



Bonus oefening

Om na alle vragen die je beantwoord hebt praktisch af te sluiten heb ik een bonus opdracht voor je gemaakt. Zo kan je NU al stappen zetten richting jouw off-grid droom. Je hebt nu jouw vrijheid ontdekt of op een andere manier leren ervaren. Maar hoe sluit dat eigenlijk aan bij het leven wat je nu leeft? Wat zie je daar op dit moment van terug?

Aankomende week ga je 1 stap dichterbij een vrijer leven zetten. Kijk terug naar jouw antwoord op oefening 3 vraag 6. Welke van de dingen die je hier omschreef zie je op dit moment niet terug in je huidige leven?

Kies één van deze dingen uit en ga dit aankomende periode minimaal 3 keer per week doen. Kijk bijvoorbeeld of je meer kunt contact kun zoeken met mensen die dezelfde droom hebben. Als je vooral praktische dingen hebt omschreven die je alleen in jouw off-grid leven kunt doen, ga dan opzoek naar welke dingen jouw dit gevoel van vrijheid geven. Het hoeft niet groot te zijn. Iets kleins kan al verschil maken. Denk aan vuur maken, ontbijten in de tuin, een boek lezen ipv Netflix kijken.

Bevalt deze stap? Maak er dan een gewoonte van en kijk of er meer stappen zijn die je wilt zetten. Kijk ook naar jouw antwoorden van oefening 3 vraag 7. Welke van deze dingen zie je terug in jouw leven nu? Wat ontnemt jouw vrijheid het meest?

Kijk eens of je dit kunt loslaten door bijvoorbeeld een meditatie te zoeken die hierbij aansluit. Misschien kan je er letterlijk afscheid van nemen? Of kan je hier op een andere, zachtere, manier naar kijken zodat het je minder energie kost?

Ik wens je veel plezier en meer vrijheid toe!