



Vergeving, De Sleutel Tot Innerlijk Geluk

Er is maar een persoon die jouw leven
kan veranderen ... Dat ben jij zelf!

Een handboek om op een krachtige manier tot innerlijke rust te komen. Als Life & Health Coach wil ik je inspireren en tools aanreiken om een gezond, vitaal en gelukkig leven te leiden. Er jou bewust van te maken, dat jij de sleutel in eigen handen hebt!



Veronika Rutten

VERONIKARUTTEN.COM

Vergeving, De Sleutel Tot Innerlijk Geluk

Ê

ÒZ&JTR_&GOKY&JTK&KXYUT&ZUÊ

I NGTMK&U[X&RLKÉ & **U[** 4ÊÊ

•
•

1 ~\$/%° fl \$'zfii + >ž/% fl~ HQFOV+ ? fl ~"Q9Z%ž~ , +fBP

i' c œâ 9

•

•
Introbuatc°

•

Rcœnlmf°

Koodstuj i°

Koodstuj /°

Koodstuj fi°

V^mcnv^ttmf°

•

•

Beste lezer,

- °
- °

lj 'j om 'lm 'mln 'b ^f cklj s 'lcvcn 'cn 'lm 'mln 'pr ^j thj '{ ovcckmenscn 'tcf cn °
blc 'lm 'aondkats hu ^tcs '{ lin 'mct '{ lag{ cldcn 'gun 'omf cvlmf 'F ^t 's 'bc 'rcbcn °
w ^rom 'lj 'blt 'c Docj 'gc` 'f csagrcvcn °°

- °

Gcn 'a ^bc ^utic 'voor 'iou °

- °

Qluxnø k&/kuvr k& uz&hki gç yk&nk€
j kykx| k&luxnø kt kyyzhç z&hki gç yk&urç È
j kykx| k&/kgj k'Q

È

ú

È

È

Veronika

- °



-
-
-
-

Rcctnhmf °

Dc^ntwoorb'bc`volk cnbc`vr^f cn' °

>Ž~ H!` fĚ+ ž+i/& +fĚ` ž+\$+fiž11' %ž~"žž+V

8 #žž+/~ i~ %% 1\$Q ž\$% %/+~PQHQ P

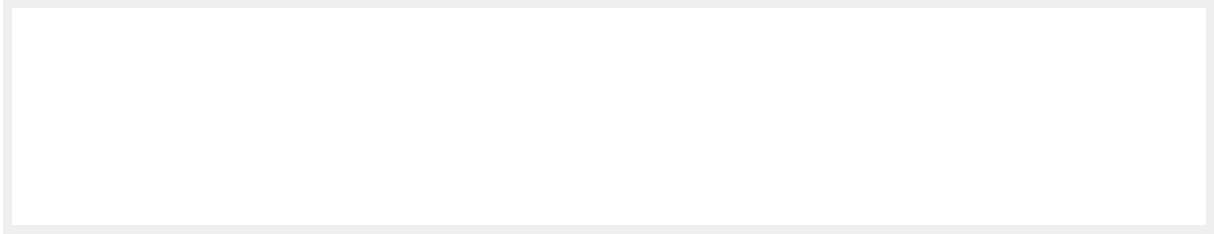
**B ž #ž ž 1%ž\$# ž+flłžł/ \$ž' +fiž' ž+\$ž+fž+#%
?žž°\$ž, +"QlI\$ž fQ ižfžQ' %P**

**3iž*1°h°' ž&ž+ž° % ž+Q \$ł fž*žž 1%ž\$+ž% žž°*1°
"žfž+V**

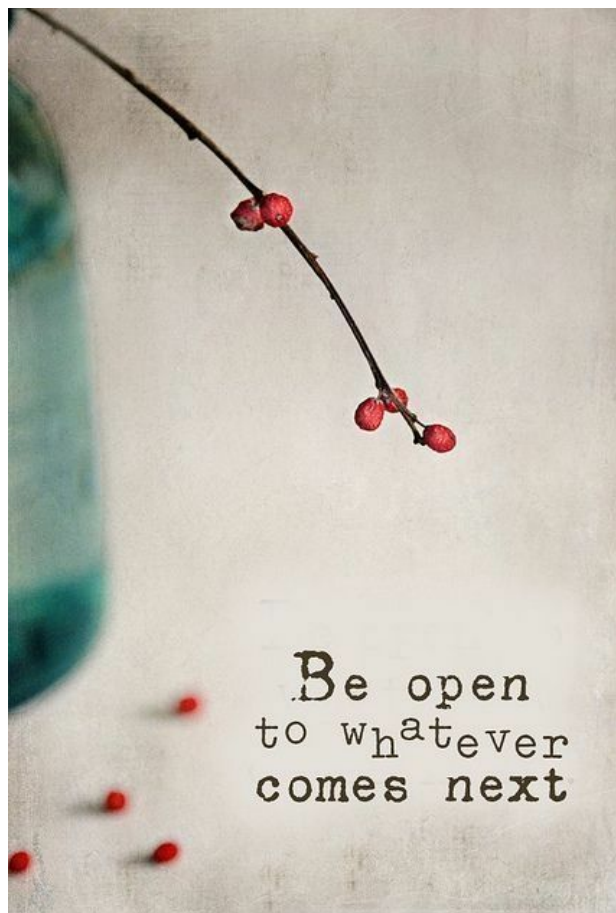
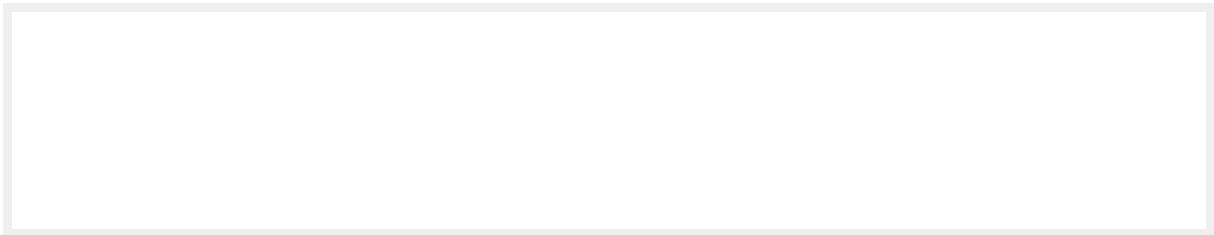
B % \$h°' +fž, +fi%ž +! ž%žžžž, l#%ž+łž*ž!^

, \$ł fž%žž°*1° #++ž+fiž+Qlž*1° łłž%łi + fž\$fiž+V

3iž' žčī %h °' ž&ž+ž~° %' % ž+V



B % t+h ° fīī ž+V



Koobstuj i °

Ycrf cvcn 'ls'bc 'f rootstc 'ulhb^f lmf °°

B žž\$1/ž+ ' %ž~ # ž+ " %

P ^r cscd^klib Ycrf cvcn 'boc ili'voor ic{cld 'QRRIW'voor'ccn'^nbc °

I c` curtcn'ls'ccn 'm'gct'vrkbcn'j un'ih'nc't'mccr'vcr'^nbcrcn 'm'^r'w^t'ili' wckj unt'vcr'^nbcrcn 'ls' 'goc'ih'gler'cn 'm'gct'nu'over'bcn'j t °

Cls'ih'v^st` kld'goubcn 'm'gct'vrkbcn 'f^'ic'tcl'j'cns'wccr'bc'pl'ih'voekn °
Kct'j'ost'gck'vck'cncrf'hc'vht'kcht'hm'hm'ht'cn'ch'cnw'^rbc' 'om'v^st'tc' goubcn'^n` oosg'ho'g^'t'tckurstck'k'nf'cn'f'cj'wctstg'ho °°

