen leiden. Vooruitgang boeken vereist soms een stap terug voor echte persoonlijke reflectie. Sommigen zijn van mening dat je meestal buitengewoon 'opgeladen' moet zijn als je hoge prestaties levert en van het ene project/activiteit naar het andere springt. Een verstandige keuze maken waar je persoonlijke energie wilt plaatsen en hoe je deze het meest nuttig kunt gebruiken, vereist persoonlijke reflectie. Tijdens zo'n bewuste reflectie verkrijgt men duidelijkheid en wijsheid over welke 'gevechten' men moet kiezen in de huidige omstandigheden. Daarom is een van de belangrijkste acties het keer op keer 'loskoppelen' van de gebruikelijke activiteiten en een stap terug doen (van activiteiten die maximale tijd in beslag nemen) voor reflectie.



De schrijver heeft ongetwijfeld een positieve passie voor geld. Geld verdienen duidt op een uitstekende planning, resonantie met de huidige markttrends en persoonlijk energetisch ontwakken. Het is daarom intrinsiek nuttig om duidelijk onderscheid te maken tussen het obsessief najagen van geld versus het bewust overwegen van actiestappen die resulteren in maximaal persoonlijk voordeel en vooruitgang. Focussen op het bereiken van doelen ontstaat wanneer men een stap terug doet en een beter perspectief krijgt op zichzelf en de huidige levensomstandigheden. Dit vermindert op natuurlijke wijze zorgen, stress en opgebouwde spanning. Afleiding in verschillende activiteiten is gunstig vanwege het herbalancerende effect dat wordt veroorzaakt door herhaalde geplande afleidingen. In het leven van de schrijver gebeurt dit door lange afstanden af te leggen en volledig op te gaan in de schoonheid van hardlopen zonder dat er andere gedachten in de geest opkomen. Door opzettelijk de bergen in te gaan (inclusief het beklimmen van de Mount Everest naar de top), ontstond er een interne overlevingsmodus die een enorme primaire (kern)energie activeerde. Deze doelbewuste actie werd meerdere keren ondernomen om een groter bewustzijn te creëren van het feit dat we in een bevoorrechte wereld leven, waar directe gevaren zoals roofdieren en barre omstandigheden niet regelmatig worden ervaren. Over het algemeen hoeven we ons geen zorgen te maken over een gebrek aan voedsel en zelfs 911 komt binnen een paar minuten naar ons toe om de meeste noodsituaties af te handelen. Veel van dit soort gemakken worden doorgaans als vanzelfsprekend beschouwd vanwege de bescherming die de bestaande maatschappelijke systemen bieden. Deze systemen bieden bescherming, terwijl de meesten van ons deze privileges als vanzelfsprekend beschouwen. De schrijver heeft geprobeerd uit de beschermde zeepbel te komen waarin het grootste deel van de mensheid leeft. Omdat hij in deze beschermende zeepbel heeft geleefd, heeft de schrijver zichzelf doelbewust uitgedaagd om er direct en weloverwogen uit te stappen en omstandigheden/omgevingen onder ogen te zien die zich niet binnen de beschermde zeepbel bevinden. De auteur heeft geprobeerd angst te overwinnen, angst te overstijgen en terug te keren naar overlevings-/oerinstincten door in diverse en soms unieke omgevingen te rennen. De activering van overlevingsinstincten maakt een verscheidenheid aan interne hormonen vrij, zoals adrenaline, die de interne energie verder activeren, wat soms leidt tot een

diepgaande ervaring van eenheid met de hele werkelijkheid. Wanneer deze instincten actief worden, herinnert men zich God, denkt men aan de gezondheid, en er is ook de ervaring van pijn en lijden waarbij de transcendentie van pijn/lijden iemands onmiddellijke prioriteit wordt. Je denkt ook aan andere mensen, zoals degenen die een soortgelijke reis maken om grote hoogten te bereiken, zoals het bereiken van de top van de Mount Everest. Er is een natuurlijke activering van empathie en onderlinge verbondenheid met anderen die direct de eenheid van het menselijk ras aantoont wanneer dergelijke prestaties worden bereikt.

### **WAT IS GELD?**

Dit besef van onderlinge verbondenheid is parallel van toepassing op geld. Geld brengt de waarheid van onderlinge verbondenheid tot stand door de onderlinge convertibiliteit van verschillende vormen van energie en macht in alle andere vormen te vergemakkelijken. De samenleving gebruikt de energie (macht) die in geld aanwezig is om diverse doelen te bereiken en verlangens op alle domeinen van het leven te vervullen. In feite zouden het bestaan van de moderne samenleving en het ontwikkelingsniveau van cultuur en technologie ondenkbaar zijn zonder geld. Wij vragen ons dan af: wat is geld precies? Volgens economen en sociale wetenschappers zijn alle volgende aspecten van geld:

- a) Geld is een ruilmiddel voor goederen en producten
- b) Geld is een opslagplaats van waarde
- c) Geld is een rekeneenheid
- d) Geld is een bron van sociale bekendheid en prestige
- e) Geld biedt fysieke en psychologische zekerheid
- f) Geld is een factor van grote invloed op de algehele menselijke gezondheid, veiligheid en welzijn
- g) Geld is een basis voor militaire kracht
- h) Geld vormt de basis en basis voor publieke invloed en politieke macht

i) Geld is een groeiend symbool van economisch belang en sociale macht

Gezien deze aspecten van geld moet een begrip en perceptie van geld op verschillende manieren plaatsvinden met eerbied en respect. Geld louter als een doel van verlangen beschouwen impliceert het bevredigen van de eisen van het ego en het richten van onze energie op de bevrediging van egocentrische instincten. Er is een aanzienlijk onderscheid tussen eerbied/respect voor geld versus het gevoel het voor eigen plezier te bezitten. Dankbaarheid ontstaat uit respect, terwijl egocentrische motieven proberen zichzelf en de samenleving als geheel te beheersen, te bezitten en misschien zelfs schade toe te brengen. Het is allemaal een kwestie van perspectief als je naar geld en de mogelijkheden ervan kijkt. Wanneer je geld beschouwt als je moeder, als iemand die voor haar kind heeft gezorgd en veel belangrijke ervaringen in het leven mogelijk heeft gemaakt, veroorzaakt dit een significante verschuiving in je visie op de aard van geld en de feitelijke macht ervan.

### **KERN-ENERGIE IS IDENTIEK VOOR IEDERE PERSOON**

Ieder mens wordt geboren met bepaalde door God gegeven (of natuurlijke) kenmerken die divers zijn, zoals fysieke kenmerken, ras, etniciteit, lichaamsgrootte, enz. Ondanks dergelijke verschillen is de kern van elke persoon fundamenteel vergelijkbaar, zo niet identiek. Deze kern is ruwe (ongedifferentieerde) energie, die door culturen, nationaliteiten, landen en andere verschillen tussen de menselijke soort stroomt. Ieder persoon heeft het vermogen om toegang te krijgen tot deze kernenergie (interne/oorspronkelijke) die leidt tot de vervulling van verlangens en tegelijkertijd een basis creëert voor verdere vooruitgang om een nog grotere vervulling te ervaren. Dergelijke verlangens naar vooruitgang kunnen een betere levensstaat opleveren, met prachtige ervaringen die beschikbaar zijn in de materiële wereld. Het is het aangeboren voorrecht van ieder individu om de aard van iemands hogere niveau of een betere staat in persoonlijke termen te definiëren, waarbij levenservaringen opgeslagen in het geïndividualiseerde geheugen dienen als een geweldige gids voor het ontwikkelen van een prachtige toekomst, in het heden.

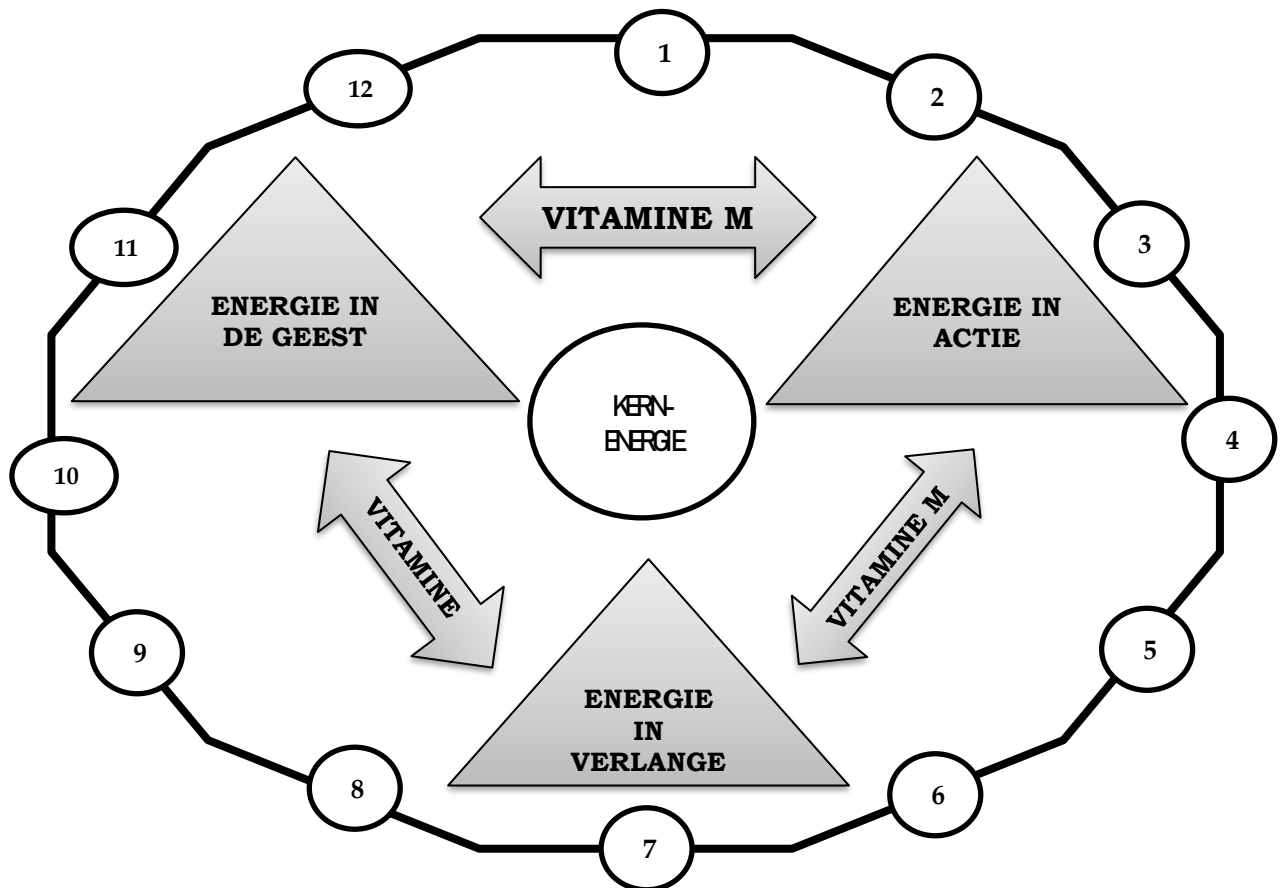
De verlangens, levensomstandigheden, achtergronden, genetica, opvoeding, conditionering, enz. van ieder persoon zijn ongetwijfeld divers. Daarom wordt de

kernenergie van ieder persoon weerspiegeld in persoonlijke verlangens, wat leidt tot het uitvoeren van activiteiten op alle gebieden van iemands leven. Gegeven het feit dat kernenergie in ieder mens aanwezig is, vraagt de schrijver de lezers respectvol om deze kernenergie te herkennen en deze te kanaliseren naar de vervulling van verlangens en doelen zonder zichzelf of anderen schade te berokkenen. Deze kernenergie is puur en ongedifferentieerd en neemt meerdere vormen aan en vormt de basis voor alle levenservaringen. Het bestaan van kernenergie en alle mechanismen die daardoor tot leven worden gewekt, is een bewijs van de glorie van de rauwe kracht die bestaat als onze innerlijke energetische kern. Het ontbreken van adequate vaardigheden in het kanaliseren van energie leidt tot “lekken van energie” waarbij regeneratie van dezelfde energie wordt belemmerd. Dit “lekken” treedt meestal op als gevolg van het nastreven van “snelle ervaringen” in plaats van een geleidelijke en vreugdevolle opbouw, wat resulteert in een natuurlijke/organische persoonlijke transformatie. Een dergelijke geleidelijke opbouw van energie vergroot iemands vasthoudendheid bij het beginnen en volhouden van een oprechte zoektocht naar constante vreugde. De ontdekking van een blijvende staat van vreugde is mogelijk met de erkenning dat alle mensen manifestaties zijn van dezelfde oneindige kracht. Deze kracht (energie) bestaat op een groot aantal manieren en in verschillende gradaties, in ieder mens, als ieder mens. Een dergelijke erkenning leidt tot respect voor diversiteit met een visie van verenigend energetisch bewustzijn.

***Net zoals ieder mens unieke vingerafdrukken en individualiteit heeft, drukt kernenergie zich met grote diversiteit uit. Het herkennen van de onderliggende eenheid van kernenergie leidt tot een bevrijd en energiek leven met respect voor diversiteit.***

***--Ricky Singh***

**FIGUUR 1: 12 AFMETINGEN & VITAMINE M - KERN-ENERGIEDIAGRAM**



Je hebt kernenergie. Jij bent kernenergie. Deze energie bestaat als het middelpunt van je wezen waar alle energieën samenkomen. De twaalfzijdige figuur hierboven vertegenwoordigt twaalf dimensies van iemands leven die een geïntegreerde functie zullen bereiken wanneer de energieën bestaande uit kennis, verlangen en actie worden gecombineerd. Deze energieën zijn aspecten van iemands ruwe kernenergie die kunnen transformeren en deuren openen naar buitengewoon succes. De 12 dimensies van iemands leven zijn:

**DIMENSIE # 1: GEZONDHEID EN ALGEMENE FITNESS GEBASEERD OP LEVENSFASE**

**DIMENSIE # 2: ONTWIKKELING EN VERBETERING VAN GEESTELIJKE KRACHT**

**DIMENSIE # 3: EMOTIONEEL EVENWICHT & INTEGRATIE**

**DIMENSIE # 4: SOCIALE BALANS & RELATIEONTWIKKELING**

**DIMENSIE # 5: PERSOONLIJKHEID & KARAKTERONTWIKKELING**

**DIMENSIE # 6: FAMILIEHARMONIE & OPBLOEIING VAN LIEFDE**

**DIMENSIE # 7: INTIEME RELATIES**

**DIMENSIE # 8: FINANCIËLE GEZONDHEID & GROEI**

**DIMENSIE # 9: ONTWIKKELING VAN LOOPBAAN-BEROEPEN**

**DIMENSIE # 10: ONTWIKKELING EN VERBETERING VAN LEVENSKWALITEIT**

**DIMENSIE # 11: RECREATIEVE LEVENSONTWIKKELING & VERBETERING**

## **CENTRAAL THEMA**

Het centrale thema van dit boek staat hieronder:

“De menselijke geest en het lichaam zijn misschien wel de meest mysterieuze verschijnselen die er bestaan en gebruiken enorme hoeveelheden kern-/ruwe energie. Deze energie kan iemand doen ontwaken in een staat van revitalisatie, transmutatie, behoud en egalisatie. Het best mogelijke gebruik van iemands kernenergie leidt tot het oplossen van interne/externe conflicten, verstoringen en onevenwichtigheden. Zodra de kernenergie begint te stromen zonder innerlijke verstoring als gevolg van het voortdurend in evenwicht brengen van alle twaalf dimensies van iemands leven, wordt de basis voor persoonlijke uitmuntendheid ontwikkeld. Met zo’n solide basis openen psychologische deuren zich naar onbegrensde mogelijkheden die leiden tot een dynamisch, energiek en levendig leven.” – Ricky Singh

We staan op het punt te beginnen aan een buitengewone reis naar het ontrafelen van de glorie van persoonlijke energie, de kracht van geld als vitamine M, en samen te onderzoeken hoe we een energiek leven kunnen leiden. Een staat van persoonlijke uitmuntendheid is voor ieder mens een reële mogelijkheid zodra de basis van een echt evenwicht in alle twaalf dimensies (Figuur 1) van het leven steviger wordt. Menselijk lijden bestaat op talloze manieren die voor een groot deel kunnen worden verlicht als de mensheid de kracht van vitamine M en de beste benutting ervan in iemands leven begrijpt. Het beste gebruik van geld als vitamine M kan leiden tot de vernietiging van veel menselijke problemen. Onze reis begint met het verkennen van het centrale thema van dit boek (zoals hierboven weergegeven) om de aard van persoonlijke uitmuntendheid te verduidelijken en de mogelijkheid en het potentieel te onderzoeken om te evolueren naar een staat van voortdurende, ononderbroken vreugde.

Onze innerlijke wereld is een samenstelling van gedachten, emoties, herinneringen, verlangens en kernenergie die samen functioneren en uiterlijk gedrag tot uitdrukking brengen. Er bestaat een enorme energiestructuur, die

verantwoordelijk is voor het totale functioneren van lichaam en geest. Deze energiestructuur komt voort uit iemands bronenergie (kernenergie) die afkomstig kan zijn uit een spirituele dimensie. Of iemand nu wel of niet in een spirituele dimensie gelooft (d.w.z. God, geest, ziel, etc.), niemand kan het bestaan ontkennen van kernenergie die bestaat als een gemeenschappelijke basis voor de hele mensheid. De menselijke geest, ook een veel voorkomend fenomeen, is zeer subtiel en subjectief mysterieus. Het onderzoeken van de aard van de geest is een langdurige activiteit van meerdere academische disciplines geweest (vanuit een onderzoeksoogpunt) en hetzelfde onderzoek kan individueel (subjectief) plaatsvinden, wat leidt tot het besef van de complexiteit en diepgang van de geest. De mysterieuze aard van de geest is te danken aan zijn subtiliteit. De subtiel aard van de geest en zijn interne processen worden bekend bij persoonlijke reflectie. Het woord 'gedachte' verwijst bijvoorbeeld naar een activiteit/proces dat functioneert binnen iemands interne realiteit. Bij deze interne activiteit zijn meerdere neurologische en neurochemische processen betrokken die het bestaan en de functionaliteit van de geest vergemakkelijken.

## **ENERGIE DETECTEREN**

Wanneer iemand zijn denken begint waar te nemen, wordt het bestaan van energie direct waargenomen, waarbij denkprocessen bestaan in een staat van onderlinge verbondenheid met emoties, herinneringen en verlangens. Een dergelijke onderlinge verbinding genereert diverse en gevarieerde psychologische toestanden. Er zijn veel oorzakelijke denkfactoren die energie door iemands mentale systeem bewegen. Daarom is het concept van homeostase (dat wil zeggen evenwicht) vrij fundamenteel voor het gezond functioneren van lichaam en geest. Het menselijk lichaam heeft elf fysiologische systemen die synchroon met elkaar moeten blijven om een goede algehele gezondheid te behouden. Op dezelfde manier moet de geest (d.w.z. gedachten, emoties, herinneringen, verlangens en energie) in de beste synchroniciteit blijven met alle fysiologische systemen om het hoogste niveau van welzijn te creëren. Er stroomt slechts één energie in de geest/het lichaam, aangezien deze binnen 12 dimensies stroomt (Figuur 1) in het leven van

elke persoon. Deze energie is meestal niet volledig synchroon vanwege conflicten die bestaan tussen de functie van het lichaam en de geest. Als je slechts één dag van je leven onderzoekt, is er meestal sprake van aanzienlijke verschuivingen en verdraaiingen in de persoonlijke energie, waardoor op verschillende manieren onevenwichtigheden ontstaan. Conflicten tussen de fysieke functie van het lichaam en de mentale functie veroorzaken biochemische onevenwichtigheden die worden ervaren als opwinding/stoornissen. Het woord 'agitatie' verwijst naar het feit dat iets of een subtiele substantie in beroering wordt gebracht. De ontdekking van de interne structuur van iemands geest, energetisch gezien, stelt iemand in staat dit subtiele maar zeer reële bestaan van ingewikkelde mentale fenomenen te ontdekken. De geest is dus een substantie die niet fysiek van aard is, uiterst subtiel is en een enorme kracht bezit. Verstoringen van verschillende typen in het leven worden intern en/of extern veroorzaakt doordat de interne kracht op een onevenwichtige manier stroomt. Wanneer iemand bijvoorbeeld een verontrustende herinnering oproept, wordt de verstoring ervaren op basis van de waargenomen kwalitatieve aard van de herinnering. Als de aandacht wordt gevestigd op het in evenwicht houden van de innerlijke energie, kunnen dergelijke verstoringen worden opgelost en misschien zelfs opgelost. De interne energetische functie kan worden verbeterd wanneer alle persoonlijke verstoringen, conflicten, onrust, enz. worden verminderd. Toestanden van innerlijke verstoring zijn indicatief voor de betrokkenheid van het geheugen bij de opslag van gebeurtenissen (ervaringen) die verband houden met verstoringen. Het gebruik van het geheugen kan verstoringen versterken of verstoringen van binnenuit verminderen. Laten we, om dit verder te onderzoeken, aannemen dat de geest een soort subtiele substantie is die verbonden is met het fysieke brein/lichaam en die wordt verlevendigd door kernenergie. Verstoringen in de geest (variërend van extreem licht tot ernstig) duiden op een potentiële staat van niet-verstoring van deze subtiele substantie. Als de geest verstoord kan worden, wijst dat op zichzelf op een sterke mogelijkheid dat de geest een staat van stabiliteit, harmonie en integratie bereikt. Binnen zo'n toestand ontstaat natuurlijke en energetische stilte, waardoor een stroom van innerlijke energie ontstaat die zorgt voor stabiliteit en groei van de twaalf dimensies van het leven. De geest heeft het aangeboren vermogen om veel evenwicht binnen het fysieke lichaam te bewerkstelligen dankzij de ontwakende aangeboren intelligentie



die gewoonlijk in een sluimerende toestand verkeert. Helemaal aan het begin van onze reis moedigt de auteur de lezers aan om open te blijven staan voor de mogelijkheid dat een dergelijke staat van onderling verbonden harmonie en energetische stabiliteit mogelijk is. De auteur beweert dat een dergelijke staat van leven en zijn zeker mogelijk is met adequate, in elkaar grijpende verbindingen van alle interne energieën.

## **BINNENWAARTSE VOORUITGANG VAN DE MENSHEID**

Innerlijke vooruitgang van de mensheid vindt plaats wanneer energieën worden gebruikt met een constructieve, in plaats van een destructieve focus. Het onderscheid tussen een constructieve en destructieve focus wordt in de geest verduidelijkt wanneer de aandacht wordt gevestigd op daadwerkelijke innerlijke vooruitgang, met gevolgen voor gunstige ontwikkelingen binnen de buitenwereld. De mensheid heeft wetenschappelijke en technologische vooruitgang geboekt. Niettemin bestaan er nog steeds veel primitieve en tribale aspecten binnen de menselijke beschaving die schade toebrengen aan de mensheid. Deze schade is te wijten aan interne conflicten/tegenstrijdigheden die zich manifesteren als externe conflicten/tegenstrijdigheden. Naarmate externe conflicten/tegenstellingen toenemen, ontstaat er overeenkomstige schade aan de interne stabiliteit. Interne (innerlijke/persoonlijke) vooruitgang is mogelijk wanneer alle twaalf dimensies (aspecten) van iemands leven in energetische harmonie komen. Innerlijke vooruitgang is in de huidige menselijke samenleving aanzienlijk beperkt vergeleken met uiterlijke vooruitgang. Menselijke instincten hebben, in de context van algehele vooruitgang, een zodanige betekenis dat een juiste integratie van instinctieve verlangens leidt tot het benutten van kernenergie, wat leidt tot het oplossen van conflicten/tegenstrijdigheden/verstoringen, wat allemaal leidt tot een aanzienlijke verbetering van de algehele gezondheid en het welzijn. Verstoringen van de energiestroom in de geest verminderen de gezondheid en productiviteit. Het oplossen van problemen met de energiestroom bij de wortel is mogelijk wanneer vitamine M en aanverwante energieën worden behouden om iemands leven te versterken in plaats van alleen maar te proberen de problemen met de energiestroom oppervlakkig te beheersen. Het besef dat de menselijke geest een

enorme hoeveelheid energie gebruikt, biedt een fundamenteel raamwerk in het ontwakingsproces van iemands kracht voor verdere ontwikkeling.

Dit boek is bedoeld als een gezamenlijke reis om diverse ideeën over de kracht van geld en persoonlijke ontwikkeling te onderzoeken en het is de oprechte hoop van de schrijver dat de lezers in gedachten zullen houden dat alle gepresenteerde ideeën bedoeld zijn voor persoonlijke reflectie, verdere verkenning en verdere dialoog. indringend, en voor het verlevendigen van alle twaalf dimensies van iemands leven. De auteur beweert dat louter het eens of oneens zijn of variaties daarop enigszins oppervlakkig kunnen zijn. De auteur vraagt de lezers dus om zelf te zien of er waarheid schuilt in het onderzoeken van het assortiment ideeën met betrekking tot kernenergie en het vitamine M-concept. Iemands directe perceptie van de waarheid is veel groter en heeft veel meer kracht dan een indirecte acceptatie of niet-acceptatie van ideeën. De auteur verzoekt de lezers om grondig en langzaam door het boek te bladeren, zodat persoonlijke waarheden op natuurlijke wijze kunnen ontwaken en zich ontfouwen. Deze ontfouwing vereist tijd, reflectie en toepassing. Flitsen van inzicht kunnen de lezer op elk moment in het boek tot zegen zijn, als er een contemplatieve/reflectieve houding wordt aangenomen.

## **HET PACE VAN PERSOONLIJKE TRANSFORMATIE**

De auteur erkent ook dat verandering de enige constante in het leven is. De Griekse filosoof Heraclitus zei: 'Niemand stapt ooit twee keer in dezelfde rivier, want het is niet dezelfde rivier en hij is niet dezelfde man. Er is niets blijvends behalve verandering.' Dit feit moet worden erkend, zodat persoonlijke waarheden kunnen ontwaken en een reis van zelfontplooiing en re-integratie kunnen beginnen. Levensomstandigheden veranderen, situaties veranderen en gemoedstoestanden veranderen. Persoonlijke transformatie vindt plaats in het eigen tempo. Sommige veranderingen vinden onverwacht plaats, andere komen naar verwachting voor. Je reactie daarop kan zijn via een geïntegreerde energetische geest of via verwarring. Het feit dat iemands lichaam uiteindelijk oud wordt als gevolg van verouderende genen en andere factoren, kan bijvoorbeeld worden geconfronteerd met kalmte, vasthoudendheid, acceptatie en evenwichtige kernenergie. We zijn ons allemaal tot

op zekere hoogte bewust van onze sterfelijkheid. De auteur promoot dus het idee dat iemands vitaliteit aanzienlijk kan worden vergroot in elke staat/fase van het leven wanneer kernenergie actief wordt en nuttig wordt gebruikt. Met dit in gedachten kunnen we onderkennen dat conflicten het gevolg zijn van veranderingen in iemands externe en interne omgeving. Conflicten zijn, vanuit het gezichtspunt van de auteur, het resultaat van fragmentatie van de kernenergie die zich op talloze manieren manifesteert, waaronder financiële instabiliteit. Houd er rekening mee dat elke verklaring in dit boek niet in gezaghebbende zin is gedaan, maar is gemaakt voor wederzijds onderzoek naar de aard van uitmuntendheid in de context van energieke financiële ontwikkeling. Om een dergelijke wederzijdse verkenning uit te voeren, is fundamenteel begrip van de aard van kernenergie, 12 dimensies en vitamine M noodzakelijk om onze verkenningsreis tot bloei te laten komen. Daarom gebeurt het opbouwen van een sterke basis systematisch als we de glorieuze en weelderige aard van onze eigen innerlijke kracht beginnen te onderzoeken. De daadwerkelijke activering van persoonlijke macht kan het beste worden vergemakkelijkt als we ons in een staat van verkennende dialoog bevinden, waarin ideeën zonder vooroordelen en met een open geest worden gedeeld. De auteur beweert dat dit boek als basis zal dienen voor verkennende dialogen die in de toekomst in verschillende omgevingen kunnen worden gevoerd.

De focus van dit boek ligt op het heel praktisch en toepasbaar beschouwen van de glorie van kernenergie die in jezelf bestaat. Om het transformatieproces op gang te brengen, is de erkenning van verspilde energie fundamenteel en fundamenteel. Deze herkenning maakt het mogelijk om zowel intern als extern omstandigheden te veranderen die schade aan de energie toebrengen. De feitelijke processen van goed gebruik, revitalisering, behoud, egalisatie en transmutatie worden in dit boek op meerdere manieren beschreven. Net zoals een rups in een vlinder verandert, is het de oprechte wens van de auteur dat lezers een persoonlijke transformatieve reis zullen ondernemen, die zal leiden tot enorme vrijheid, uitbreiding van energie en groei van vitamine M.

## **WAT IS VITAMINE M?**

De menselijke beschaving kent aanzienlijke variaties met betrekking tot persoonlijke capaciteiten, aangeboren kenmerken, familiale en sociaal-economische status, enz. Niettemin kan de erkenning, acceptatie en bewust gebruik van rauwe en krachtige energie leiden tot de verheffing van de mensheid, van binnenuit. De activering, uitbreiding en best mogelijke benutting van iemands interne energie genereert vitamine M. Wat wordt precies bedoeld met vitamine M? De "M" staat voor geld in zijn rauwe en krachtige vorm. Het woord 'vitamine' vertegenwoordigt de stimulerende eigenschap van geld voor persoonlijke en financiële ontwikkeling. Vitamine M-kracht wordt intern en psychologisch gegenereerd en opgeslagen door activering van kernenergie door geld te verdienen, geld te besparen en persoonlijke groei. Deze geactiveerde energie blijft intern en dynamisch intact terwijl ze verder groeit wanneer geld wordt bespaard en op de best mogelijke manier wordt gebruikt om alle twaalf dimensies van iemands leven tegelijkertijd te verlevendigen. Deze dynamische groei en innerlijke opslag van energie, als gevolg van de accumulatie en het beste gebruik van geld, is Vitamine M. De mensheid worstelt, lijdt en veroorzaakt eindeloos lijden voor zichzelf als gevolg van de vernietiging van Vitamine M op alle niveaus van de menselijke beschaving. Uitbreidingen van innerlijke energie, parallelle aanmaak van vitamine M (extern en psychologisch), wat leidt tot vooruitgang in meerdere dimensies van het leven. Om het concept vitamine M duidelijk te begrijpen, is het onderzoeken van het woord 'vitamine' essentieel om het juiste perspectief te krijgen. De woordenboekdefinitie van het woord 'vitamine' is als volgt:

"elke groep organische stoffen die in kleine hoeveelheden essentieel zijn voor een normaal metabolisme, die in kleine hoeveelheden worden aangetroffen in natuurlijke voedingsmiddelen of soms synthetisch worden geproduceerd: tekorten aan vitamines veroorzaken specifieke stoornissen."

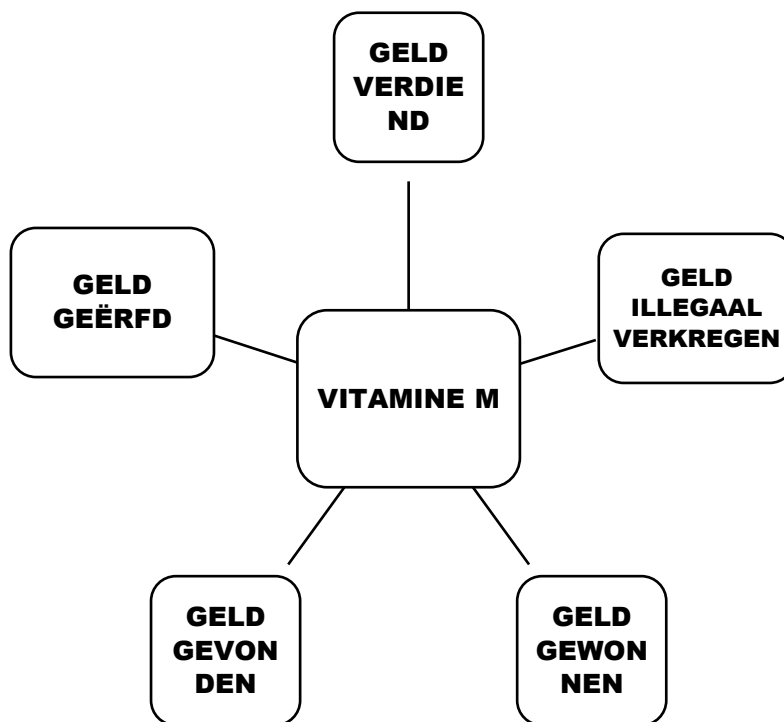
Het woord 'vitamine' verwijst over het algemeen naar een kleine hoeveelheid van een mineraal of een andere stof die het vermogen heeft om verschillende

biochemische reacties in het lichaam te vergemakkelijken en te activeren. (Zie figuur 13 – in bijlage) Dit zijn fysiologische reacties die verantwoordelijk zijn voor iemands leven en de aanwezigheid van vitamines kan iemands gezondheid en algemeen welzijn verbeteren. Vitaminen worden over het algemeen in kleine hoeveelheden gebruikt vanwege hun potentie. Vitaminen zijn geen hoofdvoedsel en worden niet in grote hoeveelheden geconsumeerd. Net zoals een vitaminepil een groot potentieel heeft bij het ondersteunen van fysiologische reacties in het lichaam (in het algemeen) en de hersenen (in het bijzonder), zo is vitamine M ook het bezit van geld in iemands leven. Dus waarom is geld Vitamine M en hoe wordt het Vitamine M? Geld is pure macht, ruwe energie, die op de een of andere manier is verdiend of verworven. Wanneer iemand bijvoorbeeld een biljet van \$ 100 in zijn bezit heeft, heeft hij het gevoel dat die \$ 100 'van mij' is. "Er is het gevoel dat "dit mijn \$ 100 is." Het vasthouden/bezitten van \$100 is pure potentiële macht, die psychologisch bestaat. Die potentiële kracht zit in de geest zelf. Het gebruik van €10 van de €100 om een product of ervaring te kopen, is mogelijk verborgen binnen de €100. Er zit potentie in de \$100, waardoor er een breed scala aan uiteenlopende ervaringen verborgen zit binnen de \$100. Er zijn diverse mogelijke ervaringen die kunnen worden verkregen met de \$ 100, gebaseerd op iemands mentale instelling, mentaliteit, verlangens, gevoelens en andere overkoepelende ideeën in iemands geest. Zeker, en uit ervaring blijkt dat er meerdere factoren aanwezig zijn met betrekking tot het gebruik van welk geldbedrag dan ook. Geld dat als vitamine wordt gebruikt (dat wil zeggen in hoeveelheden die voor de maximale energetische activering zorgen), geeft energie aan het fysieke lichaam, de geest en elke dimensie van iemands leven. Het beste gebruik van €100 verbetert elke dimensie van iemands leven door €100 als vitamine te gebruiken. Individuen die impulsief of irrationeel handelen op basis van bepaalde verlangens, kunnen snel €100,- uitgeven aan iets dat ze graag willen, en kunnen kort daarna een gevoel van spijt krijgen. Dit interne gevoel van spijt is persoonlijk en houdt rechtstreeks verband met het feit dat iemands kernenergie wordt gedegradeerd. Kernenergie is de essentie van jezelf en deze wordt verstoord als je beseft dat geld op de verkeerde manier is uitgegeven of dat het op een veel betere manier had kunnen worden uitgegeven. Wanneer men zich realiseert dat geld ongepast is uitgegeven, of om spullen te kopen die niet echt nodig waren, of om eenvoudigweg een bepaalde stimulerende ervaring op te doen

die vrij kortstondig is, begint men over te gaan in een cognitief/emotioneel proces dat resulteert in spijt over de besteding van het geld. geld ten onrechte. Daarom is het vitamine M-concept zeer krachtig als het gaat om de noodzaak om de kracht van geld op de meest gunstige manier te herkennen en te gebruiken. Het op ongepaste wijze gebruiken van geld beschadigt een kernmacht, waardoor een weergalmend effect ontstaat in twaalf dimensies van iemands leven, wat leidt tot stagnatie en/of achteruitgang.

Figuur 2 hieronder illustreert de belangrijkste samenhangende ideeën met betrekking tot het vitamine M-concept.

## **FIGUUR 2** **MIDDELEN OM GELD TE VERKRIJGEN**



Figuur 2 (hierboven) illustreert het onderscheid en verschil tussen verschillende manieren om geld te verkrijgen:

Verdiend geld: geld verkregen via werk waarbij persoonlijke energie wordt gebruikt. Er is een positieve opslag van vitamine M in de geest.

Illegaal verkregen geld: geld verkregen door diefstal of andere illegale activiteiten

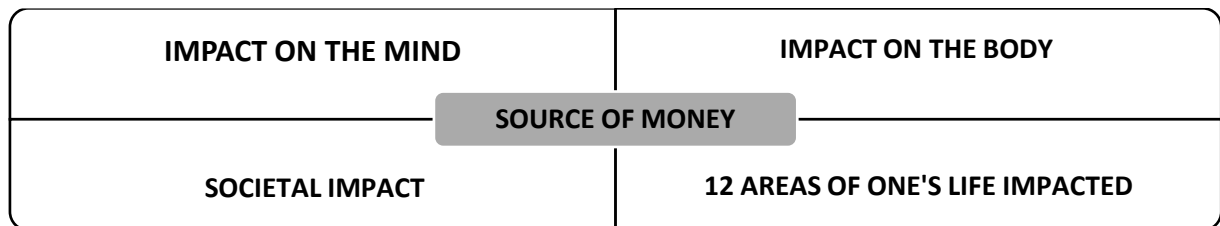
Gewonnen geld: geld gewonnen met gokken

Gevonden geld: geld dat gevonden is en niet op een andere manier verkregen is

Geërfd geld: geld verkregen door het te erven

Deze verschillen hebben op meerdere manieren invloed op een individu, zoals hieronder weergegeven:

### **FIGURE 3: MONEY'S IMPACT**



Bron van geld: verwijst naar het geld dat is verkregen (Figuur 2)

Impact op de geest: Verwijst naar verschillende emotionele en cognitieve stadia

Impact op het lichaam: Verwijst naar fysiologische veranderingen

Maatschappelijke impact: Verwijst naar voordeel of schade voor de samenleving in het algemeen

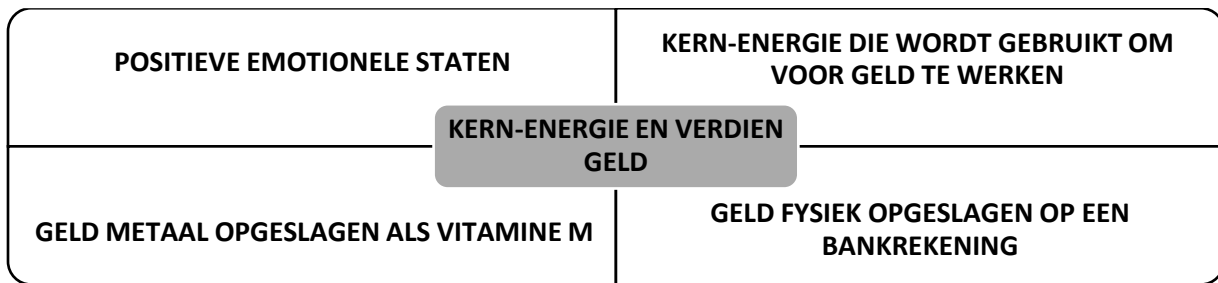
Impact op 12 gebieden van iemands leven: Verwijst naar de macht van geld in relatie tot 12 gebieden (Figuur 1)

Het verband tussen kernenergie en verdiend geld wordt hieronder weergegeven:

**DE BRON VAN GELD HEEFT BUITENGEWONE GEVOLGEN VOOR DE MANIER  
WAAROP VITAMINE M IN DE GEEST WORDT OPGESLAGEN. GUNSTIGE  
OPSLAG LEIDT TOT VERBETERING VAN DE KERNENERGIE. SCHADELIJKE  
OPSLAG IS GEEN VITAMINE M. KUN JE HET VERSCHIL ZIEN?**

**-RICKY SINGH**

## **FIGUUR 4: KERN-ENERGIE & VERDIEN GELD**



Met deze achtergrond kunnen we de kracht van \$100 nu dieper onderzoeken. Als een individu bijvoorbeeld €100 verdient met het maaien van gazons, wordt er een bepaalde hoeveelheid energie in die activiteit gestopt om €100 te verdienen. Wanneer er geld wordt verdiend, is er (psychologisch) een goed gevoel om €100 te verdienen, in tegenstelling tot het stelen van geld of het erven van geld. Dit kunnen zeker gedurende een bepaalde periode opwindende toestanden zijn, maar het verschil met het verdiende geld is psychologisch significant. In het geval van gokken is die ervaring uniek gezien de context van euforie, ontsnappen, winnen en geld verliezen. De 100 dollar heeft dezelfde potentie, ongeacht hoe deze is verkregen, maar psychologische en fysiologische processen worden op heel verschillende manieren beïnvloed door de manier waarop geld is verkregen. De manier waarop geld bij een individu terechtkomt, heeft energetische implicaties. Als je voor €100 werkt, wordt er een bepaalde hoeveelheid energie in het werken gestoken. Deze energie is intern geactiveerde energie die wordt gebruikt om geld te verdienen. Je kunt gemakkelijk de mentale impact onderscheiden van het ontvangen van slechts €90,- en het niet ontvangen van de volledige €100,- die is overeengekomen. Daarom kan het verdienen van geld positieve emoties oproepen, ervan uitgaande dat de juiste hoeveelheid geld wordt gegeven aan de persoon die het verdient. Je kunt gemakkelijk emotionele veranderingen zien optreden vanaf het moment dat iemand een baan krijgt (dat wil zeggen: gras maaien) tot het einde van de baan vier weken later. Als er aan het einde van de vier weken \$ 100 moet worden verdiend, zit er energie in emoties, acties en cognitie met betrekking tot het uitvoeren van de taak. Er moet inzicht zijn in hoe het werk moet worden uitgevoerd voordat enige activiteit in de richting van het uitvoeren van het werk begint.



Vervolgens moet de activiteit (taak) naar tevredenheid van de werkgever worden uitgevoerd. Alleen dan verkrijgt men de volledige \$100. Zodra iemand €100 in zijn bezit heeft, heeft de geest een gevoel van “dit is leuk...dit voelt goed...” Daarom vindt er op dat moment een energetisch proces plaats. We moeten duidelijk zijn over de aard van dit energetische proces. Het is een neuropsychologisch proces dat actief wordt door het bestaan van een mentaal (psychologisch) gevoel dat de €100 van MIJ is. Dit gevoel dat de €100 ‘van mij’ is, ontstaat doordat iemand in het bezit is van €100, wat pure macht is. De kracht/energie die werd besteed aan het feitelijk maaien van gras gedurende vier weken was fysiek, intellectueel en procedureel. Het verdiende geld is een uitwisseling van energie in de vorm van een bankbiljet van \$100. Welke energie en moeite er ook werd gestoken in het verdienen van die 100 dollar, de energie keert terug naar het individu dat zich zoveel moeite heeft getroost, in de context van de marktwaarde en de afspraken die met de werkgever zijn gemaakt. Gevoelstoestanden zijn hierin relatief goed, wat meestal resulteert in aanvullende gedachten over hoe \$ 100 moet worden besteed. Er kunnen ook aanvullende gedachten bestaan over het overeengekomen tarief, het verlangen naar meer werk, de impuls om nieuwe vaardigheden te leren, aanvullende diensten te verlenen, enz. Veel van dergelijke aanvullende ideeën ontstaan mentaal nadat €100 is verdiend, als gevolg van de toename van de macht die daarmee gepaard gaat. opslag van \$ 100 op iemands bankrekening of thuis. Deze externe opslag bevordert en vergemakkelijkt de interne (psychologische) opslag van vitamine M.

Bijgevolg wordt in een procesgerichte denkwijze (d.w.z. een denkwijze die de aandacht vasthoudt bij het uitvoeren van een activiteit vanwege de schoonheid en uitmuntendheid ervan) een individu dat een activiteit uitvoert om €100 te verdienen, volledig opgegaan in de activiteit om deze correct en grondig uit te voeren. en zo mooi mogelijk. In zo'n prachtige mentaliteit wordt het doel van het verdienen van €100 zeker in gedachten gehouden, terwijl je bewust je energie niet verlegt naar een overmatige focus op het doel, op zo'n manier dat acties die gericht zijn op het bereiken van een doel adequaat worden uitgevoerd en niet met middelmatigheid. . In een procesgerichte denkwijze leidt een actie die vanwege zijn schoonheid en voortreffelijkheid wordt uitgevoerd tot een beter persoonlijk begrip van innerlijke conflicten en onevenwichtigheden die verspilling en misbruik van

financiële macht onderbreken. Je begint in te zien dat innerlijke verstoringen aanzienlijk kunnen worden verminderd door de juiste benutting van financiële macht, wat leidt tot de natuurlijke vorming van onderling verbonden evenwicht.

## **DE GLORIE VAN KERN-ENERGIE**

Kernenergie (Figuur 1) is iemands kernkracht, iemands levenskracht die in ruwe vorm in iemands eigen wezen aanwezig is en verantwoordelijk is voor alle activiteiten in het leven. Deze energie bestaat en manifesteert zich als alle biochemische reacties in het lichaam en alle mentale processen die alle activiteiten in de 24-uurscyclus van elke persoon mogelijk maken. Zonder actieve energie is er geen mogelijkheid tot leven. Kernenergie is dus iemands levenskracht die verantwoordelijk is voor alle levenservaringen. De energie is heerlijk omdat het extra manieren biedt om naar grotere ervaringen in het leven te gaan.

## **ENERGIE IN DE GEEST**

Mentale energie (energie in de geest - Figuur 1) is een dynamische kracht die verantwoordelijk is voor het bestaan van alle mentale processen. De manifestatie van kernenergie als een dynamische kracht in de geest omvat instincten, driften, processen van het zoeken naar bevrediging gebaseerd op het genotsprincipe, creativiteit, ontwikkeling van de persoonlijkheid en, in bredere zin, de creatie van de menselijke cultuur. Mentale energie omvat intellectuele kracht, contemplatieve en reflectieve kracht, het vermogen/vermogen tot abstract en objectief redeneren, en emotionele kracht. Dit omvat ook het vermogen om ideeën en concepten te verwerven, te ontwikkelen en met elkaar te verbinden door gebruik te maken van kernenergie. De energie in de geest is buitengewoon kostbaar en bestaat op subtiele maar toch heel reële manieren. Door de kracht van de subtiele aard van mentale energie te erkennen, kan iemand er met groot respect en eerbied mee omgaan. Als u dit niet doet, heeft dit aanzienlijke gevolgen voor vitamine M.

## **ENERGIE IN VERLANGEN**

We ervaren allemaal verlangen, met zijn veelheidsuitdrukking, waarbij gebruik wordt gemaakt van kernenergie. Verlangen kan op de volgende manier worden geconceptualiseerd:

Verlangen is de emotie van verlangen naar of hopen op een persoon, object of resultaat. Hetzelfde gevoel wordt uitgedrukt door woorden als 'verlangen'. Wanneer een persoon iets of iemand verlangt, wordt zijn gevoel van verlangen opgewonden door het genot of de gedachte aan het voorwerp of de persoon, en willen ze actie ondernemen om hun doel te bereiken. Het motiverende aspect van verlangen wordt al lang opgemerkt door filosofen (die bijvoorbeeld stellen dat menselijk verlangen de fundamentele motivatie is van alle menselijke handelingen) en ook door wetenschappers. 3

De energie in het verlangen is iemands kern-/wortelenergie die de ervaring van verlangen creëert. Er wordt veel energie gebruikt door verlangen en de daaropvolgende acties die worden ondernomen om verlangens te vervullen.

## **ENERGIE IN ACTIE**

Acties die worden ondernomen om verlangens/wensen/behoefte/etc. te vervullen, gebruiken kernenergie op gevarieerde manieren. Elke actie (mentaal/fysiek) beïnvloedt het lichaam-geestcomplex en genereert verschillende verlangens op basis van de mate van tevredenheid. De energie in actie verwijst naar energie die dynamisch beweegt naar verschillende doelen in alle 12 dimensies van iemands leven in het nastreven van evenwicht, vreugde, geluk, vermindering van lijden/pijn, enz.

