



Ontdek in  
4 stappen  
hoe je geluk  
moeiteloos  
kunt laten  
stromen

©2018- [colettecosijn.nl](http://colettecosijn.nl)

## Bewustwording van jezelf. Wat is dat eigenlijk?

Bij bewustwording van jezelf ga je ervaren hoe het is om je bewust te zijn van je keuzes, emoties en gedachten. En hoe deze jouw leven op allerlei manieren kunnen beïnvloeden. Op het moment dat je bewustwording van jezelf ervaart dan kun je jouw doelen, dromen en verlangens gaan manifesteren zonder geblokkeerd te worden door belemmerende overtuigingen, negatieve emoties en gedachten.

Als jij houdt van onbeperkte mogelijkheden in je leven, op welk vlak dan ook, dan zal dit ebook jou hierbij helpen. Je gaat ontdekken hoe je door bewustwording jouw doelen, dromen en verlangens gaat manifesteren en geluk moeiteloos kunt laten stromen.

## Welke Doelen, Dromen en Verlangens heb jij?

Wie herkent het niet? Goede voornemens aan het begin van het nieuwe jaar? Voornemens om te stoppen met roken, af te vallen, geld sparen, een nieuwe baan, de liefde van je leven vinden enzovoort. Weet je wat ik bedoel?

Vaak ga je al in de fout voordat je überhaupt begonnen bent. En dat is niet zomaar. Waarom lukt het dan niet? Je verlangen, droom of doel is niet groot genoeg, niet intens genoeg.

Ook ik heb vele jaren goede voornemens gehad en deze vervolgens weer heel snel opzij gelegd. Tot een paar jaar geleden toen ik het roer in mijn leven volledig omgooide.

Ik wilde weer innerlijke rust, geluk, liefde, rijkdom en succes voelen. Ergens was ik in mijn leven het contact met de persoon die ik ben, kwijtgeraakt. Ik heb dit ebook voor jou geschreven en daarin de stappen beschreven waarin je geluk moeiteloos kunt laten stromen en daarmee ook succes en rijkdom aantrek. Tot op de dag vandaag hebben deze stappen mijn leven op alle vlakken verrijkt.





## Wie is Colette?

Mijn naam is Colette Cosijn. Ik ben Bewustwording & Mindset Coach, al bijna twintig jaar gepassioneerd ondernemer en expert op het gebied van bewustwording en manifesteren.

Om te komen tot dit punt, heb ik zelf eerst heel wat hobbels moeten nemen. Jaren heb ik geleefd zoals ik dacht dat er van mij werd verwacht. Hierdoor voelde ik geen verbinding meer met mezelf.

Ik ben dankbaar dat ik de kans heb gehad om me te ontwikkelen tot de persoon die ik nu ben, de persoon waar ik van hou. Door heel diep te gaan, ben ik in contact gekomen met mijn binnenste, met mijn ziel. Een hele bijzondere en intense ervaring. Bewustwording van mijzelf heeft mij in staat gesteld om mijn innerlijke rust, geluk, liefde, succes en rijkdom te zien en te omarmen.

Van hieruit ben ik gaan groeien. Groeien tot de spirituele, pure, eerlijke, gepassioneerde, confronterende, motiverende en krachtige vrouw. Het is mijn ultieme missie om mijn kennis, ervaring van bewustwording en manifesteren met anderen te delen.

Ik coach en train vrouwen die zowel zakelijk als privé in hun kracht willen staan. Vrouwen die dit lastig vinden om door belemmerende overtuigingen, beperkende en negatieve gedachten en negatieve mindset in hun kracht te staan en daardoor hun ontwikkeling en geluk blokkeren. Door bewustwording

van wie jij bent, waar je staat, en waar je naartoe wilt, ga je ontdekken hoe geluk, succes en rijkdom op jouw pad gaan komen en jij jouw mooiste leven gaat creëren.



Je leert om dicht tot de kern van wie JIJ bent te komen. De positieve energie die door een positieve mindset vrijkomt, geeft jou de tools en de innerlijke kracht om alles wat je maar wilt te manifesteren.

