

# Inleiding

**Deze pendelset is bedoeld om beginners kennis te laten maken met pendelen. Na de korte instructies kun je zelf aan de slag met pendelen. Er zijn diverse handige pendelschijven opgenomen in het boekje.**

In deze pendelset wordt bewust niet diep ingegaan op de filosofie van het pendelen en de energieën die erachter schuilen. Het is wel nuttig om je voordat je begint met pendelen te verdiepen in de specifieke pendelschijven. De resultaten van het pendelen zullen dan gemakkelijker te begrijpen zijn.

Bij pendelen draait het om een speciale manier van voelen. Subtiële, onzichtbare trillingen, indrukken die ons lichaam onbewust opneemt en ook intuïtieve kennis kunnen door het pendelen naar de oppervlakte worden gebracht. Je behaalt de grootste successen wanneer je gewoon speels en ontspannen met de pendel omgaat.





**Een pendel is een sleutel  
naar je intuïtie**

# De eerste stappen

**Pendelen lukt alleen als je ontspannen en onbevooroordeeld te werk gaat. Iedereen kan met een pendel werken, ook jij! Er zijn echter enkele punten die in gedachten moeten worden gehouden om het pendelen te vergemakkelijken:**

- 1 Schakel alle apparaten die kunnen afleiden in je omgeving uit (gezoem, radio, televisie enz.).
- 2 Je mag niet moe of gespannen zijn.
- 3 Pendel niet als je ziek, depressief of psychisch overprikkeld bent.
- 4 Ga zitten. Houd de pendel losjes aan de ketting vast (zie afb.). De ketting moet 15 tot 20 cm lang zijn.
- 5 De pols en hand zijn ontspannen. Je elleboog rust op de tafel.
- 6 Houd je bovenlichaam en je rug recht.
- 7 Je voeten staan naast elkaar op de grond (dus niet over elkaar).
- 8 Je vrije hand leg je open en plat op de tafel.
- 9 Je ademt rustig. Je bent ontspannen.



# Mentale instelling

**Als je niet goed gefocust bent, kan dat leiden tot problemen bij het pendelen. Hoe meer afleiding en gebrek aan concentratie, hoe onbetrouwbaarder je pendelresultaat zal zijn. Vraag nooit waarom de pendel op een bepaalde manier zwaait. Het zijn jouw gedachten die de pendel in allerlei richtingen laten bewegen. Houd daarom het volgende in gedachten:**

- 1 Houd je geest vrij van alle vooroordelen en wensen.
- 2 Schakel alle bijgedachten uit die niets met het pendelen te maken hebben.
- 3 Pendel niet om egoïstische redenen, niet om geld, roem of geschenken te verkrijgen.
- 4 Pendel nooit om andere mensen te laten zien wat je kunt.
- 5 Pendel niet om gebeurtenissen voor jezelf of anderen in de toekomst te voorspellen.
- 6 Pendel niet om medische diagnoses te verkrijgen.
- 7 Voer altijd een controle uit en houd geen enkel pendelresultaat voor onfeilbaar.
- 8 Stel altijd concrete vragen waarop heldere antwoorden mogelijk zijn. Hoe vager de vraag is, hoe verwarrender het antwoord zal zijn!
- 9 Wees altijd geduldig. Sommige resultaten hebben wat tijd nodig om zich aan je te tonen (vooral bij beginners). Als je veel oefent, zullen de resultaten na verloop van tijd duidelijker worden.



## Wees kritisch

Het is belangrijk dat je jezelf voortdurend controleert, je eigen pendelresultaten in twijfel trekt en ze kritisch analyseert. Om dat te vergemakkelijken vind je in dit boek op pag. 13-15 pendelschijven waarmee je je pendelvaardigheid en mogelijk verkeerde houding kunt testen voordat je een belangrijke vraag stelt.

‘Werken met pendelschijven’ op pag. 13 toont je de procentuele waarde van je pendelvaardigheid, dat met kleine aanpassingen (bijv. een andere plaats of een andere tijd) snel en efficiënt kan veranderen. Let er daarbij op dat een pendelvaardigheid van 70 procent een mogelijke foutmarge van 30 procent inhoudt. Dat betekent dat bij tien vragen drie antwoorden verkeerd kunnen zijn. Zorg er dus voor dat je pendelvaardigheid tijdens het pendelen zeer hoog (meer dan 85 procent) is. Als dat niet het geval is, probeer je met de schijf Foutief pendelresultaat op pag. 15 de oorzaak te achterhalen en los je dit zo mogelijk op. Als ook dat niet op dat moment mogelijk is, vraag je met de schijf Pendelklok op pag. 14 wanneer je beter zou kunnen pendelen, of je stopt op die dag met pendelen.

**In het algemeen geldt: elk belangrijk resultaat dien je met de Controleschijf op pag. 13 te controleren!**