



Als kind hebben we nog contact met onze Ziel. Onze persoonlijkheid is in contact met onze Ziel. We zijn puur en onbevangen. We zijn nog niet onze gedachten. Maar dan, dan wordt ons sprookje verstoord en vergeten we wie we zijn. En dat kunnen we een hele lange tijd vergeten. We raken afgescheiden van onze Ziel. Niet echt natuurlijk, maar we leren uit ons hoofd te leven en raken zo het contact met dit deel 'kwijt'. Gaandeweg hechten we meer belang aan ons aardse deel, ons lichaam. En vanuit deze afscheiding ontwikkelen we onze persoonlijkheidsdelen, onze pijnstukken. Angsten, frustraties, jaloezie, je minder voelen dan anderen....allemaal pijnlijke delen. Die ons zo belemmeren in ons leven en in onze relaties. Terwijl dat niet is wie we werkelijk zijn. Waarom laten we ons zoveel leiden door datgene wat ons het meest pijn doet? Het lijkt veel gemakkelijker om over onze negatieve ervaringen te vertellen dan aandacht te geven aan dat wat goed gaat.

Vanuit de psychotherapie/gevoelstherapie wordt je je bewust van deze persoonlijkheidsdelen. Door ze onder ogen te zien, te accepteren en te durven voelen groeit je bewustwording. Vanuit Spirit Coaching ga je contact maken met je intuïtie. Door je te verbinden met je hoger Zelf. Door weerstand los te laten, strijden los te laten en in de stilte te zijn, ga je ervaren wat voor jou belangrijk is. Waar wordt jij door geraakt, geïnspireerd en wat beweegt jou in het leven? Hoe zou het zijn als jouw authentieke kracht weer aangesproken wordt en alles gaat stromen? Door ook te aanvaarden dat het NU goed is en dat je van alles mag leren. Het enige doel is de Liefde ervaren en delen.

Heb je misschien strijd met je partner, je kind of andere mensen en krijgt dat de volle aandacht? Vergeet je jezelf vaak en leef je voor de buitenwereld? Wordt je moe van de strijd in jezelf? Gefeliciteerd, dat is het juiste moment. Het moment om het anders te gaan doen. Het moment om je bewust te worden. Ik help je graag contact maken met je intuïtie. Je Ego belet je vaak jezelf helemaal te kunnen zien, daarom is een ander zo belangrijk om jezelf te kunnen zien. En te kijken naar wat jou belemmert. Zodat je je weer kunt verbinden met jezelf en in het NU kunt leven.

Dat vraagt om een diep geloof in jezelf, en in het universum. Vertrouwen. Dat je gaat voelen dat de belangrijkste relatie in je leven, de relatie met jezelf is, met je Ziel. Zodat je weer gaat shinen..... Niet omdat de omstandigheden veranderen, maar omdat jij verandert. En....het mooie is, je omgeving verandert met je mee. Je laat strijden los en merkt dat als je je durft over te geven, datgene waar je naar streefde, ineens op je pad komt. Want je wordt een magneet voor jezelf. Je trekt dat aan waar je je aandacht op richt.

Ikzelf werd gedwongen om naar mijn innerlijke stem te gaan luisteren. Dat wat zwaar voelde in mijn leven, blijkt mijn grootste kracht aan te boren. Dat wil niet zeggen, dat het leven alleen maar Halleluja is.....want natuurlijk zijn er momenten van afgescheidenheid. Alleen bepalen die niet meer de richting die jij gaat varen. Jij bepaalt of je stroomafwaarts gaat, of tegen de stroom in peddelt. En hoe je je wilt voelen!