

Deze  
*Manifestatie*  
dagboek is van

.....

.....

.....

.....





## ART OF MEDIUMS

© **Copyright** Art of Mediums VOF, Waterhoenstraat 1A, B-8610 Kortemark  
[www.artofmediums.be](http://www.artofmediums.be)

**Auteur:** Fabio Vinago

**Uitgever:** Art of Mediums VOF

**Eerste druk:** 2024

**Grafische Vormgeving:** Studio Alterego ([www.studioalterego.be](http://www.studioalterego.be))

**ISBN:** 978-94-6481-790-4 // **NUR:** 450 // **Wettelijk depot:** D/2024/15.401/1

*Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veeveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt worden, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën of enige andere wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.*

DE WET VAN DE  
**AANTREKKINGSKRACHT**  
PRAKTISCH TOEGEPAST

**MANIFESTEER**  
**JE**  
*Droomleven*

Volgens de 3-6-9  
Manifestatiemethode



**ART OF MEDIUMS**



*Ben je klaar om de magie  
van manifesteren tot je te  
nemen zodat jij je mooiste  
leven kan leven?*

# Inhoud

Voorwoord

**6**

---

Hoe gebruik je dit manifestatiedagboek?

**8**

---

De sleutel tot manifesteren

**10**

---

De 17-secondenregel

**11**

---

De 3-6-9 manifestatiemethode toepassen

**12**

---

Krachtige affirmaties

**15**

---

Manifestatiedagboek

**19**



## VOORWOORD

---

Wij zijn zo blij dat je dit boek hebt aangeschaft. Alleen al het feit dat je dat hebt gedaan, betekent dat je klaar bent om stappen te ondernemen om je diepste verlangens te manifesteren én een realiteit te creëren die je leven verrijkt, want jij bent de enige die dat écht kan!

Manifeesteer je droomleven biedt een ongelooflijke kracht om jouw gedachten te gebruiken, je diepste verlangens te verkennen en uiteindelijk je droomleven te manifesteren. Er is echter wel één essentiële verbintenis tijdens het manifestatieproces – manifesteren vereist dagelijks werk en onvoorwaardelijke toewijding.

Als we ons leven leiden, dan vergalopperen we gemakkelijk in gewoontes om met de stroom mee te gaan waardoor we onze dromen en doelen regelmatig opzijschuiven en uit het oog verliezen. Manifestatiewerk leert ons dankbaar te zijn voor wat we hebben, vertrouwen te voelen in ons leven en onze persoonlijke vibratie te verhogen. Het gaat om het maken van keuzes en het visualiseren van een realiteit waarin we vrede, voldoening en overvloed voelen.

De Wet van Aantrekking werkt voor iedereen hetzelfde. Deze universele wet stelt dat wat je denkt, voelt en onderneemt, je in je leven aantrekt. Onze gedachten bestaan uit energetische vibraties. Als we positief denken en positieve energie uitstralen, dan trekken we positieve energie naar ons toe.

Als je aan deze reis begint, bewust de beslissing neemt om je leven te veranderen, de manifestatiemethode uit dit boek vanuit je hart toepast, dan zul je je gelukkiger en krachtiger voelen dan je ooit ervaren hebt.

Wees je ervan bewust dat manifesteren ongelooflijk veel inzichten brengt, maar het mag geen vervanging zijn van therapie, medicatie of een ander behandelplan die door een arts of zorgverlener werd voorgeschreven. Gebruik dit manifestatiedagboek daarom als een extra aanvulling op een bestaande therapievorm.

De eerste stap richting manifesteren is het dagelijks bijhouden van dit manifestatiedagboek. Neem een dagboekroutine aan en hou deze consistent aan. Structuur tijdens het manifestatieproces helpen jou om je levensstijl te veranderen en nieuwe gewoontes te creëren die de manier waarop je naar je leven kijkt positief zullen transformeren.

“

*Gedachten worden  
dingen. Als je het in je  
gedachten ziet, zul je  
het in je hand houden.*

”



## HOE GEBRUIK JE DIT MANIFESTATIEDAGBOEK?



Een manifestatiedagboek is een hulpmiddel die je helpt om je dromen en doelen te verwezenlijken. Door regelmatig je gedachten, gevoelens en acties met betrekking tot je manifestatie op te schrijven, kun je helder krijgen wat je wilt en een stappenplan ontwikkelen om je doelen te bereiken. Manifestatie is iets tot werkelijkheid brengen middels gerichte gedachten en acties. Het is een praktische toepassing die al eeuwenlang door mensen wordt aangewend én die gebaseerd is op het geloof dat onze gedachten en energie de kracht bezitten om onze werkelijkheid te creëren. Als we onze gedachten en energie richten op een specifiek resultaat, dan is de kans groter dat we dit resultaat naar ons toe trekken.

Het is belangrijk om specifiek te zijn en je te richten op wat je wilt, in plaats van wat je niet wilt. Bijvoorbeeld: in plaats van te zeggen ‘Ik wil geen schulden hebben’, kun je beter zeggen ‘Ik ben dankbaar dat ik schuldenvrij ben’. Zodra je je intentie hebt bepaald, is het tijd om actie te ondernemen. Dit houdt in dat je doelen stelt, positieve affirmaties beoefent en stappen zet in de richting van het gewenste resultaat. Als het bijvoorbeeld je intentie is om je eigen bedrijf te starten, zou je een doel kunnen stellen om potentiële bedrijfsideeën te onderzoeken, een ondernemingsplan op te maken en te netwerken met anderen binnen je branche.

Een manifestatiedagboek kan een waardevol hulpmiddel zijn die je helpt om gefocust en gemotiveerd te blijven terwijl je naar je doelen toewerkt. Door dagelijks je gedachten, gevoelens en acties op te schrijven, kun je je vooruitgang bijhouden, eventuele wegversperringen identificeren en je successen vieren. Het kan ook een plek zijn om na te denken over je intenties en te bepalen of ze nog steeds in lijn zijn met je waarden en overtuigingen.



Naast het bijhouden van je vooruitgang is een manifestatiedagboek een plek om dankbaarheid en positief denken te oefenen. Door je te richten op de dingen waar je dankbaar voor bent en de dingen die je al hebt bereikt, kun je een positieve mindset cultiveren die je zal helpen meer aan te trekken van wat je écht wilt.

Tot slot is het gebruik van een manifestatiedagboek een eenvoudige, maar krachtige manier om je diepste doelen, dromen en verlangens tot leven te brengen. Door duidelijk en specifiek je intenties uit te spreken, actie te ondernemen en je voortgang bij te houden, creëer je een realiteit die je overvloed, succes en voldoening brengt.

“

*Wat je denkt creëer je.  
Wat je voelt trek je aan.  
Wat je visualiseert dat  
word je.*

”