

Kreiere ein Vision Board für deine Träume

Ein Vision Board ist eine Collage, in der du deine innersten Wünsche und Zukunftsvorstellungen bildlich zum Ausdruck bringst.

Indem du all das sichtbar machst und auch an einem zentralen Ort in deiner Wohnung aufhängst, nährst du deine Vision und deine Wünsche.

Dein Unterbewusstsein reagiert darauf und unterstützt dich dabei, zu verwirklichen, was du dir wünschst. Ausserdem hilft dir die Darstellung, deine Träume präsent zu behalten.

Beispiele findest du u.a. auf Pinterest. Suche einfach «Vision Board».



Und so machst du es

Du brauchst ein paar Zeitschriften. Suche Bilder, die dich ansprechen. Lass dich dabei von deinem Inneren führen: Worauf hast du eine Resonanz? Was fasziniert dich? Schneide die Bilder aus und mache eine Collage daraus. Das Gesamtbild sagt viel über dich und deine Träume aus. Wie geht es dir mit dem, was du siehst? Welche Erkenntnisse hast du?

Du kannst auch umgekehrt arbeiten:

Definiere zuerst, was du dir wünschst und suche dann passende Darstellungen, Begriffe etc. dafür aus. Diese fügst du zu einer Collage zusammen.

Alternativ kannst du auf Pinterest gehen und eine persönliche "Wunschleben-Pinwand" erstellen. Die Erfahrung zeigt allerdings, dass es deutlich wirkungsvoller ist, wenn du tatsächlich mit Papier, Schere und Leim arbeitest.

Du kannst die Collage an einem gut sichtbaren Ort bei dir zu Hause aufhängen. Als "Vision Board" erinnert sie dich daran, wer du bist und was du dir wünschst. So bleiben deine Träume lebendig.

Ich wünsche dir viel Freude und Inspiration

Sei **erfolgreich DU**

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Monika', with a stylized, cursive script.