

Manifesteren MET DE *maan*

INSTRUCTIEBOEK

YASMIN BOLAND

ILLUSTRATIES DOOR LORI MENNA



ALTAMIRA



INHOUD

Inleiding	9
De magische maancyclus	13
Nieuwemaan	15
Eerste kwartier	15
Vollemaan	16
Laatste kwartier	16
Werken met de maankaarten	17
Nieuwemaankaarten	17
Eerste-kwartierkaarten	18
Vollemaankaarten	20
Laatste-kwartierkaarten	21
De elementen	21
Planetaire dagen en uren	22

De kaarten zegenen	25
Drie eenvoudige kaartleggingen	29

Nieuwemaankaarten **35**

Nieuwemaan in Ram	36
Nieuwemaan in Stier	38
Nieuwemaan in Tweelingen	40
Nieuwemaan in Kreeft	42
Nieuwemaan in Leeuw	44
Nieuwemaan in Maagd	46
Nieuwemaan in Weegschaal	48
Nieuwemaan in Schorpioen	50
Nieuwemaan in Boogschutter	52
Nieuwemaan in Steenbok	54
Nieuwemaan in Waterman	56
Nieuwemaan in Vissen	58

Eerste-kwartierkaarten **61**

Eerste kwartier in Ram	62
Eerste kwartier in Stier	64
Eerste kwartier in Tweelingen	66
Eerste kwartier in Kreeft	68

Eerste kwartier in Leeuw	70
Eerste kwartier in Maagd	72
Eerste kwartier in Weegschaal	74
Eerste kwartier in Schorpioen	76
Eerste kwartier in Boogschutter	78
Eerste kwartier in Steenbok	80
Eerste kwartier in Waterman	82
Eerste kwartier in Vissen	84

Vollemaankaarten	87
-------------------------	-----------

Vollemaan in Ram	88
Vollemaan in Stier	90
Vollemaan in Tweelingen	92
Vollemaan in Kreeft	94
Vollemaan in Leeuw	96
Vollemaan in Maagd	98
Vollemaan in Weegschaal	100
Vollemaan in Schorpioen	102
Vollemaan in Boogschutter	104
Vollemaan in Steenbok	106
Vollemaan in Waterman	108
Vollemaan in Vissen	110

Laatste-kwartierkaarten	113
Laatste kwartier in Ram	114
Laatste kwartier in Stier	116
Laatste kwartier in Tweelingen	118
Laatste kwartier in Kreeft	120
Laatste kwartier in Leeuw	122
Laatste kwartier in Maagd	124
Laatste kwartier in Weegschaal	126
Laatste kwartier in Schorpioen	128
Laatste kwartier in Boogschutter	130
Laatste kwartier in Steenbok	132
Laatste kwartier in Waterman	134
Laatste kwartier in Vissen	136
 <i>Dankwoord</i>	 139
<i>Over de auteur</i>	141
<i>Over de kunstenaar</i>	143



INLEIDING

Welkom in de mystieke wereld van dit maan-orakel.

Je hebt een instructieboek en kaartenset in handen waarmee je je eigen realiteit kunt creëren en je leven op verbazingwekkende manieren kunt veranderen. De kaarten laten je de kracht zien – die al in je zit – om je dromen te manifesteren.

Misschien weet je intuïtief al dat manifesteren en de maan hand in hand gaan – het is bijna alsof ze voor elkaar zijn gemaakt. De maan is de magische koningin van de hemel en, in de astrologie, van onze emoties. En waarmee manifesteren we? Inderdaad, met onze emoties! De energieën van de maan zijn dan ook het perfecte kanaal voor onze magische manifestaties. Sterker nog, manifesteren met de maan – oftewel: bewust creëren in overeenstemming met de magische

maancycli – is iets wat mystieke vrouwen en mannen al millennialang hebben gedaan. En nu is het jouw beurt.

