



D A G

T W E E

DAG TWEE

Lieve jij,

Bedankt voor je aanwezigheid tijdens deze challenge.

Deze challenge is niet enkel van mij, maar ook en evenveel van jullie.

Immers samen creëren we onze realiteit.

Vandaar zou ik je willen vragen om, als je je daar goed bij voelt, gerust je vragen en opmerkingen in onze groep te delen.

Op die manier leren we elkaar alleen maar beter kennen en kunnen we nog een laagje dieper gaan.

Om in je Rijke Zelf te stappen, is het heel belangrijk om authentiek te zijn, volledig en 100% OK zijn met wie en wat je bent.

Met al je goede en slechte eigenschappen, met al je beperkende overtuigingen,... kortom volledig jezelf omarmen.

Nu, authenticiteit is precies een "mode" woord geworden, maar wat wil het eigenlijk écht zeggen ?

Wat betekent het voor jou ?

Wat maakt dat jij een persoon als authentiek ziet ?

Welke eigenschappen heeft die persoon ?

Hoe staat hij/zij in het leven ?

Waar besteedt hij/zij aandacht aan ?

Hoe voelt haar/zijn energie aan ?

Welke "kleur" heeft deze persoon ?

Do something
today that your
future self will
love you for



www.believecoaching.com

Los deze vragen op en je komt een stuk dichterbij je eigen authentieke Zelf.

Dit kan weerstand bij je oproepen.

Kan gevoelens bij je oproepen (positieve en negatieve), en die mogen er gewoon zijn.

Het hoort bij het proces.

Ga ze gewoon bekijken op een neutrale manier en leg ze naast je neer.

Hecht er geen waarde aan.

Het is niet belangrijk, het zegt niets over wie je écht bent, maar veel over je ego..

Je ego is het stukje van jezelf dat gaat proberen om jou op je plaats te houden.

Je ego wil niet dat je verandert en wil je authentieke Zelf terug wegstoppen.

Vandaar de weerstand en de gevoelens die je ervaart.

Ga door die weerstand en angst en ga dieper in op de vorige vragen.

Geef jezelf de toestemming om te voelen wat authenticiteit voor jou betekent..

Ga nu voor jezelf beschrijven wie jij zou zijn als je volledig authentiek jezelf zou zijn

Schrijf voor jezelf op hoe je dag er dan zou uitzien.

Welke partnerschappen zou je hebben ?

Waar zou jij je tijd aan spenderen ?

Waar zou jij je geld aan spenderen wetende dat geld (net als alles) enkel energie is (maak het niet te zwaar).

Je vindt mijn aanbod op mijn website of ontvangt het via mail als je je inschrijft op mijn mailinglijst

Ik kijk er enorm naar uit om samen met jou op weg te gaan !!!!

Veel liefs,

Lieve x