

KIRSTEN STENDEVAD OG CHRISTINE EILVIG

MILLIONØSE METODEN

SPIND GULD PÅ DIN PASSION
OG FÅ OVERSKUD BÅDE I HVERDAGEN
OG PÅ KONTOEN



+ 8 KENDTE RIGES RÅD

P

KAPITEL 1

Nye millionøser kan begynde her

KAPITEL 3

Vil du være millionøse?

❧ MILLIONØSEØVELSE ❧

1. **BESLUT DIG ALLEREDE NU FOR, HVORDAN DIN FREMTID SKAL SE UD.**

Skal den være, som den er nu, eller vil du udleve dit økonomiske potentiale?

2. **SKRIV NED, HVORFOR DU GERNE VIL BEGYNDE DENNE REJSE, OG HVORFOR DU ER PARAT TIL AT GØRE DET, DER SKAL TIL.**

Om det så indebærer, at du må transformere alle områder af dit liv undervejs i processen.

3. **ANERKEND DIG SELV FOR DIT MOD OG DIT LEDERSKAB.**

Du har nu besluttet dig for at blive rig på alle planer. Tillykke!

MILLIONØSETIP

Du har valget mellem at blive i dit gamle pengemønster i forsøget på at undgå smerte, hvilket er umuligt, eller at gå efter millionerne for at få det bedre og vokse også på andre områder af dit liv.

KAPITEL 4

Hvordan skal
din egen penge-
forvandling se ud?

KAPITEL 1

Hvad er penge?

KAPITEL 2

Dit indre pengeliv
kan læses på din
ydre bundlinje

MILLIONØSEØVELSE

1. PRØV AT SE LIDT NÆRMERE PÅ DINE EGNE OVERBEVISNINGER:

Hvad tænker du om rige mennesker?

Hvad tænker du om rigdom?

Hvad tænker du om vejen til rigdom?

Skriv dine svar ned. Ellers vil din hjerne snyde dig til at tro, at du har styr på det, og at du ikke kan lære noget nyt her. På den måde risikerer du, at der er nogle ubevidste overbevisninger, som du overser, og som vil være med til at spærre for millionerne.

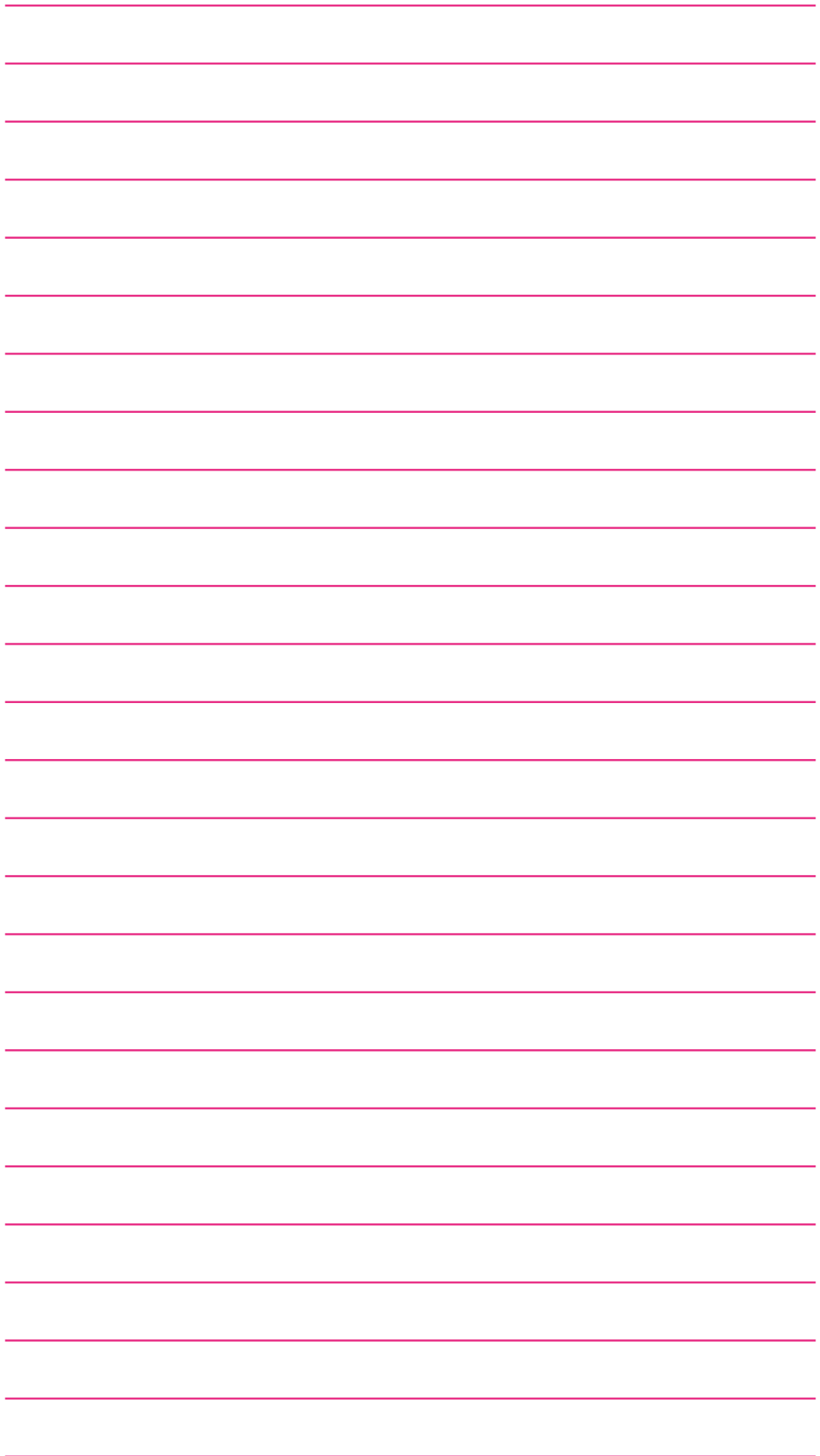
2. HVAD TÆNKER DU OM DIG SELV OG PENGE. ER MILLIONØSESTATUS EN REALISTISK MULIGHED FOR DIG ELLER EJ?

Bare vær ærlig: Det er bedre at få det hele på papir end at forblive i middelmådigheden, hvis du ønsker noget andet.

3. PRØV AT SPORE EN SAMMENHÆNG MELLEM DINE OVERBEVISNINGER OG DIN BANKKONTO. KAN DU SE DEN?

MILLIONØSETIP

Når du oplever en blokering på den ydre pengefront, så prøv at spole tilbage: Hvilken handling, følelse eller tanke kommer denne blokering af? Hvad kunne du tænke – og dermed føle og gøre – i stedet for?



KAPITEL 3

Dine pengerødder bestemmer din bundlinje

❧ MILLIONØSEØVELSE ❧

1. GENKALD DIG DIN BARNDOMS ROLLEMODELLER OG DERES MÅDE AT HÅNDBERE PENGE PÅ.

Kan du se, hvordan du har arvet nogle af deres mønstre? Og kan du se, hvordan det har betydning for dit liv i dag?