In feite zijn we allemaal elke dag bezig met het creëren van ons leven, bewust of onbewust; we geven constant vorm aan onze realiteit met onze gevoelens, gedachten en daden. Deze kaarten laten je zien hoe je dat *bewuster* kunt doen.

Als het idee dat we ons leven creëren met onze gevoelens, gedachten en daden nieuw voor je is, zou je eerste vraag kunnen zijn: 'Maar als ik mijn eigen leven vormgeef, waarom gebeuren er dan soms dingen waar ik niet blij mee ben?' Dat is een complexe vraag, maar het simpele antwoord is dat dit vaak gebeurt als we onze problemen niet hebben opgelost. Als gevolg hiervan worden we overvallen door angst, en omdat we krijgen waarop we ons focussen, trekken we soms juist aan wat we niet willen!

Het tegengif is om ons te concentreren op wat we wél willen, en deze kaarten helpen je daarbij.

Als je met de kaarten gaat werken, zul je soms blij worden van de boodschappen die je ontvangt; maar op andere momenten kunnen de kaarten je aan het denken zetten of je een zacht duwtje in een nieuwe richting geven – om je eraan te herinneren dat je nog werk te doen hebt.



DE MAGISCHE MAANCYCLUS

De maan verenigt ons over de hele wereld. Ze draait al zolang we ons kunnen herinneren om de aarde. De maan is ons dichtstbijzijnde hemellichaam. Ze is bovendien vrij toegankelijk: we kunnen haar allemaal zien. In de astrologie en maanologie vertegenwoordigt de maan de Godin. De maan is – en blijft – heilig; ook nu de mens van plan is opnieuw naar de maan te reizen en er een basis te bouwen. Mannen en vrouwen hebben haar millennialang zien toe- en afnemen aan de nachtelijke hemel. Zo hebben archeologen grotmarkeringen ontdekt die aantonen dat de verschillende maanfasen al 15.000 jaar geleden werden opgemerkt. De mensen leefden toen immers vooral buiten en waren volledig verbonden met de natuur, dus was het logisch dat ze hun leven op de maancycli afstemden.

De magische maan cirkelt elke 29 dagen om de aarde. Terwijl ze langs de hemel beweegt, laat het gedeelte van de maan dat direct door de zon wordt beschenen zich telkens anders aan ons aardbewoners zien. Je kunt haar cyclus dan ook opdelen in acht hoofdfasen:

- **Nieuwemaan:** wanneer we opnieuw opstarten en ook de zaden van onze intenties en wensen planten.
- **Jonge maansikkel:** wanneer we hard moeten werken om onze doelen te verwezenlijken.
- **Eerste kwartier:** wanneer minicrises en hinderissen zich opwerpen.
- **Wassende maan:** wanneer ons leven aanvoelt alsof het op uitbarsten staat.
- **Vollemaan:** wanneer we zien dat we onze doelen hebben verwezenlijkt en we kunnen loslaten.
- **Afnemende maan:** wanneer we onze ervaringen en kennis delen.
- **Laatste kwartier:** wanneer een minicrisis ons kan aansporen nog meer los te laten.
- **Grauwe maan:** wanneer we kunnen helen en ons gekalmeerd voelen.

Drie eenvoudige kaartleggingen

Ik heb een video (Engelstalig) gemaakt over het werken met orakelkaarten, dus als je hier meer over wilt weten, kijk dan op moonmessages.com/cards. Hieronder vind je drie eenvoudige kaartleggingen om je alvast op weg te helpen.

Enkele kaartlegging

Dit is mijn favoriete manier om de kaarten te gebruiken. Aan de ene kant vraagt het veel van slechts één kaart, namelijk: ons alles geven wat we moeten weten over een bepaalde situatie. Aan de andere kant lijken ze hier wonderwel in te slagen!

- Stel je vraag stil of hardop of, beter nog, schrijf hem op (zodat je niet kunt verbloemen wat je hebt gevraagd!).

