

MINDSET

Just Do You - Mindset

OIKEA MINDSET ON KAIKEN PERUSTA,
KAIKKI MUU SEURAA SITÄ

TOP VINKKI

**Kuuntele äänitteet useampaan kertaan, jotta uudet ajatukset
unelmaurasta todella iskostuvat alitajuntaasi ja
uskomusjärjestelmääsi, ja onnistut kasvattamaan rohkeuttasi
ja elämään todeksi omannäköisen urasuunnitelmasi.**

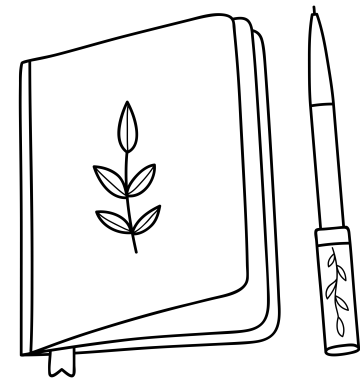
Dedikoi Just Do You - projektillesi juuri oikea muistivihko

Sanotaan, että intuitiivinen hetki kestää noin 5 sekuntia. Jollei intuitiiviseen ideaan tai tunteeseen reagoi heti, se katoaa.

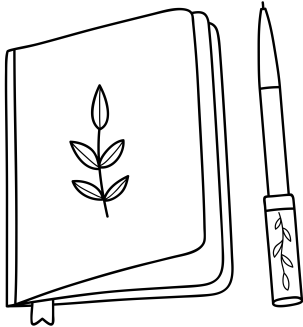
Yleensä intuitiiviset hetket tapahtuvat, mitä hankalimmissa paikoissa – roskista viedessä, kaupan kassalle ja saunan lauteilla.

Ja kuitenkin, on niin ensiarvoisen tärkeää, että kirjoitat tuntemuksesi ja ideasi ylös! Tiedät vahvasta tunteesta, että tässä on nyt jotain, vaikka et tiedä vielä mitä!!!

Kirjoitan usein puhelimeeni tai äänitän puhettani puhelimeeni ja sen jälkeen, kun olen kotona, siirrän ideani omaan JUST DO YOU- vihkooni jäsennehtynä.

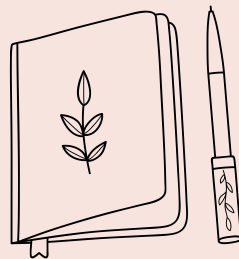


Vihon valinta



En voi painotta tarpeeksi, miten tärkeä prosessi on haahuilla kirjakauppaan valitsemaan energeettisesti oikea, juuri tähän projektiin dedikoitu ja sopiva vihko, älä käytä vanhaa! Siinä tulee olla juuri oikea fiilis, jotta sen taika voisi toimia...

