

# INHOUD

<b>Inleiding</b>	<b>8</b>
Manifesteren en de wet van de aantrekking	8
De principes van manifesteren	9
De juiste timing	12
Waar gaat het bij jou mis?	13
Problemen en oplossingen	15
Hoe je dit boek gebruikt	17

## **Deel 1: Manifestatietechnieken** **18**

Je magische zelf ontmoeten	20
Gefocuste intentie	22
Manifesteren met je kristallen	24
Je manifestatie-attributen	26
Je manifestatiechakra's	30
Je kristallen voor jou laten blijven werken	32

## **Deel 2: Manifesteren met kristallen** **34**



<b>Het geheim van manifesteren</b>	<b>36</b>
MANIFESTATIEKWARTS	
Alternatieve kristallen: generatorformatie, jade, citrien, ammoliet	
<i>Oefening</i> Manifestatiekwarts activeren: genereer innerlijke rijkdom	



<b>In je kracht stappen</b>	<b>42</b>
MALACHIET	
Alternatieve kristallen: apachetraan, regenboogobsidiaan, mahonieobsidiaan, blauwe scapoliet, rookkwarts	
<i>Oefening</i> Meditatie met malachiet: waar houd ik aan vast?	



<b>Je hoofd opruimen</b>	<b>48</b>
RUTIELKWARTS	
Alternatieve kristallen: toermalijnkwarts, zwarte toermalijn, seleniet, rookkwarts, beril	
<i>Oefening</i> Een legging met rutiellkwarts: hoe maak ik mijn hoofd leeg?	



### **Je karma zuiveren**

54

WINDFOSSIELAGAAT

Alternatieve kristallen: dumortieriet, gabbro, golden healer (lemoniet of hematiet), regenboogmayaniet

*Oefening* Windfossilagaat activeren: hoe zuiver ik mijn karma?



### **Weelde creëren**

60

CITRIEN

Alternatieve kristallen: topaas, zonnesteen, carneool, cinnaber, jade, turkoois

*Oefening* Een ritueel met citrien: hoe creëer ik weelde?



### **Financiële alchemie**

66

GOUDSTEEN

Alternatieve kristallen: aventurijn, jade, tijgeroog

*Oefening* Het goudsteengrid: hoe schep ik rijkdom?



### **Je gezondheid en welzijn ondersteunen**

72

QUE SERA

Alternatieve kristallen: bloedsteen, barnsteen, kwarts, ametrien

*Oefening* Legging met que sera voor betere immuniteit: hoe handhaaf ik een optimale gezondheid?



### **Harmonie en samenwerking**

78

SPIRITKWARTS

Alternatieve kristallen: kaarskwarts, drusy aurorakwarts, kwartscluster, calciet

*Oefening* Meditatie met spiritkwarts: hoe manifesteer ik harmonie in mijn leven en omgeving?



### **Voorspoed aantrekken**

84

JADE

Alternatieve kristallen: goudsteen, aventurijn, citrien, tijgeroog

*Oefening* Een legging met jade: hoe manifesteer ik voorspoed?



### **Je energie op peil houden**

90

CARNEOOL

Alternatieve kristallen: rode jaspis, poppy-jaspis, vulkaniet, vuuragaat

Oefening Vliegende start met carneool: hoe krijg ik mezelf in beweging?



### **Beslissingen nemen**

96

OWYHEE BLAUWE OPAAL

Alternatieve kristallen: diaspoor (zultaniet), Stone of Dreams™,

andalusiet, droomkwarts

Oefening Dromen met owyhee blauwe opaal: hoe vind ik een antwoord?



### **Je creativiteit stimuleren**

102

GRANAAT

alternatieve kristallen: robijn, isisknoop, carneool, zonnevuur

Oefening Je creativiteit aanboren: het visiebord



### **Je geest, lichaam en ziel helen**

108

AMFIBOOL

Alternatieve kristallen: quantum quattro, golden healer

Oefening Visualisatie met amfibool: hoe herstel ik multidimensionaal?



### **Liefde vinden**

114

ROZENKWARTS

Alternatieve kristallen: rhodochrosiet, tugtupiet, manganocalcië,

groene aventurijn

Oefening Een ritueel van liefde aantrekken: hoe haal ik liefde naar me toe?



### **Een mentor aantrekken**

120

ZWARTE MAANSTEEN

Alternatieve kristallen: mentorformatie, kambaba-jaspis,

sonora sunrise, gelaagde agaat

Oefening Een visualisatie met zwarte maansteen: hoe ontmoet ik een mentor?



### **Contact maken met je engelen**

126

ENGELENVLEUGELCALCIËT

Alternatieve kristallen: angeliet, celestien, amfibool, aurorakwarts (analdaliet™)

Oefening Een altaar met engelenvleugelcalcië: hoe maak ik verbinding met engelen?



### **Een hoger bewustzijn activeren**

132

AURORAKWARTS (ANANDALIET™)

Alternatieve kristallen: alle kwarts met een hoge trillingsfrequentie, zoals azestuliet, regenboogmayaniet, trigonic, atyamani, satyalokakwarts™, petaliet, fenakiet

*Oefening* Mediteren met aurorakwarts: hoe maak ik verbinding met een hoger bewustzijn?



### **Je opnieuw met perfectie verbinden**

138

BRANDENBERG

Alternatieve kristallen: aurorakwarts, satyalokakwarts™, nirvanakwarts, fantoomkwarts

*Oefening* De reis naar perfectie: hoe kan ik me weer verbinden aan perfectie?



