



5 DAGES UDFORDRING

Drømmefangeren

VÆR DIT FREMTIDIGE SELV!



Drømmefangeren

Dag 1.

Hvis lampens ånd sagde at du kunne få 3 ønsker opfyldt, hvilke ønsker ville det så være? Det er ikke materielle ting, men mere tilstande du gerne vil have mere af i dit liv.

Beskriv hvordan det er for dig, når du tænker på at have mere af dette i dit liv.

Forslag: glæde, inspiration, motivation, frihed, sjov, taknemmelighed, find selv på flere.

Det er frivilligt at skrive her i tråden, men når du siger det højt så sker der bare noget, du beder universet om at levere det.

En god idé kunne være at skrive de 3 ønsker du har og så skrive resten i en notesbog.



Drømmefangeren

Dag 2.

I dag skal du finde 3 eller flere billeder der matcher den energi/følelse du har, når du tænker på at have mere af det du gerne vil have i dit liv.

Forslag til sider med gratis fotos:

<https://pixabay.com/>

<https://unsplash.com/>

Begge findes også som APP til mobilen.

God fornøjelse.



Drømmefangeren

Dag 3.

I dag skal du lave et mini Vision board med dine billeder og ord.

Du kan derefter bruge det på din mobil, som baggrund og låseskærm billede.

Der findes forskellige APP's til mobilen hvor du kan lave en collage med dine billeder.

Læg meget gerne dit billede her i tråden.

God fornøjelse.



Drømmefangeren

Dag 4.

I dag skal du øve dig i at mærke efter hvem du er
når du allerede har mere af det du gerne vil have
i dit liv.

Hvem er dit fremtidige jeg?

Tænk på hvordan det føles i dig, virkelig
visualisere det.

God fornøjelse.



Drømmefangeren

Dag 5.

I dag skal du virkelig være den person, der allerede har alt det du drømmer om.

Vær den person hele dagen, gå og tænk som dit fremtidige jeg.

Fordi når du kan være den person, som allerede er dit fremtidige jeg, så har du det liv du gerne vil have, det er så simpelt!

Forestil dig at du hele tiden er fokuseret på glæde, så vil du finde glæde i alt hvad du ser og gør, du ved... Loven om tiltrækning! Lige tiltrækker lige!

På et tidspunkt, når du der hvor du tænker; "uanset hvordan mit liv ser ud så er det godt at jeg har glæde for det betyder alt for mig".

Hvem er dit fremtidige jeg?

God fornøjelse.