

HOOFDREGISSEUR

Zelfliefde

ONLINE WORKSHOP

PRESENTATIE: CINDY HAVEMAN



Wat gaan we doen?

- 01 Is van jezelf houden egoïstisch?
- 02 De kracht van intentie
- 03 Wet van de aantrekkingskracht
- 04 Ik ben...
- 05 Aap
- 06 Wie ben je eigenlijk?
- 07 Ego
- 08 Overidentificatie
- 09 Hoe hoog leg je de lat?
- 10 Kritiek
- 11 Zelfliefde en relaties

- 12 Het leven als spel
- 13 Je eigen bron van liefde
- 14 Vragen



Egoïstisch?

Het is egoïstischer om
NIET van jezelf te houden

Als je afhankelijk bent van anderen voor jouw toevoer van liefde dan ga je manipuleren om het te krijgen. Je wordt verdrietig of boos als het uitblijft of niet gaat zoals je verwacht. Het is eerlijker om zelf verantwoordelijk te zijn voor jou eigen liefde.

Intentie

Visualiseer van tevoren hoe je het wilt hebben



Wet van de aantrekkingskracht

Alles is energie, ook je gedachten en emoties. Energie wil stromen. Ze komen toevallig voorbij in jou. Je bent ze niet, je neemt ze alleen waar. Negatieve gedachten en emoties zijn zwaar en stromen minder gemakkelijk door. Maak ze lichter in plaats van nog zwaarder!



JE BENT EEN KRACHTIGE MAGNEET

- ✓ Positief trekt positief aan en negatief trekt negatief aan
- ✓ Selffulfilling prophecies
- ✓ Train je brein want het neigt standaard naar negatief

The background features a complex pattern of golden geometric lines and shapes, including circles, triangles, and polygons, overlaid on a dark, starry space. At the bottom center, a close-up of a woman's face is visible, showing her eyes and lips. A semi-transparent dark brown rectangle is centered over the image, containing text.

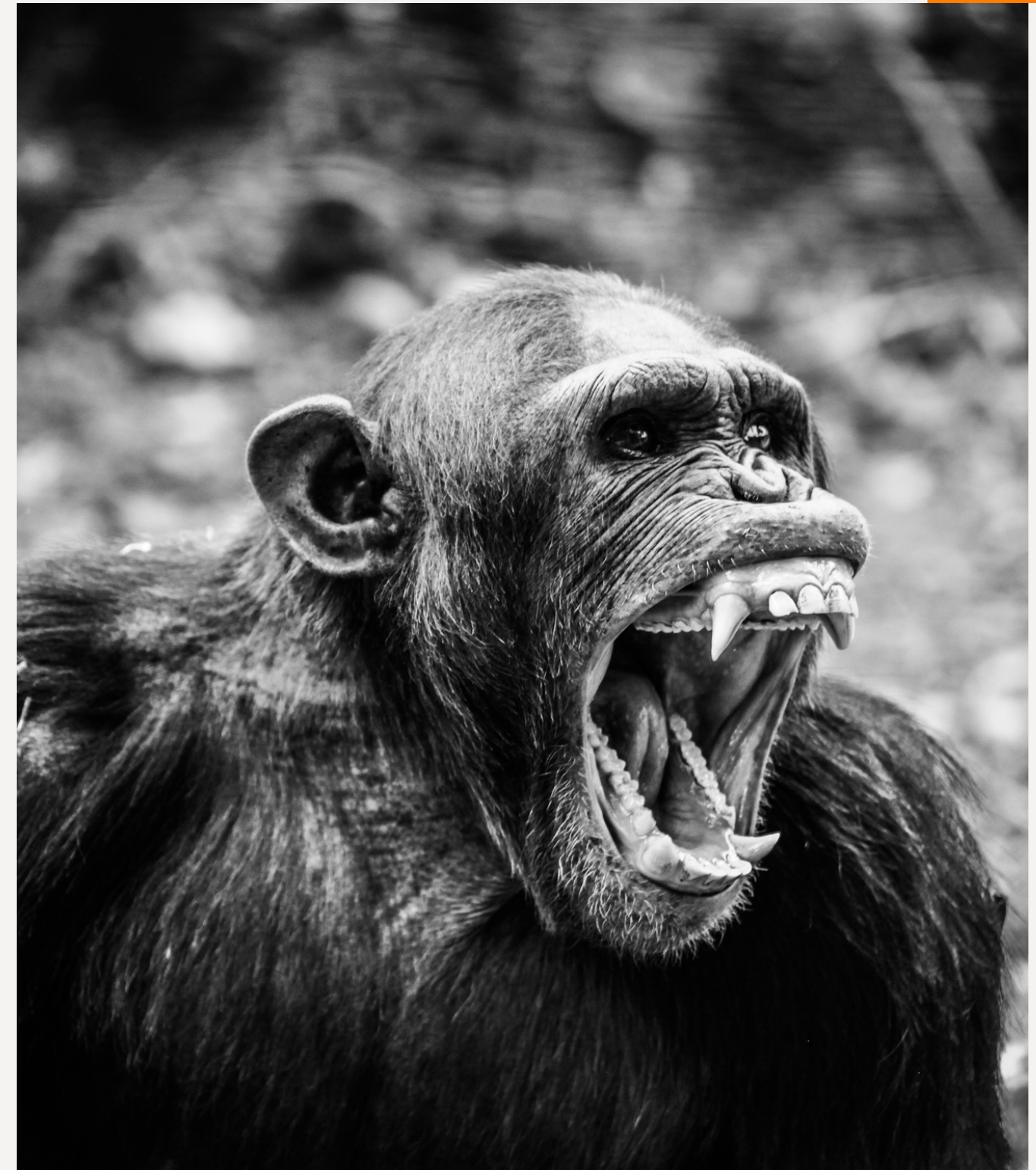
DE TWEE KRACHTIGSTE WOORDEN DIE ER ZIJN:

Ik ben...

De aap in je hoofd

Dat negatieve gebabbel tegen jezelf noem ik de aap in je hoofd. Je brein is geprogrammeerd om je te beschermen tegen gevaar. Alleen zijn ze vergeten het begrip gevaar te definiëren.

Wees de waarnemer!



Wie ben je?

zonder te
antwoorden met

- ✓ Naam
- ✓ Geslacht
- ✓ Beroep
- ✓ Rollen
- ✓ Wat je bereikt hebt of waar je goed in bent
- ✓ Wat je hebt



Ik ben...

Bewustzijn

De waarnemer achter mijn gedachten, lichaam en emoties

- ✓ Overlevingsstrategieën
- ✓ Overtuigingen

Wees de waarnemer!





EGO

Wie je denkt dat je bent

De illusie

Als we spiritueel gaan doen dan zou het zelfs een illusie zijn dat jij überhaupt een individu bent. Je bent bewustzijn dat zich sinds je 1,5 bent pas bewust is van zichzelf. Door dat programma wat zich ontwikkelt.

Wees de waarnemer!

Overidentificatie

Je neemt je ego
te serieus

- ✓ Je gelooft je gedachten
- ✓ Je verdrinkt in je emoties
- ✓ Je bént je beroep
- ✓ Je bent je rol

Wees de waarnemer en lach naar wat je ziet



A high-angle, first-person perspective shot of a person standing on a thick, textured tree trunk. The person's legs, wearing dark blue jeans and brown leather shoes, are visible in the lower foreground. Below the tree trunk, a dense urban landscape with various buildings and streets is visible from a significant height. The lighting is bright, suggesting daytime. A semi-transparent white rectangular box is overlaid on the right side of the image, containing the text.

Hoe hoog leg jij
de lat?



WWW.HOOFDREGISSEUR.NL

Je zult altijd kritiek krijgen

Je gaat er niet dood aan als iemand je niet leuk vindt. Je bent volwassen. Bovendien weet niemand écht wie je bent. Ze hebben een beeld van jou gecreëerd in hun hoofd. Alleen zij zelf zijn verantwoordelijk voor dat beeld. Je bent altijd wel de slechterik in iemand's verhaal.