Wel doen: stel open vragen (die niet met een 'ja' of 'nee' kunnen worden beantwoord), aangezien de boodschappen van de kaarten voor meerdere interpretaties vatbaar zijn en voor verschillende mensen verschillende dingen kunnen betekenen.

Niet doen: steeds dezelfde vraag stellen.

- Schud de kaarten, spreid ze omgekeerd uit en kies de kaart die jou lijkt te roepen.
- Draai de kaart om en neem de tijd om de afbeelding en de tekst op je in te laten werken. Ga dan naar de bijbehorende bladzijde in dit boekje om meer te weten te komen over de boodschap die de kaart wil overbrengen.

Je kunt hier een dagelijks ritueel van maken, voorafgaand aan of volgend op een aantal lichte yoga-oefeningen en/of een meditatie. Ik vind zo'n ritueel heel troostend, vooral als ik een stressvolle tijd doormaak. Ik schrijf bovendien in mijn dagboek elke vraag die ik heb gesteld op, net als elke kaart die ik heb ontvangen, omdat het geweldig is om er later nog eens op te reflecteren.

Verleden-heden-toekomst-legging

Deze drie kaartenlegging openbaart energieën uit het verleden, het heden en de toekomst.

- Schud de kaarten en spreid ze omgekeerd uit.
- Kies drie kaarten uit die je lijken te roepen en leg ze als volgt neer:



NIEUWEMAAN- KAARTEN

De energieën van deze kaarten
vertegenwoordigen de deuren
die zich voor je openen.



Nieuwemaan in Ram
GA ERVOOR!

Nieuwemaan in Ram

GA ERVOOR!

Deze kaart kondigt goed nieuws aan: er zijn volop kansen en de vooruitzichten zijn positief. Ga door de deuren die zich voor je openen! Er is alle reden om te geloven dat je zult creëren wat je wilt, zelfs als je doel nog ver weg lijkt. Ga zo door en wees *moedig*. Jaag je dromen met kinderlijk enthousiasme na en verwacht dat je wensen uitkomen. Houd het niet bij plannen maken alleen. Onderneem actie – dit is cruciaal. Jaag je doel na. Geloof in goddelijke timing. Ben je verliefd, zet dan de eerste stap als je durft. Wees proactief op financieel gebied.

Manifesterende focus

Deze kaart is een goed teken als je meer moed of vastberadenheid nodig hebt, of als je iets of iemand najaagt.

Manifesterende mindset

Wees gedreven en vastberaden. Onderneem actie. Gooi je schroom overboord.

Manifesterende tips om je moed te vergroten

- Roep de hulp in van aartsengel Ariël, die wordt geassocieerd met de lente en die een geweldige steun is voor als je moed nodig hebt.
- Roep de energie van de planeet Mars aan, die Ram regeert.
- Om je moed te vergroten steek je een kaars aan (liefst een rode) en vraag je Ariël en Mars om hulp. Houd deze kaart tegen je hartchakra en adem moed in. Als je dit ritueel buiten kunt doen, des te beter!

Jouw manifesterende affirmatie

'Ik ben op de goede weg – binnenkort zal ik...'

Het beste moment om je magie te manifesteren

De beste tijd om je magie haar werk te laten doen is wanneer de maan in Ram staat, op een dinsdag (Marsdag) of tijdens het Marsuur (zie blz. 24).

De nieuwemaan in Ram vindt plaats wanneer de zon en de maan op dezelfde dierenriemgraad als Ram staan. Zij zit vol vuur en kinderlijk vertrouwen dat alles mogelijk is.



