

# Vraag en het wordt gegeven

leer je diepste wensen  
te manifesteren

Esther en Jerry Hicks

met een voorwoord  
van Dr Wayne Dyer

(de leringen van Abraham)

Uitgeverij Petiet  
Barchem

Oorspronkelijke titel:  
ASK AND IT IS GIVEN, Learning to Manifest Your Desires  
copyright © 2004 by Jerry Hicks and Esther Hicks  
Original English Language Publication 2004  
by Hay House, Inc. California, USA  
ISBN 1-4019-0459-9



*Nederlandse vertaling:*  
Uitgeverij Petiet

ISBN 90-75636-54-7  
catalogus: [www.uitgeverij-petiet.nl](http://www.uitgeverij-petiet.nl)  
e-mail: [petiet@tele2.fr](mailto:petiet@tele2.fr)

© 2006 Dutch Translation by Petiet, Barchem, The Netherlands

Niets uit deze uitgave mag zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever, worden opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, of op welke andere wijze dan ook.

*Dit boek is opgedragen aan ieder van u die in verlangen naar verlichting en wel-zijn de vragen stelde die dit boek beantwoordt, en aan de drie heerlijke kinderen van onze kinderen, die voorleven wat dit boek leert: Laurel (5), Kevin (3) en Kate (2) vragen nog niet omdat ze nog niet hebben vergeten.*

*En deze leringen zijn vooral opgedragen aan Louise Hay, wiens verlangen om te vragen en te leren over de principes van Wel-Zijn – en ze te verspreiden over onze planeet – haar er toe hebben gebracht ons te vragen dit boek als een overzicht van de leringen van Abraham te creëren.*

# Inhoud

<i>Voorwoord door Dr. Wayne W. Dyer</i> .....	11
<i>Inleiding door Jerry Hicks</i> .....	15
<i>Een kennismaking met Abraham door Esther Hicks</i> .....	19

## DEEL 1:

Dingen die we weten, die je misschien bent vergeten, maar die voor jou belangrijk zijn om je te herinneren

### Hoofdstuk 1:

De kracht van je Nu goed voelen .....

33

### Hoofdstuk 2:

Wij houden onze belofte aan jou –  
we herinneren jou aan wie je bent .....

37

### Hoofdstuk 3:

Je creëert écht je eigen werkelijkheid .....

41

### Hoofdstuk 4:

Hoe kom ik van hier naar daar .....

45

### Hoofdstuk 5:

Deze simpele basis van begrip doet alles in elkaar passen ..

51

### Hoofdstuk 6:

De Wet van Aantrekking,  
de krachtigste wet van het Universum .....

55

### Hoofdstuk 7:

Je staat op het snijvlak van het nieuwe denken .....

63

<b>Hoofdstuk 8:</b>	
Je bent een vibrerende zender en ontvanger .....	69
<b>Hoofdstuk 9:</b>	
De verborgen waarde achter je emotionele reacties .....	73
<b>Hoofdstuk 10:</b>	
De drie stappen naar wat je ook maar wilt worden, doen of hebben .....	77
<b>Hoofdstuk 11:</b>	
Door oefening word je een vreugdevolle, bewuste creator .	83
<b>Hoofdstuk 12:</b>	
Je ‘Emotionele instelling’ kun je zelf bepalen .....	89
<b>Hoofdstuk 13:</b>	
Laat je leiden door je gevoelens .....	95
<b>Hoofdstuk 14:</b>	
Sommige dingen wist je al vóórdat je kwam .....	101
<b>Hoofdstuk 15:</b>	
Je bent een volmaakt maar groeiend Wezen, in een volmaakte maar groeiende Wereld, in een volmaakt maar groeiend Universum .....	107
<b>Hoofdstuk 16:</b>	
Je bent co-creator in een schitterend, veelzijdig Universum .....	109
<b>Hoofdstuk 17:</b>	
Waar ben je en waar wil je zijn? .....	117
<b>Hoofdstuk 18:</b>	
Je kunt je vibrationele frequentie geleidelijk veranderen ..	121

<b>Hoofdstuk 19:</b>	
Alleen jij kunt weten wat je gevoelens zijn over jezelf . . . .	123
<b>Hoofdstuk 20:</b>	
Inbreuk op de vrijheid van anderen, gaat altijd ten koste van <i>jouw</i> vrijheid . . . . .	127
<b>Hoofdstuk 21:</b>	
Je bent maar 17 seconden verwijderd van de 68 seconden naar vervulling . . . . .	137
<b>Hoofdstuk 22:</b>	
De verschillende treden van je Emotionele Geleidingsschaal . . . . .	141

## DEEL II:

Processen die je helpen te bereiken wat jij je nu herinnert

● Een inleiding tot 22 bewezen processen die jouw Punt van Aantrekking zullen verbeteren . . . . .	153
● Heb je er een ‘smiley’ op geplakt? . . . . .	158
<b>Proces 1:</b> <i>Het festijn van waardering</i> . . . . .	165
<b>Proces 2:</b> <i>De magische creatiedoos</i> . . . . .	173
<b>Proces 3:</b> <i>De creatieve werkplek</i> . . . . .	179
<b>Proces 4:</b> <i>Virtuele werkelijkheid</i> . . . . .	191
<b>Proces 5:</b> <i>Het Welvaartspel</i> . . . . .	199
<b>Proces 6:</b> <i>Het Meditatieproces</i> . . . . .	203
<b>Proces 7:</b> <i>Dromen evalueren</i> . . . . .	213
<b>Proces 8:</b> <i>Het boek van positieve aspecten</i> . . . . .	219
<b>Proces 9:</b> <i>Scenario’s schrijven</i> . . . . .	227
<b>Proces 10:</b> <i>Het placemat proces</i> . . . . .	231
<b>Proces 11:</b> <i>Tijdsdeel-planning</i> . . . . .	237
<b>Proces 12:</b> <i>Zou het niet fijn zijn als ...?</i> . . . . .	245
<b>Proces 13:</b> <i>Welke gedachte voelt beter?</i> . . . . .	251

