

Sedona release: de voor- en nadelen van geld

Nu ga je het voor- en nadelenproces gebruiken om ervoor te zorgen dat je krijgt wat je wilt in je leven. Vergeet niet zowel de voor- als de nadelen los te laten. Daardoor zal het doel van financiële vrijheid en rijkdom in je bewustzijn postvatten.

Vraag:

- Welk voordeel heeft financiële rijkdom en vrijheid voor jou?
- Heeft dat te maken met een behoefte aan goedkeuring, controle of zekerheid?
- Kun je jezelf de ruimte geven om deze behoefte los te laten?
- Welk nadeel heeft financiële zekerheid of rijkdom voor jou?

Bv angst voor de belastingdienst of angst het weer te verliezen. Als er geen nadeel in je opkomt, laat je dat gewoon los.

- Heeft dit te maken met een behoefte aan goedkeuring, controle of zekerheid?
- Kun je die behoefte loslaten?
- Welk voordeel heeft financiële vrijheid of rijkdom voor jou?
- Heeft dat te maken met een behoefte aan goedkeuring, controle of zekerheid?
- Kun je jezelf de ruimte geven om deze behoefte los te laten?
- Welk nadeel heeft financiële vrijheid of rijkdom voor jou?
- Heeft dit te maken met de behoefte aan goedkeuring, controle of zekerheid?
- Kun je die behoefte loslaten?

Herhaal deze vragen minstens 9 keer totdat je zeker weet dat je alle voor- en nadelen hebt losgelaten.

Sedona release: je ideale financiële situatie

Hoe ziet je ideale financiële situatie eruit?

Geef jezelf de ruimte om je voor te stellen hoe jouw leven eruit zou zien als je volledige financiële vrijheid of rijkdom hebt bereikt. Gebruik hiervoor al je zintuigen op alle niveaus. Je beeld kan visueel, lichamelijk of auditief zijn. Het moet in ieder geval een levendig beeld zijn waarin je al het geld hebt dat je altijd al wilde hebben. Probeer dit gevoel intensief te ervaren.

Ga vervolgens na of er op dit moment iets binnenin je is wat het door jouw opgeroepen beeld tegenspreekt; "Nee dat is niet voor mij weggelegd" of; "Dat kan ik nooit bezitten" of ; "dat is alleen maar fantasie."

Vraag:

- Bevindt zich onder die weerstand een behoefte aan goedkeuring, controle of zekerheid?
- Kun je die behoefte op dit moment loslaten?

Ga nu terug naar het beeld waarin je financiële vrijheid en rijkdom ervaart. Stel je voor dat dat beeld op dit moment werkelijkheid is. Kijk hoe dat eruit ziet, hoe dat voelt en hoe dat klinkt. Ga vervolgens na of je gevoelens bespeurt die tegenstrijdig zijn met dit beeld.

Vraag:

- Komen deze gevoelens voort uit een behoefte aan goedkeuring, controle of zekerheid?
- Kun je deze behoefte loslaten?

Roep opnieuw het beeld op van financiële vrijheid en rijkdom.

Vraag:

- Hoe ziet je leven eruit nu je dit bereikt hebt?
- Komen deze gevoelens voort uit een behoefte van goedkeuring, controle of zekerheid?
- Kun je deze behoefte loslaten?

En weer roep je het beeld op van je financiële vrijheid en rijkdom en ga na of er nog iets is in jou dat weerstand biedt aan dit beeld of dat zegt dat jij die die vrijheid of rijkdom niet “mag” hebben.

Vraag:

- Zo ja, wordt die weerstand ingegeven door de behoefte aan goedkeuring, controle of zekerheid?
- Kun je die behoefte nu loslaten?

En voor de laatste keer roep je weer het beeld op van je financiële vrijheid en rijkdom en besef dat deze dingen gewoon voor je weggelegd zijn.

Vraag:

- Kun je dat beeld volledig toelaten in je bewustzijn?

Omarm het, koester het en laat het bezinken. Ontspan in de wetenschap dat dit gewoon voor je weggelegd is en dat het mogelijk is in het hier en nu. Geef jezelf de ruimte om financiële vrijheid en rijkdom in je leven toe te laten, in de wetenschap dat je dat gewoon verdient!