2. PRØV I DEN NÆSTE UGE AT SE LIDT NÆRMERE PÅ DET TÅRN, DU HAR FÅET BYGGET OP OMKRING RIGDOM.

Læg mærke til, hvad du fortæller dig selv, og hvilke tanker du gør dig om penge og rigdom. Stil dig selv det spørgsmål, vi stiller vores kursister: Hvad er det værste, der kunne ske, hvis du var i en position, hvor alle dine økonomiske drømme var gået i opfyldelse?

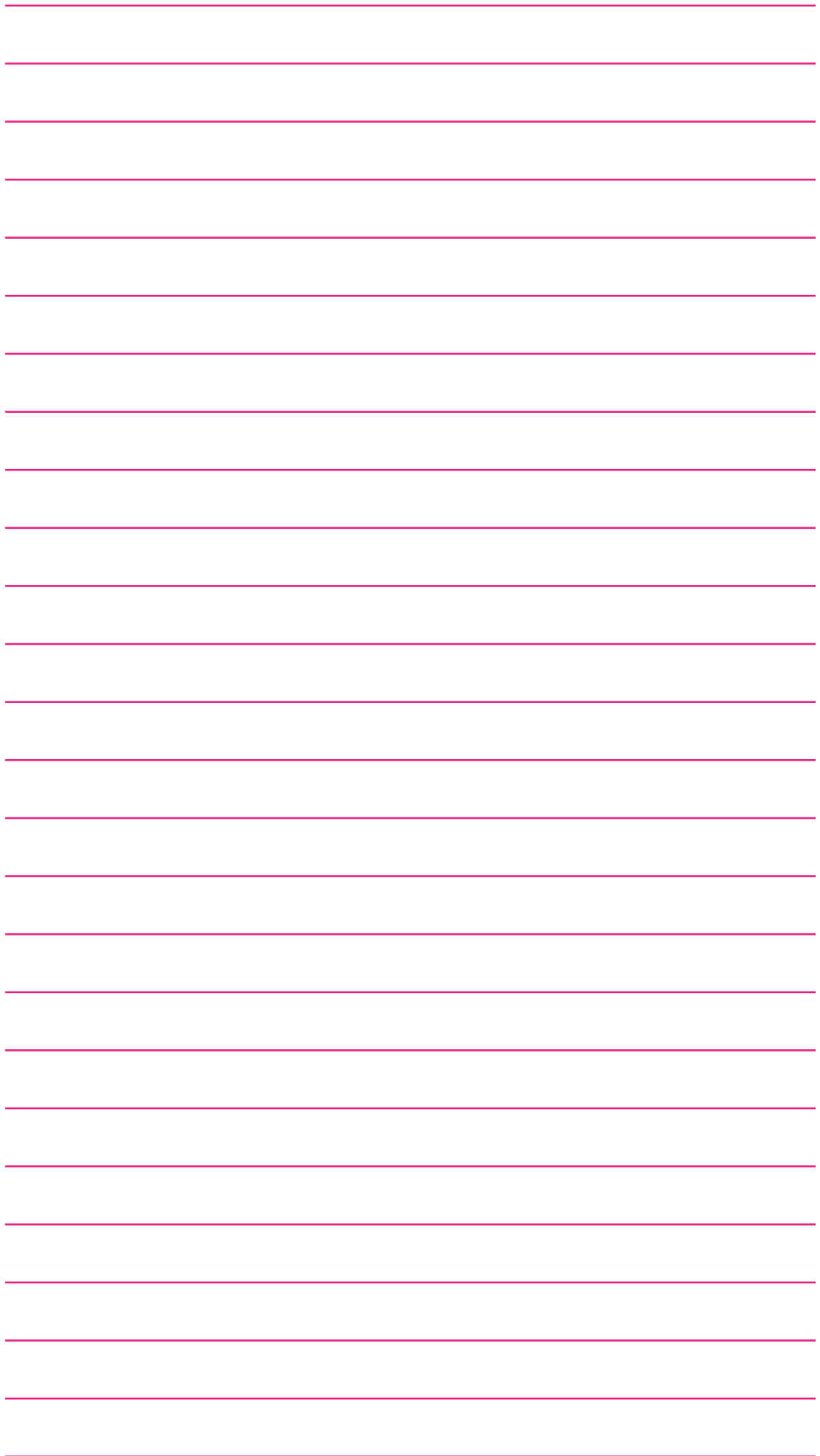
Svaret på dette spørgsmål er ofte nøglen til nogle af de dybeste grundholdninger, som er med til at blokere for din rigdom. Så de skal skiftes ud med nogle rige overbevisninger, der giver dig en høj pengetermostat, for at et liv med økonomisk uafhængighed kan blive en realitet.

3. PRØV AT FÅ EN FORNEMMELSE AF, HVORDAN DIN PENGETERMOSTAT ER INDSTILLET.

Hvor mange nuller kan du forestille dig, uden at det forekommer dig helt urealistisk?

MILLIONØSETIP

Hvis din pengetermostat er lavt indstillet, kan det være en af årsagerne til, at du skynder dig at bruge penge, så snart du har dem. Hvis der er knyttet vrede, sorg, skyld eller skam til dine pengerødder, så vil flere penge ikke gøre dig lykkeligere, snarere tværtimod. Derfor: Bliv bevidst om dine pengerødder, og lug ud i dem, der ikke tjener dig eller din millionøsedrøm.



KAPITEL 4

Fra rotteræs til økonomisk frihed

KAPITEL 5

Millionørens tænkemåde: en ny vej frem

❧ MILLIONØSEØVELSE ❧

1. HVAD ER DIN FORKLARING PÅ, AT DU ENDNU IKKE ER MILLIONØSE?

Prøv at se på dine grunde en efter en. Er det nu også sandt, at du ikke KAN tjene flere penge? Eller er det mere et spørgsmål om, at du ikke VIL? Der er meget mere power i at sige: 'Jeg vil ikke' end 'Jeg kan ikke'. 'Vil' indebærer den frie vilje.

2. SE PÅ DIN FORKLARING, OG GLÆD DIG.

Det er kun en 'historie', altså overbevisninger, der afholder dig fra millionerne. Se for eksempel på Line, hvor kreativ man bliver uden alle disse historier.

3. HVEM I DIN OMGANGSKREDS ELLER FRA MEDIERNE HAR DU LYST TIL AT LÆRE NOGET AF?

Tip os gerne via www.millionøseklubben.dk, så skal vi gøre, hvad vi kan for at finde frem til dem, du gerne vil møde, og stille de spørgsmål, du har til dem.

MILLIONØSETIP

Det er blevet muligt at tjene penge med helheden og balancen i behold. I dette nye pengeparadigme misunder vi ikke de rige. Vi ser dem som rollemodeller, der viser os noget, som er muligt for alle.

