



Self worth Filter

IT'S TIME TO FOCUS ON HAVING THE PEOPLE & THINGS
IN LIFE THAT ARE WORTHY OF YOU.

THE TOOL TO HELP YOU MAKE BETTER CHOICES
& TO HELP YOU ACHIEVE YOUR GOALS.

05

Z E L F W A A R D E
F I L T E R

05

Module 3

Opdracht

05

J O U W
Z E L F W A A R D E
F I L T E R

KEUZES MAKEN

Diep van binnen verlang je naar een leven vol voldoening. Het leven dat voortkomt uit je diepste verlangen. Het leven dat waardevol is en waardevol voelt. Het leven met meer positiviteit dan negativiteit. Het leven waarin je omringt bent door de juiste mensen. Het leven waarin jij jouw kracht en kwetsbaarheid durft te tonen aan jezelf en aan anderen. Het leven waarin jij je doelen durft na te jagen en jezelf niet meer tegenhoudt. Het leven waarin jij elke keer weer kiest voor VOORUITGANG.

Naast het leven vanuit jouw zelfwaarde is het belangrijk dat je nieuwe keuzes gaat maken. Keuzes maken is een must als jij verandering wilt in jouw leven. Zonder keuzes blijf je waar je staat en kom je alleen vooruit als die kans je aangeboden wordt. Maar ga jij daar op wachten? Weet je dat jij zelf ook kansen kunt creëren voor jezelf? Dit doe je door keuzes te maken. Ze zeggen wel eens "Je bent één keuze verwijderd van het leven dat jij wilt". En dit is helemaal waar!

ZELFWAARDE FILTER

Om jou te helpen om aspecten uit je leven positief te veranderen en je doelen te bereiken, heb ik een tool bedacht die jou daar bij gaat helpen. Deze tool heet JOUW ZELFWAARDE

FILTER. Dit filter is de tool (het proces) dat jij gaat gebruiken bij het maken van belangrijke keuzes in je leven. Of dit nou persoonlijke of zakelijke keuzes zijn, groot of klein.... Je kan deze tool overal en altijd gebruiken. Op elk moment dat jij een keuze moet maken. Op elk moment dat jij iets positiefs of negatiefs ervaart. Op elk moment waarin jij moet besluiten of iets wel bij jou past of niet.

Jouw zelfwaarde filter helpt jou dus bij het maken van keuzes wanneer je twijfelt, in onzekerheid zit, maar ook wanneer je wilt weten of je de juiste keuzes maakt. Keuzes die aansluiten op het leven dat jij wilt creëren.

Jouw zelfwaarde filter helpt jou de juiste keuzes voor **jezelf** te maken aan de hand van jouw verlangen en jouw behoeften. Als jij weet hoe je tot de juiste keuzes moet komen, dan komt er een einde aan stress, chaos, twijfel en uitstelgedrag.

DE JUISTE KEUZES MAKEN

Waar helpt het zelfwaarde filter bij?

Het zelfwaarde filter helpt je om elke dag bewuste keuzes te maken. Het helpt je besluiten nemen die goed aanvoelen. Door het filter zal je altijd voelen dat je gefocust blijft, vooruitzicht hebt en kan blijven doorpakken zonder twijfel. Het helpt jou om dicht bij jezelf te blijven en om sneller tot beslissingen te komen. Beslissingen die jij met zekerheid en vertrouwen zal durven nemen.

Waarom heb je het zelfwaarde filter proces

nodig? Als jij momenteel niet blij bent met hoe bepaalde aspecten uit je leven eruit zien en daar verandering in wilt brengen, dan is dit filter proces nodig. Maar ook als jij sneller tot betere besluiten wilt komen, die goed aanvoelen en waar je geen twijfel over hebt.



Self worth Filter

IT'S TIME TO FOCUS ON HAVING THE PEOPLE & THINGS
IN LIFE THAT ARE WORTHY OF YOU.

THE TOOL TO HELP YOU MAKE BETTER CHOICES
& TO HELP YOU ACHIEVE YOUR GOALS.

HET FILTER

Jouw zelfwaarde filter is niet zomaar een filter. Het is **jouw** zelfwaarde filter. Deze ga jij gebruiken om betere keuzes te maken in je leven. Keuzes die jou gaan helpen om vooruit te komen.

Jouw zelfwaarde filter lijkt op een normale trechter, maar zoals je op het plaatje hieronder ziet, heeft het openingen aan de zijkanten. Dat wilt zeggen dat wat er aan de bovenkant in gaat, er niet vanzelfsprekend aan de onderkant uitkomt.



HET DOEL VAN HET FILTER

Het doel van jouw zelfwaarde filter.

Het doel van jouw zelfwaarde filter is zoveel mogelijk mensen, situaties en andere aspecten, die jou en jouw ideale leven niet meer dienen zo snel mogelijk uit je leven te filteren. Wat niet dient, is EXIT! Hoe eerder, hoe beter. Dit geldt dus ook voor je eigen onzekerheden, negatieve denkwijzen en slechte gewoonten.