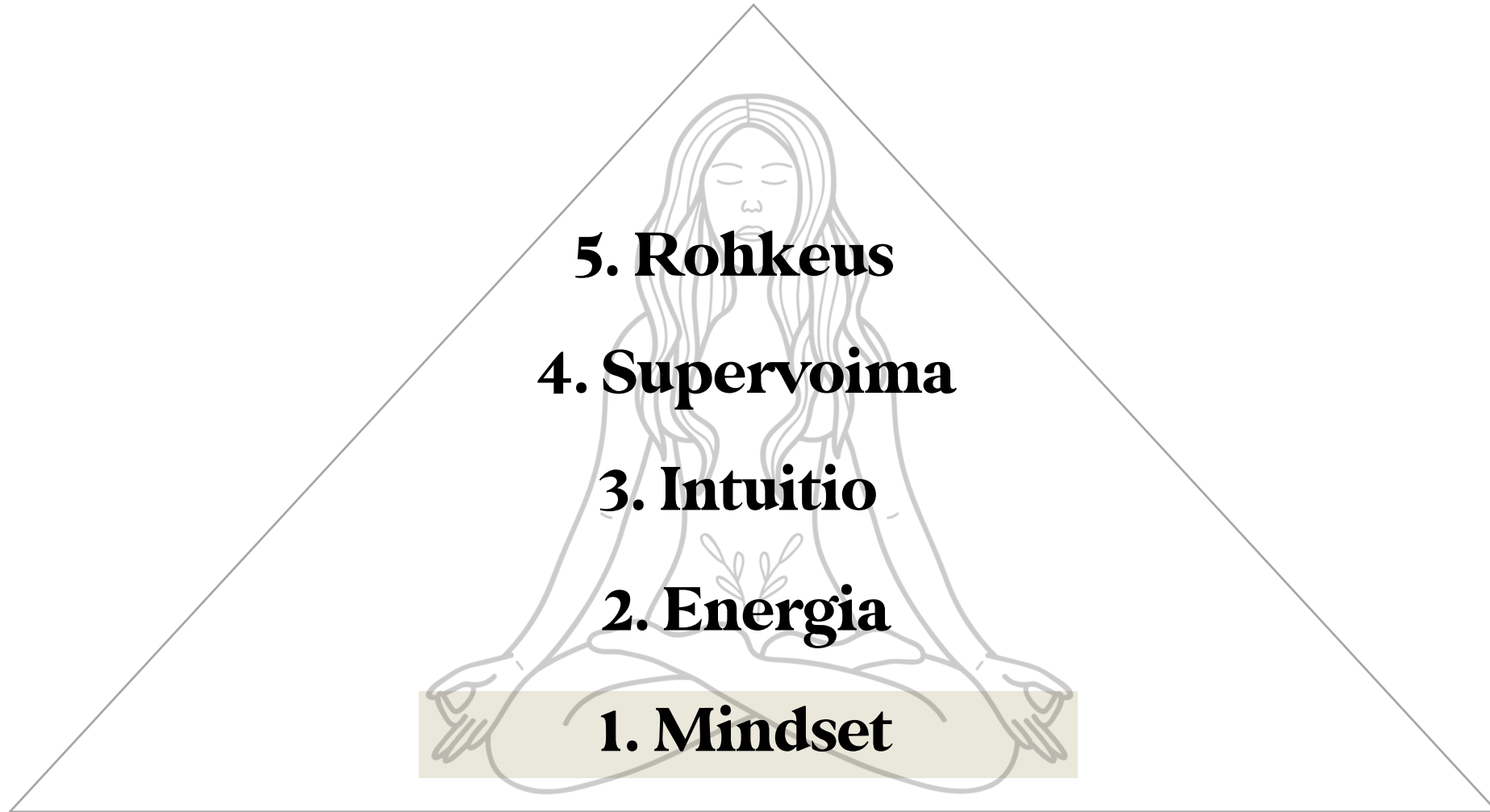
- Sen tulee hivellä kaikkia aistejasi ...
- Kynän tulee liukua juuri oikein paperilla (kynän valinta on siis myös tärkeää!)
- Tähän projektiin et voi valita mitään vihkoa, missä on vanhaa energiaa. Se tulee ostaa juuri tämä projekti mielessä, sillä hetkellä kun aloitat kurssin.

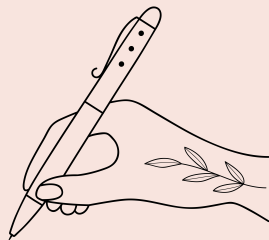


LUO ARVOA OLEMALLA

ona itsesi

UNELMAURAN RAKENNUSPALIKAT





ASTU OMAAN VOIMAASI
JA SAMALLA

inspiroit

MONIA TEKEMÄÄN SAMAN

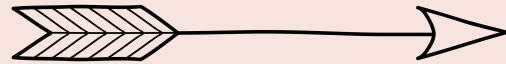
Hei, Olen Tiina

Minulla on niin ISO ILO olla oppaanasi tällä tunteiden täyteisellä unelmauran muotoilun polulla!

Melkein sellainen Dark Night of the Soul – tuli itselläkin läpi käytyä tätä materiaali tehdessä. Ja joskus meni sinne puurtamisenkin puolelle, mutta sitten muistutin taas itseäni, että JUST DO YOU ja työ muuttui taas iloksi ja keveydeksi!

Toivotan sinulle koko sydämestäni oivallusten täyteistä matkaa!





