

Rock je relatie werkboek



2-7 nov

Back to
LOVE



Rock je Relatie

4-DAAGSE

Praktische zaken nog even op een rijtje!

De trainingsdagen

Zondag 6 november: Videoles + werkboek, op eigen moment te volgen

Maandag 7 november: laatste LIVE bijeenkomst van 20.30-21.30

Werkboek

Bij iedere dag krijg je een nieuw werkboek waarin je jouw oefeningen uit kan werken én je voortgang bij kan houden. De verandering in je relatie kan pas beginnen als je ook echt iets (anders) gaat DOEN. Dus gebruik dit werkboek ook echt om die verandering teweeg te brengen ♥

We gaan actief aan de slag met het werkboek tijdens de live-lessen. Houd het werkboek dus bij de hand! Je kunt het uitprinten of digitaal invullen, wat jou het beste uitkomt.

Over de training zelf

Het wordt een praktische training, helemaal nieuw, die je niet snel zult vergeten. De waarde die ik met je ga delen is letterlijk onbetaalbaar, maar ik zou de training gemakkelijk voor € 297,00 kunnen verkopen, dus mijn wens voor jou is dat je er alles uithaalt wat je nodig hebt!

Controleer nog even of je je hebt opgegeven voor alle trainingen. Opgeven kan nog via deze link: [LINK NAAR TRAINING](#)

Replay

Alle replays komen rond 12.00 van dezelfde dag beschikbaar. De replays en de werkboeken vind je op deze pagina: [LINK NAAR DE REPLAYS & WERKBOEKEN](#)

De les van zondag is een videoles, die je op je eigen tijd kunt bekijken

Ik wens je prachtige inzichten en doorbraken!



Rock je Relatie

4-DAAGSE



Introductie

Dag 3: de sleutel tot een fijne, warme relatie.

Voor mij is/zijn mijn relatie(s) compleet getransformeerd toen ik in aanraking kwam met vergeving. Ik besepte door vergeving niet alleen dat ikzelf de sleutel in handen had tot verandering, maar óók dat ik in staat was om ál het oude achter me te laten en met een schone lei verder te gaan.

Je kunt je bijna niet voorstellen hoeveel power mij dat heeft teruggegeven in mijn leven. Ik leg het je uit in de videoles van vandaag over vergeving. Doe daarna de bijbehorende audio oefening en maak dan de oefeningen uit dit werkboek (dus ná de video en audio).

Oefening 1

Doe de mini-meditatie en schrijf op wat er gebeurde.

Welke situatie popte er voor jou op?



Rock je Relatie

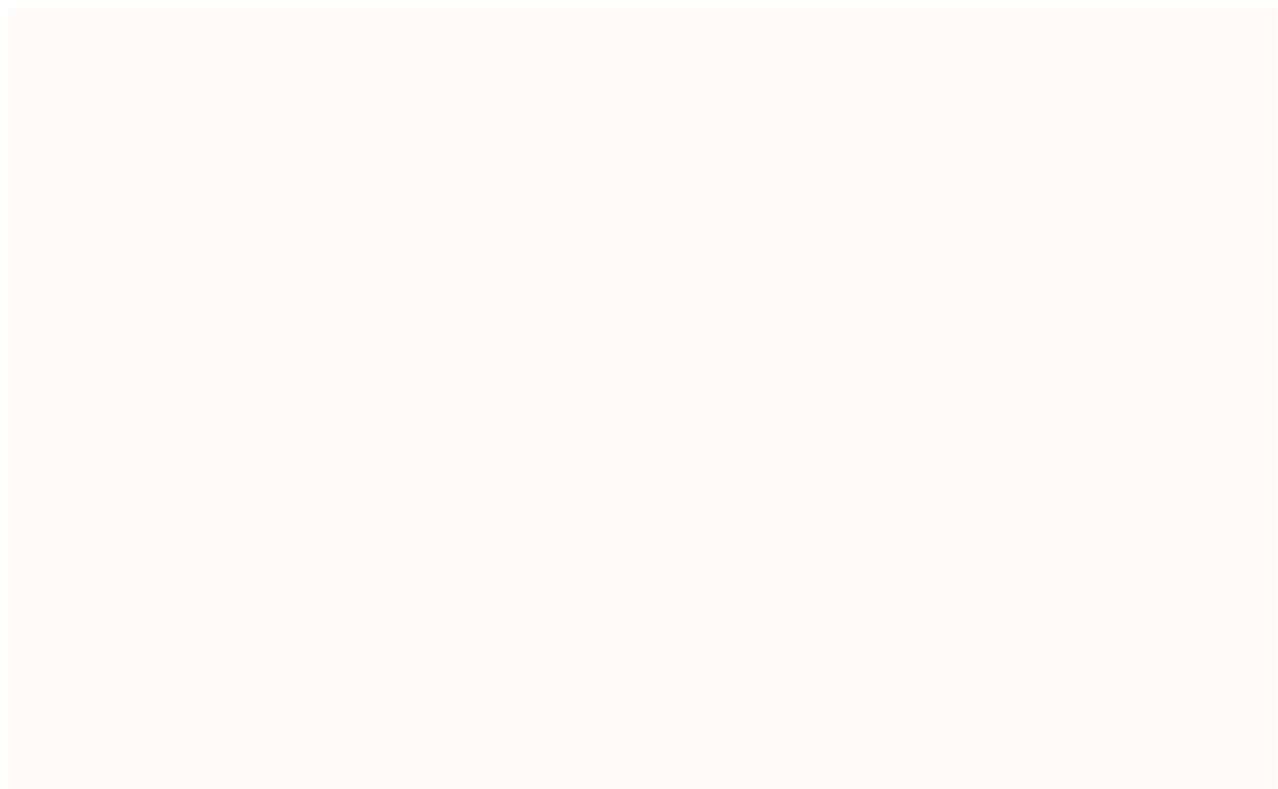
4-DAAGSE



Oefening 2

Wat heb je al gedaan om hier verder mee te komen?

Vaak hebben we al van alles geprobeerd om het probleem of de weerstand op te lossen. Beschrijf hieronder wat jij al gedaan hebt daarin.



Rock je Relatie

4-DAAGSE



Oefening 3

Wat gebeurt er als je het niet oplost?

Als je blijft hangen in je oude gevoel van bijv frustratie, machteloosheid, weerstand, walging of wrok - wat heeft dat dan voor verder effect op je leven?



Rock je Relatie

4-DAAGSE



Oefening 4

Wat zou er gebeuren als je jouw weerstand zou kunnen loslaten denk je?

Hoe zou je je voelen als je van dit probleem verlost zou zijn? Schrijf dat eens op hieronder...

Oefening 5

Welke stap zou je hier nu in kunnen zetten, vandaag, als je alle moed van het universum zou hebben?



Rock je Relatie

4-DAAGSE

Track and trace



Wat viel jou op vandaag? Schrijf hier op welke situaties zich voor deden en wat je anders had kunnen doen, of misschien al wel hebt gedaan...



Tenslotte

Liefde is... de basis

We kunnen niet zonder
En als het goed is,
dan voelt het goddelijk

De liefde,
We houden ervan
En soms, voelt het waanzinnig eenzaam

Liefde geef je
Liefde neem je
Jij bent liefde

Als de liefde verstoord raakt
Geef je dan op?
Of ga je dan door?

Jij hebt de kracht
Jij hebt het vermogen
Om de liefde van je leven te maken
De liefde die jij verdient
Manifesteren & vormgeven

Zodat je kunt doorgeven
Aan de jouwen
Dat jij liefhebt

BACK TO
love



Tenslotte

Liefde voor jezelf
Liefde voor de ander
Liefde voor het leven

Een vól leven
Waar niets perfect is
Maar ook niet meer perfect hoeft te zijn
Omdat alles wat er is
Precies is zoals het moet zijn

Waar je met plezier leert
Groeien, stoeien en begrijpen
Wat voor jou echt belangrijk is

Want onthoud:
Altijd is er die keuze:
Geef ik op
Of Sta ik op?

Ik sta op voor de liefde
Wat kies jij?

BACK TO
love



Dank je wel!

Lieve vrouw,

Dank je wel dat je erbij was!
Het was een feest voor mij om jou erbij te hebben.

Je kunt al lekker meedoen met Back to Love DIY.

Dat doe je via deze link:

www.mirjammaris.com/rock

Ennnn...

de eerste VIJF aanmeldingen vandaag (zondag 6 november)
krijgen van mij een tof kado extra:

een 1-op-1 relatie consult met mij t.w.v. € 275,00.

We gaan kijken wat de bottleneck is voor jou, zodat je gericht aan de slag kunt.

Ben je er klaar voor?

Back to Love it is!

Alle liefs,

Mirjam