Door veel vallen en opstaan, heb ik ontdekt hoe je tot bewustwording van jezelf kunt komen. En ontdekt wat de meerwaarde van bewustwording voor je leven is. Je leeft NU en NU is het moment waarin je in het leven mag staan en mag stralen, shinen, 100% jezelf mag zijn. Niemand zal dit voor je doen. Jij bent de regisseur van jouw leven. Jij bent verantwoordelijk voor jouw leven.

Als Bewustwording & Mindset Coach neem ik je in 4 stappen mee hoe je door bewustwording van jezelf ontdekt hoe geluk moeiteloos naar je toestroomt. En je hiermee de basis legt om al jouw doelen, dromen en verlangens kunt manifesteren.

**Deze vier stappen zullen jouw leven  
voorgoed veranderen!  
Ben je er klaar voor?**



## Voordat je verder leest ..... Wie is de baas over jouw gedachten?

Je brein is de scriptschrijver voor jouw leven. Het verzint de meest fantastische verhalen. Afhankelijk van je mindset (statisch mindset | groeimindset) verzint het telkens je mooiste leven of juist allerlei dramatische gebeurtenissen die waarschijnlijk nooit gaan gebeuren.

Een **statische mindset** belemmert je in je persoonlijke ontwikkeling, in je persoonlijk leiderschap. Een persoon met een statische mindset is ervan overtuigd dat je een aangeboren hoeveelheid talent en intelligentie hebt. Niets, maar dan ook niets is minder waar!

Een **groeimindset** is de overtuiging dat mensen zelf hun talenten kunnen ontwikkelen. Het klinkt heel eenvoudig en dat is het ook. Er komt nog wel iets meer bij kijken, maar het zelf kunnen ontwikkelen is de absolute kern.

**“IK HEB IN MIJN LEVEN DUIZENDEN PROBLEMEN  
GEHAD, WAARVAN DE MEESTE NOOIT WERKELIJK  
HEBBEN BESTAAN.”**

(Mark Twain)

Wist je dat 95% van alle zorgen die ons bezighouden onterecht zijn. Hoeveel nachten heb je zelf niet wakker gelegen van mogelijke drama-scenario's die nooit werkelijkheid zijn geworden? De scenario's waarover we vanuit angst piekeren, blijken de dag erna meestal anders en veelal veel minder dramatisch te verlopen. Alleen als we ons lang genoeg zorgen maken en onze aandacht op dit negatieve blijven richten, is de kans groot dat het uiteindelijk terechtkomt in de 5% die wel werkelijkheid wordt.



## Er zijn twee soorten mindset.

Zoals alles in dit universum bestaat uit tegengestelde krachten, benoem ik ze als de positieve en de negatieve mindset. De positieve mindset, die heel sterk gelinieerd is aan de groeimindset, is leergierig, gericht op groei en staat open voor verbetering. Mensen met een positieve mindset zien mogelijkheden en stellen zich vragen hoe ze die mogelijkheden kunnen benutten. Mensen met een positieve mindset bedenken hoe ze zichzelf, hun diensten, producten en hun omgeving kunnen verbeteren. Ze zien het behalen van hun doel als resultaat van het leerproces. Het gaat ze vooral om continue te blijven leren en te groeien.

Alleen blijvende ontwikkeling en groei leidt tot succes en geluk. En we kunnen alleen groeien door onze comfortzone telkens iets te vergroten. Dat betekent dat je iets moet doen waarbij jij je niet zo comfortabel voelt. Alles wat je de eerste keer gaat doen kan vooraf ongemakkelijk voelen of je onrustig en onzeker maken. Maar meestal valt het achteraf mee en hoe vaker je het doet, hoe gemakkelijker het wordt, toch?

Succes en geluk bereik je door bewustwording van jezelf en door constant te blijven groeien, te blijven leren en je volledige persoonlijke potentieel te benutten. En om dat potentieel volledig te benutten moet je op de grens van je comfortzone leven.

## VERANDER JE GEDACHTEN EN JE LEVEN ZAL VERANDEREN

### Wat is Geluk nu eigenlijk?

Iedereen is op zoek naar geluk. Iedereen wil gelukkig zijn, maar niemand weet wat dat is, gelukkig zijn. Je kunt het niet vastpakken, het is ongrijpbaar, al kun je het soms vasthouden. Het is onzichtbaar. En toch herkennen we het als het er is, en missen het als het ontbreekt. Het is iets en niets. Iets als een gelukkig leven bestaat niet, het hoogste geluk in ons bestaan is een aaneenschakeling van geluuksmomenten.



