



Modul 7, Förändra din inre dialog

Här kommer en övning för att förändra din inre dialog

Övning 1, Din inre dialog

Säg att du har väldigt lite pengar och önskar mer pengar. Varje gång du handlar eller ser något du skulle vilja köpa så blir du påmind om att du inte har pengar och det skapar känslor av ångest och oro inom dig och du känner dig inte trygg. Då är det lätt hänt att snurra in på de tankarna och förstärka ditt fokus på bristen på pengar. Starta då en inre dialog där du säger till dig själv: ”Just nu har jag en erfarenhet som ger mig mer insikt i vad jag önskar och det är bra att min önskan blir tydligare för mig.” Sen kan du ställa stärkande frågor till dig själv såsom: ”Så vad vill jag istället?”, eller ”Hur skulle det kännas att ha pengar just nu?” En annan väldigt effektiv fråga du kan ställa dig är följande: ”För den här tanken/känslan mig närmare min önskan?” Blir svaret nej så känns det självklart att göra något för att styra om sitt fokus.

Här är några tips för dig för att verkligen få attraktionslagen att fungera!

De här tipsen är baserade på en förändrad självbild och en ny inre dialog. Börja med att föreställa dig att du har alla förutsättningar för att skapa det liv du drömmer om! Du är regissören och ska skriva manus. Föreställ dig att det inte finns några begränsningar. Du kan börja med att skriva ner allt du drömmer om.

1 Skriv en livsvision om hur du vill att ditt liv ska se ut. Föreställ dig att du är på besök i framtiden och att du beskriver hur ditt liv ser ut, som att det redan har manifesterats för dig.

2 Bestäm dig att det är så du vill att ditt liv ska vara. Här är det viktigt att vi lever våra liv utifrån val och inte chansningar. Om vi sitter och hoppas på att det kanske blir som vi önskar utan att på allvar förvänta oss det så är det lätt att det förblir en dröm! Så bestäm dig så starkt så att Universums matrix reagerar och startar synkronicitet.

3 Använd din kreativa visualiseringsförmåga för att förstärka din vision, varje dag. Tänk att det är känslan du känner som är själva bränslet för din vision.

4 Prata och tänk som att det redan är så. Tänk att varje gång du säger: Jag vill, jag tänker, jag ska, jag önskar med mera är skapande.



Modul 7, Förändra din inre dialog

Tänk att det är som att trycka på en annan våning i hissen, om du ändrar din inre dialog så kommer din verklighet att förändras successivt.

5 Förbered dig mentalt på den förändring som kommer så du inte tvekar när det är dags. Min erfarenhet är att när vi använder oss av attraktionslagen för att skapa vår verklighet så kan det dröja lite, men när det väl händer så händer det snabbt. Slå till, säg ja tack. För tvekar eller tvivlar du så tappar du energi i processen.

6 Kom ihåg att vara tacksam, att se ditt liv som ett spännande äventyr. Försök hålla dig på en hög frekvens och se fram emot ditt kommande liv såsom du kan längta efter en semesterresa. Föreställ dig och njut!