## **12 DIMENSIES – KERN-ENERGIE – VITAMINE M**

Hoewel er in veel aspecten van het leven veel wisselvalligheden (ups en downs) en schommelingen (hoogte- en dieptepunten) zijn, verlevendigt en integreert de kracht van onderling verbonden energie alle twaalf dimensies (zie figuur 1) van iemands leven. (Zie figuren 14 tot en met 25 in de bijlage voor gedetailleerde verbindingen tussen 12 dimensies, kernenergie en vitamine M.)

Het Vitamine M-concept kan verder worden verduidelijkt (in de context van 12 dimensies) als we beginnen te begrijpen dat geld verdienen in een procesgerichte mindset kan plaatsvinden zonder interne weerstand in combinatie met versterking van de wortelkracht. Om de expansie en regeneratie van vitamine M beter te begrijpen, moet het verschil tussen stagnatie en progressie duidelijk worden. Alleen door een dergelijke helderheid wordt echte vooruitgang in elk aspect van het leven mogelijk, waarbij persoonlijke energie aandachtig en doelbewust in richtingen wordt geplaatst die leiden tot interne/externe vooruitgang. Ongetwijfeld heeft iedereen ups en downs in het leven en er zijn momenten waarop verschillende doelen niet noodzakelijkerwijs verwezenlijkt worden vanwege veel verschillende redenen. Gebrek aan succes kan worden veroorzaakt doordat u niet in de juiste gemoedstoestand verkeert bij het uitvoeren van acties om een bepaald doel te bereiken. Niettemin betekent dit niet dat iemand het simpelweg opgeeft en ontmoedigd raakt, emotioneel in verval raakt en gefrustreerd raakt, en de sluimerende energie uit het oog verliest die in hem zit. Het gevoel van eigenwaarde, het zelfbeeld en de eigenwaarde mogen nooit worden aangetast door levensomstandigheden. Deze schade is in wezen de schade aan iemands kernenergie, waarbij negatieve en beperkende emoties deze kracht wegnemen en een individu mogelijk stagneren of zelfs verlammen. Als je vast komt te zitten in psychologische sleur, ontstaan er belemmeringen die de frustratie en teleurstelling vergroten, waardoor je meer verstrikt raakt in en opgaat in een beperkte staat van functioneren. Een dergelijke absorptie veroorzaakt degradatie van het gevoel van eigenwaarde, eigenwaarde, positief zelfbeeld en positieve visie in het leven. Telkens wanneer er tegenslagen zijn, moet men bedenken dat elke tegenslag slechts tijdelijk is en dat dit geen psychologische blokkade mag creëren die leidt tot het stoppen van verdere vooruitgang.

Telkens wanneer men consistente inspanningen in welke richting dan ook levert, zullen er uiteraard enkele tegenslagen zijn. Deze tegenslagen betekenen niet noodzakelijkerwijs dat iemand het moet opgeven of psychologisch uitgeput of ontmoedigd raakt. Verandering richting verdere persoonlijke ontwikkeling is zeker mogelijk en vergt energie om intern een positieve wending te nemen. Zo'n wending haalt iemand uit verschillende psychologische sleur, wat leidt tot verdere

voortgang met kwaliteiten als geduld, waarbij consistente juiste inspanning de voortgang uit interne (mentale) groeven vergemakkelijkt. Een dergelijke voortgang zorgt ervoor dat de energie in de geest zich verder ontwikkelt, wat leidt tot een grotere accumulatie van vitamine M.

## **VOORBIJ JE COMFORTZONE GAAN**

De feitelijke groei van vitamine M is afhankelijk van de erkenning van iemands comfortzone en een beslissing om die zone te verlaten voor verdere ontwikkeling. Erkenning van iemands comfortzone (in elk aspect van iemands leven en vooral het financiële aspect) start verschillende mogelijkheden van voortgang en gaat naar het volgende niveau. Als iemand in een comfortzone blijft zonder de mogelijkheid van verdere voortgang te onderkennen, blijft de stagnatie onvermijdelijk voortduren. De evolutie buiten iemands huidige functioneren kan in grotere mate plaatsvinden door voorzichtig, langzaam en geleidelijk door iemands comfortzone heen te dringen zonder interne spanning of weerstand te genereren. Een dergelijke voortgang vindt plaats wanneer de aandacht erop wordt gericht te voorkomen dat iemands energieën door dergelijke spanningen en weerstand uiteen worden gescheurd. Het vermogen om door elke comfortzone heen te komen neemt toe wanneer de interne spanning/weerstand minimaal is. Onzekerheden en onvoorziene omstandigheden kunnen zich voordoen als u uit uw comfortzone stapt wanneer u probeert een nieuwe richting in te slaan of uw huidige richting in de richting van de vervulling van dromen en doelen te verbeteren. Proberen om acties te ondernemen die afwijken van iemands reguliere patronen zit meestal niet in de mentaliteit van veel individuen en als gevolg van zulke beperkte mindsets raakt men gestagneerd door oude, geconditioneerde patronen, wat leidt tot mentale stagnatie. Daarom is activering van kernenergie essentieel bij het nemen van stappen voor verdere financiële en persoonlijke ontwikkeling. Er zijn momenten waarop je een stapje terug moet doen en je huidige levensomstandigheden zorgvuldig (en ook energetisch) moet evalueren, zodat je in een natuurlijke voortgang gaat leven om hogere stadia te bereiken. Energetische evaluatie is een meditatief en reflectief proces waarbij iemands energieën worden verzameld, met kalmte en openheid, om een actieplan te formuleren dat de persoonlijke energie

verhoogt, wat op zijn beurt de vitamine M kan verhogen. Als iemands mentaliteit is om voortdurend vooruitgang te boeken naar de volgende niveau, dan blijft de mentale en fysieke energie intact die voldoende kracht zal bieden om de juiste stappen te zetten. Daarbij begint de ruwe (kern)energie zelf steeds verder uit te breiden. Deze expansie begint door de aandacht te houden op iemands innerlijke gebabbel en door de volgende vragen te stellen:

- 1) Wat moet ik doen om mezelf te verbeteren?
- 2) Wat betekent 'omhoog gaan' financieel voor mij?
- 3) Hoe kan ik mijn huidige werk efficiënter doen, zonder negatieve gedachten en beknelde emoties?
- 4) Welke stappen moet ik ondernemen om mijn interne kracht te vergroten?
- 5) Hoe kan ik al mijn interacties (d.w.z. met vrienden, familie, collega's, enz.) veel zorgzamer en respectvoller maken?
- 6) Hoe kan ik mijn klanten beter bedienen als ik in een zakelijke omgeving werk?
- 7) Hoe neem ik zelfverbeteringsactiviteiten op in mijn dagelijkse schema?
- 8) Wat moet ik doen om mijn kijk op geld te veranderen en het als vitamine M te zien?
- 9) Hoe verander ik mijn manier van denken richting persoonlijke ontwikkeling, waarbij de accumulatie van geld deze manier van denken volgt, in plaats van het najagen om geld te vergaren?

Erkennen dat het vergaren van geld voor het eigen belang zonder adequate persoonlijke ontwikkeling een problematische obsessie kan worden en veel gebieden van iemands leven kan schaden. Het gebruik van geld zoals vitamine M betekent dat het wordt gebruikt met een grote verantwoordelijkheid voor persoonlijke, familiale en maatschappelijke voordelen. Een dergelijk bewust gebruik activeert op natuurlijke wijze rauwe energie en zet deze om in positieve energie. De transformatie is niet slechts een kwestie van oppervlakkige verandering van de 'persoonlijke status quo'. Het is in de kern transformerend vanwege het gebruik van geld op de best mogelijke manier door individuen met ondubbelzinnige positieve bedoelingen. Positieve intenties leiden tot een groter besef van energie die samengaat met positiviteit, terwijl een dergelijke realisatie transformatieve potentie heeft. De uitbreiding van positiviteit barst los van binnenuit het individu en kan potentieel een wereldwijd niveau bereiken.

## **VOORUITGANG & VITAMINEVERMETTING**

Vooruitgang in de richting van de opslag en het beste gebruik van vitamine M kan een werkelijke realiteit in iemands leven worden door specifieke maatstaven te stellen voor verdere ontwikkeling. Nieuwjaarsdag kan bijvoorbeeld een specifieke dag zijn waarop men het voorgaande jaar evalueert en plannen maakt voor het komende jaar met specifieke benchmarks. Het stellen van deze maatstaven vereist persoonlijke reflectie, adequate planning, het erkennen van het belang van het bereiken van gestelde doelen en een eerlijke evaluatie van iemands status, samen met vooruitgang en/of achteruitgang. Iemands tevredenheid over het bereiken van doelen wordt ook geëvalueerd terwijl iemand de volgende reeks doelen conceptualiseert. Het conceptualiseren en nadenken over de stappen die in de nabije toekomst moeten worden gezet naar een veel grotere realisatie van doelen is een aspect van interne vooruitgang. Een dergelijke vooruitgang vindt plaats terwijl je in het heden bent en het verleden als leidraad gebruikt om grotere wijsheid te verwerven, wat leidt tot het bewust overwegen van de mogelijkheden van een mooie toekomst en het nemen van actieve stappen in de richting van die toekomst. Vooruitgang in de context van de materiële wereld kan eenvoudigweg worden gemeten in termen van cijfers, waarbij de hoeveelheid verzameld geld een belangrijke indicator of barometer van prestaties wordt. Financiële vooruitgang kan gemakkelijk worden gecontroleerd en geverifieerd in termen van geldgroei, persoonlijke relaties, middelen, investeringen, banksaldi, enz., waarbij men interne gevoelens van succes en prestatie ervaart.

Zorgvuldig zelfonderzoek met betrekking tot iemands huidige status van bezittingen en het niveau van vooruitgang van het totale vermogen, nettovermogen, vermogen, enz., leidt tot verminderde verplichtingen, verbetering van de kwaliteit van relaties en het openen van nieuwe mogelijkheden. Dergelijk zelfonderzoek voegt enorme waarde toe aan verdere persoonlijke groei in het heden en heeft een didactische kwaliteit met betrekking tot de toekomst. Vooruitgang kent vele aspecten en dimensies, zoals:

- 1) Voortzetting van iemands educatieve groei creëert een evolutie van verdere cognitieve en emotionele vaardigheden met een grotere energetische stroom.
- 2) Het cultiveren van een beter begrip van de volgende stappen die genomen moeten worden naarmate men verder komt.
- 3) Stoppen met enkele huidige activiteiten en iets nieuws doen/starten.
- 4) Proberen nieuwe projecten te starten, nieuwe ervaringen uit te proberen en het bewustzijn van de huidige status van innerlijke gedachten/gevoelens te vergroten.
- 5) Ontwikkeling van een verhoogde verfijnde staat waarin gevoelens uiteindelijk kunnen transformeren in staten van vreugde.
- 6) De interne thermometer resetten, dagelijkse doelen stellen en kleine consistente stappen zetten...
- 7) Consistentie is absoluut essentieel voor vooruitgang, zonder in langdurige negatieve emotionele toestanden van regressie en opgeven te vervallen.
- 8) Vooruitgang kan een voortdurende verandering zijn waarbij men zich niet in slechts één richting beweegt, maar doelbewust en doelbewust probeert verschillende bezigheden te onderzoeken en te implementeren. Dit houdt in dat je bepaalde bezigheden moet stopzetten en iets totaal anders moet proberen dat je nog niet eerder hebt gedaan. Dit soort verschuivingen moeten zorgvuldig, bewust en voorzichtig gebeuren, zodat men zichzelf geen schade toebrengt. De nieuwigheid van een dergelijke verschuiving schept de mogelijkheid om een grotere staat van genot te ervaren met gelijktijdige interne verbetering.
- 9) Verbeterde communicatie met iemands familie vindt plaats als iemand de positieve energetische kwaliteit van innerlijke ontwikkeling begint uit te stralen.
- 10) Verbeterde relaties met collega's, supervisors, vrienden en de samenleving in het algemeen vinden plaats naarmate iemands interacties respectvoller worden vanwege de erkenning van de goede eigenschappen en sterke punten van anderen. De aandacht wordt



gevestigd op de energie achter de sterke punten van anderen en dit bevordert een betere kwaliteit van interacties met iedereen die in iemands interactieveld komt.

11) In een staat van vooruitgang verbetert de kwaliteit van de interacties met de buitenwereld in het algemeen waar men zijn passies, dromen en doelen voortzet of nastreeft. In een dergelijke progressieve denkwijze vinden nieuwe acties plaats op een manier waarbij men zeer zelfverzekerd en duidelijk is over zijn energetische identiteit in relatie tot de wereld.

Vooruitgang heeft centraal gestaan in het leven van de auteur als onderliggend principe waarrond grote doelen werden bereikt, zoals het bereiken van de top van de Mount Everest, waarvoor meerdere jaren van training en toewijding nodig waren. Plaatsing en activering van kernenergie (oerenergie) waren essentieel bij het verwezenlijken van dit doel. Een dergelijke prestatie begint met een duidelijke conceptualisering van de waarde die inherent is aan de progressie die naar grote piektoestanden leidt. Het verlangen naar zulke piektoestanden en het bereiken van verheven doelen vereist stevast de best mogelijke visualisatie van het uiteindelijke doel. De interne betekenis van een verheven doel en de glorie van vooruitgang moeten in elk facet van iemands leven worden geïnternaliseerd, waardoor ervaringen tot bloei kunnen komen. Deze ervaringen veroorzaken en onderhouden de bloei en uitbreiding van gedachten en emoties van goede kwaliteit. De auteur waardeert echtheid en geeft uitdrukking aan de gepresenteerde ideeën om waarheden over te brengen die direct zijn ontdekt in de buitengewone ervaring die bekend staat als het leven. Zonder echtheid kan de adequate overdracht van deze buitengewone waarheden en ideeën de mensheid niet van een staat van stagnatie naar een ontwaken van vooruitgang verheffen. De auteur moedigt lezers aan om de echtheid ervan te ontdekken, en daarmee intern meerdere processen op gang te brengen die echte vooruitgang op gang zullen brengen die repetitieve cycli stopt die stagnatie veroorzaken. Het onderscheid tussen stagnatie en vooruitgang moet duidelijk zijn in de geest voordat er enige echte vooruitgang kan plaatsvinden. Dit onderscheid wordt verder begrepen als men de gevangenschap in zich herhalende cycli herkent waarin men niet verder komt. Vanuit het perspectief van de auteur is stagnatie simpelweg het vastzitten op dezelfde plek. Een andere manier om over

stagnatie na te denken is de herhaling van dezelfde activiteiten waarbij geen vooruitgang plaatsvindt, en het is alsof je dezelfde activiteiten herhaalt en andere resultaten verwacht. Er is sprake van stagnatie wanneer men niet in staat is om uit de gebaande paden te treden, psychologisch en/of anderszins, zodat men zowel intern als extern vastzit. Bij het beschouwen van cognitieve vaardigheden en sterke punten treedt stagnatie op als gevolg van beperkende patronen die in de loop van de tijd lijken te blijven bestaan. Deze patronen worden ingeprent als gevolg van iemands opvoeding en conditionering, waarbij het vermogen om de aard van iemands patronen waar te nemen verminderd blijft vanwege de kracht van dergelijke zich herhalende patronen. Er is moed nodig om repetitieve patronen te herkennen, en vanuit die moed verschillende soorten veranderingen te proberen die bijzonder schadelijke patronen of stagnerende patronen kunnen doorbreken. Er zijn ongetwijfeld vele facetten van moed. De moed om verschillende soorten activiteiten, gebeurtenissen, situaties, enz. te ervaren, vereist allemaal energie om geactiveerd te worden. De energie in moed is waar de emotie van moed en de intellectuele kracht erachter zich beweegt in een richting richting iemands doelen, zodat de energie intact en niet-gefragmenteerd blijft. Er is dus geen sprake van een afleiding van de energie die consequent naar het doel stroomt.

## **BUITEN/INNERLIJKE VRIJHEID & VITAMINE M**

De regeneratie van kernenergie leidt tot uiterlijke en innerlijke vrijheid in alle aspecten van het leven, waarbij vitamine M toeneemt in de vorm van grotere financiële kracht en de correlatie ervan met de energetische ontwikkeling van mentale kracht.

Met betrekking tot het verkrijgen van een beter perspectief op geld in het algemeen, willen wij u op het volgende wijzen:

- 1) Geld heeft de afgelopen 2000 jaar een verscheidenheid aan veranderingen in veel verschillende vormen ondergaan.
- 2) Geld is een symbolische weergave van ruwe energie die wordt geproduceerd door menselijke activiteit.

- 3) In het verleden heeft geld veel verschillende vormen van intrinsieke waarde aangenomen, zoals dieren, tabak, groenten, verschillende metalen, bont, enz.
- 4) Sierwaardevolle voorwerpen zoals edele metalen werden gebruikt om een symbolische weergave van de waarde te geven die inherent is aan deze voorwerpen. De standaardisatie van de waarde in termen van munten geslagen uit edele metalen creëerde een manier om deze ruwe energie op kwantificeerbare en tastbare manieren weer te geven.
- 5) Naarmate de menselijke beschaving zich ontwikkelde, diende de symbolische aard van geld als vervanging voor materiële objecten, wat een belangrijke fase markeerde van verdere sociologische ontwikkeling. Dit soort standaardisatie creëerde een psychologische inprenting van de symbolische representatie van geld in de geest en daardoor raakten de daarmee samenhangende emotionele en intellectuele processen aanzienlijk gekristalliseerd in de context van symbolisch geld, waar deze kristallisatie diende als een middel voor de geest om meer veiligheid te vinden.
- 6) In de menselijke geschiedenis zijn er verschillende uitgevende instellingen gecreëerd op basis van vertrouwen, waar rijkdom kan worden gestandaardiseerd en de stroom van rijkdom via een uitwisseling van goederen en producten heeft plaatsgevonden. In de 19e eeuw gaven duizenden banken bankbiljetten uit die bestaande materiële bezittingen weerspiegelden. Het gebruik en de opslag (besparing) van geld evolueerde verder om de toekomstige intentie (om bepaalde ervaringen op te doen) en de koopcapaciteit van goederen en producten te vertegenwoordigen. Ook werd het concept van een promesse ontwikkeld, dat de intentie aangeeft om in de toekomst te betalen. Dit werd een krachtige stimulans in het handelsproces. Regeringen begonnen obligaties uit te geven waar een dergelijke uitgifte van deze obligaties van fundamenteel belang was voor de opkomst van moderne natiestaten.

Nu we tot op zekere hoogte de noodzaak van persoonlijke en financiële vooruitgang hebben onderzocht, is het noodzakelijk om toe te geven en te erkennen dat de hele wereld meedogenloos financiële zekerheid en succes nastreeft. Het is werkelijk verbazingwekkend als je bedenkt hoeveel tijd en energie het nastreven en verbeteren van financiële prestaties drijft. Ongetwijfeld is geld een van de grootste krachten in het leven die diverse persoonlijke ervaringen kan opleveren, variërend van louter overleven tot buitengewone verwenning. Om het loutere overleven achter zich te laten en de financiële kracht te vergroten, is het herstel van kernenergie noodzakelijk, resulterend in innerlijke en uiterlijke vrijheid. Vrijheid betekent in zekere zin het niet gebonden zijn aan beperkingen en het vermogen om dromen en doelen te verwezenlijken. Wanneer we proberen innerlijke en uiterlijke vrijheid tot stand te brengen, moeten sleutelwaarden, overtuigingen en

denkprocessen aanwezig zijn, zoals:

- 1) Ontwaken van intellectuele kracht om het verschil te begrijpen tussen beperkingen, gebondenheden en vrijheid...
- 2) Harmonie tussen lichaam en geest waar beiden vrede hebben...
- 3) Onderzoek en erkenning van de relatie tussen verlangens, persoonlijke vaardigheden en het rijk van mogelijkheden voor interactie, wat allemaal leidt tot de accumulatie van vitamine M.
- 4) Acceptatie van het idee dat het genereren van vitamine M een energetisch fenomeen is...
- 5) Het stoppen van de verspreiding van vitamine M als gevolg van interne/externe onevenwichtigheden en conflicten.
- 6) Erkenning dat vitamine M bestaat als mentale energie (psychologische kracht) doordat je grotere hoeveelheden geld kunt besparen terwijl je geld gebruikt, net zoals elke vitamine wordt gebruikt. Dit leidt tot maximaal intern genot dankzij het gebruik van Vitamine M op de best mogelijke manier, waarbij onevenwichtigheden op 12 gebieden van iemands leven worden voorkomen.
- 7) De geest heeft veel verlangens en de vrijheid om deze verlangens te vervullen komt voort uit de accumulatie van geld. Erkenning dat louter het nastreven van geld zonder persoonlijke ontwikkeling geen oplossing is voor persoonlijke problemen en niet daadwerkelijk de deur naar ongestoorde vreugde kan openen. Geld in de vorm van vitamine M is eenvoudigweg een middel dat alles mogelijk maakt, omdat het de lijm is die alles bij elkaar houdt zolang iemands interne energie samenhangend is.
- 8) Ware acceptatie van het feit dat het beschadigen van de kernenergie in jezelf verlies van vitamine M veroorzaakt, zowel extern als intern... Dit verlies resulteert in een gebrek aan focus, verminderde emotionele stabiliteit en een algehele vermindering van krachtige energie die nodig is om alle gebieden van iemands leven van energie te voorzien .

9) De ware kracht van Vitamine M is aanwezig wanneer men in een staat van vrijheid komt en die vrijheid zelf zorgt voor meer vrede en kalmte van binnenuit. Innerlijke stilte is als de oceaan, waarbij je de diepte van de oceaan niet eens kunt beoordelen door er simpelweg naar te kijken. Er wordt een oceanische kalmte ervaren wanneer vitamine M en vrijheid tegelijkertijd worden benut.

10) Uitgebreide ervaringen van de materiële wereld zijn mogelijk met Vitamine M, waarbij het bestaan van vrijheid ervaringsgericht wordt gevoeld als een uitbreiding van persoonlijke energie. Een dergelijke expansie verbindt persoonlijke groei/excellentie met de opslag van financiële energie, waarbij Vitamine M expansie faciliteert en verder bevordert. Naarmate iemands financiën en banksaldo toenemen, is er een overeenkomstige verbetering van persoonlijke energetische uitmuntendheid.

Met deze tien kernpunten in gedachten kan de fout worden vermeden om de financiële groei te vergroten zonder de focus op zelfontwikkeling. Om uitsluitend iemands banksaldo verder en verder te zien toenemen als persoonlijke uitmuntendheid is een ernstige psychologische fout die uiteindelijk de innerlijke kernenergieën schaadt. Het hart en de ziel van vooruitgang bestaan uit persoonlijke groei met overeenkomstige financiële groei die de stroom van positieve energie in iemands lichaam, geest en ziel verbetert.

Innerlijke vrijheid is onverbiddelijk verbonden met het aangeboren en ontwikkelingsvermogen om de volledige verantwoordelijkheid voor iemands gedachten, gevoelens en alle daden op zich te nemen. Deze verantwoordelijkheid ontwaakt wanneer men bewuste en adaptieve beslissingen neemt op basis van een onbevooroordeelde kijk op elk aspect van iemands leven. Innerlijke vrijheid is vrij zeldzaam in het leven en kan alleen worden ontdekt door individuen die de verantwoordelijkheid op zich nemen voor de manier waarop kernenergie onder alle omstandigheden en situaties stroomt. De kracht van vitamine M is zodanig dat aan instinctieve, emotionele en intellectuele behoeften wordt voldaan in de context van kernwaarden die gevolgen hebben binnen iemands invloedssfeer. Wanneer op adequate wijze aan deze behoeften wordt voldaan, functioneren ze niet langer als remmers van innerlijke vrijheid, omdat kernenergie zich extern manifesteert als

geld en intern als vitamine M in de vorm van mentale kracht. Het hele besluitvormingsproces wordt bekrachtigd met intelligentie, zodat meerdere vormen van verantwoordelijkheid, zoals persoonlijke, familiale, sociale en spirituele, op natuurlijke wijze worden opgenomen.

Innerlijke vrijheid en totale persoonlijke verantwoordelijkheid zijn met elkaar verbonden waar het niveau van onderlinge verbondenheid leidt tot adaptieve acties. Deze acties zijn mentaal en fysiek, en hun adaptieve aard ontvouwt zich als gevolg van de adequate expressie van kernenergie als ervaringsvrijheid. Vrijheid is een ervaringsstaat van adaptieve besluitvorming, een staat van natuurlijke psychologische evolutie en een staat van energiebesparing die leidt tot geïntegreerd bewustzijn en involutie over twaalf dimensies van iemands leven. Vanuit filosofisch oogpunt vindt involutie plaats wanneer een proces of object ontologisch 'naar binnen' wordt gekeerd. Wanneer de macht van het geld zich 'in zichzelf begint te keren', leidt dit tot behoud van deze macht en concentratie zonder fragmentatie, zodat verfijnde energie in de vorm van vitamine M zich in onszelf begint te ontwikkelen.

**ERVARINGSVRIJHEID IS EEN TOESTAND VAN TOENEMENDE VREUGDE**  
**-RICKY SINGH**

### **LOCUS VAN CONTROLE & VRIJE WIL**

Iemands innerlijke vrijheid wordt ervaren wanneer hij de vrijheid van denken heeft om feiten, standpunten of andere ideeën vast te houden en te overwegen, terwijl hij de nodige aandacht en respect aan anderen schenkt, en toch zijn visie op persoonlijke vrijheid formuleert. Persoonlijke vrijheid impliceert inherent het bestaan van vrije wil en de energie die aanwezig is in het onbelemmerd kiezen tussen mogelijke handelwijzen. 4 Vrij gekozen acties, met een besef van de stroom van kernenergie in acties, leiden tot een praktisch begrip van het verband tussen vrije wil en morele verantwoordelijkheid, zodat financiële macht wordt gebruikt

voor algemeen voordeel. Vrijwillige handelingen zijn positief als ze worden uitgevoerd door in een ruimte van innerlijke vrijheid te blijven. Mentale toestanden zoals overreding, overleg en verbod zijn allemaal mogelijk dankzij de energetische processen die erop gericht zijn geld te vergaren en de vrijheid te ervaren die wordt verkregen door het bezit van geld. Bij het verder onderzoeken van de vrije wil moet iemands locus of control in maximale balans en energetische integratie zijn, zodat de vrije wil voor het grootste voordeel functioneert. Locus of control wordt geconceptualiseerd als:

1) "Locus of control is de mate waarin mensen geloven dat zij, in tegenstelling tot externe krachten (buiten hun invloed), controle hebben over de uitkomst van gebeurtenissen in hun leven. Het concept werd in 1954 ontwikkeld door Julian B. Rotter en is sindsdien een aspect van de persoonlijkheidspsychologie geworden. De 'locus' van een persoon (meervoud 'loci', Latijn voor 'plaats' of 'locatie') wordt geconceptualiseerd als intern (een overtuiging dat iemand zijn eigen leven kan beheersen) of extern (een overtuiging dat het leven wordt beheerst door externe factoren die de mens beheerst). persoon geen invloed kan uitoefenen, of dat toeval of lot zijn leven beheerst)."

2) Individuen met een sterke interne locus of control geloven dat gebeurtenissen in hun leven voornamelijk voortkomen uit hun daden: bij het ontvangen van examenresultaten hebben mensen met een interne locus of control bijvoorbeeld de neiging zichzelf en hun capaciteiten te prijzen of de schuld te geven. Mensen met een sterke externe locus of control hebben de neiging externe factoren, zoals de leraar of het examen, te prijzen of de schuld te geven.

Een sterke interne locus of control is het resultaat van iemands vrije wil, wat mogelijk kan leiden tot een aanzienlijke vermindering van stress/angst. Er zijn dispositionele kenmerken van individuen die stress, spanning, zorgen, onzekerheid, angst, enz. bevorderen. De Locus of Control-theorie moedigt individuen aan om te erkennen dat controle over de uitkomst van persoonlijke acties mogelijk is door de aanwezigheid van een interne locus te herkennen en vervolgens actie te ondernemen. stappen naar verdere vooruitgang. Het ontwakken van kernenergie vergroot iemands interne en externe locus of control, vermindert

de negatieve effecten van stressvolle gebeurtenissen, vergroot taakgericht coping-gedrag, vergroot de toegang tot veelzijdige hulpbronnen (dat wil zeggen taakhulp, emotionele steun, informatie, enz.), vergroot het stressbufferende effect van sociale steun, verandert iemands perceptie van gebeurtenissen in een positieve richting en vergroot het zelfrespect.

## **FINANCIËLE GROEI & PERSOONLIJKE UITMUNTENDHEID**

Financiële groei is zeker een belangrijk facet van persoonlijke uitmuntendheid. (Zie figuur 21 in de bijlage) Dergelijke groei vereist het koesteren en vestigen van dominante denkbeelden die financiële groei kunnen bevorderen. Vanuit ondernemingsperspectief leiden een consumentgerichte mentaliteit, het bewust verhogen van de productiviteit op basis van de status van vraag en aanbod, en het systematisch ontwakken van innerlijke kracht allemaal tot een verbeterde kwaliteit van de geleverde producten/diensten met een overeenkomstige toename in betrouwbaarheid en consistentie. Het vergroten van de mentale kracht leidt tot de verbetering van operationeel, analytisch, systemisch en conceptueel denken. Het creëren van innerlijke en uiterlijke eenheid (d.w.z. de energetische verbinding tussen persoonlijke energie en de perceptie van de groei van geld als de groei van energie) produceert een superieur niveau van waardegeneratie voor de ondernemer en de consument. Een dergelijke interne en externe verbinding tussen ontwaakte energieën genereert creatief aanpassingsvermogen, duurzame productiviteit, verbeterde kwaliteit van diensten/producten, grotere klantgerichtheid en grotere duurzaamheid. Een dergelijke verbeterde verbinding vergroot de concurrentievoordelen en bevordert expansie en winstgevendheid.

Elk groeiproces, zowel intern als extern, moet zodanig adaptief zijn dat het proces zelf redelijk, begrijpelijk, voorspelbaar en beheersbaar is, vooral voor jezelf. Er zijn maximale en minimale strategieën waarbij aanvulling en aanvulling met elkaar verbonden zijn voor echte ontwikkeling zonder schade aan iemands innerlijke kracht of huidige financiële status. Ieder individu dat naar uitmuntendheid streeft, moet beginnen met een echte ontdekking van de



functionaliteit van zijn/haar intelligentie, wat leidt tot dynamische vooruitgang. Elke zoeker naar uitmuntendheid moet de noodzaak van aanpassing en het overschrijden van beperkte grenzen onderkennen. Het garanderen en versnellen van het genereren van resultaten vereist een aanhoudende stroom van energie in richtingen die zorgvuldig worden gevisualiseerd en gepland.

Individueen die verdere financiële groei wensen, moeten het huidige paradigma waarin zij functioneren onderkennen en nieuwe paradigma's ontdekken die de focus kunnen verleggen naar het genereren van marktwaarde. Essentiële kwaliteiten zoals aanpassingsvermogen en klantgerichtheid leiden tot paradigma's die verbetering bevorderen in de context van elke huidige markt. Het bepalen van de beste structuur en functie van bedrijfsprocessen is van fundamenteel belang bij het omgaan met complexiteit. Deze complexiteit stelt een ondernemer in staat om de hoofdoorzaken van bedrijfsfuncties op de voorgrond te houden. Het bouwen en verder ontwikkelen van een raamwerk voor het beheeren van zakelijke functies vergt persoonlijke energie om zich goed synchronon te kunnen ontwikkelen. Zodra dit gebeurt, treden aanpassingsvermogen, groeisnelheid en verbetering van de winstgevendheid op. Er moet ook een overkoepelende visie op sociale en zakelijke structuren en functies worden ontwikkeld, zodat elk bedrijf kan floreren door rekening te houden met de bredere context die erbinnen bestaat. Dit geldt voor ondernemers en werknemers.

Financiële groei en persoonlijke uitmuntendheid parallel aan de sporten van een ladder. Zodra een individu stap voor stap begint te klimmen, onderneemt hij in wezen een actie richting persoonlijke uitmuntendheid en de volgende actie richting persoonlijke vrijheid. Deze analogie is volkomen adequaat gezien het feit dat er afwisselende sporten van financiële vrijheid en persoonlijke uitmuntendheid moeten bestaan en achtereenvolgens moeten worden beklommen voor een adequate en stabiele ontwikkeling door de tijd heen. Sommigen willen graag één of twee sporten tegelijk overslaan en dat kan schade, psychologische instabiliteit, financiële risico's en het niet duurzaam maken van adequate groei veroorzaken. De energie die nodig is om van de ene sport van een ladder naar de andere te gaan, kan in de loop van de tijd moeilijk worden, afhankelijk van het tempo van het individu en de afstand tussen de runs. Als de runs op voldoende afstand van elkaar staan, is

er voldoende aandacht voor de directe omgeving en loopt het klimproces ook synchroon met de positionering van de ladder. Er is dus een grotere kans op verdere vooruitgang richting de top van de ladder. Je kunt op elk moment in je leven stappen zetten richting financiële vrijheid of persoonlijke ontwikkeling. De sleutel is om op elk moment in het leven met een van beide te beginnen. Als men begint met persoonlijke ontwikkeling, ontstaat er een adequate besteding van geld. Bij het uitgangspunt van persoonlijke ontwikkeling moet de klimmer zich ervan bewust zijn dat de sporten niet te ver uit elkaar staan, omdat het klimmen moeilijker wordt als er te veel afstand tussen de sporten is. Op dezelfde manier moet, als men begint met persoonlijke ontwikkeling, de daadwerkelijke ontwikkeling van de ene stap naar de volgende beheersbaar en uitvoerbaar zijn en uitgevoerd worden zonder van de persoonlijke ontwikkelingsladder te vallen, samen met het voorkomen van impulsieve opwinding om met verhoogd risico de top te bereiken. Deze analogie is behoorlijk adequaat met betrekking tot financiële ontwikkeling, aangezien veel individuen vrij snel de financiële top willen bereiken zonder adequate bescherming te hebben of voldoende aandacht te besteden aan het klimproces naar persoonlijke ontwikkeling/financiële ontwikkeling.

Als een individu begint te klimmen terwijl de financiële ontwikkeling al intact is, zoals in het geval van iemand die in geld geboren is, zou de volgende trede persoonlijke ontwikkeling moeten zijn. Iemand die in geld of rijkdom is geboren, zou al financiële groei kunnen hebben en financieel slimmer kunnen worden. De volgende stap voor zo iemand zou persoonlijke ontwikkeling moeten zijn, waarbij hij of zij kan proberen de geest te kalmeren en meer inzicht te krijgen in zijn interne energieën, zodat andere bezigheden hem kunnen helpen groeien en een beter mens te worden. Iemand die aan het begin van zijn leven staat en nog niet over voldoende financiële stabiliteit, groei en persoonlijke uitmuntendheid beschikt, moet intern gaan werken aan zijn persoonlijke ontwikkeling, zoals naar de universiteit gaan of een hogere opleiding volgen, en verschillende vaardigheden leren. dieper inzicht in de sluimerende kracht en energie die in hen bestaat. Groei naar financiële verbetering zou plaatsvinden bij individuen die de aandacht op persoonlijke ontwikkeling hebben gehouden, zoals eerder vermeld, en deze ontwikkeling komt tot stand door afwisselend stappen te zetten, net zoals het beklimmen van een

ladder. Het met elkaar verbinden van het fysieke lichaam en de geest is als de twee zijden van een ladder die dezelfde lengte en dezelfde hoogte moeten hebben en goed met elkaar verbonden zijn door de sporten. Stel je een ladder voor met twee ondersteunende armen waar de ladders met elkaar verbonden zijn, waar persoonlijke uitmuntendheid in financiële groei en persoonlijke groei elkaar afwisselen of tegelijkertijd plaatsvinden. Daarom is dit een manier om energie intern (d.w.z. in geest/lichaam/ziel) te verbinden en geld te vergaren terwijl vitamine M wordt uitgebreid als onderdeel van persoonlijke uitmuntendheid.

## **ONTWAKEN ENERGETISCHE INTELLIGENTIE**

Om een grotere ontwikkeling op persoonlijk en financieel vlak te bereiken, zijn adequate zakelijke/beroeps- en persoonlijke ontwikkelingsstrategieën nodig om het bereiken van de gewenste resultaten te garanderen. Een bewust planningsproces bij het bereiken van korte- en langetermijndoelen vereist het ontwaken van energetische intelligentie die ten grondslag ligt aan/bestaat als een potentieel binnen elk individu. Uitbreiding van energieke strategieën kan de ontwikkeling van winstgevende bedrijfsmodellen veiligstellen, wat kan leiden tot het gebruik van persoonlijke intelligentie op manieren die win-winsituaties nastreven. De ontwikkeling van effectieve strategieën, waarbij rekening moet worden gehouden met adaptieve processen die nodig zijn voor adequate interactie in diverse omgevingen, samen met de integratie van een verscheidenheid aan expansieve strategieën voor een bepaald bedrijf, moeten allemaal op een preventieve en defensieve manier met elkaar worden verbonden om resultaten te garanderen zonder problemen te veroorzaken. schade als gevolg van risicovolle inspanningen. Het garanderen van adequate resultaten van elk type bedrijfsstrategie (of beroepsstrategie) vereist een duidelijke evaluatie van iemands huidige levensomstandigheden, zodat het bouwen van zinvolle oplossingen voor zakelijke/beroepsmatige uitdagingen kan plaatsvinden met behulp van de kracht van intelligentie. De macht die binnen de intelligentie bestaat, kan worden gewekt door het verband tussen zakelijke (of beroepsmatige) ontwikkeling en intellectuele kracht te onderkennen. Erkenning van verbindingen tussen iemands intelligentie

en de natuurlijke/economische wereld maakt het mogelijk dat conceptuele/fundamentele benaderingen uiteindelijk worden geoperationaliseerd in actieplannen. Een dergelijk ontwakken en versterken van intelligentie versterkt iemands huidige bedrijf en/of beroep systematisch, door een staat van ruimdenkendheid te bereiken. Intelligentie-ontwakken kan plaatsvinden wanneer men de betekenis onderkent van een verscheidenheid aan soorten intelligentie, zoals competitieve intelligentie, vitale intelligentie en structurele intelligentie. Competitieve intelligentie ontwaakt wanneer men de noodzaak erkent van het verkrijgen van bredere perspectieven met betrekking tot een bepaald bedrijf of een bepaalde sector. Door dit te doen wordt het pad naar verdere vooruitgang duidelijker. Dergelijke duidelijkheid vloeit voort uit inzicht in de algehele structuur van het bedrijf in de context van de verschillende concurrenten die mogelijk aanwezig zijn. Dit type intelligentie staat bekend als competitieve intelligentie, zodat het niet op een schadelijke manier jegens wie dan ook wordt gebruikt, maar toch wordt gebruikt om de levering van goederen en diensten verder te verbeteren. Deze concurrentie-intelligentie is ook toepasbaar in normale werkomgevingen voor werknemers die in diverse zakelijke omgevingen werken. Vitale intelligentie verwijst naar de kracht en kracht binnen de intelligentie die toepasselijke persoonlijke vitaliteit voortbrengt, zodat de algehele competitieve bedrijfsstructuur binnen iemands gezichtsveld ligt. Deze vitaliteit verbetert de diensten en producten die aan de gemeenschap/consumenten in het algemeen worden aangeboden om diensten en producten van de beste kwaliteit te bieden. Een dergelijke intentie heeft vitale energie en heeft een voorbeeld- of stimulerend effect als het in contact komt met klanten. De kwaliteit van de interactie met hen en de kwaliteit van de aangeboden producten/diensten verhoogt de algehele vitaliteit en kracht. Structurele intelligentie is de cognitieve kracht die wordt geplaatst in de algemene visie van een bepaalde bedrijfstak en de onderlinge verbindingen ervan met andere bedrijfstakken. Dergelijke onderlinge verbindingen worden op een hoger niveau waargenomen vanwege de aanwezigheid van ontwaakte/verfijnde energie in iemands intellect. Deze energie die in het intellect aanwezig is, bereikt grotere hoogten als gevolg van de aandacht die wordt besteed aan de fysieke en psychologische ontwikkeling en door het bewegen naar een staat van interne niet-tegenstrijdigheid. (Interne niet-tegenstrijdigheid is een toestand waarin iemands

gedachten, emoties, herinneringen, verlangens en kernenergie optimaal op elkaar zijn afgestemd.) Energetisch ontwaken in iemands geest en lichaam leidt tot het herkennen van vele grondoorzaken van ontelbare menselijke problemen die kunnen worden opgelost door samenhangende economische systemen. De onderliggende oorzaken van problemen binnen de onmiskenbare realiteit van behoeften en eisen kunnen met duidelijkheid en de juiste visie worden begrepen. Deze visie maakt de ontwikkeling mogelijk van goede indicatoren en voorspellers van de evolutie en voortgang van een bepaalde zakelijke of beroepsmatige onderneming. Energetische intelligentie stelt iemand in staat om in de toekomst te projecteren, met betrekking tot het bouwen van mogelijke trends en scenario's, binnen het raamwerk van een bepaald bedrijf/beroep. Deze trends en scenario's worden geconceptualiseerd met een verbeterd, onderling verbonden begrip van meerdere bedrijfssystemen en -structuren in de context van economische principes. Dit onderling verbonden begrip is de sleutel tot daadwerkelijk succes in het bedrijfsleven, omdat er een grotere en diepere visie op onderlinge verbondenheid bestaat. De erkenning van onderlinge verbondenheid en de toepassing van energetische intelligentie in die onderlinge verbondenheid maakt het mogelijk dat goede besluitvorming plaatsvindt bij de ontwikkeling van een specifieke zakelijke of beroepsmatige onderneming. Daarom is er, zoals de ladder-analogie eerder werd besproken, sprake van een beweging van de ene naar de andere run, waarbij energetische intelligentie steeds verder blijft evolueren, terwijl het grotere raamwerk waarrond een bepaald bedrijf wordt ontwikkeld in gedachten wordt gehouden. De context van algemene maatschappelijke systemen, overheidssystemen en andere concurrerende bedrijfsstructuren wordt energiek in het geheugen gehouden, wat leidt tot de beste besluitvorming als men probeert verder te komen in twaalf dimensies van iemands leven.

Naarmate de energetische intelligentie zich ontwikkelt, kunnen verschillende indicatoren en voorspellers toekomstige mogelijkheden beïnvloeden, waarbij het concurrentievoordeel van iemands bedrijf (of beroep) kan evolueren naar een vermogen om verschillende bedreigingen voor de ontwikkeling van het bedrijf te vinden en te voorkomen. Het vermogen om de sterke en zwakke punten van het eigen bedrijf (of het bedrijf waarvoor men werkt) te herkennen is een indicatie van

prestatie-indicatoren. Prestatie-indicatoren worden gebruikt om een beter inzicht te krijgen in het soort activiteiten/acties dat moet worden uitgevoerd naarmate men financieel en persoonlijk verder komt. Er is een erkenning van de sterke en zwakke punten van iemands bedrijf (of iemands beroepsactiviteit) en die sterke punten worden verder versterkt wanneer zwakke punten worden gezien als kansen voor verdere ontwikkeling. Energetische intelligentie onderkent ook het vermijden van risico's en identificeert interne/externe mogelijkheden voor verdere ontwikkeling in relatie tot het vermogen of het vermogen van elke organisatie/individu om veerkrachtig te worden. Veerkracht is een ander belangrijk facet van persoonlijke veerkracht. Het concept van veerkracht is zeer krachtig in de zin dat het een verjongende kracht (energie) in zich heeft die iemand in staat stelt te herstellen van eventuele tegenslagen. Tegenslagen kunnen worden overwonnen via het energetisch gebruik van inlichtingen met betrekking tot: a) de activiteiten van een bedrijf; b) informatiestroom met betrekking tot functionele aspecten; c) gedragsaspecten van medewerkers en anderen; d) concurrentievermogen; en e) algehele stroom van dagelijkse activiteiten. De operationele efficiëntie kan potentieel aanzienlijk worden uitgebreid wanneer energetische intelligentie actief wordt.

# **HOOFDSTUK 2**

## **VISIE OP JE LEVEN**

## **DOELEN STELLEN en BEREIKEN**

Om een staat van persoonlijke uitmuntendheid en financiële vrijheid te bereiken/behouden, moeten er betekenisvolle en toepasbare processen aanwezig zijn voor het stellen en bereiken van doelen. Doelen zijn in wezen onvervulde verlangens waarbij een individu aspiraties heeft om naar hogere staten van ervaring op te stijgen. Een doel is een gemoedstoestand waarin fysieke, mentale, financiële en spirituele vooruitgang gewenst is, zodat het een betere of hogere ervaringsstaat is dan iemands huidige staat. Het stellen van doelen vereist inzicht in iemands huidige levensomstandigheden in twaalf dimensies (zie figuur 1), en vanuit dit inzicht kunnen specifieke korte- en langetermijndoelen in iemands geest worden gesteld. De stevigheid van doelen ondersteunt mentaal de consistente inspanning naar een ervaringsgerichte staat van doelvoltooiing, waarin men zich naar een hogere en betere staat beweegt. Het besluitvormingsproces binnen jezelf moet helder zijn, zodat interne tegenstrijdigheden in verlangens worden opgelost. Het oplossen van dergelijke tegenstrijdigheden genereert mentale energie waarbij gestelde doelen worden bereikt dankzij een volledig bewust besluitvormingsproces. Doelen worden dus actief voor zichzelf gesteld met behulp van grotere mentale kracht. Een doel kan niet iets zijn dat niet actief is, zoals tv kijken of een andere passieve activiteit. Elk heilzaam doel genereert superieure activiteit in iemands leven en dergelijke activiteit wekt steeds meer energie op bij het nemen van betekenisvolle stappen in de richting van de vervulling van iemands dromen, plannen, verlangens, enz. Het actief nastreven van doelen kan met succes worden geïmplementeerd dankzij de aanhoudende groei van iemands innerlijke kracht. en het omarmen van grotere ervaringen.

## **DOELEN, PRESTATIES & ZELFWERKZAAMHEID**

Elk doel is een idee van de toekomst of het gewenste resultaat, gebaseerd op visie, planning en toewijding om vervulling te bereiken. Er wordt naar gestreefd om de beoogde doelen binnen een vooraf bepaalde tijd te bereiken door het stellen van deadlines. De

Het concept van een doel is vergelijkbaar met iemands doel of doelstelling, waarbij



het verwachte resultaat intrinsieke en extrinsieke waarde heeft. Als doelen moeilijk zijn met een grotere specificiteit, bestaat de mogelijkheid van hogere prestaties op basis van de mate van toewijding aan een doel, samen met iemands vermogen en mate van kennis om productieve stappen te zetten. Er bestaat een relatie tussen doelen en prestaties als volgt:

- a) Iemands aandacht en concentratie zijn gericht en geconcentreerd op doelrelevante activiteiten
- b) De moeilijkheidsgraad van elk doel wordt mentaal beoordeeld en iemands verlangen om zijn mogelijkheden uit te breiden in de richting van het bereiken van een doel wordt ook objectief beoordeeld.
- c) Interne volharding wordt vergroot door de concentratie van iemands energie.
- d) Soms is een langdurige inspanning nodig waarbij het doorbreken van zelfvernietigende gedachten absoluut essentieel wordt om te voorkomen dat de inspanningen om een bepaald doel te bereiken worden stopgezet.
- e) Doelen kunnen leiden tot het ontwaken van sluimerende energie, waarbij acties die worden ondernomen om doelen te bereiken tot een staat van opwinding kunnen leiden.
- f) Men begint het proces van het blootleggen van benaderingen, strategieën en methoden die een nieuwe ontdekking zouden kunnen zijn die zou kunnen leiden tot het genereren van grotere kracht van binnenuit.