KAPITEL 1

Millionøse, kend dit hvorfor

KAPITEL 2

Tag ansvar for
(at fremskaffe)
dine millioner

❧ MILLIONØSEØVELSE ❧

1. **BOYKOT BROK – GERNE FRA NU AF OG RESTEN AF LIVET.**

Eller prøv i hvert fald dette lille eksperiment: at lade være med at brokke dig i en hel uge. Hvis du griber dig selv i at brokke dig, så begynd forfra. Øvelsen virker måske nem, men du vil højst sandsynligt blive overrasket over, hvor stor en del af vores kultur brokkeri er blevet. For de mange, der er vant til at hyggebrokke og give andre skylden, vil denne øvelse gøre en stor forskel.

2. **HVILKE FORKLARINGER BRUGER DU, NÅR DU FORTÆLLER, HVORFOR DU ENDNU IKKE ER RIG?**

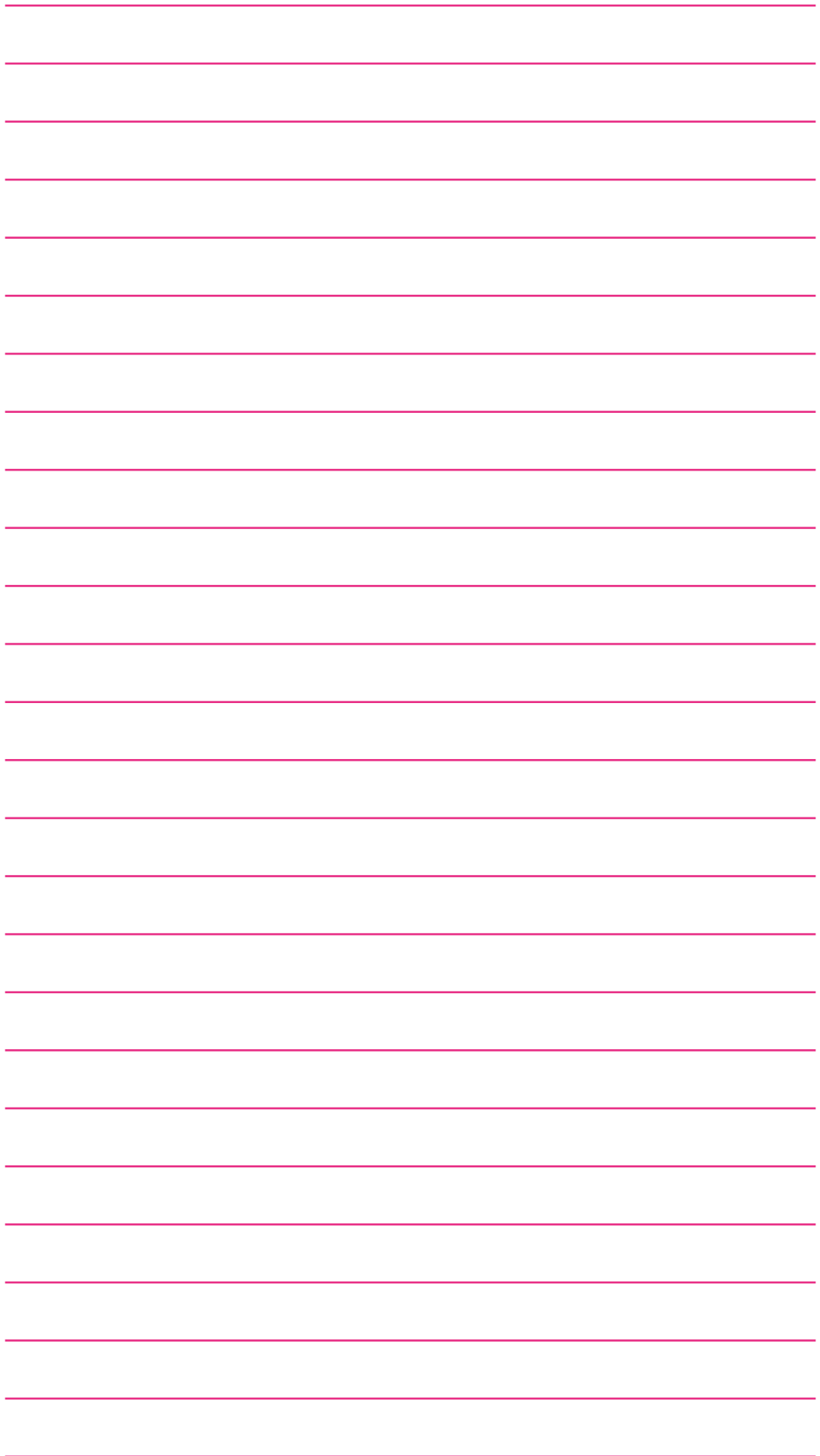
Betragt dem alle som historier, du kan vælge at skrive om. Se på, hvad du har lært af din unikke vej, og koncentrer dig om din vision som millionøse i stedet.

3. **TAG ANSVAR FOR DIN ØKONOMISKE SITUATION.**

Du kan jo passende begynde med nogle af rådene i denne bog.

MILLIONØSETIP

Når du føler dig som offer – hvilket de fleste ærlig talt gør flere gange om dagen – så spørg: Hvordan kan jeg tage ansvar for at vende denne situation eller min oplevelse af den? Hvilken anden fortolkning af situationen kan jeg vælge, og hvad kan jeg lære?



KAPITEL 3

Vær villig til at forlade din tryghedszone

MILLIONØSEØVELSE

1. HVAD VILLE VÆRE GUL PENGEZONE FOR DIG?

Skriv en liste. Måske skal du rydde op i dit regnskab, foretage et salgsopkald, sætte dine priser op eller i det hele taget tage betaling for det, du kan?

