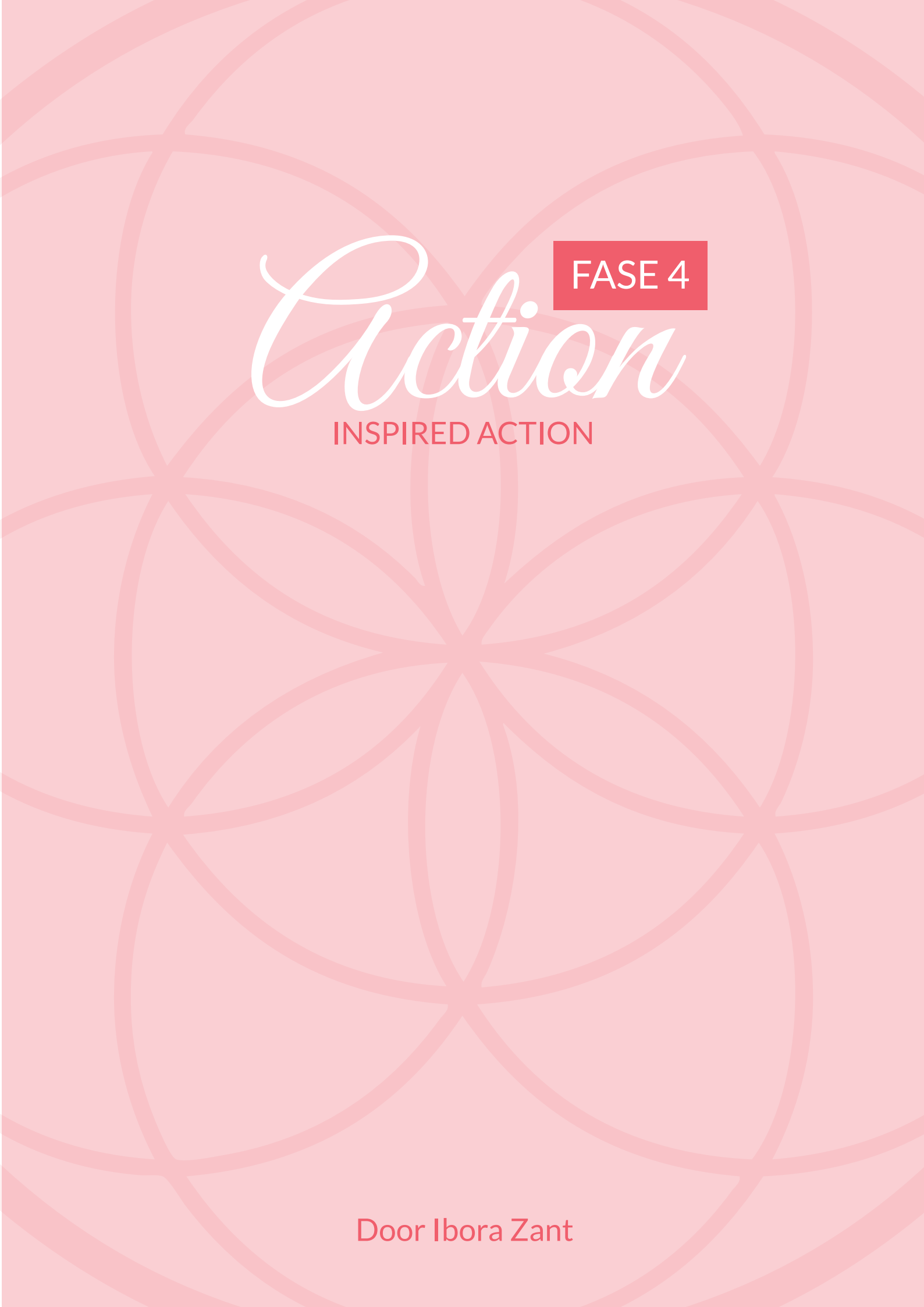




Find your SOULPURPOSE

Door Ibora Zant



Action

FASE 4

INSPIRED ACTION

Door Ibora Zant

INSPIRED *action*

Ik herhaal eerst nog even woord voor woord wat ik in de inleiding van dit thema heb uitgelegd. Het is heel erg belangrijk dat je deze informatie nogmaals leest en diep laat binnenkomen:

Wat is Inspired Action?

