

De kracht van een blij hart

Ga in je hoofd eens terug naar de tijd dat je nog een kind was.

Wat wilde je toen worden? Waar droomde je van?

Misschien wilde je wel stewardess worden, of dokter.

Brandweerman! Of ontdekkingsreiziger?

Schrijf hieronder op wat je graag wilde worden.

Schrijf daarna op wat je als kind het allerliefste deed.

Boomhutten bouwen of tekenen op je kamer?

Gezellige dingen doen met vriendinnen

of juist in je eentje op pad?

Zie je overeenkomsten tussen de dingen waar je van droomde
en de dingen die je deed? Schrijf al je bevindingen op.

Hier ligt kostbare informatie over je dromen!.

Doe vooraf de meditatie 'Een blij hart' van dag 9.

Wat wilde je graag worden?

Wat deed je het allerliefste?

Wat laat jouw hart zingen?

Denk nu eens terug. Wat maakte jouw hart werkelijk blij? Waarvan ging jouw hart zingen? Ook dit geeft waardevolle inzichten in je wensen, dromen, doelen. En in wat jouw leven lichter maakt!

Wat laat jouw hart zingen?

Notities