2. EKSPERIMENTER MED AT TRÆDE UD AF TRYGHEDSZONEN OFTE.

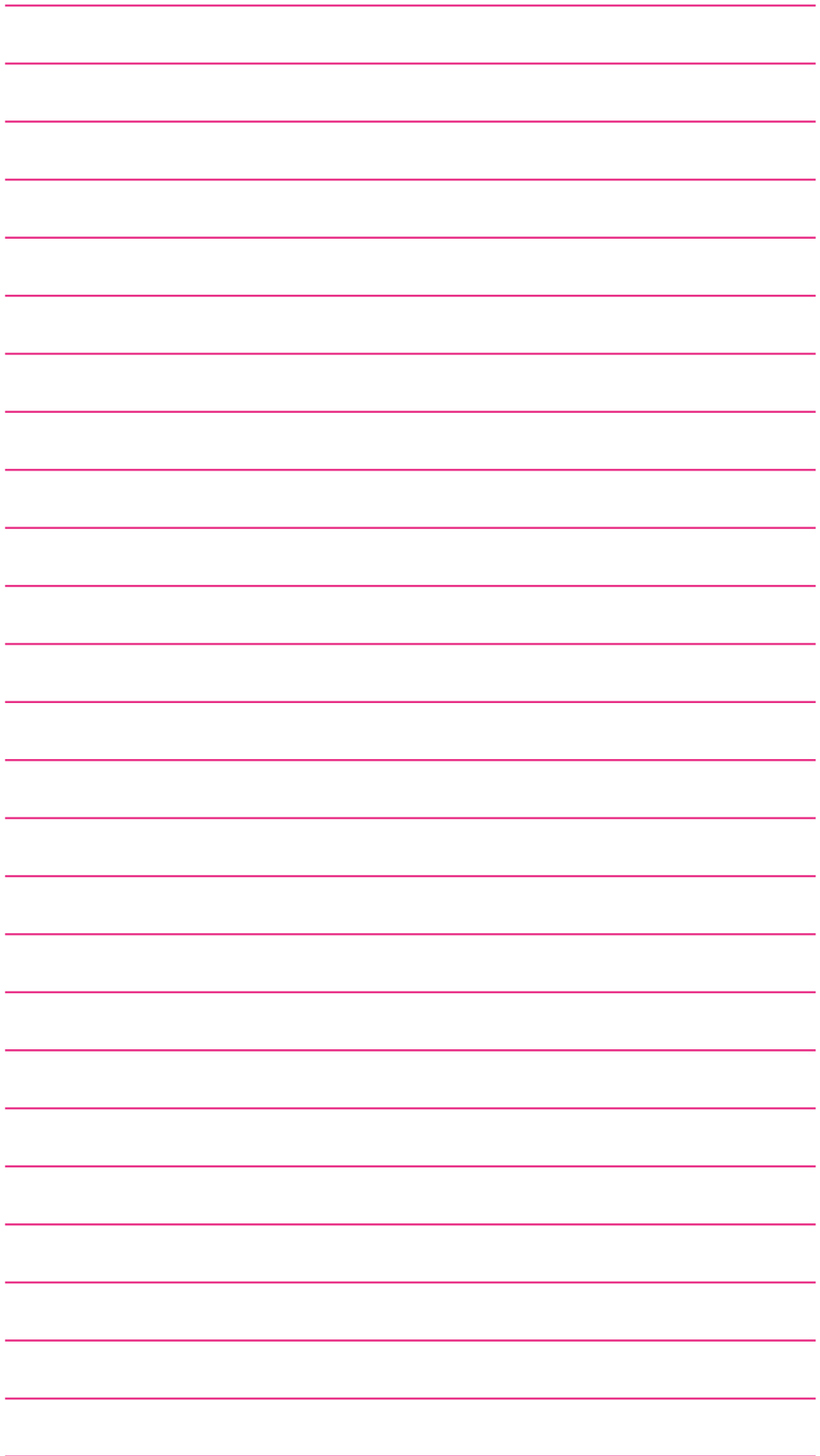
Du og din pengepung vil vokse, i takt med at du bliver fortrolig med at eksperimentere, tænke stort og turde satse. Husk, at det er i gul zone, at du skruer din pengemostat op.

3. PRØV AT GÅ UD AF TRYGHEDSZONEN PÅ ANDRE OMRÅDER AF DIT LIV, OG SE, HVAD DER KOMMER UD AF DET.

Det er vigtigere end nogensinde at være fleksibel, fordi samfundet forandrer sig så hurtigt. Undersøg derfor, hvor du holder dig til det velkendte – på arbejdet, derhjemme, blandt venner, i dine spisevaner og så videre. Alle områder af dit liv har glæde af hyppig fornyelse.

MILLIONØSETIP

Øv dig i at gøre noget, du ikke plejer. Noget, der skræmmer dig lidt, fordi det er uvant. Det kan være alt lige fra at få overblik over din formue til at bruge penge på rengøringshjælp eller andet velgørende, du ikke plejer at unde dig selv.



KAPITEL 4

Ryd op i dine pengerødder

❧ MILLIONØSEØVELSE ❧

1. SÆT DIG GODT TIL RETTE MED PAPIR OG PEN.

Tænd gerne et stearinlys, og sæt noget afslappende musik på, så du har de bedste betingelser for at dykke ned i underbevidstheden og besøge din barndom. Stil nu dig selv følgende spørgsmål, og skriv svarene ned:

1. Hvad hørte du i din barndom om penge? Hvad fik det dig til at konkludere?
2. Hvad så du i din barndom om penge? Hvad fik det dig til at konkludere?
3. Hvad er din første erindring om selv at have penge i hænderne? Hvad konkluderede du?

2. HUSK DIG SELV PÅ, AT DE KONKLUSIONER, DU BE-SLUTTEDE DIG FOR DENGANG, IKKE NØDVENDIGVIS GÆLDER I DAG.

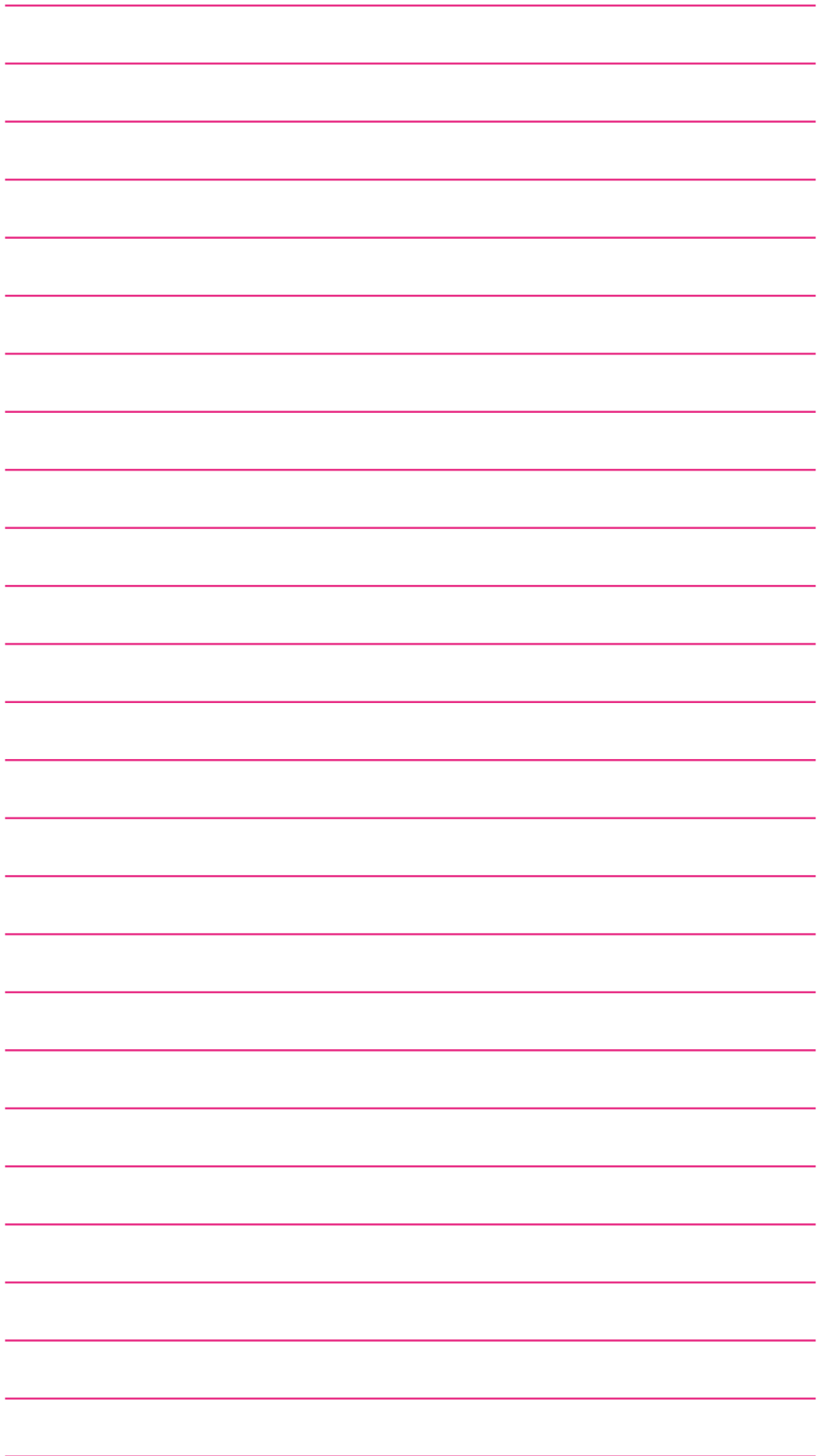
Du valgte at tænke sådan som barn, fordi det gav mening for dig på det tidspunkt. Men du kan frit vælge at tro på noget andet i dag og dermed stile efter en helt anden pengekurs. Hvad vil du skabe i dag som voksen? Hvad vil du vælge at tro på?

