

Vraag onderstaande vragen aan God en luister naar Zijn stem:

STAP #1:

- Bereid jezelf voor.
- Pak een notitieboekje.
- Zet je nieuwsgierigheid aan.
- Zet je innerlijke criticus uit.
- Zoek een comfortabele (niet stoerbare) plek om te zitten of te liggen.
- Concentreer je op je ademhaling en vertraag je denken.

STAP #2:

Stel God de twee vragen:

1. De eerste vraag is: 'Welke leugens geloof ik over...*':
_____?"
2. De tweede vraag is: 'Wat is waar over...*':
_____?"

Schrijf op wat je ziet, hoort, voelt of ervaart, zonder iets te veranderen of toevoegen.

STAP #3:

- Vernieuw je denken met de twee uitspraken.
- Voeg de antwoorden in de volgende zinnen in:

➔ 'Ik laat de leugen los dat ...' (vul de leugen in):

➔ 'Ik ontvang...' (vul in wat waar is):

➔ " Herhaal zo vaak als nodig.

- * Onderwerpen kunnen zijn: mijzelf, God, de ander, de relatie, je kind, je werk, je gaven, je talenten, geld etc....