

OP1LauraD les 1.3. Uitleg op whiteboard over strategieën en energieën die vermengd zijn met elkaar.

Met Boos bedoel ik ook geïrriteerd, iets niet leuk vinden, chagrijnig zijn.

Blij is ook in allerlei gradaties. En verdriet kan zover gaan, omdat je je gedachten niet meer kunt beheersen, dat je de depressie in gaat. Dan moet je naar de huisarts, die zal waarschijnlijk doorverwijzen.

Dit filmpje gaat over de energieën en een stukje spiritualiteit komt er aan te pas.

We gaan het voor jou duidelijk maken, en alles wat in je lichaam zit losmaken, zodat je strategieën los kunt laten. Dat loslaten straks, dat gaat automatisch. Omdat we je lichaam aanspreken.

De besluiten die je destijds genomen hebt, die overtuigingen die weken we los.

En je gaat de diepte in, je gaat schrijven, schrijven en schrijven en nog eens schrijven over jezelf.

Want de oplossing zit in jezelf.

Veel plezier met het filmpje bekijken, soms helpt het om het nóg eens te bekijken.

[Copyright Laura Dagers-de Koning](#)