flow! summit

Lev i flow

UDSKRIVBAR DAGLIG PLANLÆGGER

younity

LEV I FLOW

Det kan være svært at finde tid til positive forandringer i dit liv. Det er nemt at lade tingene glide, når du er optaget af en travl hverdag.

Derfor er planlægning så effektivt. Ved bevidst at afsætte tid til dig selv i fremtiden er det meget mere sandsynligt, at du får det til at ske.

Ved at bruge denne daglige planlægger forpligter du dig til at skabe et bedre liv for DIG!

At leve livet i en tilstand af flow betyder, at hver bevægelse er i perfekt harmoni med livets rytme. Det er et helligt rum, hvor tiden opløses, og sjælen forbinder sig dybt med den opgave, der skal udføres.

At leve i flow fører til dyb fred, glæde og en følelse af enhed med alt, hvad der er. Det er en spirituel rejse mod at blive fuldt til stede, hvor hver handling bliver en gave til universet, der afslører skønheden og potentialet i dit sande jeg.

På næste side finder du en liste med forslag, du kan bruge til at skabe mere flow i dit liv.

LIVET BLIVER KAOTISK, NÅR VI BLIVER SKUBBET OG TRUKKET UDEN HENSIGT.

Begynd med at planlægge en eller flere af nedenstående handlinger i din daglige tidsplan for at afsætte tid til dig selv. Så kan du begynde at opnå mere flow og mindre kaos.

FLOW VEJLEDNINGER

- Morgenintentioner: “Hvad er dine tre vigtigste prioriteter i dag?”
- Taknemmelighedsrefleksion: “Nævn tre ting, du er taknemmelig for i dag.”
- Mål for fokus-sessionen: “Hvad ønsker du at opnå i din første fokuserede arbejdssession?”
- Mindfulness-øjeblik: “Tag et øjeblik til at være til stede. Hvad ser, hører og føler du lige nu?”
- Indtjekning ved middagstid: “Hvor nøje har du fulgt din planlagte tidsplan? Hvilke justeringer er nødvendige?”
- Energieniveau: “Vurder dit nuværende energiniveau på en skala fra 1 til 10. Hvad kan du gøre for at genoplade, hvis det er nødvendigt?”
- Overvinde forhindringer: “Hvilke udfordringer har du stået over for i dag, og hvordan har du overvundet dem?”
- Kreative indsigter: “Skriv alle nye ideer eller inspirationer ned, som du har fået i dag.”
- Aftenoversigt: “Reflekter over dagens succeser. Hvad fungerede godt for dig?”
- Forberedelse til næste dag: “Skriv dine vigtigste mål for i morgen ned.”

Disse spørgsmål er designet til at fremme refleksion, prioritere opgaver, bevare fokus og fremme en positiv tankegang, hvilket alt sammen er afgørende for at opnå en produktiv flowtilstand.

flow! summit

Daglig planlægger

Dato

Top Prioteter

Skema

04:00

05:00

06:00

07:00

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

flow! summit

Daglig planlægger

Dato

Top Prioteter

Skema

04:00

05:00

06:00

07:00

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

flow! summit

Daglig planlægger

Dato

Top Prioteter

Skema

04:00

05:00

06:00

07:00

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

flow! summit

Daglig planlægger

Dato

Top Prioteter

Skema

04:00

05:00

06:00

07:00

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

flow! summit

Daglig planlægger

Dato

Top Prioteter

Skema

04:00

05:00

06:00

07:00

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

flow! summit

Daglig planlægger

Dato

Top Prioteter

Skema

04:00

05:00

06:00

07:00

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

flow! summit

Daglig planlægger

Dato

Top Prioteter

Skema

04:00

05:00

06:00

07:00

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

JEG HÅBER, AT DENNE LIVING IN THE FLOW PLANNER HJÆLPER DIG MED AT SKABE ET LIV FYLDT MED LETHED OG GLÆDE.!

Jo mere tid du afsætter til dig selv, til at leve i en tilstand af flow, jo bedre bliver dit liv.

Før du går i gang med at dyrke dit liv i flow...

vil jeg gerne invitere dig til noget særligt. Noget, du ikke vil gå glip af.

Den 26. maj afholder vi årets største online spirituelle begivenhed...

TILMELD DIG GRATIS

Du får gratis adgang til 40+ fantastiske foredragsholdere. Førende eksperter inden for bevidsthed, helbredelse, ernæring, relationer, shamanisme og coaching..

Du får mulighed for at se foredrag af Dr. Joe Dispenza, Gregg Braden, Deepak Chopra, Gabor Mate, Ken Honda, James Nestor, Alberto Villoldo, Eckhart Tolle, Bruce Lipton, Anita Moorjani, S.H Dalai Lama og mange flere!

Her er sagen: Nogle gange føler du måske, at alt går din vej i livet, du er fuld af liv, glæde og inspiration.

Men nogle gange kan du føle dig fastlåst.

Som om noget holder dig tilbage fra at være dig selv. Og tro mig, når jeg siger det...

Du er ikke alene!

Men du behøver ikke at blive hængende...

flow! summit 2025 er din mulighed for at få en dybere forståelse af, hvad det vil sige at leve i en tilstand af dyb flow. Og din chance for at tilegne dig praktiske færdigheder, der kan hjælpe dig med at komme videre og se reelle forandringer i dit liv.

Det er tid til at møde den rigtige DIG!

Du vil blive vejledt af 40+ førende undervisere, der deler deres mest tilgængelige metoder. Du vil opdage din egen personlige flow-strategi... og du vil se, hvordan fantastiske ting vil åbne sig i dit liv!

Og du kan få adgang til alt dette GRATIS!

Så hvad venter du på?

Klik på linket nedenfor for at tilmelde dig i dag:

Tilmeld dig her

flow! summit 2025