Eerste kwartier in Waterman
VERTROUW OP HET UNIVERSUM

Eerste kwartier in Waterman

VERTROUW OP HET UNIVERSUM

Het is tijd om je grip op een situatie los te laten. Passie is goed, maar te veel kan manisch worden. Soms voelen we te veel intensiteit rond onze dromen omdat we bang zijn dat ze niet uitkomen, maar dat werkt alleen maar contraproductief. Leef en laat leven. Vertrouw op het Universum en kijk wat er gebeurt. Hoe steviger je grip, hoe groter de kans dat je het uiteindelijk aflegt. Dit is dubbel waar als je jaloers bent geweest of problemen hebt gehad die verband houden met seks of geld. Probeer iemand anders niet te veel te beïnvloeden.

Manifesterende mix

Als je het gevoel hebt dat je vastzit, of als je iemand anders dat gevoel geeft, wees dan voorzichtig. Mensen die vastzitten kunnen zich soms roekeloos gedragen.

Manifesterende mindset

Het kan zijn dat je te star bent in je denken, woorden of daden. Als je wat losser wordt, zul je zien dat het makkelijker is om de uitdagingen op je pad het hoofd te bieden.

Stem af op je manifesterende krachten

Het derde-oogchakra (Ajna) bevindt zich net boven en tussen je wenkbrauwen, en stelt je in staat voorbij de illusies van het leven naar de waarheid te kijken: dat je een geweldig wezen bent en hier op aarde om je dromen te manifesteren.

Laat los en sta jezelf toe gevuld te worden met zijn goddelijke indigoblauwe licht, dat jou en je familielijn geneest. Houd deze kaart voor je derde oog en roep zijn energieën aan met de volgende woorden:

*'Energieën van het eerste kwartier in
Waterman, bedankt dat jullie me hebben
laten zien dat het oké is om mij te zijn!'*

Het beste moment om je magie te manifesteren

De beste tijd om je magie haar werk te laten doen is wanneer de maan in Waterman staat, op een zaterdag (Saturnusdag) of tijdens het Saturnusuur (zie blz. 24).

Het eerste kwartier in Waterman vindt plaats wanneer de zon in Schorpioen en de maan in Waterman staat en weet dat je soms moet loslaten om magie te maken.



Vollemaan in Leeuw
GO WILD!

Vollemaan in Leeuw

Go WILD!

Er zijn momenten waarop je beste optie in het leven en bij het manifesteren is om zagezegd al je kaarten in de lucht te gooien en gewoon maar te zien hoe ze vallen. Hoe verleidelijk het ook mag zijn om een situatie onder controle te willen krijgen; je bent nu beter af als je gewoon loslaat: *go wild!* Je zult snel antwoord op je vraag krijgen, dus kun je net zo goed relaxen en genieten van de rit. Je zult merken dat plezier hebben een van de krachtigste manieren is om je verlangens te manifesteren. Neem afstand van arrogante mensen.

Manifesterend evenwicht

Vind een balans tussen een geweldige tijd hebben en zorgen voor de mensen die je nodig hebben.

Manifesterende mindset

Je zorgen maken over iets of iemand activeert de wet van aantrekkingskracht net zo goed als positieve gedachten. Dus focus op het positieve!

Een manifesterend ritueel om je wilde kant te laten zien

- Voeg etherische kaneelolie toe aan een diffuser.
- Neem een comfortabele houding aan en sluit rustig je ogen.
- Roep Medusa op, de eens zo wilde en mooie godin die het einde van de heerschappij van het matriarchaat symboliseert, evenals vrouwelijke kracht, vrijheid en transformatie.
- Voel de vrouwelijke kracht van Medusa. Adem hem in en stap in je eigen vrouwelijke kracht.

Jouw manifesterende affirmatie

'Ik leef in het heden en laat alle pijn uit het verleden los.'

Het beste moment om je magie te manifesteren

De beste tijd om je magie haar werk te laten doen is wanneer de maan in Leeuw staat, op een zondag (dag van de zon) of tijdens het uur van de zon (zie blz. 24).

De vollemaan in Leeuw vindt plaats wanneer de zon in Waterman en de maan in Leeuw staat.