Waarom is dit nodig?

Het is onmogelijk om jouw ideale leven te realiseren als jij aspecten in je leven behoudt die je aan alle kanten zullen trekken. Het gaat er om dat je zoveel mogelijk mensen en aspecten in je leven hebt die jou vooruit helpen. Die jou pushen naar het leven dat jij wilt. Die jou inspireren om de beste versie van jezelf te zijn. Die jou niet belemmeren om in de beste versie van jezelf en in de beste versie van je leven te stappen.

**Het filter is nodig als jij een
LIFE CHANGER wilt zijn!**

HET DOEL VAN HET FILTER

Het filter gaat je helpen om alleen mensen, situaties en aspecten toe te laten in jouw leven die jou vooruit helpen.

Het moet over zijn met mensen die misbruik van jou maken, die jou benadelen, die jou puur in hun leven hebben voor eigen belang.

Je hebt veel geleerd, veel tijd in jezelf gestoken om te komen waar je nu bent en daar moet je zuinig op zijn. Maar ook zal je nog veel moeten inzetten om je doelen te bereiken en ik neem aan dat je het liefst geen belemmeringen wilt die jouw pad gaan bemoeilijken.

Jouw zelfwaarde filter gaat je ook helpen wanneer je kansen op je pad krijgt of besluiten moet nemen waar je aan twijfelt. Jouw filter gaat je helpen om dan de juiste keuze te maken. Keuzes die gebaseerd zijn op wie jij wilt zijn en hoe jij jouw leven wilt gaan vormen.

HET DOEL VAN HET FILTER

Jouw zelfwaarde filter gaat je ook helpen om vooral tijd te steken in de dingen die jij leuk vindt en die belangrijk voor je zijn.

Wil jij je tijd alleen maar besteden aan dat wat jou geen voldoening geeft? Dat wat jou pijn doet? **Wordt het geen tijd om weer voor jezelf, je eigen passie en verlangen te kiezen?**

Wanneer jij vanuit jouw zelfwaarde gaat leren leven dan zal jij je talenten en je uniekheid ontdekken, geloven in jezelf en het leven gaan creëren zoals jij dat voor je ziet. Je bent namelijk op aarde gezet met een doel. Jouw doel is o.a. een leven te creëren dat waardig is voor jou om te leven. En als je in dat wereldje wilt gaan stappen moet je hele belangrijke keuzes gaan maken. Keuzes die misschien moeilijk zullen zijn, maar wel nodig zijn om te nemen. Dit betekent ook dat je anderen soms moet kwetsen, omdat je een higher purpose moet dienen. Je bent namelijk niet zomaar op deze aardbol gezet.

YOU HAVE A PURPOSE

Diep van binnen voel jij zo een intens verlangen. This is your soul speaking to you. It is calling you for a greater life. Een leven waarin jij in jouw talent stapt en jouw potentie begint te benutten. Maar weet je dat dit alleen mogelijk is als jij al jouw blokkades en belemmeringen van jouw pad afhaalt? **Dit betekent het dus om los te laten!** En hier gaat het zelfwaarde filter bij helpen. Jouw pad vrij maken van alles dat jou wilt belemmeren om in jouw eigen potentie te leven. Dus ook je eigen belemmerende gedachten en onzekerheden.

Weet je dat de allerbelangrijkste reden waarom jouw zelfwaarde filter belangrijk is, is zodat jij weer gaat inzien wat jij waard bent? *Want at the end of the day* gaat het er om hoe jij in je vel zit. Je kan de hele wereld meehebben maar als jij jezelf tegenwerkt omdat jij je waarde niet in ziet.... dan kom je nergens. *Don't hold yourself back.* It is time to make your MAGIC happen. *The world is waiting on you. And so are you.*

FILTER PROCES

Het filterproces:

Met jouw Zelfwaarde filter ga je externe factoren (personen, situaties, nieuwe kansen en andere aspecten) en interne factoren (jouw gedachten, onzekerheden enz) die jou belemmeren uit je leven filteren.

➤ Je filtert de mensen uit je leven die absoluut niet in lijn zijn met wie jij wilt zijn en niet in lijn zijn met het leven dat jij wilt realiseren.

➤ Ook filter je situaties uit die jouw leven niet meer dienen.

➤ Je neemt afscheid van alles waar jij je niet meer mee wilt associëren, inclusief je eigen negatieve denkwijze, handelingen en keuzes.

FILTER PROCES

Wat filter je uit?

Als jij niet meer in uitzichtloze flirts wilt blijven hangen... short term relationships, of wanhopig wilt blijven hangen aan een persoon die jou niet claimt, niet weer een jaar dezelfde energieuze baan wilt, als je het zat bent om weinig vertrouwen te hebben in jezelf, en als je eindelijk eens effectief aan je doelen wilt gaan werken dan moet je nieuwe keuzes gaan maken. Dus je filtert alles uit wat jou niet meer dient. Alles wat jou down maakt, je verdrietig maakt, doet twifelen aan jezelf enz.

ledereen *filtert*

of je het nou bewust doet of niet.

