

Colour Comfort Meditative Notices



Introductie

Schrijf je persoonlijke ervaringen en observaties op na iedere Colour Comfort meditatie. Kleur is een taal en het kan direct met je communiceren tijdens een meditatie.

Schrijf je eigen bevindingen / ervaringen over iedere kleur. Als je aan een specifieke kleur denkt, doet het je dan denken aan een ervaring(en), produkt of emotie?

Dit is een persoonlijk notitie boek waarin je ervaringen en boodschappen van kleur kunt opschrijven.

Kleur is een eerlijk communicatie middel en het geeft inzicht over jezelf een verstrekt informatie aan je.

Thelma van der Werff



De kleur rood

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur rood:

Ik relateer de kleur rood aan:

De kleur oranje

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur oranje:

Ik relateer de kleur oranje aan:

De kleur geel

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur geel:

Ik relateer de kleur geel aan:

De kleur olijf/limoengroen

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur olijf/limoengroen:

Ik relateer de kleur olijf/limoengroen aan:

De kleur groen

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur groen:

Ik relateer de kleur groen aan:

De kleur turkoois

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur turkoois:

Ik relateer de kleur turkoois aan:

De kleur blauw

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur blauw:

Ik relateer de kleur blauw aan:

De kleur indigo/marine blauw

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur indigo / marine blauw:

Ik relateer de kleur indigo / marine blauw aan:

De kleur violet

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur violet:

Ik relateer de kleur violet aan:

De kleur paars

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur paars:

Ik relateer de kleur paars aan:

De kleur magenta/fuchsia

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur magenta / fuchsia:

Ik relateer de kleur magenta / fuchsia aan:

De kleur roze

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur roze:

Ik relateer de kleur roze aan:

De kleur wit

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur wit:

Ik relateer de kleur wit aan:

De kleur grijs

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur grijs:

Ik relateer de kleur grijs aan:

De kleur bordeaux

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur bordeaux:

Ik relateer de kleur bordeaux aan:

De kleur bruin

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur bruin:

Ik relateer de kleur bruin aan:

De kleur zwart

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur zwart:

Ik relateer de kleur zwart aan:

De kleur goud

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur goud:

Ik relateer de kleur goud aan:

De kleur zilver

Mijn ervaring gedurende de meditatie over de kleur zilver:

Ik relateer de kleur zilver aan: