

Ik neem het leven zoals het komt.



Sommige dingen kun je gewoon niet veranderen.

AANVAARDING

AANVAARDING

Stel jezelf de volgende vragen:

- 1) Wat betekent aanvaarding voor jou?
- 2) Hoe voelt aanvaarding?
- 3) Hoe kan aanvaarding je vooruit helpen?

Affirmatie:

Ik aanvaard dankbaar alles wat mijn kant op komt als een kans voor persoonlijke groei en ontwikkeling.

ER KAN IETS
SLECHTS GEBEUREN.



ANGST

ANGST

Stel jezelf de volgende vragen:

- 1) Waarvoor ben je bang?
- 2) Is die angst terecht?
- 3) Hoe beïnvloeden je angsten je leven?
Wat zou je er graag aan willen doen?

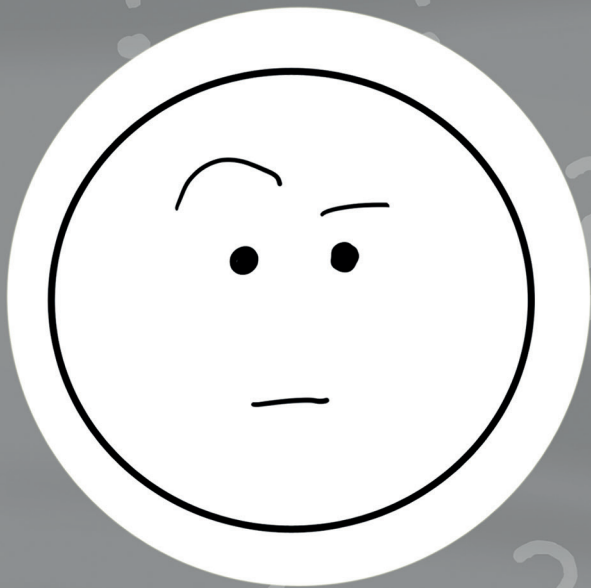
Affirmatie:

Ik adem liefde in. Ik adem angst uit.

Ik geniet ten volle van het leven.

Ik voel geen angst.

Op mijn hoede



BEHOEDZAAM

BEHOEDZAAM

Stel jezelf de volgende vragen:

1) Wat is er in het verleden gebeurd waardoor je nu op je hoede bent?

2) Hoe helpt behoedzaam zijn je?

3) Wat moet er gebeuren opdat je opnieuw mensen zou kunnen vertrouwen?

Affirmatie:

Ik leer proefondervindelijk om de juiste keuzes te maken. Ik vertrouw op mijn intuïtie. Alles komt goed.

Ik heb zoveel om
dankbaar voor te zijn.



DANKBAAR