

Van Liefdespijn naar Gelukkig zijn Challenge Dag 3

Hoe gebruik je het werkboek?

De meeste inzichten krijg je door jezelf vragen te stellen. Zonder inzichten, ga je je huidige situatie niet veranderen. Daarom heb ik dit werkboek voor je gemaakt. Zodat je vanuit inzicht, kan gaan werken aan het doorbreken van jouw patroon van liefdespijn.

Het kan zijn, dat sommige vragen lastig zijn om te beantwoorden. Simpelweg omdat je het echt niet weet, of omdat je er nog niet aan toe bent om naar dat stuk van jezelf toe te gaan.

Beantwoord de vragen die je kunt en wil invullen. Sommige vragen zijn misschien nog lastig te beantwoorden, die laat je dan open. Probeer jezelf echter wel uit te dagen. Juist achter de vragen die je niet direct weet, zit vaak een mooi inzicht.

Door dit werkboek in te vullen voor jezelf, zul je nóg meer uit deze 4-daagse halen.

De prijs die ik weggeef:

Je maakt dan kans op het online traject Van Liefdespijn naar Gelukkig zijn, t.w.v. €1.997 wanneer je je inzichten deelt op de Facebookpagina en op de laatste dag jouw motivatie naar ons toe stuurt.

Extra inspiratie

Ik deel dagelijks extra inspiratie op Instagram, je volg me hier:

www.instagram.com/myradewildt

Myra de Wildt vs. Liefdespijn Experts Mary I

Je ziet deze 2 namen waarschijnlijk een beetje door elkaar staan. Wij zijn namelijk bezig met Liefdespijn Experts Mary I te integreren naar Myra de Wildt. We gaan dus verder onder de naam Myra de Wildt. Excuses voor de eventuele verwarring.

Van Liefdespijn naar Gelukkig zijn Challenge Dag 3

Leven of overleven?

Vraag 1:

- Ben jij aan het leven, of aan het overleven?
- En wanneer jij aan het overleven bent, hoe komt het dat het leven overleven voor jou is?

Connectie maken met jezelf

Vraag 2:

- Lukt het jou om connectie met jezelf te maken?
- Lukt het jou om te voelen?
- Herken je het dat je vlucht van je gevoel?
- Zo niet, heb je een idee wat jou blokkeert? Zit er bijvoorbeeld misschien een angst onder écht voelen? Wat is die angst?
- Wat heb je nodig om het contact wel met jezelf te maken?
- Zijn er dingen in je jeugd die jij meer nodig hebt gehad dan die je hebt gekregen?
- Wat had jij meer nodig gehad?
- Vind je dat je het waard bent of voel je ook echt dat jij het waard bent?

Grenzen

- Ga jij over je grenzen heen in relaties?
- Wat gebeurt er precies?
- Hoe komt het dat dit gebeurt?

Inzicht

Vraag 3

Wat was vandaag jouw belangrijkste inzicht?

Actie vereist:

Vergeet niet je inzichten in de FB groep te delen om kans te maken op het online jaartraject Van Liefdespijn naar Gelukkig zijn.

Heb je je al ingeschreven voor training 4? Die vindt namelijk plaats via een extern programma (dus niet via de Facebook Groep) op donderdag om 20.30 uur op vrijdag om 09.00 uur. Kies hier bij welke training je aanwezig wilt zijn (je moet [je inschrijven](#) om hierbij te kunnen zijn). Kun je niet, stuur mij dan even een e-mail.

LET OP:

Morgen (donderdag) vindt de training plaats om 20.30 uur dus plaats **via het webinar programma** waar je je voor hebt opgegeven ([zo niet, doe dit dan via de link hier](#)). Dus **niet** in de Facebook Groep. Er is een herhaling van de 4^e training op vrijdag om 09.00 uur.

Van Liefdespijn naar Gelukkig zijn Challenge Dag 3

Tijdens de 4^e training deel ik de stappen wat je precies moet doen om uit je patroon te komen. Ik zal ook uitleg geven over het vervolgtraject Van Liefdespijn naar Gelukkig zijn wanneer je echt verandering wilt. Enne.... Ik ben jarig zaterdag dus ik geef je een extra vette bonus 🥳

Het wordt een hele bijzondere afsluitende training! Tot morgen!

VAN LIEFDESPIJN
NAAR
Gelukkig zijn