



INNERPOWER WORK

KS

It's time to take your power back!

De eerste stap in het terug krijgen van je innerpower is om zonder oordeel te gaan kijken, om te zien wat is. Het is de eerste stap in het bewegen naar een nieuw veld van creatie, zonder limitatie.

Als je kan accepteren wat is, dan komt er een rust over je heen. Vanaf dat moment gaat je frequentie omhoog en ben je in staat om vanuit vrije wil nieuwe dingen te kiezen en van daaruit af te stemmen.

Hoe ziet mijn leven er nu uit in bepaalde deelgebieden? Hoe ziet mijn werk eruit? Hoe ziet mijn business er nu uit? Hoe ziet mijn liefdesleven eruit? Hoe ziet de relatie met anderen eruit? Hoe ziet mijn zelfbeeld eruit? Hoe ziet mijn gezondheid eruit? Hoe ziet mijn geldstroom eruit?

Breng dat allemaal voor jezelf in kaart en accepteer wat is.

Het allerbelangrijkste van innerpower is het erkennen, het activeren in jezelf. Daar helpen de meditaties innerpower healing en het afstemmen op de frequentie van kracht goed bij. Maar wat daar ook bij helpt is het dagelijks praktiseren.

Ik wil je graag leren om te reconnecten met je ziel en dat je daar ook duidelijk mee leert communiceren. Dit is een spiritual practice die ik zelf ook dagelijks doe.

Start je dag met een stuk acceptatie. Als je het acceptatie veld moeilijk vindt dan is het goed om te zeggen "Ik accepteer wat is, ik omarm de liefde die ik voor mezelf voel en ik omarm het leven. Ik ben klaar om het leven te leiden dat ik wil leiden."

Geef hier vooral je eigen draai en ga dit asjeblieft niet als een standaard iets zien wat je dagelijks "moet" afspelen. Maar **voel je eigen woorden**, voel wat je wil zeggen tegen je ziel. Start iedere dag een conversatie met je ziel, met het universum. Ik schrijf bijvoorbeeld iedere dag op:

Wat wil ik vandaag ervaren?

Voorbeeld: Ik wil vandaag inspiratie ervaren, ik wil vandaag joy ervaren, ik wil vandaag hoge frequenties ervaren, ik wil vandaag energie ervaren.

Wat zijn mijn doelen?

Voorbeeld: Ik wil een bloeiend membership behouden met honderden mensen die kracht praktiseren, met honderden mensen die boven zichzelf uit willen stijgen.

Ik vraag ook om ingevingen, ik ga niet nadenken over content of over een challenge. Ik vraag *“ik wil ingeving ervaren op dit en dit en dit stuk, kom maar door, ik sta ervoor open!”*

Schrijf het op! Schrijven is een fysieke vorm van manifesteren. Dat is wat je 's ochtends meeneemt in jouw practice. Iedere ochtend schrijf je op wat je die dag wilt ervaren, wat je die dag wilt voelen en waar je ingevingen en inspiratie voor nodig hebt. Allemaal vanuit een hoge frequentie, niet vanuit afhankelijkheid of oordeel.

Ik heb aan je gevraagd om een aantal levensgebieden in kaart te brengen en om dat te aanschouwen en te kijken waar je je op dit moment in dat levensgebied bevindt. **Het volgende wat ik je wil vragen is om al deze levensgebieden uit te gaan schrijven in een vorm die jij wél wilt.** Schrijf op wat je wilt bereiken, wat je wilt manifesteren. Wil je afvallen? Wil je meer klanten? Wil je een hele fijne liefdevolle relatie? Waar wil je heen bewegen?

Schrijf voor jezelf uit, waar sta ik nu en waar wil ik heen? Niet als je beste volgende versie, maar als een realiteit die jij wilt gaan ervaren. Neem dat ook dagelijks mee. Ik heb verschillende doelen, een dag pak ik het doel over financiële vrijheid, de andere dag pak ik het doel over mijn energie, de andere dag over mijn relatie. Wissel het iedere dag af, het moet geen standaardding zijn. Je moet het echt voelen, dan stem je je daaropaf en dan begin je je dag.

That's how you take your power back!

Ga hiermee aan de slag in je innerpower journal.