Ieder mens heeft een natuurlijke behoefte om gelukkig te zijn. Daarom is het belangrijk om eerst helder en duidelijk te definiëren wat we verstaan onder gelukkig zijn. Om gelukkig te kunnen zijn, moeten we eerst weten wat we bedoelen met een gelukkig leven.



Wat versta jij onder geluk en een gelukkig leven?

---

---

---

---

Wat zijn voor jou voorwaarden om je gelukkig te voelen?

---

---

---

---

Wanneer was de laatste keer dat jij blij en gelukkig was? Kwam dat door iets wat je deed of door iets wat er gebeurde? Met wie was je en waar was je? Waarom maakte juist dat moment je gelukkig. Wat voelde je van binnen?

---

---

---

---



# ONTDEK IN 4 STAPPEN HOE JE GELUK MOEITeloos KUNT LATEN STROMEN.



Verderop in de ebook vind je vragen en opdrachten die je meer inzicht geven in de bewustwording van jezelf en ga je duidelijk verwoorden wat voor jou belangrijk is. Voordat je begint met het beantwoorden van de vragen, adviseer ik je om dit ebook helemaal door te lezen. Zo kun je dieper op de vragen ingaan en meteen beginnen met jouw transformatie.

Door met dit ebook aan de slag te gaan krijg je inzicht hoe jij je voelt bij stappen die je in je leven zet. Je gaat ontdekken wat de impact van een ervaring of gebeurtenis op jou is. Hiermee kom je tot de kern van wie je bent en krijg je je intenties helder. Het helder krijgen van je intenties, te doelen, dromen en verlangens zijn van belang om te kunnen manifesteren en geluk te laten stromen.

Gebruik het proces om in het gevoelsveld van je intenties te komen. Met bewustwording kun je elk moment, elk uur, elke dag starten. Dat is een keuze die alleen JIJ maakt. Maar hoe gaaf is het om juist NU te starten met jouw ontdekkingsreis en te ontdekken hoe je geluk moeiteloos kunt laten stromen.

## Zorg voor ultieme rust om je heen!

Plan voor jezelf een uur waarin je niet wordt gestoord door prikkels van buitenaf. Prikkel zoals je mobiel, huisgenoten, kinderen, blaffende hond enzovoort. Pak pen en papier en werk de vragen die je tegenkomt hierop uit. Je kunt natuurlijk ook het volledige ebook uitprinten en daarop de vragen uitwerken. Voor het proces is het in ieder geval belangrijk dat je schrijft met een pen. Door het schrijfproces vindt er in het brein een chemisch proces plaats, waardoor het gemakkelijker wordt opgenomen door je onderbewustzijn en zich daar kan gaan verankeren.





Neem de tijd om te ontspannen en geef jezelf de ruimte om te dromen. Gebruik dit magische moment en start NU met het creëren van je mooiste leven. Je gaat investeren in jezelf. Investeren in dingen die voor jou van ultiem belang zijn. Je gaat door bewustwording van jezelf, door bewustwording van wat je echt wilt, ontdekken hoe je geluk moeiteloos kunt laten stromen en daar mee jouw doelen, dromen en verlangens kunt manifesteren.

## Ontspannen door focus op de ademhaling!

Focus je 5 minuten op jouw ademhaling. Adem in en rustig weer uit en blijf dit gedurende 5 minuten doen. Je gaat hierdoor helemaal ontspannen. Het helpt je als meditatiemuziek aanzet en je ogen sluit. Spreek vervolgens de volgende woorden uit, waardoor jouw proces nog krachtiger wordt:

*"In dit proces van bewustwording van mijzelf mag ik van mezelf volledig los gaan met mijn gedachten. Ik mag zonder belemmerende overtuigingen, beperkende of negatieve gedachten alles opschrijven wat er maar in mij opkomt. Alles wat ik opschrijf is goed, omdat het mijn diepste doelen, dromen en verlangens zijn."*

Door jouw dromen, doelen en verlangens uit te spreken, ga je ook voelen wat je uitspreekt. In het proces is het belangrijk dat spreken, denken en voelen congruent zijn. Het is belangrijk dat je mind, je hart en je gevoel dezelfde trillingen hebben. Deze trillingen worden door het universum opgepakt. Aan het einde van dit ebook laat je de door jou opgeschreven doelen, dromen en verlangens los en vertrouwd ze toe aan het universum.



