

# Penge og økonomi

Navn: \_\_\_\_\_

Dato: \_\_\_\_\_

## Selvværd og penge

Din families historie om penge hænger ved. Måske har du i din barndom hørt, at folk med mange penge er dårlige mennesker, der svigter deres familie fordi de arbejder hele tiden, eller fordi "man da nok ikke er kommet til de penge på hæderlig vis" etc. Er du f.eks. altid gavmild, selvom du ikke har råd til at være det? Eller sparer du mere, end du behøver?

Måske føler du dig grådig og flov over at ønske dig flere penge? Eller måske er du af den rebelske type, der bruger flere penge, end du har, fordi det da er alt for kedeligt at følge et budget.?

## Plan til større økonomisk frihed.

### 1. trin - Din økonomi-tankegang

Arbejd med dine pengehistorier/mindset omkring penge.

### 2. trin - Din økonomi-type

Find ud af hvilken type du er. Hvilken type ligner du mest? A) Vellønnet, B) Generøs, C) Rebelsk

### 3. trin - Realitytjek

Gennemgå, eller læg et nyt budget.

### 4. trin - Din nye økonomiske plan

Bliv enig med dig selv om, hvordan og til hvad du vil bruge dine penge. Skal der f.eks. være plads til en opsparing til en ferie, til at investere for. Læg en plan - hvad skal prioriteres? Hvordan bliver dit pengeliv sjovere?

### 5. trin - Ryd vejen

Fra bogen The Big Leap, af Gay Hendricks. Gay Hendricks fortæller at vi har en slags glædestermometer, vi skal lære at hæve grænsen for, hvor godt vi synes vi må have lov til at have det. En af de store ting der begrænser os, er frygt. Bliv venner med din frygt.

## Arigato dine penge

Hver gang du betaler en regning, så gør det med taknemlighed. Når du modtager penge med Arigato og du giver penge ud med Arigato, så etablerer du i dit hoved et cirkulært flow, som flyder igennem dig med lethed og velsignelse.

Dette er hemmeligheden, som Wahei Takeda taler om med hensyn til de riges sande tankegang.

Det du opdager er, at du med denne teknik fjerner din stress og angst omkring penge og begynder at se flere penge dukke op, fordi det, du sætter pris på, værdsættes.

Med denne teknik vil du også opdage, at det, du køber med dine penge, kommer til dig på de mest positive og fantastiske måder.

## ØVELSE:

Brug 5-10 min. på trin 1 og 2.

Herefter sæt et par timer af til trin 3 og 4, at gennemgå dit budget og lægge din nye plan. Det er bedst hvis du har adgang til en computer, så du kan gå online i din bank og på andre websites, så du kan se hvordan dine aktier har det (hvis du har nogen), din pension, din gældsafvikling, dine kryptovaluta, guld, sølv, ejendomme, crowdleanding, osv. osv.

Dan dig et overblik.

Bliv enig med dig selv om, hvordan og til hvad du vil bruge dine penge.

Læg din nye økonomiske plan (gældsafvikling, pension, investering, opsparinger til sjov og alvor, osv.)

Lav f.eks. en 10 års investeringsplan: "Jeg vil fordoble pengene hver 5. år" Spred dine penge og investeringer mest muligt. Læg aldrig alle æggene i samme kurv.