3. LÆG MÆRKE TIL, HVORDAN DINE PENGERØDDER FRA BARNDOMMEN GÅR IGEN I DIN ØKONOMISKE TANKEGANG OG ADFÆRD I DAG.

Afslør dig selv i at tænke 'Det har vi ikke råd til' ligesom din far eller 'Den tager vi på kassekredit' ligesom din mor. Læg også mærke til, hvordan du taler om penge med dem omkring dig. Hvordan er snakken med veninderne eller kollegaerne? Hvordan opdrager du dine egne børn rent økonomisk? Hvad hører du dig selv sige til dem? Benyt dig af din nye bevidsthed til at VÆLGE, hvad du vil tænke og videregive omkring penge i dag. Ellers ender du med at installere de pengerødder i dine børn, som ikke engang tjener dig selv.

MILLIONØSETIP

Afslør, hvordan du opererer, når du har med penge at gøre: Er det dit bevidste valg at spare, investere, bruge løs eller lege struds – eller kopierer du bevidstløst din far eller mor? Og hvad har dit voksne jeg egentlig mest lyst til, uanset hvad du er opdraget til?



KAPITEL 5

Lær af gode og dårlige rollemodeller

MILLIONØSEØVELSE

1. SKRIV EN LISTE:

Hvem beundrer du pengemæssigt?

Og hvorfor? List tre af deres gode egenskaber.

Hvem afskyr du pengemæssigt?

Og hvorfor? List tre af de egenskaber, du ikke synes om.

Hvad er gaven i disse egenskaber? Både dem, du godt kan lide, og dem, du ikke bryder dig om. Og hvordan kan du få de egenskaber i spil nu?

Hvilke egenskaber vil DU gerne være rollemodel for?

2. LAD DIG INSPIRERE AF ANDRES SUCCES I STEDET FOR AT BRUGE DEN TIL AT NEDGØRE DIG SELV ELLER ANDRE:

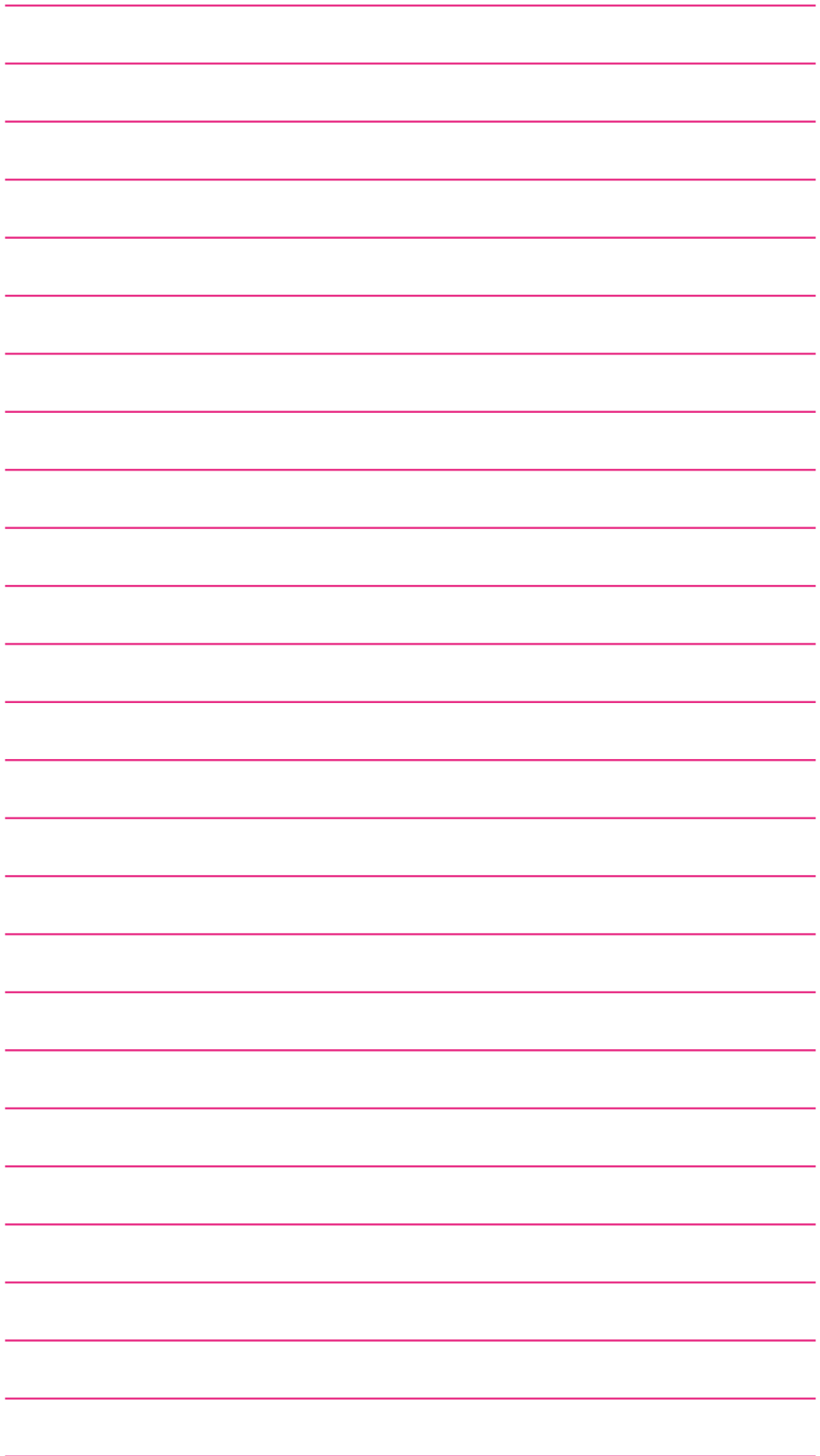
Når du for eksempel læser blade eller ser fjernsyn, så prøv noget nyt: I stedet for at lede efter fejl hos de personer, der er portrætteret, så læg mærke til, hvad I har til fælles. Hvordan kan du bringe de egenskaber i spil, som du godt kan lide hos de personer?

