

De kracht van creatie

Vind
je bestemming

Colofon

ISBN: 978 94 6365 365 7

1e druk 2021

© 2021, Chantal Trigallez

Exemplaren zijn te bestellen via de boekhandel
of rechtstreeks bij de uitgeverij:

Uitgeverij Elikser

Ossekop 4

8911 LE Leeuwarden

www.elikser.nl

Vormgeving binnenwerk: Evelien Veenstra

Vormgeving omslag: Evelien Veenstra en Frank Karsten

Illustraties: Margriet Weernink

Schilderijen met lichtbollen: Paul Kok

Omslagontwerp: het Aquarius (waterman) tijdperk staat voor:
transformatie, liefde, eenheid, compassie, vrijheid en de vrije wil.
Het schepperswiel geeft hier richting aan.

Foto's auteur: Wim Egas en Enith van Tongeren

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op wat voor wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur en de uitgeverij.

This book may not be reproduced by print, photoprint, microfilm or any other means, without written permission from the author and the publisher.

De kracht van creatie

Vind
je bestemming

Chantal Trigallez



Voor mijn kinderen waar ik zielsveel van hou.

Inhoud

Inleiding	11
Ontdek je schepperskracht	25
Hoe werk je met dit boek?	32
Hoe begin je?	37
De magie van het leven	44
De 5 levensvragen & 13 scheppersvaardigheden	52
Deel I - Verbinden met binnen	52
De heilige drie-eenheid	53
Je ziel	53
Je geest	54
Je lichaam	55
Wat voel ik? (Levensvraag 1)	62
Scheppen met liefde (Scheppersvaardigheid 1)	62
Liefde	62
Intentie	68
Verlangen	72
Scheppen met helderheid (Scheppersvaardigheid 2)	77
Helderheid verkrijgen	77
Bewustzijn en zelfinzicht	80
Schrijven	81
Stiltewerk	89
Rituelen	94
Ademhaling en meditatie	97
Bewust worden	100
Voelen	100

Wat wil ik? (Levensvraag 2)	113
Scheppen met bezieling (Scheppersvaardigheid 3)	113
Hoe wil ik me voelen?	113
Wat heb ik nodig om me te kunnen voelen zoals ik me wil voelen?	124
Verlangens worden bezielde dromen	131
Scheppen in het NU (Scheppersvaardigheid 4)	148
Het veld van alle mogelijkheden	148
Zonder weerstand	152
De kracht van voltooiing	153
Acceptatie	161
Vertrouwen	164
Formuleer in het NU	166
Geef jezelf toestemming	170
Scheppen met energie (Scheppersvaardigheid 5)	179
Breng jezelf naar een hoger trillingsniveau	179
Gedachten zijn scheppend	182
Dankbaarheid verhoogt je frequentie	184
De levenskunst van het genieten	188
Geld is ook energie	191
Jouw bezielde droom	194
Je droom laden met je intentie	198
Weet wat je 'bestelt'	199
Wat kies ik? (Levensvraag 3)	204
Scheppen met verbeeldingskracht (Scheppersvaardigheid 6)	204
De scheppende kracht van fantasie	204
Visualisatie	207
Scheppen met vertrouwen (Scheppersvaardigheid 7)	209
Eerst geloven en dan zien	209
Herprogrammeren	212
Dankbaarheid, de hoogste uiting van vertrouwen	223
De veilige omgeving	225