## Stap 1. Ga volledig los zonder enige vorm van belemmerende overtuigingen, beperkende of negatieve gedachten.

Ga los en schrijf alles op wat er in je opkomt, er zijn geen belemmerende overtuigingen en beperkende of negatieve gedachte. Alles wat je wilt bereiken is mogelijk.

Het is nu de bedoeling dat je helemaal los gaat. Dat je niet denkt in belemmeringen of beperkingen, maar dat NU op dit moment alles maar dan ook echt alles mogelijk is. Doe eens gek, en bedenk de meest waanzinnige ervaringen voor jezelf. En ik kan je verzekeren dat "out of the box denken" echt waanzinnig leuk is en onverwachte inzichten kan geven. Inzichten waarvan jij je niet bewust was dat die bestonden.

Doordat je los bent van alle beperkingen en belemmeringen die je normaal zou kunnen voelen, heb je je zelf de toestemming gegeven om nieuwe dingen te bedenken waar je intens gelukkig van wordt.

Sluit even je ogen en stel jezelf de volgende vraag. Waar word jij intens gelukkig van als alles mogelijk is?

---

---

---

---

Gebruik een timer en stel die in op 30 minuten. Gebruik die tijd om al je doelen, dromen en verlangens op te schrijven. Besef tijdens het schrijven dat je schrijft met de gedachte.....dat alles maar dan ook alles mogelijk is. Voorkom dat je op wat voor een manier beperkingen of belemmeringen voelt. Dit is jouw ontdekkingsreis. Dit is jouw kans dus ga er volledig voor!

Note: lees tijdens deze 30 minuten niets terug en blijf doorgaan met schrijven.



Waarom is het zo belangrijk dat je volledig los gaat bij het opschrijven je doelen, dromen en verlangens, van alles waar jij intens gelukkig van wordt. Wij, jij en ik, bestaan uit trillingen. Wij, jij en ik zijn energie. Op het moment dat je de trillingen en de energie de vrije loop laat, ervaar je dat er krachten en creativiteit in je los komen die je op deze manier kunt toelaten.

## ALLES IS ENERGIE! ONTDEK HOE JE DOOR BEWUSTWORDING JOUW GELUK KUNT LATEN STROMEN

Wat je wilt manifesteren, wat je wilt creëren, wat je wilt bereiken, kan alleen gebeuren, wanneer wat je denkt, zegt en schrijft, congruent zijn met wat je van binnen voelt. Het is van belang dat je mind, je hart en gevoel met elkaar resoneren, op één lijn staan. Dit is het moment dat je je doelen, dromen en verlangens aan het universum worden doorgeven. Doordat de trillingen van wat je denkt, zegt, schrijft en voelt aan elkaar gelijk zijn, gaan de doelen, dromen en verlangens zich echt manifesteren. Dan worden jouw intenties in werking gezet.

### Je bent 30 minuten helemaal losgegaan, en dan.....

Je bent 30 minuten helemaal los gegaan met het opschrijven van je doelen, dromen en verlangens zonder belemmerende overtuigingen, beperkende en negatieve gedachten te ervaren. Als het goed is heb je een heel inzichtelijk voor jezelf kunnen maken.

Schrijf nu al je doelen, dromen en verlangens die je net hebt opgeschreven onder elkaar en lees ze nog eens rustig hardop door.

---

---

---

---

---

---

---



Wat is nu het gevoel dat bij jou naar boven komt. Schrijf dat gevoel voor jezelf duidelijk en helder op.

---

---

---

---

Laat dit nu even rusten. Hier komen we in stap 4 op terug. Je hebt nu jouw eerste stap gemaakt in het ontdekken hoe je geluk moeiteloos kunt laten stromen.



## Stap 2. Wie ben jij? En wil je diep van binnen willen zijn?

13

Stel jij mag een bijzonder persoon interviewen. En die bijzondere persoon dat ben jij. Dit is voor jou de ultieme kans om door hele gerichte vragen te stellen te ontdekken wie jij bent. Jij gaat jezelf interviewen.

