

# POWERFUL INTENTIONS

## POWERFUL INTENTIONS TO START YOUR DAY



IK LAAT ANDEREN ZIEN  
WIE IK ECHT BEN



IK GEEF EN ONTVANG  
LIEFDE IN OVERVLOED



IK BEN ZACHT EN  
GEDULDIG MET MEZELF



IK BEN STERK EN DAPPER,  
WAT ER OOK GEBEURT



MIJN GEVOELEN ZIJN  
BELANGRIJK EN MOGEN  
ER ZIJN



IK WERK MET LIEFDE EN  
PASSIE EN DIT BRENGT  
OVERVLOED IN MIJN LEVEN



IK LAAT PERFECTIE LOS  
EN KIES VOOR  
VOORUITGANG



IK ZET ELKE DAG EEN  
STAP DICHTER BIJ MIJN  
DOELEN



IK BEN EEN MAGNEET  
VOOR KANSSEN EN SUCCES

# POWERFUL INTENTIONS

## POWERFUL INTENTIONS TO START YOUR DAY

### INTENTIES VOOR JOU!

Intenties zijn krachtige boodschappen die je energie sturen en je helpen de juiste ervaringen aan te trekken.

Het geheim?

Zet je intenties in de tegenwoordige tijd, alsof ze al waarheid zijn.

Gebruik positieve woorden en vermijd woorden als 'geen' of 'niet'.

Laat elke intentie voelen als een werkelijkheid waar je in groeit en leeft.

Hier vind je een lijst van intenties, speciaal voor jou, voor je kinderen/pubers en zelfs als je succesvol wilt zijn.

### ZELFLIEFDE EN ZELFZORG

"Ik kies voor liefdevolle zorg voor mezelf."

"Ik ben zacht en geduldig met mezelf."

"Ik sta mezelf toe om te rusten wanneer dat nodig is."

"Ik ben genoeg, precies zoals ik ben."

"Ik luister naar mijn hart en volg mijn intuïtie."

### Kracht en balans

"Ik blijf gegrond en in balans, wat er ook gebeurt."

"Ik geef ruimte aan mijn emoties en laat ze vrij stromen."

"Alles valt op het juiste moment op zijn plek."

"Ik bescherm mijn energie en zeg liefdevol 'ja' tegen wat goed voelt."

"Ik ben sterk en kan alles aan wat op mijn pad komt."

### Relaties en verbinding

"Ik kies voor liefdevolle verbinding met mijn dierbaren."

"Ik spreek vanuit mijn hart en luister met aandacht."

"Ik laat anderen zien wie ik echt ben."

"Ik geef en ontvang liefde in overvloed."

"Ik ben een veilige haven voor mijn kinderen en geliefden."

# POWERFUL INTENTIONS

## POWERFUL INTENTIONS TO START YOUR DAY

### INTENTIES VOOR KINDEREN EN PUBERS

#### Voor jongere kinderen

"Ik ben sterk en dapper, wat er ook gebeurt."

"Ik leer van alles wat ik probeer."

"Mijn gevoelens zijn belangrijk en mogen er zijn."

"Ik ben lief en bijzonder, precies zoals ik ben."

"Vandaag straal ik vriendelijkheid en help ik anderen."

#### Voor pubers

"Ik blijf trouw aan wie ik ben, ongeacht wat anderen doen."

"Ik kan alles aan wat op mijn pad komt."

"Ik focus op wat goed is en laat negativiteit los."

"Mijn mening doet ertoe en ik deel die met vertrouwen."

"Ik ben krachtig, uniek en vol mogelijkheden."

"Ik mag gewoon mezelf zijn, want dat is al goed genoeg."

"Ik heb het in me om te doen wat ik wil bereiken."

"Ik kies voor positiviteit en laat drama achter me."

"Ik luister naar mijn gevoel en maak keuzes die bij mij passen."

"Ik ben slim, sterk en creatief op mijn eigen manier."

"Ik hoef niet alles perfect te doen, als ik maar mijn best doe."

