

Nieuwsbrief 21, maart 2013

Voorjaarsschoonmaak!

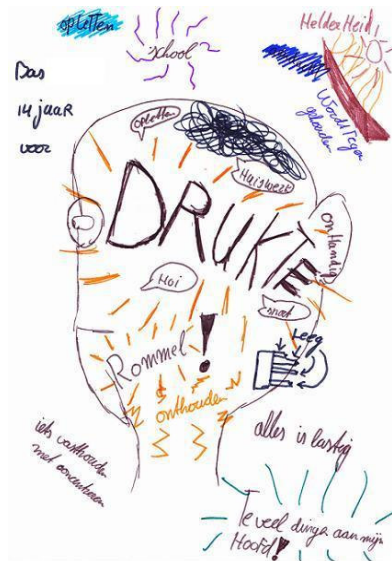
Heb jij dat ook wel eens? Het gevoel zoveel in je hoofd te hebben dat er niks meer bij kan, je hoofd overloopt? Dat alles door elkaar zit en je geen overzicht meer hebt? Dat je informatie niet kunt vinden en heel moe wordt van alles wat je bezig houdt?

Iedereen heeft wel eens een vol hoofd en soms is het mogelijk om dit tijdelijk los te laten. Door afleiding, sporten of iets dergelijks. Maar vaak blijft het terugkomen want er is zoveel, school, werk, drukte, informatiestromen, iedere dag weer! En wat dan? Moeite met concentreren, stress, lastig in slaap vallen of lichamelijke klachten als hoofdpijn!

Stel je eens voor dat je je hoofd leeg kunt maken, dat dat zomaar zou kunnen! Dat je ruimte en rust kunt ervaren! En dat zomaar op een snelle en eenvoudige manier.

Vergelijk jouw hoofd eens met een kledingkast waarin alles door elkaar ligt, sokken, broeken, hemden, truien, shirts etc. Het overzicht is compleet weg! Stel je nu eens voor dat je die kast opruimt, hoe ziet dat er uit en wat doet dat met je? Dit zelfde principe kan je ook toepassen met de inhoud van jouw hoofd, de boel helemaal leeg maken, schoonmaken, sorteren en netjes inruimen. Wat er nog over is en je niet meer nodig hebt gooi je weg!

Dat zou toch heerlijk zijn?! Heb je hierbij hulp nodig, dan doen wij dat graag samen met jou in één sessie!



Met hartelijke groet,

Ronald Koenders en Marja van Wensen