

WERK
BOEK



SPIEGELOGIE EN DE WET VAN AANTREKKING MODULE 2

4.DE WET VAN AANTREKKING

Ja, ik doe mee

MODULE 2 - DE WET VAN AANTREKKING - OEFENING 4

De wet van aantrekking werkt als een magneet.

Als jij lekker in je vel zit, trek je alles aan wat daarbij resoneert. Hoe beter jij je voelt, hoe meer jij in positieve zin naar je toe kunt trekken. Jouw frequentie/trilling is dáárom zo belangrijk!

Jouw gedachten bepalen voor een groot deel hoe jij je voelt. Het is dus wenselijk de baas te zijn over jouw gedachten en bewust te kiezen voor zo positief mogelijke gedachten. Probeer je steeds bewuster te worden van het soort gedachten dat je hebt. Zorg ervoor dat het optimistische gedachten zijn en dat ze geen afbreuk doen aan jouw gevoel van eigenwaarde of zelfliefde.

Vermijd woorden als moeten, dat kan ik niet, dat lukt mij niet, ik ben bang voor..., etc. Maak van moeten willen, en van de andere zinnestelsels: dat lukt mij iedere dag beter, in het verleden was ik hier bang voor, maar ik krijg steeds meer vertrouwen, etc. Tot gisteren waren de dingen zoals je ze zag met wat je toen wist. Nu weet je dat je hersenen opnieuw te programmeren zijn en je je blauwdruk kunt veranderen waardoor je andere dingen naar je toe trekt.

Dit is, we zeiden het al, een proces maar zó de moeite waard!

Om de wet van aantrekking vóór jou te laten werken mag je de volgende lijst aanhouden:

- Bedenken wat je wilt
- Visualiseer hoe het eruit ziet als je het hebt
- Voel hoe je je voelt als je het hebt gemanifesteerd
- Wees dankbaar voor alles wat goed is/gaat in je leven
- Neem acties om te bereiken wat je wilt
- Sta open om te ontvangen

MODULE 2 - DE WET VAN AANTREKKING - OEFENING 4

Het is alsof je een lont aansteekt: Doordat je het bedacht hebt, kun je het voor je zien en daardoor ook voelen. Dat maakt blij en enthousiast en dat voedt het vertrouwen en de dankbaarheid. Acties in de juiste richting nemen wordt dan steeds makkelijker. Hierdoor zul je er in gedachten weer meer mee bezig zijn en daardoor de bijbehorende beelden en gevoelens krijgen, etc.

Oefening :

Het visualiseren is een belangrijk onderdeel van het creëren waar we zelf graag gebruik van maken. We willen je vragen hier ook mee aan de slag te gaan door een **mood- of vision-board** te maken. Een collage van alles waar jij meer van wilt, blij van wordt, wat goed is voor jou, waar je frequentie van omhoog gaat...

Veel plezier en we zien het resultaat graag terug in de FB-groep!!