Een positieve relatie tussen het stellen van doelen, het regelmatig uitvoeren van acties en het beste gebruik van persoonlijke energie hangt van verschillende factoren af. Ten eerste moet een doel als waardevol worden beschouwd en een psychologische betekenis hebben die betrokkenheid bevordert. Het stellen van doelen ontstaat wanneer kwaliteiten als helderheid, uitdaging, toewijding, feedback en taakcomplexiteit allemaal worden meegenomen in de activering van de kernenergie.<sup>7</sup> Op basis van iemands werkcontext kan het participatief stellen van doelen helpen de prestaties te verbeteren op basis van de interne energiestroom en iemands toewijding aan de missie van de werkgever. Zelfeffectiviteit heeft ook een significante relatie met doelbetrokkenheid. Volgens de psycholoog Albert Bandura, die het concept oorspronkelijk voorstelde, is zelfeffectiviteit een persoonlijk oordeel over 'hoe goed iemand de maatregelen kan uitvoeren die nodig zijn om met toekomstige situaties om te gaan<sup>8</sup>.' Een sterk geloof en overtuiging in iemands

aangeboren kernenergie neemt toe, de openheid van potentiële vaardigheden en cognitieve/emotionele krachten in de context van iemands vastberadenheid/doorzettingsvermogen om obstakels te overwinnen neemt ook toe. De interferentie met het meest effectief gebruiken van iemands kernenergie neemt af.<sup>9</sup> Bovendien nemen individuen af. kan goede feedback krijgen van anderen over de voortgang die wordt nagestreefd richting specifieke doelen. Het is ook raadzaam om SMART-doelstellingen vast te stellen (specifiek, meetbaar, haalbaar, relevant en tijdsgebonden) bij het stellen van doelen en het nemen van adequate dagelijkse stappen. Het SMART-raamwerk kan als enigszins beperkt worden beschouwd vanwege de uitsluiting van de moeilijkheidsgraad van doelen als onderdeel van het criterium. “In de theorie van het stellen van doelen van Locke en Latham wordt het aanbevolen om doelen te kiezen binnen het 90e percentiel van de moeilijkheidsgraad, gebaseerd op de gemiddelde eerdere prestaties van degenen die de taak hebben uitgevoerd.”

## **MINDSET-THEORIE VAN ACTIEFASEN**

Doelen kunnen op de lange termijn, de middellange termijn of de korte termijn zijn. Het belangrijkste onderscheid is de tijd die nodig is om deze te bereiken in de context van persoonlijk energieverbruik. De tijdsperiode die nodig is om doelen te bereiken is gebaseerd op de aard van doelen: korte termijn versus middellange termijn versus lange termijn. Iemands mentaliteit moet duidelijk zijn voordat een individu kan beginnen met succes in het bereiken van welk doel dan ook. Er is een reflectief proces nodig om op basis van iemands wensen de gewenste eindtoestand te bepalen. De mindset-theorie van actiefasen van Peter Gollwitzer stelt dat er twee fasen zijn bij het bereiken van elk doel:

Voor de eerste fase zal het individu mentaal zijn doel selecteren door de criteria te specificeren en te beslissen welk doel hij zal stellen op basis van zijn toewijding om het te verwezenlijken. De tweede fase is de planningsfase, waarin het individu zal beslissen welke reeks gedragingen hem ter beschikking staat en hem in staat zal stellen zijn gewenste eindtoestand of doel het beste te bereiken.

## **INCENTIEVE SALIENCE**

Bepaalde kenmerken van een doel helpen het te karakteriseren en bepalen de motivatie van een individu om dat doel te bereiken. Incentive saillantie heeft een grote impact op het stellen van doelen en het behalen van doelen en wordt als volgt gedefinieerd:

Incentive saillantie is een cognitief proces dat een 'verlangen' of 'willen' attribueert, dat een motiverende component omvat, verleent aan een belonende stimulus. Een beloning is de aantrekkelijke en motiverende eigenschap van een stimulus die leidt tot appetijtelijk gedrag - ook wel benaderingsgedrag genoemd - en consumptiegedrag. Het 'willen' van de saillantie van een prikkel verschilt van 'leuk vinden' in de zin dat 'leuk vinden' het plezier is dat onmiddellijk wordt verkregen door het verwerven of consumeren van een belonende stimulus; het 'willen' van incentive saillantie dient een 'motivationale magneet'-kwaliteit van een belonende stimulus die het tot een wenselijk en aantrekkelijk doel maakt, waardoor het wordt getransformeerd van een louter zintuiglijke ervaring in iets dat de aandacht trekt, tot benadering leidt en ervoor zorgt dat ernaar wordt gezocht . 12

In de context van incentive saillantie hebben doelen verschillende kenmerken die individuen motiveren, in verband met persoonlijke waarden/kenmerken, die het behalen van doelen voorspellen. Deze kenmerken omvatten:

- a) Het belang dat aan een doel wordt gehecht, is afhankelijk van: de aantrekkelijkheid, de intensiteit, de relevantie, de prioriteit en het teken van een doel. Het belang kan variëren van hoog tot laag en kernenergie wordt geleidelijk geactiveerd.
- b) Inzicht in de moeilijkheidsgraad is noodzakelijk wanneer de moeilijkheidsgraad wordt bepaald door algemene schattingen van de waarschijnlijkheid dat doelen worden bereikt. De moeilijkheidsgraad van elk doel moet zorgvuldig worden geëvalueerd met de beschikbaarheid van persoonlijke energie.
- c) Specificiteit wordt bepaald als het doel kwalitatief is en varieert van vaag tot nauwkeurig

geformuleerd. Doorgaans is een doel op een hoger niveau vager dan een subdoel op een lager niveau; Het willen hebben van een succesvolle carrière is bijvoorbeeld vager dan het willen behalen van een masterdiploma. Een meditatieve reflectie op de specificiteit van welk doel dan ook schept duidelijkheid over de aard van een doel.

d) Visualisatie met betrekking tot het temporele bereik schept inzicht in dit bereik, van proximaal (onmiddellijk) tot distaal (vertraagd) en heeft een directe invloed op de manier waarop iemands energie wordt gebruikt. Het bewustzijn is doorgaans groter voor proximale doelen dan voor distale doelen. Hoe dieper de visualisatie, hoe groter de helderheid wordt bij het bereiken van alle doelen (proximaal en distaal).

### **VIER FASEN VAN HET NASTREVEN VAN DOELEN & VITAMINE M**

De complexiteit van een doel wordt bepaald door hoeveel subdoelen er nodig zijn om het doel te bereiken en hoe het ene doel met het andere samenhangt. Meditatieve intelligentie is cruciaal bij het leggen van de juiste verbindingen in de context van vitamine M-opslag. (Meditatieve intelligentie is een verhoogd intellectueel functioneren via een aantal meditatie-/reflectietechnieken.) De beschikbaarheid van geld en de hoeveelheid vitamine M moeten duidelijk worden onderkend om een helder begrip van de complexiteit van doelen te bewerkstelligen. Het behalen van een diploma aan de universiteit kan bijvoorbeeld als een complex doel worden beschouwd omdat het veel subdoelen heeft, zoals het behalen van goede cijfers, en verbonden is met andere doelen, zoals het verkrijgen van een zinvolle baan. 17 Als de kernenergie op de juiste manier wordt geactiveerd, kan complexiteit worden gezien als een verbetering van de persoonlijke groei in plaats van frustratie, spanning, een laag zelfvertrouwen, enz.

Gollwitzer en Brandstatter (1997) definiëren vier fasen van het nastreven van doelen als:

- 1) Predecisional ("voorkeur instellen tussen overeenstemmende wensen en verlangens")
- 2) Preactioneel ("het bevorderen van het initiëren van doelgerichte acties")
- 3) Actional ("doelgerichte acties tot een succesvol einde brengen")
- 4) Postactioneel ("evalueren wat er is bereikt in vergelijking met wat gewenst was")

Door het verband te herkennen tussen vier aspecten van het nastreven van doelen, Vitamine M, en twaalf dimensies, kan iemand geld en tijd gebruiken voor zijn maximale voordeel.

## **DOEL-GRADIËNT HYPOTHESE**

Bij het verder onderzoeken van het stellen van doelen, het bereiken van doelen en motivatie verwijst de 'goal-gradient'-hypothese naar de klassieke bevinding uit het behaviorisme dat dieren meer moeite doen als ze een beloning naderen.<sup>19</sup> Clark Leonard Hull was een Amerikaanse psycholoog die leren en motivatie probeerde te verklaren door wetenschappelijke gedragswetten. Volgens Hull:

Doelvoortgang is een maatstaf voor de vooruitgang in de richting van het bereiken van een doel. Percepties van vooruitgang hebben vaak invloed op de menselijke motivatie om een doel na te streven. Hull ontwikkelde de doelgradiënthypothese, die stelt dat de motivatie om een doel te bereiken monotoon toeneemt van de staat van doelinitiatie tot de staat van doeleinding. Hull ontwikkelde de doelgradiënthypothese bij het observeren van ratten die racen om een voedselbeloning te ontvangen. Met behulp van sensoren om de beweging van de rat te beoordelen, merkte Hull op dat de inspanning van de rat toenam naarmate de proximale afstand tot de voedselbeloning kleiner werd. De doelgradiënthypothese is gebruikt om menselijk gedrag te voorspellen bij het nastreven van een doel.

## **VOORUITZICHTTHEORIE PERSPECTIEF**

Het perspectief van de prospecttheorie<sup>23</sup> stelt dat de motivatie om een doel na te streven kan worden verklaard met behulp van de principes van de prospecttheorie die het volgende benadrukt:

### Referentiepunten

Doelen kunnen worden omschreven als referentiepunten. Concreet dient het doel

als referentiepunt waarmee individuen psychologisch onderscheid maken tussen successen en mislukkingen. Met behulp van de terminologie van de Prospect Theory worden successen geassocieerd met winst, en mislukkingen met verliezen. Als het doel bijvoorbeeld is om 10 pond af te vallen, is het verliezen van 11 pond een succes, maar het verliezen van 9 pond een mislukking. 24 Referentiepunten zijn uiterst nuttig om de aandacht te houden op de hoeveelheid kernenergie die wordt gebruikt naarmate men dichterbij zijn doel komt. De houding waarmee successen en mislukkingen worden gemeten, is belangrijk om de motivatie actief te houden.

### Verliesaversie

Net als bij beslissingen onder onzekerheid is verliesaversie van toepassing op doelen. Bij doelen houdt verliesaversie in dat het negatieve effect dat wordt veroorzaakt door slechter presteren dan het doel, zwaarder weegt dan het positieve effect dat gepaard gaat met het overschrijden van het doel. Neem bijvoorbeeld een persoon die als doel heeft om 10 pond af te vallen. Als hij zijn doel mist door slechts negen pond af te vallen, zou de omvang van zijn negatieve emoties groter zijn dan de omvang van zijn positieve emoties als hij zijn doel overschrijdt door elf pond af te vallen. 25 Negatieve affecten (emoties) zorgen ervoor dat de kernenergie wordt verminderd, waardoor een verontrustend innerlijk milieu ontstaat. Het voorkomen van verliesaversie is mogelijk door de aandacht op elke mate van vooruitgang te houden en je energie verder in te zetten om gestelde doelen te bereiken. Afkeer van verlies kan alle twaalf dimensies van iemands leven beïnvloeden als gevolg van het creëren van interne onevenwichtigheden, variërend van licht tot ernstig, gebaseerd op de perceptie van prestaties.

### Afnemende gevoeligheid

De gevoeligheid van individuen voor vooruitgang bij het nastreven van doelen neemt af naarmate ze zich van het doelreferentiepunt verwijderen. Naarmate een individu dichterbij het bereiken van zijn doel komt, neemt de waargenomen waarde van vooruitgang dus toe. Denk bijvoorbeeld aan een doel om 10 mijl te rennen en een afzonderlijk doel om 20 mijl te rennen. Als een individu één mijl

hardloopt, is de waargenomen waarde van deze vooruitgang groter wanneer het doelreferentiepunt 16 km is dan wanneer het referentiepunt 30 km is.<sup>26</sup> Het voorkomen van “verminderde gevoeligheid” is mogelijk door de fysieke/mentale energie verbonden te houden met een doelreferentiepunt en regelmatig meditatief reflecteren op dat referentiepunt. Dergelijke reflectie stabiliseert iemands innerlijke kracht en kan verminderde gevoeligheid voorkomen.

### Subdoelen

Door gebruik te maken van een waardenbenadering voor het nastreven van doelen is de kans groter dat proximale doelen tot succesvolle resultaten leiden. Wanneer een doel proximaal is, is de waarde voor elke vooruitgangsstap groter dan wanneer het doel distaal is, gegeven de afnemende gevoeligheid. Eén manier om een distaal doel te transformeren naar een meer proximaal doel is het stellen van subdoelen. Het stellen van subdoelen is een effectieve strategie om het succesvol nastreven van doelen te motiveren. <sup>27</sup> De intelligentie om subdoelen te stellen ontwaakt door duidelijk te zien dat het stellen en behalen van subdoelen vervullend en essentieel zijn in een procesgerichte denkwijze.

## **DOELPERSISTENTIE**

Er bestaat ook een paradigma voor volharding in het nastreven van doelen. De betekenis van volharding wordt hieronder beschreven:

Spanning bij het nastreven van doelen ontstaat wanneer er een discrepantie bestaat tussen iemands huidige toestand en iemands gewenste eindtoestand. De motiverende kracht om deze discrepantie te dichten, en daarmee de spanning weg te nemen, leidt tot volharding. Sommige concepten stellen persistentie gelijk aan het behoud van momentum (een natuurkundig principe). Als een doel eenmaal is geïnitieerd, blijven de pogingen om het doel te bereiken aanhoudend tenzij ‘afgezwakt door een sterke externe stimulus of door de opwinding van een alternatieve, krachtiger doelgerichte neiging.’<sup>28</sup> Volharding is een toestand waarin energetische motivatie aanwezig is zonder de aanwezigheid van Een dergelijke

energetische toestand is mogelijk wanneer men doelbewust energie inzet om een staat van doorzettingsvermogen te bereiken die inherent lonend is, in plaats van spanning te creëren door de aandacht te houden op de discrepantie tussen de huidige toestand en het gewenste doel (eindtoestand).

Met behulp van deze concepten stellen Fox en Hoffman (2002) vier mechanismen voor doelpersistentie voor:

- a) proximale sluiting
- b) voltooiing van de duidelijkheid
- c) doelvalentie
- d) intrinsieke belangen

### Proximale sluiting

Proximale sluiting stelt dat naarmate de afstand tussen een doeleindstaat en de huidige staat van een individu kleiner wordt, de 'aantrekkelijke drijfkracht' om de doeleindstaat te bereiken toeneemt. Het doel wordt wenselijker en de voltooiing ervan haalbaarder. Bovendien neemt, naarmate de proximale afstand tot de eindtoestand van het doel dichterbij komt, ook de motiverende kracht om het doel en de daarmee verbonden doelstellingen te voltooien toe.<sup>30</sup> Naarmate een gesteld doel wenselijker wordt, wordt iemands innerlijke motivatiekracht verder geactiveerd door activering van de kernenergie. Geld wordt tot op zekere hoogte ook gebruikt om noodzakelijke artikelen/producten/diensten/enz. te kopen. om het doel te bereiken. Het beste gebruik van geld met betrekking tot proximale sluiting verbetert vitamine M psychologisch en bevordert de revitalisering van de kernenergie.

### Duidelijkheid van voltooiing

Duidelijkheid over voltooiing suggereert dat naarmate de stappen om een doel te bereiken duidelijker worden, de volharding om het doel te bereiken toeneemt. Wanneer het pad om een doel te bereiken duidelijker is, wordt het doel als



haalbaarder ervaren, en vervolgens neemt de motivatie om het doel te bereiken toe.<sup>31</sup> De energie die in iemands intellect aanwezig is, wordt geactiveerd wanneer de helderheid van voltooiing in de geest ontstaat. Duidelijkheid is in het leven van veel mensen vaak zeldzaam en het kernenergieverbruik wordt steeds meer gesublimeerd, waardoor de haalbaarheid van het bereiken van doelen steeds groter wordt, gekoppeld aan een evenwichtige motivatie.

### Doel Valentie

Voor het doelvalentiemechanisme beschrijven Fox en Hoffman (2002) valentie als 'de mate van aantrekkelijkheid of wenselijkheid van het doel'. Doelen die als zeer waardevol worden ervaren, gedefinieerd als doelen die tegemoetkomen aan de behoeften van het individu, hebben een hoge valentie. Doelen met een hoge positieve valentie zijn niet gemakkelijk vervangbaar, wat betekent dat ze niet gemakkelijk kunnen worden vervangen door een ander doel. Het is waarschijnlijker dat een individu volhardt in het bereiken van een doel dat niet door een ander doel kan worden vervangen. <sup>32</sup> Aantrekkelijkheid is ervaringsgericht omdat persoonlijke energie wordt gebruikt om de ervaring van aantrekkelijkheid te creëren. Het creëren van een hoge positieve valentie ondersteunt de plaatsing van energie, wat leidt tot een grotere volharding bij het bereiken van een doel. Wanneer een dergelijke gemoedstoestand aanwezig is, worden andere afleidende gedachten of ideeën gemakkelijk uit iemands geest verworpen.

### Intrinsieke belangen

Wat het mechanisme van intrinsieke belangen betreft, beweren Fox en Hoffman (2002) dat een individu tijdens het nastreven van een primair doel interesse kan ontwikkelen in activiteiten of ervaringen die verband houden met het nastreven van dat doel. Zelfs als de belangstelling voor het primaire doel afneemt, kunnen individuen dus gemotiveerd zijn om door te zetten in de richting van voltooiing van het doel, zodat ze zich kunnen blijven bezighouden met daarmee samenhangende activiteiten en ervaringen die een positief effect uitlokken. <sup>34</sup> De ontwikkeling van interesse in activiteiten/ervaringen die verband houden met een doel kan de reis

naar een doel zodanig vergroten dat obstakels zoals verveling, eentonigheid, verveling, enz. aanzienlijk worden verminderd.

## **SWOT-ANALYSE, STRATEGISCHE PASVORM EN BENCHMARKING**

Naast de ideeën die tot nu toe zijn besproken, kan een individu een SWOT-analyse uitvoeren, een techniek voor strategische planning die wordt gebruikt om een persoon of organisatie te helpen de sterke en zwakke punten, kansen en bedreigingen te identificeren die verband houden met zakelijke concurrentie of projectplanning.<sup>35</sup> SWOT gaat ervan uit dat de sterke punten en zwakke punten zijn vaak intern, terwijl kansen en bedreigingen vaker extern zijn.<sup>35</sup> SWOT is een acroniem voor de vier parameters van de techniek:

- 1) Sterke punten: kenmerken van het bedrijf of project die het een voordeel geven ten opzichte van anderen.
- 2) Zwakke punten: kenmerken die het bedrijf of project in een nadelige positie plaatsen ten opzichte van anderen.
- 3) Kansen: elementen in de omgeving die het bedrijf of project in zijn voordeel zou kunnen exploiteren.
- 4) Bedreigingen: elementen in de omgeving die problemen kunnen veroorzaken voor het bedrijf of project.

De mate waarin de interne omgeving van een individu of organisatie aansluit bij de externe omgeving wordt uitgedrukt door het concept van strategische fit. Het identificeren van SWOT's is belangrijk omdat ze kunnen dienen als informatie voor latere stappen in de planning om het doel te bereiken. Ten eerste moeten besluitvormers overwegen of het doel haalbaar is, gegeven de SWOT's. Als het doel niet haalbaar is, moeten ze een ander doel selecteren en het proces herhalen.

In verband met een SWOT-analyse houdt het idee van strategische fit sterk verband met het bereiken van doelen en het beste gebruik van persoonlijke energie en geld.

Strategische fit drukt de mate uit waarin een individu of organisatie zijn middelen

en capaciteiten afstemt op de kansen in de externe omgeving. De matching vindt plaats via strategie en het is daarom van cruciaal belang dat het bedrijf over de daadwerkelijke middelen en capaciteiten beschikt om de strategie uit te voeren en te ondersteunen. Strategische fit kan actief worden gebruikt om de huidige strategische situatie van een bedrijf te evalueren, evenals kansen zoals fusies en overnames en desinvesteringen van organisatieonderdelen. De strategische fit houdt verband met de op grondstoffen gebaseerde visie van het bedrijf, wat suggereert dat de sleutel tot winstgevendheid niet alleen ligt in positionering en sectorselectie, maar eerder in een interne focus die probeert de unieke kenmerken van de portfolio van middelen en capaciteiten van het bedrijf te benutten. Een unieke combinatie van middelen en capaciteiten kan uiteindelijk worden ontwikkeld tot een concurrentievoordeel waarvan het bedrijf kan profiteren. Het is echter belangrijk om onderscheid te maken tussen middelen en capaciteiten. Middelen die verband houden met de productie-inputs die eigendom zijn van het bedrijf, terwijl capaciteiten de accumulatie van kennis beschrijven die het bedrijf bezit.<sup>37</sup>

Benchmarking is ook heel relevant om voldoende vooruitgang te boeken in de richting van het bereiken van doelen. Robert Camp<sup>38</sup> ontwikkelde een twaalfphasenbenadering van benchmarking.

De 12-fasenmethodologie bestaat uit:

- 1) Selecteer onderwerp
- 2) Definieer het proces
- 3) Identificeer potentiële partners
- 4) Identificeer gegevensbronnen
- 5) Verzamel gegevens en selecteer alle partners
- 6) Bepaal de opening
- 7) Breng procesverschillen vast
- 8) Streef naar toekomstige prestaties
- 9) Communiceer
- 10) Pas het doel aan
- 11) Implementeren
- 12) Beoordelen en opnieuw kalibreren

Intellectuele energie wordt gebruikt bij het creëren van benchmarks. Het nastreven van benchmarks vereist geduld, gerichte vaardigheden, de geest op een progressief spoor houden, met gelijkmoedigheid omgaan met moeilijkheden en het herkennen van de glorie van een procesgerichte mentaliteit (zie hoofdstuk 7).

## **WOORDBEspiegelingen**

De auteur raadt lezers aan om na te denken over de ideeën die tot nu toe zijn gepresenteerd door elk woord hieronder te lezen en kort na te denken over de betekenis met betrekking tot doelen. Het volgende raster toont de belangrijkste concepten met betrekking tot het stellen van doelen en het bereiken van doelen:

DOELSTELLING/PLANNING DEADLINES DOEL/DOEL	DOELSTELLING/PLANNING DEADLINES DOEL/DOEL	DOELSTELLING/PLANNING DEADLINES DOEL/DOEL
VERWACHT RESULTAAT INTRINSIEKE WAARDE EXTRINSIEKE WAARDE	VERWACHT RESULTAAT INTRINSIEKE WAARDE EXTRINSIEKE WAARDE	VERWACHT RESULTAAT INTRINSIEKE WAARDE EXTRINSIEKE WAARDE
DOELGERICHT AANDACHT INSPANNING VOLHOUDEN	DOELGERICHT AANDACHT INSPANNING VOLHOUDEN	DOELGERICHT AANDACHT INSPANNING VOLHOUDEN
SLIMME ZELFWERKZAAMHEID MINDSET	SLIMME ZELFWERKZAAMHEID MINDSET	SLIMME ZELFWERKZAAMHEID MINDSET
BELANGSNIVEAU VAN MOEILJKHEID SPECIFICITEIT	BELANGSNIVEAU VAN MOEILJKHEID SPECIFICITEIT	BELANGSNIVEAU VAN MOEILJKHEID SPECIFICITEIT
TIJDSBEREIK PROXIMALE DOELEN DISTALE DOELEN	TIJDSBEREIK PROXIMALE DOELEN DISTALE DOELEN	TIJDSBEREIK PROXIMALE DOELEN DISTALE DOELEN
DOEL COMPLEXITEIT DOEL STREVEN SUBJECTIEF WELZIJN	DOEL COMPLEXITEIT DOEL STREVEN SUBJECTIEF WELZIJN	DOEL COMPLEXITEIT DOEL STREVEN SUBJECTIEF WELZIJN
TIME MANAGEMENT HAALBAARHEIDSCONTROLE S MIJLPALEN AANPASSEN	TIME MANAGEMENT HAALBAARHEIDSCONTROLE S MIJLPALEN AANPASSEN	TIME MANAGEMENT HAALBAARHEIDSCONTROLE S MIJLPALEN AANPASSEN
DOELVERPLAATSING STRATEGISCHE PLANNING SWOT-ANALYSE	DOELVERPLAATSING STRATEGISCHE PLANNING SWOT-ANALYSE	DOELVERPLAATSING STRATEGISCHE PLANNING SWOT-ANALYSE

# **HET ERKENNEN VAN KANSEN MAAKT SLAPENDE KRACHT WAKKER**

Het herkennen van kansen is essentieel om vooruitgang te boeken op elk van de twaalf dimensies (figuur 1) van iemands leven. Identificatie van nieuwe en onbekende kansen vindt plaats wanneer kennis uit het verleden, ervaringen uit het verleden en huidige reflecties het iemands intellect mogelijk maken om mogelijkheden te identificeren. Dit identificatieproces maakt gebruik van de energieën in het verlangen en de geest, wat leidt tot het beste gebruik van energie binnen actie (Figuur 1).

Het identificeren en selecteren van de beste kansen voor nieuwe bedrijven behoort tot de belangrijkste vaardigheden van iedereen die succes probeert te bereiken in ondernemerschap en/of werkgelegenheid. Om sluimerende macht te ontwakken is het herkennen van kansen nodig met een open en geïnformeerde geest. De volgende punten zijn aspecten van kansenherkenning die de potentie hebben om iemands innerlijke kracht in de best mogelijke richting te houden:

- 1) Persoonlijke energie is nodig om kansen te ontdekken.
- 2) Creatieve ontwikkeling van kansen is mogelijk.
- 3) Het identificeren van kansen vereist dat 'energie in verlangen' wordt gewekt.
- 4) Ondernemers kunnen beginnen met het identificeren van zakelijke kansen, terwijl ze de consument in gedachten houden. Het creëren en leveren van waarde aan consumenten creëert een mentaliteit waarin kansen worden gecreëerd en niet alleen worden gevonden.
- 5) Voorzichtig onderzoek en een grotere gevoeligheid voor de behoeften van de markt zorgen ervoor dat kernenergie indien nodig actief kan zijn, zonder overhaaste beslissingen te nemen.
- 6) De ontwikkeling van een kans kan mogelijk zijn door de suboptimale verdeling van hulpbronnen te onderkennen.
- 7) Er is een significant onderscheid tussen "erkenning van kansen" en "ontwikkeling van kansen" en reflectie op dit onderscheid kan verdere mogelijkheden voor groei bieden.
- 8) De oprichting van succesvolle ondernemingen volgt een succesvol prospectontwikkelingsproces. Dit omvat het identificeren van een kans, de beoordeling ervan en de uitbreiding ervan. Het ontwikkelingsproces is terugkerend en iteratief. Het

uitvoeren van evaluaties bevordert meer duidelijkheid in verschillende ontwikkelingsstadia en maakt daarbij gebruik van reflectieve intellectuele capaciteiten

9) een ondernemer zal waarschijnlijk meerdere keren evaluaties uitvoeren in verschillende ontwikkelingsstadia; Evaluatie kan ook leiden tot het onderkennen van aanvullende kansen of aanpassingen van de initiële visie.

Zie Figuur 26 in de bijlage met betrekking tot:

Belangrijke factoren die van invloed zijn op het kernproces van kansenherkenning en -ontwikkeling

Er zijn ongetwijfeld innerlijke en uiterlijke obstakels als je probeert vooruitgang te boeken in het leven. Als we kijken naar de betekenis van het woord 'obstakel', verwijst het naar het overwinnen ondanks tegenslag of moeilijkheden, het succesvol oplossen van verschillende problemen, het intern verslaan van een tegengestelde gedachte of emotie, het overwinnen van iets dat stagnatie veroorzaakt en het anders waarnemen. Wanneer iemand dus met uitdagingen in zijn leven wordt geconfronteerd, helpen veel positieve denkwijzen obstakels te herkennen en te overwinnen. Obstakels zijn een kans om iemands energetische stroom te herkennen en zichzelf verder te verbeteren, omdat het obstakel een kans is voor verdere interne en externe ontwikkeling. Om welk obstakel of uitdaging dan ook rechtstreeks onder ogen te zien, betekent dat je het frontaal onder ogen moet zien. Het betekent niet vastzitten in een staat van klagen en niet vastzitten aan het obstakel, maar het herkennen als iets dat een individu energetisch uitdaagt om intellectuele kracht te activeren en creatief te zijn. manieren om door het obstakel te bewegen. Dit soort creatieve creativiteit vereist een positieve staat van emotie en denken terwijl het obstakel nog steeds aanwezig is. Om in een staat van positieve emoties en gedachten te komen, is energie nodig, vooral de kernenergie om intact te blijven ondanks de obstakels die aanwezig kunnen zijn. Vandaar dat de realistische aspecten waarmee men het obstakel en de realiteit ervan bekijkt, om het te zien zoals het is, om realistisch naar verschillende mogelijkheden in het rijk van mogelijkheden te kijken en niet eenvoudigweg op een fantasierijke manier, maar om de dingen waar te nemen zoals ze zijn, ook het gebruik maken van de energie van intelligentie die op de meest positieve en creatieve manier in de geest bestaat, waarbij men de geest extreem open kan houden, waar energieën zich blijven openen terwijl er obstakels of uitdagingen aanwezig kunnen zijn. Als je concurrentie in het juiste kader en op

de juiste manier probeert te begrijpen zonder de interne macht te schaden, betekent dit dat je de kracht van concurrentie in je eigen voordeel gebruikt in plaats van in je nadeel. Concurrentie is een kans om een beter type service, een beter type product van betere kwaliteit aan de consument te produceren of te bieden, of als iemand een werknemer is, om een betere soort werkervaring of service te bieden aan een organisatie die anderen overtreft. Een dergelijke competitieve mentaliteit benut in feite iemands interne ontwikkeling en de glorie van iemands innerlijke ontwikkeling en is intern gericht in plaats van extern gericht op een manier die het kijken van binnenuit verhindert. Een extern gerichte mentaliteit zonder aandacht voor interne ontwikkeling zal energetische schade veroorzaken of het zal een onbalans in het energiesysteem veroorzaken. Ook het herkennen van de emotionele aspecten die aanwezig zijn of de stroom van emoties die aanwezig zijn terwijl er obstakels zijn, duidt erop dat je je bewust bent van de energie die emoties gebruiken. Emoties gebruiken een fenomenale hoeveelheid energie en zodra ze deze energie constructief of destructief gebruiken, gaat iemand vooruit of achteruit, of blijft hij stagneren. Het bewust, aandachtig, adequaat en creatief herkennen van de positieve stroom van energie en emoties of het plaatsen van energie in positieve emoties is een indicatie van persoonlijke uitmuntendheid en persoonlijk meesterschap. Naast dat deze interne kwaliteiten worden ontwikkeld om op een zeer systematische manier obstakels stap voor stap te slechten, bevordert het herkennen van verschillende componenten ervan een bewust en helder begrip van de manier waarop het allemaal functioneert. Er is een acroniem "STOP" dat wordt gebruikt bij mindfulnessstraining:

S = STOPPEN

T = NEEM EEN STAP TERUG

O = OBSERVEREN

P = Ga aandachtig te werk

Wanneer er een obstakel voor zichzelf aanwezig is, moet men stoppen met wat men doet en niet meteen handelen. Door het stoppen van iemands activiteit kan iemand het grote geheel volledig en zorgvuldig begrijpen en vervolgens vanuit dat stadium vanuit die toestand een stap terug doen en de reeks gebeurtenissen nagaan

die mogelijk tot een obstakel hebben geleid, of hoe het obstakel ook is ontstaan. . Van het doen van een stap terug, het helder observeren van de aard van het obstakel zelf en van waar iemand zich in zijn leven bevindt in zijn voortgang, evenals andere daaruit voortvloeiende factoren of daarmee samenhangende factoren, om ze allemaal samen te zien in de context van het doel dat wordt nagestreefd. zowel in de context van het doel dat men probeert te bereiken als in relatie tot het specifieke obstakel dat aanwezig is, is men dan in staat in de staat van heldere observatie te blijven. Een staat van heldere observatie zal er uiteindelijk toe leiden dat we aandachtig te werk gaan, heel voorzichtig te werk gaan, heel voorzichtig te werk gaan, zonder verdere obstakels of verdere moeilijkheden te creëren bij het proberen een bepaald doel te bereiken.

## **HERKENNEN & OPBLOEIEN UIT COMFORTZONES**

Je moet je comfortzone herkennen en de beperkingen ervan voor jezelf erkennen. In deze zone voelt men zich op zijn gemak, ontspannen en in staat bepaalde taken goed uit te voeren. Ondanks het fysieke/psychologische comfort en gemak dat aanwezig is in de comfortzone, is het essentieel om jezelf consequent uit te dagen om eruit te komen. Het verlaten van de comfortzone kost energie, vooral om financieel vooruit te komen. Creativiteit en geluk kunnen aanzienlijk stagneren zonder jezelf uit te dagen uit verschillende comfortzones te stappen, vooral als het gaat om financiële ontwikkeling. Veel mensen zijn tevreden met een bepaalde baan, komen in financiële/emotionele stagnatie terecht en voelen zich vastzitten in een sleur. Het blindelings volgen van routines wordt de norm zonder dat deze normen vervulling, verrijking en verdere vooruitgang bieden. Het verlaten van de comfortzone kan gebeuren zonder angst en nervositeit als er dagelijks zorgvuldige stappen worden gezet voor gestage vooruitgang. Zichzelf openstellen voor nieuwe kansen en ervaringen vereist eerst erkenning van deze kansen en vervolgens het nemen van directe en actieve stappen om ze na te streven. Veel mensen blijven vastzitten in hun comfortzones vanwege een verscheidenheid aan angsten, zoals angst om te falen, angst voor succes, angst voor nieuwe ervaringen en angst voor de percepties van anderen. Het aangaan van nieuwe uitdagingen is een belangrijke



maatstaf voor het vergroten van de persoonlijke energie, wat mogelijk kan leiden tot een grotere hoeveelheid geld die in iemands leven komt. Geld biedt kansen voor nieuwe ervaringen die iemands leven kunnen verrijken, waarbij het effect van vitamine M in de loop van de tijd toeneemt. Het herkennen en elimineren van negatieve zelfpraat is ook essentieel bij het nemen van actiestappen voor verdere groei op alle gebieden van iemands leven. Iemands comfortzone zelf is een grote barrière op weg naar het bereiken van iemands volledige potentieel.

Je moet je comfortzones herkennen en hun beperkingen oprecht erkennen. Binnen deze zones voelt men zich comfortabel, ontspannen en in staat bepaalde taken goed uit te voeren. Ondanks de aanwezigheid van fysiek/psychisch comfort en gemak in de comfortzone, is het essentieel om jezelf consequent uit te dagen om daaruit te stappen. Het oprekken van je comfortzone vergt energie, vooral om financieel vooruit te komen. Creativiteit en geluk kunnen aanzienlijk stagneren zonder jezelf uit te dagen uit verschillende comfortzones te stappen, vooral als het gaat om financiële ontwikkeling.

Gegeven het feit dat het voor veel mensen moeilijk is om uit de comfortzone te komen, is de vraag voor ons allemaal wat de mogelijkheid is om uit de comfortzone te komen. Het concept van opbloeien verwijst naar het zonder inspanning en met gemak openstellen van nieuwe en verdere ontwikkelingen in iemands leven. Een dergelijke ontwikkeling creëert een verdere beweging waarbij een bepaalde moeilijkheidsgraad wordt waargenomen, maar die toch zonder spanning en met gemak plaatsvindt en de essentie is van het benutten van persoonlijke energie. Kernenergie blijft zichzelf verjongen en revitaliseren terwijl het zich een weg baant uit comfortzones en naar nieuwe zones voor verdere vooruitgang.

Tot bloei komen verwijst naar het verder gaan met behulp van organische manieren (d.w.z. systematische, doordachte, natuurlijke en zorgvuldig geplande manieren) versus iets dat kunstmatig wordt gedaan of iets dat met veel onnodige inspanning wordt gedaan. Acties die worden uitgevoerd door het nemen van sluiproutes veroorzaken uiteindelijk schade. Echt tot bloei komen vanuit beperkte zones is vergelijkbaar met een bloem waarbij verschillende geuren van een bloem

van de ene plaats naar de andere gaan of wanneer er goede gevoelens in jezelf ontstaan. Op dezelfde manier is het tot bloei komen uit comfortzones een natuurlijke en mooie stap voorwaarts, ook al zijn er enkele natuurlijke uitdagingen. Merk op dat een comfortzone een plek is waar men zich op zijn gemak voelt, het is een plek waar men zich niet hoeft in te spannen bij het uitvoeren van een activiteit. Het is bijna een automatisch aspect om in een comfortzone te blijven. Lichaam en geest hebben de neiging zich te ontspannen in deze automatische zone, waar mechanismen die fysiek en mentaal plaatsvinden functioneren zonder te worden uitgedaagd om vooruit te komen. Het is essentieel om jezelf uit te dagen om vooruit te komen en de kernenergie in een gekozen richting te kanaliseren. Een dergelijke kanalisatie van energie met specifieke stappen voorwaarts is een grote prestatie die tot op zekere hoogte gevolgen heeft voor alle twaalf dimensies (zie Figuur 1). Kernenergie wordt op natuurlijke wijze verfijnd en verder verbeterd wanneer er stappen worden ondernomen om uit comfortzones te komen. Terwijl je door een comfortzone beweegt, laat je je energie fris en levend blijven in plaats van te verzwakken. Verlies van kernenergie treedt op wanneer iemand in een comfortzone stagneert en de dynamische stroom van energie stopt. Net zoals een stromende rivier dynamisch verandert en vooruitgaat, heeft de dynamische stroom van kernenergie een grote kracht om door verschillende comfortzones heen te dringen en voor meer ervaring in vele facetten van het leven te zorgen. Met de erkenning, zoals de beroemde Griekse filosoof Heraclitus stelde, dat niemand twee keer in dezelfde rivier kan stappen, zal de 'stromende rivier' van dynamische energie je van de ene plaats naar de andere brengen, je leven steeds verder naar grotere stromen laten stromen. en grotere ontwikkelingen/prestaties. Een comfortzone is een plaats waar de geest en het lichaam zich in een bepaalde energetische staat bevinden waar er stilte is en die uiteindelijk de opgeslagen energie afvoert vanwege het feit dat deze energie afneemt. Dit afnemende proces vindt plaats omdat er binnen een comfortzone geen nieuwe energieregeneratie plaatsvindt. Het lichaam heeft in die zone immers geen nieuwe energie nodig. Er gebeurt niets nieuws in de comfortzone, omdat iemand zich in een staat van verzadigde tevredenheid bevindt. Het blijven in comfortzones begint uiteindelijk te verdwijnen en de energie te slinken als gevolg van gebrek aan regeneratie en aanhoudende stagnatie. Pogingen om uit de comfortzone te komen, plaatsen lichaam en geest in mogelijk een

geschokte realiteit, gebaseerd op het soort doelen dat men probeert te bereiken. Je kunt zelfs intense energieniveaus genereren en activeren, vooral in extreme situaties waarin je overleving op het spel staat. (Deze auteur heeft intense energieniveaus ervaren tijdens het beklimmen van de Mount Everest en heeft een ervaringskennis van geactiveerde intense energie.) Natuurlijk heeft de vooruitgang van ieder persoon gewoonlijk geen extreem moeilijke doelen, toch is er een grote mogelijkheid om grote hoogten te bereiken in leven wanneer de kernenergie aanzienlijk wordt geactiveerd terwijl deze door comfortzones dringt. In het leven van de auteur zijn er meerdere keren geweest dat hij zichzelf opzettelijk in extreme situaties heeft geplaatst waarin de kernenergie behoorlijk actief was omdat iemands voortbestaan mogelijk op het spel stond. In dergelijke extreme situaties ervoer de auteur oerkracht waarbij verschillende soorten energie ontwaken die vanuit het lichaam worden gegenereerd. Natuurlijk raadt de auteur mensen niet aan om zichzelf op deze manier in extreme situaties te brengen, maar toch heeft de auteur een dergelijk fenomeen ervaren bij verschillende inspanningen, zoals het beklimmen van de Mount Everest. Er bestaat een ervaringsbegrip van geactiveerde intense energie binnen de ervaringen van de auteur en dit is indicatief voor het feit dat ieder mens deze kracht op unieke wijze kan activeren, zoals toepasbaar en gewenst. Zelfs een fractie van deze kracht heeft, als ze actief wordt, een enorm potentieel om alle twaalf dimensies te verlevendigen (Figuur 1) en het leven te voorzien van grote helderheid en dynamische vooruitgang die het hele leven doorgaat.

Het verlangen om vooruit te komen in het leven is nodig om uit een comfortzone te komen waar een dergelijk verlangen nieuwe ideeën kan genereren. Als iemand zichzelf in bepaalde soorten moeilijke inspanningen of subdoelen plaatst om het grotere doel te bereiken, dan is er alle mogelijkheid om een enorme kernenergiekracht te ontwaken. Vanuit dat ontwaken ontstaan nieuwe ideeën en creativiteit, samen met een bredere visie op het bereiken van doelen. Dit vereist de ontwikkeling van een procesgerichte mindset, terwijl je psychologisch afstapt van een resultaatgerichte mindset.

In omstandigheden waarin iemand omringd is door existentiële gevaren of door een bepaald soort tegenslag, reageert het lichaam door met een innovatieve aanpak

te komen om op extreem moeilijke situaties te reageren. Nieuwe ideeën duiken op in de geest en de energie ontwaakt verder. Er zijn zeker ups en downs, vooral als je probeert uit je comfortzone te komen. Het lichaam maakt verschillende hormonen vrij en er zijn veel verschillende soorten reacties, variërend van opwinding tot fysieke/emotionele pijn. De sleutel is om uit je comfortzone te komen en dit veilig te doen, zodat je de opwinding/opwinding en vele andere goede ervaringen kunt opdoen, wat leidt tot voortdurende vooruitgang naar het volgende niveau bij het bereiken van grotere doelen. Er kan ondubbelzinnig worden gesteld dat betrokkenheid bij ervaringen buiten onze comfortzone tot op zekere hoogte activering van de kernenergie vereist. Angst, twijfel aan zichzelf en zelfvernietigende gedachten worden geëlimineerd door activering van de kernenergie wanneer men zich in een zone van expansie en groei begeeft. Wanneer iemand erin slaagt zelfs maar een klein beetje uit de comfortzone te komen, is er sprake van een geïndividualiseerde succeservaring die het enthousiasme, de motivatie en het enthousiasme vergroot.

Zie Figuur 27 in Bijlage - Kernenergie en Zones-diagram

Zie Figuur 28 in Bijlage - Stroomstatus en het verlaten van de comfortzone

Zie Figuur 29 in Bijlage - Stroomstatusdiagrammen

## **VERBINTENIS & HET OVERWINNEN VAN INTERNE/EXTERNE WEERSTAND**

Vooruitgang in het leven is alleen mogelijk met toewijding. Door toewijding kan een individu kiezen uit een verscheidenheid aan verschillende paden en mogelijkheden, gebaseerd op iemands doelen en verlangens. Consequent blijven op een toegewijd pad vereist doorzettingsvermogen en het voortdurend in progressieve richtingen plaatsen van je energie. Betrokkenheid is een gemoedstoestand die verharding bereikt vanwege de intensiteit van iemands verlangen om welk doel dan ook te bereiken. Kernenergie wordt geactiveerd om de betrokkenheid te verstevigen en de geest te resetten naar een procesgerichte mentaliteit (zie hoofdstuk 7). Interne weerstand ontstaat wanneer iemand probeert

zijn toewijding vast te houden. Erkennen dat kernenergie deze weerstand kan doorbreken, is mogelijk door het zorgvuldig cultiveren en benutten van kernenergie door doelbewuste actie. Opzettelijke actie zorgt ervoor dat iemands besluitvormingsproces in overeenstemming functioneert met de gekozen doelen. Energie volgt op natuurlijke wijze het pad van iemands besluitvorming en doorbreekt uiteindelijk de interne weerstand.

Externe weerstand verwijst naar obstakels of moeilijkheden waarmee iemand wordt geconfronteerd. Dezelfde kernenergie versterkt lichaam en geest om deze obstakels te doorbreken, afhankelijk van iemands omstandigheden. Door een 360-gradenbeeld van iemands levensomstandigheden te behouden, kunnen we onze energie bewust richten op onze algehele ontwikkeling. Daardoor neemt de interne en externe weerstand op natuurlijke wijze af, en kan men in een procesgeoriënteerde mindset blijven.

## **RISICO EN BELONING ZORGVULDIG OMARMEN**

Risico en beloning horen natuurlijk bij het leven. Om beide bewust te omarmen, is een duidelijke visie nodig op de schade die bij bepaalde risico's kan optreden en ook om te onderkennen dat bepaalde beloningen ook schade kunnen veroorzaken. Het voorkomen van schade in de twaalf dimensies (zie figuur 1) van iemands leven is van cruciaal belang bij het omarmen van een verscheidenheid aan risico's en het ervaren van bepaalde beloningen. Het nastreven van beloningen die gepaard gaan met een groter risico op het veroorzaken van grotere schade moet bewust terzijde worden geschoven. Zonder deze bewust opzij te zetten, kan men verleid worden tot bepaalde beloningen vanwege de kracht van hun ervaring, waarbij de belonende ervaring aanzienlijke schade aan de kernenergie kan veroorzaken. Als je de kernenergie niet beschadigt en aandachtig (voorzichtig, behoedzaam) activiteiten ontplooit in de richting van verdere vooruitgang, leidt dat tot vitamine M-opslag en aanzienlijke mentale rust.

***BEWUST GEBRUIK VAN VITAMINE M TERWIJL DE  
OPSLAG VAN VITAMINE M INACT HOUDT, VERMINDERT  
ONNODIGE RISICO'S...***

***-- RICKY SINGH***

## **BASIS VAN BALANS VOOR UITMUNTENDHEID**

Uitmuntendheid is een staat van functioneren die ontstaat wanneer een werkelijk evenwicht tussen alle twaalf dimensies van het leven plaatsvindt. Kernenergie functioneert ten behoeve van het individu in alle twaalf dimensies naarmate het een staat van functionele cohesie bereikt. In zo'n toestand bereikt elk van de twaalf dimensies een onderling verbonden staat van functioneren. Een van de grootste obstakels bij het bereiken van deze toestand zijn tegenstrijdige verlangens. Het beste gebruik van geld in alle twaalf dimensies zal uiteraard een einde maken aan veel conflicten en tegenstrijdigheden in iemands leven. Wanneer geld op een respectvolle manier wordt gebruikt, vormt het een geweldige basis waarop een staat van uitmuntendheid zich kan ontwikkelen. Het volgen van iemands passie in het leven maakt energieverfijning mogelijk, zodat grotere ervaringen in de diversiteit van het leven kunnen plaatsvinden zonder iemands fundament te beschadigen. Het verstevigen van iemands fundament is de sleutel tot het ontwikkelen, behouden en verbeteren van iemands staat van uitmuntendheid. De opslag van vitamine M (psychologisch) biedt de mogelijkheid om het leven zo te ervaren dat het fundament niet wordt beschadigd. De menselijke beschaving wordt geteisterd door schade aan iemands mentale kracht door geen solide energetische basis te ontwikkelen en door geld impulsief te gebruiken.

## **HOOFDSTUK 3**

# **VITAMINE M & VERSTERKING VAN HET FYSIEKE LICHAAM**

## **HET FYSIEKE LICHAAM GEZOND MAKEN**

Een gezond lichaam is de basis van iemands leven. Zonder een gezond lichaam is vooruitgang moeilijk, zo niet vrijwel onmogelijk. Het verband tussen de gezondheid van het fysieke lichaam en vitamine M kan worden begrepen door te erkennen dat het gezond houden van het lichaam veel eisen stelt. Het juiste dieet, de juiste soorten lichaamsbeweging en beweging, enz. zijn allemaal nodig voor de beste werking van het fysieke lichaam.

De voordelen van een gezond lichaam in verband met vitamine M zijn als volgt:

- a) Een gezond fysiek lichaam stelt iemand in staat om in een baan of bedrijf te werken en geld te verdienen. Verdiend geld kan fysiek en psychologisch worden gespaard als vitamine M.
- b) Diverse ervaringen in het leven zijn mogelijk via een gezond lichaam, zoals het maken van reizen, vakanties, etc. Alle ervaringen in de materiële wereld zijn mogelijk dankzij een gezond fysiek lichaam. Een betere gezondheid zorgt voor betere ervaringen in de algemene context van iemands financiën.
- c) Het in eigen hand nemen van het eigen leven en een goed gevoel hebben over de keuzes die gemaakt zijn met betrekking tot de opslag van vitamine M, wordt steeds beter mogelijk naarmate de gezondheid verbetert.
- d) Het verhogen van de energie en het ervaren van een betere conditie houden rechtstreeks verband met de kracht van vitamine M in de geest.
- e) De mogelijkheid om een goed rolmodel te zijn voor je familie en vrienden met betrekking tot het beste gebruik van geld, tijd en energie heeft een groter potentieel met een gezond lichaam.

Een realistische en evenwichtige kijk op geld behouden is een natuurlijke en energetische manier om het lichaam gezond te maken. Overmatig toegeven aan eten, drinken, zintuiglijk genot, ondeugden, enz. zorgt ervoor dat het fysieke lichaam uit het natuurlijke evenwicht raakt, wat resulteert in het gebruik van meer geld om de schade te herstellen die is veroorzaakt door het misbruik van geld. Dit wordt een vicieuze cirkel die kan worden doorbroken door te beseffen dat geld gerespecteerd moet worden als energie en misbruik ervan zal mogelijk vicieuze



cirkels veroorzaken.

## **ENERGIE BINNEN HET FYSIEKE LICHAAM & FINANCIËLE GROEI**

Iemands fysieke lichaam bevat energie en die is direct verbonden met iemands financiële groei. Elk van de volgende hieronder weergegeven ideeën bespreekt dit verband:

- a) Het fysieke lichaam is een middel om iemands doelen te bereiken door geld te gebruiken en op de best mogelijke manier een gezond lichaam te ontwikkelen.
- b) Een gezond lichaam is een middel om iemands emotionele/mentale toestand te verbeteren en zo een hoger niveau in het leven te bereiken.
- c) Door goed voor je lichaam te zorgen, kun je het leven op veel verschillende manieren ervaren...
- d) Een gezond lichaam stelt iemand in staat regelmatige slaapcycli en andere patronen te handhaven die allemaal beter functioneren als er psychologisch een grotere accumulatie van vitamine M plaatsvindt.
- e) Werken voor geld kan vertrouwen scheppen en trots zijn op je werk. Het verdiende geld heeft een positief effect op de geest en vergroot het gevoel van eigenwaarde en het zelfbeeld. Werken vereist een gezond lichaam en energie binnen zo'n lichaam bevordert de financiële groei.

## **FYSIEKE GEZONDHEIDSVERBETERING & DREMPELSOVERBRUGGEN**

Verbetering van de fysieke gezondheid houdt op verschillende manieren nauw verband met het overschrijden van drempels:

- a) Het overschrijden van drempels lijkt sterk op het verlaten van iemands comfortzone, waarbij het verlangen nodig is om een drempel te overschrijden.

- b) Het ontwikkelen van een gezonder fysiek lichaam vereist lichaamsbeweging/beweging van goede kwaliteit, een goed dieet en een stabiele geest. Naarmate men de fysieke activiteit verhoogt (gebaseerd op medische aanbevelingen en persoonlijke wensen), vindt er een verscheidenheid aan veranderingen plaats in het lichaam waar kernenergie wordt gebruikt om deze veranderingen te voeden.
- c) Er is tot op zekere hoogte geld nodig om de lichamelijke gezondheid te verbeteren. Door het misbruik en gebruik van geld te stoppen, kunnen iemands financiën worden gebruikt voor het ontwikkelen van iemands lichamelijke gezondheid.
- d) Er bestaat een belangrijke verbinding tussen het lichaam en de geest. De beslissing om bepaalde drempels met betrekking tot de lichamelijke gezondheid te overschrijden vereist het beste gebruik van mentale kracht bij dergelijke aanhoudende activiteiten.
- e) Het overschrijden van drempels bevordert het zelfvertrouwen, vooral wanneer iemands geld wordt gebruikt voor activiteiten die goede positieve effecten hebben op de algehele gezondheid.
- f) Verbetering van de lichamelijke gezondheid levert extra energie op voor alle 12 dimensies van iemands leven, waarbij vitamine M verder wordt verzameld en zorgvuldig wordt besteed zonder op enig gebied van iemands leven schade te veroorzaken.

## **BESLISSINGSEVENWICHT: ZELFWERKZAAMHEID VS. VERLEIDING**

Het leven is elke keer weer gevuld met beslissingen. Het nemen van de juiste beslissingen voor verdere ontwikkeling vereist dat we zelfeffectiviteit versus verleiding onderzoeken. Zelfeffectiviteit is een psychologisch concept dat betrekking heeft op hoe goed iemand een bepaalde handelwijze kan volgen en kan omgaan met diverse situaties die iemand van een gekozen koers kunnen afleiden. De verleiding is ook een psychologische toestand die iemand afleidt van de door hem gekozen handelwijze en veel problemen kan veroorzaken. Iemand die de aandacht op de ontwikkeling van vitamine M houdt, kan in een staat van

zelfeffectiviteit blijven en dynamische vooruitgang voortzetten, zonder verleiding. Verleiding ontstaat als gevolg van een gebrek aan voldoening in iemands leven, vooral als iemand probeert verder te komen op een gekozen pad. Zelfeffectiviteit is iemands perceptie van het persoonlijke vermogen om een specifiek doel te bereiken en leidt tot een toename van het gevoel van eigenwaarde, eigenwaarde en zelfvertrouwen, en tot positieve kernzelfevaluaties. Het vergroten van de kernzelfevaluaties resulteert in een grotere locus of control, positieve werkresultaten, betere werktevredenheid en verbeterde werkprestaties. Het totale effect is de ophoping van vitamine M, wat een energetisch effect heeft op alle gebieden van iemands leven.



**HOOFDSTUK 4**

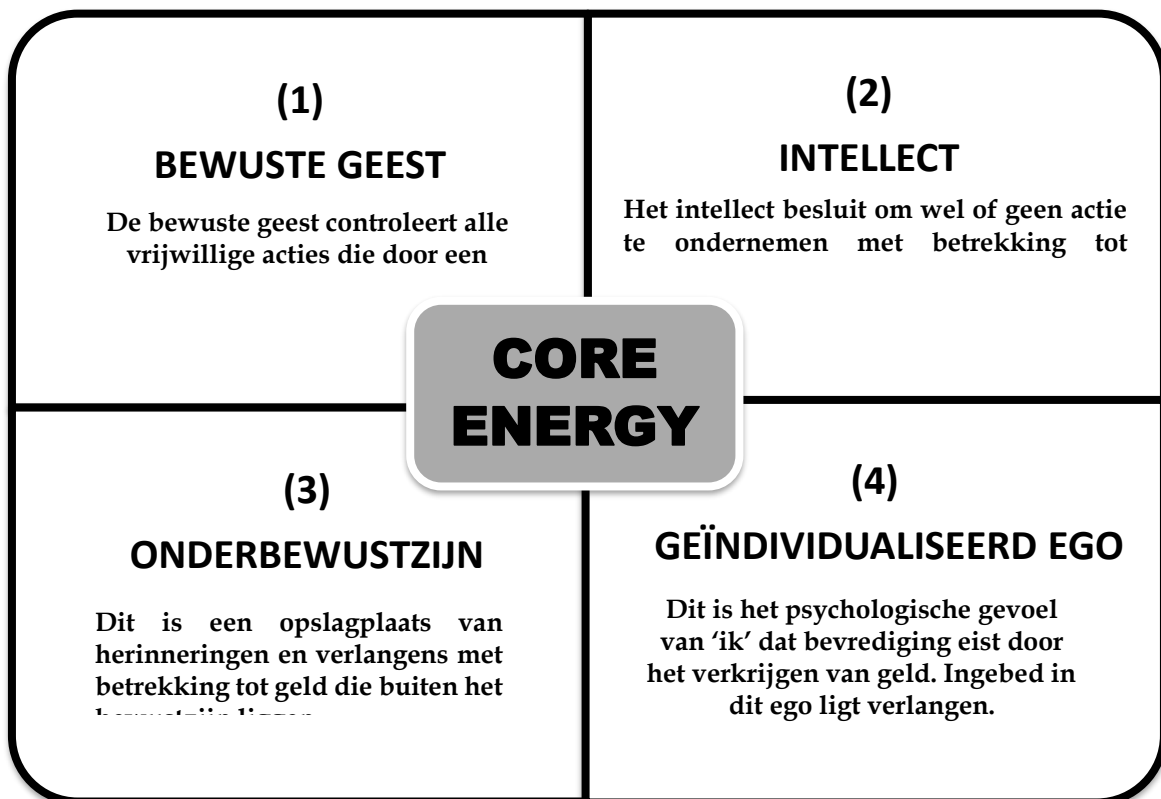
**VITAMINE M &**

**VERSTERKING VAN DE GEEST**

## WAT IS DE GEEST?

In onze discussie over de geest moeten we toegeven dat er misschien geen groter mysterie in het leven bestaat dan de eigen geest. De 'geest' is het geheel van cognitieve vermogens die bewustzijn, waarneming, denken, oordeelsvermogen en geheugen mogelijk maken. Het is aanwezig in ieder mens.<sup>69</sup> Ieder van ons is zich bewust van onze geest die een verscheidenheid aan gedachten, emoties, gevoelens en verlangens voortbrengt. Figuur 5 hieronder toont vier onderling verbonden aspecten van wat bekend staat als de "geest" en laat ook zien dat kernenergie bestaat binnen elk aspect ervan.

**FIGUUR 5**  
**VIER ASPECTEN VAN DE GEEST & KERN-ENERGIE**



Kernenergie verlevendigt iemands bewuste geest, intellect, onderbewustzijn en ego, zoals weergegeven in de figuur hierboven (Figuur 5). Om dit duidelijker te begrijpen, volgen hier een paar voorbeelden die illustreren hoe deze kernenergie wordt gebruikt door de vier aspecten van de geest:

1) De bewuste geest controleert alle vrijwillige acties. De energie die nodig is om het lichaam te bewegen, spieren samen te trekken, botten te bewegen, enz., is neuropsychologische energie, spierenergie en in algemene zin alle fysiologische energie. Deze energie komt uiteindelijk uit de zon. De energie van de zon wordt overgebracht naar het voedsel dat we eten, en ons lichaam breekt voedsel in eenvoudiger moleculen. Deze moleculen hebben energie die vervolgens uiteindelijk wordt omgezet in kernenergie (gemanifesteerd als financiële energie), een verfijnde vorm van de energie die wordt opgeslagen uit voedsel dat is geconsumeerd.

2) Het intellect besluit om wel of geen actie te ondernemen, inclusief financiële activiteiten. Het beslissingsvermogen in het menselijk brein gebruikt energie. Geconserveerde vitamine M-energie (door middel van conserveringstechnieken of natuurlijke sublimatie) geeft grote kracht aan het intellect. Bij de meeste mensen bestaat er verwarring over de vele beslissingen die in het leven moeten worden genomen. Het intellect dat is doordrenkt met verfijnde mentale energie heeft het vermogen vergroot om over meerdere opties na te denken, voor- en nadelen te visualiseren en beslissingen te nemen met een brede visie.

3) Het onderbewustzijn is een opslagplaats van herinneringen en verlangens die zich sinds de geboorte hebben verzameld. Ervaringen van plezier uit het verleden oefenen druk uit op de bewuste geest om hetzelfde plezier opnieuw te ervaren met betrekking tot verschillende vormen van genot. Het onderbewustzijn werkt op de achtergrond en is niet bewust. Tijdens de droomstaat zal de inhoud van het onderbewustzijn naar boven komen. De energie die nodig is om de droomwereld te creëren is neuropsychologische energie. Als deze energie in een verfijnde vorm (d.w.z. transmutatie van de kernenergie) behouden blijft, heeft een dergelijke conservering het vermogen om iemand uiteindelijk in een staat van rustgevende slaap te brengen zonder overmatig te dromen. Dromen gebruikt grote hoeveelheden energie. Als het dromen afneemt, is er meer kalmte in de geest omdat de geest meer energie heeft. Deze energie is meestal gefragmenteerd en vervormd in de droomstaat. De concentratie van fragmenten vindt plaats bij het creëren van de droomwereld. Het creëren van de droomwereld kost veel energie die wordt verspild als gevolg van diepgewortelde conflicten en verwarringen die de kernenergie uit elkaar scheuren om de droomwereld te creëren. Gevorderde mediteerders hebben het vermogen

om de droomstaat 'op te ruimen', wat ertoe leidt dat de kwaliteit van de dromen positief wordt, en uiteindelijk neemt de hoeveelheid dromen aanzienlijk af tot een staat die bekend staat als 'yoga Nidra'. Dit is een toestand waarin alle energiefragmentatie-effecten zijn geëindigd en de droomstaat is getransformeerd in een diep herstellende staat. Dit niveau van diepe vrede 's nachts (Yog Nidra) is mogelijk via het behoud van vitamine M.

4) Het geïndividualiseerde ego is het psychologische gevoel van 'ik' dat bevredigingsverlangens eist die verband houden met geld. Ingebed in dit ego ligt verlangen. Dit 'ik' is iemands psychologische identiteit die veel energie gebruikt om verlangens te bevredigen. Verlangens is nauw verbonden met het 'ik' en de druk van het verlangen vraagt om verlichting waar het 'ik' en de 'impulsen van het verlangen' in wezen één zijn. Het ego werkt samen met het intellect, de bewuste geest en het onderbewustzijn om verlangens te bevredigen.

***Het ego is de verdelende factor in het leven. Verlangens en ego zijn nauw met elkaar verbonden. Meditatie stelt iemand in staat het verschil te zien tussen verlangen en ego, en dit verschil leidt tot innerlijke vrijheid. In deze vrijheid wordt kernenergie door iemands intelligentie gebruikt voor fantastische groei in iemands uiterlijke en innerlijke leven.***

***--Ricky Singh***

***Wanneer iemand besluit verder te komen in het leven, genereert deze beslissing prachtige verbindingen tussen kernenergie en de vier aspecten van iemands geest. Wanneer via deze onderlinge verbinding bewuste acties worden ondernomen, wordt de kracht van vitamine M mentaal versterkt door het stoppen van misbruik/misbruik van geld.***

***--Ricky Singh***

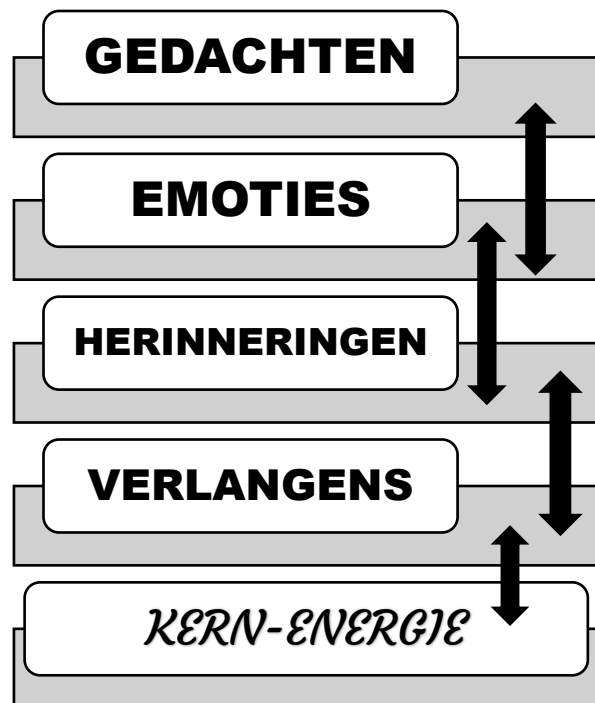
## **GEDACHTEN-EMOTIES-HERINNERINGEN-VERLANGENS & GELD**

Figuur 6 (hieronder) illustreert de energiestroom binnen de onderling verbonden structuur van gedachten, emoties, herinnering en verlangen. We zijn ons bewust



van onze innerlijke wereld die een samenstelling is van gedachten, emoties, herinneringen en verlangens. De energie die door deze innerlijke wereld stroomt, is iemands kernenergie. Het creëren van een evenwichtige stroom van deze energie vormt de kern van persoonlijke ontwikkeling en groei. Het verlangen naar ontwikkeling in twaalf dimensies van iemands leven stelt iemand in staat kernenergie op de best mogelijke manier te gebruiken om positiviteit en harmonie te brengen met de samenstelling van gedachten, emoties, herinneringen en verlangens.

**FIGUUR 6**  
**GEDACHTEN-EMOTIES-HERINNERINGEN-VERLANGENS &**  
**ENERGIEDIAGRAM**



## **GEEST-FYSIOLOGIE & KERN-ENERGIE**

Er is een directe verbinding tussen iemands geest, de fysiologie van het fysieke lichaam en iemands kernenergie. De onderlinge verbinding tussen vitamine M en de verbinding tussen geest, lichaam en energie is als volgt:

1) De menselijke geest is ongetwijfeld een van de meest mysterieuze processen die er bestaan. Het kan vitamine M opslaan op basis van iemands visie op bespaard geld. Deze mentale opslag van vitamine M heeft directe positieve effecten op de functie van het lichaam. Verlies van vitamine M, vooral snel verlies als gevolg van slechte beslissingen, heeft het potentieel om de fysiologie van iemands lichaam te destabiliseren.

2) Energie stroomt door alle 11 fysiologische systemen van het lichaam. Deze omvatten het integumentaire systeem, het skeletstelsel, het spierstelsel, het lymfestelsel, het ademhalingssysteem, het spijsverteringsstelsel, het zenuwstelsel, het endocriene systeem, het cardiovasculaire systeem, het urinestelsel en het voortplantingsstelsel.<sup>63</sup> Het lichaam en de geest gebruiken dezelfde energie en het gebrek aan energie. Een juiste integratie van energie verhindert dat een individu en de mensheid (in het algemeen) een staat van totaal evenwicht bereiken. Vitamine M is een subtiele maar zeer reële kracht die in de geest aanwezig is en verbonden is met alle 11 fysiologische systemen.

3) De behoefte aan evenwicht en verbetering van de kernenergie is essentieel in de menselijke beschaving om echte innerlijke en uiterlijke vooruitgang te boeken. Een echte balans tussen lichaam en geest moet financiële integratie binnen deze balans omvatten. Zonder deze integratie kan er geen evenwichtige staat bestaan.

4) Wanneer iemands innerlijke kracht niet langer wordt verspild als gevolg van interne en externe conflicten/tegenstrijdigheden die optreden als gevolg van een verscheidenheid aan levensomstandigheden, volgt het behoud en de revitalisering van iemands persoonlijke kracht op natuurlijke wijze. Deze revitalisatie vindt plaats door te erkennen dat lichaam en geest beschadigd kunnen raken door conflicten/tegenstrijdigheden. Het beste gebruik van vitamine M kan helpen bij het herstellen van dergelijke schade.

- 5) Zodra de verspilling van energie wordt gedetecteerd en vervolgens gestopt, kan men die energie op elk gewenst moment, op een gezonde en passende manier, gebruiken voor verdere ontwikkeling, terwijl het homeostatische evenwicht wordt vergroot.
- 6) Het onderscheid tussen nuttig gebruik en schadelijk gebruik van energie moet duidelijk zijn. Zonder deze duidelijkheid is schade aan de kernenergie, en vooral aan de financiële macht, onvermijdelijk.
- 7) Negatieve emoties (d.w.z. woede, zorgen, spanning, angst, enz.) creëren overeenkomstige fysieke veranderingen in het lichaam, die de fysiologie van het lichaam beïnvloeden. Veel etiologische (oorzakelijke) aspecten van langdurige of chronische ziekten kunnen worden voorkomen op basis van de kwaliteit van iemands innerlijke energiestroom.
- 8) Activering van positieve kernenergie kan mogelijk de genezing van verschillende soorten schade vergemakkelijken die zich in alle 12 dimensies van iemands leven kunnen hebben voorgedaan.
- 9) Er vindt aanzienlijke verspilling van energie plaats op psychologisch, mentaal, intern en extern vlak, omdat iemands innerlijke wereld zich in een staat van verwarring, conflict, besluiteloosheid, onzekerheid, enz. bevindt.
- 10) Gedachten en emoties zijn met elkaar verbonden en bewegen in verschillende richtingen. Het onderkennen van schade bij het begin van het verdergaan in een bepaalde richting maakt het mogelijk schadelijke processen om te keren en de geest in de richting van een pad van gunstige vooruitgang te brengen, wat tot de beste resultaten leidt.
- 11) Het beheersen van gedachten en emoties vereist bewustzijn van iemands conditionering. Echt meesterschap leidt ertoe dat energie een staat van heilig functioneren bereikt. Energie bereikt bij een dergelijke werking een heilige staat. Het woord 'heilig' kan in religieuze of niet-religieuze zin worden gebruikt, afhankelijk van iemands neigingen en overtuigingen. Het wordt door de auteur gebruikt om te verwijzen naar buitengewone ontwikkelingen in het leven, omdat energie zelf de basis is van alle fysieke en mentale processen die activiteit in het leven veroorzaken.

12) Het leven vereist energie. Wanneer energie volledig verdwijnt en een staat van niet-functionaliteit bereikt (een nul-energiestaat), kan dat fysieke dood worden genoemd. Levensenergie (kernenergie) is buitengewoon kostbaar omdat het zich manifesteert door de veelheid aan chemische reacties die door het lichaam en de geest lopen.

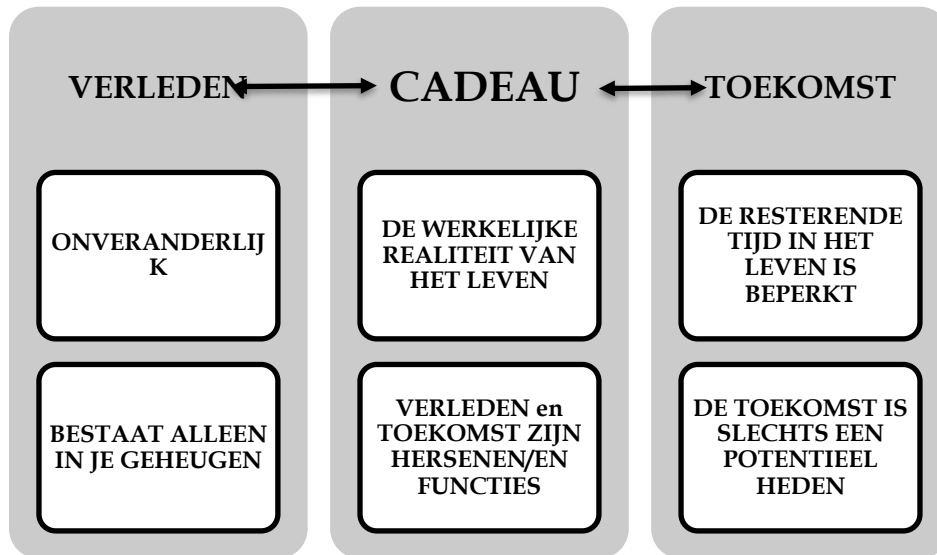
13) Het menselijk lichaam kan worden geconceptualiseerd als een zeer ingewikkelde chemische reactie. Er vinden een ongelooflijk aantal biochemische reacties plaats in het lichaam, die verantwoordelijk zijn voor iemands levenservaringen. Bezit, gebruik, winst en verlies van geld in diverse contexten hebben een directe invloed op de biochemische overdracht/gebruik/verlies/etc. van fysiologische/psychologische energie.

14) Het vermogen om de eigen macht in evenwicht te houden en in een staat van goede opslag te houden, bevordert de verdere mogelijkheid om in de huidige levenservaring te blijven in plaats van te verschuiven naar toekomstige zorgen en/of spijt uit het verleden.

Het versterken van de geest is een essentieel onderdeel van de ontwikkeling en het behoud van vitamine M. Figuren 7, 8 en 9 illustreren de relatie tussen vitamine M, het versterken van de geest, en kernenergie.

## **KOSTBAARHEID VAN TIJD**

**FIGUUR 7**  
**VERLEDEN HEDEN TOEKOMST**



De resterende tijd in iemands leven is uiterst kostbaar vanwege het feit dat als de tijd eenmaal voorbij is, deze nooit meer terugkomt. Figuur 7 hierboven illustreert kalendertijd en psychologische tijd. Kalendertijd is de cyclus van 24 uur en psychologische tijd is het verleden, het heden en de toekomst die in de geest worden gegenereerd. Hieronder volgen observaties met betrekking tot de tijd in relatie tot de kracht van vitamine M:

- 1) De resterende tijd in het leven doet elk geld krimpen en door dit feit duidelijk te visualiseren, te accepteren en te eren, wordt vitamine M op de best mogelijke manier in het heden opgeslagen en gebruikt.
- 2) Elke dagelijkse actie kan progressie, achteruitgang of stagnatie bevorderen. Ophoping van vitamine M vindt plaats via progressie. Vitamine M-regressie vindt plaats via misbruik en misbruik van geld. Vitamine M-stagnatie treedt op als gevolg van het stoppen van de stroom van dynamische energie in de geest.

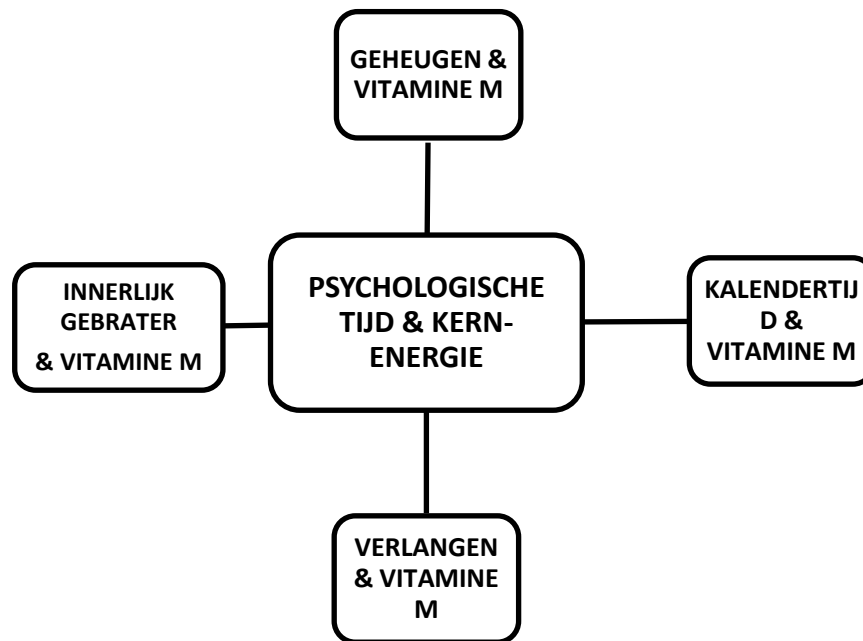
3) Door op een heldere en meditatieve manier de kostbaarheid van tijd te erkennen, kun je Vitamine M gebruiken om maximaal voordeel te creëren in alle twaalf dimensies (Figuur 1) van iemands leven.

4) Geld en tijd zijn beide uiterst kostbaar. Er is op elk moment slechts een beperkte hoeveelheid aanwezig. Erkenning dat tijd en geld beperkt zijn, stelt iemand in staat de aandacht te vestigen op persoonlijke ontwikkeling door gebruik te maken van kernenergie. Men kan niet een oneindige hoeveelheid geld bezitten, en daarom is het bezit van geld beperkt. Bijgevolg kan iemand beginnen met meditatieve, religieuze en/of spirituele activiteiten, omdat hij zich sterk realiseert dat de resterende tijd in iemands leven elke seconde kleiner wordt en dat het niet bekend is hoeveel tijd er nog over is.

5) Geld is een transactionele vorm van brute kracht en het bezitten ervan verhoogt direct de vitamine M. Als je je realiseert dat de tijd elke seconde korter wordt, kan vitamine M ook groeien om je in een buitengewone staat van leven te brengen, zonder de oude en oude patronen te herhalen. schadelijke cycli die tijd kosten en energie kosten.

## GEHEUGEN, INNERLIJK GEBRATER, KALENDERTIJD EN VERLANGEN

**FIGUUR 8**  
**GEHEUGEN, INNERLIJK GEBRATER, KALENDERTIJD EN VERLANGEN**



Figuur 8 hierboven illustreert vier belangrijke verbindende aspecten van de innerlijke en externe realiteit met psychologische tijd. Herinnering, verlangen, innerlijk gebabbel en kalendertijd zijn allemaal verbonden met psychologische tijd. Bewustwording van de kostbaarheid van tijd (zoals eerder vermeld) verhoogt de vitamine M, wekt de kernenergie op en bevordert de beste besluitvorming in iemands leven. Innerlijk geklets is iemands zelfpraat die verantwoordelijk is voor het gebruik van vitamine M. Iedereen heeft herinneringen aan gebeurtenissen uit het verleden die als een zinvolle gids kunnen dienen of iemand in het verleden tot slaaf kunnen maken.

Psychologische tijd is een creatie van de menselijke geest, waarbij de geest over het algemeen tussen het verleden en de toekomst springt, zonder volledig in het heden

te zijn. Verlangen is een krachtige kracht die elke persoon motiveert om acties in de wereld uit te voeren. Verlangen gebruikt enorme energie om zichzelf te vervullen en gebruikt het intellect om manieren te vinden om zichzelf te bevredigen. De opslagplaats van energie in het verlangen kan worden omgezet in uitbreiding van de verbeelding, verhoogde creativiteit, verbetering van het zelfvertrouwen en het genieten van fijnere genoegens. Iemand die een sterk verlangen naar geld heeft, zoekt naar bevrediging en betere ervaringen in de materiële wereld. Geld is een van de krachtigste drijvende krachten in de geest. Verbeterde ervaring via het gebruik van geld kan echt aantrekkelijk zijn. Het is mogelijk om kernenergie, financiële kracht en mentale kracht te benutten en bewust om te buigen naar vele creatieve krachten. Je kunt deze energie op meerdere manieren gebruiken, waardoor je van beperkt psychologisch functioneren naar buitengewone hoogten in het leven kunt stijgen. Wanneer vitamine M behouden blijft, je begint van nature meer in het huidige moment te blijven en niet te worden getroffen door de kwelling van de psychologische tijd. Er bestaat de mogelijkheid dat zich enorme innerlijke en uiterlijke rijkdommen ophopen als gevolg van het behoud en de transmutatie van vitamine M (dat wil zeggen een verhoogde opslag van vitamine M in een verfijnde vorm). Energie heeft altijd stopcontacten nodig en als deze stopcontacten vitamine M-kracht zijn, kan men werkelijk buitengewone hoogten bereiken.

## **GEBRUIK, MISBRUIK EN MISBRUIK VAN GELD**

Je kunt zien dat mentale kracht nodig is om duidelijkheid te behouden over de verschillen tussen gebruik, misbruik en misbruik van geld in de context van vitamine M. Vitamine M is een energie die kan worden gebruikt voor iemands voordeel en verdere ontwikkeling en kan ook worden gebruikt misbruikt en zelfs misbruikt. Gegeven deze drie verschillen is het mogelijk om financiële macht, in welke mate dan ook, te gebruiken op een manier die de innerlijke kernenergie verder kan ontwikkelen en activeren. De verdere ontwikkeling en activering van innerlijke kernenergie is het best mogelijke gebruik van geld. Wanneer geld wordt gebruikt bij de ontwikkeling van iemands kernenergie in relatie tot of in de context van de twaalf dimensies van iemands leven, bestaat de mogelijkheid om elk van de



twaalf dimensies van iemands leven te verlevendigen met elke uitgegeven dollar. Het bewuste gebruik van elke dollar verhoogt de activering van de kernenergie en creëert de best mogelijke psychologische omgeving voor het gebruik van vitamine M. Vitamine M is een geconcentreerde vorm van psychologische energie die zorgvuldig moet worden gebruikt daar waar (idealiter) er geen onevenwichtigheid of schade ontstaat in een van de 12 gebieden. Het vermogen om onderscheid te maken tussen het best mogelijke gebruik van geld versus misbruik en misbruik maakt deel uit van iemands intellectuele kracht of intellectuele energetische kracht. De intellectuele kracht, de rationele kracht en de kracht van bewustzijn stellen een individu in staat een stap terug te doen en niet simpelweg impulsief te handelen waar misbruik en misbruik kunnen voorkomen.

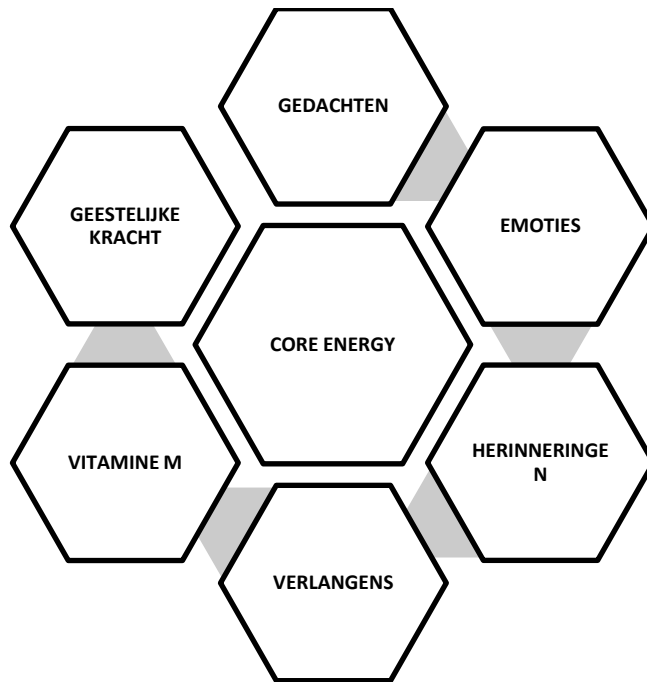
Als we kijken naar de betekenis van het woord 'misbruik', verwijst het naar de verkeerde manier om een bepaald doel of een verkeerd doel te bereiken. het kan ook verwijzen naar het feit dat er sprake is van een verkeerde toepassing van energie en een oneigenlijk gebruik van geld. Misbruik is dus iets anders dan het best mogelijke gebruik van geld. Misbruik heeft vele aspecten, zoals het gebruiken van het geld om een ervaring te creëren of om een product te kopen dat men niet nodig heeft. Het kan zijn dat u artikelen wilt kopen die vitamine M beschadigen en misbruik zijn. Door het misbruik van vitamine M psychologisch, en natuurlijk fysiek, met betrekking tot geld te stoppen, wordt het beste juiste gebruik hersteld. Wanneer we het woord misbruik beschouwen, verwijst het naar het gebruiken van geld voor schade, voor opzettelijke schade aan iemand anders, of zelfs aan zichzelf. Ook al is de bedoeling soms niet schadelijk, maar kan deze wel tot schade leiden. Misbruiksituaties waarbij geld wordt gebruikt, doen zich voor wanneer geld wordt gebruikt om de vernietiging van anderen, zichzelf, familieleden, leden van de samenleving, enz. te veroorzaken. Het is een destructief gebruik van geld met het oog op schade, dat meestal gepaard gaat met een illusie van geluk of het zien van onmiddellijke tijdelijke verlichting van sterke emoties.

## **GEBRUIK, MISBRUIK EN MISBRUIK VAN GEESTELIJKE KRACHT**

Naast geld bestaat er ook het beste gebruik, misbruik en misbruik van mentale macht. Normaal gesproken zullen mensen die een bepaald facet van hun leven misbruiken, ook andere facetten misbruiken. Als je je lichaam, geld, hulpbronnen etc. niet respecteert, is de kans groot dat het respect voor anderen ook afneemt. Geld heeft een grote macht, omdat vitamine M een factor is die rechtstreeks afhankelijk is van iemands mentale kracht en de manier waarop deze het beste kan worden gebruikt. Het herkennen van het verband tussen mentale kracht, vitamine M-opslag en het nemen van de beste beslissing om je mentale kracht niet te verspillen, is essentieel voor algemene vooruitgang in alle 12 dimensies van iemands leven. (Zie figuur 15 in de bijlage). Het besluitvormingsproces heeft invloed op denkpatronen, emotionele ervaringen, opslag van ervaringen in het geheugen en verlangen. De kwaliteit, kwantiteit en richting van het denken, de emotie, het geheugen en het verlangen worden allemaal beïnvloed door de manier waarop kernenergie wordt gebruikt binnen het raamwerk van de geest. Dit raamwerk wordt hieronder geïllustreerd (Figuur 9):

## **FIGUUR 9**

### **KERN-ENERGIE, MENTAAL KADER & VITAMINE M**



Houd rekening met de volgende verbindingen:

- a) Gedachten en emoties werken samen in verband met vitamine M.
- b) Emotionele zelfregulering wordt beschadigd door verkeerd gebruik en misbruik van vitamine M.
- c) Het vermogen om te reageren op de voortdurende eisen van levenservaring verbetert de opslag van vitamine M en ondersteunt de emotionele regulatie.
- d) De flexibiliteit van de geest maakt de beste reacties op uitdagingen in uiteenlopende omstandigheden mogelijk.
- e) Emoties zijn biologische toestanden die verband houden met het zenuwstelsel en die aanzienlijk worden beïnvloed door iemands algehele financiële status.
- f) Emoties zijn verweven met stemming, temperament, persoonlijkheid, instelling, creativiteit en motivatie op basis van het beste gebruik, misbruik en misbruik van geld.

Energie stroomt in de emoties op basis van vitamine M-opslag, optimaal gebruik, misbruik en/of misbruik, in de onderstaande emoties:

Acceptatie - Genegenheid - Amusement - Woede - Angst - Angst - Ergernis -  
Anticipatie - Angst - Apathie - Opwinding - Ontzag - Verveling - Vertrouwen -  
Minachting - Tevredenheid - Moed - Nieuwsgierigheid - Depressie - Verlangen -  
Wanhoop - Teleurstelling - Walging - Wantrouwen - Twijfel - Extase - Verlegenheid -  
Empathie - Enthousiasme - Afgunst - Euforie - Geloof - Angst - Frustratie - Bevrediging  
- Dankbaarheid - Hebzucht - Verdriet - Schuldgevoel - Geluk - Haat - Hoop - Horror -  
Vijandigheid - Vernedering - Interesse - Jaloezie - Vreugde - Vriendelijkheid -  
Eenzaamheid - Liefde - Lust - Nostalgie - Verontwaardiging - Paniek - Passie -  
Medelijden - Plezier - Trots - Woede - Spijt - Afwijzing - Berouw - Wrok - Verdriet -  
Zelf - vertrouwen - Zelfmedelijden - Schaamte - Schok - Verlegenheid - Sociale  
connectie - Verdriet - Lijden - Verrassing - Vertrouwen - Verwondering - Zorgen

De ontwikkeling van mentale energie wordt bevorderd door de ontwikkeling van de volgende kwaliteiten:

Mindfulness bij ademhalingsoefeningen

Ontwikkeling van ontspanning

Innerlijke stabiliteit

Levendigheid

Vermijden van hyperactiviteit

Vermijden van laksheid van aandacht

Stroomtoestanden van geabsorbeerde aandacht (Csikszentmihalyi, 1988)

***Mentale energie is uiterst kostbaar. Als u zich realiseert hoe u het kunt opslaan en verstandig kunt gebruiken, kunt u de financiële kracht vergroten en een bredere visie op het leven ontwikkelen.***

***--Ricky Singh***

## **PERSOONLIJKHEID & ENERGETISCH ONTWAKEN**

Mentale kracht is sterk verbonden met de ontwikkeling van iemands persoonlijke identiteit in verband met de opslag van vitamine M. Er is een energetische manier om na te denken over iemands persoonlijkheid die leidt tot het

versterken van iemands identiteit door energie te steken in identiteitsontwikkeling. Het gevoel van 'ik' wordt positief ontwikkeld met een groter gevoel van eigenwaarde, eigenwaarde, assertiviteit, vermindering van de innerlijke criticus, verminderde negatieve evaluatie, verminderd overmoedseffect en vele andere gerelateerde kwaliteiten voor zelfontwikkeling.

## **POSITIEVE KWALITEITEN & TIJDMANAGEMENT**

Naarmate positieve eigenschappen zich ontwikkelen, nemen ook de mentale disciplines op natuurlijke wijze toe. Het onderscheidingsvermogen van het beste gebruik versus misbruik/misbruik van geld maakt deel uit van iemands innerlijke discipline gericht op het bereiken van iemands doelen en doelstellingen. Zelfdiscipline gaat over het creëren van nieuwe denk-, actie- en spraakgewoonten om zichzelf te verbeteren en persoonlijke en/of institutionele doelen te bereiken. Zelfdiscipline is de manier waarop we onze zelfbeheersing verkrijgen en de manier waarop onze hoop behouden blijft. 'Hoop volgt op verlangen. De kracht van onze hoop wordt beïnvloed door de warmte van onze verlangens. De warmte van onze verlangens naar de toekomst hangt grotendeels af van het zich afkeren van onze verlangens van het heden.<sup>39</sup>

Timemanagement is het resultaat van goede discipline en wordt als volgt geconceptualiseerd:

Tijdmanagement is het proces van het plannen en uitvoeren van bewuste controle over de tijd die aan specifieke activiteiten wordt besteed, vooral om de effectiviteit, efficiëntie en productiviteit te vergroten. Het gaat om het jongleren met verschillende eisen die aan een persoon worden gesteld op het gebied van werk, het sociale leven, het gezin, hobby's, persoonlijke interesses en verplichtingen met de eindigheid van de tijd. Tijd effectief gebruiken geeft de persoon de 'keuze' om activiteiten op zijn eigen tijd en opportuniteit uit te geven of te beheren. Tijdmanagement kan worden ondersteund door een reeks vaardigheden, hulpmiddelen en technieken die worden gebruikt om de tijd te beheren bij het uitvoeren van specifieke taken, projecten en doelen met inachtneming van een

vervaldatum. Aanvankelijk verwees timemanagement alleen naar zakelijke of werkactiviteiten, maar uiteindelijk werd de term uitgebreid naar persoonlijke activiteiten. Een tijdmanagementsysteem is een ontworpen combinatie van processen, hulpmiddelen, technieken en methoden.

## **GELD & GEESTELIJKE DISCIPLINE**

Mentale discipline is noodzakelijk voor alle aspecten van iemands leven, vooral als het om geld gaat. Mentale vermogens worden versterkt door het uitoefenen van deze vermogens op basis van iemands verlangens, motieven en doelen. Dat wat gedisciplineerd of getraind is, is meestal iemands geestessubstantie. Het beschouwen van de geest als een substantie betekent eenvoudigweg dat de geest net zo reëel is als al het fysieke en dat hij gedisciplineerd kan worden met betrekking tot het verdienen, sparen en uitgeven van geld. Natuurlijke cultivering van persoonlijke energie leidt tot mentale discipline wanneer geld in lijn komt met iemands visie op het leven. Inzicht in iemands doelen en het functioneren van iemands ego is nauw verbonden met het op een zeer gedisciplineerde manier naar geld kijken. Inzicht ontstaat door het besef dat geld met respect en een procesgerichte mentaliteit moet worden gebruikt naarmate het leven vordert. Dit bouwt dagelijkse discipline op over het organisch (natuurlijk) verkrijgen van geld door te werken en trots te zijn op iemands werk, in plaats van te proberen sluiproutes te vinden die inherent schadelijk zijn. Ware discipline blijft vanzelfsprekend bestaan als men de aandacht houdt op het cultiveren van persoonlijke energie in de vorm van het verdienen van geld.

### **SCHULD:**

#### **EEN VERNIETIGER VAN INNERLIJKE VREDE EN UITERSTE SUCCES**

“Het gemiddelde Amerikaanse huishouden heeft \$8.158 aan creditcardschulden. Met een gemiddeld gezinsinkomen vóór belastingen van ongeveer \$4.920/maand, wordt het grootste deel van deze saldi niet elke factureringscyclus volledig uitbetaald.<sup>68</sup> Het schuldenprobleem is enorm groot in de huidige samenleving en vormt een grote barrière in de samenleving. ontwikkeling van alle twaalf dimensies

van iemands leven. Het bereiken van hogere prestaties kan de innerlijke vrede en het uiterlijke succes vergroten. Een van de belangrijkste financiële problemen waar de mensheid mee kampt, zijn schulden. Schulden veroorzaken traagheid en stagnatie, samen met een samengetrokken staat van persoonlijke energie. Financiële en emotionele onafhankelijkheid wordt ook verhinderd door schulden. Mensen met schulden zitten psychologisch gevangen in een kooi waar mentaal een constante druk over de schulden blijft bestaan. Schulden staan lijnrecht tegenover de opslag van vitamine M in de geest. Innerlijke vrede is nodig in het leven, alleen maar om de glorie en pracht van het leven te ervaren. Schulden vernietigen de innerlijke vrede en het uiterlijke succes op de volgende punten:

- a) Hoge schulden kunnen een lage kredietscore creëren, wat van invloed is op iemands vermogen om lage rentes te verkrijgen op de benodigde leningen. Het betalen van hogere rente op leningen heeft invloed op de beschikbare kasstroom.
- b) Zorgen over het afbetalen van de schulden blijven in de geest hangen en hebben een negatieve impact op de kernenergie.
- c) Angst en onzekerheid nemen de overhand naarmate de schulden zich opstapelen en in het achterhoofd blijven zitten bij de dagelijkse activiteiten. Dit heeft tot gevolg dat persoonlijke energie de hele dag niet op de best mogelijke manier stroomt.
- d) Verhoogde niveaus van stresshormonen hebben invloed op de gezondheid van lichaam en geest.
- e) Impulsieve beslissingen met een hoog risico zijn waarschijnlijker als er sprake is van grotere schulden.
- f) Iemands ervaring van eenvoudige genoegens wordt beïnvloed door schulden, wat leidt tot een grotere kans om verslavend gedrag aan te nemen.

## **DE FILOSOFIE VAN: KOOP NU & BETAAL NU**

De filosofie van 'koop nu en betaal nu' is meer een manier van leven dan iets te abstracts. Het is eigenlijk heel eenvoudig en kan als volgt worden geformuleerd:

- 1) Koop goederen/producten zonder schulden op te bouwen en betaal met het beschikbare geld.

2) Als het niet nodig is om artikelen/diensten/enz. te kopen of aan te schaffen, gebruik dan op dit moment iemands interne energie om NIET aan dergelijke uitgaven deel te nemen. Daarom wordt vitamine M in onszelf versterkt. Door op natuurlijke en vreugdevolle wijze de aandacht te vestigen op het verhogen van vitamine M, voorkomt u schulden.

3) Word je ervan bewust dat iemands geest (d.w.z. gedachten, emoties, etc.) zich aangetrokken voelt tot het kopen van artikelen/diensten/luxe/etc., vanwege de onmiddellijke ervaring van het doen van een dergelijke aankoop. Deze ervaring kan onnodige financiële kosten met zich meebrengen, kan de schulden doen toenemen, en de geest speelt een lastig spel waarbij de gedachte 'koop nu, betaal later' de boventoon voert. Zich bewust worden van dit verkeerde idee en dit intern omzetten in 'koop nu, betaal nu' vergroot de gemoedsrust en bevordert het algehele evenwicht over twaalf dimensies van iemands leven.

### **BESTEED – BESPAAR – GEEF: EEN FORMULE VOOR MENTEEL BALANS**

Naarmate men verder vordert in de toepassing van kernverbetering van energie en financiële groei, is een praktische formule de 'SPEND-SAVE-GIVE FORMULE'. Deze formule creëert mentaal evenwicht en zorgt voor de best mogelijke benutting van geld op een zeer gunstige manier in alle 12 dimensies van iemands leven. Zodra de besparingen toenemen, kan men zonder schade meer nieuwigheid in het leven ervaren, omdat nieuwigheid in alle twaalf dimensies van iemands leven mogelijk wordt. De menselijke geest zoekt naar vernieuwing om fris, levendig, dynamisch en levendig te blijven. Energetische nieuwigheid is het zoeken en ervaren van nieuwheid zonder zichzelf of anderen schade te berokkenen. Hogere hersenfuncties zijn betrokken bij het genereren van nieuwe ideeën die tot nieuwe ervaringen kunnen leiden. Het ervaren van natuurlijke, organische en procesgerichte vreugde is een integraal onderdeel van het ervaren van nieuwigheid wanneer duurzame bevrediging van nature aanwezig is.

### **INNERLIJK ONDERZOEK & ENERGETISCHE INTELLIGENTIE**

Innerlijk onderzoek is nodig voor vooruitgang in de richting van een grotere



innerlijke samenhang van energie. Carl Jung, een groot psycholoog, zei het volgende:

“Je visie wordt pas duidelijk als je in je eigen hart kunt kijken. Wie naar buiten kijkt, droomt; wie naar binnen kijkt, wordt wakker2.” – Carl Jung

Het ontwaken waarnaar Carl Jung verwijst, heeft sleutelingrediënten van veerkracht, positief leven, het voorkomen van financiële problemen, positieve emoties, goede lichamelijke gezondheid, bevredigende relaties, psychologische flexibiliteit en innerlijke wijsheid. Innerlijk onderzoek houdt simpelweg in dat je je steeds meer bewust wordt van kernenergie en hoe deze functioneert. Dit bewustzijn leidt tot innerlijke ontwikkeling en werkelijk ontwaken, waardoor drempels kunnen worden overschreden, onzekerheid wordt verminderd, angst wordt verminderd, zelfvertrouwen wordt vergroot en de kernenergie wordt omgezet (verfijning) in vitamine M. Vrijheid om de materiële wereld te ervaren is alleen mogelijk met meer financiële middelen. kracht. Het saboteren van deze vrijheid vindt plaats via schulden, overhaaste beslissingen, impulsief geld uitgeven, probleemgokken en verschillende verslavende gedragingen. Ware vrijheid is het erkennen van de vitamine M-kracht van geld en het op geen enkele manier misbruiken van geld om producten of ervaringen te kopen die schadelijk zijn voor iemands geest, lichaam en ziel. Als dit eenmaal is gebeurd, ontstaat er op natuurlijke wijze interne vrijheid en verruiming van de geest. Succesfactoren worden levend gehouden, zoals het ontwaken van iemands capaciteiten, het vergroten van de motivatie en het benutten van kansen. Interne wrijving en weerstand worden geëlimineerd door het ontwaken van energetische intelligentie die een uitgebreide visie biedt op geld, kernenergie en verdere ontwikkeling.

