

Van Leed naar Liefde

WERKBOEK



WEEK 20

IK HEB WROK TEGEN: Ik maak een lijst van mensen, instanties en of principes waarop ik boos ben.	DE OORZAAK: Ik vraag mezelf af waarom ben ik boos of gekwetst? Wat hebben ze gedaan om mijn boosheid aan te wakkeren?	HET BEINVLOED: Welk onderdeel van mijn zelf werd/is bedreigd of beïnvloed hierdoor? a) Eigenwaarde b) Zekerheid: materieel, financieel, emotioneel c) Persoonlijke relaties d) Ambities: materieel, financieel, emotioneel e) Seksuele verhoudingen f) trots

WAT DOE IK/ WAT HEB IK ERAAN GEDAAN? Nu zet ik uit mijn hoofd wat anderen mij aangedaan hebben en neem een vast beraden kijk naar mijn eigen fouten. Wat heb ik gedaan, als ik wel dergelijk iets gedaan heb, om dingen in werking te stellen dat de oorzaak creëerde dat mensen of instanties mij hebben gekwetst en daardoor mijn wrok hebben aangewakkerd?	IN HOEVERRE WAS IK? 1) Zelfzuchtig 2) Oneerlijk 3) Zelfingenomen 4) Angstig 4) Onbedachtzaam 5) Ondankbaar 6) Hebberig 7) Geen grenzen Welke eigenschappen zijn de drijfveer achter wat ikzelf gedaan heb, en/of mij hebben aangezet tot het instant houden van oude wrok gevoelens, zelfs als ik zelf niets gedaan heb?