TYÖNTEKO EI OLE MINULLE PUSKEMISTA,
VAAN OMIA VÄHVOUKSIENI JA

lahjojeni jakamisesta

**Elämän tarkoitus ei ole
selvitä hengissä,
vaan selvittää, kuka sinä
oikeasti olet ja mikä on
sinun lahjasi, joka tulee
jakaa maailmalle**



Matkasi tavoite

"Tehtäväsi ei ole etsiä rakkautta, vaan pelkästään etsiä kaikki ne esteet sisältäsi, jotka olet rakentanut sitä vastaan."

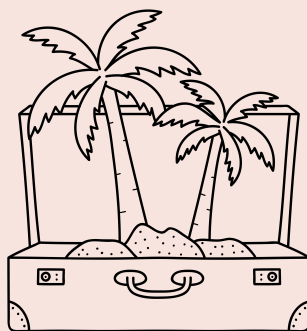
– Rumi.

Meidän ei ole tarkoitus lopulta etsiä:

- Rakkautta
- Intohimoa
- Sydämen ääntä
- Onnellisuutta

Vaan kaikkia niitä mielen esteitä ja uskomuksia, joita olemme laittaneet niiden vastaanottamisen ja tunnistamisen tielle!





IF YOU RADIATE

Love

AND COMPASSION,
YOU DO RECEIVE IT

- Gary Zukav

Luota ystävälliseen universumiin

Mitä enemmän avaat sydäntäsi, sitä enemmän vedät puoleesi positiivisia kokemuksia!

Otan asiakkaani vastaan aina ajatuksella kuin he olisivat seuraava paras ystäväni – lämmöllä ja rakkaudella. Ja jokainen viesti asiakkailtani saa minun hykertelemään onnesta.





**Menestys alkaa siitä
hetkestä, kun päätät olla
rehellinen itsellesi ja
syleillä intohimojasi!**

Pidä mukanasasi

Intuitiivinen ilmapallo

Kulje aina sitä kohti mikä saa sinulle tunteen laajenemisesta

Rohkeuden valtikka

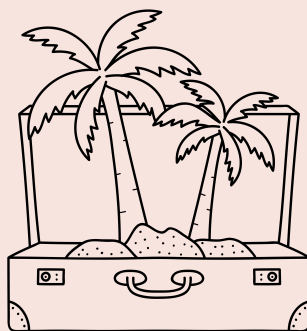
Anna valtikkasi kertoa sinulle, että sinulla ei ole muuta pelättävää kuin se, että maailma ei pääse kokemaan todellista lahjaasi

Sydämen salaisuus

Laita käsi sydämellesi ja tunne mitä tarvitset

Kohtalon kristalli

Aina kun mahdollista kiteytä asioista se olennaisin sinulle ja karsi loput. Karsiminen kannattaa aina, jotta voit vaalia tyhjää tilaa mielessäsi ja elämässäsi, jotta kohtalo voi puuttua peliin.
Mitä pitäisit elämässäsi, jos olisit miljonääri?



Success

**is liking yourself,
liking what you do,
and liking how you do it.**

- Maya Angelou

Mitä menestys on minulle?

Vuosia sitten luin Maya Angeloun sanat:

"Menestys on sitä, että pitää itsestään, pitää siitä mitä tekee ja kuinka sen tekee."

Muistan tuijottaneeni lausetta pitkään. Onko sellaista vapautta olemassa kellään? Huomasin miten koko kehoni reagoi sanaan: vapaus. Tunsin olevani täynnä energiaa ja seisoin suurempana. Ja niin aloin määrätietoisesti tavoitella vapautta.

Päätin, että olisin omassa mielessäni menestynyt vasta, kun minulla olisi täysi kontrolli omasta elämästäni.

Kesällä 2018 minusta tuli lopulta yrittäjä. (Haaveiltuani siitä ensin 15 vuotta...) Se oli yksi konkreettisimmista askeleista matkallani vapauteen.

Yksi kaunis aamu pian sen jälkeen menin lenkille Lauttasaaren rannoille. Oli sanoinkuvaamattoman kaunis kesäpäivä. Aallot kimaltelivat kilpaa auringon kanssa.

Yhtäkkiä Spotify alkoi soittamaan vanhaa ranskalaista Celine Dionin biisiä "On ne change pas"... "Emme muutu koskaan".

Tunsin ison kiitollisuuden aallon pyyhkäisevän ylitseni.

