

ALLES IS ENERGIE

Alles in dit Universum is energie die op een bepaalde frequentie trilt. Sommige dingen trillen met een hoge frequentie en sommige dingen trillen met een lage frequentie. In dit tijdperk hebben mensen gemiddeld een frequentie niveau van 30 Hz. En deze frequentie gaat steeds verhogen, aangepast aan de verloop van de tijdperk!

Helaas beschikken maar weinig mensen over dit frequentie niveau, wat ons gezond houdt. Verlaagd door ons gezamenlijke leefstijl en andere negatieve invloed van buiten.



NEW YOU.

Holistic Energetic Life Coach



Een lage lichaams frequentie kan voor vermoeidheid en neerslachtigheid zorgen. Het leven voelt zwaar

Waar zitten JOU daal punten?

1. Ongezonde voeding Alles in dit universum is energie, inclusief het eten en drinken dat we consumeren. Elke keer dat we iets eten of drinken, nemen we de energie van dat voedsel op in ons lichaam. De kwaliteit van het voedsel dat je eet heeft een enorme impact op je trillingsfrequentie.

Sommige voedingsmiddelen trillen op zeer hoge frequenties, terwijl andere op zeer lage frequenties trillen. Door gezond en voedzaam voedsel te eten dat natuurlijk en onverwerkt is, krijgt je lichaam de voedingsstoffen die het nodig heeft. Hierdoor zal je lichaam reinigen, je energieniveau zal verhogen en je vibratie zal verhogen. Junkfood, alcohol en druks doen precies het tegenovergestelde.

2. Zorgen We worden allemaal eens het slachtoffer van zorgen, maar dat moet ook weer over gaan. Maar constante zorgen en negatieve gedachtes hebben echt invloed op iemands trillingsfrequentie. Zowel zorgen als negatieve gedachtes trillen op een zeer lage frequentie. Mensen met hoge frequenties hebben de neiging zich minder druk te maken. Ze weten, dat ze situaties die ze niet onder controle hebben



3. Wereld nieuws Het nieuws op de televisie en door andere media kan angstige gevoelens veroorzaken. Hoewel het belangrijk is om op de hoogte te blijven van wat er in de wereld gebeurt. Maar wees ervan bewust, dat dit angsten kan veroorzaken en dus de trilling van een persoon verlagen. Als je wereld nieuws vanuit een 'Helikopter view' bekijkt, raakt het je niet zo en je frequentie blijft op pijl!

De meeste mensen die hoger trillen kijken nauwelijks naar het nieuws. Ze weten hoe ze zich voelen, dus ze controleren of beperken duidelijk de tijd die ze besteden aan kijken. Ze consumeren alleen informatie maar spenderen er verder geen energie aan.

4. Negatieve gedachtes Negatieve gedachten kunnen een negatieve invloed hebben op ons leven. Het veroorzaakt stress, angst en depressie. Voor veel mensen is het een gewoonte geworden. We leven in een angstige wereld. Een gewoonte die je vasthoudt aan lage trillingsfrequenties.

Mensen, die hoger vibreren beheersen hun negatieve gedachtes!

5. Blokkades en negatieve energie uit verleden levens

Vaak is het zo dat de ziel door de incarnaties heen behoorlijke blokkades en negatieve energie mee draagt, afhankelijk wat de ziel mee gemaakt heeft. Deze zorgen voor een laag frequentie niveau en moeten gezuiverd worden.

6. De negatieve invloed van mensen Sommige mensen in ons leven kunnen nemen invloed op onze energie en verlagen onze lichaamsfrequentie. Ook sommige plaatsen die je bezoekt, kunnen er ook voor zorgen dat je vibratie afneemt. Soms zijn de gedachten in ons hoofd niet eens de onze. Het kunnen de gedachten van iemand anders zijn.

los moeten laten in plaats van te piekeren. Vertrouwen is hier de tover formule. Geef je over en laat de controle los.

Ben je hoog sensitief dan neem je de negatieve energie in je op en deze kunnen je belemmeren. Wanneer je een gesprek hebt met een persoon met een hoge trilling dan voelt dit meteen goed!

8. Roddels en jaloezie Roddel, jaloezie en afgunst hebben allemaal een lage trilling. Laat gevoelens van wrok los en laat je niet mee sleuren in negativiteit. Mensen die constant hoger vibreren, nemen niet deel aan dergelijke activiteiten omdat ze zich ervan bewust zijn dat dit hun frequentie kan verlagen. Wees respectvol naar andere mensen.

Wat we ook projecteren, krijgen we terug. Roddels, jaloezie en afgunst weerhouden je ervan gelukkig te zijn en weerhouden je er daarom van om de gelukzaligheid van een hoge frequentie te ervaren.

9. Personen met een bekrompen mentaliteit

Een niet open of innovatieve persoon is niet in staat om maar zijn manier van denken te veranderen. Met een gesloten geest mis je belangrijke informatie. Er zijn altijd nieuwe dingen te leren en niemand weet alles. Een ruimdenkend persoon staat open voor nieuwe informatie, zelfs als men niet altijd met elkaar eens zijn. Een ruimdenkend persoon staat open om nieuwe dingen te leren en de wereld vanuit nieuwe perspectieven te zien.

10. Slachtoffer mentaliteit Het is best gemakkelijk voor ons om in een slachtoffermentaliteit te vallen, waarbij we het gevoel hebben dat ons dingen wordt aangedaan. Dat kan best makkelijk zijn, want schuld zijn altijd de anderen en niet jezelf. Mensen met een hoge frequentie begrijpen dat niemand anders verantwoordelijk is voor de situaties waarin ze zich bevinden. Bovendien nemen ze verantwoordelijkheid voor het eigen leven en laten zich in de meeste gevallen weinig beïnvloeden door externa.

11. Sociale media en internet zijn nuttig, maar niet in overdreven mate. Sommige sociale media en internetactiviteiten hebben een laag trilling frequentie. Als iemand er lang genoeg mee bezig is, kunnen gevoelens van woede, angst



en verdriet omhoog komen, die allemaal op een zeer lage frequentie trillen.

Mensen met een hoge vibratie zijn zich hiervan bewust en beperken daarom de tijd die ze besteden aan het gebruik van het internet.

12. Oordeel en kritiek Anderen beoordelen of kritiseren is gedrag van afleiding van eigen problemen waarbij je je energie, frequentie en je vibratie verlaagt.

We oordelen allemaal wel eens. Wij beoordelen onszelf. We beoordelen anderen omdat we ons beter willen voelen. De frequentie van een persoon daalt elke keer dat ze een oordeel vellen.

13. Chaos en wanorde Een schone en opgeruimde omgeving zorgt voor een gevoel van rust en sereniteit, waardoor je je goed voelt! Een rommelige en drukke omgeving zal automatisch de vibratie van de persoon verminderen en ervoor zorgen, dat je je meer gestrest voelt. De rommel in onze fysieke omgeving is stressvol voor de geest.

Rommel kan ook ons energieveld belasten en trillingen verminderen.

14. Te weinig slaap Besef dat je frequentie niveau kan dalen, als je niet voldoende slaapt en je lichaam rust geeft voor regeneratie.



Een lage lichaam frequentie kan voor neerslachtigheid en vermoeidheid zorgen.
Het leven voelt heel zwaar.