3. INTERVIEW DINE OMGIVELSER OM, HVAD DE SYNES, DU ER GOD TIL, OG HVORDAN DU KAN BLIVE BEDRE.

Du kan tjene kassen på begge dele.

MILLIONØSETIP

Se på dem, du beundrer rent pengemæssigt. Læg mærke til, hvad det er, du tænder på. Og husk så på, at andre blot spejler egenskaber, du selv har. Find nu disse egenskaber frem, dyrk og styrk dem.



KAPITEL 6

Begynd at føle dig
rig allerede nu

❧ MILLIONØSEØVELSE ❧

1. SKRIV LIDT OM, HVAD VELSTAND ER FOR DIG.

Og husk, at det ikke nødvendigvis handler om penge, men måske også om tid, kærlighed, helbred og så videre.

2. HVAD KUNNE FÅ DIG TIL AT FØLE DIG RIG ALLEREDE I DAG?

Lav en liste. Og lad den være laaaang.

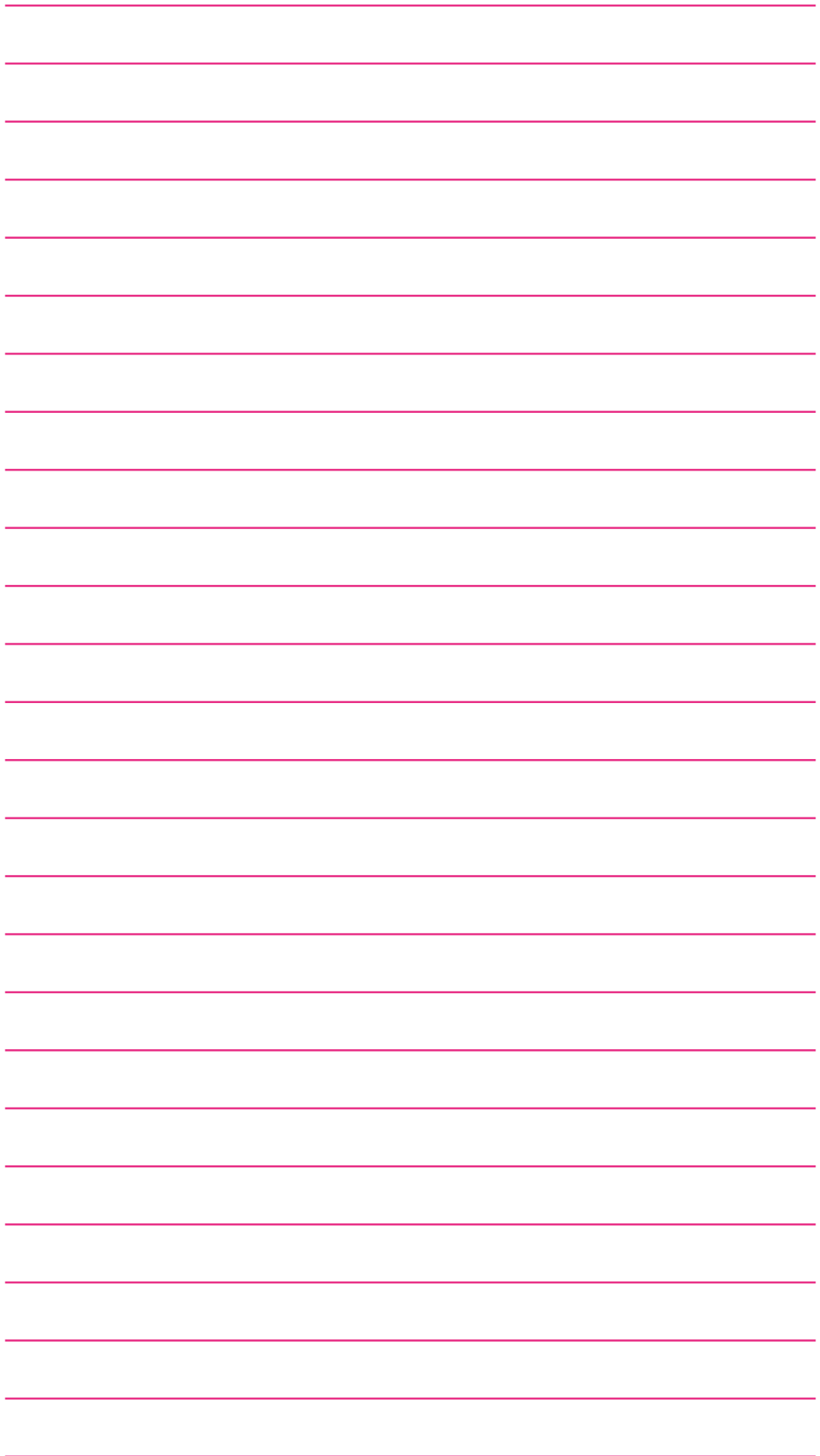
3. BRUG HVER DAG EN MASSE FIKTIVE PENGE.

Dermed vænner underbevidstheden sig til at tænke og føle rigt, og du får mulighed for at øve dig på bevidst at skabe din fremtid. Brug for eksempel 100.000 kroner hver dag i din fantasi bare for at vænne din underbevidsthed til, at der er penge nok.

Dette er samtidig din bestillings seddel til, hvad du gerne vil tiltrække. Øvelsen er super, fordi du finder ud af, hvad du har LYST til, og måske ender du med at få et helt andet forhold til sekscifrede beløb. Når den slags beløb føles som peanuts, så er du ifølge loven om tiltrækning kommet MEGET tættere på rigdommen, fordi du sender tanker og følelser ud om, at millioner er et dyk i lommen.

MILLIONØSETIP

Øv dig i at skabe i det små. Sæt dig for eksempel for, at i dag vil du tiltrække en gave. Vær åben for, i hvilken form gaven ankommer. Det kan være et brev, at du falder over en artikel, som inspirerer dig, eller det kan være en konkret gave. Husk at opdage, når ønsket går i opfyldelse, og fejrdet. Når du lægger mærke til de små succeser, så baner du vejen for de store.



KAPITEL 7

Vær taknemmelig

❧ MILLIONØSEØVELSE ❧

1. BEGYND AT FØRE EN TAKNEMMELIGHEDSDAGBOG, ELLER INDFØR ET AFTENRITUAL, HVOR DU GENKALDER ALT DET, DU ER TAKNEMMELIG FOR.

Hver aften kan du skrive fem ting, du er taknemmelig for, og overveje, hvordan du selv har skabt dem, og hvad du kan gøre for at få mere af samme kvalitet.

