

INTENTIES

wekelijkse hulpstukken voor je Spirituele Ontwikkeling



Wat is duidelijkheid?

GESCHREVEN DOOR ELISE SEVERINO

Met zelfvertrouwen richting je doelen bewegen heeft duidelijkheid nodig. Duidelijkheid geeft zelfvertrouwen.

Om duidelijkheid te hebben in je leven is het belangrijk dat je weet waar je naartoe beweegt. De wat en waarom speelt hier een grote rol.

Als je weet wat je wilt dan kun je ontdekken waarom je dit wilt. De waarom helpt je weer door de fase heen waarin je in de weerstand komt te staan. Weerstand is wanneer alles in je NEE schreeuwt, terwijl je weet dat je vooruit moet.

We weten vaak wel wat goed voor ons is, maar we nemen de stappen niet. Dit noemen we weerstand. Als je duidelijk hebt waarom je iets wil dan zul je sneller door deze fase heen bewegen.

Je hebt namelijk de juiste motivatie om "het te blijven doen", dus om te blijven bewegen naar je doelen. Dit geeft je zelfvertrouwen. Zelfvertrouwen zorgt ervoor dat je het overzicht blijft houden. Ook als het even tegenzit, voel je dat je goed op weg bent.

Duidelijkheid.

**DE WAAROM IS
DUIDELIJK EN DUS KUN
JE BLIJVEN BEWEGEN.**

**OOK ALS HET EVEN
TEGENZIT GEEFT DE
WAAROM MOTIVATIE.**

**DE "WAT" SPEELT EEN
ROL ALS JE JE DOEL
GAAT VISUALISEREN.**

**ZELFVERTROUWEN
KOMT VAN
DUIDELIJKHEID.**

Je intenties duidelijk.

DE WAT.

Een intentie is de beweegreden. De waarom. Wat is je intentie. Bv. als je zegt dat je wilt gaan afvallen dan is de vraag niet HOE, maar de vraag is WAAROM.

Is je intentie, omdat je er goed uit wil zien, dan is de kans groter dat je het gaat volhouden. Is je intentie, omdat je vriendin er mooi dun uit ziet dan ga je sneller opgeven. Waarom? Omdat zij eruit ziet volgens een intentie die zij heeft.

Jij bent haar niet, dus je doelen linken ook niet hetzelfde. Zelfs als haar intentie niet klopt, kun je haar intentie niet volgen.

Blijf altijd doen wat voor jou goed voelt en maak altijd duidelijk waarom het zo belangrijk is voor jou. Een andere reden dat we de intentie altijd duidelijk willen hebben is omdat als het moeilijk of zwaar is moet je doorzetten.

Opgeven is geen optie als je naar je doelen werkt. En je zult vaak willen opgeven.

Een intentie zorgt ervoor dat op de momenten dat je wil opgeven je toch doorzet. Dat je toch de sprong waagt (ook als het eng aanvoelt).

Als je je doelen vandaag zou opschrijven (schrijf er eens 6 op) wat is de reden dat je dit doel werkelijkheid wil maken?

Wat denk je dat er gaat gebeuren als je dit doel zou behalen? Wie zou je zijn? Wat zou er veranderen?

Schrijf dit ook op voor jezelf. Dit geeft je de duidelijkheid waarom dit doel zo belangrijk is voor jou. Als je in je hart voelt dat je daar moet zijn dan zul je alles op alles zetten om het te doen.

Niets zal je in de weg zitten. Ook niet als het ontzettend moeilijk is om door te zetten. De waarheid is dat er vele dagen zullen zijn dat je er geen zin in hebt.

Dan komt de waarom spelen.

"Duidelijkheid over je doelen geeft de zelfvertrouwen om door te zetten".



Je intenties werkelijkheid maken.

DE HOE.

Oke, genoeg ingewikkeld gekletst. Tijd voor actie! Laten we samen kijken naar wat je wilt en hoe je het gaat bereiken. Laten we je intenties duidelijk krijgen.

Nu zo vlak voor Oud en Nieuw wil ik je behoeden "nieuwjaarsintenties" te schrijven. Grootste valkuil! Schrijf doelen op die je wil behalen zonder de druk van Nieuwe Jaar erbij toe te voegen.

Schrijf voor jezelf op waar je je nu begeeft in je leven.

1. Wat valt je op?
2. Wat vindt je wel of niet leuk?
3. Wat zou je willen veranderen?
4. Hoe zou je je willen voelen?
5. Als je vast zit, wat zou je dan anders aangepakt hebben?

Nu dat je de verwarring aan de kant hebt gehaald. Schrijf voor jezelf 6 stappen op die je moet nemen om dat wat je hebt opgeschreven te veranderen. Bv. als je hebt geschreven dat je iets in jezelf zou willen veranderen: schrijf op wat dit is en hoe je dit zou aanpakken. Wat moet hiervoor gebeuren?