Zou jij dan kunnen omschrijven wie je bent, wie je wilt zijn, wat je doelen, dromen en verlangens zijn, wat je wilt zijn enzovoort. Ken jij jezelf zo goed dat je deze vragen kunt beantwoorden, zo duidelijk dan een ander direct een heel duidelijk en helder beeld van jou heeft.

Door dit bijzondere gesprek met jezelf aan te gaan, geef jij jezelf de ultieme kans om door bewustwording van jezelf veel te ontdekken. Je krijgt de kans om na te denken over wie je bent en wat je wilt zijn, Door te onderzoeken wie je bent en wat je wilt zijn, kun je stappen maken en ontdekken hoe je moeiteloos geluk kunt laten stromen.

Een helder en duidelijk beeld van jezelf geeft jou de ultieme kans om je mooiste leven te creëren.

Hoe zou je jezelf het beste kunnen omschrijven? Ben in deze omschrijven van jezelf intens eerlijk, hoe confronterend dit misschien ook kan zijn. Waar het om gaat is dat je inzicht krijgt in jezelf.

---

---

---

---

Wat voor een persoon ben je en wat zijn de drie belangrijkste waarden die dit onderschrijven?

1) \_\_\_\_\_

---

---



2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

In voorbereiding op de volgende stap is onderstaande vraag heel verhelderend. Wie zijn voor jouw meest inspirerende personen, personen waarmee jij jezelf zou willen identificeren? En wat is de reden dat jij voor deze specifieke personen hebt gekozen? Dit kunnen beroemdheden zijn, familieleden, vrienden, zakelijke contacten, coaches en trainers enzovoort.

1) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Welke ervaring en/of welke gebeurtenis heeft de meeste impact op jou gehad?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



Heeft deze ervaring en/of gebeurtenis jou veranderd, en zo ja hoe uit deze verandering zich bij jou?

---

---

---

---

Wat zijn jouw drie belangrijkste rollen in je leven? Moeder, dochter, vriend, vriendin, zus, broer, werkgever enzovoort.....

1) \_\_\_\_\_

---

---

2) \_\_\_\_\_

---

---

3) \_\_\_\_\_

---

---

Was je volledig gelukkig geweest met wie je op dit moment bent, dan was je nooit begonnen aan dit ebook en had je geen behoefte gehad om te ontdekken hoe je geluk moeiteloos kunt laten stromen.

Als jij zou doen wat je het allerliefste doet, en je hier een expert status aan zou gaan koppelen. Hoe zou jij je dan op dit moment noemen. Dit is een hele lastige maar toch belangrijk om dat goed en helder bij jezelf voor ogen te hebben. Om je een beetje op weg te helpen, heb ik de expert status van mijzelf beschreven.

Ik, Colette Cosijn, ben Bewustwording & Mindset Coach en ik ben expert op het gebied van bewustwording en manifesteren, waarbij ik coach en train op het doorbreken van belemmerende overtuigingen, beperkende en negatieve gedachten, waardoor geluk en geld moeiteloos gaan stromen.

Welke expert status zou jij jezelf geven als je zou doen wat je het allerliefste doet?

---

---

---

---

Je kunt op allerlei gebieden expert zijn. Hier zijn absoluut geen regels aan gebonden. Het gaat erom dat je aangeeft waar jij goed in bent, of heel goed in wilt worden.

Nu je jouw expert status hebt opgeschreven gaan we weer een stapje verder. Schrijf nu drie dingen op die je heel graag zou willen zijn. En nog steeds geen beperkingen en geen belemmeringen. Alles is mogelijk. (ontwerper van een sieradenlijn, de beste schrijver, personal assistent, coach enzovoort.)

Wie wil je zijn?

1) \_\_\_\_\_

---

---

2) \_\_\_\_\_

---

---

3) \_\_\_\_\_

---

---

Om te zijn wie je wilt zijn, zul je in actie moeten komen. Je moet het niet alleen geloven, maar je zult ook stappen moeten gaan maken.