Scheppen met een plan (Scheppersvaardigheid 8)	228
Maak van je droom een doel	228
Programmeer je innerlijke navigatie	235
Activeer je innerlijke navigatie	236
Voer je bestemming in	236
De 5 levensvragen & 13 scheppersvaardigheden	244
Deel II - Verbinden met buiten	244
Scheppen met zelfsturing (Scheppersvaardigheid 9)	245
Leren kiezen	245
Leren teleurstellen	249
Kansen creëren en herkennen	252
Risico's nemen	252
Boodschappen, tekens en richtingsaanwijzers	253
Je intuïtie volgen	257
Wat kan ik? (Levensvraag 4)	262
Scheppen met talent (Scheppersvaardigheid 10)	262
Talentbewustzijn	263
Talentontwikkeling	277
Train je geduld	280
Scheppen in verbinding (Scheppersvaardigheid 11)	282
Co-creatie	282
Netwerken met waarde	283
Concurreren of samenwerken?	284
Scheppen van manifestatie (Scheppersvaardigheid 12)	286
Veerkracht; scheppen met falen en opstaan	286
Je plan blijven volgen of aanpassen?	289
Toewijding en vastberadenheid	290
Ervaar wonderen	290
Verlichting door transformatie	291

Wie ben ik? (Levensvraag 5)	294
Scheppen in transformatie (Scheppersvaardigheid 13)	294
Het leven van je bestemming; het pad van zelfverwezenlijking	294
Hoe weet je of je op de goede weg bent?	302
De weg van de ziel	320
De weg naar mijn bestemming	328
Nawoord	336
Dankbare inspiratiebronnen	338

Inleiding

HOE dan?

HOE weet ik wat ik wil?

HOE ontdek ik mijn dromen?

HOE maak ik de juiste keuzes?

HOE ontdek ik wat ik kan?

HOE weet ik wie ik ben?

Rond 2006 ontstond er een wereldwijde hype rondom de wet van de aantrekkingskracht en het realiseren van je dromen. Door gebruik te maken van je gedachtenkracht en de wet van de aantrekkingskracht zou moeiteloos je droomleven uit de lucht komen vallen.

Dat klinkt te mooi om waar te zijn en dat is het ook.

Alleen 'een bestelling' plaatsen bij het universum...

Als het zo makkelijk zou zijn geweest, liepen er niet zoveel mensen te worstelen met hun leven. Iets bestellen is toch een kleine moeite? Alleen, velen van ons weten überhaupt niet wat ze zouden *willen* bestellen. Het is zoiets als kiezen uit een veel te uitgebreid menu met alleen maar lekkere dingen, maar dan zonder dat je de menukaart zelf kunt zien.

Maar *HOE* dan wel? Hoe breng je je leven naar een hoger plan? Hoe kun je meer vrijheid en levensgeluk ervaren? Hoe doe je dat? En waarom krijgen we die *HOE* dan niet beter uitgelegd? Omdat ik geen antwoorden kreeg over deze *HOE's* ben ik ze zelf gaan zoeken. Het ontdekken en verzamelen ervan heeft even geduurd. Een jaar of tien. Maar dan heb je ook wat.

Mijn wens is om jou de HOE's als toolkit aan te reiken en mezelf zo snel mogelijk overbodig te maken. Ik ben een groot voorstander van het ontdekken en ontwikkelen van je eigen schepperskracht. Scheppen is je bewust worden van je verlangen en hieraan vorm kunnen geven door geïnspireerde acties, om het vervolgens te kunnen ervaren. Hoe je dat doet, leer je stap voor stap in dit boek.

Waarom dit boek?

Net als miljoenen anderen kwam ik vaak kortstondig bevoegen en geïnspireerd terug van een training of lezing met indrukwekkende thema's als: *De Verandering Van Je Leven, Het Universum Regelt Alles Voor Je, Wees Dankbaar En Blijf Op Je Bank Hangen, Zet Voor Alle 50.000 Negatieve Gedachten Per Dag Er Een Positieve Gedachte Voor In De Plaats, Mindful Je Mindset Masteren On Magical Mondays, Word Wie Je Bent! (Terwijl Je Juist Niet Weet Wie Je Bent En Wat Je Wilt Worden) en Als Je Iets Écht Wilt Dan Kun Je Het! (Terwijl Je Geen Idee Hebt Wat Je Écht Wilt, Wat Dat Iets Dan Is, En Wat Je Zou Kunnen).*

Veelal stond ik dan na zo'n veelbelovend evenement met lege handen en met een lege portemonnee weer buiten. En veranderde er... Niets.

