



WAT JE AANTREKT, LAAT JE IETS ZIEN

FREQUENTIESCAN

by

Elly Elizabeth Korving

De eerste stap naar iets anders aantrekken,
is erkennen wat je nu aantrekt – en waarom.



A black and white photograph of concentric ripples in water, creating a spiral effect that draws the eye towards the center.

Welcome!

Vaak zie je patronen terugkomen—in situaties, in relaties, in jezelf. Deze frequentiescan is een uitnodiging om stil te staan en te kijken:

Wat trek ik aan?

Wat zegt dat over waar ik nu ben?

De Wet van Aantrekking is een gevolg. Wat je aantrekt laat zien wat je uitzendt. Je werkt altijd – bewust of onbewust – met meerdere universele wetten tegelijk. In deze scan beginnen we bij binnen: bij wat je voelt, gelooft, denkt, herhaalt.

Mijn naam is Elly Elizabeth en ik help je herinneren wat je al weet.

Xo Elly Elizabeth.



Inhoudsopgave – Frequentiescan

03 Begin bij binnen

Wat voel je, wie ben je,
wat herhaalt zich?

05 Scan jezelf – waar sta je nu?

Kijk in jouw veldkaart

07 De Wet van Vibratie & Emotie

Emotie = Energie in
beweging = Jouw
trilling.

09 Intentie en richting

Zonder richting blijft
alles potentie.

04 De Wet van Aantrekking

Waarom het een gevolg
is, geen beginpunt

06 Jouw veldkaart

Wat leeft er in jouw
systeem?

08 Jouw Trilling in Samenvatting

Je hoeft niet alles te
weten.
Wel durven kijken.

10 Hoe nu verder?

Je hebt gevoeld,
gespiegeld en gezien

03-Begin bij binnen

Mijn startpunt is altijd: Wie ben ik? Alles begint daar.

Vanuit daar kun je verder kijken naar:

Waar ben ik?

Waar wil ik naartoe?

Maar als je wilt weten hoe je werkt— kijk je dan eerst naar buiten?

Of durf je naar binnen?

We leven in een wereld die sterk georiënteerd is op het intellect en die nu ook mega aan het veranderen is.

We denken in structuren en kaders die vaak door anderen zijn bepaald.

Maar misschien herken je dat gevoel...Er is iets. Je voelt dat er meer in je zit. Of je merkt dat bepaalde patronen zich blijven herhalen. Of dat je steeds weer spiegels tegenkomt—in mensen, situaties, relaties.

Misschien ken je die uitspraak wel:

“Je kinderen zijn je grootste spiegel.”

Maar waarom eigenlijk? En geldt dat niet voor alles wat je tegenkomt?

Wat je ziet, wat je voelt, wat je aantrekt — het is zelden toeval.

Het is een gevolg. En dat brengt ons direct bij een universele wet:

De Wet van Actie en Reactie.

Alles wat jij ervaart is een reactie op iets in jou.

Niet als schuld, maar als spiegel.

Reflectievragen

Deze vragen zijn bedoeld om je helder te laten zien wat er in jou beweegt—zonder oordeel, zonder analyse.

Je hoeft niets op te lossen. Alleen kijken.

Wat leeft er vanbinnen dat misschien al langer zachtjes om aandacht vraagt?

- Wat voel ik de laatste dagen vaak?
- Wat komt telkens terug in mijn gedrag of keuzes?
- Welke overtuiging ligt daar mogelijk onder?
- In welk gebied (relatie, werk, geld, zelfbeeld) herhaalt iets zich?

Neem de tijd. Laat je antwoorden tot je doordringen. Niet alles hoeft vandaag duidelijk te zijn. Wat je nu voelt, is precies genoeg om te beginnen.