Proces 14:	<i>Het proces van opruimen om helderheid te krijgen</i>	259
Proces 15:	<i>Het portemonnee proces</i>	265
Proces 16:	<i>Omdraaien</i>	269
Proces 17:	<i>Het focus-wiel proces</i>	277
Proces 18:	<i>Je gevoelsplek vinden</i>	287
Proces 19:	<i>Weerstand loslaten om schuld-vrij te worden</i>	291
Proces 20:	<i>Overlaten aan de manager</i>	299
Proces 21:	<i>Je natuurlijke staat van gezondheid opeisen</i>	303
Proces 22:	<i>Stijgen op de emotionele ladder</i>	313
	<i>Nog een laatste opmerking</i>	323
	<i>Verklarende woordenlijst</i>	325
	<i>Over de schrijvers</i>	327

## Voorwoord

door dr Wayne W. Dyer  
schrijver van de bestseller  
*De Kracht van Verandering*

**H**et boek dat u nu in handen heeft, bevat enkele van de krachtigste leringen die vandaag de dag op deze planeet beschikbaar zijn. Ik ben diep geraakt en beïnvloed door de boodschappen die Abraham in dit boek aanbiedt, en door de audiotapes die Esther en Jerry de afgelopen 18 jaar hebben aangeboden. Eerlijk gezegd beschouw ik het als een grote eer dat Abraham mij heeft gevraagd of ik voor dit boek, dat ik zie als een mijlpaal in de uitgeverwereld, een kort voorwoord zou willen schrijven. Het is een unieke uitgave – het is een voorrecht te kunnen putten uit het gedachtegoed van hen die voortdurend in verbinding staan met Bronenergie. Bovendien spreken deze stemmen van de Geest een taal die u zult begrijpen en rechtstreeks kunt omzetten in actie. Zij bieden u niets minder dan een blauwdruk voor het begrijpen en vormgeven van uw eigen bestemming.

Mocht u nog niet toe zijn aan het lezen en toepassen van deze grote wijsheid, dan raad ik u aan het boek gewoon een paar weken bij u te dragen. Laat de energie die het bevat, doordringen door de eventuele weerstand van uw lichaam/verstand heen, en resoneren met die plek binnen in u die vormloos en zonder grenzen is – dat wat dikwijls uw ziel wordt genoemd. Maar Abraham spreekt van uw trillingsverbinding met uw Bron.

Dit is het universum van trilling. Zoals Einstein ooit zei: ‘Niets gebeurt totdat iets beweegt’ – dat wil zeggen, alles trilt met een specifieke frequentie. Ontleed de tastbare wereld in kleine en nog kleinere onderdelen en je ziet dat wat massief leek een dans is – een dans van deeltjes en lege ruimte. Kijk naar de allerkleinste van deze kwantumdeeltjes en u ontdekt dat het voortkwam uit een bron die zó snel trilt dat het spot met de wereld van begin en einde. Deze

hoogste/snelste energie wordt Bronenergie genoemd. U en iedereen en alles komt van deze vibratie om daarna te gaan naar de wereld van dingen, lichamen, gedachten en ego's. Met het achterlaten van de Bronenergie in ons lichaam/verstand aanvaardden wij onze hele wereld van problemen, ziekten, tekorten en angsten.

De leringen van Abraham zijn in feite gericht op het je helpen in alle opzichten terug te keren naar die Bron waar alles uit voortkomt en waar alles ook naar terugkeert. Deze Bronenergie voelt en oogt als iets dat ik genoemd heb in mijn boek *De Kracht van Verandering*. Abraham kan u echter deze verlichte wijsheid bieden door voor 100 procent verbonden te zijn met die Bron en er nooit in het minst aan te twijfelen – dat spreekt uit iedere alinea in dit boek. Daarom noem ik het een uitgeef-mijlpaal.

U staat in direct, bewust contact met een kader van oprechte, no-nonsense wezens die alleen maar uw wel-zijn voor ogen hebben. Zij zullen u eraan herinneren dat u voortkwam uit een Bron van wel-zijn en dat u die hogere trillingsenergie òf kunt oproepen voor uzelf en ongehinderd laten doorstromen naar ieder aspect van uw leven, òf kunt weerstaan, en daardoor onverbonden blijven met dat wat in alles voorziet en geheel uit liefde bestaat.

Deze boodschap is tamelijk ingrijpend en toch o zo simpel – u bent afkomstig uit een Bron van liefde en wel-zijn. Wanneer u bent afgestemd op die energie van vrede en liefde, herwint u de kracht van uw Bron – dat is de kracht om uw verlangens vorm te geven, uw wel-zijn op te roepen, overvloed aan te trekken waar eerder schaarste heerste, en toegang te vinden tot Goddelijke leiding in de gestalte van de juiste mensen en precies de passende omstandigheden. Dit is wat uw Bron doet, en omdat u voortkomt uit die Bron, kunt en zult u hetzelfde doen.

Ik heb zelf een hele dag doorgebracht met Abraham, ik heb gedineerd met Esther en Jerry, ik heb geluisterd naar honderden opnamen van Abraham, dus u krijgt het uit de eerste hand. U vertrekt straks op een leven-veranderende reis, u aangeboden door twee van de meest oprechte en spirituele mensen die ik ooit heb ontmoet. Jerry en Esther Hicks zijn net zo overdonderd door hun rol in het