Energetische intelligentie brengt emoties van hoge kwaliteit op gang, ondersteunt en breidt deze uit, waardoor de best mogelijke kwaliteit van levenservaringen wordt geboden. Zo'n leven is er een waarin gedachten, emoties, herinneringen, verlangens en kernenergie allemaal samenwerken om vitamine M te behouden en te beschermen. Bij een dergelijke bescherming breiden kleine genoegens zich uit tot grotere staten van plezier/vreugde, zonder schade aan te

richten. Dit leidt tot een perfect begrip en toepassing van energieteelt:

- a) Het bewust en aandachtig inzetten van energie voor gunstige doelen gebeurt via iemands vrije wil en besluitvormingsproces.
- b) Het onderhouden van energie verwijst naar het meesterlijk gebruiken van iemands kernenergie voor groot plezier in het leven.
- c) Energie uitrusten verwijst naar het plaatsen van energie in 12 dimensies voor de best mogelijke ontwikkeling.
- d) Het egaliseren van energie heeft betrekking op het handhaven van evenwicht, standvastigheid, bedachtzaamheid en geduld.
- e) Eindigen op Energie verwijst naar het besparen van energie als Vitamine M.

## **PIEKSTATEN en EUPHORIE**

Met het benutten van energie ervaart men piektoestanden die meestal behoorlijk euforisch zijn en waar vaak herhaaldelijk naar wordt gezocht. Er zijn verschillende mogelijkheden met betrekking tot de relatie tussen piektoestanden en aanhoudende vreugde. Voordat we deze mogelijkheden onderzoeken, zal een beter begrip van euforie de basis vormen voor het onderzoeken van mogelijke relaties tussen euforie en vreugde. De volgende zijn belangrijke conceptualisaties over euforie:

1) Euforie is de ervaring (of het effect) van plezier of opwinding en intense gevoelens van welzijn en geluk. Bepaalde natuurlijke beloningen en sociale activiteiten, zoals aërobe oefeningen, lachen, luisteren naar of muziek maken, en dansen, kunnen een staat van euforie veroorzaken. Euforie is ook een symptoom van bepaalde neurologische of neuropsychiatrische stoornissen, zoals manie. Romantische liefde en componenten van de menselijke seksuele responscyclus worden ook in verband gebracht met het opwekken van euforie. Bepaalde drugs, waarvan er vele verslavend zijn, kunnen euforie veroorzaken, wat het recreatieve gebruik ervan op zijn minst gedeeltelijk motiveert.

2) Hedonistische hotspots – d.w.z. de pleziercentra van de hersenen – zijn functioneel met elkaar verbonden. Activering van één hotspot resulteert in de rekrutering van de andere.

Remming van één hotspot resulteert in het afzwakken van de effecten van het activeren van een andere hotspot. Daarom wordt aangenomen dat de gelijktijdige activering van elke hedonistische hotspot binnen het beloningssysteem noodzakelijk is om het gevoel van intense euforie te genereren.<sup>42</sup> De activering en het gebruik van kernenergie kan op een hoog niveau zijn wanneer hedonistische hotspots worden geactiveerd.

3) Door inspanning veroorzaakte euforie - Continue fysieke inspanning, vooral aerobe oefeningen, kan een staat van euforie veroorzaken; Hardlopen op afstand wordt bijvoorbeeld vaak geassocieerd met een 'runner's high', een uitgesproken toestand van door inspanning veroorzaakte euforie. Het is bekend dat inspanning de dopamine-signalering in de nucleus accumbens beïnvloedt, waardoor euforie ontstaat, door verhoogde biosynthese van drie specifieke neurochemicaliën: anandamide (een endocannabinoïde),  $\beta$ -endorfine (een endogeen opioïde) en fenethylamine (een sporenamine en amfetamine-analoog).

4) Door muziek veroorzaakte euforie - Euforie kan optreden als gevolg van dansen op muziek, muziek maken en luisteren naar emotioneel opwindende muziek. Neuroimaging-onderzoeken hebben aangetoond dat het beloningssysteem een centrale rol speelt bij het bemiddelen van door muziek veroorzaakt plezier. Aangename, emotioneel opwindende muziek verhoogt de dopamine-neurotransmissie sterk in de dopaminerge routes die naar het striatum projecteren (dwz de mesolimbische route en de nigrostriatale route). Ongeveer 5% van de bevolking ervaart een fenomeen dat "muzikale anhedonie" wordt genoemd, waarbij individuen geen plezier beleven aan het luisteren naar emotioneel opwindende muziek, ondanks dat ze het vermogen hebben om de beoogde emotie waar te nemen die in muziekpassages wordt overgebracht.

5) Door copulatie veroorzaakte euforie - De verschillende stadia van copulatie kunnen bij sommige mensen ook worden beschreven als het opwekken van euforie. Verschillende analisten hebben óf de hele copulatiedaad, de momenten die tot een orgasme leiden, óf het orgasme zelf beschreven als het toppunt van menselijk genot of euforie.

6) Door drugs veroorzaakte euforie - Een euforisch middel is een soort psychoactieve drug die de neiging heeft om euforie op te wekken. De meeste euforiemiddelen zijn verslavende medicijnen vanwege hun versterkende eigenschappen en het vermogen om het beloningssysteem van de hersenen te activeren.

Bestaat er een verband tussen vreugde en euforie? Zijn ze gescheiden en op de een of andere manier met elkaar verbonden? Deze vragen moeten persoonlijk worden beantwoord als de auteur het gebruik van de kracht van vitamine M aanbeveelt op een manier die geen schade veroorzaakt, zoals in het geval van door drugs veroorzaakte euforie. Het bezit van geld is pure macht en kan worden gebruikt om euforische ervaringen te creëren. Het is mogelijk dat vreugde heel anders is dan euforie.

## **DE PSYCHOLOGISCHE BEHOEFTE AAN NIEUWIGHEID** **ZONDER SCHADE**

Het zoeken naar nieuwe dingen (of het zoeken naar sensaties) is een persoonlijkheidskenmerk dat verwijst naar de neiging om nieuwe ervaringen na te streven met intense emotionele sensaties. Het is een veelzijdige gedragsconstructie die het zoeken naar sensatie, de voorkeur voor nieuwigheden, het nemen van risico's, het vermijden van schade en de afhankelijkheid van beloningen omvat.

Ieder mens zoekt naar nieuwigheid in alle twaalf dimensies van zijn leven vanwege de psychologische behoefte daaraan. De menselijke geest zoekt naar vernieuwing om fris, levendig, dynamisch en levendig te blijven. Energetische nieuwigheid is het zoeken en ervaren van nieuwigheid zonder zichzelf of anderen schade te berokkenen, waarbij energie enthousiast wordt gebruikt voor meer genot zonder schade. Hogere hersenfuncties zijn betrokken bij het genereren van nieuwe ideeën die tot nieuwe ervaringen kunnen leiden. De geest fris, gezond en krachtig levend houden is mogelijk door doelbewust nieuwe dingen te ervaren zonder schade. Om een dergelijke toestand te bereiken moet men duidelijk zijn over het onderscheid tussen schade en voordeel, zoals eerder vermeld. Zodra dit verschil duidelijk is en men acties met deze helderheid uitvoert, evolueert men naar een staat van leven in nieuwe ervaringen zonder schade.

**HOOFDSTUK 5**

**VITAMINE M & DE KRACHT  
VAN DE ZIEL**

## **WAT IS EERSTE ENERGIE & DE ZIEL?**

Oerenergie is iemands kern-/wortelenergie, zoals eerder besproken. Het woord 'oer' verwijst naar iets primitiefs, ouds en aangeborens. Het is de rauwe energie die ieder mens met zich meedraagt, die grotendeels sluimerend is en op veel verschillende manieren kan worden gekanaliseerd. Als deze energie ongebruikt blijft, kan deze eenvoudigweg verzwakken en verloren gaan. Misbruik van deze energie vindt ook plaats door het lichaam/geest te mishandelen. Het stoppen van dit misbruik vindt plaats wanneer men zich realiseert dat primaire energie de basis is waarop alle energieën zijn gebouwd en alle inspanningen in het leven mogelijk zijn. Door primaire energie te kanaliseren in andere inspanningen zoals sport, financiële ontwikkeling, filantropie, educatieve ontwikkeling, relatieontwikkeling, enz., wordt iemand in staat gesteld zijn 'roeping in het leven' te ontwaken, wat leidt tot persoonlijke uitmuntendheid.

Het woord 'ziel' wordt door de auteur gebruikt om te verwijzen naar iemands kernwezen. Gebaseerd op iemands overtuigingen, religieuze tradities en/of andere ideeën, zijn de ideeën van de ziel behoorlijk divers, en het is aan ieder individu om daarover zijn/haar conclusies te trekken. De auteur presenteert het woord 'ziel' als iemands meest innerlijke zelf, waar de primaire energie met haar rauwe potentieel verblijft. Hiervan profiteren is mogelijk als je consequent aandacht besteedt aan persoonlijke ontwikkeling, het materiële woord op verschillende dagen ervaart en de kracht van vitamine M verstandig gebruikt. Het volgen van iemands roeping of gelukzaligheid is mogelijk wanneer de kern/ruwe kracht de weg van de minste interne weerstand kiest vanwege de vreugde deze kracht te ontwaken en te gebruiken voor verdere vooruitgang in 12 dimensies

*De ziel is een groot mysterie in het leven. Het benutten en cultiveren van persoonlijke energie is een geweldige toegangspoort tot een mogelijke spirituele dimensie van iemands wezen.*

*--Ricky Singh*

## **PSYCHOLOGISCHE FRAGMENTATIE VS. ENERGETISCHE INTEGRATIE**

Psychologische fragmentatie verwijst naar een levensstaat waarin men niet heel en niet harmonieus leeft en het leven in alle twaalf dimensies verfraait. Deze toestand treedt op doordat individuen geen verenigd leven leiden waarin iemands vreugde verborgen blijft vanwege een mengeling van attitudes, perspectieven en gedragsreacties die niet in lijn zijn met iemands kernenergiestroom. Energetische integratie resulteert uit een staat van afstemming die leidt tot het begin van het op de best mogelijke manier gebruiken van iemands energie door deze afstemming. Naarmate dit proces begint, begin je veel meer energie door fysieke en psychologische systemen te voelen stromen. Een staat van energetische integratie leidt tot bewustzijn van het energiereservoir dat in jezelf bestaat en dit kan de energie van de ziel worden genoemd. Buitengewone ontwikkelingen en prestaties zijn mogelijk wanneer men dit reservoir aanboort. In het leven van de auteur is het bereiken van de top van de Mount Everest en het voltooien van 50 marathons in 50 staten bijvoorbeeld een voorbeeld van het ontsluiten van dit grote reservoir ... systematisch, zorgvuldig, bewust en energiek. Een dergelijke consistente ontsluiting culmineert in energetische integratie. Deze staat van integratie is een ware afstemming van iemands financiële en spirituele macht, wat leidt tot de ontdekking van gelukzaligheid in elke fase of staat van het leven.

Gerichte concentratie, aanhoudend bewustzijn en consistente inspanning leiden allemaal tot het volgende met betrekking tot het verband tussen financiële en spirituele macht:

- 1) Men kan opgaan in gekozen activiteiten zonder een onevenwicht te creëren...
- 2) Een staat van bewustzijn waarbij schade wordt voorkomen...
- 3) Een gezonde stroom van alle mentale en emotionele energie in het dagelijks leven...
- 4) Waardering en dankbaarheid voor alles wat goed gaat in 12 dimensies...
- 5) Zorgen, ongerustheid, spanning, angst en onzekerheid nemen aanzienlijk af...
- 6) Meditatieve, religieuze en spirituele praktijken kunnen desgewenst sterk worden verbeterd

7) De zelfeffectiviteit wordt vergroot en schadelijke verleidingen worden verminderd, zo niet volledig geëlimineerd.

- ***Fragmentatie is het grootste probleem in de geest. Verschillende stukjes gedachten, emoties, herinneringen en verlangens bestaan als onderling verbonden en onderling verbonden fragmenten die intern tegenstrijdig zijn. Deze tegenstrijdigheid verscheurt de kernenergie.***

- ***-Ricky Singh***

## **BELANGRIJKSTE OORZAKEN VAN PSYCHOLOGISCHE EN FINANCIËLE FRAGMENTATIE**

Er zijn minstens veertien belangrijke oorzaken van de fragmentatie van de kernenergie. Voordat we deze gebieden in detail kunnen onderzoeken, moet de betekenis van fragmentatie duidelijk worden begrepen. Fragmentatie verwijst naar het feit dat de levens van de meeste mensen psychologisch uiteenvallen wanneer verschillende gefragmenteerde delen met elkaar in conflict komen. Er zijn minstens 14 belangrijke oorzaken van psychologische fragmentatie, zoals weergegeven in Figuur 10. Hieronder wordt een beschrijving gegeven van elke oorzaak en hoe deze de kernenergie fragmenteert:

### 1) Onbevredigd financieel verlangen

Verlangen is per definitie het gebrek aan bevrediging of vervulling. Wanneer een financieel verlangen onvervuld blijft of niet wordt bevredigd op de manier waarop men het bevredigd wil hebben, ontstaat er frustratie, met als resultaat dat de emotionele energie wordt verscheurd. Emotionele energie is nauw verbonden met de fonteinachtige stroom van verlangens in onszelf. Emotionele energie is één aspect van iemands kernenergie. Als er emotionele frustraties zijn vanwege de constante aanwezigheid van onvervulde verlangens, dan fragmenteren deze frustraties de energie. Gefragmenteerde energie wordt verder opgesplitst als gevolg van een grotere focus op het gebrek aan emotionele bevrediging.



## 2) Moeilijkheden bij het aantrekken van financieel succes

Veel mensen hebben moeite met het verwerven van financieel succes omdat hun gedachten en emoties gefocust blijven op alles wat er in iemands leven ontbreekt. Dit kan diepe interne ontevredenheid veroorzaken, evenals een gevoel van een laag zelfbeeld. Deze negatieve emotionele toestanden kunnen de energie verder fragmenteren en veel zelfkritiek en andere innerlijke problemen veroorzaken.

## 3) Hypergerichte hebzucht

Bij sommige mensen is het verlangen naar geld regelmatig of plotseling toegenomen. Dit kan worden beschouwd als hypergerichte hebzucht. Dit kan verschillende redenen hebben, meestal als gevolg van snelle pogingen om verliezen goed te maken of om snel geld te verdienen met grotere risico's. In meer algemene zin is hypergerichte hebzucht een vorm van overstimulatie in de hersenen/geest die ervoor zorgt dat de kernenergie fragmenteert, wat leidt tot diepere fixatie en mogelijk grotere risico's met zich meebrengt.

## 4) Onvervulde fantasieën over financieel succes

Fantasie speelt een grote rol bij het willen van het 'rijke leven' in de hoofden van talloze individuen. Financiële fantasieën moeten worden omgezet in financiële realiteiten, gebaseerd op de principes van persoonlijke kernenergieactivatie en het nemen van stappen richting vooruitgang. Wanneer fantasieën niet of gedeeltelijk worden vervuld, ontstaat er fragmentatie van de kernenergie, wat leidt tot verdere pogingen om een volledig tevreden toestand te bereiken, vaak zonder adequate fundamentele voorbereiding.

## 5) Negatieve percepties van iemands financiële status

Zelfbeeld, eigenwaarde en eigenwaarde zijn allemaal gerelateerd en vervat in iemands perceptie van iemands financiën. Wanneer er sprake is van een negatieve zelfperceptie, ontstaat er een innerlijk gevoel van 'niet oké zijn met jezelf', wat verstoringen in iemands identiteitsstructuur veroorzaakt, wat leidt tot fragmentatie van energie.

## 6) Laag zelfbeeld

Eigenwaarde is een emotionele evaluatie van iemands zelfperceptie. Een laag zelfbeeld kan resulteren in een afname van de algehele energie. Een afname van de energie kan ook leiden tot een laag zelfbeeld en schade aan het energieniveau. Verminderingen in de totale energie kunnen het vitamine M-energieniveau beïnvloeden en geen gezonde (gunstige) acties met betrekking tot financiën mogelijk maken. Eigenwaarde houdt verband met academische prestaties, tevredenheid in het huwelijk en het bereiken van vele andere doelen in het leven. Energiefragmentatie-effecten van een laag zelfbeeld kunnen ertoe leiden dat vitamine M niet goed stroomt. Wanneer de energiefragmentatie stopt, is er een grote samenhang tussen eigenwaarde, zelfrespect en zelfintegriteit.

#### 7) Homeostatische onevenwichtigheden

Onevenwichtigheden in iemands fysieke en mentale gezondheid kunnen aanzienlijke vernietiging van de kernenergie veroorzaken. Homeostase verwijst naar een toestand van algemeen fysiek en neuropsychologisch evenwicht die het lichaam en de geest voortdurend proberen te behouden.

#### 8) Problemen op iemands spirituele pad

Moeilijkheden op iemands religieuze/spirituele pad kunnen frustratie veroorzaken en ertoe leiden dat vitamine M verstoord raakt. Deze verstoringen op iemands spirituele pad kunnen leiden tot zelfopgelegde onderdrukking of ernstige toegeeflijkheid. Het slingereffect tussen onderdrukking en toegeeflijkheid is een fundamenteel probleem voor velen op het religieuze of spirituele pad. Het heen en weer trekken van vitamine M via toegeeflijkheid en onderdrukking fragmenteert het en kan ervoor zorgen dat iemand afdwaalt van het door hem gekozen religieuze/spirituele pad.

#### 9) Zoeken naar nieuwigheden in het gebruik van geld tot het punt van verzadiging

Verzadiging van nieuwigheden treedt op als gevolg van een gevoel van herhaling van dezelfde soort stimulatie. Het probleem van herhaling is ernstig omdat het buitensporige streven naar nieuwigheid tot verzadiging leidt. Verzadiging is de toestand waarin er geen verder verlangen naar stimulatie aanwezig is of waar sprake is van buitensporige verveling ondanks het ervaren van een breed scala aan nieuwe ervaringen in de materiële wereld. Het fragmentatie-effect wordt versterkt wanneer dit gebeurt en heeft het potentieel om het verlangen naar vitamine M-accumulatie te beschadigen.

#### 10) Problemen met significante anderen

Conflicten in relaties kunnen aanzienlijke verstoringen in iemands energiestructuur veroorzaken. Relaties kunnen giftig worden als gevolg van toenemende conflicten en misverstanden. Verstoringen in de intimiteit kunnen de innerlijke koorden van een gezonde gehechtheid verbreken die de stroom van emoties en de algehele gezondheid beïnvloeden. Elke keer dat iemand ervoor kiest om een intieme relatie met iemand anders aan te gaan, wordt er een 'energiekoord' met die persoon gecreëerd. Dit energiekoord is een energieverbinding tussen partners en verstoringen in deze verbinding zorgen ervoor dat kernenergie fragmenteert. Intieme verbinding met een ander krijgt diepte wanneer energie wordt geactiveerd en verbonden tijdens de vorming van de genotservaring. Het delen van intieme energie heeft diepgaande effecten op lichaam en geest. Er worden verschillende indrukken gevormd in de geest van de persoon die intiem contact heeft, omdat er een uitwisseling van energieën plaatsvindt. Het fragmentatie-effect dat wordt veroorzaakt door een onbalans in intimiteit moet fysiek en emotioneel worden opgeruimd. Het combineren van de kracht van vitamine M met intimiteit is een manier om energieonevenwichtigheden op te heffen. Als iemand betrokken is bij meerdere relaties, kan de energieoverdracht zelfs nog complexer zijn. Nogmaals, een bewust gebruik van vitamine M is zeer nuttig bij het oplossen van verstoringen. Energie kan negatief of positief zijn, gebaseerd op de vibratie van iemands partner en iemands vibratie. Het is mogelijk dat de gedachten, gevoelens, onopgeloste emoties en andere stoornissen van de partner verweven raken met het psychologische leven van de partner. Als deze verwevenheid negativiteit in zich draagt, kan dit een grotere desintegratie van psychologische energie veroorzaken.

In plaats van dat de kernenergie op natuurlijke wijze wordt gerevitaliseerd, wordt deze hypergestimuleerd en kan deze meer schade aanrichten. Als gevolg hiervan kunnen problemen met iemands partner mogelijk verergeren als alcohol, illegale drugs, gokken en/of ander verslavend gedrag overmatig wordt gebruikt waarbij vitamine M wordt vernietigd.

#### 11) Negatieve herinneringen aan financiële ervaringen uit het verleden

Als er negatieve herinneringen zijn aan financiële ervaringen uit het verleden, kunnen die herinneringen de kernenergie verder fragmenteren. Dit gebeurt wanneer iemand de kern van verschillende activiteiten probeert te betrekken/activeren; negatieve herinneringen kunnen iemands inspanningen besmetten. Deze vervuiling is een aspect van fragmentatie.

#### 12) Alcohol, tabak, andere drugs en gokken (ATOD & G)

Het gebruik van stoffen zoals alcohol, tabak en andere drugs (bijvoorbeeld heroïne, cocaïne, enz.) en/of gokken zal de natuurlijke stroom van kernenergie verder fragmenteren. Deze stoffen kunnen soms tijdelijk sterke verlangens bevredigen en uiteindelijk leiden tot degradatie van de kernenergie als gevolg van overmatige stimulatie van het beloningscircuit in de hersenen. Het gebruik van alcohol, illegale drugs en gokken (in verband met vitamine M) zal de positieve energie verder verlagen en mogelijk de deur openen naar lagere bewustzijnsniveaus. Dit is vooral het geval wanneer de hersenen hypergestimuleerd zijn. De kwaliteit van de kernenergie kan vervuild raken door een schadelijk mengsel van alcohol en/of andere illegale stoffen.

#### 13) Geestelijke gezondheidsproblemen

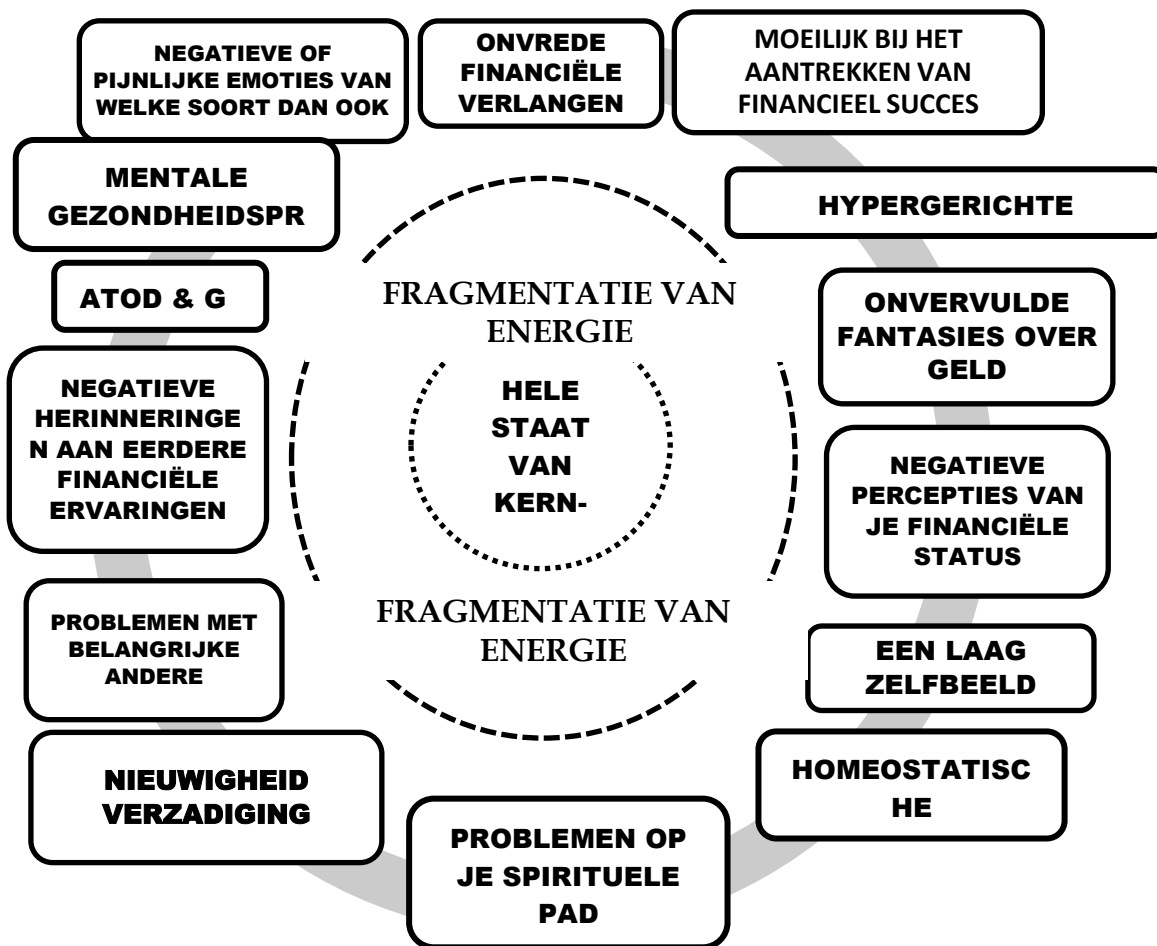
Problemen met depressie, angst, bipolaire stoornis, enz. kunnen allemaal de natuurlijke kernenergie fragmenteren. Chronische depressie kan bijvoorbeeld de potentie van vitamine M beïnvloeden, en dit zorgt ervoor dat de kernenergie fragmenteert. Geestelijke gezondheidsproblemen kunnen in het algemeen het verlangen beïnvloeden, problemen veroorzaken bij het bereiken van financiële hoogten en de algehele persoonlijke ontwikkeling.

#### 14) Negatieve of pijnlijke emoties

Negatieve emoties of pijnlijke emoties uit het heden/verleden zullen de kernenergie fragmenteren. Negatieve emoties gebruiken grote hoeveelheden energie die beschikbaar zouden moeten zijn voor normale activiteiten in het leven, inclusief de aanmaak van vitamine M. Hier is een lijst met negatieve emoties en mentale eigenschappen die de kernenergie gemakkelijk kunnen fragmenteren en verder kunnen afbreken:

Beledigend - Controlerend - Agressief - Laf - Hebzuchtig - Boos - Kritisch - Rouwend - Geërgerd - Wreed - Haat - Antagonistisch - Verslagen - Hopeloos - Angstig - Begoocheld - Onwetend - Arrogant Veeleisend - Ongeduldig - Beschaamd - Afhankelijk - Verarmd - Oorlogvoerend - Depressief - Impulsief - Bitter - Wanhopig - Onverschillig Verveeld - Berooid - Inert - Gebroken - Destructief - Onzeker - Gepest - Afstandelijk - Ongevoelig - Chaotisch - Verbinding verbroken - Onverantwoordelijk Koud - Ontmoedigd - Geïrriteerd - Commandant - Weerzinwekkend - Geïsoleerd - Competitief gedomineerd - Jaloers klagend - Dominerend - Beoordeeld - Verwaand - Egocentrisch Veroordelend - Veroordeeld - Egoïstisch - Lui - Conflicterend - Jaloers - Eenzaam - Verward - Grillig - Verloren - Conservatief - Bang - Gek - Gecontroleerd - Gefrustreerd - Gemanipuleerd - Manipulatief - Belachelijk - Ongelukkig - Ellendig - Rechtvaardig - Niet reagerend - Humeurig - Meedogenloos - Onvertrouwend - Moreel - Verdrietig - Ijdel Negatief - Sadistisch - Wraak - Geheimzinnig - Kwaadaardig - Geobsedeerd - Zelfveroordelend Slachtoffer In paniek - Zelfvernietigend - Gewelddadig - Paranoïde - Zelfvernietigend - Wijs Passief - Zelfhaat Perfectionistisch - Zelfvernietigend geobsedeerd - zielig - zelfmedelijden - arm - zelfsaboterend - bezitterig - egoïstisch - gepreoccupeerd - beschaamd - uitstelgedrag - afgesloten - gestraft - verlegen - straffen - spijtig - woede - getroffen - reactionair - uitgeblust - teruggetrokken - koppig - afgewezen - Superieur - Onderdrukt - Woedeaanvallen - Wrokkig Timide - Gelaten - Onbekommerd - Verantwoordelijk - Meedogenloos

**FIGUUR 10**  
**BELANGRIJKSTE OORZAKEN VAN DE FRAGMENTATIE VAN**  
**DE KERN-ENERGIE**



*De 'hele staat' van KERN-ENERGIE heeft een vrijwel onbeperkte capaciteit om fantastische mogelijkheden in iemands leven te openen. Wanneer KERN/OER-ENERGIE niet langer gefragmenteerd is, wordt het heilige energie.*

*-Ricky Singh*

## **RELATIE TUSSEN GEESTELIJKE MACHT EN FINANCIËLE MACHT**

Een mentaliteit van financiële overvloed kan worden ontwikkeld door gebruik te maken van iemands spirituele kracht. Fundamenteel voor dit ontwikkelingsproces is dat je niet toestaat dat hebzucht je besluitvormingsproces inhaalt. Het nemen van dagelijkse acties die ervoor zorgen dat er meer geld in iemands leven komt, samen met het mentaal/emotioneel focussen op overvloed in plaats van op schaarste, zorgt ervoor dat iemands kernenergie zich kan afstemmen op overvloed. Dit vereist het ontmantelen van beperkte overtuigingen, het visualiseren van de voltooiing van doelen en het opnieuw instellen van de frequentie van iemands emoties om te resoneren met overvloed. Als je uit een innerlijke staat van weerstand komt (d.w.z. je gespannen, gestrest, gefrustreerd, geïrriteerd, wanhopig, etc.) en je opnieuw op één lijn brengt met je spirituele kracht, ontstaat er een natuurlijke staat van kalmte, ontspanning, harmonie, vreugde, etc. het uitvoeren van religieuze/spirituele/meditatieve praktijken, een van de belangrijkste effecten van dergelijke praktijken is dat het leven bloeit met ontwaakte spirituele kracht die resoneert met financiële overvloed. In deze resonantie worden de juiste acties ondernomen om financiële overvloed werkelijkheid te laten worden in iemands leven. Hieronder worden een aantal praktische stappen weergegeven om jezelf op één lijn te brengen met overvloed:

- 1) Merk eventuele negatieve gedachten/gevoelens over geld op en laat ze bewust vallen via meditatie-/visualisatieoefeningen.
- 2) Haal rustig adem en krijg een duidelijk/realistisch beeld van de algehele financiële situatie.
- 3) Breng je gedachten op één lijn met: "Geluk is het waarderen van wat je hebt, in plaats van je ellendig voelen over wat je niet hebt." Neem met deze herschikking dagelijks stappen richting verdere vooruitgang terwijl je spiritueel samenhangend blijft.
- 4) Beschouw geld als een spirituele macht. Zet de overtuiging uit je hoofd dat geld en spiritualiteit niet samengaan.
- 5) Laat het idee varen dat je niet spiritueel bent, dat ontstaat doordat je geld wilt en er negatief naar kijkt.

- 6) Erken dat geld energetisch en doelbewust door ons wordt gecreëerd en gebruikt en dat het goed samengaat met spiritueel ontwaken.
- 7) Iemands spirituele kracht (ziel) is oneindig overvloedig als hij zichzelf als een spiritueel wezen beschouwt. Als er sprake is van identificatie van jezelf als een spiritueel wezen, is er uiteraard sprake van een grote overvloed aan dergelijke identificatie. Iemands spirituele kwaliteiten, zoals liefde, vrede, vervulling, gelukzaligheid, waarheid, contemplatie, vrijgevigheid, enz., zijn een indicatie van spirituele overvloed. Wanneer iemand deze kwaliteiten vasthoudt en ze verbindt met financiële overvloed, ontstaat er een staat van resonantie die iemand naar een procesgerichte mentaliteit verschuift.
- 8) Geld is neutraal als het gaat om het feit dat het een vorm van energie is. De energie achter geld is van betekenis en deze energie is iemands kernenergie als iemand geld heeft.
- 9) Erken dat geestelijke en financiële groei beide expansief zijn. Het besef leidt tot het beste gebruik van iemands mentale/fysieke energieën om resonantie met uitgestrektheid te genereren.

**Een uitgebreide levensstaat is de stroom van vitamine M-kracht, elk uur van iemands leven. Gecontracteerd leven wordt direct ervaren wanneer de vitamine M-kracht afneemt.**

**-Ricky Singh**



# **HOOFDSTUK 6**

## **DE PRACHT VAN ENERGIE**

## **WELKE & VITAMINE M**

Vooruitgang is iemands persoonlijke ontwikkeling en is mogelijk als iemand fundamenteel of fundamenteel respect heeft voor energie en tegelijkertijd de glorie van energie omarmt. Elke vorm of vorm van gebrek aan respect voor iemands macht zal energie verspillen en de glorie en weelde van deze fundamentele kernkracht die we allemaal bezitten belemmeren. Het vermogen om de weelde en glorie van iemands energie waar te nemen ontwikkelt zich verder en wordt vergroot wanneer iemand de glorie van deze kracht oprecht omarmt. Net zoals je het succes van het hebben van grote hoeveelheden geld omarmt, kun je op dezelfde manier de glorie van vitamine M omarmen terwijl geld zich ophoopt in de vorm van energie, die doelbewust wordt gebruikt om alle twaalf dimensies van iemands leven te verlevendigen (zie figuur 1). Het gebrek aan respect voor vitamine M komt voor wanneer men het gebruikt om kwaad te doen en wanneer men geld nastreeft omwille van zichzelf, zonder grote harmonie en vooruitgang in alle twaalf dimensies te creëren. Geld dat alleen maar wordt nagestreefd, kan schadelijke gevolgen hebben als er geen aandacht wordt besteed aan de verbetering van de kernenergie. Er zijn talloze voorbeelden van individuen die ernstige schade aan hun persoonlijke leven hebben toegebracht door geld na te streven voor hun eigen bestwil en het vervolgens te misbruiken/misbruiken. Wanneer iemand de weelde van uiterlijke rijkdom en innerlijke rijkdom ziet, wordt het leven een symfonie van vreugdevolle ervaringen. In zulke vreugdevolle toestanden heeft het woord 'pracht' een aanzienlijke connotatie met betrekking tot vitamine M, omdat pracht veel verder gaat dan alleen maar een heel goede ervaring. Het verwijst naar de glorie van grote prestaties via een procesgerichte mentaliteit. Pracht heeft weelde en het is ook de erkenning van weelde in 12 dimensies via het behoud van vitamine M en het beste gebruik ervan. Wanneer de Mount Everest bijvoorbeeld voor het eerst met eigen ogen wordt waargenomen, is dat een ervaring van grootsheid, er is een verbluffende ervaring bij de ongelooflijke aanblik van de hoogste berg ter wereld. De ervaring is heel anders dan erover lezen, er films over kijken, er video's over bekijken of er foto's van zien. Het feitelijke koesteren in de glorie van weelderige energie vindt plaats wanneer iemand in direct ervarings- en energetisch contact staat. De directe perceptie van de Mount Everest is bijvoorbeeld een heel andere

zaak dan elke andere indirecte perceptie ervan.

Wanneer iemand zich koestert in de glorie van prachtige energie die bestaat in velerlei ervaringen, culmineert de kracht in zichzelf in een staat van weelde, met grote waardering voor de psychologische manifestatie ervan (dat wil zeggen, in iemands directe ervaring). Vitamine M kan intern een staat van weelde bereiken als men de ervaring die het gebruik van geld oplevert, echt begint te waarderen. Elke ervaring die wordt verkregen door het gebruik van geld, ongeacht de hoeveelheid geld, kan als een weelderige ervaring worden beschouwd wanneer men rechtstreeks vitamine M aanboort via de volgende waarheid: de kracht van geld wordt mentaal, emotioneel, intellectueel en spiritueel opgeslagen als vitamine M in iemands neurofysiologische (d.w.z. hersenen/lichaam) en neuropsychologisch (d.w.z. hersenen/geest) systeem. Wanneer iemand bijvoorbeeld boodschappen koopt, kan de ervaring van het kopen ervan weelderig zijn als elke dollar wordt gebruikt om 12 dimensies van energie te voorzien, omdat het gebruik van energie in het voedsel wordt omgezet in kernenergie binnen iemands systeem. Dit besef stelt iemand in staat de kracht van vitamine M te ervaren in gewone geldtransacties dankzij de beste conservering, benutting en revitalisering van vitamine M. De volgende zijn sleutelpunten met betrekking tot weelde en geld:

- 1) Er is een parallelle ontwikkeling van vitamine M, waardoor geld wordt bespaard en iemand zichzelf kan verheffen over 12 dimensies.
- 2) Wanneer iemand een weelderig leven leidt, heeft dit een uiterst positieve en opbeurende invloed op anderen in de omgeving van zo iemand.
- 3) Energetische verheffing is weelderig wanneer geest, lichaam en ziel in samenhang zijn via een procesgerichte mentaliteit.
- 4) Het woord weelde roept uitgestrektheid op, een visie op schoonheid, een kunstwerk, iets dat zo enorm is, iets dat zo alomvattend is, dat energie en vitamine M prachtig samenkomen in die uitgestrektheid.
- 5) Ware schoonheid manifesteert zich emotioneel, intellectueel, relationeel, enz., in alle

weelderige toestanden die dynamisch van de ene ervaring naar de andere gaan. Dit is alleen mogelijk als vitamine M aanwezig is.

6) De kracht van vitamine M opent talloze deuren die geweldige ervaringen kunnen opleveren als je de glorie van je interne energie herkent. Deuropeningen naar financiële macht manifesteren zich als gevolg van de waardering van iemands interne/kernenergie.

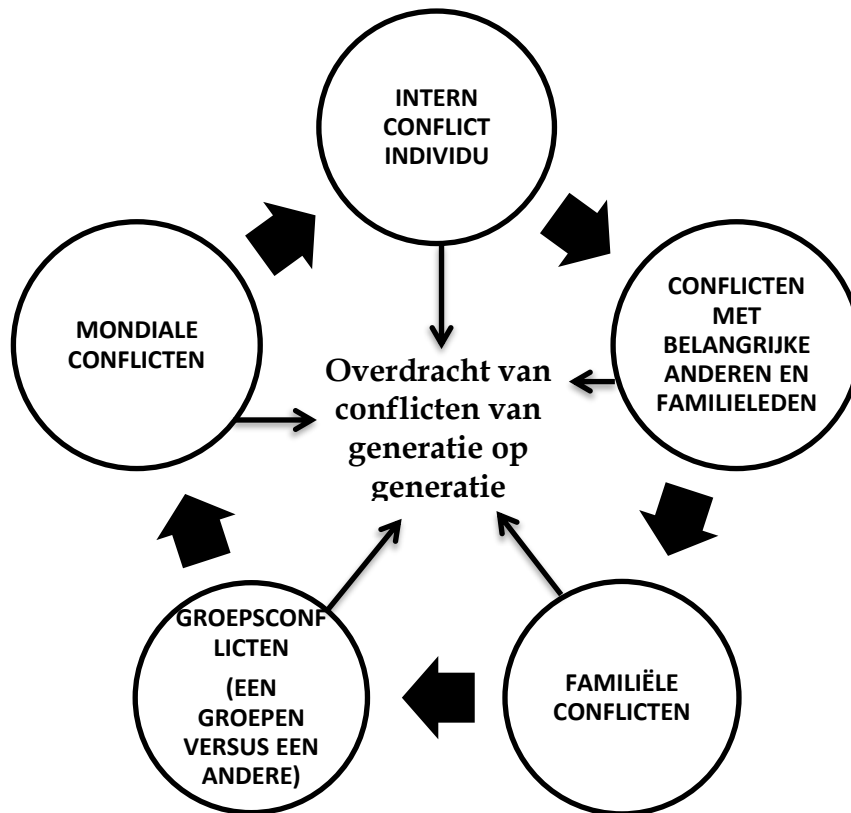
7) Het best mogelijke gebruik van geld vindt plaats als gevolg van de ontwikkeling van iemands hoogste begrip van het gebruik van vitamine M ten behoeve en verdere ontwikkeling. Dit is duidelijk anders dan het gebruiken van geld voor het veroorzaken van schade, schade, degradatie of het najagen van groter zintuiglijk genot met schadelijke gevolgen. Het vermogen om de aandacht op persoonlijke energetische verbetering en integratie te houden, houdt dit onderscheid helder en levend in jezelf.

8) Dagelijks aandacht besteden aan de ontwikkeling van vitamine M leidt tot het openen van enorme mogelijkheden, die de beperkte conditionering in de geest overstijgen. Ervaringen die niet binnen het domein van iemands ervaring werden beschouwd, kunnen te zijner tijd toegankelijk worden.

## **DE GEVANGENIS VAN MENSELIJKE CONFLICTEN**

Ware weelde is mogelijk wanneer de mensheid de noodzaak onderkent om uit de gevangenis van menselijke conflicten te komen. Geld is zeker een belangrijke oorzaak van conflicten. De gevangenis van menselijke conflicten, zoals weergegeven in figuur 11 (hieronder), is circulair van aard en de overdracht van deze conflicten vindt plaats als gevolg van problemen bij de opslag en het gebruik van vitamine M, variërend van individueel tot mondiaal. Zodra de persoonlijke transformatie begint, kan de mensheid mogelijk een uitweg uit deze conflicten vinden door te beseffen dat de verspilling van vitamine M-kracht intern conflicterende individuen genereert, wat leidt tot mondiale conflicten, zoals weergegeven in figuur 11.

## **FIGUUR 11** **DE GEVANGENIS VAN MENSELIJKE CONFLICTEN**



## **ENERGETISCHE FUSIE VAN FINANCIËLE EN INNERLIJKE KRACHT**

Net zoals een rups een metamorfose ondergaat en een prachtige vlinder wordt, kan de energetische samensmelting van financiële en innerlijke kracht een metamorfose in pure vreugde creëren, zoals weergegeven in figuur 12, en wordt hieronder uitgelegd:

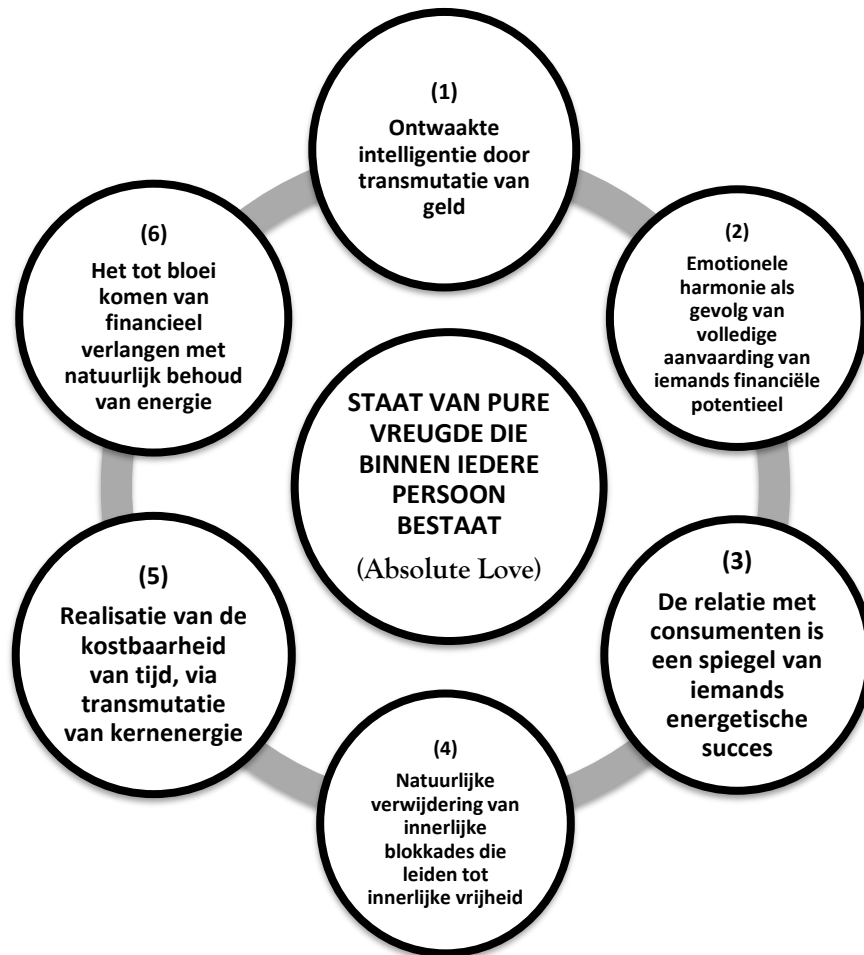
1) "Ontwaakte intelligentie door transmutatie van geld" verwijst naar het creëren en opslaan van mentale kracht door het bezitten van geld.

- 2) "Emotionele harmonie als gevolg van volledige acceptatie van iemands financiële potentieel" verwijst naar Vitamine M die voortdurend in verbinding staat met iemands emoties.
- 3) "De relatie met consumenten is een spiegel van iemands energetische succes" verwijst naar het best mogelijke en oprechte aanbod van goederen/diensten aan consumenten, wat leidt tot financieel succes en de accumulatie van vitamine M.
- 4) "Natuurlijke verwijdering van innerlijke blokkades die leiden tot innerlijke vrijheid" verwijst naar het gebruik van kernenergie voor fysieke/mentale verbetering door alle 12 dimensies in evenwicht te brengen met behulp van vitamine M.
- 5) "Realisatie van de kostbaarheid van tijd, via transmutatie van kernenergie" verwijst naar het gebruiken van tijd en energie om zichzelf te verheffen in 12 dimensies waar geld wordt gebruikt als brandstof voor persoonlijke verheffing. Transmutatie verwijst naar een metamorfose van een beperkte en gebonden staat naar een expansieve staat van energie en geld.
- 6) 'Opbloei van financieel verlangen met natuurlijk behoud van energie' verwijst naar de groei van verlangen zonder de emotionele pijn van ontevredenheid. Zo'n toestand bespaart energie, activeert kernenergie en stimuleert iemand tot dynamische vooruitgang.

***Om het financiële verlangen actief te houden, is het behoud van vitamine M vereist. Misbruik/misbruik van de kracht van vitamine M kan constructieve verlangens vernietigen en destructieve verlangens genereren. Aan veel menselijk lijden kan een einde komen wanneer destructieve verlangens veranderen in constructieve verlangens.***

***--Ricky Singh***

**FIGUUR 12**  
**VITAMINE M & METAMORFOSE NAAR PURE VREUGDE**



**ERVARINGSREDENEREN & PERSOONLIJKE ENERGIE**

Ware pracht is ervaringsgericht. Met iemands verbeterde vermogen om zijn intellectuele krachten op het hoogste niveau te gebruiken, wordt de glorie van persoonlijke energie ervaringsgericht gerealiseerd. Ervaringsgericht redeneren verwijst naar iemands denkvermogen om logica te gebruiken bij het oplossen van problemen, het overwinnen van obstakels en het gebruiken van rationaliteit om verder te komen. Veel oorzaak-gevolgrelaties moeten zorgvuldig, energetisch en weelderig worden waargenomen, zodat het respect voor iemands intellectuele

kracht exponentieel toeneemt. Deze toename van iemands intellectuele/cognitieve/contemplatieve kracht is een prachtige levensstaat waarin vitamine M wordt gebruikt als brandstof voor een dergelijke exponentiële groei. Met een dergelijke groei van één intellect via ervaringsgericht redeneren worden twaalf dimensies van iemands leven verlevendigd en beginnen ze te functioneren in een staat van pracht waarin elke dag van iemands leven weelderig is. Om een dergelijke toestand te bereiken kan het verband tussen ervaringsgericht redeneren en persoonlijke energie als volgt worden begrepen:

1) Ervaringsgericht redeneren begint met directe levenservaringen die verband houden met problemen en situaties uit de echte wereld. Het faciliteren van direct leren vindt plaats door reflectief iemands ervaringen te onderzoeken en intern wijsheid te verwerven uit dergelijke reflectie.

