

# WORKSHEET

De eerste stap naar authentiek leven is je bewust worden van je maskers / subpersoonlijkheden / overlevingsstrategieën! Welke patronen houden je in een toestand van 'overleven' in plaats van 'voluit leven'.

Waar komen ze vandaan? Welke emotie en gedachtevorm is eraan gekoppeld. En hoe voel je dit in je lichaam?

SUBPERSOONLIJKHEDEN/MASKERS/CONSTRUCTIES:

- A.
- B.
- C.

EMOTIE	DENKEN	LICHAAM	WAAR KOMT HET VANDAAN

WAAR IS JE DAG GEVULD MET DE RUIS VAN WERELDSE BANALITEITEN?

---

---

---