A close-up photograph of a hand reaching down to touch the surface of a body of water. The scene is captured during the 'golden hour' of sunset or sunrise, with warm, low-angle light creating a soft glow and long, dark reflections on the water's surface. The hand is positioned on the left side of the frame, with fingers slightly curled as they make contact with the water. The background is a vast, calm expanse of water meeting a pale, hazy sky at the horizon.

“Everything that
irritates us
about others can
lead us to an
understanding
of ourselves.”

Carl Jung

04 — De Wet van Aantrekking

Wat je aantrekt, is een echo van je binnenwereld.

Niet omdat je iets verkeerd doet,
maar omdat jouw trilling terugkaatst wat je onbewust gelooft, vreest of verwacht.

Aantrekking is geen magisch geheim.

Het is een logisch gevolg van hoe jij je voelt, denkt en resoneert.
Die echo ontstaat vaak in je vroege jaren.

Soms komt ze zelfs voort uit iets dat niet van jou is—
een oud verhaal, een overgenomen overtuiging, of een collectieve imprint die je bent gaan dragen.

Maar je bent hier met een reden:

- Om je te herinneren wie je werkelijk bent.
- Om los te maken wat niet van jou is.
- Om te ont-wikkelen wat nog ingepakt zit.

De Wet van Aantrekking kan een mooi startpunt zijn voor die ont-wikkeling.
Maar belangrijk om te weten:

Het is geen primaire wet.

Ze bouwt voort op iets diepers: De Wet van Vibratie.
Alles trilt. Alles beweegt.

En jouw trilling—die ontstaat vaak onbewust.

Door je patronen. Door je zelfbeeld. En vooral: door je emoties.

04 — De Wet van Aantrekking

Voelen ≠ Emoties

Voelen is stil. Emotie is beweging.
Voelen is een directe gewaarwording.

Emoties zijn reacties — vaak ontstaan uit herinnering, verwachting of bescherming.

Een emotie laat zien wat geraakt wordt.
Voelen laat je thuiskomen bij wat écht is.

Wat we hier doen, is je uitnodigen tot dat voelen.

Stil, eerlijk, zonder oordeel.

Om te herkennen:

Welke emotie zend ik eigenlijk uit?

En: Wat voel ik daaronder?

Van daaruit kun je straks de scan invullen.
Niet om jezelf te beoordelen.
Maar om te begrijpen:
Wat je aantrekt, is altijd in gesprek met wat je uitzendt.

En in deze wet zitten zoals gezegd nog zoveel meer wetten verpakt. Want je werkt met alle wetten tegelijkijd.

A silhouette of a person standing on a beach at sunset. The person is facing away from the camera, looking out at the ocean. Their reflection is clearly visible in the calm water. The sky is a mix of blue and orange, indicating the time is either dawn or dusk.

“Wat je ziet in de ander, is wat
gehoord wil worden in jezelf.

Een spiegel is geen oordeel
alleen een kans om
terug te keren naar binnen.”

Elly Elizabeth

05 — Scan Jezelf: De 7-vragen test

Deze vragen helpen je herkennen wat je trilling nu uitzendt.
Niet om het te veranderen, maar om het te zien.

Wat herhaalt zich in mijn leven?

Hoe voel ik me meestal in stilte?

Welke gedachte geloof ik vaak over mezelf?

05 — Scan Jezelf: De 7-vragen test

Deze vragen helpen je herkennen wat je trilling nu uitzendt.
Niet om het te veranderen, maar om het te zien.

Waar voel ik me tekort of tekortgedaan?

Wat trek ik aan in relaties of samenwerkingen?

Welke gedachte geloof ik vaak over mezelf?

05 — Scan Jezelf: De 7-vragen test

Deze vragen helpen je herkennen wat je trilling nu uitzendt.
Niet om het te veranderen, maar om het te zien.

Waar verlang ik naar, maar durf ik het nog niet volledig te kiezen?

Wat wil ik nog kwijt

06 – Veldkaart: Wat leeft er in jouw systeem?

Gebruik deze veldkaart als een zachte spiegel.