Ycrf cvcn 'ls'ch'cn'kij'bc`ruf'v^n'gct'vrkbcn'n'^r'bc'toc'j'omst °

Z'kic'cagt'cmot'lonck'vr'ig'ho`cr'ch'cn'moct'ih'ic'ccrst`cvr'libcn'v^n'bc' tr^um^'ts'agc'cn'pl'inkij'c'f'c`curtcn'ls'ccn'v^n'gct'vrkbcn °

Koc'j'^n'hj'm'lh'pl'inkij'c'crv^r'mf'cn'v^n'gct'vrkbcn'om{cttcn'lm'j'r^agt °

°°

Nij'n'^r'bc'shu^'tc'cn'stckic{cldbc'vr'^f °°

□ Z^t'j'^n'hj'v^n'bc{c'crv^r'mf'lcrcn °°

□ Z'cl'j'c'lc'sscn'{'lh'ngler'voor'mc{cld °

<ccZghi _'&

Kocj ^n'lj'bc{c'f'c` curtcnls'f'c` rulj'cn'om'mlin'cl'f'cn'g^rt'tc'gclcn` °

F'c'vcr^ntwoorbckij'gclb'goc'ih'ic'vock'k'f't` h'ic{cld'omb^t'bc'^nbc` °
mccst^kn'ct'ccns'wcc't' b^t'gh' {h'ic'c's'vrj'ccrb'gcc'd'f'cb^^n` °

Z'hi` k'ivcn'm^^r'v^st'goubcn'^^n'on{c'tcl'curstc'k'nf' 'cn'gcr` c'k'vcn'bc` °
f'c` curtcnls'tcl'j'cns'wccr` °

Y'crpk^ts'ic'lm'bc'^nbc' 'cn`'cj'lj'bc'shu^t'c'v^ng^r {h'ic'pc'rsp'c'at'cd` °
l'^n^^r'iouw'f'cvock'cn'kul's'cr'n^^r'ic'g^rt' 'lj'wcc't'gct'ls' {o'ccn'ak'ag` °
P^^r'f'cl'ood'm'h'^ls'ih'iouw'cf'oj'unt'uh's'ag^j'c'kn'cn'iou'bl'c'vr^^f's'tc'k'ls` °
bl'f'c` curtcnls'gct'w^^rb'om'mlin'k'vcn'tc'k^t'cn`'cg'cc'rc'scn'mlin` °
f'c{on'bg'clb'lm'f'cv^^r'tc`'rcnf'cn'mlin'pl'c{lc'r'lm'gct'k'vcn'tc'vr'k'c{cn` °
lj'bcnj'v^n'nl'ct` °

Kct'f^^t'om'iou` °

M'igoc'd'bc'tcl'c'bon'nl'ct'tc'p^j'c'nc'cn'bc'^nbc'rt'c`'c'k'cn'^ls'ih'ic` °
`c's'lot'cn'gc`'t'om'tc'vcr'f'c'vcn'b^n' {^k'bc'c'nc'rf'lc'm'ct'ccn'vcr^nb'c'rcn'cn` °
ih'f'^t'bc'vol'f'cnbc'j'ccr'g'cc'k^nb'c'rs'rc^f'c'rcn` °

