

WUNSCH

Was möchtest Du (nicht mehr)?
Denke, an all das was Dir momentan
nicht gefällt, schief läuft und Du
anders haben möchtest.

ZIEL

Was möchtest Du stattdessen?
Was ist Dein Ziel?
Lass jegliche Verneinungen weg

INTENTION

Was ist Deine klare Wahl?
Formuliere mit „Ich beabsichtige“, „Meine
Welt kümmert sich“ „Ich wähle“ in der
Gegenwart, ohne Verneinungen was Du
gern möchtest.

TOP REGELN

Formuliere Intentionen
in der Gegenwart,
frei von Verneinungen
und beginne mit „Ich
beabsichtige“ und
befinde Dich am besten
im Zustand der
Dankbarkeit