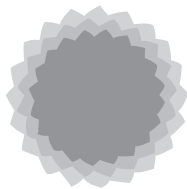


VITAAL

door visualisatie



VITAAL

door visualisatie

Willem Jan van de Wetering



***Boeken van GVMedia zetten
aan tot groei en veranderen.***

Colofon

Uitgeverij GVMedia
Vitaal door visualisatie
Eerste druk juni 2015
ISBN 90789055993130
NUR 770

Tekst redactie/ correctie Meta Vision Marjan van Ham
Opmaak binnenwerk DTP-hulp.nl
Opmaak cover DTP-hulp.nl

Dit boek is een uitgave van GVMedia
Niets uit deze uitgave mag worden openbaar gemaakt, op welke wijze dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever. In je visualisatie zie je al voor je dat je de auteurswet respecteert. Geheel vitaal kan je nu nieuwe wegen inslaan.

www.gvmedia.nl
info@gvmedia.nl

Inhoud

Vooraf.....	7
De kracht vanvisualiseren	8
Wat doet visualisatie	21
Zo doe je de visualisatie	25
Vitaal door visualiseren.....	30
Het Lichaam visualiseren	35
Vitaliteit door voeding.....	48
Vitaal door ademhaling.....	50
Vitaal door chakra's.....	52
Chakra Visualisatie	53
Vitaal zijn.....	64
Mijn weg	66
Meer weten	68



Vooraf

Visualiseren wil zeggen dat je het je voorstelt dat het zo is. De kracht van deze techniek is enorm. De uitkomst van je visualisatie zal je verbazen. Visualiseren kun je leren en dat is precies wat we in dit boek gaan doen. De intentie van dit boek ligt in het vitaal worden of vitaal maken van dat wat jij graag gevisualiseerd wilt hebben. Je kunt dus visualiseren dat je lichaam vitaal is. We gaan in dit boek het hele lichaam door zodat je ieder deel van je lichaam kunt helen en vitaal kunt laten zijn. Gebruik de techniek met grote voorzichtigheid. Je kunt namelijk ook negatieve dingen visualiseren en die komen dan ook uit. Zorg dus altijd voor een positieve instelling en voor een ontspannen omgeving. Wees duidelijk in dat wat je wilt visualiseren en maak het zo concreet mogelijk. Wees je ervan bewust dat visualiseren een grote kracht is die jou in contact brengt met het grotere geheel, het alles-omvattende. Dat wat jij visualiseert, gaat ook gebeuren. Lees mee, doe mee en oefen mee. Dit boek kan je meer brengen dan je ooit voor mogelijk zou houden.

DE KRACHT VAN VISUALISEREN

Visualiseren is een unieke kracht. De kracht is dat je je verbindt met het grote geheel. Je visualisatie wordt in het universum gezonden en wordt dan door andere energieën ontvangen. Die energie wordt in werking gezet en je visualisatie wordt in gereedheid gebracht. Dat wat jij zo maar even visualiseert gaat dus echt gebeuren. Mits je aan bepaalde voorwaarden voldoet. De technieken die je aangereikt krijgt dien je met zorg te behandelen en als je de stappen opvolgt komt dat wat je voor ogen hebt uit. Echt waar. Visualiseer je baan en je krijgt hem, visualiseer je parkeerplek en je vindt hem.

Wat is visualiseren?

In de rest van dit boek richten we ons voornamelijk op het vitaal worden met visualiseren. In dit hoofdstuk wil ik het alomvattende begrip van visualiseren meer naar voren laten komen. Visualiseren is je voorstellen dat iets zo is. Dat betekent dat je een mentaal plaatje maakt en het universum in stuurt. Wil je echt dat je visualisatie zich gaat manifesteren, dan dien je zo concreet mogelijk te zijn. Let dus vooral op de details. Let op de kleine dingen. Maak het plaatje zo dat er niets aan ontbreekt. Als je halve plaatjes visualiseert weet het universum echt niet wat het ermee moet en wordt het in de prullenbak gooid. Dan gebeurt er vervolgens niets.