Ik besloot zelf op zoek te gaan naar die mysterieuze HOE, die zichzelf maar niet liet zien. Of bewust niet werd getoond. Tijdens die zoektocht vond ik er hier en daar één. Of stukjes ervan. Al deze gevonden Hoe's heb ik voor jou in dit boek gebundeld. Dat scheelt heel veel zoektijd voor mensen die het druk hebben en toch praktisch aan de slag willen met echte verbeteringen van hun leven. We willen resultaat en het liefst met zo min mogelijk inspanning en op zo'n kort mogelijke termijn.

Om echt resultaat te kunnen boeken met de universele wetten van creatie, moet je je eerst bewust worden van jouw eigen aandeel hierin. Mijn eigen bewustwordingsproces daarvan ging met falen en opstaan. De weg naar het vinden van mijn bestemming was verre van moeiteloos. Dit kwam ook, omdat ik me er niet van bewust was dat er zoiets als een persoonlijke bestemming bestaat. Als ik veel eerder had geweten wat ik nu allemaal weet, had ik niet zoveel keuzes gemaakt die me juist verder van mijn bestemming af leidden.

Als je wilt weten hoe mijn weg naar dit boek verlopen is, kun je dit helemaal achterin lezen bij het hoofdstuk 'De weg naar mijn bestemming'. Misschien kun je daarmee je voordeel doen door te lezen hoe het niet moet. Ik wilde er geen biografie van maken en er ook niet mee starten, want het gaat hier over en om jou. De essentie is: weet dat je een belangrijk en groot eigen aandeel hebt in het scheppen van je eigen realiteit.

Het buffet van alle mogelijkheden

Zie het zo: je loopt ergens in een stad met een groot verlangen naar eten en ineens zie je een mooi restaurant. Voor het restaurant staat een bord met afbeeldingen van heerlijke gerechten. Het water loopt je in de mond, je stapt naar binnen, snuift de overheerlijke geuren op en schuift aan bij een witgedekte tafel. Je pakt verwachtingsvol je servet en vouwt het open op je schoot. Laat de heerlijkheden maar komen! Je ziet allemaal mensen heen en weer lopen met lekkere gerechtjes. Wanneer komt iemand jouw bestelling opnemen? Jouw zin in eten wordt groter en je verlangen bouwt zich evenredig op met je ongeduld. Waarom word je niet gezien? Wat moet je doen om de aandacht te trekken? Iemand in wit gekleed passeert je. Je wenkt deze persoon om naar je toe te komen.

Je uit je ongenoegen over de situatie. De persoon luistert, maant je vriendelijk tot kalmte en vraagt je op te staan. Hij wijst je een te lopen route. In de verte zie je een buffet vol verse heerlijkheden. Alles is aanwezig. Je kunt het zo gek niet bedenken of het staat er. De gastheer zegt je dat je het beste van het beste verdient. Maar je moet wel zelf opstaan en er naar op weg gaan om je verlangen als manifestatie te kunnen ervaren.

De reden van mijn zoektocht, het 'waarom' van mijn verlangen was mij volledig helder. Ik was op zoek naar het hogere plan van mijn leven. Ik wist dat er meer was, maar had geen idee hoe dat er dan voor mij uitzag en hoe ik er moest komen. Ik had het 'hoe' nodig. Ik wilde naar het buffet, maar bleef achter mijn tafeltje zitten wachten op de menukaart. En zo veranderde er eigenlijk niets en liep ik altijd weer met honger het restaurant uit.

Mijn vragen en verlangens bleven. En ik was en ben daar niet alleen in. Met wie ik er ook over praat, meer mensen weten het *niet*, dan wel. Als je dit herkent, is er dus ook niets mis met je. De meesten van ons hebben het gewoon nooit geleerd om zelf antwoorden te vinden op de meest wezenlijke vragen die je jezelf kunt stellen. Misschien was dat ook wel niet de bedoeling. Want mensen die zelf bewust zijn, op zoek gaan naar hun eigen waarheid en zelf kiezen, zijn minder makkelijk te beïnvloeden. Die zijn eigen~wijs.

