

De kracht van Manifesteren

Praktische tips en
inspirerende citaten



DELTA 



Original title: *The Power of Manifesting*

Author: Rebecca Dickinson

Illustrator: Jo Parry

© Joy Gift Publishing

All rights reserved.

Nederlandse uitgave © Zuidnederlandse Uitgeverij N.V.,
Vluchtenburgstraat 7, B-2630 Aartselaar, België, MMXXV.
Alle rechten voorbehouden.

Deze uitgave door: Deltas, België-Nederland

Nederlandse vertaling: Leine Meeus

D-MMXXV-0001-5

NUR 370



Hallo dromenjager

Waar verlang je het meest naar in het leven? Of het nu verliefd worden is, de perfecte baan krijgen, je ideale huis vinden, je gezondheid en conditie verbeteren, een miljoen verdienen, je eigen bedrijf opstarten, de wereld rondreizen of zelfs roem en erkenning krijgen, we streven allemaal naar iets. Maar wie van ons gelooft echt dat zijn diepste verlangens werkelijkheid kunnen worden?

Hoewel we allemaal dromen hebben, zijn ze vaak niet meer dan dat: gewoon dromen. 'Het echte leven is niet zoals in de films', denk je misschien. Maar wat als het dat wel was? Wat als er een manier bestond om het denkbeeldige mogelijk te maken? Om het denkbare haalbaar te maken? Met behulp van een aantal manifestatietechnieken kunnen dit soort dingen mogelijk worden.

Dit boek helpt je te begrijpen wat manifesteren is en hoe het werkt. Het zal je de mogelijkheid geven om intenties te stellen, zelfbeperkende gedachten te overwinnen en je energie te kanaliseren om het leven te creëren waar je altijd al van gedroomd hebt.



Wat is manifesteren?

Manifesteren kan worden samengevat als: het idee dat gedachten werkelijkheid worden.

In essentie houdt manifesteren in dat je het universum vraagt om je dromen tot leven te brengen. Het is een krachtige manier om de dingen die je wil, aan te trekken door middel van je gedachten, emoties en handelingen.

Er zijn veel technieken om dat te doen – visualisaties, vision boards, affirmaties, het beoefenen van dankbaarheid, meditatie en nog veel meer – die we allemaal zullen verkennen in dit boek. Maar voordat je kan beginnen met manifesteren, moet je alle tegenwerkende krachten aanpakken, zoals twijfel aan jezelf, negatieve gedachtepatronen en beperkende overtuigingen, dus die zullen ook aan bod komen.

Positief denken is echter maar een deel van het verhaal. Manifesteren draait ook om het benutten van de wet van de aantrekkingskracht. Dat betekent dat je je energie afstemt op die van het universum door goede vibraties uit te stralen. Dat is de kern van de positieve veranderingen die manifesteren in ons leven kan brengen – en dat is waar we onze verkenningstocht zullen beginnen.

Een vriendelijke waarschuwing: Hoewel positiviteit de kern vormt van manifesteren, is het belangrijk om alle emoties te herkennen en te aanvaarden. Als je op dit moment een bijzonder moeilijke periode doormaakt, kan je misschien beter even wachten voordat je aan je manifestatiereis begint. Zoek altijd hulp als je worstelt met je mentale of emotionele gezondheid.



‘Als je focust op het goede,
dan wordt het goede beter.’

Abraham Hicks



'BEHEERS
JE GEEST OF
HIJ ZAL JOU
BEHEERSEN.'

Horatius



De wet van de aantrekkingskracht leren kennen

De wet van de aantrekkingskracht is gebaseerd op het idee dat gelijksoortige dingen elkaar aantrekken. Men veronderstelt dat het universum energie bevat die trillingen veroorzaakt en dat deze trillingen alles aantrekken wat zich op dezelfde golflengte bevindt. Dat komt voort uit de relativiteitstheorie die stelt dat atoomenergie trilt met verschillende snelheden en dat de deeltjes van een atoom door kracht bij elkaar worden gehouden.

Onze gedachten en gevoelens zouden ook energie bevatten. Daarom zeggen we weleens dat iemand een goede vibe heeft.