Vollemaan in Vissen
VERGEEF

Vollemaan in Vissen

VERGEEF

Pas ervoor op dat je je huidige situatie niet met een vastomlijnd idee bekijkt. Deze kaart herinnert je eraan dat het leven een zich ontvouwend mysterie is waar je je door mee mag laten voeren. Probeer niet te hard om elk vakje aan te vinken, maar geef je meer over aan je dromen. Het kan heel goed zijn dat je huidige manifestatie geblokkeerd wordt doordat je jezelf of iemand anders niet hebt vergeven voor iets uit het verleden. Om je manifesterende krachten te vergroten is het raadzaam om jezelf – en iedereen die dat nodig heeft – vergiffenis te schenken.

Manifesterend evenwicht

Vind een balans tussen al je taken en dat wat je moet doen voor innerlijke rust.

Manifesterende mindset

Vasthouden aan woede is nutteloos en kan giftig zijn. Ga verder en vergeef – en daarvoor hoef je niet te vergeten. Dit is jouw weg naar een betere toekomst.

Een manifesterend ritueel voor vergeving

- Voeg etherische lavendelolie toe aan een diffuser.
- Neem een comfortabele houding aan en sluit rustig je ogen.
- Roep Kuan Yin aan, de prachtige Chinese godin van mededogen en barmhartigheid.
- Vraag Kuan Yin om haar hulp bij het opruimen van eventuele problemen, zodat je vergeving kunt vinden en verder kunt gaan.

Jouw manifesterende affirmatie

*'Ik vergeef iedereen die dat nodig heeft in mijn leven.
Het is gebeurd.'*

Het beste moment om je magie te manifesteren

De beste tijd om je magie haar werk te laten doen is wanneer de maan in Vissen staat, op een donderdag (Jupiterdag) of tijdens het Jupiteruur (zie blz. 24).

De vollemaan in Vissen vindt plaats wanneer de zon in Maagd en de maan in Vissen staat.



Laatste kwartier in Kreeft
NEEM EEN ADEMPAUZE

Laatste kwartier in Kreeft

NEEM EEN ADEMPAUZE

Soms kan een veelbelovende situatie als een nachtkars uitdoven. Dit is normaal. Als een situatie eindeloos voortduurt en iedereen dreigt uit te putten, is het misschien tijd om even op adem te komen. Stel jezelf de vraag: is dit nog steeds wat ik wil? Als een situatie je ontglipt, kan dat komen doordat je aan jezelf twijfelt of omdat te veel mensen hun zin proberen door te drijven. Als je moeite hebt om een balans te vinden in een persoonlijke of professionele relatie, is het misschien tijd om je gevoelens te tonen.

Manifesterende mix

Er kan een botsing ontstaan omdat iedereen de leider wil zijn. Geef de situatie wat lucht.

Manifesterende mindset

Je moet stoppen en op krachten komen. Langdurige emotionele vermoeidheid is net zo gevaarlijk als fysieke vermoeidheid. Sta weer open voor de schoonheid van het leven en verkwik je hart.

Manifesterende magie

Deze kristallen werken vooral goed bij het teken Kreeft: amazoniet, blauwe apatiet, rozenkwarts, rode jade, maansteen en jaspis.

Kies er een uit, houd het vast terwijl je mediteert en visualiseer een gloeiend groen licht dat om je heen wervelt. Je kunt het kristal ook dicht bij je houden terwijl je aan je situatie werkt, of er vijf of zes gebruiken om een kristalgrid te maken.

Jouw manifesterende affirmatie

‘Liefde is alles wat er is – en ik ben liefde!’

Het beste moment om je magie te manifesteren

De beste tijd om je magie haar werk te laten doen is wanneer de maan in Kreeft staat, op een maandag (dag van de maan) of tijdens het uur van de maan (zie blz. 24).

Het laatste kwartier in Kreeft vindt plaats wanneer de zon in Weegschaal en de maan in Kreeft staat en weet dat hoe je je voelt minstens zo belangrijk is als hoe je eruitziet.