Tuntui kuin sisäinen lapseni vihdoinkin hymyili minulle ja sanoi, että nyt olet turvassa – olet vapaa.

Pysähdyin merenrantaan haukkomaan henkeäni. Suuret kyynelät valuivat pitkin poskiani ja koin suurta tarvetta hokea sanaa kiitos.

Menestys on vapautta olla oma itsensä.

Tuntui kuin paineet vuosikymmenen ajalta alkaisivat purkautua. Vihdoin minulla oli vapaus aloittaa elämä, joka näyttäisi minulta. Vapaus oli koittanut, olin omillani.

Tunne vapaudesta on vain syventynyt matkan varrella ja olen päässyt todella elämään elämää, jonka sydämessäni aina tiesin mahdolliseksi.

Muutama viikko sitten tyhjentelin kaappejani ja löysin vanhoja huolella säästämiäni työtodistuksia. Sain vahvan muistutuksen siitä, millaista "vanha elämäni" oli ollut. Nämä työtodistukset edustivat minulle vanhaa minääni, jossa katsoin aina itseni ulkopuolelle etsien hyväksyntää ja arvostusta. Estin todistuksista sanoja ja merkityksiä, kysyen riitänkö? Olenko tarpeeksi?

Heitin suurimman osan todistuksista pois, ja se tuntui niin puhdistavalta!

Tänään minulla on paljon asiakkaita – asiakkaita, joilla on isot sydämet ja jotka haluavat apuani.

Olen menestynyt olemalla oma itseni, peittämättä suuria tunteitani tai herkkyyttäni.

Olen saanut olla läpinäkyvä ja aito ja se on minulle suurinta menestystä.

**Vapaus saa minut heräämään
aamulla innoissani uudesta
päivästä. En muista kertaakaan
yrittäjän polullani odottaneeni
viikonloppua.**

Kun tuntee itsensä todella hyvin tietää, miten vahva rooli arjessa on oman intuition kuuntelulla ja miten paljon oman ajattelumallien tiedostaminen voi tuoda elämään energiaa ja iloa. Silloin on vaikeaa olla kuulematta vapauden kutsua.

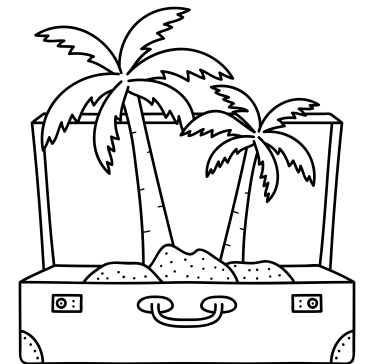
Ehkä kaikista ihaninta vapaudessani on, että saan inspiroida sinua omalla tarinallani.

Tunne vapaudesta on energiaa, joka on todella tarttuvaa!

Tunnetko sen?

Eiköhän aloiteta yhteinen matkamme !

Rakkaudella Tiina





Feel like a queen

to become the Queen of your life

Omat tunnetilatavoitteet

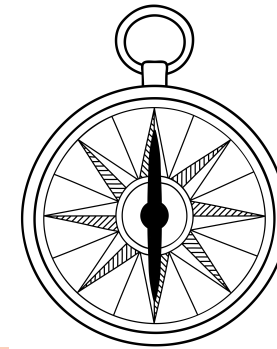
Tunnetilatavoitteet ohjasivat minua niin isoissa kuin pienissäkin päätöksissä kohti uutta unelmauraani.

Nämä kolme tunnetilaa oli kirjoitettuna kännykkäni taustakuvaksi pitkään:
Vapaus, elossa oleminen ja maadoittumisen tunne.

Niitä kaipasinkin eniten!

Kysy nyt itseltäsi, mitä sinä kaipaavat? Ja anna tunnetila kompassien ohjata tekemistäsi!
Kun tunnetilasi kohoaa, olet valmis uusiin haasteisiin!

Ryhdyin päivän aikana tutkiskelemaan, mistä syntyisi tunne vapaudesta?
Mistä syntyisi tunne elossa olostani? Ja päätin lähteä vaikka vauhdikkaalle juoksulenkillä,
jotta saisin kokea näitä tunnetiloja, jotka kasvattivat omaa voimaani.