Het gebeurt niet vanzelf, je zult zelf stappen moeten gaan maken. En het maakt niet uit hoe groot deze stappen zijn. Beter kleine stappen dan GEEN stappen,



want je weet:

## ZONDER ACTIE – GEEN RESULTAAT!

Als je nu je beste vriend / vriendin vraagt om jou te omschrijven, hoe ziet deze er dan uit, wat is jouw stijl, wie ben je door de ogen van een ander? Beschrijf alles wat er nu vanuit je binnenste naar boven komt. Om je een idee te geven denk dan bijvoorbeeld aan dingen waar je van houdt, mensen die een verrijking aan jouw leven geven. Maar ook de manier waarop jij in het leven staat, waar word jij heel gelukkig van?

(theater, champagne, jacuzzi, zwemmen, oesters, muziek, rust, lezen, lekker eten, de geur van rozen, het strand enzovoort)

---

---

---

---



## Stap 3. Welke vier doelen, dromen en/of verlangens wil je binnen 12 maanden waarmaken?

18

Elk doel, elke droom en elk verlangen is een intentie. Zonder doel is ons leven volledig stuurloos en hebben we geen idee waar we naartoe zouden moeten gaan. Op het water, in de lucht en op de weg is navigatie belangrijk omdat je anders niet uitkomt op je bestemming. Een doel, droom en een verlangen geven je richting waar je naartoe wilt.

Er zijn vier typen doelen:

1. Doel op het gebied van de persoonlijke ontwikkeling. Denk hierbij aan lichamelijke, mentale, spirituele, werk, sociale doelen die bepalen wie je wilt zijn.
2. Materialistische doelen. Wat wil jij hebben?
3. Doelen gericht op ervaringen, Denk hierbij aan dingen die je wilt ervaren, wilt meemaken.
4. Financiële doelen. Hoeveel geld wil je verdienen en welk vermogen wil je bezitten?

Wat is je hoofddoel?

---

---

---

---

Wat is je tweede doel?

---

---

---

---



Wat is je derde doel?

---

---

---

---

Wat is je vierde doel,

---

---

---

---

Welk doel ga je de komende 7 jaar waarmaken?

---

---

---

---

Welke drie dingen, technieken en/of hulpmiddelen heb je nodig om jouw doelen te gaan bereiken?

1) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



Om je doelen te gaan behalen is het nodig om zelf in actie te komen en stappen te gaan maken. Beter kleine stappen dan GEEN stappen. En dit geldt echt voor alles. Onderneem je geen actie dan zal resultaat uitblijven. En het maakt niet uit om wat voor een doel, droom of verlangen het gaat.

## ZONDER ACTIE – GEEN RESULTAAT!

Welke 3 stappen neem je de komende dagen, weken en maanden, om de dingen die je wilt zijn, de komende 12 maanden te laten gebeuren? Schrijf de stappen concreet op. Kleine stapjes zorgen ervoor dat het balletje in de goede richting gaat lopen en dat het uiteindelijk gaat stromen.

1) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Doe deze drie dingen elke dag!  
Zorg dat het een onderdeel  
van je leven gaat worden!**



## Wat zou je doen als geld geen rol zou spelen?

Door bewustwording van jezelf geef jij je jezelf de ultieme kans om geluk naar je toe te laten stromen. Op het moment dat geluk naar je toe stroomt, zul je merken dat er een wereld voor je open gaat. Dit komt omdat door bewustwording van jezelf je helemaal teruggaat naar de basis wie je bent en wat je bent.

Je gaat de liefde in jezelf voelen, koesteren en vasthouden. Dit geeft enorm veel vertrouwen. Maar dit geldt niet alleen voor geluk, maar ook voor succes en geld.

Stel je eens voor. Je hebt nu meer geld in handen dan ooit zult kunnen uitgeven. Geld speelt geen rol meer in je leven. Stel je voor dat dit het geval is en je geen belemmerende overtuigingen voelt of beperkende of negatieve gedachten hebt. Wat zou je dan allemaal doen en willen. Ga los net zoals je eerder bij je doelen, dromen en verlangens hebt gedaan.

---

---

---

---

Stel je nu eens voor dat je niet meer zou hoeven werken voor het geld, dat je zoveel geluk hebt dat je niet meer hoeft te werken. Wat zou je dan doen? Zou je dan nog steeds het werk willen doen wat je nu doet?

