

I CAN

BECAUSE

· I THINK ·

I CAN

MINDSET POWER

voorwoord

Met dit e-book wil ik je een hulpmiddel aanreiken dat je dagelijks kan gebruiken. Om onze mindset te gaan trainen om deze beter af te stellen op wat we werkelijk willen. Want als er één persoon is waartegen je onbewust het meeste spreekt dan is het tegen jezelf.

We staan er niet bij stil maar hoe dikwijls heb je je zelf al eens uitgescholden, je kwaad gemaakt op jezelf, en je destructief opgesteld tegen jezelf?

Onbewust, je gebruikt excuses, je kleineert jezelf door te denken dat je het niet zal kunnen. Je bent bang van reacties van anderen, Je durft jezelf nauwelijks in de spiegel bekijken omdat je jezelf haat, niet kan verdragen en je jezelf een nietsnut vindt.

MAAR GENOEG NU

Vanaf vandaag brengen we daar verandering in en gaan we iedere dag met deze onderstaande zinnen aan de slag. Deze zinnen 10x per dag lezen geven geen doorslaggevend resultaat, maar zetten wel iets in werking.

Het gebeurt niet vanzelf, daar moet je van overtuigd zijn en het is niet gemakkelijk. Vooral als je deze zinnen leest, geven zij een compleet ander inzicht dan wat je dagelijks tegen jezelf vertelt.

Maar alle begin is moeilijk, het zijn spelregels die je anders toepast. Want degene die jij tot nu toe hebt toegepast geven geen tot weinig resultaat. Als je doet wat je altijd doet krijg je een evenredig resultaat.

WAARDE EN LIEFDE VOOR JEZELF

Zelfvertrouwen heeft vooral te maken met je eigen interpretatie over jezelf. Je verleden en wat je ervaringen zijn, hebben invloed op je denken en je leven. Hoe moeilijk het ook is en wat je verleden je heeft bijgedragen is een persoonlijke kwestie. Maar feit is dat je je verleden niet mag laten afhangen van je toekomst.

We zijn allemaal hier op Aarde voor een leven in vrede en in harmonie met onszelf. Met een doel, een visie of een passie die we willen delen met de wereld en de mensen rondom ons. We kunnen veel en durven veel, alleen zijn we onze eigenste vijand. Want als er één persoon is die ons tegenhoudt om dingen te gaan realiseren dan is het ons echo.

Je mindset is dominant en die dominantie houdt je routine in stand. Je denken, je handelen, je draait iedere dag op automatische piloot en je denken is afgesteld op routine. Dat om pijn te vermijden en je comfort te behouden.

Verandering in die routine kan, maar dan moet je in actie komen. Actie is de enige energie die je van punt A naar punt B brengt. Actie in de vorm van: meer bewegen, meer inzicht krijgen voor je toekomst, meer zelfvertrouwen opbouwen, positiever denken, financieel beter worden.

De enige mogelijkheid om daadwerkelijk je leven in eigen handen te nemen is het zelf te gaan sturen. Weten wat je wilt en dat ook daadwerkelijk gaan realiseren is je hoogste goed. Je bent hier om een mooi leven op te bouwen, maar niemand zal het voor jou doen, als je dat denkt.

Jezelf wegcijferen om het anderen aangenaam te maken brengt vroeg of laat de rekening. En die rekening kan leiden naar een ongelukkig gevoel dat je mentaal en fysiek onderuit kan halen. Let daarom op je welzijn en je evenwicht in je doen en laten. Zorg dat je jezelf niet verwaarloost maar aandacht schenkt aan jezelf en je waarde als mens.

LEES DEZE ZINNEN MINSTEN 10X PER DAG

Reden is, om je mindset inzicht te laten krijgen in verandering moet je nieuwe informatie toevoegen aan je computer. Een nieuw programma waarmee je dagelijks gaat werken en waarmee je je oude programma gaat vervangen. Nieuwe impulsen dus, enkel en alleen werkzaam als je er dagelijks aandacht aan schenkt.