2. VÆRDSÆT DIG SELV.

Skriv et brev til dig selv om, hvor meget du respekterer og værdsætter den, du er. Fortæl, hvorfor du fortjener den vildeste lønforhøjelse. Send brevet til dig selv, og lad dig bevæge af din egen storhed, når brevet ankommer. Du får mere af det, du vælger at give energi.

3. VÆRDSÆT NOGLE MENNESKER I DIT LIV.

Hvem kan du sende et kompliment eller en anerkendelse i dag? Når vi løfter andre, løfter vi os selv. Og det kan føre til nye eventyr.

MILLIONØSETIP

Et fokus på taknemmelighed vil udstyre dig med en følelse af glæde, som vil gøre dig til en slags positiv magnet: Der er allerede meget i dit liv, som fungerer, og når du anerkender det, så er der mere på vej.

KAPITEL 8

Lad millionøsen bestemme

MILLIONØSEØVELSE

1. NÅR DU SKAL TAGE ØKONOMISKE BESLUTNINGER DE NÆSTE PAR DAGE, SMÅ SOM STORE, SÅ LÆG MÆRKE TIL, HVEM DER FÅR LOV TIL AT BESTEMME:

Er det den begrænsede del af dig eller millionøsen? Prøv at eksperimentere med, hvad der sker, når du lader henholdsvis den ene og den anden bestemme. Lad millionøsen bestemme i en hel uge, og opdag, hvilken effekt det har på dig, dit humør og din økonomi.

2. HVILKEN LUKSUS VILLE FÅ DIN INDRE MILLIONØSES HJERTE TIL AT SYNGE?

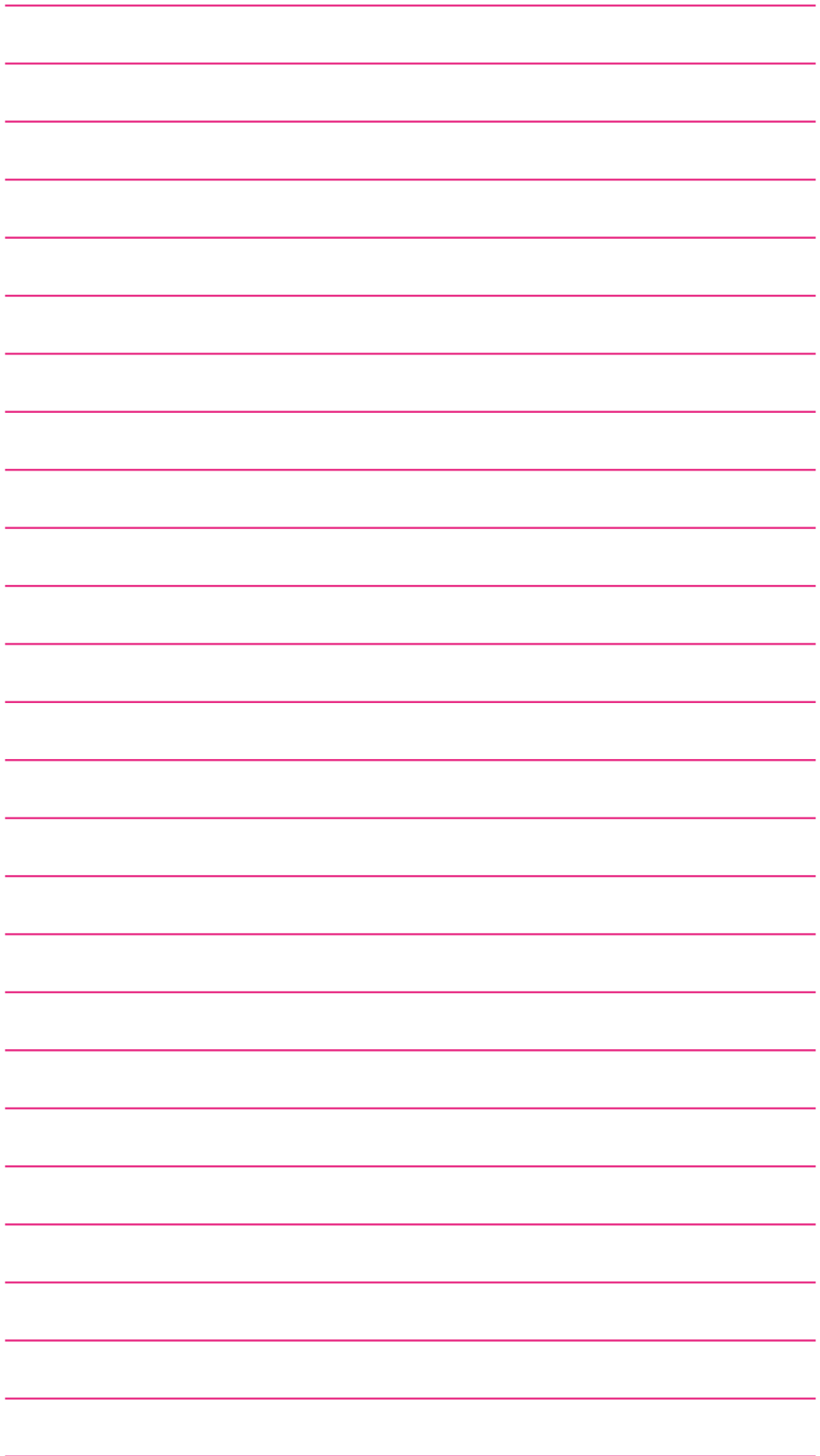
Læg mærke til, at det ikke behøver at være noget, der koster hele din (manglende) pensionsopsparing. Det kunne for eksempel være at vælge den største is i stedet for den billigste. Det kunne være at købe en økologisk creme frem for den billige fyldt med kemi. Eller det kunne være at unde dig selv friske, afskårne blomster i stedet for at tænke fornuftigt og købe en kaktus, bare fordi den kan holde de næste 15 år.

3. HVER GANG DU AFSLØRER DIG SELV I AT HOLDE DIG TILBAGE RENT ØKONOMISK FRA NOGET, DU HAR LYST TIL, SÅ HUSK:

Du har selv skabt ideen om, at du ikke er millionøse, og at du ikke har råd til det, du gerne vil have. Og du har faktisk været så dygtig i dit skaberværk, at du selv tror helt på det. Så nu kan du bare bruge de samme evner til at skabe noget andet, som tjener dig bedre.

MILLIONØSETIP

Oplær dig selv i at være millionøse ved jævnligt at spørge: Hvad ville millionøsen vælge? Du bliver som sagt det, du tænker og føler.



KAPITEL 9

Tænk nyt

KAPITEL 10

Giv ikke op

KAPITEL 1

Skab flere indtægtskilder

KAPITEL 2

Sæt dine penge til at avle

❧ MILLIONØSEØVELSE ❧

1. HVORDAN KUNNE DU FORDELE DINE PENGE, SÅ DER ER NOK TIL DET HELE, INKLUSIVE AT SPARE OP OG GIVE TIENDE?

Hvis du føler, du mangler penge til denne øvelse, så kan det være en god ide at genlæse kapitlet om, hvordan du kan få nogle flere penge.

