

the productive female

clarity sheet

Ontdek en bepaal jouw visie

Kom terug in je kracht door zuiver te voelen
wat **jij** wérkelijk wilt. Start met je leven te
zien vanuit je grootsheid.

The Productive Female
info@stephanievanvlerken.nl

© Stephanie van Vlerken



time to get
clear
on your
dreams

lieve jij,

helderheid hebben is super belangrijk en essentieel.

Weten wat je wilt is de eerste stap naar een *self-empowered* leven. Want hoe kun je verwachten dat het leven zich perfect voor jou ontvouwt als je niet duidelijk bent in wat voor leven je wilt? Helderheid geeft je het bewustzijn om te gaan focussen op wat je *wel* wilt. Dat wat jij aandacht geeft, groeit.

Het is essentieel om te definiëren wie jij wilt zijn en je standaard hoog te zetten. Dit document is het enige wat je daarvoor nodig hebt. Gun jezelf vanaf nu alleen nog maar het allerbeste. Jij bent in controle. Jij beslist.

Let op: dit document is geen 'wishful thinking'. Wat je zo dadelijk gaat opschrijven is niet bedoeld om fantasievol bij weg te dromen.

Deze oefening is bedoeld om de toekomstige versie van jezelf kristalhelder neer te zetten, zodat jij van binnenuit direct shift naar deze staat van bewustzijn. Je binnenwereld creëert je buitenwereld. Dit is hoe realiteit werkt.

Ik wil jou zien winnen in alles wat je vanaf nu gaat doen.



WHEN THINGS CHANGE INSIDE YOU,
THINGS CHANGE AROUND YOU.

Korte voorbereiding.

Wil jij het maximale uit deze oefening halen? Creëer dan voordat je begint...

...een rustige plek voor jezelf waar je niet gestoord wordt. Ontspanning is de basis. Leg je telefoon weg. Zorg voor fijn schrijf-spul. Steek een mooie kaars aan en misschien een rustig muziekje als je daarvan houdt. Zet een grote kop thee voor jezelf. Voel wat nodig is om zo dicht mogelijk bij jezelf te komen.

trust your intuition.

Tune-in op de 6 statements
en maak de zinnen af.

Probeer uit te gaan van *het eerste antwoord* dat in je opkomt. Dit is je intuïtie en die kun je blindelings vertrouwen. Schrijf zoveel- en zo gedetailleerd als je wilt. Neem je tijd om te voelen.

- 1 Als ik gegarandeerd- en 100% zeker succesvol zou zijn, dan zou ik...
- 2 Als tijd en geld geen issues zouden zijn, dan zou ik...
- 3 Ik zou iedere ochtend uit mijn bed springen voor...
- 4 Wat ik altijd al heb willen doen maar nooit gedaan heb is...
- 5 Wat mijn hart sneller laat kloppen en mijn ogen laat stralen is...
- 6 Als ik in een volgend leven terug kom op aarde, wat voor leven kies ik dan?

Follow your bliss.

Open jezelf nog wat meer voor je verlangens.

Schrijf nu kristalhelder en eerlijk op hoe jouw droomleven eruit ziet alsof dit nu al jouw werkelijkheid is. Houd je niet in! Door dit op te schrijven neem jij een krachtig energetisch besluit. Schrijf gedetailleerd op wat je ziet, voelt, denkt.

- 1 Ik leef nu mijn droomleven. Hoe ziet dit eruit? Hoe voel ik mij en hoe ervaar ik mijn wereld? Wie ben ik in mijn ultieme werkelijkheid?
- 2 Waar woon ik? Met wie? Wat voor type woning? Wat zie ik als ik naar buiten kijk? Waardoor voel ik mij thuis? Wat ruik ik?
- 3 Hoe zijn mijn relaties? Welke mensen heb ik om mij heen? Wie ben ik in deze relaties? Hoe wil ik dat mensen mij behandelen?
- 4 Wat voor werk doe ik? Met wie werk ik? Wat voor impact maak ik? Hoeveel geld verdien ik? Wat heb ik al bereikt? Wat voeg ik toe aan de wereld?
- 5 Hoe is mijn levensstijl? Wat doe ik in mijn vrije tijd? Wat geeft mij inspiratie, ontspanning en joy?
- 6 Hoe is mijn lichaam en gezondheid nu? Wat vind ik van mezelf en hoe voel ik me over mijn lichaam? Hoe voel ik mij mentaal?
- 7 Wat voor materialistische items bezit ik? Waar geniet ik van? Waar ben ik trots op en dankbaar voor dat ik dit nu heb?
- 8 Claim nu dit fantastische leven door het in een of twee zinnen samen te vatten. **Ik heb.. Ik ben..**

en nu? de volgende stap.

Hoe voelt het om helder te hebben wat je werkelijk wilt? Misschien heb je dingen opgeschreven waarvan je mind zegt dat je 'daar nog lang niet bent'. Misschien voelt het ver weg of zelfs onmogelijk. Don't worry, weet dat je door deze oefening te doen, een heel belangrijke shift hebt gemaakt.

Belichaam deze versie van jezelf vanaf nu **elke dag een beetje meer!** Word je bewust van hoe deze versie van jou denkt, hoe zij praat, hoe zij reageert, hoe zij handelt, hoe zij problemen oplost en situaties bekijkt.

Dit leven dat je wilt... is er namelijk voor jou! Dat je het verlangen hebt betekent dat het mogelijk is voor je. Het enige wat jij hoeft te doen is jezelf in lijn te brengen met *die versie van jezelf*. Dan kan het zich manifesteren in je fysieke wereld.

Eerst van binnen, dan van buiten.

Vraag jezelf niet af: "ok, wat moet ik doen...?"
In plaats daarvan versmelt je telkens weer met wie wil jij zijn.

Voel dit. Zie je leven door die lens.
De juiste acties volgen dan automatisch.

~~I don't~~ know what I want

~~I don't~~ know what I love

~~I don't~~ know who I want to be

~~I don't~~ know what to do next



Smaakt naar meer?

Dan heb ik nog een gratis meditatie voor je.

Mail mij of stuur me een bericht op Instagram @stephanievanvlerken. Dan ontvang je een heerlijke meditatie om deze toekomstige versie van jezelf nóg meer te belichamen.

Je manifesteert namelijk niet wat je wilt, maar wie je bent.

x Steph

the productive female

the productive female

clarity sheet

Clarity Sheet - The Productive Female
info@stephanievanvlerken.nl

© 2024 Stephanie van Vlerken
all rights reserved. Do not share, copy,
reproduce or sell any part of this document.