- Mitä tunnetilaa tavoittelet?
- Missä tunnetilassa olet kotonasi?
- Millainen tekeminen herättää sinulla tällaisen tunnetilan?

Esimerkki.

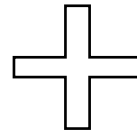
Päätät käydä usein kampaajalla, koska saat siitä tunteen, että olet valmiina uusiin haasteisiin!

Kampaajalta lähtiessäsi tunnet olosi valmiiksi tekemään markkinointivideoita, kontaktoimaan uusia ihmisiä jne. joka johtaa taas uusiin mahdollisuuksiin. Huomioi tunnetilasi!

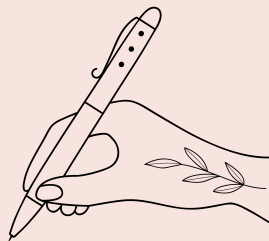
Salli itsesi olla onnellinen

Kaksi mantraa, jotka haluan, että sanot ääneen joka aamu itsellesi käsi sydämellä.
Kiinnitä nämä lauseet myös yllättäviin paikkoihin esim. rahapussiisi tai vaatekaappiisi,
jotta voit nähdä ne yllättävissä tilanteissa ja mielesi alkaa uskoa niihin!

**Minä
ansaitseen olla
aidosti
onnellinen**



**Minä rakastan
itseäni syvästi ja
hyväksyn itseni
täydellisesti**



MEIDÄN KAIKKIEN
KUULUU HEHKUA JA

loistaa

Minä uskon sinuun

Ole määrätietoinen, älä lannistu!

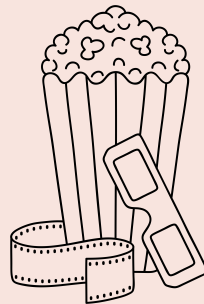
Olen 20 vuotta kirjoittanut päiväkirjaa siitä, mikä minulle tuottaa iloa ja mistä innostun. Ala tosissasi kiinnittää huomiota pieniin seikkoihin, miten haluat elää elämääsi.

Todellisuudessa et tarvitse:

- Tuuria
- Odottaa kenenkään lupaa tai että joku valitsisi sinut

Sen sijaan tarvitset:

- Määrätietoisuutta, jonka kautta muotoilet elämäsi (ks. karsiminen) ja kulkea askel askeleelta, kirja kirjalta, kohtaaminen kerrallaan, asiakas kerrallaan, mentori kerrallaan.
- Vanhojen uskomusten karistamista
- Luopumista huonosta omasta tunnosta, että menee muiden mielipiteitä vastaan
- Luottamusta
- Rohkeutta olla oma itsesi, jotta voit vetää puoleesi niitä ihmisiä, joiden kanssa aidosti viihdyt ja jotka ruokkivat intohimon liekkiäsi



ÄLÄ TYYDY TARINOIHIN
MUIDEN ELÄMÄSTÄ.
AVAUDU OMAN ELÄMÄSI
salaisuuksille

Sinun päätösvoimasi on vahvaa

**Arvosta omaa vahvaa päätösvoimaasi.
Jokaisen päätöksen tekeminen saa sinussa
väistämättä aikaan myönteisiä tunteita.**

- Kun osoitat päättäväisyyttä, luot samalla vahvan myönteisen tunnelatauksen ja siirrät huomiosi siihen, mitä haluat kasvattaa elämässäsi.
- Vetovoiman lain mukaan se mihin siirrät huomiosi ja mistä tunnet kiitollisuutta, kasvaa automaattisesti.
- Päätöksen tekeminen lähettää ulospäin värähtelyä, joka vetää puoleensa päätöksesi mukaisen lopputuloksen.

Kirjoita nyt kolme asiaa ylös, mitä haluat kasvattaa elämässäsi.

Aloita lause aina ”Olen päättänyt”

- Perustaa yrityksen
- Löytää unelmien työpaikan
- Tehdä töitä vain kolmena päivänä viikossa.



Isosti unelointi

EI OLE LINEAARINEN PROSESSI.
ANNA ITSESI MENNÄ EDESTAKAISIN.

NOTES



LOVE TO DO



RAUHA
WELLNESS