De tijden veranderen. Over het realiseren van je dromen is al veel geschreven en ontwikkeld. Prachtig materiaal. Maar je daarin verdiepen heeft alleen maar zin als je *weet wat je dromen en verlangens zijn*. Als je *echt* weet wat je *wilt*. Want wat heb je aan een geavanceerd navigatiesysteem als je niet weet welke bestemming je in moet vullen? Wie wil er nou doelloos rondjes blijven rijden in zijn leven? Of met zijn bootje stuurloos rond blijven dobberen op de levensoceaan? Dat kost veel brandstof (energie) en brengt je nergens. Of eigenlijk overal, behalve daar waar je diep van binnen écht heen wilt. Dat wordt je kernvraag: WAAR WIL IK HEEN?

Wat wil ik écht?
En hoe bereik ik dit?

Vragen die ik mezelf ook bleef stellen, waarop ik gaandeweg manieren vond om ze te kunnen beantwoorden.

Het schepperswiel; je persoonlijk levenskompas

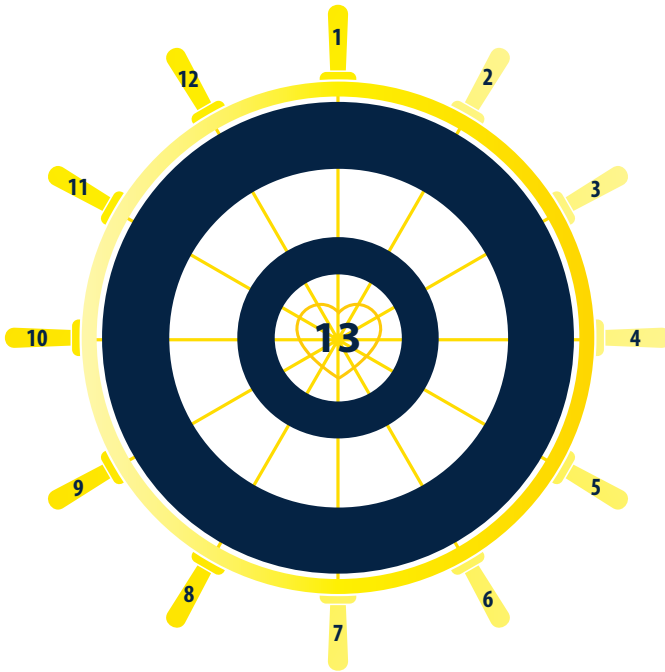
Hoe jij ook je eigen antwoorden kunt gaan vinden op je levensvragen, ga ik met je delen in dit boek. Ik heb lang naar een manier gezocht om het zo goed mogelijk uit te kunnen leggen. Ik heb een combinatie gemaakt van metaforen, oefeningen, illustraties en korte samenvattingen.

Je hebt woorden, beelden en ervaringen nodig om iets te kunnen begrijpen en leren. Tijdens mijn vindtocht van de HOE heb ik veel aantekeningen gemaakt. Gaandeweg ontstond er een beeld bij het proces wat steeds helderder werd. Een stuurwiel. Door jouw antwoorden te vinden op de levensvragen, ontdek je je eigen levenscoördinaten. Door de scheppersvaardigheden aan te leren, kun je het schepperswiel gaan invullen, vastpakken en ontstaat hierdoor zelfsturing. Dit is het moment dat je zelf het wiel in beweging brengt richting jouw bestemming.

Je voelt je niet langer een stuurloos ronddobberend bootje op de oceaan van het leven, maar weet precies waarnaar je op weg bent. Je vindt en voelt je innerlijke leiding en kracht.

Dit maakt wezenlijke koersveranderingen richting een meer gewenst leven mogelijk. Ontwikkel je eigen schepperswiel en pak het vol vertrouwen vast richting je bestemming.

