

Kijk naar wat je wél wilt

Veel te vaak wordt er gedacht in termen van ‘dat kan ik toch niet’ of ‘dat wil ik niet’. Daarmee creëer je een voedingsbodem van negativiteit en van daaruit is het lastig om iets te bereiken wat je graag wilt. Wanneer je het omdraait en juist kijkt naar wat je allemaal wél kunt en wél wilt, geeft je dat al direct een veel fijner gevoel. Daarmee creëer je een veel betere basis om je doel, bijvoorbeeld een leuker leven, te bereiken.

Vanuit positiviteit bereik je altijd meer en het geeft je ook nog eens een beter gevoel. Het is dus belangrijk dat je ervoor zorgt dat je regelmatig aan iets leuks denkt om zo de juiste voedingsbodem te creëren voor verdere gedachten en wensen die je uit wilt laten komen.

Voel hoe het is om aan iets leuks te denken, iets waar je vrolijk van wordt. Dat kan iedereen. Denk bijvoorbeeld aan de lach van een kind of aan een vrolijke actie van je huisdier of aan een grappige blunder die je gemaakt hebt. Merk je dat je gaat glimlachen?

Voel wat er nu gebeurt in je lichaam. Voel dat er een bepaalde ontspanning ontstaat in je lijf. En voel dat je je daardoor al direct een stuk beter voelt. Er stroomt een andere energie door je lichaam. Dat is het effect van positief denken. Zo is dat ook wanneer je je ervan bewust wordt dat je ook kunt denken aan wat je wél kunt en wél wilt. Dat geeft direct een veel positiever effect.

Natuurlijk weten we dat er in ieders leven situaties kunnen ontstaan die niet leuk en soms zelfs vreselijk zijn. Maar door te zorgen dat je in de oorsprong zelf je positieve gevoelens creëert, zul je minder nare situaties in je leven tegenkomen of er in ieder geval beter mee om kunnen gaan. Het is een soort 'voorkomen is beter dan genezen'. Veel nare situaties ontspruiten in eerste instantie aan je gedachten, met name angst is daar een goed voorbeeld van. De angst om iets of iemand kwijt te raken bijvoorbeeld.

De meeste angsten zijn irreëel en worden gevormd in je hoofd, in je gedachten. Deze gedachten worden langzaamaan een overtuiging omdat je ze zo vaak denkt. Een overtuiging is niets anders dan een gedachte die je heel vaak herhaalt. Dus je creëert het allemaal zelf, in je hoofd. Het voelt voor jou als waarheid omdat je jezelf ervan overtuigd hebt dat het zo is.

Wanneer je bijvoorbeeld bang bent dat je je baan kwijtraakt en je denkt daar heel vaak aan, dan wordt dat steeds meer een overtuiging. En daarmee is de kans ook vele malen groter dat deze angst uitkomt, want...

Alles wat je uitstraalt, komt naar je toe!
Alles wat je denkt, komt naar je toe!
Zowel in positieve zin, als in negatieve zin.

Dus als je denkt aan wat je niet wilt en daarom naar die gedachten handelt, dan trek je aan wat je niet wilt. Maar denk je vooral aan dat wat je wél wilt, dan zal dát jouw kant uit komen. Je creëert het allemaal zelf.
Dat is de Wet van Aantrekkingskracht!

Leer jezelf te vertellen
wat je WEL wilt,
in plaats van wat
je NIET wilt!