2) Het stellen van vragen, onderzoeken, experimenteren, het vergroten van de nieuwsgierigheid, het vergroten van de creativiteit, het construeren van betekenis en het beseffen hoe persoonlijke kracht wordt gebruikt bij al dergelijke mentale activiteiten verbetert het ervaringsgerichte redeneervermogen.

3) Reflectie, kritische analyse en synthese van informatie op basis van gebeurtenissen/ervaringen/kennis zorgen ervoor dat iemands intellectuele vermogens grotere kernenergieën kunnen gebruiken en iemands redeneervermogen kunnen vergroten.

4) Pogingen om innerlijke helderheid te verkrijgen vinden plaats wanneer men intellectuele kracht en emotionele kracht verbindt met iemands algehele ervaring in de context van 12 dimensies. Door gestaag en reflectief gebruik te maken van het redeneervermogen kunnen innerlijke (persoonlijke) energieën de intellectuele vermogens vergroten, wat op zijn beurt de kans op vitamine M-accumulatie vergroot door geld te verkrijgen, te sparen en te gebruiken voor maximaal voordeel in alle 12 dimensies.

5) Het bepalen van de kwantiteit en kwaliteit van ervaringen die beschikbaar zijn via het gebruik van geld vereist gestage reflectie en redenering over hoeveel vitamine M moet worden gebruikt om dergelijke ervaringen te verkrijgen.



6) Energetische fusie vindt plaats wanneer een ervaringsgerichte beslissing wordt genomen om GEEN enkele hoeveelheid vitamine M te verspillen. Dit is een staat van vreugde en niet van een opgelopen beperking.

## **PRESTATIES & EERSTE ENERGIE**

Prestatieverbetering is nauw verbonden met activering, groei en verfijning van de primaire (kern)energie. De volgende ideeën staan centraal bij het verbeteren van de prestaties om doelen te bereiken, een grotere staat van genot en weelde te ervaren en vitamine M op te bouwen:

- 1) Het opbouwen van mentale vaardigheden, mentale weerbaarheid, focus, zelfvertrouwen, vastberadenheid en het behouden van een staat van controle over iemands energieën vindt plaats wanneer een doel voor ogen wordt gehouden en geld voorzichtig wordt gebruikt als vitamine M.
- 2) De interne druk om te presteren neemt af en de natuurlijke vreugde neemt toe. Dit resulteert in een natuurlijk ontvouwende oerenergie.
- 3) Er is een rand van menselijke uitmuntendheid in alle facetten van het leven. Door deze rand te herkennen, kan men hoog mikken en de glorie en weelde van deze rand voelen.
- 4) Positieve zelfbespreking verhoogt de prestaties en stelt iemand in staat een optimistische kijk te behouden terwijl hij probeert verder te komen.
- 5) Prestatieverbetering vindt plaats naarmate vitamine M psychologisch verder wordt geaccumuleerd, wat gevolgen heeft in alle 12 dimensies. Het verlangen om de prestaties te verbeteren moet aanwezig zijn voordat prestatieverbetering zich ontvouwt. De energie in het verlangen (zie figuur 1) ontwaakt met de herkenning van de dynamische aard van het verlangen.
- 6) De moed om ethische stappen te zetten in de persoonlijke ontwikkeling evolueert als gevolg van de realisatie van weelderige energie die wordt opgewekt door een ethisch leven te leiden.

7) De drang om dagelijks en gestaag de juiste stappen te zetten, ontwikkelt zich naarmate men innerlijke weelde ervaart bij het verder komen in de richting van het bereiken van doelen.

8) Er ontwikkelen zich sterke overtuigingen met betrekking tot het bereiken van gestelde doelen.

9) Iemands geest bestempelt positief gedrag en houdingen terwijl men doorgaat met het gebruiken van visualisatietechnieken.

10) Mentale training wordt een integraal onderdeel van de ontwikkeling en opslag van vitamine M. Dit leidt tot topprestaties en flow-toestanden.

11) Identificatie met staten van uitmuntendheid leidt tot superieure prestaties.

12) Beheer van opwinding (opwinding), verbetering van de aandacht, motivatie en het stellen van realistische doelen worden allemaal als weelderige toestanden ervaren. Geld wordt gebruikt om deze staten te ervaren en te verbeteren.

13) Men begint hoge normen te ontwikkelen, vast te stellen en te handhaven met de nadruk op zelfbeheersing.

14) Motivatie wordt gecultiveerd en het streven naar uitmuntendheid ontstaat zonder verstrikt te raken in obsessief perfectionisme.

15) Je raakt gefocust op het proces in plaats van op de uitkomsten en dit leidt ertoe dat je je reis naar een doel als weelderig ervaart. Natuurlijk is het bereiken van welk doel dan ook bevredigend en leidt het tot een nieuw verlangen naar andere doelen. Er blijft dus sprake van een dynamische stroom in het leven, in plaats van van stagnatie.

16) Bewust oefenen leidt tot expertiseontwikkeling en het ontdekken van plezier in een procesgerichte mindset. Groei in gerichte aandacht, aanpassingsvermogen en verbeterde prestaties vinden op natuurlijke wijze plaats.

17) Het 'hoe' van iemands praktijk bij het bereiken van doelen is belangrijker dan de hoeveelheid tijd of moeite die erin wordt gestoken. Een energetische mentaliteit zorgt ervoor dat het 'hoe' van elke beoefening een staat van flow kan bereiken, waarbij de hoeveelheid tijd die aan opzettelijke beoefening wordt besteed uiteraard de 'juiste hoeveelheid tijd' is.

18) Je herkent hoe je je eigen potentieel kunt creëren op basis van het rijk van mogelijkheden in je leven.

19) Mentale representaties van iemands succes raken vastgebakken in iemands geest. energie wordt gebruikt door het nemen van de juiste stappen om deze representaties tot bloei te brengen.

20) Je beseft het belang van feedback en herstelt fouten in je voortgang verder. De praktijk verfijnt verder en genereert betere mentale representaties die tot systematische verbetering leiden.

21) Natuurlijke motivatie van binnenuit barst los als weelde wordt ervaren en iemand uit zijn comfortzone wordt gehaald voor verdere vooruitgang.

Prestaties van de hoogste kwaliteit vereisen toewijding 'wat er ook gebeurt'. Betrokkenheid ontstaat in jezelf wanneer er energie wordt gestoken in intenties die zich in richtingen bewegen die een belangrijk doel hebben. Betrokkenheid is essentieel voor succes en het besef dat persoonlijke energie via toewijding verder kan verfijnen, geeft de aanzet om toegewijd te blijven aan het zo goed mogelijk uitvoeren van een actie die wordt ondernomen. Er is een veel voorkomende vraag: "Hoe graag wil je het?" Het antwoord op deze vraag komt voort uit iemands innerlijke ruimte van verlangen en de hoeveelheid energie die men bereid is te steken om verlangens te vervullen. Wanneer de beslissing wordt genomen dat stoppen geen optie is, verhoogt zo'n intense beslissing het innerlijke energieniveau substantieel, terwijl het bereiken van het doelvoltooing zeer gefocust wordt. Kwaliteiten zoals mentale en fysieke behendigheid, kennis, enz. zijn allemaal nodig om volledig toegewijd te zijn aan het bereiken van doelen. Betrokkenheid houdt ook verband met mindfulness en acceptatie van iemands huidige status en de beslissing

om verder te gaan met acceptatie. Acceptatie betekent geen stagnatie. Integendeel, acceptatie impliceert de ontwikkeling van een nieuwe visie met een duidelijk begrip van iemands huidige status. Je wordt je bewust van je interne ervaringen en begint een proces van interactie met deze ervaringen dat de betrokkenheid en activering van de oerenergie versterkt. Hieronder volgen de belangrijkste punten met betrekking tot toewijding, primaire energie en vitamine M:

- 1) De intensiteit van de betrokkenheid kan iemand dichter of verder weg brengen van doelen, waarden, ethiek, moraliteit en het beste gebruik van geld.
- 2) Het uitvoeren van acties in de goede richting, vooral als iemand geen zin heeft om deze acties uit te voeren, stelt iemand in staat de kernenergiestroom binnen emoties te resetten en zijn vastberadenheid te versterken.
- 3) Betrokkenheid heeft motiverende aspecten waarbij de motivatie behouden blijft in plaats van alleen maar een uitbarsting van hoge emoties als gevolg van de opwinding.
- 4) Optimale prestaties zijn het resultaat van de juiste actie, het juiste denken, het juiste gevoel, de beste visualisatie en innerlijke veiligheid dankzij de opslag van vitamine M.
- 5) Een onwankelbare geest ontwikkelt zich via systematische stappen die dagelijks worden gezet door toewijding.
- 6) Emoties hebben een aanzienlijke energie, en ze kunnen op veel manieren fluctueren, waardoor iemands toewijding teniet kan worden gedaan. De sterkte van de toewijding neemt toe als emoties in balans blijven via de integratie van gedachten, emoties, herinneringen en verlangens.
- 7) Prestatietaken worden gemakkelijker uit te voeren in een procesgerichte mindset naarmate de weerstand bij het uitvoeren van repetitieve acties afneemt. Veel doelen vereisen repetitieve handelingen en verveling kan er gemakkelijk voor zorgen. Het verlaten van deze staten vereist de kracht om moeilijkheden en uitdagingen te doorstaan zonder de vasthoudendheid te verliezen om doelen te bereiken.

Zoals we kunnen zien, zijn prestatie en primaire energie nauw met elkaar verbonden, vullen ze elkaar aan en stellen ze je in staat een staat van zelfbeheersing te bereiken wanneer er consistente inspanningen worden geleverd. De ontwikkeling van vaardigheden is een cruciaal aspect van betere prestaties en er is energie nodig voor deze ontwikkeling. Erkenning van het belang van het steken van energie in de ontwikkeling van vaardigheden stelt iemand in staat tijd effectief te gebruiken bij het leren van nieuwe vaardigheden en het ontwikkelen van een vooruitstrevende kijk. Interne problemen zoals verwarring, gebrek aan toewijding, vermoeidheid, het verschuiven van doelen tot het punt dat je niets bereikt, enz., kunnen allemaal een laag zelfbeeld en versnippering van energie veroorzaken. Het is dus van cruciaal belang om voldoende tijd te besteden aan weloverwogen, bewuste, geplande en opzettelijke beoefening. In het leven van de auteur zijn het lopen van marathons in alle 50 staten een levend voorbeeld van doelbewust oefenen met consistente inspanning en de ervaring van vreugde die gepaard gaat met het bereiken van doelen. Het opofferen van tijd, energie en vele andere ervaringen kan nodig zijn op basis van de hoogte van een doel. Hoe hoger het doel, hoe groter het offer van tijd en energie. Het opofferen van energie is de verfijning van energie naarmate men dichterbij het bereiken van verheven doelen komt. Iemand's bereidheid om persoonlijke normen van uitmuntendheid te stellen, bepaalt de mate van succes. Het in acht nemen van iemand's dagelijkse status leidt tot het nemen van de juiste beslissingen op een gekozen pad. Het consequent (dagelijks) nemen en implementeren van de juiste beslissingen voor een gekozen doel leidt tot de ontwikkeling van een hoger niveau van toewijding, wat op zijn beurt leidt tot het nemen van een betere beslissing, enz. Het wordt een positieve feedbackloop en je begint uit te blinken. Doelen kunnen variëren van gewoon tot verheven. Ongeacht de aard van de gekozen doelen en hun moeilijkheidsgraad, moet het gebruik van vitamine M ten goede komen, zonder de kracht van vitamine M te gebruiken op een manier die afleidt van de gekozen doelen. Geld wordt een brandstof om buitengewone waarheden te realiseren en direct diverse ervaringen op te doen in de materiële wereld.

Waarden zijn ook van cruciaal belang bij het stellen van doelen. Het zetten van stappen in overeenstemming met iemand's waarden weerspiegelt zich in iemand's

gedrag/handelen. Als waarden niet in iemands daden worden weerspiegeld, bestaan ze slechts oppervlakkig in de geest en hebben ze niet veel kracht. De ware kracht van waarden komt voort uit de manifestatie ervan in iemands daden. Deze acties hebben een impact op alle twaalf dimensies (zie figuur 1) met krachtige ethische energie. Iemands waarden, die bestaan als de bron van iemands daden, worden op natuurlijke wijze door anderen opgemerkt en gewaardeerd.

Naast persoonlijke waarden is communicatie met mentoren en anderen essentieel voor verdere vooruitgang, omdat begeleiding en eerlijke feedback van anderen noodzakelijk zijn voor verdere groei. Door middel van dergelijke mentoring zal het doen van bewuste inspanningen om jezelf positief te houden, ervoor zorgen dat emoties energie van goede kwaliteit kunnen gebruiken. Emoties zoals frustratie, woede, ontmoediging, enz. kunnen worden veranderd via goede relaties met leeftijdsgenoten en mentoren. Je kunt gemakkelijk wegzinken in negatieve en energieverblindende emoties en je doelen uit het oog verliezen. Het voorkomen van deze afleiding is mogelijk wanneer men het begin van een dergelijk negatief proces ontdekt en dit doelbewust in een positieve gemoedstoestand ombuigt. Een dergelijk meesterschap ontstaat wanneer de kracht van vitamine M consequent en bewust wordt gebruikt in elk moment van iemands leven. Om deze waarheid te begrijpen, moet je haar ervaren door haar dagelijks in praktijk te brengen. Consistente beoefening is niet altijd comfortabel als het gaat om het beste gebruik van vitamine M. De kracht van vitamine M is sterk geïndividualiseerd op basis van iemands algemene levensomstandigheden in 12 dimensies, en het bewust gebruiken van deze kracht is niet altijd comfortabel en is zeker niet de onmiddellijke vervulling van wat dan ook. en alle verlangens. Geld dat als vitamine wordt gebruikt om prestaties te stimuleren, is een van de beste manieren om geld te gebruiken en het innerlijke besef te wekken van de manier waarop energie in iemands leven stroomt.

Het belang van de vrije wil wordt ook benadrukt door de auteur die de vrije wil heeft gebruikt om gestaag vooruitgang te boeken bij het bereiken van verheven doelen, zoals het bereiken van de top van de Mount Everest te midden van buitengewone moeilijkheden. De auteur heeft tijdens dit streven de activering van

de oerenergie ervaren en is indicatief voor het feit dat ieder mens zijn oerenergie in sluimerende vorm heeft. Het gebruiken van dagelijkse praktijken om gekozen doelen te bereiken is een keuze en komt voort uit de ruwe energie die beschikbaar is in de wil die vrij is om te kiezen. Vrije wil en besluitvormingsprocessen maken het mogelijk om je te heroriënteren op basis van veranderingen die optreden bij het bereiken van doelen. Heroriënteren vereist geduld om niet impulsief te handelen en grotere risico's te nemen, moeilijkheden vanuit meerdere perspectieven te bekijken, en het vereist energetische intelligentie om de beste beslissingen te nemen over de volgende stappen. Het vermogen om realistisch te zien hoe moeilijk het is om doelen te bereiken en je er vervolgens consequent aan te houden, maakt allemaal deel uit van energetische intelligentie. Het gebruik van vitamine M-energie en het ervaren van extatische toestanden zonder schade resulteren op natuurlijke wijze in een dergelijke toewijding. Naarmate de moeilijkheidsgraad van de taak toeneemt, gebruikt men grotere hoeveelheden kernenergie, wat van invloed is op de betrokkenheid. Een reflectieve kijk op de moeilijkheid bij het bereiken van doelen stelt iemand in staat een stap terug te doen en zijn volgende stappen opnieuw te beoordelen of zelfs doelen aan te passen. Dit alles is een persoonlijke reis en vereist voortdurende reflectie.

**ACTIVERING VAN EERSTE ENERGIE IS MOGELIJK WANNEER ER EEN EENVOUDIGE FOCUS IS OP HET VERWEZENLIJKEN VAN DOELEN. Hoe groter de moeilijkheidsgraad van een doel, hoe groter de focus en activering van de primaire energie. EERSTE ENERGIE, EENMAAL GEACTIVEERD, REGENEREERT EN VERJONGT ZICHZELF, ALS EEN BANKREKENING VAN MULTI-MILJOEN DOLLAR DIE STEEDS GROTER BELANG OPLEIDT. VITAMINE M IS VERFIJNDE KERN-ENERGIE DIE JE LEVEN KAN VERLICHTEN, ONGEACHT HOEVEEL GELD OP JE BANKREKENING STAAT. TERWIJL VITAMINE M GROEIT, GROEIT HET GELD... ZOALS GELD GROEIT, VEROORZAAKT HET GEBRUIK ervan ALS VITAMINE VERLICHTING IN HET LEVEN.**

**-- RICKY SINGH**





## **HOOFDSTUK 7**

# **RESULTAATCENTRISCH VS. PROCESGERICHTE MINDSET**

*“Je moet alle activiteiten en situaties benaderen met dezelfde oprechtheid, dezelfde intensiteit en hetzelfde bewustzijn als je met pijl en boog in de hand hebt.”*

*– Kenneth Kushner, Eén pijl, één leven*

## **ENERGIEDISINTEGRATIE VS. ENERGIE-INTEGRATIE:** **EEN KEUZE**

Om te convergeren naar het heden moet men, althans voor korte tijd, de mentale gehechtheid aan het gewenste doel opgeven, waardoor het mogelijk wordt innerlijke kracht in een dergelijke convergentie te benutten. Om volledig in het heden te zijn, kunnen je gedachten niet worden afgeleid naar een toekomstig resultaat terwijl je kracht in het heden afneemt. De innerlijke druk om een doel te bereiken neemt af en kan zelfs volledig verdwijnen als je de kunst van het opgaan in een procesgerichte mindset beheerst. Het verleggen van de aandacht van een vooraf vastgesteld doel en het proces om het vooraf gestelde doel te bereiken tot een doel maken, heeft tot gevolg dat alle innerlijke spanning, druk, zorgen, angst, innerlijke wrijving, innerlijk conflict enz. afnemen en volledig verdwijnen. Wanneer het doel van iemand is om innerlijke kracht te plaatsen in de handelingen die hij uitvoert, in plaats van mentale kracht te verspillen door zich te concentreren op een toekomstgericht doel, ontwaakt er een grote vitaliteit, waardoor prachtige vooruitgangssprongen worden gemaakt. Intrinsieke vreugde barst los en verblijft gestaag in iemands innerlijke ruimte doordat vreugde niet wordt uitgesteld, terwijl de glorie van iemands reis naar een vooraf bepaald doel in gedachten wordt gehouden. Het niet uitstellen van vreugde is inherent aanwezig binnen een procesgerichte denkwijze en is van cruciaal belang voor de opslag en het beste gebruik van vitamine M. Er bestaat grote subtiliteit in het maken van zo'n transformerende verschuiving in iemands benadering naar vaste doelen, die iemands houding en aanpak transformeert met betrekking tot de uitvoering van alle acties in het leven.

Wanneer iemand zich voortdurend bewust is van zijn activiteiten, blijven er op natuurlijke wijze grote gevoelens van stabiliteit en harmonie over. De aanwezigheid van deze gevoelens genereert energieactivatie en maakt verdere groei en ontwikkeling mogelijk dankzij de onderling verbonden energetische stroom. Er is een aanzienlijke vermindering van iemands zelfpraat en innerlijk gebabbel als men

werkelijk tot de op het heden gerichte activiteit komt in een procesgerichte denkwijze. Het vertragen

Het diepste van de geest is dat het feitelijk meer energie krijgt door de energie binnen de activiteit zelf te houden, in plaats van deze op te splitsen tussen de huidige activiteit en gedachten over de vooraf ingestelde doelen. Door zijn mentale krachten te concentreren in een procesgerichte denkwijze, kan een individu gedurende de dag veel activiteiten uitvoeren met veel vreugde, voldoening, inherente energetische integratie en het elimineren van schadelijke reactiviteit. Over het algemeen probeert iemands geest lange lijsten met activiteiten te beheren die in de toekomst moeten worden gedaan, wat leidt tot de ontwikkeling van spanning. In een procesgerichte denkwijze wordt ook de obsessie van de geest met resultaten tijdelijk opzij gezet. Een resultaatgerichte mentaliteit vertraagt vreugde en creëert onnodige afvoer van energie die nodig is bij het zo goed mogelijk uitvoeren van activiteiten in het heden. Wanneer iemand echt procesgericht is, vindt elke actie plaats zonder intrapsychische weerstand, wat verwijst naar een grote energiestroom met reducties en mogelijke vernietiging van frustratie en ongeduld. Niettemin moet men zich bewust zijn van zijn vermogen om een realistische kijk op een procesgerichte denkwijze te behouden, zodat men niet uiteindelijk onhaalbare verwachtingen schept. Het herkennen van de glorie van een procesgerichte mentaliteit is het begin van het besef dat je in het heden kunt blijven en kunt voorkomen dat je geest gestoord of afgeleid raakt door heen en weer te schakelen tussen het verleden en de toekomst.

Het verlangen om in het heden te blijven creëert de mentaliteit om energie te steken in wat er nu wordt gedaan. De acties die in het heden worden uitgevoerd, worden uitgevoerd omdat men ze in het heden wil uitvoeren zonder energetische dissipatie. Alle fysiologisch en psychologisch aanwezige energieën worden in de actie die wordt uitgevoerd geplaatst, zodat de beweging naar het bereiken van een doel plaatsvindt zonder ongeduld, frustratie en rusteloosheid, met een duidelijk besef dat het leven alleen in het heden plaatsvindt.

Naarmate men zich verder bewust wordt van de tot nu toe besproken ideeën, leidt de ontwikkeling van een procesgerichte denkwijze en het afstappen van een

resultaatgerichte denkwijze tot het zo grondig en wonderbaarlijk mogelijk uitvoeren van activiteiten, zonder innerlijke weerstand.

Kenneth Kushner stelt in zijn boek 'One Arrow, One Life': 'Men moet alle activiteiten en situaties benaderen met dezelfde oprechtheid, dezelfde intensiteit en hetzelfde bewustzijn als men heeft met pijl en boog in de hand.'<sup>47</sup> Door een dergelijke concentratie wordt de desintegratie van energie voorkomen die optreedt bij een resultaatgerichte mentaliteit. Convergeren naar het heden vindt plaats in een procesgeoriënteerde denkwijze, waarbij men, althans kortstondig, zijn mentale gehechtheid aan het gewenste doel moet opgeven, zoals eerder vermeld. Het benutten van innerlijke kracht in een dergelijke convergentie wordt mogelijk door te erkennen dat activering van de kernenergie het meest mogelijk is door werkelijk in het heden te blijven en elke activiteit zo correct en grondig mogelijk uit te voeren.

De verbanden tussen een procesgerichte mindset en de kracht van vitamine M worden hieronder weergegeven:

- 1) Blijf volledig in het heden door je gedachten niet te laten afleiden in een resultaatgerichte stroom van gedachten. Vitamine M neemt af wanneer er een resultaatgerichte mentaliteit ontstaat, omdat de benodigde energie in het heden wordt omgeleid naar een focus op het resultaat.
- 2) Bewustwording van de innerlijke druk om een doel te bereiken leidt tot het stoppen van de verspilling van energie in een resultaatgerichte mentaliteit. Het stoppen van deze energieverpilling is een kunst.
- 3) Het besef dat innerlijke spanning, druk, zorgen, angst, innerlijke wrijving, innerlijk conflict, enz. allemaal tot uiting komen in een resultaatgerichte mentaliteit, stelt iemand in staat zijn geest doelbewust en bewust in een procesgerichte visie te brengen en actie te ondernemen door die visie. Als je dit doet, wordt de vreugde niet uitgesteld en kun je de geest verder beheersen. Dit leidt tot opslag van vitamine M.
- 4) Vitaliteit ontwaakt door de intrinsieke vreugde van het in het heden blijven terwijl je op weg bent naar doelen. Door de geest in de glorie van de reis te houden, kan een

transformatieve verschuiving plaatsvinden in iemands houding, aanpak en waardering voor de reis zelf. Er bestaat een grote subtiliteit bij het maken van zo'n transformatieve verschuiving in iemands benadering van vaste doelen.

5) Negatieve zelfpraat en onnodig innerlijk gebabbel nemen af naarmate men actief betrokken blijft bij het heden via een op het heden gerichte benadering.

6) Je geest vertraagt en geeft zichzelf energie door de energie intact te houden in plaats van deze te splitsen, zoals gebeurt bij een resultaatgerichte benadering. Deze splitsing vindt plaats tussen iemands huidige activiteit richting een doel en de overmatige focus op het doel zelf.

7) Het plannen van iemands gewoonten in het leven en het zien van de kernenergieverbinding, zelfs in kleine gewoonten, vergroot iemands vermogen om in het heden te blijven.

8) Herken huidige gedragspatronen en verander deze naar een procesgerichte aanpak, beginnend met kleine doelen. Het beheersen van deze aanpak met kleine doelen zal het vertrouwen en het begrip vergroten van hoe dezelfde aanpak met veel grotere doelen kan worden gebruikt.

9) Houd je aan je schema, zelfs op kleine manieren. Dit zal iemand in staat stellen tijd en energie op de best mogelijke manier te gebruiken, in het besef dat tijd kostbaar is en eenmaal voorbij is, niet meer terugkomt. Dit bevordert het gebruik en de opslag van vitamine M.

10) Identificeer een persoon of meerdere mensen die de verantwoordelijkheid kunnen vergroten. Hierdoor kan er nog meer focus worden gelegd op de juiste stappen die dagelijks gezet kunnen worden.

11) Concentreer u op wat mogelijk is in plaats van onrealistische en fantasiegerichte doelen te stellen.

12) Onderzoek de omgeving nauwkeurig en herontwerp deze voor succes.

13) Schrijf aan het einde van elke werkdag de prestaties op.

14) Stel bewust prioriteiten voor wat er dagelijks gedaan moet worden.

15) Herken de energie die aanwezig is bij het concentreren op een taak en het in balans houden ervan via een procesgerichte mentaliteit.

16) Alle onafgemaakte taken moeten worden opgeschreven en voltooid via een procesgerichte aanpak, zodat de spanning over deze taken zich niet ophoopt.

Naarmate een procesgerichte mentaliteit ingang vindt als onderdeel van de toepassing van de gepresenteerde ideeën, wordt extatisch leven mogelijk dankzij het behoud en de beste benutting van vitamine M.

***Constructief gebruik van energie leidt tot algehele vooruitgang, terwijl destructief gebruik van energie het vermogen vernietigt om het gewone leven met een buitengewone visie waar te nemen.***

***– Ricky Singh***

# **HOOFDSTUK 8**

## **EEN NIEUW BEGIN**

We hebben een buitengewone reis gemaakt naar de kracht van geld en hopelijk de impact van geld op alle aspecten van iemands leven gerealiseerd. Het concept van geld als vitamine kan, als het werkelijk wordt geïnternaliseerd, mogelijk resulteren in een leven vol vreugde op de basis van evenwicht. De menselijke geest is in veel opzichten verslaafd aan sensatiezoekende activiteiten waarvoor grotere hoeveelheden geld nodig zijn. Als het Vitamine M-idee echt wordt begrepen, zoals de hoop van de auteur, kan het leven van elke lezer werkelijk worden getransformeerd dankzij de evolutie van een totaal nieuwe visie op geld.

Hoewel we aan het einde van dit boek zijn gekomen, staan we nog maar aan het begin van het toepassen van de gepresenteerde ideeën. Ware macht bestaat uit het toepassen van ideeën en het direct zien van de waarheid ervan, in plaats van het er alleen maar mee eens of oneens te zijn. Het toepassen en experimenteren van de manier waarop je geld het beste kunt sparen en gebruiken, kan resulteren in een grotere beheersing van je geest. Zelfbeheersing met betrekking tot financiële ontwikkeling is van cruciaal belang in alle aspecten van menselijke beschavingen en heeft grote gevolgen voor beslissingen die dagelijks worden genomen.

Er moeten korte-, langetermijn- en ultieme doelen worden ontwikkeld, wil het leven betekenis en een doel hebben. De auteur heeft geprobeerd de kracht van een procesgerichte denkwijze te presenteren die iemand in staat stelt in de schoonheid van het heden te blijven door acties zo energiek en stabiel mogelijk uit te voeren zonder energie te verspillen door de aandacht te verleggen naar de gewenste resultaten. Natuurlijk is het noodzakelijk om doelen voor ogen te houden, maar als de doelen eenmaal zijn gesteld, is het mogelijk en wenselijk om de aandacht vast te houden in het proces om die doelen te bereiken met een grote mate van emotionele stabiliteit en integratie. Als lezers deze ideeën werkelijk omarmen en proberen ze in het dagelijks leven toe te passen, zou het doel van dit boek worden bereikt. (Neem alstublieft op uw gemak de contemplatieve diagrammen door, aangezien dit de lezers de gelegenheid biedt om de ideeën die in dit boek worden gepresenteerd te reflecteren, bespreken en toepassen.)



Maar al te vaak zijn menselijke conflicten te wijten aan financiële problemen, waarvan vele het resultaat zijn van slechte besluitvorming, impulsief gebruik van geld en het nemen van onnodige risico's. Wanneer de mensheid beseft dat geld energie is en psychologisch als een vitamine in de geest wordt opgeslagen, kan buitengewone energie in de menselijke beschaving ontwaken. Zodra dit gebeurt, zijn wij als hele mensheid klaar voor een nieuw begin.



**CONTEMPLATIEVE DIAGRAMMEN  
VOOR ZELFREFLECTIE &  
DISCUSSIE**

## **DIAGRAM # 1**

### **FINANCIËLE & INNERLIJKE VRIJHEID**

De onderstaande figuur illustreert het gebruik van kernenergie en vitamine M met betrekking tot financiële vrijheid en innerlijke vrijheid. Ga rustig op één plek zitten en stel uzelf de volgende vraag en bespreek dit vervolgens met anderen: wat is de onderlinge samenhang tussen alle vakken met betrekking tot iemands kernenergie en vitamine M?



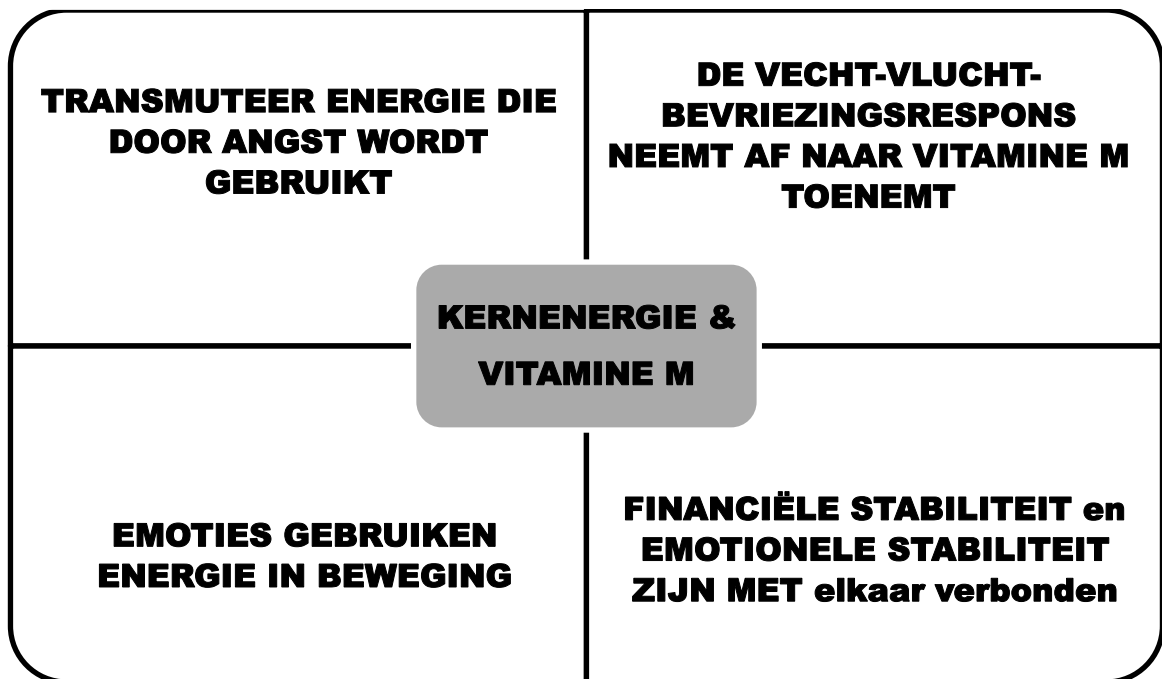
#### **VOOR UW REFERENTIE:**

In de micro-economische theorie zijn opportunity costs, or alternative costs, the loss of potential profit from other alternatives when a certain alternative is chosen over the others. Simply put, opportunity costs are the loss of the benefit that could have been enjoyed as a certain choice was not made.

## **DIAGRAM # 2**

### **RELATIE TUSSEN ANGST & ONZEKERHEID**

Onderstaande figuur illustreert het gebruik van kernenergie en vitamine M in relatie tot angst en onzekerheid. Ga rustig op één plek zitten en stel uzelf de volgende vraag en bespreek dit vervolgens met anderen: wat is de onderlinge samenhang tussen alle vakken met betrekking tot iemands kernenergie en vitamine M?



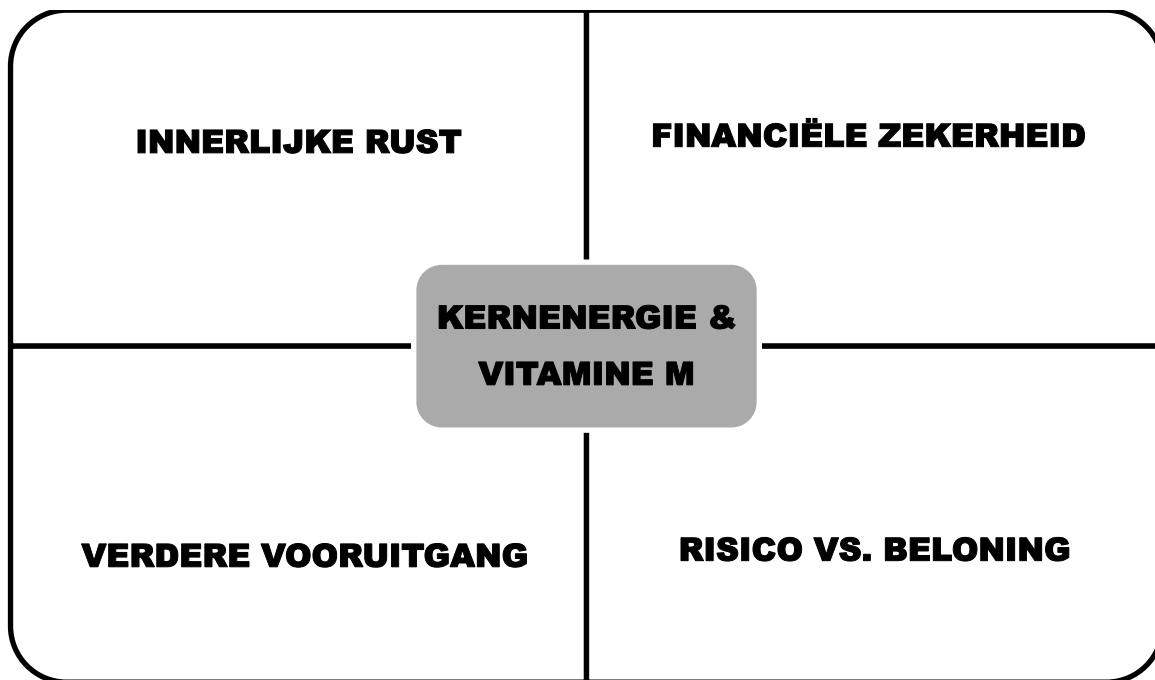
#### **VOOR UW REFERENTIE:**

Angst is een emotie die wordt veroorzaakt door waargenomen gevaar of dreiging, die fysiologische veranderingen en uiteindelijk gedragsveranderingen veroorzaakt, zoals vluchten, zich verstoppen of bevriezen door waargenomen traumatische gebeurtenissen. Angst bij mensen kan optreden als reactie op een bepaalde stimulus die zich in het heden voordoet, of in afwachting of verwachting van een toekomstige dreiging die als een risico voor zichzelf wordt ervaren. De angstreactie komt voort uit de perceptie van gevaar die leidt tot een confrontatie met of ontsnapping aan/het vermijden van de dreiging (ook bekend als de vecht-of-vluchtreactie), wat in extreme gevallen van angst (horror en terreur) een bevroeringsreactie kan zijn of verlamming.<sup>64</sup> Emotionele veiligheid is de maatstaf voor de stabiliteit van de emotionele toestand van een individu. Emotionele onzekerheid of eenvoudigweg onzekerheid is een gevoel van algemeen onbehagen of nervositeit dat kan worden veroorzaakt doordat men zichzelf op de een of andere manier kwetsbaar of minderwaardig acht, of door een gevoel van kwetsbaarheid of instabiliteit dat het zelfbeeld of ego bedreigt.

### **DIAGRAM # 3**

## **FINANCIËLE ZEKERHEID & GEMOEDSRUST**

De onderstaande figuur illustreert het gebruik van kernenergie en vitamine M in relatie tot financiële zekerheid en gemoedsrust. Ga rustig op één plek zitten en stel uzelf de volgende vraag en bespreek dit vervolgens met anderen: wat is de onderlinge samenhang tussen alle vakken met betrekking tot iemands kernenergie en vitamine M?



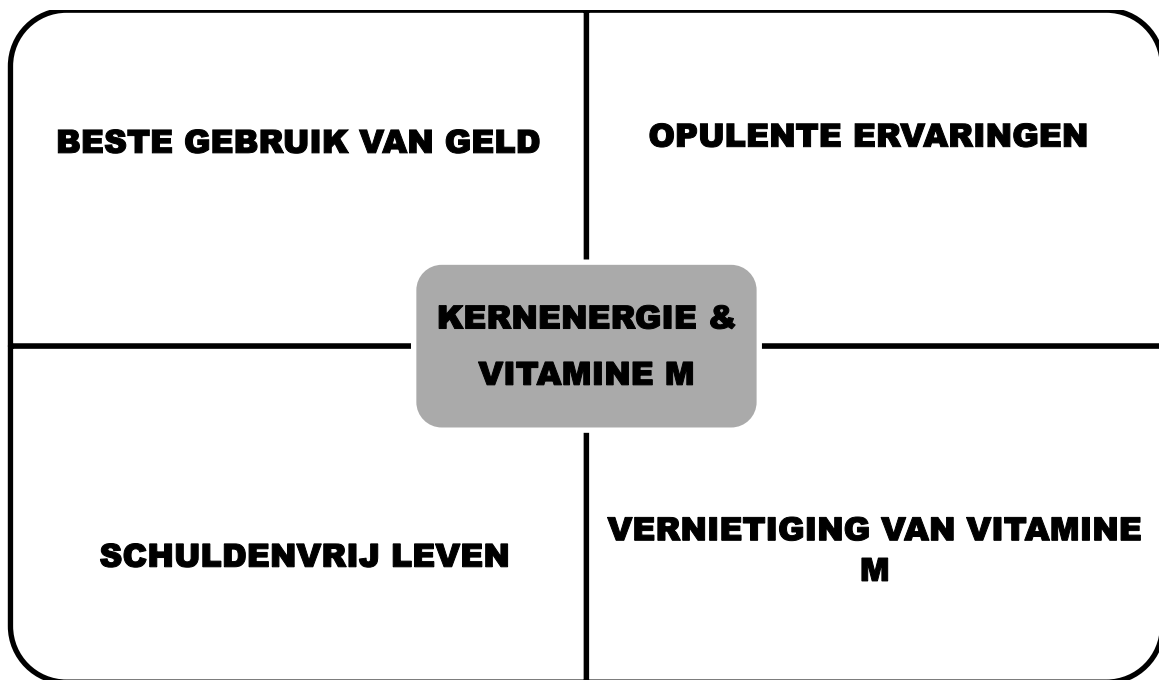
#### **VOOR UW REFERENTIE:**

Innerlijke vrede (of gemoedsrust) verwijst naar een opzettelijke staat van psychologische of spirituele kalmte ondanks de potentiële aanwezigheid van stressoren, zoals de last die voortkomt uit het zich voordoen als iemand anders en die de innerlijke vrede kan verstoren. 'In vrede' zijn wordt door velen als gezond beschouwd (homeostase) en het tegenovergestelde van gestrest of angstig zijn, en wordt beschouwd als een toestand waarin onze geest op een optimaal niveau presteert met een positief resultaat. Gemoedsrust wordt dus over het algemeen geassocieerd met gelukzaligheid, geluk en tevredenheid.

## **DIAGRAM # 4**

### **FINANCIËLE VRIJHEID & DE MATERIËLE WERELD**

De onderstaande figuur illustreert het gebruik van kernenergie en vitamine M in relatie tot financiële vrijheid en de materiële wereld. Ga rustig op één plek zitten en stel uzelf de volgende vraag en bespreek dit vervolgens met anderen: wat is de onderlinge samenhang tussen alle vakken met betrekking tot iemands kernenergie en vitamine M?



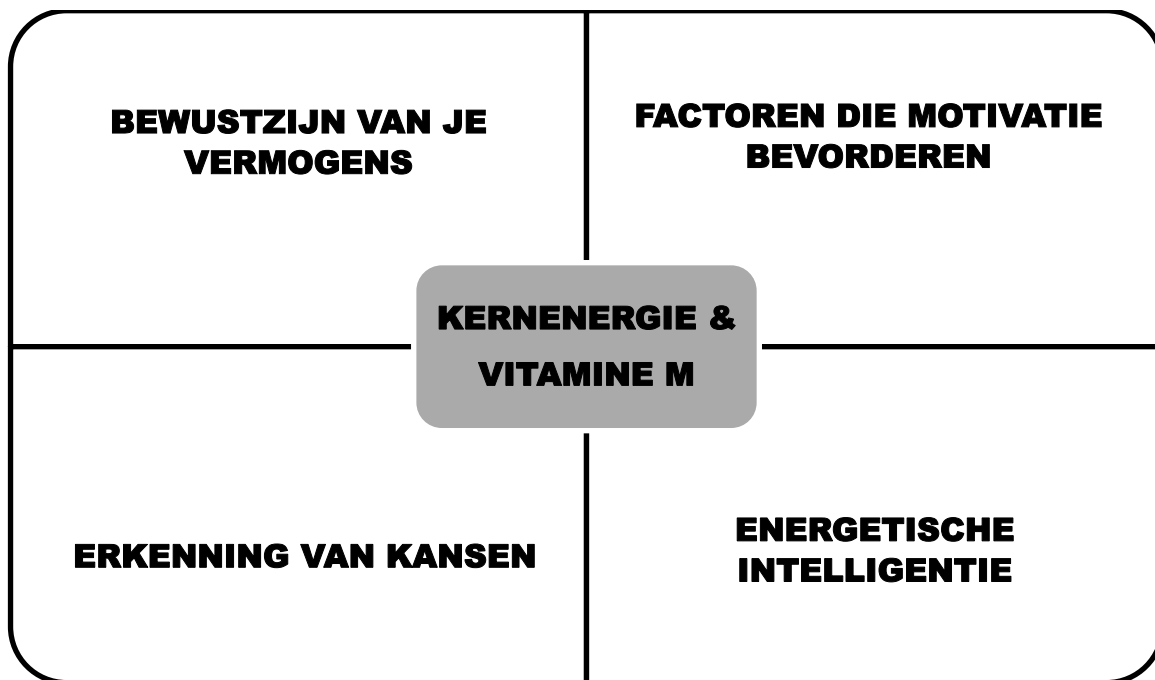
#### VOOR UW REFERENTIE:

Financiële onafhankelijkheid is de status van het hebben van voldoende inkomen om de rest van zijn leven in zijn levensonderhoud te voorzien, zonder dat hij een baan hoeft te hebben of afhankelijk is van anderen. Inkomen verdiend zonder dat u een baan hoeft te hebben, wordt gewoonlijk passief inkomen genoemd. Er zijn veel strategieën om financiële onafhankelijkheid te bereiken, elk met hun eigen voor- en nadelen. Iemand die financiële onafhankelijkheid wil bereiken, kan het nuttig vinden om een financieel plan en budget te hebben, zodat hij of zij een duidelijk beeld heeft van zijn huidige inkomsten en uitgaven en passende strategieën kan identificeren en kiezen om zijn financiële doelen te bereiken. Een financieel plan behandelt elk aspect van iemands financiën.

## **DIAGRAM # 5**

### **SUCCESFACTOREN: VERMOGEN – MOTIVATIE – KANS**

Onderstaande figuur illustreert de benutting van kernenergie en vitamine M in relatie tot succesfactoren. Ga rustig op één plek zitten en stel uzelf de volgende vraag en bespreek dit vervolgens met anderen: wat is de onderlinge samenhang tussen alle vakken met betrekking tot iemands kernenergie en vitamine M?



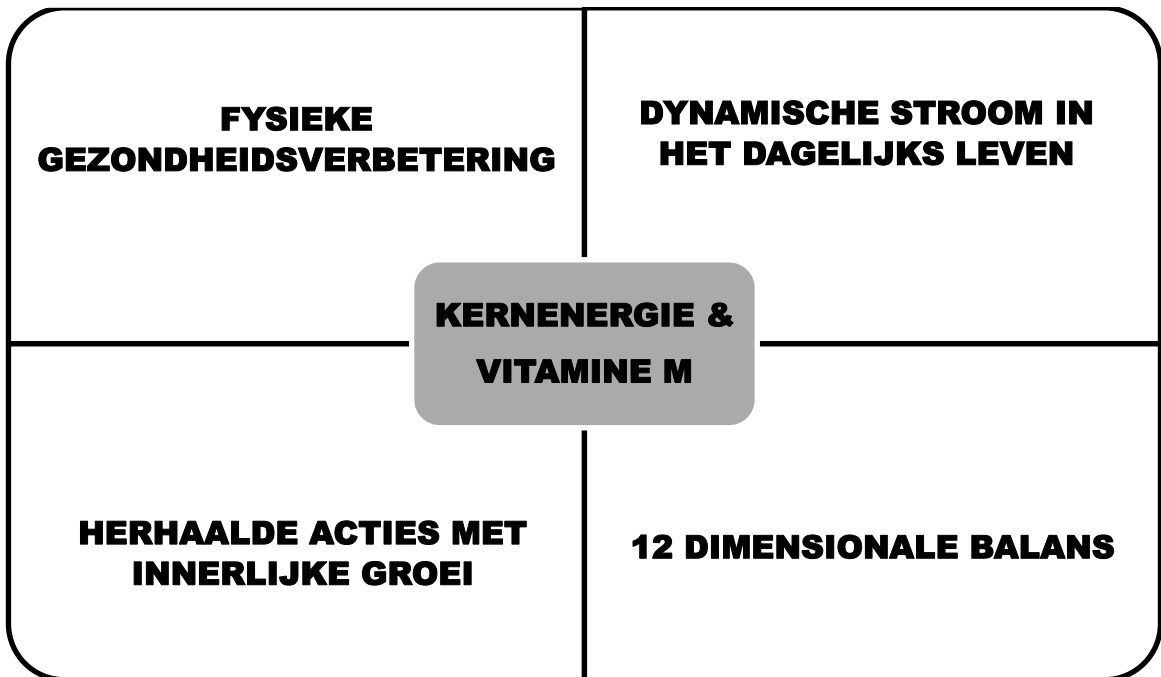
#### **VOOR UW REFERENTIE:**

Motivatie is een reden voor acties, bereidheid en doelen. Motivatie is afgeleid van het woord motief of een behoefte die bevrediging vereist. Deze behoeften, wensen of verlangens kunnen worden verworven door invloed van de cultuur, de samenleving, levensstijl, of misschien in het algemeen aangeboren. De motivatie van een individu kan worden geïnspireerd door krachten van buitenaf (extrinsieke motivatie) of door zichzelf (intrinsieke motivatie). Motivatie wordt beschouwd als een van de belangrijkste redenen om vooruit te komen. Motivatie is het resultaat van de interactie van zowel bewuste als onbewuste factoren. Het beheersen van de motivatie om aanhoudende en doelbewuste beoefening mogelijk te maken, is van cruciaal belang voor hoge prestatieniveaus, bijvoorbeeld in topsport, geneeskunde of muziek. Motivatie bepaalt de keuze tussen alternatieve vormen van vrijwilligerswerk.



**DIAGRAM # 6**  
**BLIJVEN IN DE NIEUWHEID VAN DE DAGELIJKSE**  
**LEVENSERVARINGEN**

De onderstaande figuur illustreert het gebruik van kernenergie en vitamine M in relatie tot de nieuwheid van dagelijkse levenservaringen. Ga rustig op één plek zitten en stel uzelf de volgende vraag en bespreek dit vervolgens met anderen: wat is de onderlinge samenhang tussen alle vakken met betrekking tot iemands kernenergie en vitamine M?