### **De poort naar de ziel openen**

144

TRIGONIC QUARTZ

Alternatieve kristallen: white cap-amethyst, mystieke merliniet, fenakiet

*Oefening* Meditatie met trigonic: hoe verbind ik me weer met mijn ziel en zijn doel?



### **Magie in je leven brengen**

150

MERLINIET

Alternatieve kristallen: stauroliet, stibniet, bronziet, mohawkiet

*Oefening* Magische manifestatie met merliniet: hoe breng ik magie in mijn leven?

Woordenlijst

156

Register

158

Verder lezen en dankbetuiging

160

# HET GEHEIM VAN MANIFESTEREN

---



**Het geheim van goed manifesteren is dat je jezelf kent, erkent wie je in de kern bent en daar in de wereld uiting aan geeft. Daartoe moet je je ontdoen van de lagen van conditionering, van toxische emoties en achtergrondgedachten die over je ware zelf zijn neergelegd – of dit nu gaat om persoonlijke, voorouderlijke of culturele gedachten. Je moet die transformeren in overtuigingen die jouw manifestaties ondersteunen in plaats van saboteren. Neem je de tijd om rustig te mediteren en verbinding te maken met de kern van je wezen, zonder oordeel of voorwaarden, dan zal dit zich telkens uitbetalen in perfecte manifestaties.**

Erkennen dat je in de kern een almachtig wezen van licht en vreugde bent, is een van de mooiste geschenken aan jezelf. Dat geldt ook voor het tellen van je zegeningen en dankbaarheid voelen voor wat je hebt, in plaats van te focussen op wat je niet hebt. Beide geschenken reflecteren de verwachting naar de wereld dat er aan jouw behoeften wordt tegemoetgekomen. Dat trekt dan andersom weer een overvloed aan goede dingen naar jezelf toe. Een ander geschenk aan jezelf is het emotioneel los zijn van het resultaat van je doelen. Investeer je daar emotioneel in (dat wil zeggen, beoordeel je jezelf op grond van het al dan niet slagen van wat jij denkt dat je het liefst wilt), dan is je manifestatie van begin af aan gedoemd te mislukken.

Emotionele investering is iets anders dan emotionele betrokkenheid. Als je emotioneel betrokken bent bij het aanvankelijke manifestatieproces en alle vreugdevolle intensiteit voelt omdat je in die flow zit, vergemakkelijkt dit de manifestatie. Maar een emotionele investering in het resultaat blokkeert die stroom, omdat het vereist dat het resultaat precies is wat je je voorstelt – en dat is misschien niet voor jouw hoogste goed. Dus leren los te laten is ook een geheim van manifestatie, net als openstaan om te ontvangen. Als jij kunt accepteren dat wat je zo wanhopig wenst misschien niet is wat je echt nodig hebt, stel je je leven open voor toevallige synchroniciteit.

- Ontspan
  - Laat los
  - Stop met je zorgen maken
  - Wees positief
  - Accepteer
- ... en alles wordt onthuld.

# BESLISSINGEN NEMEN

---



**Ben je altijd besluiteloos en blijf je twijfelen tussen twee standpunten, niet in staat te bepalen of te bang om een stap in het onbekende te wagen? Of beslis je halsoverkop en krijg je later spijt? Beide helpen je niet bij het manifesteren. Mensen die effectief manifesteren zijn ook goede beslissers. Ze weten wat ze willen, formuleren hoe ze dat willen bereiken en gaan er dan voor. Met duidelijke, weloverwogen beslissingen verloopt het manifestatieproces veel soepeler, doordat er geen uitstelgedrag of onderliggende conflicten in de weg staan.**

Onbewust hebben veel factoren invloed op je beslissingen. Eerdere ervaringen, emotionele bagage, verkeerde overtuigingen, frustratie en angst voor wat andere mensen denken (of pogingen om hun een plezier te doen), kunnen jouw manifestaties in de weg staan. Veel beslissingen halen je uit je comfortzone, dus misschien ben je onbewust geneigd je toevlucht te zoeken tot je standaardinstellingen – dat wat je kent –, hoe je dat ook afstompt. Het besluitproces wordt ook belemmerd door doorlopende zorgen of de neiging om altijd binnen de lijntjes te blijven. Creatieve oplossingen ontstaan wanneer je uit het bekende stapt, naar onbekend terrein: daar kunnen je intuïtie en je onderbewuste geest geweldige bondgenoten zijn.

Dit zijn stappen naar een productief besluit:

- Bepaal je belangrijkste doel en focus daarop. Sla geen zijpaadjes in.
- Herken alle onderliggende angsten of conflicten die je hebt. Wees tolerant maar streng voor jezelf, wees je bewust van het effect ervan en zet ze aan de kant.
- Mobiliseer je ratio, je organisatorische en analytische vaardigheden om de gegevens te onderzoeken en de keuzes of mogelijkheden duidelijk uiteen te zetten.
- Laat het proces om tot het antwoord te komen over aan je intuïtie.
- Ben je eenmaal tot een besluit gekomen, onderneem dan actie. Vermijd uitstelgedrag en vertragingstactieken. Ga ervoor!

Onderzoek heeft aangetoond dat een paar minuten meditatie per dag het besluitvormingsproces al enorm verbetert, en dat droomincubatie een door de tijd beproefde manier is om problemen om te zetten in kansen.