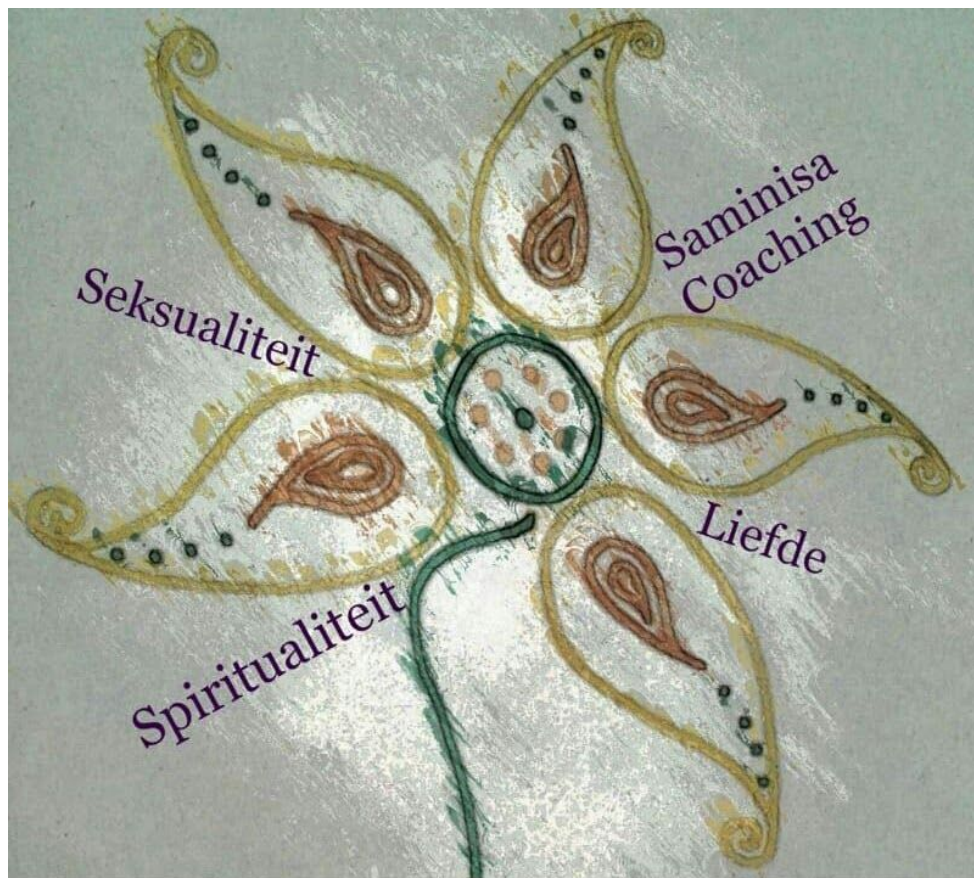


Ontwaak de seksuele Liefde in jezelf

Deel 1 - Herken je gewonde seksuele zelf



Saminisa Coaching

www.saminisa.nl / sarah@saminisa.nl

Voorwoord

Welkom bij het 1e deel "*Herken je gewonde seksuele zelf*" van de gratis online cursus "*Ontwaak de seksuele Liefde in jezelf*". Deze cursus heeft als doel jou te ondersteunen bij het ontwaken van de seksuele Liefde in jezelf en deze te laten stromen. Zodat jij seksuele voldoening gaat ervaren. En je van daaruit ook inspirerende seks en een stimulerend liefdesleven gaat ervaren. Omdat jij het waard bent!

Liefs Sarah
De Spirituele Sekscoach

Inleiding

In totaal bestaan er 4 verschillende types van het seksuele zelf. Waarvan er 3 types zijn van het gewonde seksuele zelf. Deze drie types zijn het angstige, behoeftige en het vermijdende type. Daarnaast is er natuurlijk nog het gezonde seksuele zelf. Dit type is het ware seksuele zelf. Wanneer er sprake is van een gewond seksueel zelf is er meestal één overheersend type in jezelf aanwezig.

Maar de andere types kunnen ook in een bepaalde mate aanwezig zijn. Deze kunnen dus afwisselend bovenkomen. Hierdoor kan er een combinatie van twee of alle drie ontstaan. Iedereen verlangt altijd naar heelheid en compleetheid. Dit is een natuurlijk iets. Waardoor je vanuit je gewonde seksuele zelf, je vaak onbewust voelt aangetrokken tot het tegenovergestelde type. Omdat je zo de disbalans in jezelf probeert te herstellen.

Via de ander probeer je jezelf heel en compleet te maken. En wanneer je in balans bent trek je vanuit je gezonde seksuele zelf gelijkwaardigheid aan. Ofwel iemand met ook een gezond seksueel zelf. Door je gewonde seksuele zelf te herkennen, erkennen en te omarmen, ontwaakt de seksuele Liefde in jezelf. Zodat je seksuele voldoening gaat ervaren. Je gaat namelijk jezelf seksueel ontwikkelen en hierdoor alles loslaten wat niet bij je past. Zodat je jouw huidige patronen doorbreekt. Waardoor jouw seksleven gaat veranderen.