En als je het toch doet, doe het dan op een manier die in jouw voordeel werkt.

HOE FILTER JIJ?

Hoe filteren vrouwen?

Sommige vrouwen gebruiken onbewust hun zelfwaarde filter, de ander weet niet hoe zij moet filteren en de ander filtert aan de hand van hele andere eisen.

Maar er zijn ook vrouwen die iedereen en alles door hun filter gooien en niets uitfilteren. Vervolgens zien zij in dat iemand of een situatie niet dient en zetten dan een muur op om zichzelf te beschermen. Of zij beschuldigen de ander over wat hen overkomt.

Elke vrouw filtert meer of minder of anders dan de ander. Waar het om draait is dat je dient te filteren wat voor jou belangrijk is. Kijk niet hoe anderen filteren, want iedereen heeft eigen waarden, grenzen, behoeften en eisen. Kijk naar wat jij waard bent, waar jij heen wilt met je leven en wat jij verdient.

HOE FILTER JIJ?

Filter jij nu dan niet goed genoeg?

- Niet als jij momenteel in een situatie zit dat jouw constant een slecht gevoel geeft en hier geen verandering in komt.
- Niet als jij te lang blijft malen over wat je wilt gaan doen.
- Niet als besluiten nemen over wat dan ook meer energie kost dan geeft.
- Niet als jij opmerkt dat je nog steeds mensen en situaties de schuld geeft over hoe jouw leven er nu uit ziet.
- Niet als jij nog steeds blijft hangen in dezelfde situaties en nauwelijks vooruit komt.
- Niet als jij opmerkt dat mensen nog steeds misbruik van je maken.

HOE FILTER JIJ?

- Niet als jij nog steeds aan mensen blijft hangen die niets of nauwelijks wat voor jou over hebben.
- Niet als jij merkt dat je blijft uitstellen en nauwelijks werkt aan jouw toekomst.
- Niet als jij nog steeds tijd steekt in dingen die je eigenlijk niet wilt.

FILTER JIJ GOED GENOEG?

Ja

Nee

*Kan veel
beter*

*Let's
start!*

IK GA JE NU UITLEGGEN HOE
JOUW ZELFWAARDE FILTER IN
ELKAAR ZIT EN HOE HET
WERKT.



Self worth Filter



1. Jouw leven.

Alles wat jou toekomt, alles wat er in je leven gebeurt, mensen die je leert kennen, vrienden/familie, jouw situaties, jouw ervaringen, je eigen denkwijze/handelingen, nieuwe kansen enz.. Kortom alles uit je huidige situatie, alles wat op je pad komt en alles waarbij jij voelt dat het jou niet meer dient gaat in je zelfwaarde filter. Maar ook alles waar je een beslissing over moet maken.

2. Jouw zelfwaarde.

De **trechter** staat voor jouw zelfwaarde. Jouw zelfwaarde is alles wat jij belangrijk vindt en waard bent. Alles wat jij over jezelf denkt en gelooft. Het zijn ook je dromen, doelen en toekomstbeeld. Bij dit gedeelte (2) ga jij keuzes maken a.d.h.v. jouw zelfwaarde. Het is **erop of eronder**. A.d.h.v. jouw zelfwaarde ga je bij deze stap loslaten wat niet meer dient. **Uitfilteren dus! Je gaat bij deze stap jezelf afvragen "dient dit mij nog?" "Past dit bij wie ik kies te zijn?" "Past het bij mijn toekomstbeeld?" enz..**

3. Het gewenste leven.

Na het filter proces bij stap 2 komen de mensen, situaties, de nieuwe beslissingen en je nieuwe **IK** uit bij punt 3. Dit zijn de dingen die in lijn zijn met jouw zelfwaarde, de persoon die je kiest te zijn en jouw toekomstbeeld. Met deze aspecten ga jij nu aan de slag om jouw doelen te bereiken.

HET FILTER TOEPASSEN

Je hebt nu gezien hoe jouw zelfwaarde filter er uit ziet.

Ik ga je nu leren hoe je deze kunt toepassen in jouw leven.

Jouw zelfwaarde filter toepassen:

De nummers op het plaatje komen overeen met de nummers die ik voor de alinea's heb geplaatst.



Stap 1

WELKE ASPECTEN IN JOUW LEVEN
MOETEN DOOR JOUW FILTER? DIT
KAN EEN KEUZE ZIJN DIE JE MOET
MAKEN, PERSONEN ZIJN,
SITUATIES, EEN NIEUWE BAAN,
NIEUWE KANSEN ENZ.

EIGENLIJK ALLES WAAR JIJ EEN
KEUZE OVER MOET MAKEN.



STAP 1: IN HET FILTER

1. Wat gaat er in jouw zelfwaarde filter?

Elke huidige of nieuwe situatie/persoon. Denk aan een potentiële partner, een nieuwe vriend, een baan, een nieuwe project, jouw denkwijze, je huidig zelfbeeld, je doelen of wat dan ook. