

## MOJA NOVA ZGODBA 🥰

Ko se bliža vikend in prazniki 🙌 več časa zase, delim z vami še navodila v pisni obliki za pisanje nove zgodbe...

Predenj boš pričel/a pisat novo zgodbo, si vzemi kakšno urico časa za to...predlagam, da najprej poslušáš 19 min dolgo vizualizacijo za kreiranje prihodnosti (na posnetku spodaj) od Ane Bučević, nato pa greš v akcijo pisanja.

<https://www.youtube.com/watch?v=qJ85Z0vbAQM&t=371s>

### ZAČNI TUKAJ: ✨

🙌 Napiši kako si želiš, da bi izgledalo tvoje sanjsko življenje, kako bi izgledala tvoja sanjska jutra, vse vse vse vključi kot si želiš: kdaj se zbudiš, telovadba, meditacija, branje, zajtrk, čas zase (in za partnerja/ko in ali družino),...opiši jutranji ritual, kakršen koli je ali si želiš, da bi bil...nato opiši tvoj sanjski delovni dan, kako bi izgledal?

.

📌 Kako bi delal/a točno to, kar si želiš delati (v svojem poslu)... opiši kako bi si vzel/a čas za kosilo oz. do katere ure bi delal/a in koliko časa bi delal/a, kdaj bi najraje zaključil/a...Če je to samo 2 ali pa 4 ure na dan, napiši to. Kje bi delal/a...napiši kar ti pride na misel, da bi bilo to, kje se danes vidiš, če veš, da je res vse mogoče? Lokacija, prostor,... Ali bi raje delal/a od doma v svojem domačem poslovnem prostoru... V svoji lastni hiš(k)i. Ali 100% na spletu.

.

🙌 Opiši tudi strukturo delovnega dne kot tudi strukturo delovnega tedna ali meseca, vezano na tvoje (bodoče) delo/poslanstvo, ki bi si ga izbral/a. Napiši kdaj bi se izobraževal/a, kdaj v dnevu/tednu bi bral/a,...kdaj ne bi delal/a nič. Rezerviraj si že danes v ta namen dan ali dva ali tri v tednu in/ali mesecu!

.

📌 Nato opiši kako bi izgledal tvoj (novi) posel v najboljši možni luči. Kako izgleda tvoja idealna stranka, s katero bi najraje delal/a oz že delaš. kateri problem ji ti s svojim znanjem in izkušnjami lahko pomagaš rešiti?

.



# ZAVESTNA AKADEMIJA

CONSCIOUS ACADEMY

👉 Poskusi jo opisati kdo to je, kaj počne v življenju, s kakšnimi težavami se sooča, vse konkretno napiši kaj se ji dogaja v življenju in kako ji lahko ti pomagaš rešit njen problem. Napiši tudi kako je srečna in zadovoljna, ker te je srečala v svojem življenju, kako ti z veseljem in hvaležnostjo plača tvoje storitev (na način kot si ti želiš in za znesek, ki ga ti pogumno postaviš! - napiši to ceno, dovoli si postaviti višjo ceno kot jo imaš trenutno v mislih, vsaj na papir!) in kako te ta stranka priporoča naprej svojim prijateljicam in znancem. Obenem pa pri viziji svojega posla lahko napišeš tudi to kje vidiš svoje podjetje...

📌 Razmisli tudi, s čim bi se čisto zares ukvarjala/, če bi bilo vse sanjsko, kam te kliče srce? Kje je tvoja absolutna strast? Kaj bi počel/a v življenju? Kaj bi si sedaj izbral/a, če bi imel/a čarobno palčko? Bi bilo to povezano s pomočjo drugim ljudem?

👉 Je še kaj neodkritega v tebi? Te mogoče še en tihi glasek kliče, da ga uresničiš? Ga slišiš? Iz otroštva se običajno oglašča. Takrat, ko si imel/a nekje med 5 in 7 let...kaj si takrat najraje počel/a...kako bi združil/a tisti glasek, s tem, kar danes delaš oz. s tem, kar si res želiš delati? Bi napisal/a zbirko knjig, snemal/a serijo videov z nasveti, obiskoval/a bližnje in daljne dežele in širil/a svoj glas in znanje ter izkušnje, postal/a "svetilnik" in dal/a svoje sporočilo svetu?... Napiši to, kar ti pride na misel...Si pomislil/a kako bi bil lahko svet še lepši, če bi več ljudi delalo to, kar si res želiš delati, se počutiti dobro in uživati v tem...

📌 Nato napiši kako bi izgledal tvoj sanjski popoldan: kako bi imel/a čas zase in ali za partnerja/ko in ali družino, kako bi sebi posvetil/a čas (koliko časa dnevno?) za odklop nekje v naravi ali v športu, spa, masaži, kozmetika...bi preživel/a popoldan morda na sprehodu v naravi, v gozdu, na bazenu, v mestu, na fitnesu ali na izletu v bližnji okolici? Kaj ti še pride na misel, kaj bi počel/a popoldan...je to mogoče shopping "za dušo", frizer vsak teden, bi si privoščil/a masažo vsak dan ali vsak teden, terapije,... kaj bi te še osrečevalo? Fotografiranje, ples, kolesarjenje, jahanje, petje, gurmanska doživetja, smučanje na ledenikih, druženje z družino in prijatelji, obiskovanje galerij, potovanje z avtodomom...opiši točno kje in koliko časa (ne pozabi, da je vse mogoče!), pohajanje, meditiranje, kaj vse ti pride na misel...zapiši vse!

👉 Kaj bi počel/a zvečer? Bi se izobraževal/a ali bi si vzela čas za branje, umiritev, sprostitve...Kje? V domačem bazenu? Domači savni? Doma na kavču v objemu drage osebe? Ali bi šel/šla raje z njo na kak koncert, v opero, gledališče, kino, na žur? Bi se raje zabaval/a? Kaj bi vse počel/a, če bi bila max vesela, sproščena, pogumena, samozavestna,



# ZAVESTNA AKADEMIJA

CONSCIOUS ACADEMY

zaupal/a v življenje, šel max iz cone udobja, se veselil/a vsakega novega dne? In bi si lahko z lahkoto privoščil/a VSE, kar bi ti prišlo na misel. Napiši to.

.

📌 Piši čemu bi se nato še posvečal/a: lastnemu izobraževanju, mogoče kakšnim delavnicam, potovanjem, aktivnostim kot si jih od nekdej želiš...iskreno se poglobi vase...mogoče kreativnemu ustvarjanju, pomoči drugim, športnim aktivnostim? Napiši vse, kar ti pride na misel, brez glaska, ki pravi, da ne moreš, da ni šans...utišaj ta glasek!...

👉 Napiši vse kar, si želiš, vse kar ti pride na misel in se ob tem počutiš prijetno. Če je to morda tudi shopping, napiši tudi to. Veš, tista skrita želja, ki jo mogoče trenutno zatiraš, ona pa kliče, da jo uresničiš... in vse dobre trgovine z oblekicami, spodnjim perilom,...

.

📌 Ne pozabi tudi družine vključiti v novo zgodbo. Ne pozabi na otroke in ali vnuke, če jih imaš, na čudovit odnos z njimi...Opiši pa tudi vse ostale odnose,...s sorodniki, prijatelji, znanci, bivšimi sodelavci, sošolci, sosedi, prijatelji...

.

👉 Piši kje in s kom želiš biti za vikend, kam si želiš odpotovati in kolikokrat. Je to 3x na leto, morda 4x? Vsak drugi vikend? Za koliko časa bi kam odpotoval/a? Kaj, če je vse mogoče in imaš neomejeno količino časa in denarja na voljo? Kako bi se rada počutil/a ob tem? Kaj vse si želiš izkusiti, katere dogodivščine, katere avanture želiš doživeti, katere stopnice prehoditi in katere muzeje prečesati, katere kraje, plaže in države obiskati: Zanzibar, Madagaskar, Šri Lanka, Nova Zelandija, Havaji, Maldivi, Sejšeli, Tenerifi, Bali, Mauricius,...Barcelona, London,...okoli sveta, kam vse bi šel/šla, kam te od nekdej vleče srce? Si lahko 100% iskren/a s sabo? Si lahko dovoliš to zapisati na papir?...Bodi čimbolj natančen/a pri opisu.

.

📌 Koliko denarja si želiš prejeti vsak mesec na bančni račun? Napiši konkretno številko! Koliko želiš imeti pasivnih prihodkov na mesec? Pogumno napiši to, kar ti je sedaj prišlo na misel! Napiši tudi koliko si ga želiš vsak mesec zapraviti, pa da bi se ob tem še vedno počutil/a dobro,...Koliko si ga želiš investirati. In kam? Koliko si želiš investirati vase? Katera izobraževanja bi si še rad/a privoščil/a...

.

👉 Ne pozabi na zdravje, tudi tega opiši, pa na odnose, tudi na ljubezenski odnos,...

.



# ZAVESTNA AKADEMIJA

CONSCIOUS ACADEMY

📌 Nato napiši oz. opiši v kakšnem domu bi živel/a. Če bi se kam drugam preselil/a in bi bila to (nova) hiša, kakšno hišo bi imel/a? Napiši razporeditev tlorisa, velikost, število prostorov, balkone, barvo fasade, kopalnico, ploščice v kopalnici, tuš kabino....natančno opiši vse podrobnosti, ki ti pridejo na misel: ograja, dvorišče, pohištvo, kuhinja, stil opreme, barvne kombinacije, talne obloge,...bodi natančen/a pri opisu novega doma, če ti je to pomembno. Kaj pa vrt? Kakšne bi bile rože in drevesa na vrtu? Že veš kje bi bila ta sanjska lokacija? Kaj vse bi moralo biti na njej: točno določena drevesa, potoček, gozdček, pogled na gore in/ali morje ali bi se odločil/a za morje? Iskreno? Kako bi se ti v taki hiši in njeni okolici počutil/a? Predvsem o počutju se razpiši in občuti vse to kolikor se da intenzivno.

😊 Piši **VIZIJO** svojega **ŽIVLJENJA**...☀️

👉 Skratka, napiši **VSE**, kar ti pride na misel. Ne razmišljaj kaj je in kaj ni mogoče. Bodi natančen/a, jasen/a in konkreten/a...piši kako bi se ob vsem tem tudi noro noro noro zabaval/a. Kaj to zate pomeni.

📌 Kaj vse bi obiskal/a, kaj vse bi doživel/a, da bi na koncu življenja rekel/a, da se je res splačalo živeti. Da si bil/a srečen/a na polno in ti ne bi bilo žal, da nisi dovolj živel/a in užival/a življenje na polno. Napiši vse...kako bi bilo, če bi poskusil/a izkoristiti vsako idejo ali zamisel, ki ti je kadarkoli prišla na misel ali ti še bo prišla na misel. In bi ti uspelo, česar koli bi se lotil/a. Kaj bi to zate pomenilo?

**POMEMBNO!** 📌

**Pišeš v SEDANJIKU, tako kot, da vse to že živiš. Sedaj.**

**Pišeš z nalivnim peresom ali s kemičnim svinčnikom. Potem pa to bereš, najprej vsak dan 7 dni, nato 1x na teden, nato 1x na mesec. Eno leto.**

📌 Če želiš karkoli spremeniti, lahko kadarkoli spremeniš in pišeš **NOVO** zgodbo. Ponoviš postopek. Na tak način vplivaš na svojo podzavest. Ona ne ve kaj je res in kaj ni. Vse to, kar vnašaš v njo, pa se lahko uresniči, je res. V bistvu se že uresničuje takoj, ko začneš pisati in se poglobljati v **OBČUTKE** kako bo ali kako bi bilo, če bi tako že živel/a. Če meniš, da nimaš časa za branje nove zgodbe, jo posnemi enkrat na telefonu (orodja, snemalnik), nato pa jo lahko poslušaj, ko se npr. oblačiš zjutraj ali umivaš zobe, pripravljaj zajtrk, pospravljaj stanovanje, na poti v službi...



# ZAVESTNA AKADEMIJA

CONSCIOUS ACADEMY

👉 Če te VIZIJA ne prestraši, ni to to. More biti malček strahu prisotnega, da ne veš, nimaš pojma kako boš to dosegel/a. Tukaj ti pomaga 7 vprašanj, ki sem jih zapisala spodaj v komentarju.

**!!Odgovori na vseh 7 !!**

👉 Če se počutiš preobremenjeno z vsem tem, vnašaj nove navade postopoma. En dan napiši osnutek nove zgodbe oz. okvir, nato napiši krajšo zgodbo ali zgodbo po življenjskih področjih, nato celotno zgodbo, potem jo posnemi na telefon, nato en dan poslušaj, ...in nato jo poslušaj !!! VSAK dan znova en cel teden...itd. Samo, just do it! Nato pa samo spusti...in naredi "next logical step" in upoštevaj "inspirativno akcijo"...to te bo vodilo v smeri uresničitve tvoje zgodbe.

📌 V komentar spodaj lahko napišeš kako si se počutil/a, ko si pisal/a NOVO zgodbo svojega ŽIVLJENJA. In nikar ne hiti...lepo počasi, na lahkoten način, da uživaš ob tem.

