

Leef vanuit **je hart!**

We laten ons tegenwoordig veel beïnvloeden door datgene wat de buitenwereld van ons vraagt. Aspecten zoals werken, voor anderen klaarstaan, meedoen aan sociale verplichtingen... We vinden het belangrijk wat anderen van ons vinden en zijn dus erg naar buiten gericht. Het positieve is dan weliswaar dat je baas en je familie blij zijn met jou, maar ben je zélf wel gelukkig in je huidige situatie? Is je huidige leven wel zoals je dat graag voor je ziet?

De druk om aan alle verwachtingen te voldoen, kan zó groot zijn, dat je niet meer kunt genieten van al het moois om je heen, dat je gezondheid eronder kan gaan lijden en je zelfs een burn-out kunt krijgen. Om dit te voorkomen, is het belangrijk om terug te gaan naar jezelf en vanuit je hart te gaan leven.

Ik kan je helpen bij het je bewust worden van oud zeer, met gedrag dat je nu laat zien dat te maken heeft met reacties die je op jonge leeftijd hebt aangeleerd. Ik haal aan de oppervlakte wat nu nog onbewust in je zit en dat als een rode draad door je leven gaat.

Het is een beetje als het afpellen van een ui: laag voor laag haal ik de schil eraf, zodat ik tot de kern kom van je probleem, en daarmee ga ik vervolgens aan de slag. Daardoor kun je het verwerken en kun je weer van het leven gaan genieten!

PRAKTIJK JENSITIVE

Jennifer Verhagen • Barendrecht
06-44995812 • info@praktijkjensitive.nl
www.praktijkjensitive.nl