**VOOR UW REFERENTIE:**

Innovatie wordt gewoonlijk gedefinieerd als het 'uitvoeren van nieuwe combinaties', waaronder 'de introductie van nieuwe goederen, ... nieuwe productiemethoden, ... het openen van nieuwe markten, ... de verovering van nieuwe aanbodbronnen. ... en de uitvoering van een nieuwe organisatie van welke branche dan ook.'

## **DIAGRAM # 7**

### **HET BUITENGEWONE IN HET GEWONE VINDEN**

De onderstaande figuur illustreert het gebruik van kernenergie en vitamine M in relatie tot het hebben van een buitengewone visie op dagelijkse ervaringen. Ga rustig op één plek zitten en stel uzelf de volgende vraag en bespreek dit vervolgens met anderen: wat is de onderlinge samenhang tussen alle vakken met betrekking tot iemands kernenergie en vitamine M?



#### VOOR UW REFERENTIE:

Mensen leven in een voortdurend veranderende dynamische omgeving. Ook onze interne omgeving is dynamisch en wordt gekenmerkt door biologische en mentale processen die voortdurend in beweging zijn. Zonder deze veranderingen in zowel de externe als de interne omgeving zou het leven op aarde niet bestaan. De dimensie waarbinnen al deze veranderingen plaatsvinden, wordt 'tijd' genoemd. Zonder stil te staan bij de exacte aard ervan, kan 'tijd' worden weergegeven door een klok en is het een nuttig begrip dat een goede verklaring biedt voor fysische verschijnselen in onze externe omgeving. Net als andere organismen moeten mensen zich kunnen verhouden tot 'tijd' om te overleven en zich aan te passen aan de externe omgeving. Dit veronderstelt dat informatie over 'tijd' wordt overgebracht en waargenomen. Omdat geen enkel menselijk perceptueel systeem aan 'tijd' is gewijd, zullen subjectieve tijdelijke ervaringen dit gebrek waarschijnlijk compenseren. In het bijzonder kunnen deze subjectieve ervaringen gebaseerd zijn op interne veranderingen in gebeurtenissen, zoals weerspiegeld door interne klokken of geheugenprocessen. Deze veranderingen zijn monotoon gecorreleerd met 'tijd' en kunnen dus nuttige informatie verschaffen over het verstrijken ervan. Psychologische tijd is een subjectief gevoel dat verband houdt met tijdelijke ervaringen.

## **DIAGRAM # 8**

### **HET BELANG VAN INTROSPECTIE**

De onderstaande figuur illustreert het gebruik van kernenergie en vitamine M in relatie tot introspectie. Ga rustig op één plek zitten en stel uzelf de volgende vraag en bespreek dit vervolgens met anderen: wat is de onderlinge samenhang tussen alle vakken met betrekking tot iemands kernenergie en vitamine M?



#### **VOOR UW REFERENTIE:**

Introspectie is het onderzoeken van iemands bewuste gedachten en gevoelens. In de psychologie berust het proces van introspectie op de observatie van iemands mentale toestand, terwijl het in een spirituele context kan verwijzen naar het onderzoek van iemands ziel. Introspectie is nauw verwant aan menselijke zelfreflectie en zelfontdekking en staat in contrast met externe observatie.



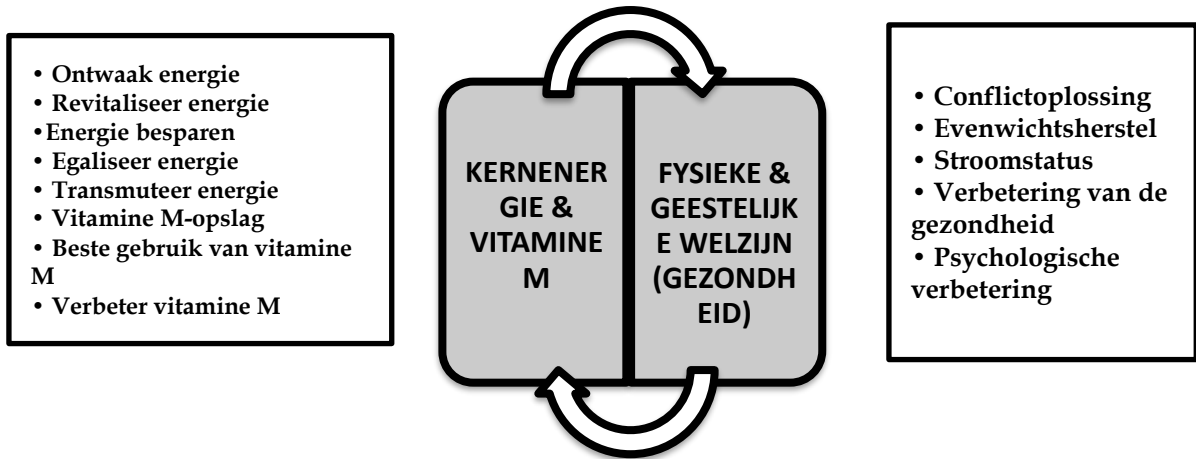
# **BIJLAGE**

**FIGUUR 13**  
**VERGELIJKING TUSSEN VITAMINE EN VITAMINE M**



## **AFBEELDING 14 - AFMETINGEN # 1**

### **GEZONDHEID / ALGEMENE FITNESS & KERN-ENERGIE - VITAMINE M**



#### **ONDERTITELING**

12 Afmetingen: Alle afmetingen worden positief beïnvloed volgens elk opsommingsteken.

Awaken Energy: Neem deel aan de activering van kernenergie in verbinding met het fysieke lichaam en de geest

Revitaliseer energie: Regeneer geactiveerde energie, keer op keer, via aandacht die wordt gevestigd op de verbinding tussen lichaam en geest

Energie besparen: opslag van geactiveerde en geregeneerde energie in relatie tot lichaam-geest-energieën

Egaliseer energie: breng de energiestroom in evenwicht via een procesgerichte mentaliteit met betrekking tot lichaamsbewegingen en mentale activiteit

Energie transmuteren: Verfijning van kernenergie in weelde in iemands leven door de noodzaak van de beste gezondheid te erkennen

Vitamine M-opslag: Geldbesparing, wat leidt tot ophoping van vitamine M in de geest

Beste gebruik van vitamine M: geld gebruiken om maximale voordelen te behalen in 12 dimensies van iemands leven, vooral als het wordt gebruikt voor een betere algehele gezondheid

Verbeter vitamine M: verhoog de opslag en het beste gebruik van geld met steeds weelderigere ervaringen

Conflictoplossing: onevenwichtigheiden tussen geest en lichaam en conflicten beginnen op te lossen als gevolg van activering van de wortelenergie

Balansherstel: Alle 12 dimensies beginnen in balans te komen en bereiken een staat van volledig evenwicht

Flow States: Begin van mentale toestanden waarin een persoon die een activiteit uitvoert volledig ondergedompeld is in een gevoel van energieke focus, volledige betrokkenheid en plezier in het proces van de activiteit

Gezondheidsverbetering: Verbetering van iemands fysieke en mentale gezondheid dankzij kernenergie en vitamine M-kracht

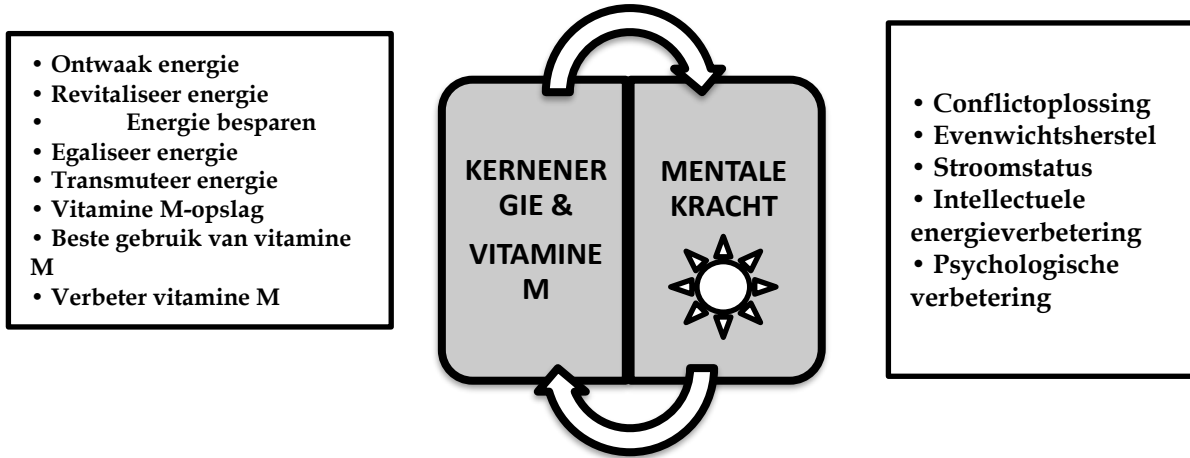
Psychologische verbetering: Verbeterde onderlinge verbinding tussen gedachten, emoties, herinneringen, verlangens, energie en opslag en gebruik van vitamine M.

#### **Reflecterende vragen**

**Wat is het verband tussen kernenergie, vitamine M, mentale kracht, 12 dimensies en elk opsommingsteken? Welke betekenis heeft 'gezondheid en algehele fitheid' in uw leven?**

## AFBEELDING 15 - AFMETINGEN # 2

### GEESTELIJKE KRACHT & KERN-ENERGIE - VITAMINE M



#### ONDERTITELING

12 Afmetingen: Alle afmetingen worden positief beïnvloed volgens elk opsommingsteken.

Awaken Energy: Neem deel aan de activering van kernenergie

Revitaliseer energie: Regeneer geactiveerde energie, keer op keer

Energie besparen: opslag van geactiveerde en geregenereerde energie

Egaliseer energie: breng de energiestroom in evenwicht via een procesgerichte mentaliteit

Energie transmuteren: Verfijning van kernenergie in weelde in iemands leven

Vitamine M-opslag: Geldbesparing, wat leidt tot ophoping van vitamine M in de geest

Beste gebruik van vitamine M: geld gebruiken om maximale voordelen te behalen in 12 dimensies van iemands leven

Verbeter vitamine M: verhoog de opslag en het beste gebruik van geld met steeds weelderigere ervaringen

Conflictoplossing: Interne en externe conflicten nemen af als gevolg van verbeterde mentale kracht

Balansherstel: 12-dimensionaal evenwicht als gevolg van verbeterde intellectuele contemplatie over iemands leven

Flow States: Begin van mentale toestanden waarin een persoon die een intellectuele activiteit uitvoert volledig ondergedompeld is in een gevoel van energieke focus, volledige betrokkenheid en plezier in het proces van de activiteit

Intellectuele Energieverbetering: Verbetering van iemands cognitieve vermogen dankzij kernenergie en vitamine M-vermogen als resultaat van geactiveerde intellectuele energie die wordt gebruikt voor betere beslissingen in alle 12 dimensies

Psychologische verbetering: Verbeterde onderlinge verbinding tussen gedachten, emoties, herinneringen, verlangens, energie en opslag en gebruik van vitamine M, dankzij de toename van de intellectuele kracht.

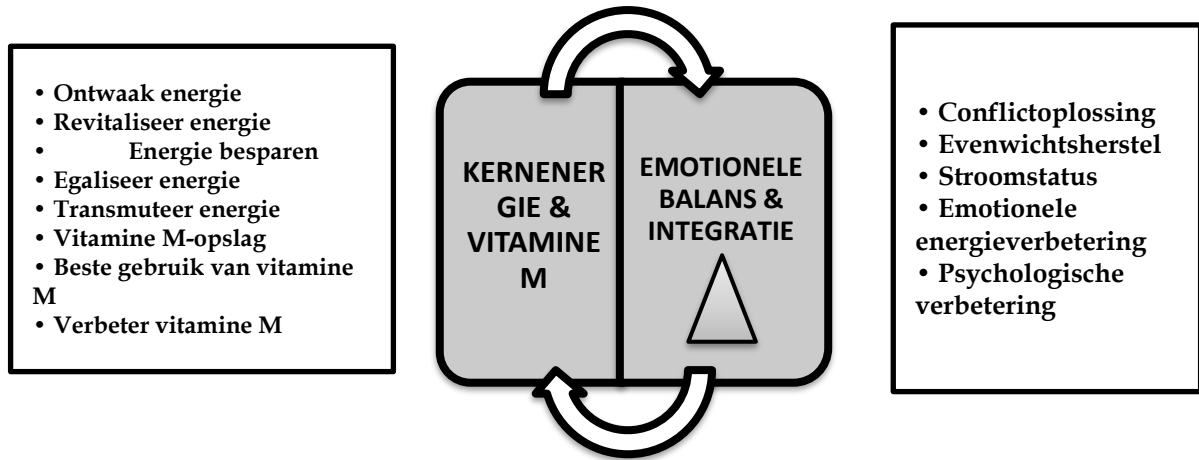
#### Reflecterende vragen

Wat is het verband tussen kernenergie, vitamine M, mentale kracht, 12 dimensies en elk opsommingsteken? Welke betekenis heeft 'mentale kracht' in jouw leven?



## **AFBEELDING 16 - AFMETINGEN # 3**

### **EMOTIONEEL BALANS en KERN-ENERGIE - VITAMINE M**



#### ONDERTITELING

**12 Afmetingen:** Alle afmetingen worden positief beïnvloed volgens elk opsommingsteken.

**Awaken Energy:** Neem deel aan de activering van kernenergie in emoties

**Revitaliseer energie:** Regeneer geactiveerde energie, keer op keer, binnen emoties

**Energie besparen:** opslag van geactiveerde en geregenereerde emotionele energie

**Egaliseer energie:** Breng de emotionele energiestroom in evenwicht via een procesgerichte mentaliteit

**Energie transmuteren:** Verfijning van kernenergie in weelderige emoties in iemands leven

**Vitamine M-opslag:** geld besparen dankzij evenwichtige emoties, wat leidt tot ophoping van vitamine M in de geest

**Beste gebruik van vitamine M:** geld gebruiken om maximale voordelen te behalen binnen iemands emotionele systeem over 12 dimensies van iemands leven

**Verbeter vitamine M:** verhoog de opslag en het beste gebruik van geld met steeds weelderigere ervaringen

**Conflictoplossing:** Interne en externe conflicten nemen af dankzij evenwichtige en geïntegreerde emoties

**Balansherstel:** 12-dimensionaal evenwicht dankzij verbeterde geïntegreerde emoties in iemands leven

**Flow States:** Begin van mentale toestanden waarin een persoon emotionele activiteit activeert en volledig wordt ondergedompeld met energieke focus. Er ontstaat veel plezier in de door iemand gekozen activiteit.

**Emotionele energieverbetering:** Verbetering van iemands emotionele gezondheid dankzij kernenergie en vitamine M-kracht. De geactiveerde emotionele energie kan worden gebruikt voor verfijnde ervaringen in alle 12 dimensies

**Psychologische verbetering:** Verbeterde onderlinge verbinding tussen gedachten, emoties, herinneringen, verlangens, energie en

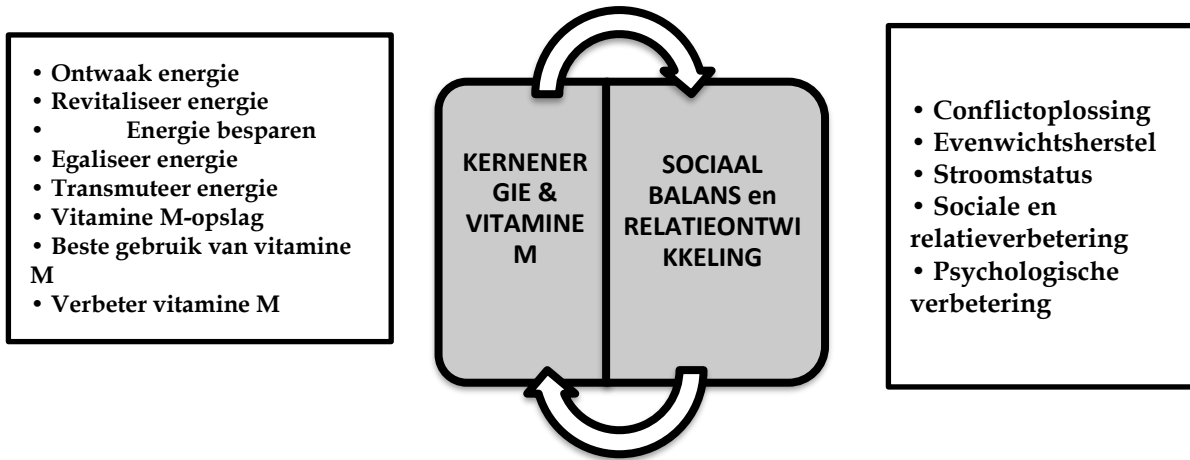
**Opslag en gebruik van vitamine M,** dankzij balans en integratie van emoties.

#### Reflecterende vragen

Wat is het verband tussen kernenergie, vitamine M, mentale kracht, 12 dimensies en elk opsommingsteken? Welk belang heeft 'emotioneel evenwicht' in uw leven?

## **AFBEELDING 17 - AFMETINGEN # 4**

### **SOCIAAL BALANS / RELATIE en KERN-ENERGIE - VITAMINE M**



#### ONDERTITELING

12 Afmetingen: Alle afmetingen worden positief beïnvloed volgens elk opsommingsteken.

Awaken Energy: Neem deel aan de activering van kernenergie die kan worden gebruikt in sociale relaties

Revitaliseer energie: Regeneer geactiveerde energie, keer op keer, in sociale verbindingen

Energie besparen: opslag van geactiveerde en geregenereerde kernenergie, toegepast in sociale ontwikkeling

Egaliseer energie: breng de energiestroom in sociale relaties in evenwicht via een procesgerichte mentaliteit

Energie transmuteren: Verfijning van kernenergie in weelderige relaties in iemands leven

Vitamine M-opslag: geld besparen dankzij evenwichtige relaties, wat leidt tot ophoping van vitamine M in de geest

Beste gebruik van vitamine M: geld gebruiken om maximale voordelen te behalen binnen iemands sociale relaties in twaalf dimensies van iemands leven

Verbeter vitamine M: verhoog de opslag en het beste gebruik van geld met steeds weelderigere sociale relaties

Conflictoplossing: Interne en externe conflicten nemen af dankzij evenwichtige en geïntegreerde emoties

Balansherstel: 12-dimensionaal evenwicht dankzij verbeterde geïntegreerde emoties in iemands leven

Flow States: Begin van mentale toestanden waarin een persoon emotionele activiteit activeert en volledig wordt ondergedompeld met energieke focus. Er ontstaat veel plezier in de door iemand gekozen activiteit.

Verbetering van sociale relaties: Verbetering van sociale relaties dankzij kernenergie en vitamine M-kracht.

Verbeterde sociale relaties activeren energie die kan worden gebruikt voor verfijnde ervaringen in alle 12 dimensies

Psychologische verbetering: Verbeterde onderlinge verbinding tussen gedachten, emoties, herinneringen, verlangens, energie en

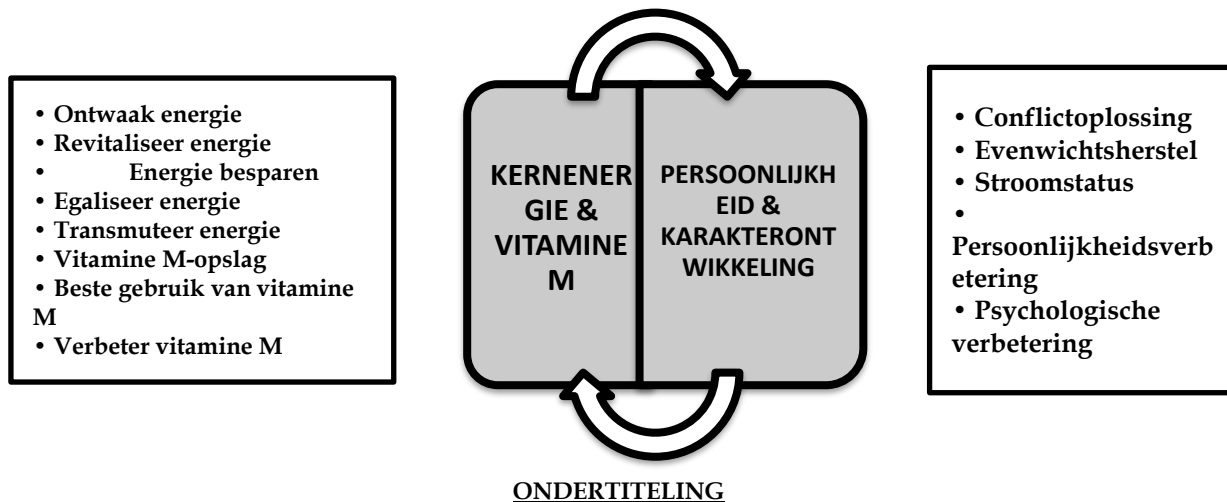
Opslag en gebruik van vitamine M, dankzij evenwicht en integratie van sociale relaties.

#### Reflecterende vragen

Wat is het verband tussen kernenergie, vitamine M, mentale kracht, 12 dimensies en elk opsommingsteken? Welk belang heeft 'sociaal evenwicht' in uw leven?

## AFBEELDING 18 - AFMETINGEN # 5

### PERSOONLIJKHEID / KARAKTERONTWIKKELING & KERN-ENERGIE - VITAMINE M



- Ontwaak energie
- Revitaliseer energie
- Energie besparen
- Egaliseer energie
- Transmuteer energie
- Vitamine M-opslag
- Beste gebruik van vitamine M
- Verbeter vitamine M

KERNENERGIE & VITAMINE M

PERSOONLIJKHEID & KARAKTERONTWIKKELING

- Conflictoplossing
- Evenwichtsherstel
- Stroomstatus
- 
- Persoonlijke verbetering
- Psychologische verbetering

12 Afmetingen: Alle afmetingen worden positief beïnvloed volgens elk opsommingsteken.

Awaken Energy: Neem deel aan de activering van kernenergie voor persoonlijke identiteitscohesie

Revitaliseer energie: Regeneer geactiveerde energie, keer op keer, in de richting van verbeterde persoonlijke waarden

Energie besparen: opslag van geactiveerde en geregenereerde energie die wordt toegepast op persoonlijkheidsgroei

Egaliseer energie: Breng de energiestroom in persoonlijkheidskenmerken in evenwicht via een procesgerichte mentaliteit

Transmute Energy: Verfijning van kernenergie in weelderige identiteitsverbetering

Vitamine M-opslag: geld besparen dankzij persoonlijkheidsintegratie, wat leidt tot accumulatie van vitamine M-kracht

Beste gebruik van vitamine M: Geld gebruiken met het beste temperament in 12 dimensies van iemands leven

Verbeter vitamine M: verhoog de opslag en het beste gebruik van geld met karakterontwikkeling.

Conflictoplossing: Interne en externe conflicten nemen af als gevolg van een verbeterde persoonlijkheid

Balansherstel: 12-dimensionale balans dankzij verbeterde en geïntegreerde dispositie

Flow States: Begin van mentale toestanden waarin een persoon kernenergie activeert om grote harmonie binnen zijn persoonlijkheid te creëren.

Persoonlijke verbetering: De grotere onderlinge samenhang van eigenschappen als gevolg van het beste gebruik van kernenergie en vitamine M-kracht

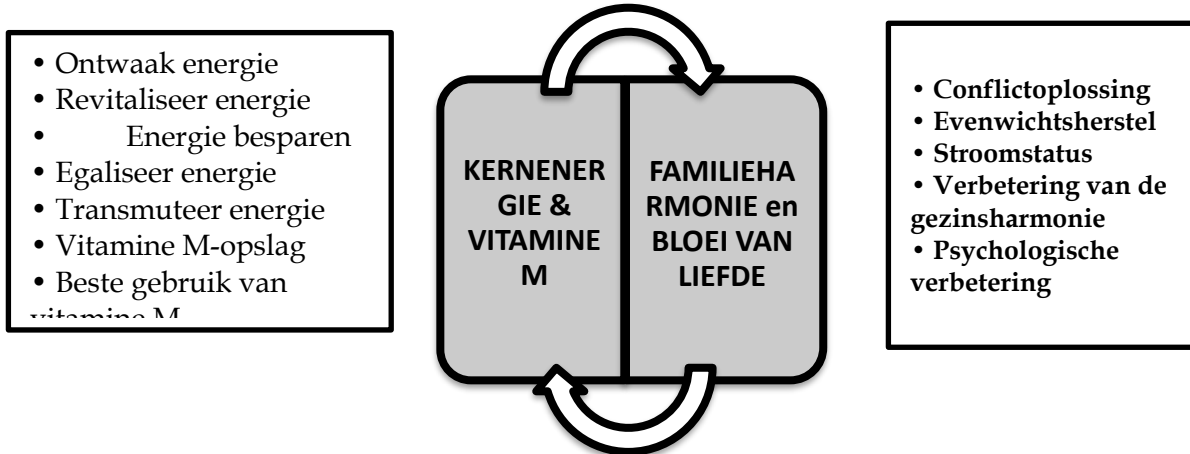
Psychologische verbetering: Verbeterde onderlinge verbinding tussen gedachten, emoties, herinneringen, verlangens, energie en opslag en gebruik van vitamine M, dankzij de balans en integratie van iemands gehele identiteitsstructuur.

#### Reflecterende vragen

Wat is het verband tussen kernenergie, vitamine M, mentale kracht, 12 dimensies en elk opsommingsteken? Wat betekent het woord 'persoonlijkheid' voor jou?

## **AFBEELDING 19 - AFMETINGEN # 6**

### **FAMILIE HARMONIE / BLOEI VAN LIEFDE & KERN-ENERGIE - VITAMINE M**



#### **ONDERTITELING**

12 Afmetingen: Alle afmetingen worden positief beïnvloed volgens elk opsommingsteken.

Awaken Energy: Neem deel aan de activering van kernenergie die positief kan worden gebruikt binnen het gezin

Revitaliseer energie: Regeneer geactiveerde energie keer op keer tijdens gezinsactiviteiten

Energie besparen: opslag van geactiveerde en geregenereerde energie, toegepast in de gezinsomgeving

Egaliseer energie: breng de energiestroom in gezinsrelaties in evenwicht via een procesgerichte mentaliteit

Transmute Energy: Verfijning van kernenergie in weelderige familierelaties

Vitamine M-opslag: geld besparen dankzij evenwichtige familierelaties, wat leidt tot ophoping van vitamine M in de hoofden van elk gezinslid

Beste gebruik van vitamine M: geld gebruiken om binnen het gezin maximale voordelen te behalen op twaalf dimensies van iemands leven

Verbeter vitamine M: verhoog de opslag en het beste gebruik van geld met steeds weelderigere familierelaties.

Conflictoplossing: Interne en externe conflicten nemen af dankzij evenwichtige en geïntegreerde gezinnen.

Evenwichtsherstel: 12-dimensionaal evenwicht dankzij verbeterde en geïntegreerde relaties binnen gezinnen

Flow States: Begin van mentale toestanden waarin een persoon kernenergie activeert om grote harmonie binnen het gezin te creëren

Verbetering van de gezinsharmonie: Verbetering van sociale relaties dankzij kernenergie en vitamine M-kracht.

Verbeterde sociale relaties activeren energie die kan worden gebruikt voor verfijnde ervaringen in alle 12 dimensies

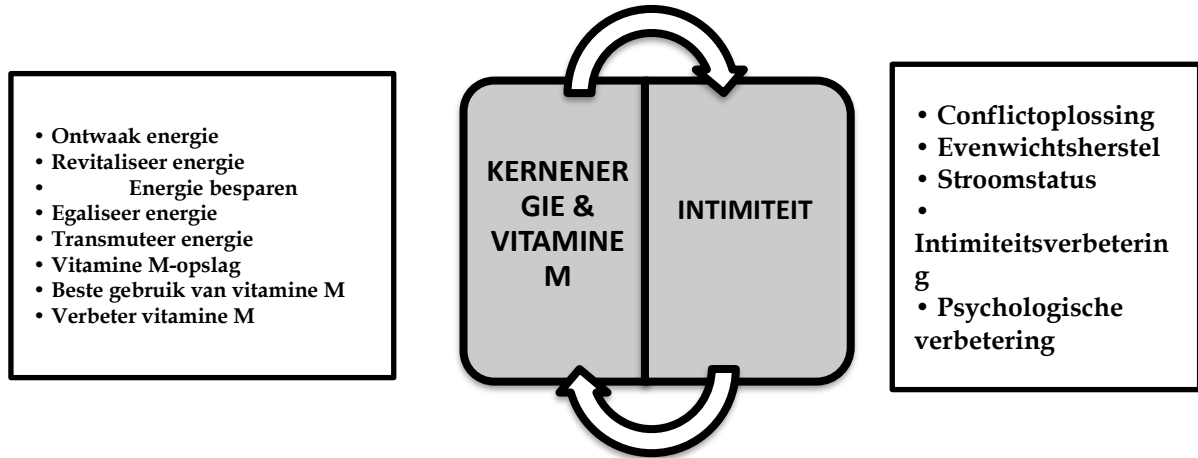
Psychologische verbetering: Verbeterde onderlinge verbinding tussen gedachten, emoties, herinneringen, verlangens, energie en opslag en gebruik van vitamine M, dankzij evenwicht en integratie van gezinsrelaties.

#### **Reflecterende vragen**

Wat is het verband tussen kernenergie, vitamine M, mentale kracht, 12 dimensies en elk opsommingsteken? Waarom is 'gezinsharmonie' belangrijk in uw leven?

## AFBEELDING 20 - AFMETINGEN # 7

### INTIMITEIT & KERN-ENERGIE - VITAMINE M



#### ONDERTITELING

**12 Afmetingen:** Alle afmetingen worden positief beïnvloed volgens elk opsommingsteken.

**Awaken Energy:** Neem deel aan de activering van kernenergie in intimiteit

**Revitaliseer energie:** Regeneer geactiveerde energie, keer op keer, om intieme relaties op te bouwen en te onderhouden

**Energie besparen:** opslag van geactiveerde en geregenereerde kernenergie in intimiteit

**Egaliseer energie:** Breng de kernenergiestroom in evenwicht via een procesgerichte mentaliteit bij het ontwikkelen en behouden van intimiteit

**Transmute Energy:** Verfijning van kernenergie in intimiteit gevuld met weelde

**Vitamine M-opslag:** Geld besparen dankzij energetische intimiteit, wat leidt tot ophoping van vitamine M in de geest

**Beste gebruik van vitamine M:** geld gebruiken om maximale voordelen te behalen op het gebied van intimiteit in 12 dimensies van iemands leven

**Verbeter Vitamine M:** Vergroot de opslag en het beste gebruik van geld met steeds rijkere intieme ervaringen

**Conflictoplossing:** Conflicten binnen intieme relaties nemen af als gevolg van balans en integratie van kernenergie

**Balansherstel:** 12-dimensionaal evenwicht dankzij verbeterde geïntegreerde intimiteit in iemands leven

**Flow States:** Begin van mentale toestanden waarin een persoon de intimiteit versterkt en volledig wordt ondergedompeld met energieke focus. Er ontstaat veel plezier in alle aspecten van intimiteit

**Intimiteitsverbetering:** Verbetering van iemands intieme verbinding dankzij kernenergie en vitamine M-kracht. Geactiveerde energie leidt tot verfijnde ervaringen in alle 12 dimensies

**Psychologische verbetering:** Verbeterde onderlinge verbinding tussen gedachten, emoties, herinneringen, verlangens, energie en

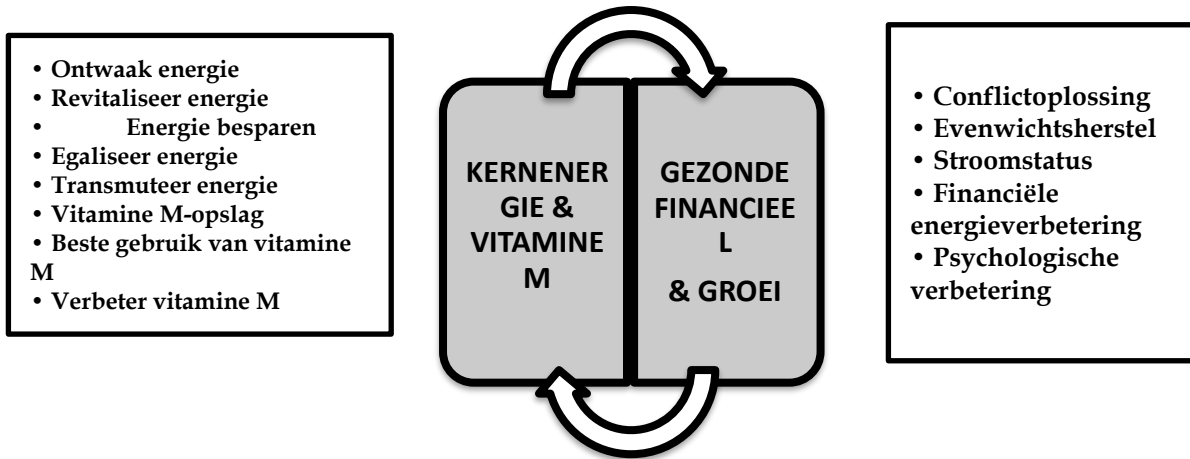
**Opslag/gebruik van vitamine M,** dankzij evenwichtige en geïntegreerde intieme relaties

#### Reflecterende vragen

Wat is het verband tussen kernenergie, vitamine M, mentale kracht, 12 dimensies en elk opsommingsteken? Welke betekenis heeft 'intimiteit' in jouw leven?

## **AFBEELDING 21 - AFMETINGEN # 8**

### **FINANCIËLE GEZONDHEID / GROEI & KERN-ENERGIE - VITAMINE M**



#### ONDERTITELING

**12 Afmetingen:** Alle afmetingen worden positief beïnvloed volgens elk opsommingsteken

**Awaken Energy:** Neem deel aan de activering van kernenergie door geld te verdienen

**Revitaliseer energie:** Regeneer geactiveerde energie in het werk, keer op keer, door een procesgerichte mentaliteit

**Energie besparen:** opslag van geactiveerde en geregenereerde energie als vitamine M

**Egaliseer energie:** breng de energiestroom in evenwicht via een procesgerichte mentaliteit en vitamine M-egalitatie

**Energie transmuteren:** verfijning van kernenergie in weelde in iemands leven via verfijning van vitamine M

**Vitamine M-opslag:** Geldbesparing, wat leidt tot ophoping van vitamine M in de geest

**Beste gebruik van vitamine M:** geld gebruiken om maximale voordelen te behalen in 12 dimensies van iemands leven

**Verbeter vitamine M:** verhoog de opslag en het beste gebruik van geld met steeds weelderigere ervaringen

**Conflictoplossing:** Interne en externe conflicten nemen af dankzij verbeterde financiën

**Balansherstel:** 12-dimensionaal evenwicht dankzij een grotere opslag van vitamine M in de geest

**Flow States:** Begin van mentale toestanden waarin een persoon die een intellectuele activiteit uitvoert, volledig ondergedompeld is in een gevoel van energieke focus, volledige betrokkenheid en plezier in het proces van de activiteit dankzij de opslag van vitamine M

**Financiële energieverbetering:** toename van iemands kernenergie en vitamine M-kracht als resultaat van geactiveerde energieën die worden gebruikt voor betere beslissingen in alle 12 dimensies

**Psychologische verbetering:** Verbeterde onderlinge verbinding tussen gedachten, emoties, herinneringen, verlangens, energie en opslag en gebruik van vitamine M, dankzij de toegenomen kracht van vitamine M.

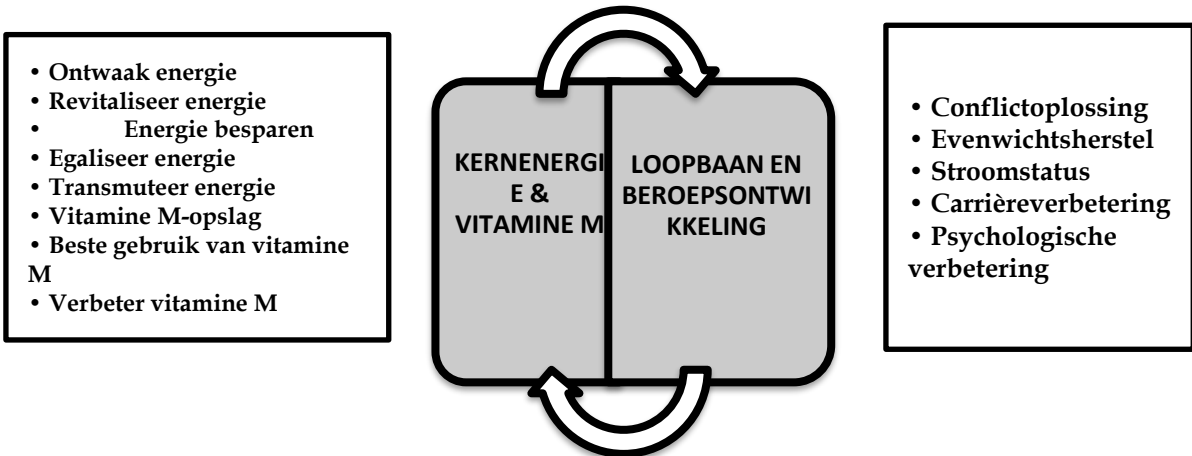
#### Reflecterende vragen

Wat is het verband tussen kernenergie, vitamine M, mentale kracht, 12 dimensies en elk opsommingsteken? Welke betekenis heeft 'geld' in jouw leven?

## **AFBEELDING 22 - AFMETINGEN # 9**

### **CARRIÈRE / BEROEPSONTWIKKELING & KERN-ENERGIE -**

### **VITAMINE M**



- Ontwaak energie
- Revitaliseer energie
- Energie besparen
- Egaliseer energie
- Transmuteer energie
- Vitamine M-opslag
- Beste gebruik van vitamine M
- Verbeter vitamine M

- Conflictoplossing
- Evenwichtsherstel
- Stroomstatus
- Carrièreverbetering
- Psychologische verbetering

#### **ONDERTITELING**

12 Afmetingen: Alle afmetingen worden positief beïnvloed volgens elk opsommingsteken

Awaken Energy: Neem deel aan de activering van kernenergie voor loopbaanontwikkeling

Revitaliseer energie: Regeneer geactiveerde energie, keer op keer, om iemands carrière te verbeteren

Energie besparen: opslag van geactiveerde en geregenereerde energie resulteert in loopbaantevredenheid

Egaliseer energie: Breng de energiestroom in evenwicht via een procesgerichte mentaliteit om zonder weerstand in een baan te werken

Transmute Energy: Verfijning van kernenergie in weelde in iemands beroepsleven

Vitamine M-opslag: geld besparen, wat leidt tot ophoping van vitamine M, wat leidt tot carrièregroei

Beste gebruik van vitamine M: geld gebruiken om maximale voordelen te behalen in 12 dimensies van iemands leven

Verbeter Vitamine M: Vergroot de opslag en het beste gebruik van geld met steeds weelderigere ervaringen in iemands carrière

Conflictoplossing: Interne en externe conflicten nemen af naarmate iemands carrière vordert

Balansherstel: 12-dimensionaal evenwicht dankzij verbeterde ervaringen in iemands beroep

Flow States: Begin van mentale toestanden waarin een persoon die een intellectuele activiteit uitvoert volledig

ondergedompeld is in een gevoel van energieke focus, volledige betrokkenheid en plezier in het proces van de activiteit binnen iemands carrière

Carrièreverbetering: Boost van iemands carrière dankzij kernenergie en vitamine M-kracht als resultaat van geactiveerde energie die wordt gebruikt voor betere beslissingen in alle 12 dimensies

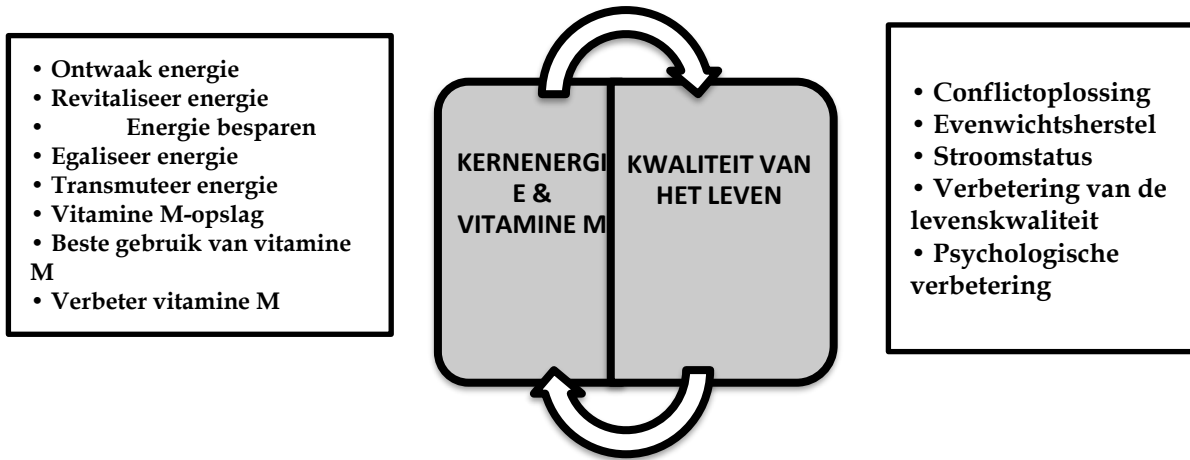
Psychologische verbetering: Verbeterde onderlinge verbinding tussen gedachten, emoties, herinneringen, verlangens, energie en opslag en gebruik van vitamine M, dankzij de toename van de intellectuele kracht.

#### **Reflecterende vragen**

**Wat is het verband tussen kernenergie, vitamine M, mentale kracht, 12 dimensies en elk opsommingsteken? Welke betekenis heeft 'carrièregroei' in jouw leven?**

## **AFBEELDING 23 - AFMETINGEN # 10**

### **LEVENSKWALITEIT & KERN-ENERGIE - VITAMINE M**



#### ONDERTITELING

12 Afmetingen: Alle afmetingen worden positief beïnvloed volgens elk opsommingsteken

Awaken Energy: Neem deel aan de activering van kernenergie die de kwaliteit van leven verhoogt

Revitaliseer energie: Regenereer geactiveerde energie om de levenservaringen te verbeteren

Energie besparen: opslag van geactiveerde en geregenereerde energie voor verbetering van de levenskwaliteit via vitamine M

Egaliseer energie: Breng de energiestroom in evenwicht via een procesgerichte mentaliteit, om te genieten van de reis van het leven

Transmute Energy: Verfijning van kernenergie in de best mogelijke weelderige ervaringen

Vitamine M-opslag: Geldbesparing, wat leidt tot ophoping van vitamine M om de kwaliteit van leven te verbeteren

Beste gebruik van vitamine M: geld gebruiken om maximale voordelen te behalen in 12 dimensies van iemands leven

Verbeter vitamine M: verhoog de opslag en het beste gebruik van geld met steeds rijkere ervaringen

Conflictoplossing: Interne en externe conflicten nemen af als gevolg van de verbeterde kwaliteit van ervaringen

Balansherstel: 12-dimensionale balans dankzij verbeterde kwalitatieve ervaringen

Flow States: Begin van mentale toestanden waarin een persoon die een verscheidenheid aan activiteiten uitvoert, volledig ondergedompeld is in een gevoel van energieke focus, volledige betrokkenheid en plezier

Verbetering van levenskwaliteit: Verbetering van dagelijkse ervaringen dankzij kernenergie en vitamine M-kracht dankzij geactiveerde energie die wordt gebruikt voor betere beslissingen in alle 12 dimensies

Psychologische verbetering: verbeterde onderlinge verbinding tussen gedachten, emoties, herinneringen, verlangens, energie en opslag en gebruik van vitamine M, dankzij ervaringen van hogere kwaliteit in het dagelijks leven

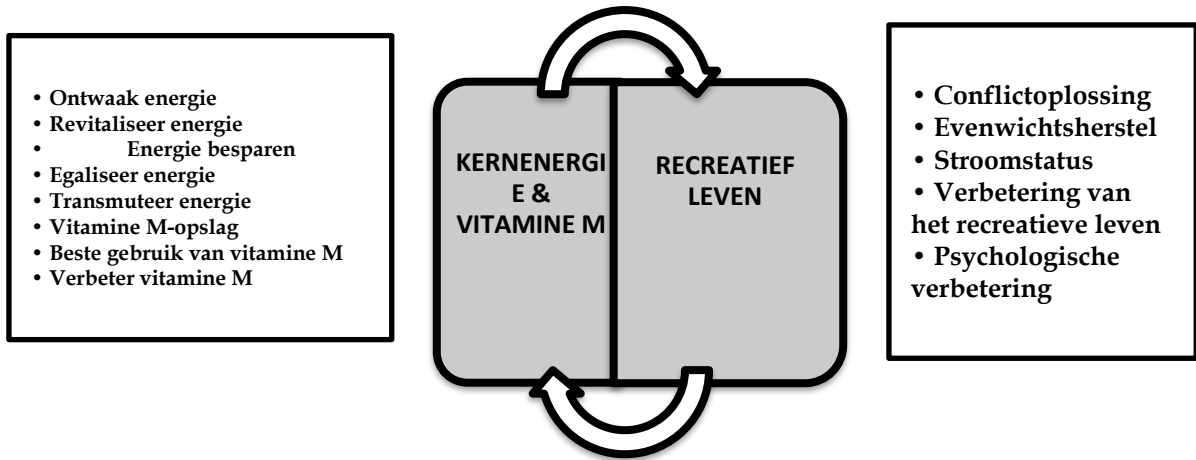
#### **Reflecterende vragen**

**Wat is het verband tussen kernenergie, vitamine M, mentale kracht, 12 dimensies en elk opsommingsteken? Wat betekent 'kwaliteit van leven' voor jou?**



## AFBEELDING 24 - AFMETINGEN # 11

### RECREATIEF LEVEN & KERN-ENERGIE - VITAMINE M



#### ONDERTITELING

12 Afmetingen: Alle afmetingen worden positief beïnvloed volgens elk opsommingsteken

Awaken Energy: Neem deel aan de activering van kernenergie voor een beter recreatief leven

Revitaliseer energie: regenerere geactiveerde energie om recreatieve activiteiten te verrijken

Energie besparen: opslag van geactiveerde en geregenereerde energie voor gebruik bij recreatieve activiteiten

Egaliseer energie: Breng de energiestroom in evenwicht via een procesgerichte mentaliteit om volledig te genieten van recreatieve activiteiten

Transmute Energy: Verfijning van kernenergie in weelderige recreatie

Vitamine M-opslag: Geldbesparing, wat leidt tot ophoping van vitamine M, voor recreatie

Beste gebruik van vitamine M: geld gebruiken om maximale voordelen te behalen in 12 dimensies van iemands leven

Verbeter vitamine M: verhoog de opslag en het beste gebruik van geld om recreatieve activiteiten te verbeteren

Conflictoplossing: Interne en externe conflicten nemen af dankzij verbeterde leuke activiteiten

Balansherstel: 12-dimensionale balans dankzij verbeterde recreatie

Flow States: Begin van mentale toestanden waarin een persoon die een intellectuele activiteit uitvoert volledig ondergedompeld is in een gevoel van energieke focus, volledige betrokkenheid en plezier tijdens het proces van recreatieve activiteit

Verbetering van het recreatief leven: Meer plezier in recreatieve bezigheden dankzij kernenergie en vitamine M-kracht als resultaat van geactiveerde intellectuele energie die wordt gebruikt voor betere beslissingen in alle 12 dimensies

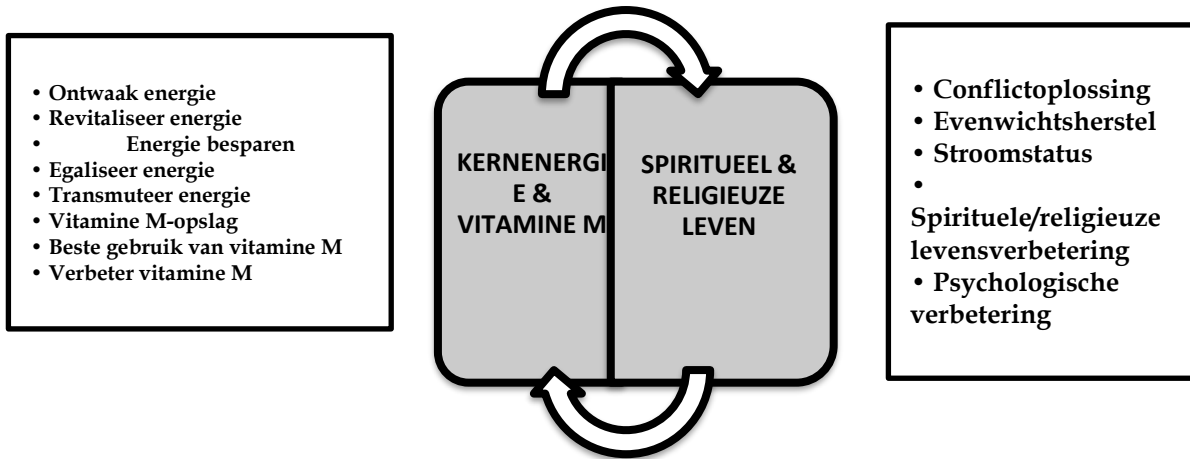
Psychologische verbetering: Verbeterde onderlinge verbinding tussen gedachten, emoties, herinneringen, verlangens, energie en opslag en gebruik van vitamine M, als gevolg van een toename van de kwaliteit van recreatie

#### Reflecterende vragen

**Wat is het verband tussen kernenergie, vitamine M, mentale kracht, 12 dimensies en elk opsommingsteken? Waarom is 'recreatief leven' belangrijk voor jou?**

## **AFBEELDING 25 - AFMETINGEN # 12**

### **SPIRITUEEL – RELIGIEUZE LEVEN & KERN-ENERGIE - VITAMINE M**



#### ONDERTITELING

12 Afmetingen: Alle afmetingen worden positief beïnvloed volgens elk opsommingsteken

Awaken Energy: Neem deel aan de activering van kernenergie via spirituele/religieuze praktijken

Revitaliseer energie: regenereer geactiveerde energie via spirituele/religieuze methoden

Energie besparen: opslag van geactiveerde en geregenereerde energie via spirituele/religieuze contemplatie

Egaliseer energie: Breng de energiestroom in evenwicht via een procesgerichte mentaliteit bij spirituele/religieuze inspanningen

Energie transmuteren: Verfijning van kernenergie in weelde in iemands spirituele/religieuze leven

Vitamine M-opslag: Geldbesparing, wat leidt tot accumulatie van vitamine M in de context van spiritualiteit en religie

Beste gebruik van vitamine M: geld gebruiken om maximale spirituele/religieuze voordelen te produceren in 12 dimensies

Verbeter vitamine M: verhoog de opslag en het beste gebruik van geld met steeds weelderigere ervaringen

Conflictoplossing: Interne en externe conflicten nemen af als gevolg van verbeterde spirituele/religieuze macht

Balansherstel: 12-dimensionaal evenwicht dankzij verbeterde spirituele/religieuze contemplatie

Flow States: Begin van mentale toestanden waarin een persoon die spirituele/religieuze activiteiten uitvoert, volledig ondergedompeld is in een gevoel van energieke focus, volledige betrokkenheid en plezier in het proces van een activiteit

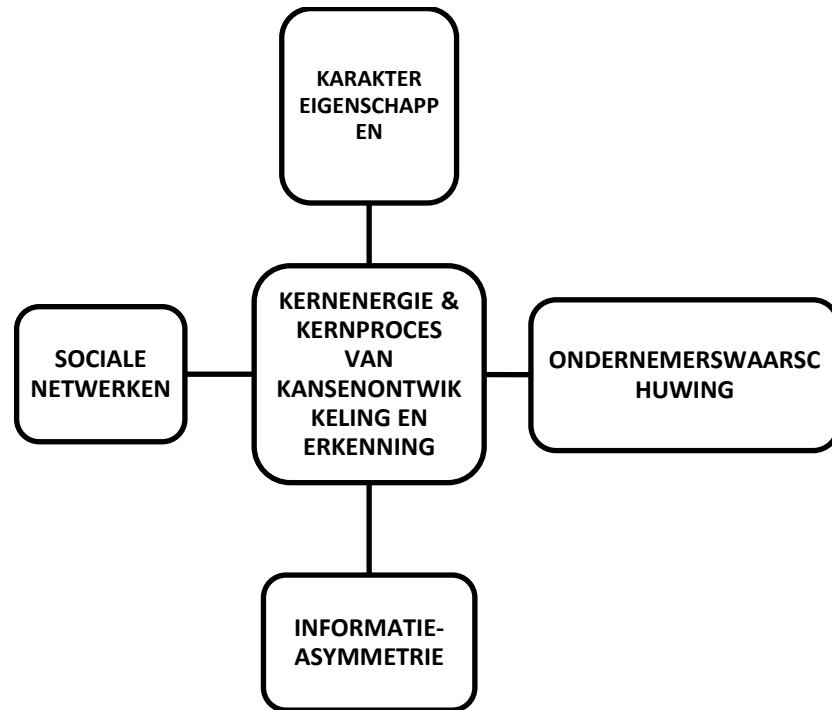
Verbetering van spirituele/religieuze energie: Verbetering van iemands spirituele kracht dankzij kernenergie en vitamine M-kracht als resultaat van geactiveerde religieuze/spirituele energie die wordt gebruikt voor betere beslissingen in alle 12 dimensies

Psychologische verbetering: verbeterde onderlinge verbinding tussen gedachten, emoties, herinneringen, verlangens, energie en opslag en gebruik van vitamine M, dankzij de toegenomen spirituele/religieuze kracht.

