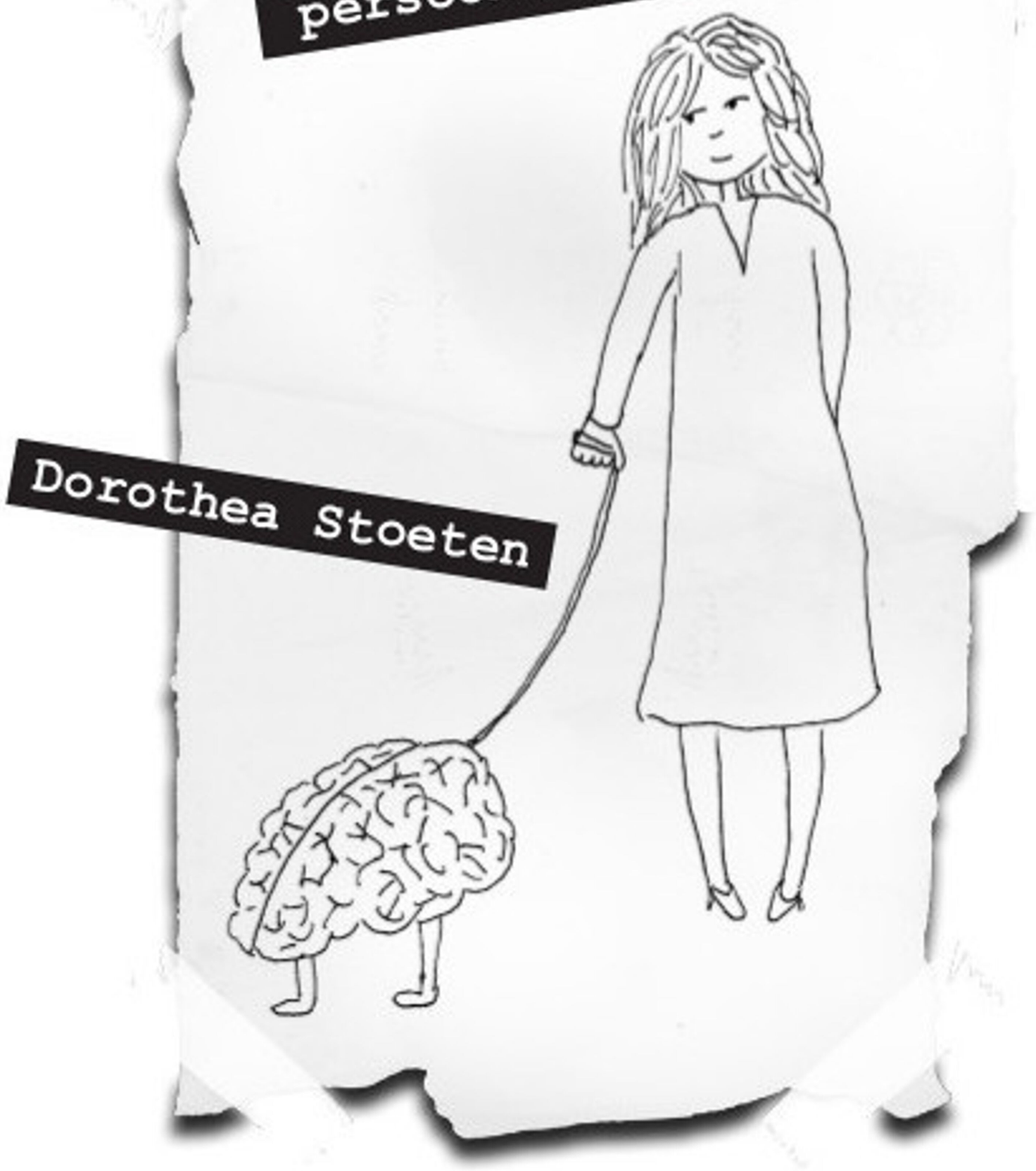
Het leukste boek ooit

op het gebied van

persoonlijke ontwikkeling



Dorothea Stoeten

Een sneak preview

We kennen op dit stukje aarde de uitspraak: niets is gratis. Maar deze sneak preview is dat wel. En ik vraag ook geen telefoonnummer, geen e-mailadres, en ik weet dat jij prima zelf kunt bepalen waar je jouw geld aan wilt uitgeven.
Maar ik wil wel altijd weten wat ik koop. Jij ook?
Daarom heb ik dit voorproefje gemaakt. Op deze manier weet je zeker of het boek jou aanspreekt en of je ook daadwerkelijk de stap kunt en wilt zetten op het gebied van persoonlijke ontwikkeling.
PS De informatie over hoe je het hele boek kunt aanschaffen, vind je achteraan.

Nummer 1

Eigenlijk ben je al begonnen toen je het boek oppakte. Dus is dit niet nummer één. Nummer één zou ook suggereren dat je na een aantal stappen klaar bent. Je leeft, dus je ontwikkelt je altijd. Ook wanneer je daar helemaal geen zin in hebt. Mocht je dit met frisse tegenzin lezen, dan heb ik een vraag voor je waar je vast wel blij van wordt. Let op dat je niet in goed of fout gaat denken, hè? Ga voor deze vraag op zoek naar het gedeelte in je hersenen dat niets gek of raar vindt (bijzonder mag wel...).

Wat zou je doen als alles mogelijk was?

Heerlijke vraag hè? Kun je het verschil voelen? Tussen nadenken over je belastingopgave of het nadenken over het antwoord op deze vraag? Nu je in de juiste 'denkstand' staat, heb ik nog een mooie vraag voor je:

Waar ben je trots op?