Voorbeeld:

Dit boek is een bestseller.

Ik visualiseer dat dit boek een succes gaat worden. Hoe

doe ik dat? Allereerst stel ik me voor hoe het boek eruit gaat zien. Ik zie een niet al te groot boek, het is makkelijk leesbaar en kent veel voorbeelden. Het omslag zie ik voor me als in het oog springend. Er is op de voorkant een illustratie die opvalt. Op de rug van het boek is mijn naam en de titel duidelijk leesbaar. Op de achterkant is er een foto en een korte, duidelijke tekst. Het boek wordt gedrukt en ik zie voor me hoe boek na boek van de drukpersen rolt. Ik ruik de inkt die op het papier gedrukt is. De boeken worden in dozen verpakt en in een auto geladen. Een vrachtwagen vol met mijn boeken gaat naar het magazijn van het Centraal Boekhuis. Daar worden de boeken uitgepakt en weer verpakt in dozen die naar de boekhandels gaan. De auto's van het Centraal Boekhuis rijden weg en in een paar dagen tijd ligt het boek in alle boekwinkels van Nederland. Zodra het daar uitgepakt wordt en in de winkel op een stapel wordt gelegd op de tafel 'Nieuw Verschenen' wordt het direct opgepakt door een potentiële koper. Die bekijkt het boek, bladert erdoorheen en koopt het. Zo vindt ieder boek al binnen een dag een koper en komen er nieuwe orders binnen. Ik visualiseer dat het boek met de kerstdagen in de top tien is terechtgekomen en er duizenden mensen zijn die het fysiek in hun kast hebben staan of onder de kerstboom hebben neergelegd. Ik ga nog steeds door met visualiseren. Ik zie het ebook, dat er fris en opvallend uitziet. Het wordt bekeken door potentiële kopers op de websites waar het wordt aangeboden. Ik visualiseer dat men op 'download' drukt, het boek afrekent en binnen een paar minuten in hun virtuele boekenkast hebben staan. Dan kan het lezen beginnen. Ik zie voor me dat duizenden mensen de oefeningen doen. Ik hef het glas op oude-

jaarsavond met een grote glimlach en ik ben blij dat ik veel mensen heb kunnen helpen om hun dromen waar te maken.

Je hebt nu een idee van het proces van visualiseren. Het gaat om het schetsen van een duidelijk beeld en nogmaals, let vooral op details. Het is zinloos om te visualiseren dat dit boek een succes is als niet het hele proces van het succesvol maken meegenomen wordt in de visualisatie. Door dit nu al te visualiseren kan het universum zich voorbereiden op dit boek en tegen de tijd dat het komt is de energie zodanig dat het ook een succes gaat worden. Er moeten namelijk potentiële kopers zijn die visualiseren dat ze een boek aantreffen dat hen kan helpen om hun belangrijke dromen uit te laten komen. Die energieën moeten aan elkaar gekoppeld gaan worden. Daardoor wordt het een succes. Jij hebt dit boek in handen dus is het al een succes. Want ik weet dat jij er echt iets mee gaat doen. Zo werkt het.

Geld is geen doel

Het gaat bij visualiseren om het mentale plaatje. Dat plaatje maakt iets heel duidelijk. Het maakt het visueel. Maar het gevoel speelt wel degelijk een grote rol. Wat is het gevoel dat je hebt bij je visualisatie? Doe je het omdat anderen het ook doen? Wil je iets graag omdat een ander dat ook heeft? Of is dat wat je visualiseert een hartewens. De vraag die me veel gesteld wordt is of het ook werkt met geld. Er zijn mensen die visualiseren dat hun bankrekening gevuld is door een bedrag met zes nullen. Dat komt niet uit en ze sturen mij vervolgens een mail om te melden dat het helemaal niet werkt. Nou, zo werkt