



DE ARTISJOK METHODE

Verander jouw perspectief door de WOORDEN te veranderen!

Perspectief is alles als het gaat om hoe we ons voelen, en de woorden die we gebruiken zijn kritische factoren van ons perspectief. Hieronder staan enkele voorbeelden van sleutelwoorden die, indien gewijzigd, een drastische impact zullen hebben op ons onderbewustzijn. De verandering in woorden lijkt misschien klein, maar het kan een behoorlijk effect hebben op ons geluk.

Moeten en gaan

In welke momenten in je leven zeg je 'Ik moet'?

Bijvoorbeeld: 'Ik moet naar mijn werk.' Verander het in; 'Ik ga aan het werk' en kijk hoe anders je je voelt.

Verander nu JOUW 'moeten' in 'gaan' en ervaar hoe anders jouw perspectief wordt.

Ik moet _____



DE ARTISJOK METHODE

Ik ga _____

Ik moet _____

Ik ga _____

Ik moet _____



DE ARTISJOK METHODE

Ik ga _____

Ik kan niet vs. hoe kan ik?

Op welke gebieden ervaar jij beperkingen om echt puur jezelf te zijn en te komen tot wat jij wilt? Door onderstaande terminologie te veranderen, kun je de hersenen stoppen met het blokkeren van de mogelijkheden en in plaats daarvan kunnen ze gaan zoeken naar manieren om de dingen te creëren die jij wenst. Waar voel je je beperkt over? Verander nu de woorden "Ik kan niet" in de vraag "hoe kan ik?"

Ik kan niet _____



DE ARTISJOK METHODE

Hoe kan ik _____

Ik kan niet _____

Hoe kan ik _____

Ik kan niet _____



DE ARTISJOK METHODE

Hoe kan ik _____

Jouw 'wat als' wijzigen!

Vaak gebruiken we 'wat als' op een negatieve manier. Mensen zeggen bijvoorbeeld "wat als ik ontslagen word", "wat als mijn relatie slecht gaat", enzovoort. Deze 'wat als'en nemen ons vermogen om plezier te voelen en te ervaren weg, omdat ze ons ervan weerhouden om te doen wat we echt willen in het leven uit angst voor 'wat als'.

Probeer jouw 'wat als' in het POSITIEVE te veranderen! 'Wat als je die geweldige promotie krijgt?' en 'wat als je je relatie verbetert?'.

Onthoud dat de onbewuste geest krachtig is en zal ZOEKEN naar alles wat je hem zelf zegt te zoeken. Door te zeggen; 'wat als er vandaag nou eens iets geweldigs is gebeurd?', dan gaat je geest automatisch beginnen met je leven te scannen naar geweldige dingen!



DE ARTISJOK METHODE

Aan welke negatieve 'wat als' denk je vaak?

1.

2.

3.



DE ARTISJOK METHODE

Schrijf hieronder jouw nieuwe, positieve 'wat als':

1.

2.

3.