**1 IK GEEF NOOIT OP, IK STEL MIJN MINDSET IN OP WINST EN LAAT
TEGENSLAG ME NIET TEGENHOUDEN.**

2 IK GELOOF IN MEZELF, IK BEN DE ENIGE DIE HET KAN EN HET MOET DOEN.

**3 IK GA VOOR 1 DING, CONCENTREER ME MET DE VOLLE 100% OP MIJN LEVEN,
DOEL, VRIJHEID, VERANDERING.**

4 IK HOU VOL, REGELMAAT LOONT ALTIJD

**5 IK RESPECTEER WIE IK BEN, MIJN EIGENWAARDE MAG IK NOOIT
VERLOOCHENEN VOOR ANDEREN.**

6 IK HOU MIJN EINDDOEL VOOR OGEN.

7 IK BEPAAL MIJN VOORUITGANG DOOR TE NOTEREN EN TE METEN

8 IK OMRING ME MET MENSEN DIE HETZELFDE VOOR OGEN HEBBEN

**9 MOTIVATIE GAAT WEG, ALLEEN MET EEN DOEL VOOR OGEN KAN IK MIJN
MOTIVATIE HOUDEN.**

10 IK VOLG MENSEN VIA VLOGS, BLOGS EN SOCIAL MEDIA

**11 IK LAAT ME NIET INTIMIDEREN DOOR ANDEREN MAAR SCHENK AANDACHT
AAN MEZELF**



**12 IK HOU VAN HET LEVEN, NIETS IS MOOIER DAN EEN GLIMLACH, GELUKKIG
EN GEZOND ZIJN**

**13 IK LAAT MIJN LEEFTIJD ME NIET BEPERKEN, MIJN CONDITIE MAG NIET
LIJDEN ONDER MIJN LEEFTIJD, NOCH ONDER MIJN VERSLAVINGEN.**

14 IK HOU ME AAN EEN REGELMATIG SLAAPRITME

**15 IK EET GEZOND, DRINK WATER EN GENIET MET VOLLE TEUGEN VAN MIJN
LEVEN**

17 IK STEL DOELLEN

18 IK SPORT VOOR EEN STERKER LICHAAM EN EEN BETER LEVEN

1

19 IK LAAT ME NIET MEESLEUREN DOOR DE GRIJZE MASSA

20 IK MEDITEER

**21 IK LEES BOEKEN DIE MIJN MINDSET VERBETEREN, EN MIJN DENKEN IN
WERKING ZETTEN**

**22 MIJN LIEFDE IS BELANGRIJK IK SCHENK AANDACHT AAN MEZELF EN DE
MENSEN DIE ME LIEF ZIJN**

23 ALEEN IK WEET WAT GELUK KAN BETEKENEN VOOR MIJ

**Laat je leven niet afhangen van een routine die je niets oplevert, die je
geen geluk brengt en je gezondheid ondermijnt.
Doorbreek je routine en verander je mindset, je denken.**



DE GEPASTE TOOLS ZIJN EEN STAP IN DE JUISTE RICHTING

Met deze voorgaande zinnen kan je zelf iedere dag iets ondernemen om je mindset, je zelfvertrouwen en het geloof in jezelf al aardig te gaan verbeteren. Echter wil je nog meer resultaat dan zijn onderstaande boeken en e-cursus ook interessant

Feit is als je je omringt met dingen die je groei en zelfvertrouwen, je inzicht en je geloof in jezelf kunnen vergroten waarom zou je dan nog uitstellen? Waarom zou je verder doen zoals nu en blijven waar je bent?

Onderdanig, zwak, niet sterk genoeg om voor jezelf op te komen en angstig.

Verandering heeft actie nodig een “ verdomme ja waarom zou ik blijven zoals ik ben en niet iets ondernemen” Juist het hangt tenslotte van je ingesteldheid af of je werkelijk wilt veranderen.

En juist het aandurven om die cursus te gaan volgen, dat boek durven te lezen, betekent dat je door dit e-book te lezen je reeds een zeker vertrouwen begint te ervaren in jezelf waardoor je durft iets te gaan ondernemen, wat erop wijst dat je wel degelijk meer kunt dan je je zelf voorhoudt.

