



De kern van ons wezen is liefde.

www.gerichtcoachen.nl

www.vanharttohart.org

principe 1 van AH





Gezondheid is innerlijke vrede.
Genezen is angst laten varen.

www.gerichtcoachen.nl

www.vanharttothart.org

principe 2 van AH





Geven en ontvangen zijn in
wezen één.

www.gerichtcoachen.nl

www.vanharttohart.org

principe 3 van AH





We kunnen het verleden en de
toekomst loslaten.

www.gerichtcoachen.nl

www.vanharttohart.org

principe 4 van AH





NU is de enige tijd die er is en elk moment is bestemd om te geven.

www.gerichtcoachen.nl

www.vanharttohart.org

principe 5 van AH





We kunnen leren van onszelf en
anderen te houden door te vergeven
in plaats van te veroordelen.

www.gerichtcoachen.nl

www.vanharttohart.org

principe 6 van AH





We kunnen liefde zien
in plaats van fouten.

www.gerichtcoachen.nl

www.vanharttohart.org

principe 7 van AH





We kunnen er bewust voor kiezen
van binnen vredig te zijn, wat er ook
maar buiten ons gebeurt.

www.gerichtcoachen.nl

www.vanharttohart.org

principe 8 van AH





We zijn leerlingen en
leraren voor elkaar.

www.gerichtcoachen.nl

www.vanharttohart.org

principe 9 van AH





We kunnen ons concentreren op
het leven als geheel in plaats
van op fragmenten.

www.gerichtcoachen.nl

www.vanharttohart.org

principe 10 van AH





Omdat liefde eeuwig is, hoeft de dood niet als iets beangstigends te worden gezien.

www.gerichtcoachen.nl

www.vanharttohart.org

principe 11 van AH





Wij kunnen onszelf en anderen
altijd zien als mensen die óf liefde
verspreiden óf een beroep
doen op liefde.

www.gerichtcoachen.nl www.vanharttohart.org

principe 12 van AH