2. LAV ALLEREDE NU EN AUTOMATISK BANKOVERFØRSEL MED DET BELØB, DU VIL SPARE OP HVER MÅNED.

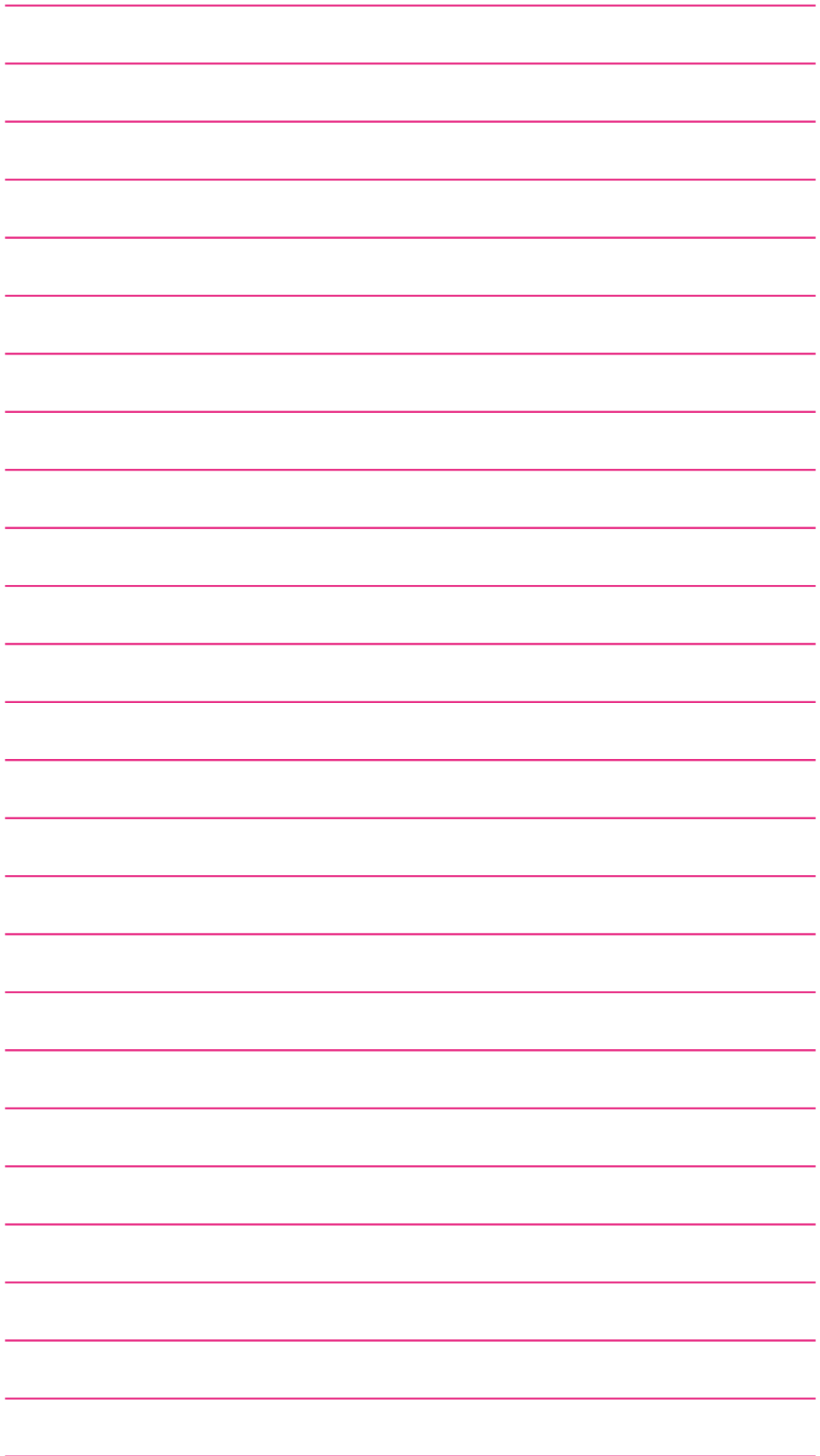
Efter kort tid vil det gå på samme måde, som hver gang du har fået lønforhøjelse: Du vil overhovedet ikke lægge mærke til det.

3. BESLUT DIG FOR, HVEM DU VIL STØTTE MED DIN VELGØRENHED.

Vi giver for eksempel en del af vores millionøseoverskud som iværksætterstøtte til tredjeverdenskvinder, og vi har flere sponsorbørn. Du kan også give noget af din tid væk eller det tøj og de ting, du har ryddet op i, men gør det ikke, fordi du mener, at du ikke har råd til at give kontanter. Giv i tillid til, at du er med til at skabe overskud for alle.

MILLIONØSETIP

Ægte millionøser er hverken ligeglade med deres penge eller uden anelse om, hvor mange de har. De administrerer deres penge og betaler sig selv først. Og så støtter de flere forskellige gode sager.



KAPITEL 3

Lad passionen råde

❧ MILLIONØSEØVELSE ❧

1. HVAD BRÆNDER DU FOR?

Lever du i dag af det, du brænder for? Hvis ikke, så gør en indsats for at finde ud af, hvad det kunne være. Opsøg også inspiration. Spørg for eksempel dine venner, hvad de mener, du er fantastisk til.

2. KAN DU BLIVE MERE SPECIFIK OMKRING DET, DU BRÆNDER FOR?

Selvom du har fundet din passion, så kan det betale sig at lave denne øvelse mindst hvert andet år for at tjekke, om du stadig er på sporet af det, du elsker. Alt forandrer sig, både samfundet og os mennesker, så det, du brændte for i går, er måske ikke helt det, du brænder for i dag. Heldigvis. Det er sådan, du følger med tiden.

3. HVORDAN KUNNE DU FÅ MERE PASSION IND I DIN HVERDAG, SÅ DIN ARBEJDSDAG OG DIT LIV GENERELT BLIVER LYSTFYLDT OG SJOVT?

MILLIONØSETIP

Gå efter guldet, men tag den rute, der hedder passion. Det bliver nemmere og sjovere, og de fleste oplever, at det er på denne vej, de hurtigst finder alle skatteposterne til deres mange millioner.

KAPITEL 4

Bliv rig ved at berige andre

KAPITEL 5

Abejd ud fra inspiration, ikke intention

KAPITEL 1

Derfor skal du være millionøse



Klip ud!

DENNE CHECK ER UDDSTEDT AF MILLIONØSEKLUBBEN.DK

Brug den til at få kr. 100,- i rabat pr. person på en millionøseaften.

Værdi kr. 200,-

VÆRDICHECKEN ER UDDSTEDT TIL:

NAVN: _____

ADRESSE: _____

E-MAIL: _____

Christine Eilvig

Annou Stuedad

Du kan bruge værdichecken i denne sammenhæng, og den er gyldig til og med den 24. december 2009.