

*Carpe Diem Solutions*

2019

Workshop Mindset dreambord



**IK BEN IK**

Nancy De Meulenaer

Carpe Diem Solutions

Mob: 0496/42.60.25

## Workshop creëer uw eigen dreambord

Wat is een vision of dreambord:

Een dreambord is een reflectie van je eigen visie zoals je die hebt op korte, middellange en lange termijn, en de doelen die je moet stellen om van je visie een realiteit te maken.

Een dreambord is een hulp, een eigen werk, gecreeërd vanuit je diepste verlangens en dromen, die je zo graag een realiteit zou willen zien worden, deze verlangens en dromen zijn voor ieder van ons verschillend en kunnen zelfs bij verschillende mensen uit hetzelfde gezin of omgeving totaal anders zijn. Hier gaat het om jou persoonlijk.

Een dreambord, of ook in veel gevallen een vision bord genoemd, is een werkstuk dat je zelf samenstelt vanuit je onderbewustzijn, een deel van onze gedachte waar de meesten onder ons weinig of geen vat op hebben, en dat je moet leren beheersen. Het is het stuk van onze gedachten die ons dikwijls met zaken laat rekening houden wanneer het nog niet eens nodig is, het is het stukje van ons bewustzijn, dat ons tevens het 'YES' gevoel geeft, Als je een buikgevoel volgt, komt dit doordat je onderbewustzijn een signaal geeft van "JA" dit is het, het is een gevoel van verliefd zijn, een gevoel dat je de wereld aankunt.

Wanneer je nu dit dreambord, dat je zo zorgvuldig samengesteld hebt, gaat ophangen op een duidelijk zichtbare plaats, en er dagelijks verschillende keren bij het passeren naar kijkt, kan je onderbewustzijn aan de slag gaan met hetgeen je ogen opgenomen hebben, doordat je onderbewustzijn hiermee bezig is, zeld je bepaalde frequenties uit, die je zaken duidelijker zal doen zien, waardoor je opportuniteiten sneller zal opmerken, om je doelen te verwezenlijken.

Ieder zal zijn visie en hoe snel je dit wil verwezenlijken voor zichzelf moeten opstellen, het is heel belangrijk dat je hierin kleine stappen zet, beter een maandelijks aangepast dreambord te maken, dan een dreambord voor een jaar, waar je na een bepaalde tijd op uitgekeken bent, door dit maandelijks te doen, kun je doelen stellen, die niet zo ver af liggen, en die relatief gemakkelijk te realiseren of te behalen zijn. Heb je echt grote dromen, deel deze dan op in meerdere stappen, gun jezelf de tijd om iets te realiseren, als "moet" ermee gemoeit is, zal het niet werken, het universum is een genadig ding, het geeft je alles wat je maar wil, zolang je de juiste dingen maar vraagt, een goed gedetailleerde visie hebt, een strikt geloof dat die dingen aan jou zullen toekomen, en dankbaar bent voor hetgeen je hebt en wat je bekomt. Zolang deze drie factoren voldaan zijn, zonder belemmerende achterliggende gedachten, zal je alles wat je wil kunnen realiseren.

Een dreambord kan op veel manieren samengesteld worden, door knippen en plakken van foto's uit tijdschriften en teksten op papier, door een combinatie van foto's en geschreven teksten, een combinatie van foto's, tekeningen en teksten. Het maakt niet uit hoe je dit doet, zolang het maar duidelijk is voor jezelf en je onderbewustzijn, als je onderbewustzijn ermee aan de slag kan, kun je mooie resultaten verwachten.



Een foto van deelnemers aan onze workshops in Singapore.

## *De start van een nieuwe uitdaging*

Mijn leven veranderde enkele jaren geleden volledig door het leren van mijn doelen en afstemmen te zetten, door goede coachen te hebben en voor mezelf alles op een rij te zetten

Ik zag mijn verleden onder ogen en groeide ongelooflijk als persoon omdat ik door een visie, doelen en afstemmen kon geloven dat ik het écht waard was.

Als je een visie hebt je doelen kan stellen kan je afstemmen en helpt je om bewuster aan je dag te starten,

Helpt je om de focus door de dag te behouden,

Maakt dat je weet waar je naartoe wil, dus je hebt een visie

Je laat je minder makkelijk afleiden door andermans drama

Je gaat bewuster om met je tijd en energie

Je staat meer en meer in je kracht door duidelijker je grenzen aan te geven, en te weten wat je wilt?

Kortom, het is transformerend.

Deze workshop heeft als onderwerp “Stap in je rijke authentieke zelf” waar je stap voor stap het proces van afstemmen, visie en doelen uitgelegd krijgt, en hoe je leert het op een makkelijke manier dit elke maand, toe te passen in je leven. Op een manier die bij jou past en die maakt dat je het deze keer écht gaat toepassen.

Ben je klaar voor de eerste stap naar je nieuwe en bewustere leven ?

