VIDEO SCRIPT

Jij wordt jouw gedachten

Welkom terug.
Als het goed is heb je nu op papier helder wie je graag wilt zijn. En kun jij je nu al situaties voorstellen van, ‘Oh als ik zo zou zijn dan, zou ik mij zo goed, geweldig en fantastisch voelen en dan zou ik zo super trots op mezelf kunnen zijn?’ Als jij dat ook zo voelt dan heb ik goed nieuws voor je, want we komen steeds dichter bij de werkelijkheid, jouw werkelijkheid.

Ik denk dat op dit moment 80% van de deelnemers het niet zo voelt zoals ik het zojuist benoemde en dat is heel normaal.

Het liefst zouden we zeggen: ‘Hier is mijn lijstje met mijn nieuwe identiteit, dit ben ik, stamp het er maar in. Maar waarschijnlijk ben jij ook nog niet helemaal overtuigd van jouw zuiverste authentieke versie. Jouw nieuwe identiteit klopt wel, daar is niets mis mee, maar je hebt er nog niet echt vertrouwen in dat dit allemaal echt gaat gebeuren of je voelt het op dit moment, in deze staat nog niet echt. En misschien ervaar je zelfs weerstand in deze cursus, maar hou vol! Laten we problemen gaan oplossen, want dan zijn het geen problemen meer. We gaan aan een zeer interessante module beginnen en nu ga jij jouw cursusgeld echt terug verdienen.
We gaan ontdekken wat de redenen zijn dat jij het toch nog niet zo voelt en dat jij er nog niet zoveel vertrouwen in hebt.

Zoals jij nu zo tegenover mij zit, heb jij al heel wat levenservaring opgedaan en al heel wat dingen meegemaakt. En ik hoop echt dat je heel veel leuke dingen hebt meegemaakt en daar ontzettend mooie herinneringen voor terug hebt gekregen. Maar je zult ook minder leuke dingen hebben meegemaakt. Dingen die niet prettig waren, gebeurtenissen en nare ervaringen. Dingen die jou zijn overkomen, dingen die jou zijn aangedaan. En wellicht ook dingen waar je niet zo trots of blij mee bent. En als ik zeg: ‘Ze horen bij jouw leven’, dan zou jij zeggen: 'Nou dat is lekker, ik heb er toch helemaal niet om gevraagd?’ En dat klopt. Daar zijn we het over eens. Deze dingen of gebeurtenissen hebben jou wel gecreëerd als de persoon die jij nu, zoals je tegenover mij zit bent. Tenminste ik neem aan dat je zit.

VIDEO SCRIPT
Jij wordt jouw gedachten

Als we deze levenslessen, factoren noemen, dan zijn er 5 belangrijke factoren die jou kunnen beïnvloeden en saboteren om zo ver mogelijk bij jouw Hart-Authenticiteit vandaan te houden.

En dat willen we juist niet. We willen juist zo dicht mogelijk bij onze Hart-Authenticiteit komen. Het mooiste is dat jij door ervaring leert dat jij jouw leven helemaal leeft vanuit jouw hart-authenticiteit. Dat is ons uiteindelijke doel na deze cursus.
Het is dus zeer belangrijk om hier dieper op in te gaan.
En al vind je het niet leuk of spannend, jouw zuivere, authentieke versie ligt vaak achter deze 5 factoren verscholen.

Als ik het even heel simpel samenvat. Je bent geworden wat jouw gedachten ervan hebben gemaakt.

Als je ergens bang voor bent dan komt dat ergens vandaan. Als je onzeker bent dan is dat niet uit de lucht komen valen. Als jij bepaalde maniertjes hebt aangeleerd, dan heb je daar een reden voor. Als jij je anders voordoet dan je werkelijk bent (denk aan de maskertjes) dan heeft dat een oorzaak. En dan komt daar ook nog eens bij dat je vaak zelf helemaal niet in de gaten hebt wat je aan het doen bent of waarom je het aan het doen bent.
Welke 5 factoren zijn het dan die jouw leven voor een groot deel hebben bepaald?

Als eerste en er zit geen volgorde in, maar het is wel gemakkelijk om te benoemen.
1. Jouw conditionering (opvoeding, aangeleerd gedrag en maniertjes)
2. Jouw Overtuigingen en beperkte gedachten
3. Jouw Triggers
4. Thema's in je leven
5. Trauma's. Dit zijn gebeurtenissen die steeds terug komen als negatieve herinnering of als een negatieve ervaring.

Deze 5 factoren hebben dus behoorlijk wat invloed gehad op jouw leven tot nu toe. Dus voordat we Hart-Authenticiteit echt kunnen voelen, moeten we eerst meer helderheid krijgen over onszelf. Over waarom we het nu nog niet voelen of geloven. Zodat jij net zo goed volmondig kan zeggen: 'Ik leef mijn mooiste leven vanuit Hart-Authenticiteit.' Geloof me, daar word je echt gelukkig van!
Ik zie je in de volgende video. Dan gaan we nog meer helderheid creëren.