



Spiegel je wijs

GRATIS KENNISMAKING

les 2

Spiegelen

wat is het?

Wat fijn dat je er weer bent. Gisteren heb je de achtergrond informatie kunnen lezen over de positieve spiegel en een beetje over wat spiegelen nu eigenlijk is.

We zijn bezig geweest met het feit dat de eigenschappen die we in de ander zo bewonderen en waarvan we denken dat we die zelf niet hebben, dat we die alleen nog maar hoeven te bekrachtigen in onszelf. We geloven vaak niet dat wij dat zelf ook kunnen, maar het feit blijft dat we ze kunnen herkennen in de ander en als we er vanuit gaan dat de ander alleen de reflectie is van ons innerlijk, dat is namelijk hoe we in het Spiegelen, de ander benaderen.

het is lief en je ziet het in de spiegel....

Rara, wat is dat?

Spiegelen

opdrachten

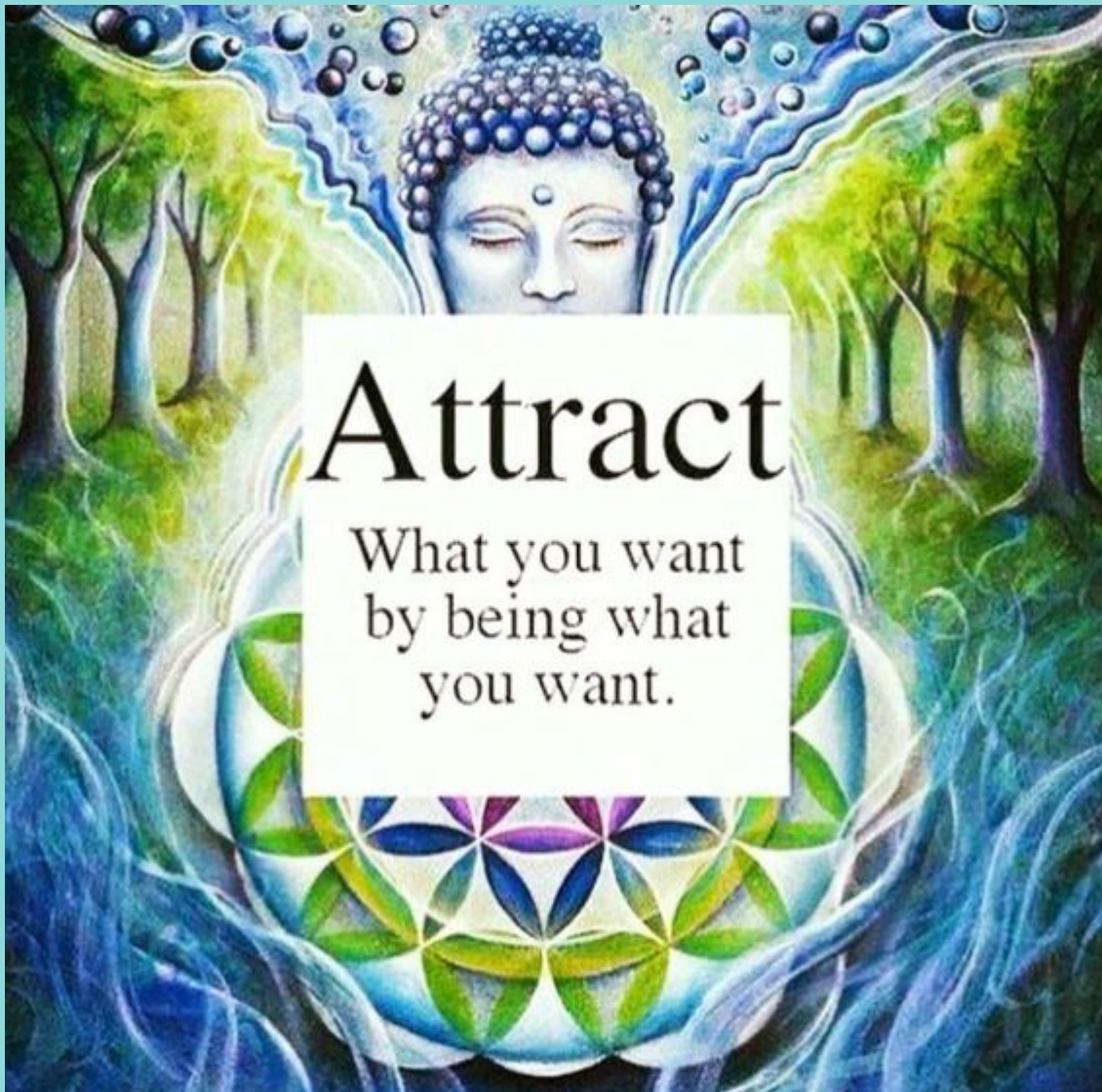
opdrachten:

opdracht 2:

Neem voor de eigenschap die je wilt bekrachtigen in jezelf een vel A4. Leg dat vel op de grond, schrijf de eigenschap erop en ga er op staan.

Voel de energie van die eigenschap en laat die energie door je heen stromen en besef: IK HEB DIT OOK!! anders kan ik het in de ander niet herkennen!.

liefdevol 



Laat je weten in de facebook-groep wat deze opdracht met je deed? Ik ben benieuwd!