Deze manier van werken is gebaseerd op de drie principes van de wet van de aantrekkingskracht en het Bhoedisme, door de onmetelijke kracht van je onderbewustzijn te gaan benutten, door je eigen “oude ik”, het word ook wel het ego genoemd, naar beneden te drukken, en voluit vanuit je eigen onderbewustzijn op de juiste frequentie te komen. Niets gebeurt zonder een reden, alles wat je bent, hoe je je voelt en wat je hebt, is een realisatie van jezelf, niet van een ander, maar puur van jezelf.

“Van het moment dat je gedachte over jezelf en je situatie veranderen, zul jij en je situatie beginnen veranderen” dit is een realiteit, niet simpel, maar zeker haalbaar voor iedereen die hiervoor open staat en hieraan wil werken, je kunt alles hebben wat je wil, zolang je maar de juiste stappen zet.

De wet van de aantrekkingskracht is een universele wet, zo oud als de aarde is, en die zelfs door de oude Griekse en Romeinse filosofen werd toegepast, de Romeinse filosoof, Marcus Orilius zei ooit “wie je denkt te zijn, zal je worden”, andere grote denkers en filosofen zeggen hetzelfde, en hierover is al menig werk neergeschreven. Lectuur die we kunnen aanraden zijn “The Secret” van Rhonda Byrne en “Rich man, poor man” van Napoleon hill, dit zijn zeer toegankelijke werken die je een duidelijk zicht geven over wat met de wet van de aantrekkingskracht bedoeld word.

Daardat visualisatie een sterk proces is in de manifestatie van verlangens, is een dream of vision bord een zeer belangrijk gegeven, dat je op pad zal zetten naar een leven naar wens, dit is slechts een onderdeel van het realisatieproces, maar om je op weg te helpen, toch nog even de drie principes van de wet van de aantrekkingskracht op een rijtje.

**Vraag:** Visualiseer de dingen die je wenst te realiseren, zo duidelijk en gedetailleerd mogelijk, zet dit zichtbaar voor jezelf door middel van een dreambord.

**Geloof:** Geloof dat hetgeen je wenst, je ook zal bekommen, doe alsof je het al hebt, laat twijfels geen kans, en denk zeker nooit dat het voor jou niet is wegelegd.

**Dankbaarheid:** Wees voor wat je hebt, en zeker voor hetgeen je krijgt, wees dankbaar voor alles waar je denkt dankbaar voor te kunnen zijn, voor de voorbije dag, voor hetgeen moet komen, voor de natuur, voor alles om je heen en die je kent.

Wanneer je deze drie principes, samen met je onderbewustzijn leert te beheersen, zal je eens zien, hoeveel je leven in een zeer positieve zin op korte tijd zal veranderen, jij bent de meester, jij maakt het schilderij.

## Hoe maak ik een dreambord

Eerst en vooral moet je eens nadenken over wat je visie is, wat zou je willen, binnen een maand, binnen zes maanden, binnen een jaar?

Dan ga je lekker op zoek in oude tijdschriften, fotoboeken, dagbladen en noem maar op naar gepaste documentatie om jouw dreambord samen te stellen.

Leef je lekker uit tijdens het samenstellen van je bord, dat uit meerdere vellen papier kan bestaan, maak het duidelijk voor jezelf en je onderbewustzijn, zodat dit ermee aan de slag kan gaan.

Hoe je het samenstelt is van geen enkel belang, ook niet de volgorde, het onderbewustzijn geeft niet om tijd, het moet vanuit jezelf komen, vanuit het diepste van jezelf.

Je kan een collage maken van alleen maar foto's en teksten die uit magazines komen, je kan deze combineren met handgeschreven tekst, met gedrukte tekst, met tekeningen, het maakt niet uit.

Het maken van een dreambord is een leerzaam en krachtig visualisatieproces in het verwezenlijken van je doelen, je doet het beter in kleine stappen, dan in hele grote. Beter eens meer aanpassen, dan te lang op hetzelfde te zitten wurgen, dan lukt het niet.

Hang je dreambord op een duidelijk zichtbare plaats waar je veel voorbij komt, de koelkast in de keuken is één van de betere, iedere keer dat je op die plek passeert zul je er onbewust naar kijken, en zo de dingen die erop staan, in jezelf opnemen.

Pas je dreambord iedere maand aan, maak een nieuw, met een groot gedeelte dezelfde doelen, met een paar nieuwe, of stappen die je gaat zetten om je doel te bereiken. Dit werkt beter, omdat je onderbewustzijn vaatbaarder is voor veranderingen in patronen, en het daar veel beter op reageert dan op telkens hetzelfde.

Neem je tijd, denk na, doe het grondig, het is een stuk aan de weg van een creatie van je eigen leven naar wens.

Het is een vorm van zelfliefde en zelfvertrouwen, dat je moet creeëren voor jezelf, laat ons daaraan werken tegen de volgende maand. Dus is de opdracht voor deze maand.

Koop voor jezelf een mooi schriftje, en noteer daarin de dingen en gebeurtenissen die je aan je zelfvertrouwen deden twijfelen, maar noteer ook de zaken die je gelukkig maakten, waarschijnlijk zal je het patroon tegen volgende maand wel kunnen onderscheiden.

*Carpe Diem*

*Live your life*

*Dream big*

Website: <http://www.carpediemsolutions.org>

Facebook: *carpediemsolution*

<http://bit.ly/2PB3bli>