#### **Reflecterende vragen**

**Wat is het verband tussen kernenergie, vitamine M, mentale kracht, 12 dimensies en elk opsommingsteken? Welke betekenis heeft 'spiritualiteit/religie' in jouw leven?**

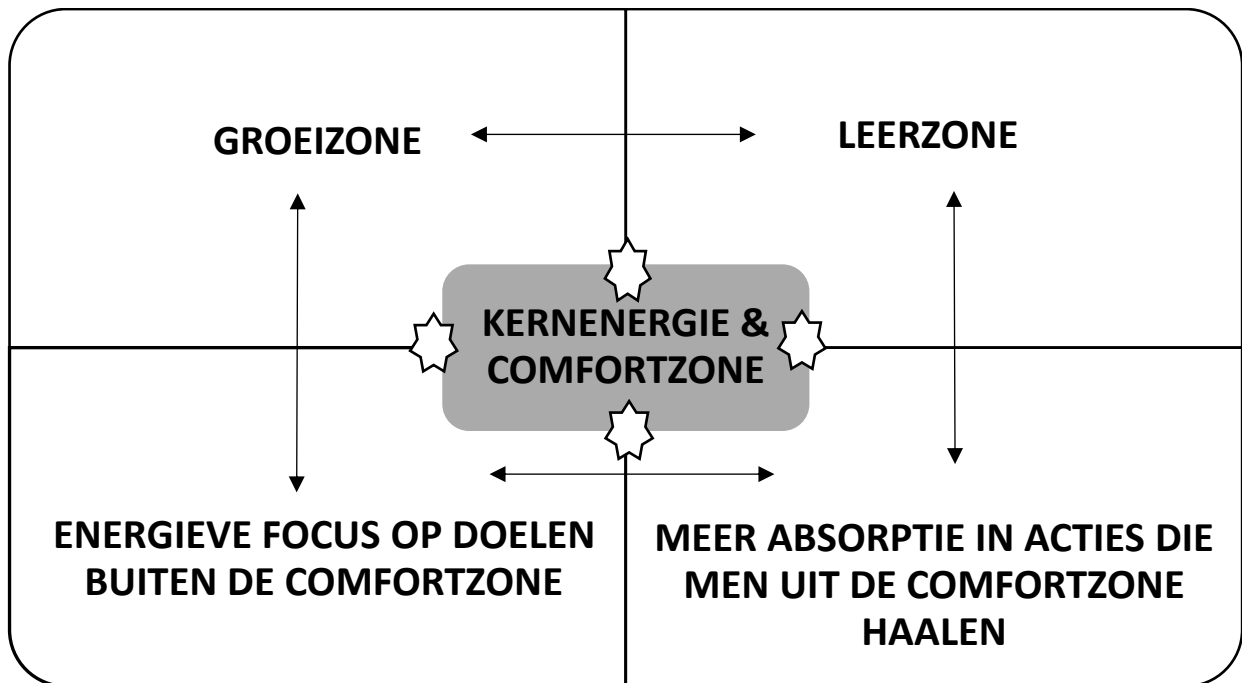
**FIGUUR 26**  
**BELANGRIJKE FACTOREN DIE HET KERNPROCES VAN KANSEN**  
**BEÏNVLOEDEN ERKENNING EN ONTWIKKELING**



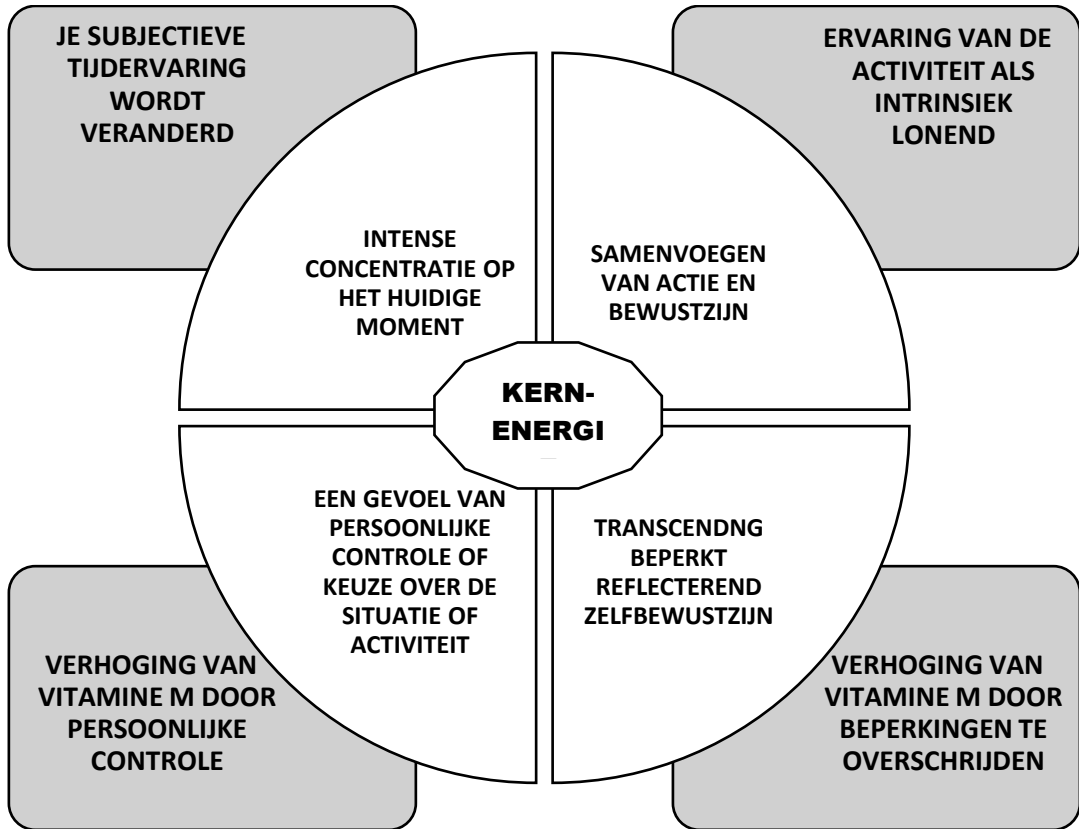
**ONDERTITELING:**

- Kernenergie: iemands innerlijke (oer)kracht
- Kernproces: Verwijst naar energie in verlangens, energie in de geest en energie in actie
- Ontwikkeling van kansen: persoonlijke kracht gebruiken om kansen te creëren
- Erkennung van kansen: de geest openhouden voor nieuwe mogelijkheden
- Informatie-asymmetrie: verwijst naar de studie van beslissingen in transacties waarbij de ene partij meer of betere informatie heeft dan de andere. Het oplossen van deze asymmetrie vergroot de kansen en de intellectuele kracht.
- Sociale netwerken: verwijst naar netwerken van sociale interacties en persoonlijke relaties
- Ondernemersalertheid: de aandacht op nieuwe zakelijke/werkgelegenheidsmogelijkheden houden
- Persoonlijkheidskenmerken (optimisme/zelfeffectiviteit/creativiteit): Positieve persoonlijke kenmerken zorgen ervoor dat een goede kwaliteit energie kan worden opgewekt en gebruikt in alle interpersoonlijke interacties.

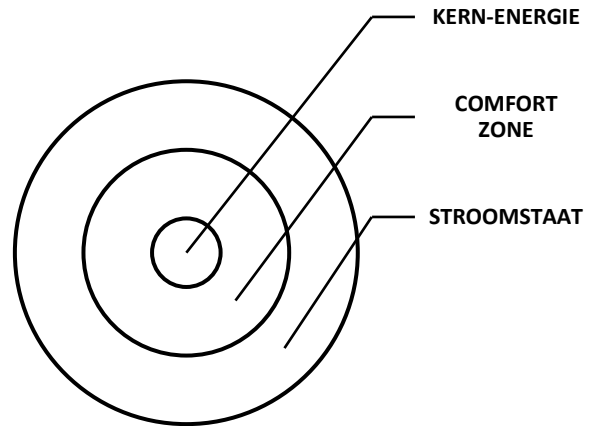
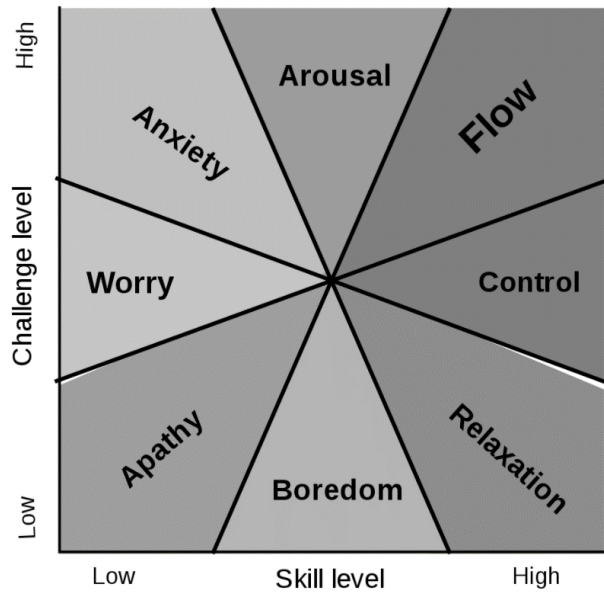
**FIGUUR 27**  
**KERNENERGIE & ZONES**



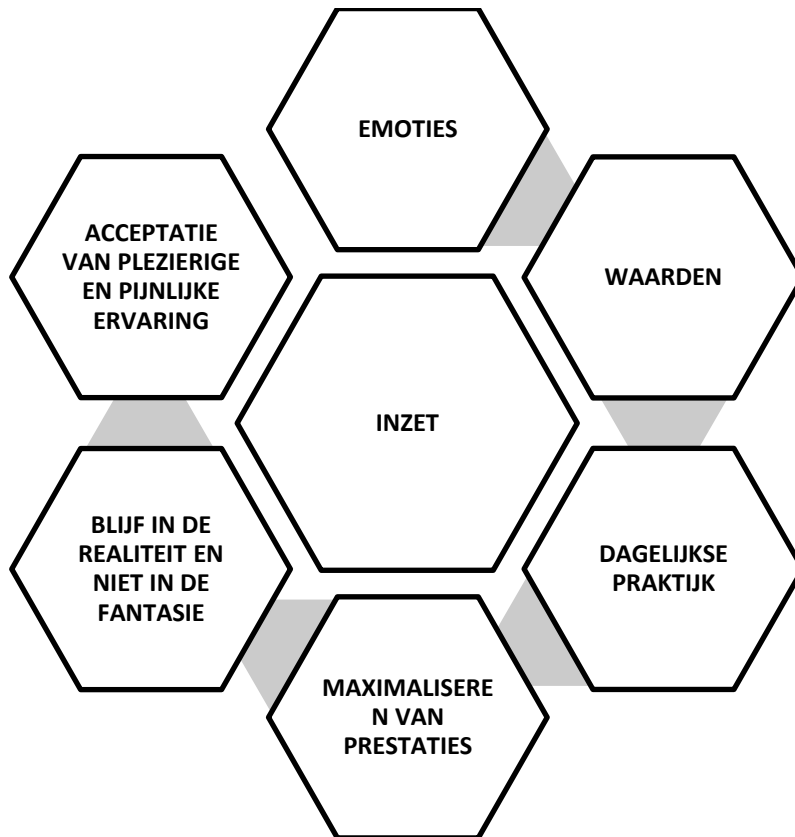
**FIGUUR 28**  
**FLOW STAAT & UIT DE COMFORTZONE BEWEGEN**



## **FIGUUR 29** **STROOMSTATENDIAGRAMMEN**



**FIGUUR 30**  
**VERBINTENISDIAGRAM**



## **REFERENTIECONCEPT # 1**

### **FASEN VAN VERANDERING**

Dit construct verwijst naar de temporele dimensie van gedragsverandering. In het transtheoretische model is verandering een 'proces dat voortgang door een reeks fasen omvat':

Precontemplatie ("niet klaar") - "Mensen zijn niet van plan om in de nabije toekomst actie te ondernemen en kunnen zich er niet van bewust zijn dat hun gedrag problematisch is."

Contemplatie ("zich voorbereiden") - "Mensen beginnen te erkennen dat hun gedrag problematisch is en beginnen te kijken naar de voor- en nadelen van hun voortdurende acties."

Voorbereiding ("klaar") - "Mensen zijn van plan om in de nabije toekomst actie te ondernemen en kunnen kleine stappen in de richting van gedragsverandering gaan zetten."

Actie - "Mensen hebben specifieke openlijke wijzigingen aangebracht bij het aanpassen van hun probleemgedrag of bij het verwerven van nieuw gezond gedrag."

Onderhoud - "Mensen hebben een actie minimaal zes maanden kunnen volhouden en werken eraan om terugval te voorkomen."

Beëindiging - "Individuele mensen kennen geen enkele verleiding en ze zijn er zeker van dat ze niet zullen terugkeren naar hun oude, ongezonde gewoonte als manier om ermee om te gaan."

*Er bestaat een relatie tussen STADIES VAN VERANDERING en het behoud/beste gebruik van vitamine M. De auteur verzoekt de lezers na te denken over deze relatie.*



## **REFERENTIECONCEPT # 2**

### **SNELHEID VAN GELD**

De omloopsnelheid van geld (of de omloopsnelheid van geld) is een maatstaf voor het aantal keren dat de gemiddelde munteenheid wordt gebruikt om goederen en diensten binnen een bepaalde periode te kopen. Het concept heeft betrekking op de omvang van de economische activiteit bij een gegeven geldhoeveelheid en de snelheid van de gelduitwisseling is een van de variabelen die de inflatie bepalen. De maatstaf voor de omloopsnelheid van het geld is doorgaans de verhouding tussen het bruto nationaal product (BNP) en de geldhoeveelheid van een land. Als de omloopsnelheid van het geld toeneemt, vinden transacties tussen individuen vaker plaats. De omloopsnelheid van geld verandert in de loop van de tijd en wordt beïnvloed door verschillende factoren.

De omloopsnelheid van het geld biedt een ander perspectief op de vraag naar geld. Gezien de nominale stroom van transacties waarbij geld wordt gebruikt, zullen mensen, als de rente op alternatieve financiële activa hoog is, niet veel geld willen aanhouden in verhouding tot de hoeveelheid van hun transacties; ze proberen het snel in te wisselen voor goederen of andere financiële activa, en Er wordt gezegd dat geld "een gat in hun zak verbrandt" en de snelheid is hoog. Deze situatie is precies één van de lage vraag naar geld. Omgekeerd is bij lage alternatieve kosten de snelheid laag en is de vraag naar geld hoog. In het geldmarktevenwicht zijn sommige economische variabelen (rentetarieven, inkomen of prijsniveau) aangepast om de geldvraag en het geldaanbod gelijk te maken.

De kwantitatieve relatie tussen snelheid en geldvraag wordt gegeven door  $Velocity = \frac{\text{Nominale Transacties (hoe dan ook gedefinieerd)}}{\text{Nominale Geldvraag}}$ .

*Er is een relatie tussen de SNELHEID VAN GELD en Vitamine M. De auteur vraagt lezers om na te denken over deze relatie.*



# **OPMERKINGEN en REFERENTIES**

- <sup>1</sup> <https://www.cnn.com/2018/08/02/author-who-studies-millionaires-how-to-cultivate-a-wealth-philosophy.html>
- <sup>2</sup> <https://www.dictionary.com/browse/vitamin?s=t>
- <sup>3</sup> Desire. (2020). In Wikipedia. <https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Desire&oldid=986239692>
- <sup>4</sup> Omoregie, J. (2015). *Freewill: The degree of freedom within*. UK: Author House | ISBN 978-1-5049-8751-6)
- <sup>5</sup> Rotter, Julian B (1966). "Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement". *Psychological Monographs: General and Applied*. 80 (1): 1–28. doi:10.1037/h0092976. PMID 5340840. S2CID 15355866.
- <sup>6</sup> Carlson, N.R., et al. (2007). *Psychology: The Science of Behaviour - 4th Canadian ed.*. Toronto, ON: Pearson Education Canada
- <sup>7</sup> <https://gostrengths.com/what-is-goal-setting-theory/>
- <sup>8</sup> Bandura, Albert (1982). "Self-efficacy mechanism in human agency". *American Psychologist*. 37 (2): 122–147. doi:10.1037/0003-066X.37.2.122
- <sup>9</sup> Kolbe, Kathy "Self-efficacy results from exercising control over personal conative strengths", 2009)
- <sup>10</sup> (Reference: Locke, E. A., Chah, D., Harrison, S. & Lustgarten, N. (1989). "Separating the effects of goal specificity from goal level". *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. 43 (2): 270–287. doi:10.1016/0749-5978(89)90053-8.) (Reference: Locke, Edwin A.; Latham, Gary P. (September 2002) [2002]. "Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: a 35-year odyssey". *American Psychologist*. 57 (9): 705–717. CiteSeerX 10.1.1.126.9922. doi:10.1037/0003-066X.57.9.705. PMID 12237980.
- <sup>11</sup> (Reference: Deckers, Lambert (2018). *Motivation: biological, psychological, and environmental* (5th ed.). New York: Routledge. ISBN 9781138036321. OCLC 1009183545. Pages 342-348)
- <sup>12</sup> Berridge KC (April 2012). "From prediction error to incentive salience: mesolimbic computation of reward motivation". *Eur. J. Neurosci*. 35 (7): 1124–1143. doi:10.1111/j.1460-9568.2012.07990.x. PMC 3325516. PMID 22487042.
- <sup>13</sup> Deckers, Lambert (2018). *Motivation: biological, psychological, and environmental* (5th ed.). New York: Routledge. ISBN 9781138036321. OCLC 1009183545.
- <sup>14, 15, 16</sup> Deckers, Lambert (2018). *Motivation: biological, psychological, and environmental* (5th ed.). New York: Routledge. ISBN 9781138036321. OCLC 1009183545.
- <sup>17</sup> Deckers, Lambert (2018). *Motivation: biological, psychological, and environmental* (5th ed.). New York: Routledge. ISBN 9781138036321. OCLC 1009183545.
- <sup>18</sup> Gollwitzer and Brandstatter (1997). "Implementation intentions and effective goal pursuit". *Journal of Personality and Social Psychology*. 73 (1): 186–199. CiteSeerX 10.1.1.730.7918. doi:10.1037/0022-3514.73.1.186.
- <sup>18</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Goal\\_pursuit](https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit)
- <sup>19</sup> [http://home.uchicago.edu/ourminsky/Goal-Gradient\\_Illusionary\\_Goal\\_Progress.pdf](http://home.uchicago.edu/ourminsky/Goal-Gradient_Illusionary_Goal_Progress.pdf)
- <sup>19</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Goal\\_pursuit](https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit)
- <sup>20</sup> Amir, O., & Ariely, D. (2008). "Resting on laurels: The effects of discrete progress markers as subgoals on task performance and preferences". *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*. 34 (5): 1158–1171. doi:10.1037/a0012857. PMC 2597002. PMID 18763898.
- <sup>21</sup> Bonezzi, A., Brendl, C. M., & De Angelis, M (2011). "Stuck in the Middle The Psychophysics of Goal Pursuit". *Psychological Science*. 22 (5): 607–612. doi:10.1177/0956797611404899. PMID 21474842. S2CID 13063977.
- <sup>22</sup> Hull, Clark L. (1932). "The goal-gradient hypothesis and maze learning". *Psychological Review*. 39 (1): 25–43. doi:10.1037/h0072640.
- <sup>23</sup> Heath, C., Larrick, R. P., & Wu, G (1999). "Goals as reference points". *Cognitive Psychology*. 38 (1): 79–109. CiteSeerX 10.1.1.474.3054. doi:10.1006/cogp.1998.0708. PMID 10090799.
- <sup>23</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Goal\\_pursuit](https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit)
- <sup>24</sup> Heath, C., Larrick, R. P., & Wu, G (1999). "Goals as reference points". *Cognitive Psychology*. 38 (1): 79–109. CiteSeerX 10.1.1.474.3054. doi:10.1006/cogp.1998.0708. PMID 10090799.
- <sup>24</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Goal\\_pursuit](https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit)
- <sup>25</sup> Heath, C., Larrick, R. P., & Wu, G (1999). "Goals as reference points". *Cognitive Psychology*. 38 (1): 79–109. CiteSeerX 10.1.1.474.3054. doi:10.1006/cogp.1998.0708. PMID 10090799.
- <sup>25</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Goal\\_pursuit](https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit)
- <sup>26</sup> Heath, C., Larrick, R. P., & Wu, G (1999). "Goals as reference points". *Cognitive Psychology*. 38 (1): 79–109. CiteSeerX 10.1.1.474.3054. doi:10.1006/cogp.1998.0708. PMID 10090799.
- <sup>26</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Goal\\_pursuit](https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit)
- <sup>27</sup> Heath, C., Larrick, R. P., & Wu, G (1999). "Goals as reference points". *Cognitive Psychology*. 38 (1): 79–109. CiteSeerX 10.1.1.474.3054. doi:10.1006/cogp.1998.0708. PMID 10090799.

- <sup>27</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Goal\\_pursuit](https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit)
- <sup>28</sup> Fox, S., & Hoffman, M (2002). "Escalation behavior as a specific case of goal-directed activity: A persistence paradigm". *Basic and Applied Social Psychology*. 24 (4): 273–285. doi:10.1207/s15324834basp2404\_3.
- <sup>28</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Goal\\_pursuit](https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit)
- <sup>29</sup> Fox, S., & Hoffman, M (2002). "Escalation behavior as a specific case of goal-directed activity: A persistence paradigm". *Basic and Applied Social Psychology*. 24 (4): 273–285. doi:10.1207/s15324834basp2404\_3.
- <sup>30</sup> Fox, S., & Hoffman, M (2002). "Escalation behavior as a specific case of goal-directed activity: A persistence paradigm". *Basic and Applied Social Psychology*. 24 (4): 273–285. doi:10.1207/s15324834basp2404\_3.
- <sup>30</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Goal\\_pursuit](https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit)
- <sup>31</sup> Fox, S., & Hoffman, M (2002). "Escalation behavior as a specific case of goal-directed activity: A persistence paradigm". *Basic and Applied Social Psychology*. 24 (4): 273–285. doi:10.1207/s15324834basp2404\_3.
- <sup>31</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Goal\\_pursuit](https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit)
- <sup>32</sup> Fox, S., & Hoffman, M (2002). "Escalation behavior as a specific case of goal-directed activity: A persistence paradigm". *Basic and Applied Social Psychology*. 24 (4): 273–285. doi:10.1207/s15324834basp2404\_3.
- <sup>32</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Goal\\_pursuit](https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit)
- <sup>33</sup> Fox, S., & Hoffman, M (2002). "Escalation behavior as a specific case of goal-directed activity: A persistence paradigm". *Basic and Applied Social Psychology*. 24 (4): 273–285. doi:10.1207/s15324834basp2404\_3.
- <sup>33</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Goal\\_pursuit](https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit)
- <sup>34</sup> Fox, S., & Hoffman, M (2002). "Escalation behavior as a specific case of goal-directed activity: A persistence paradigm". *Basic and Applied Social Psychology*. 24 (4): 273–285. doi:10.1207/s15324834basp2404\_3.
- <sup>34</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Goal\\_pursuit](https://en.wikipedia.org/wiki/Goal_pursuit)
- <sup>35</sup> "SWOT Analysis: Discover New Opportunities, Manage and Eliminate Threats". [www.mindtools.com](http://www.mindtools.com). 2016. Retrieved 23 November 2020
- <sup>35</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/SWOT\\_analysis](https://en.wikipedia.org/wiki/SWOT_analysis)
- <sup>36</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/SWOT\\_analysis](https://en.wikipedia.org/wiki/SWOT_analysis)
- <sup>36</sup> SWOT analysis. (2020, November 04). Retrieved November 23, 2020, from [https://en.wikipedia.org/wiki/SWOT\\_analysis](https://en.wikipedia.org/wiki/SWOT_analysis)
- <sup>37</sup> Strategic fit. (2020). In Wikipedia. [https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Strategic\\_fit&oldid=936769693](https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Strategic_fit&oldid=936769693)
- <sup>38</sup> Camp, R. C. (1989). *Benchmarking: The search for industry best practices that lead to superior performance*. Quality Press ; Quality Resources.
- <sup>39</sup> "1 Peter 1:16: Christians God-like Men, The duty and discipline of Christian hope". [www.biblehub.com](http://www.biblehub.com).
- <sup>39</sup> <https://en.wikipedia.org/wiki/Discipline>
- <sup>40</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Time\\_management](https://en.wikipedia.org/wiki/Time_management)
- <sup>41</sup> Alcaro A, Panksepp J (2011). "The SEEKING mind: primal neuro-affective substrates for appetitive incentive states and their pathological dynamics in addictions and depression". *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*. 35 (9): 1805–1820. doi:10.1016/j.neubiorev.2011.03.002. PMID 21396397. S2CID 6613696
- <sup>41</sup> Alcaro A, Panksepp J (2011). "The SEEKING mind: primal neuro-affective substrates for appetitive incentive states and their pathological dynamics in addictions and depression". *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*. 35 (9): 1805–1820. doi:10.1016/j.neubiorev.2011.03.002. PMID 21396397. S2CID 6613696
- <sup>41</sup> "Key DSM-IV Mental Status Exam Phrases". Gateway Psychiatric Services. Mood and Affect. Archived from the original on 13 November 2013. Retrieved 24 November 2020.
- <sup>41</sup> Cohen EE, Ejsmond-Frey R, Knight N, Dunbar RI (2010). "Rowers' high: behavioural synchrony is correlated with elevated pain thresholds". *Biol. Lett.* 6 (1): 106–8. doi:10.1098/rsbl.2009.0670. PMC 2817271. PMID 19755532
- <sup>41</sup> Malenka RC, Nestler EJ, Hyman SE (2009). Sydor A, Brown RY (eds.). *Molecular Neuropharmacology: A Foundation for Clinical Neuroscience* (2nd ed.). New York: McGraw-Hill Medical. pp. 191, 350–351, 367–368, 371–375. ISBN 9780071481274.
- <sup>41</sup> Georgiadis JR, Kringelbach ML (July 2012). "The human sexual response cycle: brain imaging evidence linking sex to other pleasures" (PDF). *Prog. Neurobiol.* 98 (1): 49–81. doi:10.1016/j.pneurobio.2012.05.004. PMID 22609047. S2CID 3793929
- <sup>41</sup> Blum K, Werner T, Carnes S, Carnes P, Bowirrat A, Giordano J, Oscar-Berman M, Gold M (March 2012). "Sex, drugs, and rock 'n' roll: hypothesizing common mesolimbic activation as a function of reward gene polymorphisms". *Journal of Psychoactive Drugs*. 44 (1): 38–55. doi:10.1080/02791072.2012.662112. PMC 4040958. PMID 22641964

- <sup>41</sup> Ankowiak, William; Paladino, Thomas (2013). "Chapter 1. Desiring Sex, Longing for Love: A Tripartite Conundrum". In Jankowiak, William R. (ed.). *Intimacies: Love and Sex Across Cultures*. Columbia University Press. p. 13. ISBN 9780231508766.
- <sup>41</sup> Johnson BA (2010). *Addiction Medicine: Science and Practice*. Springer Science & Business Media. p. 133. ISBN 9781441903389.
- <sup>41</sup> Euphoria. (2020). In Wikipedia. <https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Euphoria&oldid=986398400>
- <sup>42</sup> Berridge KC, Kringelbach ML (May 2015). "Pleasure systems in the brain". *Neuron*. 86 (3): 646–664. doi:10.1016/j.neuron.2015.02.018. PMC 4425246. PMID 25950633
- <sup>42</sup> Castro, DC; Berridge, KC (24 October 2017). "Opioid and orexin hedonic hotspots in rat orbitofrontal cortex and insula". *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*. 114 (43): E9125–E9134.
- <sup>42</sup> Kringelbach ML, Berridge KC (2012). "The Joyful Mind" (PDF). *Scientific American*. 307 (2): 44–45. Bibcode:2012SciAm.307b..40K. doi:10.1038/scientificamerican0812-40. PMID 22844850. Archived from the original (PDF) on 29 March 2017.
- <sup>42</sup> Euphoria. (2020). In Wikipedia. <https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Euphoria&oldid=986398400>
- <sup>43</sup> Szabo A, Billett E, Turner J (2001). "Phenylethylamine, a possible link to the antidepressant effects of exercise?". *Br J Sports Med*. 35 (5): 342–343. doi:10.1136/bjism.35.5.342. PMC 1724404. PMID 11579070
- <sup>43</sup> Tantomonaco M, Ceci R, Sabatini S, Catani MV, Rossi A, Gasperi V, Maccarrone M (2014). "Physical activity and the endocannabinoid system: an overview". *Cell. Mol. Life Sci*. 71 (14): 2681–2698. doi:10.1007/s00018-014-1575-6. PMID 24526057. S2CID 14531019
- <sup>43</sup> Dinas PC, Koutedakis Y, Flouris AD (2011). "Effects of exercise and physical activity on depression". *Ir J Med Sci*. 180 (2): 319–325. doi:10.1007/s11845-010-0633-9. PMID 21076975. S2CID 40951545
- <sup>43</sup> Szabo A, Billett E, Turner J (2001). "Phenylethylamine, a possible link to the antidepressant effects of exercise?". *Br J Sports Med*. 35 (5): 342–343. doi:10.1136/bjism.35.5.342. PMC 1724404. PMID 11579070
- <sup>43</sup> Euphoria. (2020). In Wikipedia. <https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Euphoria&oldid=986398400>
- <sup>44</sup> Zatorre RJ (March 2015). "Musical pleasure and reward: Mechanisms and dysfunction". *Ann. N. Y. Acad. Sci*. 1337 (1): 202–211. Bibcode:2015NYASA1337..202Z. doi:10.1111/nyas.12677. PMID 25773636. S2CID 22212386
- <sup>44</sup> Zatorre RJ (March 2015). "Musical pleasure and reward: mechanisms and dysfunction". *Ann. N. Y. Acad. Sci*. 1337 (1): 202–211. Bibcode:2015NYASA1337..202Z. doi:10.1111/nyas.12677. PMID 25773636. S2CID 22212386
- <sup>44</sup> Euphoria. (2020). In Wikipedia. <https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Euphoria&oldid=986398400>
- <sup>45</sup> Goldstein A, Hansteen RW (1977). "Evidence against involvement of endorphins in sexual arousal and orgasm in man". *Archives of General Psychiatry*. 34 (10): 1179–1180. doi:10.1001/archpsyc.1977.01770220061006. PMID 199128
- <sup>46</sup> "Merriam-Webster definition". Archived from the original on 7 January 2015. Retrieved 24 November 2020.
- <sup>46</sup> Malenka RC, Nestler EJ, Hyman SE (2009). Sydor A, Brown RY (eds.). *Molecular Neuropharmacology: A Foundation for Clinical Neuroscience* (2nd ed.). New York: McGraw-Hill Medical. pp. 191, 350–351, 367–368, 371–375. ISBN 9780071481274
- <sup>47</sup> Reference: <https://jamesclear.com/zanshin>
- <sup>48</sup> Nakamura, J.; Csikszentmihályi, M. (20 December 2001). "Flow Theory and Research". In C. R. Snyder Erik Wright, and Shane J. Lopez (ed.). *Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press. pp. 195–206. ISBN 978-0-19-803094-2. Retrieved 20 November 2013.
- <sup>49</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Flow\\_\(psychology\)#cite\\_note-Finding\\_Flow-10](https://en.wikipedia.org/wiki/Flow_(psychology)#cite_note-Finding_Flow-10)
- <sup>49</sup> Mihaly Csikszentmihályi (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Harper & Row. ISBN 978-0-06-016253-5.
- <sup>49</sup> Csikszentmihalyi, M., *Finding Flow*, 1997, p. 31
- <sup>50</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Comfort\\_zone](https://en.wikipedia.org/wiki/Comfort_zone)
- <sup>51</sup> <https://en.wikipedia.org/wiki/Obstacle>
- <sup>52</sup> "Time". *The American Heritage Dictionary of the English Language* (Fourth ed.). 2011. <https://en.wikipedia.org/wiki/Time>
- <sup>53</sup> Sull, Donald N.; Wang, Yong (June 6, 2005). "The Three Windows of Opportunity". *Working Knowledge*. Harvard Business School. Retrieved 25 April 2016.
- <sup>54</sup> Locke, Edwin A.; Latham, Gary P. (1990). *A theory of goal setting & task performance*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. ISBN 978-0139131387. OCLC 20219875.
- <sup>54</sup> <https://en.wikipedia.org/wiki/Goal>
- <sup>55</sup> Karl Anders Ericsson (1996), *The road to excellence: the acquisition of expert performance in the arts and sciences, sports, and games*, ISBN 978-0-8058-2231-1

- <sup>56</sup> <https://en.wikipedia.org/wiki/Freedom>
- <sup>57</sup> Sharma, Arvind (2008). *Philosophy of religion and Advaita Vedanta: a comparative study in religion and reason*. Pennsylvania State University Press. ISBN 978-0271028323. OCLC 759574543.
- <sup>58</sup> Gordon., Betts, J. *Anatomy, and physiology*. DeSaix, Peter., Johnson, Eddie., Johnson, Jody E., Korol, Oksana., Kruse, Dean H., Poe, Brandon. Houston, Texas. p. 9. ISBN 9781947172043. OCLC 1001472383
- <sup>59</sup> Schacter, Daniel L. (2011). *Psychology Second Edition*. 41 Madison Avenue, New York, NY 10010: Worth Publishers. pp. 482–483. ISBN 978-1-4292-3719-2.
- <sup>60</sup> <https://en.wikipedia.org/wiki/Attention>
- <sup>61</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Sublimation\\_\(psychology\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Sublimation_(psychology))
- <sup>62</sup> Wong DW, Hall KR, Justice CA, Wong L (2014). *Counseling Individuals Through the Lifespan*. Sage Publications. p. 326. ISBN 978-1483322032. Intimacy: As an intimate relationship is an interpersonal relationship that involves physical or emotional intimacy. Physical intimacy is characterized by romantic or passionate attachment or sexual activity. In, [https://en.wikipedia.org/wiki/Intimate\\_relationship](https://en.wikipedia.org/wiki/Intimate_relationship)
- <sup>63</sup> <https://www.hillandponton.com/human-body-organ-systems/>
- <sup>64</sup> <https://en.wikipedia.org/wiki/Fear>
- <sup>64</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Emotional\\_security](https://en.wikipedia.org/wiki/Emotional_security)
- <sup>65</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Psychological\\_resilience](https://en.wikipedia.org/wiki/Psychological_resilience)
- <sup>66</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Inner\\_peace](https://en.wikipedia.org/wiki/Inner_peace)
- <sup>67</sup> Stevenson, Angus; Lindberg, Christine A. (2011). "opportunity cost". Oxford University Press. ISBN 978-0-19-539288-3. Also, [https://en.wikipedia.org/wiki/Opportunity\\_cost](https://en.wikipedia.org/wiki/Opportunity_cost)
- <sup>68</sup> <https://www.tillerhq.com/2018-1-9-your-brain-on-debt/>
- <sup>69</sup> Mccarthy, Gabby (2018-10-09). *Introduction to Metaphysics*. Scientific e-Resources. ISBN 978-1-83947-365-4. Also, <https://en.wikipedia.org/wiki/Mind>
- <sup>69</sup> Arenas M.C., Manzanedo C. (2016) *Novelty Seeking*. In: Zeigler-Hill V., Shackelford T. (eds) *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8\\_1095-1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_1095-1)
- <sup>70</sup> Reference: <https://jamesclear.com/zanshin>
- <sup>71</sup> Schultz, D. P.; Schultz, S. E. (2012). *A history of modern psychology (10th ed.)*. Belmont, CA: Wadsworth, Cengage Learning. pp. 67–77, 88–100. ISBN 978-1-133-31624-4. Also, "psychology | Origin and meaning of psychology by Online Etymology Dictionary". Also, [www.etymonline.com](http://www.etymonline.com). Also, <https://en.wikipedia.org/wiki/Introspection>
- <sup>71</sup> [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-22195-3\\_4](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-22195-3_4)
- <sup>72</sup> Schumpeter, Joseph A., 1883–1950 (1983). *The theory of economic development: an inquiry into profits, capital, credit, interest, and the business cycle*. Opie, Redvers, Elliott, John E. New Brunswick, New Jersey. ISBN 0-87855-698-2. OCLC 8493721
- <sup>73</sup> Ryan, Richard M.; Deci, Edward L. (2000). "Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions". *Contemporary Educational Psychology*. 25 (1): 54–67. CiteSeerX 10.1.1.318.808. doi:10.1006/ceps.1999.1020. PMID 10620381. Also, <https://en.wikipedia.org/wiki/Motivation>
- <sup>74</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Financial\\_independence](https://en.wikipedia.org/wiki/Financial_independence)
- <sup>75</sup> Schultz, D. P.; Schultz, S. E. (2012). *A history of modern psychology (10th ed.)*. Belmont, CA: Wadsworth, Cengage Learning. pp. 67–77, 88–100. ISBN 978-1-133-31624-4.
- <sup>76</sup> Prochaska, James O.; DiClemente, Carlo C. (2005). "The transtheoretical approach". In Norcross, John C.; Goldfried, Marvin R. (eds.). *Handbook of psychotherapy integration*. Oxford series in clinical psychology (2nd ed.). Oxford; New York: Oxford University Press. pp. 147–171. ISBN 978-0195165791. OCLC 54803644
- <sup>77</sup> [https://en.wikipedia.org/wiki/Velocity\\_of\\_money](https://en.wikipedia.org/wiki/Velocity_of_money)

\* Please note that all Wikipedia references have been double-checked with source material that is accessible via references within Wikipedia articles.

# INDEX

- 12 Dimensions 38
- Abuse of Money 39, 115
- ATOD & G 134
- Attracting Financial Success 132
- Awakened Intelligence 145, 146
- Benchmarking 85
- Blossoming 91
- Buy Now & Pay Now 122
- Central Theme 39
- Clarity of Completion 83
- Comfort Zone 54
- Commitment 58
- Competitive Intelligence 69
- Conflicts 44
- Conscious Mind 106
- Conservation 63
- Copulation-Induced Euphoria 125
- Core Energy 51
- Core Energy Diagram 38
- Core Energy Fragmentation 131
- Current Status 56
- Deliberate Practice 149
- Desire 52
- Detecting Energy 40
- Diminishing Sensitivity 81
- Distal Goals 79
- Drug-Induced Euphoria 126
- Emotional Energy 131
- Ending in Energy 124
- Energetic Activation 154
- Energetic Fusion 144
- Energetic Integration 130
- Energetic Intelligence 124
- Energetic Novelty 122
- Energetic Success 145
- Energy 38
- Energy in Action 52
- Energy in Action 52
- Energy in Desire 52
- Energy in the Mind 51
- Engaging Energy 123
- Entertaining Energy 124
- Equalizing Energy 124
- Equipping Energy 124
- Ethical Energy 152
- Euphoria 124
- Exercise-Induced Euphoria 125
- Experiential Freedom 63
- Experiential Reasoning 146
- Financial Growth 100
- Financial Potential 145
- Goal Pursuit 82
- Goal Setting 77
- Goal Valence 83
- Goal-Gradient Hypothesis 80
- Goals 75
- Gratitude 130
- Healthy Body 99
- Hedonic Hotspots 125
- Heraclitus 43
- Homeostatic Imbalances 133
- Hyper-Focused Greed 132
- Incentive Salience 78
- Individualized Ego 105, 107
- Inner Opulence 148
- Inner Research 123
- Inner World 110, 169
- Intellect 105
- Internal Non-Contradiction 69
- Internal Significance 58



**Intrinsic Interests 83**  
**Locus of Control**  
**Loss Aversion 81**  
**Low Self-Esteem 136, 152**  
**Meditative Intelligence 79**  
**Mental Discipline 120**  
**Mental Health Problems 135**  
**Mental Powers 157**  
**Mind 105**  
**Mindset Theory of Action 77**  
**Misuse of Money 115**  
**Money 59**  
**Money as a Vitamin 165**  
**Money Earned 49**  
**Money Found 48**  
**Money Inherited 48**  
**Money Stolen 48**  
**Money Won 48**  
**Money's Impact 48**  
**Mt. Everest 21**  
**Music-Induced Euphoria 125**  
**Negative Emotions 135**  
**Negative Memories 134**  
**Negative Perceptions 132**  
**Novelty Saturation 133**  
**Novelty Seeking 126**  
**Obstacles 87**  
**Opportunity Recognition 86**  
**Opulence 141**  
**Painful Emotions 135**  
**Peak States 58**  
**Performance Enhancement 148**  
**Performance Indicators 70**  
**Persistence 86**  
**Personal Identity 119**  
**Personality 119**  
**Physiological Systems 109**

**Physiology 109**  
**Point of Saturation 133**  
**Primal Energy 129**  
**Prison of Human Conflicts 143**  
**Problem Gambling 123**  
**Process-Oriented Mindset 157**  
**Psychological Time 112**  
**Progression 42, 53**  
**Prospect Theory Perspective 80**  
**Proximal Closure 82**  
**Proximal Goals 79**  
**Psychological Fragmentation 130**  
**Psychological Time 112**  
**Reference Points 80**  
**Regression 42**  
**Revitalization 109**  
**Reward 78**  
**Risk 95**  
**Sacred State 110**  
**Sacrifice of Energy 152**  
**Self-Efficacy 101**  
**Significant Other 133**  
**Skill Development 151**  
**SMART Objectives 77**  
**Spend-Save-Give 122**  
**Spiritual Path 133**  
**Stagnation 53**  
**STOP Acronym 89**  
**Strategic Fit 84**  
**Structural Intelligence 69**  
**Subconscious Mind 106**  
**Subgoals 93**  
**Survival Instincts 34**  
**SWOT Analysis 84**  
**Temptation 131, 197**  
**Time Management 119, 120**  
**Transformation 44**

## **OVER DE AUTEUR**



De heer Ricky Singh werd op 28 juli 1969 geboren in New Delhi, India als de oudste van drie kinderen (dat wil zeggen twee zussen en Ricky). Ricky emigreerde in 1988 naar de Verenigde Staten en kocht in 1992 zijn eerste bedrijf en heeft sindsdien niet meer achterom gekeken. Hij heeft diverse zakelijke ervaringen en expertise, en runt gemakswinkels, benzinestations, 7-Elevens, tabakswinkels, technologie-startups, restaurants, delicatessenwinkels en andere voedingsbedrijven. Prestaties omvatten het volgende:

- a) Succesvolle serie-ondernemer
- b) Eigenaar van alle Speedy-tankstations in Delaware
- c) 52 marathons voltooid in 50 staten
- d) Ultra-duursporter, die meerdere afstanden loopt, variërend van 5 km tot 215 km
- e) Meerdere toppen beklommen, waaronder de berg Manasalu (8e hoogste punt) en de Mount Everest.
- f) Tweede Indiase Amerikaan en eerste Amerikaanse Sikh die de top van de Mount Everest bereikt
- g) Gepassioneerde filantroop, geïnteresseerd in menselijke verheffing
- h) Motiverende spreker in diverse settings

De heer Singh is een liefhebbende vader met twee kinderen, is toegewijd aan het huwelijksleven met zijn vrouw en gelooft heilig in de zorg voor zijn ouders. Zijn moeder woont bij hem in hun huis in Wilmington, Delaware.