

DE ONVERMIJDELIJKE --- ZOEKTOCHT

VAN EEN VROUW

De reis van probleem, naar inzicht



INHOUD

INTRO

3. Is dit voor jou?
4. De neerwaartse spiraal
4. Nu gaat het lukken
5. De reis van probleem naar inzicht
5. Oplossing op alle vlakken

JIJ - BEWUST EN ONDERBEWUST

8. Verdwaald in gedachten
9. Pijn aan de binnenkant
10. Onbekend is onveilig
11. Onbewuste problemen
12. Onderbewuste één taak
12. Behoeden voor pijn
13. Je gevoel wint
14. Niet alles op wilskracht

JIJ - ALS VROUW

17. De invloed van hormonen
18. Omgaan met hormonen
20. Hormonen gelinkt aan emoties
21. Genezen of voorkomen
22. Leer jezelf kennen
23. Verbinding met jezelf
25. Goed bedoeld advies
25. Eigen inzichten

HOE VERDER

27. Ik wil wat met je delen
28. Tijd voor verandering
29. Jouw eigen manier
30. Jouw reis begint hier
31. The future is good



Intro

VOOR WIE ?

IS DIT VOOR JOU?

Zit jij met vragen als:

WAT...? (moet ik doen)

HOE...? (kom ik verder)

WAAROM...? (lukt het me niet)

Wil jij de gewoontes die je vasthouden doorbreken en los komen van je emotionele blokkades?

Ik heb wat moois gevonden en dat wil ik graag met je delen. Want hiermee kan jij voor eens en altijd afkomen van de negatieve gevoelens en beperkende gedachten die je vasthouden.

Breek door,
zodat je los komt
en vrij verder kan.



*DAT HET EERDER²
NIET MAKKELIJK WAS,
HOEFT NIET
TE BETEKENEN
DAT HET NIET
MAKKELIJK KAN ZIJN.*

DE NEERWAARDSE SPIRAAL

Lijkt jouw onzekerheid, je gevoeligheid en de angst om het verkeerd te doen een onderdeel van wie jij bent? Heb je al veel geprobeerd om hier sterker in te worden maar heb je het gevoel dat niemand jou begrijpt en lijkt niets écht te helpen?

Soms zijn we terechtgekomen in een neerwaartse spiraal door de dingen die we eerder hebben geprobeerd en dit laat ons open en kwetsbaar voor een volgende ervaring. Maar we willen ons beter voelen en we **BLIJVEN ZOEKEN** naar iets wat ons hoop geeft en wat ons verder kan helpen zodat we ons beter voelen en plezieriger door het leven kunnen gaan.

Wat we eerder nog niet wisten, is dat wanneer jouw pijn, ingehouden gevoelens en emotionele blokkades op de juiste manier aangepakt worden, we het verbazingwekkende vermogen hebben waarbij we deze problemen **ZO VEEL SNELLER** dan we nu durven te geloven kunnen oplossen. Én, zo grondig, dat de kern van het probleem wordt opgelost, waardoor het niet meer terug komt.

NU GAAT HET LUKKEN

Als jij je afvraagt waarom het dan nog niet eerder is gelukt om het echte probleem op te lossen, is het belangrijk om te beseffen dat we allemaal op onze eigen manier pijn en verdriet ervaren en we ook allemaal een eigen en uniek verhaal hebben van hoe we zijn gekomen waar we nu zijn. **Afhankelijk van waar jij als persoon vatbaar voor bent worden jouw 'zwakke plekken' keer op keer aan je getoond, totdat je het oplost en leert wat je moet leren hierover.**

DE REIS VAN PROBLEEM NAAR INZICHT EN OPLOSSING

Vervelende situaties die zich "OM" jou heen uitspelen;
problemen en emoties die jij "IN" jezelf ervaart;

Hoe ontstaan problemen eigenlijk? En belangrijker; hoe kom je er weer vanaf?



OPLOSSEN OP ALLE VLAKKEN

Oplossingen voor onze problemen werken vaak niet grondig genoeg; het gaat niet naar de kern toe, daar waar gewoontepatronen doorbroken moeten worden, zodat het probleem écht opgelost wordt en niet meer terug komt.

De handelingswijze hiervoor moet aansluiten BIJ JOU als persoon; bij hoe jij denkt, voelt en ervaart en **hoe dit alles met elkaar verbonden is** - als één geheel. De oplossing moet je begrijpen EN moet op gevoelsniveau kloppen, op bewust niveau MAAR OOK in je onderbewustzijn.

Wil jij het niet meer
HELEMAAL ALLEEN
hoeven doen?



INKIJK EXEMPLAAR

Download
het gehele ebook
GRATIS op
www.SoSensitive.nl

