DAG 1

DANKBAARHEID

DE OVERVLOED CHALLENGE

8 DANKBARE DAGEN

Franciens Manifesteer Series © 2019 - De Overvloed Challenge

DAG 1

Dit is jouw werkboek voor Dag 1 van De Overvloed Challenge

Hartelijk welkom bij De Overvloed Challenge.
Ik nodig je uit om alle opdrachten in dit werkboek te maken.
Maak aantekeningen en schrijf in flow.
Zo heb je na de challenge ook nog een waardevol document
met je inzichten en ervaringen.

Print het uit zodat je elke dag je werkboek kunt invullen.

Stem je af op je mooiste dromen, diepe verlangens en hartenwensen.
Elke dag weer met dankbaarheid.

Schrijf vanuit liefde voor jezelf en voor al die mensen
waarvoor jij het verschil gaat maken.

Er is geen goed of fout.
Jij bent jij.
Jij bent precies daar waar je moet zijn.

888

Liefs,
Francien

Franciens Manifesteer Series © 2019 - De Overvloed Challenge

MANIFESTEER WARE OVERVLOED
- Francien

Ik was net als jij. Vol grote dromen, verlangens en wensen maar ook
met angsten twijfel en negatieve gedachten.
Ben ik wel goed genoeg?
Wie zit er op mij te wachten? Gaat het me lukken?

Ik had een depressie nodig om het geheim achter het geheim te ontdekken.
Ik ontdekte dat manifesteren en de wet van aantrekking veel meer inhoudt
dan wat de meesten je vertellen.

Ware overvloed manifesteren is een diep verlangen van mij.
Een droom die groter is dan ik zelf want het gaat niet over mij.
Het gaat over mijn boodschap achter dat diepe verlangen.
De boodschap dat wij onderdeel zijn van een groter geheel
waarin ook jij een belangrijke rol speelt.
Overvloed is ons geboorterecht en onze belangrijkste taak is:
- gelukkig zijn -

Hoe dan?
Door je trillingsfrequentie te verhogen!
En dit is precies wat De Overvloed Challenge voor jou kan betekenen!
Je krijgt 8 dagen lang kennis, opdrachten en hulpmiddelen
om eenvoudige dagelijkse veranderingen aan te brengen zodat overvloed
moeiteloos in je leven stroomt.

DAG 1

WAAR BEN JE DANKBAAR VOOR?
Als je houdt van onbeperkte mogelijkheden, zul je gek zijn op wat er de komende 8 dagen gaat gebeuren. Feit is dat mensen vaak onbewuste overtuigingen en oordelen hebben m.b.t. overvloed. Deze eerste dag gaan we dieper duiken in je gevoel van dankbaarheid.

Neem elke dag een half uurtje de tijd om te schrijven en te werken aan de opdrachten in dit werkboek. Kom in het gevoelsveld van dankbaarheid. Hoe voelt het als je je bewust wordt van de mooie dingen, mensen en omstandigheden in je leven. Word je bewust van de dingen die er WEL zijn.
Van de dromen die zijn uitgekomen. De mensen die van je houden. Van de doelen die je hebt bereikt.

Geef jezelf de ruimte en creëer een ochtend- of avondritueel. Of beide. Steek een kaarsje aan. Ga op een makkelijke stoel zitten. Glaasje wijn erbij of liever een kopje thee? Neem de tijd om te ontspannen en geef jezelf de ruimte om dankbaarheid te VOELEN.

HEEL EVEN MEDIITEREN
Voordat je begint met schrijven, focus je 5 minuten op je ademhaling. Ontspan jezelf, zet een meditatie muziekje op en sluit je ogen. Maak gebruik van mijn geleide meditatie Dankbaarheid om helemaal in die hoge trillingsfrequentie van dankbaarheid te komen.

Bij het schrijfproces is het de bedoeling dat je in flow schrijft. Dat je geen beperking voelt en met compassie naar jezelf kijkt. Laat die energetische vibratie van dankbaarheid door je heen stromen.

Er is zoveel om dankbaar voor te zijn. Kleine dingen zoals een koud glas drinkwater en de grote dingen zoals het leven zelf. Probeer je bewustzijn te vergroten en geef jezelf toestemming te VOELEN

LEER DANKBAARHEID VOELEN IN JE LICHAAM?
Hoe jij je voelt is alles. Deze sprankeling in je ziel is de frequentie, de energie, de trilling die resoneert met het Universum.

De Affirmatie voor vandaag is:
DANKBAARHEID IS MIJN GOUDEN TICKET NAAR OVERVLOED

DAG 1

Persoonlijke aantekeningen

888

"Ik ben dankbaar"

DAG 1

Neem de tijd om dankbaar te zijn.

888

Drie dingen waar ik dankbaar voor ben vandaag:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

OPDRACHT:
Creëer je eigen dankbaarheid ochtendritueel.
Start vandaag met het schrijven van je eigen ochtendritueel.
Benoem daarin de dingen waarvoor je dankbaar bent.
De grote dingen maar ook de kleine dingen.

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

De Affirmatie voor vandaag is:

DANKBAARHEID IS MIJN GOUDEN TICKET NAAR OVERVLOED

DAG 1

Neem de tijd om dankbaar te zijn

888

Mijn inzichten vandaag :

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Morgen spreek ik met mezelf af dat:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

De Affirmatie voor vandaag is:

DANKBAARHEID IS MIJN GOUDEN TICKET NAAR OVERVLOED

DAG 1

INSTAGRAMSTORY TEMPLATE DAG 1

Deel vandaag waarvoor je dankbaar bent
in deze onderstaande template. Maak een screenshot van deze template en deel deze in jouw Instagramstories en tag mij (@francienvandenboomen) zodat we elkaar zien en inspireren.

AANBOD

ONTDEK HOE JE BEGINT MET HET MANIFESTEREN VAN AL JE DOELEN. DROMEN, WENSEN EN VERLANGENS

Klaar voor de volgende stap? Voor meer?
Begin vandaag met het Online
Manifesteer Moeiteloos
Overvloed Programma!

Klik HIER voor toegang

OVERVLOED CHALLENGE SUPER DEAL:

~~Normaal €197~~
Nu meer dan 50% korting

De Affirmatie voor vandaag is:

DANKBAARHEID IS MIJN GOUDEN TICKET NAAR OVERVLOED

Franciens Manifesteer Series © 2019 - De Overvloed Challenge