Vul hem niet met je hoofd, maar laat de woorden opkomen zoals ze komen. Er is geen goed of fout. Alles wat verschijnt, hoort erbij.

WAT VOELT ZWAAR?

Denk aan situaties, rollen, gedachten, mensen of verwachtingen die je energie kosten.

WAT VERLANG IK EIGENLIJK?

Niet wat je moet willen, maar wat je écht voelt als verlangen in rust.

MIJN TRILLING NU

WAT KOMT STEEDS TERUG?

Herhalende patronen in gedrag, relaties, keuzes of thema's.

WAAR GAAT MIJN ENERGIE NU NAARTOE

Waar besteed je (onbewust) veel aandacht aan? Wat zuigt je leeg of voedt je?

WAT TRIGGERT ME VAAK?

Woorden, gedragingen, reacties of situaties waar je spanning bij voelt.

Wat wordt zichtbaar na jouw veldkaart

Wat je hier hebt ingevuld is geen meting.

Het is een spiegel.

Geen score, maar een frequentieveld van wie je nu bent — zichtbaar gemaakt in woorden, patronen en gevoel.

Wat wordt nu helder?

1. Je dominante trilling

De rode draad in wat je voelt, gelooft of aantrekt.

Bijv.: “Ik voel vaak druk / tekort / afwijzing / onzekerheid.”

2. Herhalende patronen

In relaties, werk of hoe je reageert op situaties.

Bijv.: “Ik trek mensen aan die over mijn grenzen gaan.”

Of: “Ik saboteer elke stap naar zichtbaarheid.”

3. Onbewuste overtuigingen

Gedachten die onder de oppervlakte sturen.

Bijv.: “Ik moet het eerst verdienen.”

Of: “Pas als ik controle heb, ben ik veilig.”

4. Mismatch tussen verlangen en trilling

Wat je wenst ≠ wat je uitzendt.

Bijv.:

- Verlangen: vrijheid
- Trilling: angst / controle / schuld
- Gevolg: je blijft gevangen in oude structuren.

5. Innerlijke richting of krachtgebieden

Die voelbaar worden tussen de regels.

Bijv.: “Er zit een verlangen naar rust, creatie of verbinding.”

Wat wordt zichtbaar na jouw veldkaart

Wat levert dit op?

- Zelfinzicht zonder oordeel
- Erkenning van wat nu actief is in jou
- Bewustwording van trilling vóór actie
- Een helder beginpunt voor echte verschuiving
- Een zachte opening naar je volgende stap





“The beauty you
see in me is a
reflection
of you.”

Rumi

07 – De Wet van Vibratie & Emotie

Emotie = Energie in beweging = Jouw trilling.

Emoties zijn geen obstakels. Ze zijn richtingaanwijzers.
Ze vertellen je wat je systeem al lang weet—nog vóór je het begrijpt.

Elke emotie laat iets zien over wat je gelooft, verwacht, of probeert te beschermen.

Als je wilt veranderen wat je aantrekt, begin dan bij het voelen van wat er nu is.

Zonder oordeel. Alleen erkenning.

1. Schrijf 3 emoties op die je deze week vaak hebt gevoeld:

2. Wat zou daaronder kunnen liggen?

→ Welke overtuiging, herinnering of behoefte wordt hier misschien geraakt?

Soms is je reactie een oude bescherming.

Soms is je emotie een nieuw begin.

Wat je voelt, verdient gezien te worden—zonder haast om het op te lossen.

✧ 08 — Jouw Trilling in Samenvatting

Wat je hebt ingevuld is niet zomaar een lijst. Het is een afdruk van jouw veld nu.

Niet als score, maar als spiegel. Geen oordeel—alleen herkenning. Je trilling is geen gevoel, geen gedachte, geen emotie alleen.

Het is de optelsom van:

- wat je voelt
- wat je gelooft
- hoe je reageert
- wat je aantrekt
- wat je verlangt (of mist)

Samen vormen ze de frequentie die jij nu uitzendt.