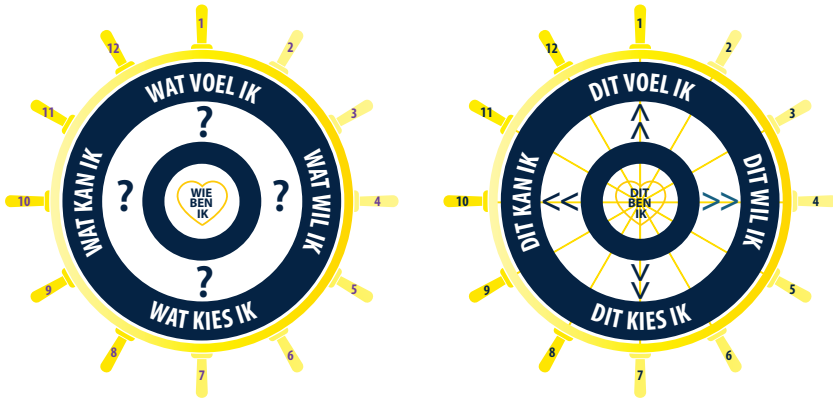
Het schepperswiel



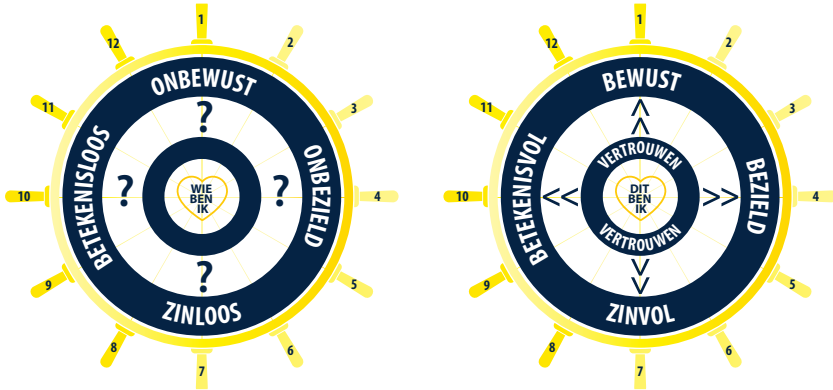
Het schepperswiel helpt je het proces van het ontdekken en leven van je bestemming te verinnerlijken.

Van: *Wat ? En Wie ?*

Naar: *Dit !*



Het wiel links is stuurloos. Er zijn nog geen verbindingen ('spaken') met het centrum, jouw innerlijke navigatie (leiding). Stuurloos betekent hier 'zonder bestemming'. Door het ontdekken van jouw antwoorden op de levensvragen en het aanleren van de scheppende vaardigheden ontstaan de spaken in het wiel (rechts). De spaken zijn de verbindingen vanuit je gevoel (het hartsverlangen van de ziel) en geven het wiel richting. Je gewenste, bezielde, leven is in beweging gezet. Je leeft met zelfsturing je bestemming tegemoet.



Bewust worden, is helder worden

Als je je bewust wordt van wat je voelt (verlangt) en je daarvoor leert kiezen, dan voel je je geïnspireerd (beziel). Je weet waarnaar je op weg bent en kunt daardoor zinvolle keuzes maken die jouw levensweg ondersteunen. Je draagt bij vanuit wie je werkelijk bent en voelt je betekenisvol. Je leeft vanuit vertrouwen omdat je weet wat je wilt en daar ook voor kiest.

Door de verbinding met het centrum in jezelf (je hart; je ziel) ontstaan de spaken die het wiel stevigheid en sturing geven. In het boek ga je antwoord geven op 5 levensvragen. Daarnaast leer je 12 scheppende vaardigheden aan die samen resulteren in de 13^e vaardigheid: leven in transformatie. Leven vanuit je eigen schepperskracht. De weg van jouw bestemming.