

Afvallen met Liefde voor je Lijf

Aflevering 107: Het algoritme van het universum



Het algoritme van het universum

Zet je algoritme naar je hand met de volgende vragen:

Wat is je huidige algoritme? Oftewel: wat denk je meestal over jezelf, over je lichaam en je afvalproces?

Ondersteunen deze gedachten je?

Afvallen met Liefde voor je Lijf

Aflevering 107: Het algoritme van het universum



Wat laat je los?

Waar zou je meer van willen denken/voelen?

Afvallen met Liefde voor je Lijf

Aflevering 107: Het algoritme van het universum



Hoe ziet het eruit wanneer je het algoritme van het universum naar je hand hebt gezet? Oftewel: hoe wil je denken over jezelf, je lichaam? Hoe wil je in het leven staan en waar wil je dat jouw aandacht en energie naartoe gaat, zodat je dát van het universum terugkrijgt? Lees je tekst van journaling-sessie 2 door en kijk daarna naar de lijst die je maakte bij de eerste opdracht. Wat ga je vanaf nu anders doen en hoe kun je daar vandaag al mee beginnen?

Afvallen met Liefde voor je Lijf

Aflevering 107: Het algoritme van het universum



Snelle samenvatting om te gebruiken in de meditatie:

Wat laat je los?

- * _____
- * _____
- * _____

Wat wil je meer?

- * _____
- * _____
- * _____

Je vindt de meditatie achter deze link:

[Meditatie: https://vimeo.com/744142871/edec99887c](https://vimeo.com/744142871/edec99887c)

Ik wens jou toe dat jouw algoritme snel helemaal zal passen bij jou en bij wie je wilt zijn!

Liefs, Marieke