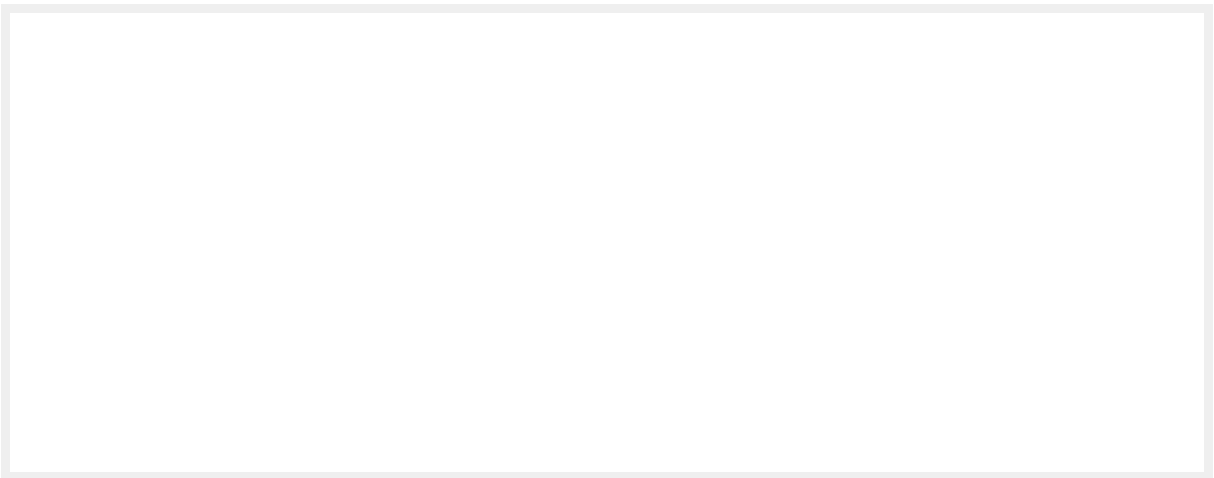


E on dlat j ^n inkt' overkvcn { onbr iou w bcckn^mc °

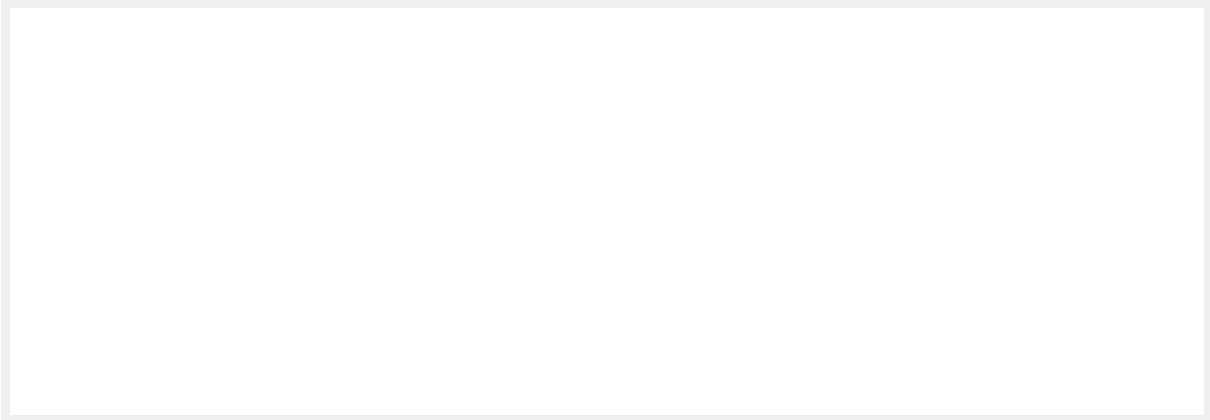
- °
- °
- °

CHLUP CVIG "4#"i ° & + ' ž*ž!ž+ žž/°ž ž*ž! ž% t+ fl| \$ž f|Qž ž°žž, +" ž+ ' ižžēi/ P """]+ ^ ~ ##ž\$+ ° &i ~ &ž"ž&+"Q žfē&i ~ ž*ž!Q ž* žQ &ž° "fžž+ žž+ "ž, ##" ž&ž+P

>ž~ !!" ž~ h °' \$%/ž+/, +i/ž+ h °' . +* ž%+MP



>Ž~H!""Ž'i/Q/' ž.#ž/° +%+1fž*ž!#° +%ž~"ž&ž+ ž+' ž



CHHUP CVIG` 4#3: @&ž. & +` ž*ž!ž+AO=2001` ž*ž!&i ~""ž%&%ž%+fi
f(ž+"ž+& +fi%&i ~& ž+`#AO=2001` f+ ^fi %! *!""ž& +
fž. ° % #žP#` %i %ž@ž+: : 9?4ž@'j\$Q&i ~` %fIT