Als je verder scrolt kom je de boeken en de e-cursus tegen.

Heb je interesse in één van deze tools dan kan je eenvoudig op de link klikken en je komt direct op de gewenste pagina terecht.

Winnersmindset

E-CURSUS

BLIJVEND ZELFVERTROUWEN

Ben je toe aan verandering en wil je meer zelfvertrouwen dan zou deze cursus wel eens iets voor jou kunnen zijn. Heb je al gehoord van de **e-cursus Blijvend Zelfvertrouwen**.

Deze cursus is er speciaal voor wie zijn / haar zelfvertrouwen wil versterken, verbeteren en meer wil opkomen voor zichzelf. Waarom nog jaren wachten, twijfelen aan jezelf, je zelf niet kunnen of willen accepteren.

Je bent wie je bent en accepteer jezelf, dat is de eerste vereiste om verder aan je zelfvertrouwen te werken,

MEER DAN 15.000 CURSISTEN HEBBEN DEZE CURSUS GEVOLGD..... BEN JIJ DE VOLGENDE ?

Na je inschrijving, ontvang je twaalf weken lang elke week een les over het vergroten van je zelfvertrouwen. Elke les heeft praktische oefeningen en vragen om mee aan de slag te gaan zodat je ook resultaat krijgt. De lessen blijven voor altijd in je bezit en het voordeel is dat je deze cursus in je eigen tempo kan volgen.

INTERESSE IN DEZE CURSUS ?

NEEM EENS EEN KIJKJE EN ONTDEK HOE JE JE ZELFVERTROUWEN KAN VERHOGEN EN JE LEVEN KAN VERBETEREN

GA NAAR DE CURSUS



E-cursus blijvend zelfvertrouwen

DEZE ONDERSTAANDE BOEKEN ZIJN ZEKER AANRADERS EN GEVEN VEEL ADVIES EN INZICHT

Als eerste wil ik je het boek van Wouter Kleinsman voorstellen 'Zo word je een Gamechanger'. Wat kan dit boek voor je gaan betekenen? het is een boek dat je meeneemt in de totaliteit van wat een gamechanger precies is.



Welke zijn de eigenschappen om een sterke mindset, gezondheid, geest en lichaam te ontwikkelen. Geest en lichaam werken altijd samen, wat je geest ziet en denkt zal je lichaam in actie omzetten.

Als je het boek compleet uitleest dan is de Gamechanger in jou ontwaakt en kun jij compleet los van het systeem leven en optimaal genieten van overvloed en financiële vrijheid. Het is een boek dat je je leven lang zal blijven ondersteunen.

Extra voordeel dat je krijgt als lezer is dat je toegang krijgt tot de exclusieve Gamechanger Tribe. Je krijgt toegang tot extra online-informatie over producten, biohacks, supplementen en technologieën.

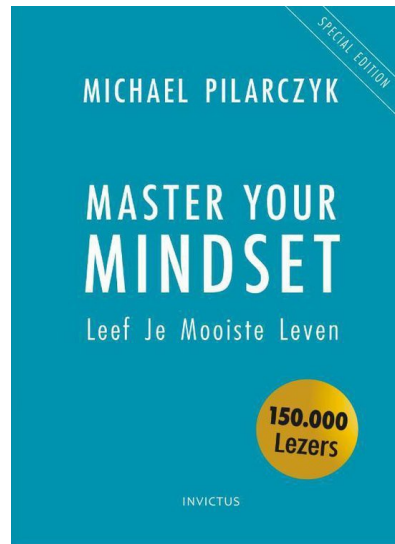
Wouter Kleinsman is een highperformancecoach, hij is één van de meest succesvolle no-nonsense Personal coaches van Nederland.

Bezoek zijn website <https://www.wouterkleinsman.nl/>

WORD EEN GAMECHANGER EN VERANDER JE LEVEN

MASTER YOUR MINDSET

Het tweede boek is dat van Michael Pilarczyk 'Master your Mindset'. Het boek vertelt het verhaal van Michael als disc-jockey en zijn loopbaan bij de radio.



