

DAILY CHECK IN

'Zakelijk Succes Vanuit Je Hart'

DreamchasersLab.com

JOUW MAGISCHE 'GELUKSMACHIENTJE'



Start je dag met focus en intentie met behulp van deze Daily Check In.
Met als doel 'Zakelijk Succes Vanuit Je Hart'.

Jij hebt namelijk iedere dag weer de gelegenheid om jouw pad en jouw route te kiezen. Geluk en succes zijn te beïnvloeden en die magische kracht in jezelf kun jij met deze tool optimaal inzetten!
Dus hopsa benutten dat wonderlijke geluksmachientje.

Maak er een routine van om hier je dag mee te starten zodat jij met focus en resultaatgerichtheid aan de bak gaat met jouw zakelijke droom.
Remember: de kracht zit erin in de dagelijkse herhaling.
Op de volgende pagina's vind je de uitleg en op pagina 5 en 6 jouw eigen praktische Daily Check In.

De 9 'Daily Check In' stappen

#1 Maak jouw droom/doel super concreet

Maak jouw droom zo helder mogelijk. Hoe voel je je als je je droom waar hebt gemaakt? Waar je dan bent, met wie je dan bent, wat je ziet. Heb je een omzet (of nog beter winst) -doel maak dat bedrag dan glashelder.

#2 Voel dat absolute verlangen

Waarom wil je deze droom waarmaken, waarom verlang je daar zo naar? Hoe uit dat verlangen zich, wat voel je daarbij? Wentel je daar eens, tot kopje onder, dive in!

#3 Sta open voor de 'kusjes van het leven'

Iedere dag, ja iedere dag, ontvang jij signalen. Van dubbele cijfers, veren op je pad tot het horen van jouw favoriete muziek op onverwachte plekken. Word een pro in het ontvangen van deze 'kusjes van het leven' en voel je daardoor gesteund en superkrachtig in het waarmaken van jouw droom.

#4 Maak een visionbord

En nee dat is niet iets voor, verveelde huisvrouwen. Verzamel al je oude magazines en ga scheuren. Verzamel alles wat hoort bij jouw droom en plak het op. Ook de details zoals bijvoorbeeld: wat voor schoenen draag je dan, op welke plek ben je dan, wie zijn dan de mensen met wie jij je omringt, wat eet je dan, hoe ziet je omgeving eruit etc.

#5 Visualiseer

Ga zitten of liggen op een rustige plek, haal eens 3 keer heel diep en rustig adem, hou even vast en adem dan in een rustige lange teug uit door je mond. Ga nu, met je ogen dicht, voor je zien wie jij bent als je jouw droom hebt waargemaakt. Waar ben je? Wat ruik je? Wat zie je? Wat heb je waargemaakt? Voel die trots, voel die voldoening!



#6 Wees een dankbaarheidsjunkie

Bedenk eens wat je al hebt. Wat een rijkdom je al verzameld hebt. Een dak boven je hoofd, een warme jas, een gezond lijf waarmee je kan wandelen in het bos, fijne familie en vrienden, een fiets die het doet, toiletpaier op de wc. You name it!

Hoe meer je je focust op hoe dankbaar je bent voor wat je al hebt, hoe meer je zult ontvangen. Zodra je je gaat focussen op wat er nog niet is, trek nog meer tekort aan.

#7 Wat is je beloning?

Wat ga je als eerste doen of wat geef jij jezelf kado zodra jij je je eerste succes en uiteindelijk je zakelijke droom hebt waargemaakt? Vergeet niet ook alle kleine successen. Koop voor jezelf die heerlijke geurkaarsen van dat exclusieve merk, neem je een abonnement op je favo magazine, boek een massage, koop die training etc.

#8 Doe het vandaag!

Maar echt hoor, hak je droom in mootjes en zet iedere dag een (kleine) stap in de richting. Zorg dat je iedere dag in beweging bent en blijft. Bedenk en doe wat je vandaag kunt doen en doe het. Zoals het het plaatsen van een rake insta post of hulp vragen, hoe spannend dat ook is.

#9 Ontvang, ontvang, ontvang

Jij bent het waard, voel ook dat je het waard bent en ga in de 'ontvangst-stand'. Niet focussen op wat er nog niet is maar op wat er al wél is. Dat doe je door te vertrouwen en los te laten wat je wil. Ga je gedachten verzetten door lekker te gaan sporten, wandelen, afspreken met een vriend(in), uitgebreid en gezond te gaan koken etc.



Mijn eigen unieke

Daily Check In

Start je dag met focus en intentie met behulp van deze Daily Check In.

Print deze Daily Check in in veelvoud uit of schrijf het op in je notitieblok en maak er een routine van om hier je dag mee te starten zodat jij resultaatgericht aan de bak gaat met jouw zakelijke droom.

Remember: de kracht zit erin in de dagelijkse herhaling. Dus hupsakee AAN DE SLAG!

#1 Mijn concrete droom is:

#2 Het eerst volgende succes, als onderdeel van mijn droom, dat ik wil behalen is:

#3 Vandaag ga ik extra alert zijn op de volgende signalen en dat doe ik door:

#4 Het onderdeel op mijn visionboard waar ik me vandaag op focus is:

You are the author of your own life story
-Make it a great one -

Mijn eigen unieke Daily Check In

**#5 Vandaag ga ik tijdens mijn visualisatie het volgende voor me zien
en me er helemaal in onder dompelen:**

#6 Ik ben vandaag dankbaar voor:

#7 De beloning die ik mezelf geef bij mijn volgende succes is:

**#8 Wat ik vandaag ga doen om een volgende stap te zetten
richting mijn droom is:**

**#9 Vandaag sta ik open voor 'ontvangen' doordat ik alle stress en
'moeten' rondom mijn droom los zal laten. Dat ga ik doen door:**

You are the author of your own life story
-Make it a great one -



You are the author of your
own life story
Make it a great one!



The world needs dreamers
The world need doers
But above all the world needs dreamers who do!

Saludos Rianne
www.DreamchasersLab.com
Instagram @DreamchasersLab_com
Clubhouse: @DreamchasersLab
DreamchasersLab Podcast (via o.a. Spotify)