

9/4 Manifestatie oefening

Voor deze oefening wil ik je vragen je notitieboekje te pakken en op te schrijven wat je wilt manifesteren. Schrijf de zin **Ik manifesteer:** en dan alles wat er in je opkomt wat je zou willen manifesteren. Zorg ervoor dat je in de tegenwoordige tijd schrijft, alsof je het al hebt of alsof het er al is.

Bijvoorbeeld

Ik manifesteer:

Vertrouwen en overgave

Een nieuwe baan passend bij mijn talenten

Een liefdevolle relatie met mijn partner

Een leuke school voor mijn zoontje

.....

.....

.....

etc

Schrijf alles op wat er in je opkomt. Denk er niet na over of het wel mogelijk is. Schrijf maar gewoon vanuit je hart wat jij wilt manifesteren (in de tegenwoordige tijd).

Het kan fijn zijn om bij deze oefening mantramuziek te draaien. Het nummer *Expand into Intuitiveknowing (Ek ong kar sat kur prasad)* van Jai-Jagdeesh is een prachtig manifestatienummer. Denk er aan dat dit een sterk manifestatienummer is en de 'waarschuwing' erbij gegeven wordt dat alles wat je op dat moment wenst, gemanifesteerd wordt. Dus zorg dat je tijdens het luisteren naar het nummer en schrijven in je notitieboekje positieve, mooie gedachten hebt ;).

Op de webpagina vind je een linkje naar nummer *Expand into Intuitiveknowing (Ek ong kar sat kur prasad)* van Jai-Jagdeesh.