Hoe hij van compleet blut en gebroken, een nieuw leven heeft opgebouwd. Dat hij door te gaan zeilen en in stilte is beginnen boeken te schrijven en te lezen een transformatie heeft doorgemaakt.

Hoe hij de juiste mensen leerde kennen, zijn leven terug op spoor bracht en met zijn huidige vriendin een nieuwe weg ingeslagen is. Hij startte een nieuw bedrijf Mastermind academy samen met zijn huidige vriendin Cindy Koeman.

Met het nieuwe bedrijf geven ze live masterclass en online cursussen waar maar liefst 60.000 mensen aan deelnemen

Michael heeft ook het bekende boek van Napoleon hill “ Think and Grow Rich vertaald naar de Nederlandse taal en ook dit is een bestseller geworden..

Op de website van Michael Pilarczyk kan je kennismaken met wie hij is, de podcast en de Meditation Moments app die eveneens populair is bij vele duizenden mensen.

Laat je inspireren en krijg inzicht in je leven met het master your mindset boek

Ontdek zijn succesformule “**de 12 stappenstrategie en zijn filosofie voor succes en geluk**”

WORD DE BESTE VERSIE VAN JEZELF EN ONTDEK JE MOOISTE LEVEN

Als laatste wil ik je nog kennis laten maken met Amanvida

[Amanvida](#) is een biologische, ethische en duurzame webwinkel.. Gespecialiseerd in natuurproducten, biologische voeding, natuurlijke huidverzorging en hanteert een lifestyle voor mensen die ecologisch verantwoord willen leven.

Ze bieden supplementen aan die gebaseerd zijn op bio elementen en duurzaam zijn voor de gezondheid.

Maar ook boeken zitten in hun assortiment. Neem een kijkje en [ontdek hun boeken](#)




[Amanvida](#) is een webshop, dus je bestelt online en afhankelijk van je bestelling betaal je de verzendkosten. Onderaan in hun footer kun je de juiste verzendkosten opzoeken en alles over de werking van hun online shop lezen.

Amanvida voor wie het natuurlijk en ethisch verantwoord wilt beleven, liever gezondheids en natuurproducten wilt gebruiken en daarvoor een centje meer wilt uitgeven.

Wil je op de hoogte blijven van producten, acties en sales schrijf je dan in op hun nieuwsbrief, het is gratis.

Geniet van de natuurproducten, de geurkaarsen, thee accessoires, juwelen, essentiële olie en cadeaus.

Hou je gezond en gebruik de betere en natuurlijke producten.



Laat dit e-book je inspireren, je leven verbeteren en je mindset leren om deze anders te gaan gebruiken. Persoonlijke ontwikkeling is een uitdaging die je je zelf mag aanbieden.

Je bent tenslotte nooit wijs genoeg, leert en leeft volgens opgeslagen regels die je in je verleden hebt aangeleerd.

Deze regels veranderen is een kwestie van je mindset anders te gaan trainen, andere inzichten te krijgen waardoor je effectiever en bewuster gaat leven.

Meer focus en discipline aan de band gaat leggen en achter je eigen visie en beslissingen gaat staan. Meer zelfvertrouwen krijgen is meer durven en gaan ondernemen.

Focus je op je eigen leven, je eigen doelen en je dromen die je koestert maar niet aandurft, omdat je omgeving je dan gaat beoordelen, je zal veroordelen en je zal bekijken als een buitenmaatje .


Maar is dat niet precies wat we moeten zijn om buiten de grijze massa te vallen? Om die comfort zone te verlaten en eindelijk de goede voornemens om te zetten in doelen die we zonder er aan te twijfelen ook gaan behalen.

Het is je hoogste goed om meer uit je leven te halen, om meester over je eigen leven te worden

Namasté

Jimmy Moureau- winnersmindset

WORD MEESTER OVER JE EIGEN LEVEN



I can because i think i can is een e-book geschreven door Jimmy Moureau

Website: www.winnersmindset.be

Instagram [winnaarsmindset](https://www.instagram.com/winnaarsmindset)

Facebook: [winnersmindset](https://www.facebook.com/winnersmindset)

Facebook groep [winnersmindset community](https://www.facebook.com/winnersmindsetcommunity)