V^mcnv^ttmf °

Kct'kij t'lsic'gct{o'kccst'b^t'gct'gckckshmpckls'cn'lj'j ^n'iou'f'cruststckcn'gct'ls'ooj °
{o'Clk'ih'blc`cskshmf'cn'nccmt'om'tc'vcrf'cvcn'omb^t'gct`ctcr'ls'voor'iou'cn'iouw °
f'c{onbgclb' b^'n'gc`ih'f'cwoon'f'ccn'cxauus'mccr'om'v^st'tc'goubcn'^^'n'gct °
vcrkbcn °

CHHUP CVIG` 4#&ž~"žž!` !*ž!` ž/ !+Qž~fi ž%ž+i+žž'žfiž`# !*ž!ž+
+fžž+""žfi +!žfi +P
4#&ž~"žž!` ž*ž!` !+&ž~#žž'fi"žfi "ž+` !+&ž~#žž'fž"žfi ž%ž+` +""ž%
&ž~žfž+ž+` žž/°ž~` ž*ž!`+` ž+&i ~` %fIT
4#&ž~"žž!` ž*ž!ž+` žž/°ž~` ž*ž!`& + !fž~ žžž`žž#žž`Q ~` +`#°ž!ž+
ž*ž!ž+` +fžž+i+žž`& ~fi"" \$
4#` %ž%ž@7: >Q# žž/°ž~` ž*ž!`& žfi"ž+` #3: @& +8OE071
!+&i ~` fž. #T

Kck^s{h'n'cr'shu^t'cs'blc^k'gckck^nf' spckcn'odih'gc` t'mccr'personcn'blc'ic'wlt °
vcrf'cvcn'odgct{h'n'gckckmf' rhp'cnbc'blmf'cn'f'c` curb °

Nomineer de kandidaat

Vomsgen is persoonlijk en flexibel. Als je nog geen spelden hebt, neem de motivatiekaart mee en neem de afbeelding mee op de verkiezingen. En dan is het voorstel om de motivatie op te schrijven en te kiezen.

•



Je hoeft niet veel moeite te doen om de kandidaat te kiezen. Het is eenvoudig en het is belangrijk om de kandidaat te kiezen die je wilt.



Popis zuz&pu{ } &t t kxr q q&nr { q'Ê

Gn'nt'iouw'g^^t 'tckurstckmf 'dustr^t'c ~ oosgclb'ic'gck'lcvcn'mccbr^f'cn

Ê

X ũ
.....

X c
.....

X c
.....

X c
.....

X c
.....

✓ y
.....

✓ y
.....

✓ y
.....

✓ y
.....

✓ y
.....

Ê

.....

Mkggnândkj &aj&pu{ &kkt &nxgzoyÊ qkt t oys ggd nynkywxkq&ggt & @&VqÊvk4



Ucscrvcrr'gler'iouwf r^ths Vj ypc°
j cnnlsm^j hmf sf csprcj °

Nu boeken



ú'Á'Á'œ' i|''Á'a'Ū'Ū'A' '2'œ'k

ŒZnk&gyz&y&nozux€Ě

znk&[Z[XK&y&y&s €yzkx€Ě

gtj &noy&s us kt z&y&y&MDLZ€Ě

Zngz&y&y& n&noy&s us kt z&y&y&grrkj Ě

Œnk&/XKYKTZ€Ě

F ccp^j 'Egopr^°

.

.

Kct'vcrkbcn'ls'f csagkbcnls''

bc'tocj omst'ls'ccn'mystcrk'cn'blt'momcnt'ls'ccn'f csagcnj °

F ^t'ls'bc'rcbcn'w^^rom'blt'momcnt'gct'QX' prescnt °

a^bc^u'worbt'f cnocmb °



“Dcb^nj t'voor ic'thib”

Q^m^stc”

Veronika