**!!POMEMBNO !!**

Max možni učinek te naloge boš (po priporočilu dr. Aleksandra Šinigoja) dosegel/a, če boš novo zgodbo v celoti prebral/a ALI (v naprej posnela) in jo nato več mesecev poslušal/a 3x zjutraj in 3x zvečer in na ta način reprogramiral/a svojo podzavest.

👉 Lahko pa najprej napišeš staro zgodbo - življenje, ki ga trenutno živiš in od katerega se poslavljaš, če si česa ne želiš (več) v svojem življenju. Nato pa ta list papirja razreži, strgaj ali in zažgi in se na tak način na energetski ravni poslovi od trenutne situacije, ki jo ne želiš (več) živeti.

📌 Po mojih izkušnjah in izkušnjah mojih strank, ki so to nalogo vzele 100% resno, in po izkušnjah mentorjev na moji življenjski poti, je velika verjetnost, da tisti, ki novo zgodbo napiše, le to (čez čas) tudi čisto zares (za)živi. 😊

Kdor je ne napiše je zagotovo ne živi. ❌

Vzemi si čas za to res pomembno nalogo in...

Just do it! ✅



ZMOREŠ! 🧡

🧠 Najboljši soustvarjalec

Vežano na tvojo novo zgodbo. Ne pozabite najprej na meditacijo 🙌 ZGORAJ v objavi imate povezavo do nje 🙌 in šele nato sledite navodilom za pisanje zgodbe.

Tukaj SPODAJ pa dodajam 7 POMEMBNIH VPRAŠANJ, ki jih si jih sami sebi zastavite POTEM, KO ezano na tvojo novo zgodbo. Ne pozabite najprej na meditacijo 🙌 ZGORAJ v objavi imate povezavo do nje 🙌 in šele nato sledite navodilom za pisanje zgodbe.

Tukaj SPODAJ pa dodajam 7 POMEMBNIH VPRAŠANJ, ki jih si jih sami sebi zastavite POTEM, KO naredite nalogo 🙌.

Albert Einstein je nekoč dejal, da je DOMIŠLIJA pomembnejša od ZNANJA. In, če si površno naredil/a domačo nalogo v 1. in 2. modulu - ko si definiral kaj je tisti KAJ si jaz želim - to so v bistvu tvoje SANJE, ŽELJE in CILJI...je smiselno, da se znova vrneš k temu modulu in res natančno napišeš KAJ si želiš, kaj so tvoje SANJE in uporabiš vso mogočo DOMIŠLIJO in te SANJE čimbolj DEFINIRAŠ. In bodi pri tem JASEN/a, POGUMEN/a in razmišljaj, da je vse mogoče. 😊

Večkrat kot boš izvajal/a VIZUALIZACIJO, razvijal/a in krepil/a DOMIŠLIJO, in ob tem v sebi prebudil/a OBČUTKE kako bo, ko bodo SANJE uresničene...hitreje boš, le te, tudi čisto zares uresničil/a. Na Youtubu je ogromno posnetkov na temo VIZUALIZACIJE, ki ti pri temu lahko pomagajo...Meni ena najboljših pa je tista, od Ane Bučevič - meditacija za kreiranje budućnosti, za uresničenje naših sanj, ki sem jo ZGORAJ v objavi delila...

Kako pa vemo ali so naše SANJE prave? Tako, da si odgovorimo na 7 vprašanj: 🙌🙌🙌

1. Kaj so moje sanje? (To je lahko tvoja NOVA zgodba.)
2. So me moje sanje vredne?
3. Me moje sanje poživljajo?
4. So usklajene z mojimi vrednotami? (modul 5)
5. Bodo zahtevale mojo rast?
6. Bodo zahtevale pomoč višje sile za doseg le teh?
7. Je v mojih sanjah nekaj dobrega tudi za druge?

Če dobiš odgovor na zadnjih 6 vprašanj "DA", je to to. Narediš prvi korak v smeri uresničitve le teh...in nato še vsakega naslednjega. 🧡



# ZAVESTNA AKADEMIJA

CONSCIOUS ACADEMY

Če ti lahko kakorkoli pomagam pri tem, sem tukaj zate. 😊 P.S. Vem, da ni enostavno, AMPAK se pa zagotovo izplača pisanje nove zgodbe. 🚀



ZAVESTNA AKADEMIJA

© BRIGITA LANGERHOLC ŽAGER