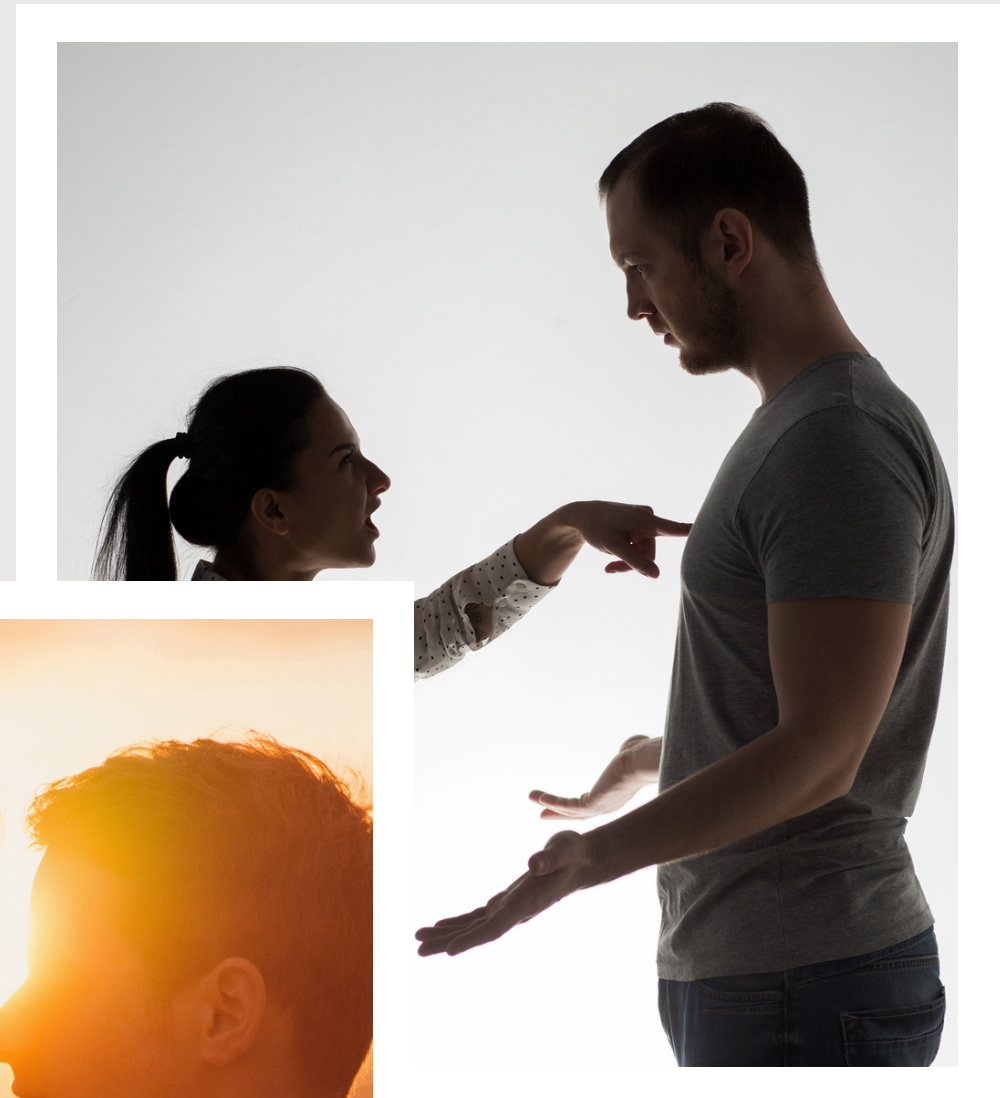
Zonder weerstand kun je niet groeien!

WORKSHOP ZELFLIEFDE

Zelfliefde en relaties

Een ander geeft jou geen liefde. De ander brengt je in contact met de bron van liefde die in jezelf zit. Als je denkt dat je zonder die ander niet meer bij die bron kunt ben je heel kwetsbaar. Je gaat alles uit de kast trekken om die ander niet te verliezen. Wat vaak tot gevolg heeft dat je diegene juist wegduwt...

Liefde zit in je, het komt niet van buiten





SPEL

Lekker spelen en leren

Het leven is een spel

Het leven is een speeltuin, waarin je mag uitproberen wat wel en wat niet werkt. Waarin je fouten mag maken omdat dat precies is waar je van leert.

Neem het niet te serieus

The image features a warm, orange-toned background with a bright sun or glowing orb in the center. Two hands are silhouetted against the light, holding the orb gently. A white rectangular box is overlaid on the right side of the image, containing the title text.

De bron van liefde in jezelf

Tijd om vragen te stellen

Zet je vragen in de chat! Kijk je later? Mail je vraag dan naar:

cindy@hoofdregisseur.nl

Je krijgt altijd een persoonlijk antwoord.
Zet er wel even bij dat je de workshop zelfliefde hebt gevolgd...