Zo nee, wat zou je dan gaan doen?

---

---

---

---

Zo ja, waarom zou je jouw werk willen blijven doen?

---

---



---

---

Onze maatschappij is enorm aan het veranderen. Het is niet meer alleen nemen, maar ook steeds meer geven. Teruggeven aan de maatschappij. Om absoluut geluk te ervaren en intens te gaan genieten van al het moois dat naar ons toestroomt, is het belangrijk dat je jezelf de volgende vraag stel. Wat is jouw toevoeging in het leven van anderen. Wat geeft jij anderen en/of de maatschappij?

---

---

---

---



## Stap 4. Inzichtelijk maken wat wil je hebben?

Je hebt nu inzichtelijk gemaakt wat voor jou belangrijk is en ontdekt wie je bent, wie je wilt zijn, je doelen, dromen en verlangens in kaart gebracht en wat je zou doen als geld geen rol speelt.

Doordat je nu een stap hebt gemaakt in de bewustwording van jezelf is het nu tijd aangebroken voor de laatste van de vier stappen. Belangrijk is dat je hier je mind, je hart en je gevoel goed met elkaar verbonden voelt. Zij moeten absoluut congruent met elkaar zijn.

Om doelen, dromen en verlangens nog specifieker te maken, zijn er nog een aantal vragen om dit ebook compleet te maken. Stel je hebt een droomhuis, droomauto, of je droomman/-vrouw in gedachten dan is het nu tijd om dit goed en helder te gaan uitwerken.

Het is belangrijk dat je bij elke vraag heel specifiek bent, omdat het universum luistert en de energie en trillingen van jou oppakt. Dus hoe specifieker hoe beter het universum luistert.

Hoe ziet de liefde van je leven eruit? Met wie zou jij een warme, gelukkige en liefdevolle relatie willen opbouwen?

---

---

---

---

In welk type woning wil je wonen en je mooiste en puurste leven creëren. Bij het omschrijven van het type woning moet je heel specifiek zijn. Je kunt ook in plaats van de woning te omschrijven plaatjes zoeken die heel specifiek deze woning laten zien.

---

---

---

---

In welke auto zou jij willen rijden? Ben hier heel specifiek in, Type, model, kleur, leeftijd van de auto enzovoort.

---

---

---

---

Hoe ziet jouw lichaam eruit? Hoe hoog is het niveau van jouw vitaliteit? Hoe voel jij je? Ben heel specifiek, beschrijf het nauwkeurig.

---

---

---

---

Wat betekent ultiem geluk voor je. Ben hierin ook heel specifiek?

---

---

---

---

Stel je krijgt vandaag de kans om € 500.000 om weg te geven. Aan wie of aan wat zou jij het geven en waarom? Hoe zou jij je daarbij voelen? Ook hier is het belangrijk om specifiek te zijn. Het universum luistert!

---

---

---

---

Ga weer even terug naar al je doelen, dromen en verlangens. Je hebt je hoofddoel en je eerste tot vierde doel bepaald. Maar naast doelen zijn er ook dromen en verlangens die je eerder hebt opgeschreven toen je los bent





gegaan zonder belemmerende overtuigingen, beperkende en/of negatieve gedachten.

In deze stap schrijf je de zeven belangrijkste doelen, dromen en verlangens op. Dit is jouw wenslijst. Deze kunnen groot en klein zijn. Geef vervolgens elk doel, droom of verlangen een getal tussen de 1 en 10. Waarbij 1 staat voor héél belangrijk en 10 voor minst belangrijk.

1) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ |1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ |1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

3) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ |1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

4) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ |1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

5) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ |1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

6) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ |1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

7) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ |1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

Sluit nu je ogen en visualiseer hoe je je nu zou voelen als jouw doelen-dromen-verlangens-lijst zich zou manifesteren? Welk gevoel zou dit bij je losmaken? Hoe intens gelukkig voel je je dan? Dankbaar? Liefdevol? Geliefd? Dapper? Krachtig? Of een combinatie van meerdere gevoelens?

---

---

---

---

Het in vier stappen ontdekken hoe je moeiteloos geluk kunt laten stromen is een prachtig proces waarbij je door middel van gedachten en gevoel, trillingen kunt voorbrengen, waardoor intenties kunnen worden opgepakt door het universum.

