

## Ontdek wat je verlangt

*'Kies met je hart. Je verstand is om keuzes te begrijpen, niet om ze te maken'*

Wij hebben als mens de mogelijkheid om bewust levensgebeurtenissen te creëren. We brengen onze realiteit voort vanuit onze acties, gedachten, waarden, overtuigingen, verlangens en dromen.

Manifestatie gaat over het maken van de keuze om bewust te creëren wat je wilt in jouw leven om daarna de noodzakelijke acties te ondernemen om het te realiseren.

Basis hiervoor is 'Zelf Weten' oftewel 'Zelfkennis': **wat wil ik echt?**

In deze oefening ontdek je wat je écht verlangt en wat dat je brengt.

### **'Wat wil ik met een man?'**

Stel jezelf eens deze open vraag.

Schrijf het antwoord op en stel je dan de vraag: 'Waarom is dat zo belangrijk voor mij'? En als je dat antwoord hebt opgeschreven antwoord hebt gegeven, stelt je jezelf weer de vraag: 'Waarom is dat zo belangrijk voor mij'? En zo ga je door tot je geen antwoord meer hebt. Vaak raak je diepere lagen in jezelf zoals gevoelens, sensaties je lijf en waarden die minder snel aan de oppervlakte liggen. Ontdek hoe gaaf het is 'onder jouw waterlijn te duiken'.

### **'Wat wil ik met een vrouw?'**

Stel jezelf eens deze open vraag.

En doe hetzelfde als hierboven.

Je kunt het invulformulier hieronder gebruiken als hulpmiddel. Je kunt ook zelf een A4 vol schrijven 😊.

Veel plezier met je ontdekking.

**Wat wil ik met een man?**

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Waarom is dat zo belangrijk voor mij?

En waarom is dát zo belangrijk voor mij? Wat brengt dat mij?

En waarom is dát zo belangrijk voor mij? Wat brengt dat mij?

En waarom is dát zo belangrijk voor mij? Wat brengt dat mij?

En waarom is dát zo belangrijk voor mij? Wat brengt dat mij?

En waarom is dát zo belangrijk voor mij? Wat brengt dat mij?

*Tot je niets meer kunt antwoorden*

**Wat wil ik met een vrouw?**

- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...
- ...

Waarom is dat zo belangrijk voor mij?

En waarom is dát zo belangrijk voor mij? Wat brengt dat mij?

En waarom is dát zo belangrijk voor mij? Wat brengt dat mij?

En waarom is dát zo belangrijk voor mij? Wat brengt dat mij?

En waarom is dát zo belangrijk voor mij? Wat brengt dat mij?

En waarom is dát zo belangrijk voor mij? Wat brengt dat mij?

*Tot je niets meer kunt antwoorden*