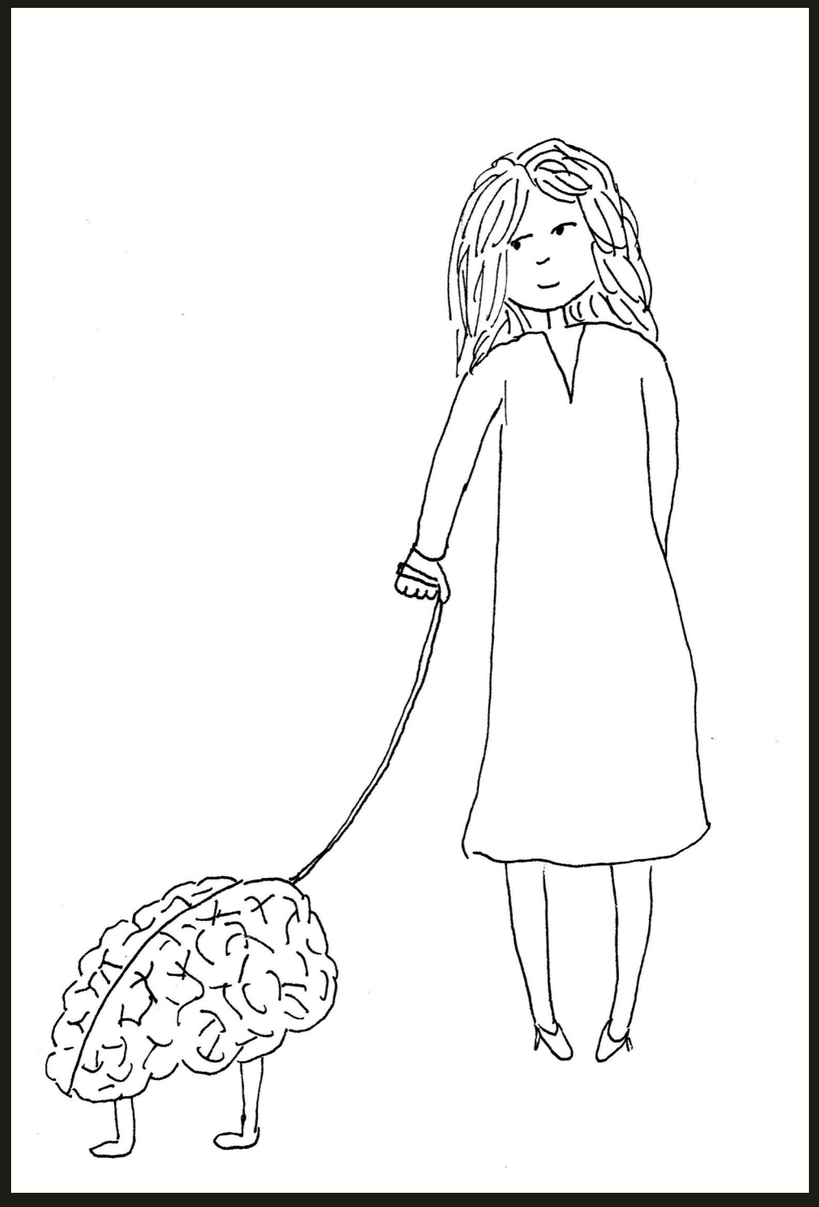
Als je denkt dat je nergens trots op bent, dan moet je toch iets verzinnen. Je hebt namelijk altijd iets waar je trots op kunt zijn. Je bent al zover gekomen dat je dit boek in je handen vast kunt houden én kunt lezen. Nederland telt namelijk 250.000 analfabeten (1,5% van de bevolking) en 1,3 miljoen laaggeletterden (bron: www.lezenenschrijven.nl). Daar hoor jij dus niet bij. Hulde!

Vandaag hoef je niets op te lossen

Herhaling: VANDAAG HOEF JE NIETS OP TE LOSSEN. Deze zin is speciaal voor mensen die alles liever gisteren geregeld hadden, maar die vandaag geen tijd hebben om dat allemaal te doen. Je kunt 'niets' ook veranderen in 'niet alles' als dat beter voor je werkt. Houd het bij één ding per dag, meer niet. We willen vaak te veel in een korte tijd, vooral als we niet lekker in ons vel zitten. Het nare gevoel dat we hebben, moet weg. Juist als we dat willen, gaat het gevoel natuurlijk helemaal niet weg.

Ik voel zo veel weerstand

Hoe meer je jezelf vragen stelt die je verder helpen, of hoe meer activiteiten je onderneemt die je normaal gesproken niet zo snel doet, hoe meer je sommige dingen STOM gaat vinden. Je stapt uit je vertrouwde patronen en je hersenen zeggen dan één ding tegen je: Gevaar! Dit kennen we niet, wat ben je aan het doen? En vervolgens zorgen ze ervoor dat jij onderuitgezakt op de bank zit... Goed nieuws: dat is tijdelijk. Je hersenen moeten gewoon even wennen aan de nieuwe situatie. Stel ze gerust. Geef ze even een aai over hun bol.



Ik wil het boek!

Alle boekhandels in Nederland en Vlaanderen kunnen het boek voor je bestellen zodat je het de volgende dag al kunt lezen.

Je kunt het kopen bij alle online boekhandels.

Je kunt het kopen via de shop van Leessst: https://shop.leessst.com/product/het-leukste-boek-ooit/

Of stuur even een mail naar hetleuksteboekooit@gmail.com, hier kun je ook al je reacties kwijt.

© Copyright 2019 Dorothea Stoeten