



Als je gelooft dat je het kan ben je al halfweg

*Nieuwsbrief december 2018*

*Met de maandelijkse nieuwsbrief wil ik je graag meenemen in de wereld van Holistic Pulsing.*

*Hou de nieuwsbrief ook in de gaten voor het ontdekken van nieuwe mogelijkheden en aanbiedingen.*

*Ik wens je veel lees- en ontdekkingsplezier !*

*Wil je de nieuwsbrief liever niet ontvangen, graag dan een korte reply op deze mail.*

*In navolging van de nieuwe GDPR regeling bevestig ik hierbij dat de persoonlijke gegevens heel vertrouwelijk bijgehouden worden en enkel gebruikt worden voor het versturen van de nieuwsbrief, info omtrent Vlinderwijs en het maken of wijzigen van afspraken.*

*Indien u zich hiermee niet akkoord kunt verklaren, gelieve dit per mail te bevestigen. U kunt natuurlijk steeds uw akkoord aanpassen.*

---

**12. december 2018**

Een eerste jaar "vlinderwijs" is bijna "geschiedenis". Ik ben heel dankbaar dat ik deze beweging heb mogen maken! Het verwondert mij steeds weer opnieuw hoeveel de zachtheid teweeg kan brengen, hoe sterk dat de liefde naar jezelf nog sterker naar anderen uitstraalt.

Verder heeft deze tijd van het jaar ook altijd iets speciaals. Het oude nog net niet loslaten, het nieuwe nog net niet omarmen. Het lijkt alsof we eventjes in niemands"tijd" vertoeven.

Maar evenzeer worden we heen en weer geslingerd tussen drukte, feest, geschenken en verlangend naar stilte, rust, routine. Vooral als we denken geen tijd te hebben voor rust, voor jezelf, betekent dit dat het de hoogste tijd is voor zelfzorg !

En dan zijn er nog de steeds weerkerende "goede voornemens". Misschien is het beste voornemen voor dit jaar er eens geen neer te zetten. Ik ben er zeker van dat we dan met velen kunnen bevestigen dat we dit voornemen deze keer helemaal waargemaakt hebben. ;-)

Met deze nieuwsbrief wil ik jullie graag een tekst aanbieden die je het komende jaar af en toe eens bij de hand kan nemen, steeds opnieuw bewust te lezen en de beweging voelen die ze in gang zet.

## **IK BEN VOLMAAKT ZOALS IK BEN**

**Ik ben volmaakt zoals ik ben. Ik ben dat altijd al geweest en zal het altijd blijven. Er is geen bestemming waar ik heen zou moeten, waar ik nog niet ben. Ik hoef niets aan mijzelf te veranderen, niets weg te drukken, toe te voegen of weg te werken om alle liefde van het universum waard te zijn, dus geef ik die aan mezelf.**

**Als ik gevoelens van woede, gekrenktheid, wrok of een andere vorm van weerstand tegen het leven ervaar, hoef ik daar niet meer tegen te vechten of mezelf ervoor te bestraffen. Ik laat het eenvoudigweg uit zichzelf oplossen door de pure kracht van volledige acceptatie.**

**Nu ik mezelf heb geaccepteerd, voel ik de zachte, warme en liefdevolle golven van het wonder dat leven heet, door mij heen stromen, en zo laat ik alle verschillende expressievormen ervan binnenin mij ronddansen. Ik bekijk ze en geniet er van !**

**Omdat ik van mezelf houd en mijzelf zonder voorwaarden of oordelen accepteer, verbreiden mijn liefde en acceptatie zich om mij heen om ons allemaal te helen.**

**Als ik mijzelf liefheb en accepteer, heelt de wereld !**

Graag tot volgend jaar ;-) !

*Een warme groet, Siska*