Geïnspireerde actie is alles wat je doet vanuit je hart en in lijn met je ziel. Vaak zijn het dingen die je spontaan worden ingegeven. Zoals van de ene op de andere dag stoppen met die vervelende baan en je droom najagen. Een flyer zien van een workshop en spontaan beslissen dat je daar bij MOET zijn. **Het gevoel bij inspired action is enthousiasme, blijdschap, inspiratie, bruisende energie en het gevoel dat alles klopt.** Acties die je onderneemt vanuit inspiratie en vanuit alignment hebben altijd wind mee. Het voelt alsof het hele universum met je meewerkt. Zoals:

- De juiste mensen ontmoeten op het juiste moment.
- Spontane gesprekken die inspireren.
- Mazzel hebben.
- Werken vanuit deze flow voelt niet als werk.
- Je kunt opeens bergen verzetten en bent bijna onvermoeibaar.
- Je enthousiasme is zo aanstekelijk, dat je anderen meetrekt.
- Je oogst enorm veel succes met vrij weinig moeite.



Natuurlijk horen er altijd wel kleine aspecten bij die je minder leuk vindt, maar die neem je graag voor lief. Eindelijk doe je waar je ziel al zo lang naar verlangd. Jippie!

Het is van vitaal belang dat je in actie komt en je gedachten en wensen omzet in wezenlijke stappen. Voor je in actie kunt komen, moet je eerst weten wat je doel is. Wat is nou dat hartsverlangen, die droom die jou maar niet loslaat? Wat wil jouw ziel nou echt? Pas als je weet wat je wilt, kun je over naar hoe je dat voor elkaar krijgt. En dat is dus door de eerste stap te zetten. Neem actie op je droom:

You've got this!



OEFENING: DE PERFECTE DAG

Stap 1: Droom je perfecte dag

Zoek een mooie plek uit in de natuur bij jou in de buurt. Het liefst zoveel mogelijk weg van mensen. Bijvoorbeeld ga naar je favoriete plekje in het bos of aan het water. Ergens waar je weet dat je altijd tot rust komt. Laat je telefoon thuis. Neem een opschrijfboekje mee en een pen. Ga hier een uur zitten. **Verbind met de natuur en met je hart.**

Ga nu bewust *dagdromen over jouw perfecte dag*. Hoe ziet die dag eruit? Hoe en waar word je wakker, wat zie je om je heen. Wat doe je, met wie ben je, wat gebeurt er, waar ben je op jouw perfecte dag. Je bent de beste versie van jezelf. Hoe voelt dat? Hoe ziet dat eruit? Waar woon je, wat eet je, waar reis je heen. **Zie alle details voor je.** Droom groots! Laat alle schaamte en schroom los. Het gaat erom dat je opschrijft wat je hart wil.

Pak pen en papier en maak een omschrijving van jouw perfecte dag, zoals je die in je hoofd hebt gezien. Beschrijf zoveel mogelijk details, ook geuren en kleuren.



Stap 2: Affirmatie

Schrijf een affirmatie gebaseerd op jouw beschrijving van de *perfecte dag*.
Wat springt eruit? Spreek uit je hart.

Voorbeeld affirmatie:

Ik ben dankbaar dat ik de vrijheid heb om mijn passie uit te oefenen, veel tijd met mijn kinderen door te brengen en mij alles te veroorloven wat ik wens.

Jouw eigen affirmatie:

Iedere avond voor je gaat slapen en iedere ochtend voor je opstaat ga je deze beste versie van jezelf visualiseren. Voel het in je hart en alle cellen. Sla het diep op. Het is al zo. Ga volledig op in de daarbij passende frequentie.



Stap 3: De 6-dagen-Challenge

We gaan over tot actie. **Iedere dag pas je jouw droombeeld toe in je dagelijks leven.** Blijf zo dicht mogelijk bij wat je in je droom hebt gezien en voeg dat toe aan je dagelijkse schema. In het begin lukt het niet om alles volledig toe te voegen, dat geeft niet.

Probeer te beginnen met hoe je dag van start gaat, dat in ieder geval de eerste uren van je dag overeen komen met *jouw perfecte dag*. Als dat lukt, voeg je steeds meer toe aan je dag. Iedere dag opnieuw voeg je meer en meer toe aan de dag die je meemaakt. Je zal merken dat het steeds makkelijker gaat.

Het gaat erom dat je tastbaar maakt wat je voor je ziet in je droomhoofd. **De actie van toepassen zorgt ervoor dat de stroom van manifestatie op gang komt.** Het is de bedoeling dat deze challenge speels is en leuk. Wees niet te streng voor jezelf.

Maak iedere dag een foto van een perfect moment in jouw perfecte dag (of maak een fotocollage als je heel veel perfecte momenten hebt), deel op onze SoulPurpose facebookpagina.



Lieve Soul Seeker,
het leven is NU!
Pak het bij de ballen
en ga ervoor.
Het juiste moment
bestaat niet.
Dat is de illusie die
angst je voorhoudt om
je klein te houden.
Je moet zelf het juiste
moment scheppen door
in actie te komen.
Volg je hart en ga.