Samenvattende reflectie

1. Als ik kijk naar alles wat ik heb ingevuld...

→ Wat valt op? Wat keert terug?

2. Wat is één woord dat mijn trilling nu het beste omschrijft?

→ Mijn woord is: _____

3. Wat vraagt nu om aandacht of erkenning in mij?

→ Bijv. een emotie, patroon, verlangen, overtuiging...

Alles wat je nu ziet, zendt niet meer onbewust uit.

Je hoeft het niet op te lossen—maar je hebt het wel gezien.

09 – Intentie en richting

Wat kies jij nu?

Inzicht is een begin.

Zonder richting blijft alles potentie.

Wat je vandaag bewust kiest, vormt het begin van een nieuwe trilling.

Niet groots. Niet perfect. Maar zuiver — van binnenuit.

Veldvragen:

Welke intentie wil ik dragen deze week?

Waar zeg ik 'ja' tegen — ook al voelt het spannend?

Wat mag ik nu loslaten om dat te laten ontstaan?

*“Jouw veld wacht niet op perfectie.
Het wacht op richting.”*

Ochtendstart – Stem je veld af

Begin de dag niet in reactie,
maar in herinnering.

Sluit je ogen. Adem in.

Voel waar je bent.

Voel wat in jou leeft — zonder oordeel.

Veldvragen voor de ochtend

1. Wat wil ik vandaag voelen in mezelf?

(vb: rust, helderheid, vertrouwen)

2. Wat laat ik vandaag los, zodra ik het herken?

(vb: haast, vergelijking, twijfel)

3. Waar nodig ik mezelf uit om zichtbaar te zijn?

(vb: in een gesprek, een keuze, een grens)

Ik hoef het niet perfect te doen.

Ik hoef alleen af te stemmen op wat waar is in mij.

Sluit af met 3 bewuste ademhalingen. Open je ogen. Voel opnieuw. Ga je dag in



Ik hoef het niet
perfect te doen.
Ik hoef alleen af te
stemmen op
wat waar is in mij.

Elly Elizabeth

10 Hoe nu verder?

Je hebt gekeken. Gevoeld. Gespiegeld. Gezien.

En wat je nu weet,
kan niet meer onbewust zijn.
Maar dit is pas het begin.
Wat als je niet alleen je trilling herkent—
maar ook leert hóe het werkt?

DECODE

Jij en de Wetten van het Universum

Een 7-weekse online reis waarin je leert:

- Hoe de 7 universele wetten met elkaar samenwerken
- Wat jouw patronen echt vertellen
- Hoe je vanuit bewustzijn manifesteert
- Hoe je loskomt van herhaling
- Hoe jij jouw veld beïnvloedt — niet alleen voor jezelf, maar ook in relatie tot anderen

Voor wie?

Voor wie voelt: "Ik weet dat er meer is. Maar ik wil het begrijpen én toepassen."

Voor wie geen zweverige concepten zoekt,
maar heldere inzichten, herkenning en integratie.

Startdatum: 1 september

Duur: 7 weken - groepsessies

Bijdrage: € 277,- bij bestelling vóór 1 september early bird €177,-

Wil je 1op1 kan ook € 999,- exclusief BTW (op aanvraag - stuur mij even een berichtje)

[KLIK HIER](#)



Thank you!

Je hebt gekeken. Je hebt gevoeld.
En dat is genoeg. Niet alles hoeft direct
duidelijk te zijn. Je hoeft niets op te
lossen. Wat je nu hebt gezien, zendt zich
niet meer onbewust uit. Je hebt jezelf
gespiegeld— in trilling, emotie, patroon
en verlangen. Daarmee is iets begonnen.

“Wat je ziet in de ander, is wat gehoord wil worden in jezelf.
Een spiegel is geen oordeel—alleen een kans om terug te keren
naar binnen.”

Elly Elizabeth

