

Worksheet

UGE 1 DIN SJÆLS KALD

Hvad ønsker du dig?

Skriv ned - lang liste - udeluk ingenting.

Det må også gerne være noget materielt eller noget ydre.

Derefter:

Hvordan ville du/dit liv føles, hvis det lykkes?

Hvilken følelse?

Hvordan føles kroppen?

Skriv ned!

Luk øjnene og synk ind i følelsen.

Hvad kan minde dig om din sjæls kald hver dag?

Fysiske ting i hjemmet?

F.eks. at tænde et lys hver dag for kaldet, have et lille alter med ordene på.

Tegn i naturen der minder dig om det. F.eks. havet, skov, jord...

Tak hver dag for at mærke hvordan den følelse bliver større og større.

At lægge mærke til følelsen indenunder alle de andre lag/følelser.

Registrere at den allerede bor i dig.