Datum:

Vandaag voel ik me: 

Mijn belangrijkste creatie op dit moment

Ingeving voor mijn belangrijkste creatie :

Acties voor vandaag:

1

2

3

Braindump

Wat kan ik verbeteren de volgende keer??

Timeblocking

idee / ingeving

actie / stappen zetten

e-motie / doorvoelen

zijn / nieuwe materie

	:00	:30
05		
06		
07		
08		
09		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		

Created by www.verdieping7.nl

Hoe gebruik je deze timeblocking sheet? Lees hieronder het stappenplan

Waarschuwing!!@ Door het gebruik van deze sheet krijg je grip op je leven. Het kan zijn dat een deel van jou of één van je voorouders dit heel spannend gaat vinden. Je bent gewaarschuwd! :)

1... Wat is de datum van vandaag? Elke dag heeft een andere creatie energie, deze ontdek je in de Soul Profiler app op https://soulprofiler.com/dayenergy. Het kan zijn dat het vinden van de datum al een lastige stap is voor je, maar het is een makkelijke overwinning.

2... Denk na over het volgende : Wat is op dit moment de belangrijkste creatie in je leven? Wat wil je de wereld in brengen?

3... Ga 10 minuten ongestoord zitten (je kunt het mediteren noemen) en laat al je gedachten opkomen en weer gaan over al je creaties waarmee je bezig bent in je leven. Je kunt de meditatie timer op https://soulprofiler.com/dayenergy gebruiken.

4... Optioneel : Het is heel goed om je gedachten helemaal uit te schrijven en je binnentaal te registreren. (PLan een korte soul profiler reading in om hier meer over te horen)

5... Ga na hoe je je vandaag voelt? Registreer dit gevoel met een emoticon of een woord

6... Welke ingeving heb je gekregen voor de belangrijkste creatie?

7... Welke acties kun je daar voor doen? (Kleine acties zijn ook acties) Elke dag een klein stapje is vooruitgang.

8... Schrijf wat er verder in je opkomt op in het braindump gedeelte en laat dit los. De focus ligt je belangrijkste acties van vandaag.

9... Deel je dag in blokken van een half uur, vrije tijd eerst ;)

10... Begin je dag met een heldere blik

11.. Vergeet niet om jezelf plezier te gunnen met invullen..

12... De allermooiste creatie dat ben jij!

Veel plezier :)