"Ik trek mensen aan die mij respecteren en goed voor me zijn."

#### Voor de relatie tussen jou en je kind

"Wij vertrouwen elkaar en delen eerlijk onze gedachten."

"Samen vinden wij altijd een oplossing."

"Ik ben er altijd voor jou, wat er ook gebeurt."

"Fouten maken mag; samen groeien we verder."

"Ik hou van jou, precies zoals je bent."

"Ik geef je ruimte om jezelf te zijn, terwijl ik je liefdevol begeleid."

"Wij groeien samen door te luisteren en elkaar te begrijpen."

"Ik zie jou in al jouw uniekheid en waardeer wie jij bent."

"Wij bouwen elke dag aan een veilige en liefdevolle band."

"Ik ben jouw steun en vertrouwen, ongeacht de situatie."



# POWERFUL INTENTIONS

## POWERFUL INTENTIONS TO START YOUR DAY

### INTENTIES VOOR JOU, WANNEER JE SUCCESVOL WILT ZIJN!

#### **Zelfvertrouwen en eigenwaarde**

"Ik vertrouw op mijn talenten en unieke kwaliteiten."

"Ik ben waardevol, precies zoals ik ben."

"Ik laat perfectie los en kies voor vooruitgang."

"Mijn gevoeligheid is mijn kracht."

#### **Focus en groei**

"Ik blijf gefocust op wat belangrijk is."

"Ik leer en groei elke dag."

"Ik vertrouw op mijn intuïtie om de juiste keuzes te maken."

"Ik zet elke dag een stap dichterbij mijn doelen."

"Ik kies voor actie, zelfs als het spannend voelt."

#### **Balans en zelfzorg**

"Ik combineer succes met rust en zelfzorg."

"Ik geef mezelf toestemming om te pauzeren."

"Mijn energie stroomt moeiteloos en ik gebruik deze wijs."

"Ik geniet van alles wat ik bereik."

#### **Manifesteren en overvloed**

"Ik leef in overvloed; alles wat ik nodig heb, is al aanwezig."

"Ik ben een magneet voor kansen en succes."

"Ik werk met liefde en passie en dit brengt overvloed in mijn leven."

"Ik ontvang hulp en ondersteuning met open armen."

"Mijn dromen zijn werkelijkheid en komen steeds dichterbij."

#### **Relaties en verbinding**

"Ik trek mensen aan die mij inspireren en ondersteunen."

"Ik blijf trouw aan mezelf en inspireer anderen."

"Ik stel gezonde grenzen die mij beschermen."

"Ik ben authentiek in mijn werk en relaties."

"Mijn netwerk groeit met liefdevolle, gelijkgestemde mensen."

# POWERFUL INTENTIONS

## POWERFUL INTENTIONS TO START YOUR DAY

### START ELKE DAG MET EEN MOOIE INTENTIE!

Intenties zijn de sleutel tot het leven dat je wilt creëren.  
Ik geloof dat je enorm veel aan deze intenties zult hebben.

Kies elke dag die intentie die met jou resoneert,  
die jouw hart raakt en je energie versterkt.

Neem de tijd om ze over te schrijven,  
uit te knippen of ergens op te hangen waar je ze vaak ziet;  
bijvoorbeeld op je badkamerspiegel.

Zo herinner je jezelf dagelijks aan de kracht die in jou zit om balans,  
overvloed en liefde in je leven te brengen.

Met deze krachtige woorden zet je niet alleen de toon voor je eigen dag,  
maar geef je ook jouw kinderen en je dromen de ruimte om te groeien.

Een kleine stap, een heel groots effect.

Lieve groet,  
Angelic 



Ik zou het super vinden als je me via een DM op [@angelicvanmierleteerlink](#)  
laat weten wat je van deze intenties vindt!

# POWERFUL INTENTIONS

POWERFUL INTENTIONS TO START YOUR DAY



SCHRIJF HIER JOUW  
INTENTIES OP DIE MET  
JOU RESONEREN!

