



VIDEO SCRIPT

Maak je nieuwe identiteit glashelder

In deze video deel ik graag nog een stukje voorbereiding. Dat jij je nieuwe authentieke identiteit glashelder voor jezelf maakt. En in de vorige modules is dat allemaal wel duidelijk geworden, maar maak wie je bent en wilt zijn glashelder voor jezelf. Zie die persoon voor je. Hoe denk je? Wat doe je? Wat zeg je? Wat vind je belangrijk? Waarop baseer jij de keuzes die je maakt? Wat zijn jouw voorwaarden? Wie ben jij als je vanuit Hart-Authenticiteit leeft? Wie ben jij uit puurheid, jouw zuiverste versie, wie is dat?

Schrijf die versie nog eens voor jezelf op in korte krachtige zinnen en leer ze uit het hoofd.

Door het op te schrijven en steeds voor jezelf te herhalen, ga jij jezelf opnieuw programmeren.

Je weet dat iets dat je elke dag herhaald door je hersenen na 22 tot 30 dagen als nieuwe waarheid wordt gezien. Geloof erin.

Geen twijfels, je staat er! Ga puur op jouw intuïtie vertrouwen en denk aan de 2 seconde regel bij elke keuze die je maakt. De eerste 2 seconden zijn jouw gevoel en intuïtie, daarna gaat jouw hoofd zich ermee bemoeien en komen er allemaal beren op de weg of ga je jezelf overtuigen om dingen niet te doen of uit te stellen. Onderschat dit niet en pak dit echt serieus op. Ook als je het nu nog allemaal spannend vindt. Zorg dat het glashelder op papier staat. Glashelder wie jij bent, de persoon die jou echt gelukkig maakt. Vergelijk het met jezelf verkopen in een pitch van 30 seconden.

Ik ben Maurice Sijstermans, voor mij is gezondheid belangrijk. Ik vind vrijheid heel belangrijk. Ik maak keuzes op mijn gevoel, zoals ik het op dat moment voel. Ik vind eerlijkheid, oprechtheid en gelijkheid belangrijk. Ik leef vanuit liefde. De natuur is mijn inspiratiebron en kracht. Ik ben goed in luisteren. Ik verzamel herinneringen. Ik ben zorgzaam. Humor vind ik ontzettend belangrijk en ik ben de leider over mijn eigen leven. Mijn passie vind ik in creatief bezig zijn en bourgondisch koken. Ik doe dingen waar ik blij van word en die mij energie geven.

Als je dit echt van jezelf weet en dat ook echt zo voelt, dan is keuzes maken een stuk makkelijker. Situaties waar je in terecht komt overzie je snel. Je bent duidelijk in jouw communicatie. Goede communicatie is zo belangrijk. Je voelt je altijd op jouw gemak. Je weet wie je bent en waar je voor staat.

VIDEO SCRIPT

Maak je nieuwe identiteit glashelder

Dus als mij een vraag gesteld wordt, dan luister ik naar mijn gevoel. Heb ik een off-day dan weet ik dat ik de natuur in moet. Heb ik het idee dat iemand voor mij gaat bepalen of mij gaat beïnvloeden dan gaan er bellen rinkelen, want ik leid mijn eigen leven. En zo kun jij ook jouw leven sturen.

En daarom is het zo ontzettend belangrijk dat je weet wie je bent en waar je voor staat. Leven vanuit Hart-authenticiteit, puurheid, jezelf zijn zonder gedoe. Schrijf dat zo glashelder voor jezelf op, maak het zo duidelijk mogelijk. En pas het aan als je het toch niet voelt of erachter komt dat het toch niet zo bij je past of hoort.

Maak van je twijfel vertrouwen. Zie twijfel direct als een raadgever, wat vertelt die twijfel je echt? Niet over de keuze die je moet maken, maar de onzekerheid. Vertrouw dan op jezelf, jouw eerste gevoel en spreek dat ook uit. Vertrouw op jezelf, geef jezelf dat vertrouwen.

Nogmaals maak het glashelder voor jezelf. Ik heb het volgens mij nu al 3 keer gezegd: 'Schrijf het overal op'. Leer het uit je hoofd, plak het op jouw dashboard, plak het op de badkamer spiegel, boeit jou het wat een ander daarvan vindt.

Plak het op de ijskast, lijst het in.... Het doet er niet toe, maar leer dit echt uit jouw hoofd en programmeer dit. In het begin voelt het raar, dat noem ik dan nu even schaamte, maar als je de schaamte voorbij bent, ga je er ook echt plezier aan beleven. En wat je zult zien is dat als jij het uitspreekt, jij je ontzettend krachtig voelt en steeds zekerder, dus doen!

Maak de opdracht en maak het glashelder voor jezelf. Ik zie je in de volgende video, de laatste module. Zin in!