Elk doel, elke droom en elk verlangen is een intentie. Zonder doel is ons leven volledig stuurlaas en hebben we geen idee waar we naartoe zouden moeten gaan. Op het water, in de lucht en op de weg is navigatie belangrijk omdat je anders niet uitkomt op je bestemming. Een doel, droom en een verlangen geven je richting waar je naartoe wilt.

Dus het is belangrijk om te weten waar je naartoe gaat. Een manier om jouw doelen, dromen en verlangens te bereiken is door in kleine stapjes daarnaartoe te werken. Een andere manier is om vertrouwen te hebben en je dankbaarheid uit te spreken.

Dus elk doel, elke droom en elk verlangen is een intentie. En een intentie kun je extra kracht, een extra magische werking geven. En dat is de werking van dankbaarheid.

Voel terwijl je schrijft alsof het al is gebeurd. De volgende voorbeelden zijn ter inspiratie voor jou:



Voorbeeld:

*Ik ben zo blij en dankbaar dat ik nu met mijn partner in mijn eetkamer sta, de openslaande deuren hebt geopend en samen met hem geniet van het uitzicht op de zee. Dit voelt zo intens, omdat ik deze wens, deze droom twee jaar geleden heb uitgesproken en nu werkelijkheid is. In dit voorbeeld zijn twee vormen van rijkdom verwerkt, innerlijke en financiële rijkdom.*

Voorbeeld:

*Ik ben intens gelukkig en dankbaar dat ik mezelf mag zijn en me niet meer anders hoef voor te doen dan dat ik ben. De intentie was om me bewust te zijn van mijzelf en ik daardoor geluk en succes zou voelen stromen. Elke dag sta ik nu op met een geluksgevoel en elke avond sluit ik af met een moment van dankbaarheid.*

Dit klinkt misschien heel erg zweverig, maar voor mij werkt dit al jaren. Door te zeggen dat de intentie, jouw doel, droom of verlangen zich al heeft gemanifesteerd en dit vervolgens diep in jou te voelen, worden de trillingen en de energie nog sterker. Deze sterke trillingen en energie worden doorgegeven aan, en opgepakt door het universum. Dit is wat we de magische werking van dankbaarheid noemen. De lading energie en trillingen worden door dankbaarheid vergroot.

**“Ik ben intens dankbaar voor / met / dat .....(je intentie) .....omdat.....”**

Schrijf nu voor elke doel, elke droom, elk verlangen op waarom je dankbaar bent dat deze zich manifesteert. Voel alsof je doel al is bereikt, je droom en je verlangen al is uitgekomen.

Doe dit voor alle zeven doelen, dromen en verlangens op je wenslijst.

1) \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_



2) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

6) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

7) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Tot slot

Als je alle vragen in dit e-book hebt beantwoord is het nu tijd om jouw doelen, dromen en verlangens los te laten en toe te vertrouwen aan het universum. Het is tijd om dit ebook, waarin je in 4 stappen ontdekt hebt hoe je geluk moeiteloos kunt laten stromen, gaat opbergen. Bewaar de uitwerkingen van alle vragen in een envelop op een voor jou belangrijke plaats.

Dit is het moment dat je **vertrouwen** moet hebben.

Vertrouwen hebben in het manifestatieproces en **dankbaarheid** voelen dat je in vier stappen de basis hebt gelegd.

De basis voor het moeiteloos laten stromen van **geluk**.

Open deze envelop over 12 maanden. Je zult intens verbaasd zijn hoeveel van jouw doelen, dromen en verlangens zich hebben gemanifesteerd en hoe je het geluk elke dag weer voelt stromen.

Wil je weten hoe je door bewustwording geld kunt laten stromen? Lees dan mijn < blog > "Een gouden kans door je vingers laten glijpen? Of ga naar mijn < website > voor meer informatie en inspiratie.

### ONTDEK DE RECHT OP JE DOEL AF METHODE

leer hoe je je onderbewustzijn kunt kraken en begin NU met het manifesteren van je diepste dromen, wensen en verlangens.

Klik hier voor toegang.  
Nu slechts €47,00