Nu dat je de 6 stappen hebt opgeschreven voor jezelf, schrijf op welke stappen er genomen moeten worden om deze stappen werkelijkheid te maken. Bv. je hebt geschreven dat je wil veranderen en dat je dit wil doen door jezelf persoonlijk te gaan ontwikkelen. Wat betekent "persoonlijk ontwikkelen". Wat moet je hiervoor doen?

Maak je intentie nu duidelijk. WAAROM wil je je persoonlijk gaan ontwikkelen? Wat gaat dit werkelijkheid maken? Wat maakt deze ontwikkeling zo belangrijk? Welke verandering hoop je ermee werkelijkheid te maken? Denk hier goed over na. Niet erdoorheen willen jagen, omdat je hoopt dat er aan het einde van de tekst antwoorden komen.

De antwoorden liggen binnenin jou! Laatste stap. Maak een overzicht van elk doel. Van elke intentie. Begin bovenaan (het mogen op dit punt meer dan 6 doelen zijn die je wil behalen). Begin met het duidelijk maken van wat je wilt. Vervolgens schrijf je op waarom je dit wil behalen. Voel hier in waarom je dit zo belangrijk vindt. De dieper de emotie, de groter de kans dat je je doel gaat behalen.

SCHRIJF JE DOELEN OP EN MAAK DUIDELIJK WAT JE INTENTIE IS.

NEEM DE TIJD OM DUIDELIJKHEID TE CREËREN VOOR JEZELF.

WAAROM WIL JE WAT JE WILT?

SLA GEEN STAPPEN OVER.

MAAK ALLES WAT KLEINER EN BEHAPBAAR VOOR JEZELF.

BEGIN BIJ HET EERSTE OF MAKKELIJKSTE DOEL.

Jaarlezing aanvragen

OVER DE DREMPEL VAN VERANDERING.

Jaarlezing 2023
vraag je persoonlijke Jaarlezing aan voor 27 december

Lees meer + vraag aan via hier

Algemene informatie voor 2023.

Hierin neem ik met jou het beeld van 2023 door. Weet waar je je op kunt verheugen.

Vervolgens nemen we samen het jaar door met betrekking tot jouw persoonlijke energie. Per maand energie uitleg (thema), hoe je kunt samenwerken met deze energie, waar je rekening mee moet houden, de gedachte (les) achter deze energie met 3 uitgelijnde stappen om te nemen per maand. Hiernaast nemen we ook de Maan invloeden door en vertaal ik God's boodschap.

Na je overzicht gaan we door naar de overal thema.

Welk verhaal valt mij op en hoe zou ik er doorheen bewegen met het Universum. Hier ontvang je TIPS en hulpstukken.

Aan het einde van je Jaarlezing heb ik een les geschreven die je gaat helpen om door het hele jaar heen te bewegen. Deze les verschilt per persoon, maar sluit perfect aan bij je overal thema.

Mogelijkheid om het gehele jaar vragen te stellen over je Jaarlezing.

Video opname waarin ik je Jaarlezing omschrijf en je meer tips en hulpstukken geef. Ook pak ik per maand een Orakelkaart erbij om meer informatie te channelen voor je. Deze kun je bij je Jaarlezing schrijven voor dieptegang.

Maandelijkse emails waarin we de energie van de maand doornemen om je terug te krijgen in de energie van co-creëren. Op deze manier krijg je maandelijks begeleiding en coaching van mij.

VRAAG + LEES MEER VIA HIER

Hoe nu verder?

OVER DE DREMPEL VAN VERANDERING.

Mijn Naam is Elise.

Als Spiritueel Mentor, is het mijn doel om anderen te leren hoe Spiritualiteit werkt.

Ik "snap" wat er om ons heen gebeurt en leg dit uit aan anderen. Ook als ik het zelf soms niet snap.

Mijn Spirituele Groei bestaat uit leren, leren en leren. Leren van de informatie die ik doorkrijg en deze informatie weer doorgeven.

Dit is waarom ik de cursus Next Level stappenplan heb geschreven.

In de cursus leer ik je de 7 fundamentele stappen om gebruik te kunnen maken van je gaves in de praktijk. Dit gaat je leven in de juiste richting duwen, zodat je verandering ervaart. Hierdoor kun je je leven op orde krijgen en voel je sterker, gelukkiger en vrijer.

Aan de start van je Spirituele Groei heb je veel vragen en ik heb de antwoorden om je op weg te helpen. Naast de honderden video's, blogs en posts op mijn Social Media kun je me ook vinden op eliseseverino.nl. Ik wil je leren dat de chaos die je nu ervaart, betekent dat er een nieuwe fase in je leven komt.

Met de Spirituele Hulpstukken die ik je leer gaat het je lukken om je Groei te versnellen en gebruik te maken van je eigen Spirituele Gaves.

Laat los wat wil vervallen en start aan de reis. You've got this!

Dit is jouw moment. Jij bent de kracht achter je dromen.

Liefs,

Elise

Ps. Lees meer + schrijf je in voor de cursus Next Level Stappenplan via [hier](#).



"Tijd om te leren Spirituele kennis in het dagelijks leven in te zetten en haalbare doelen te Manifesteren."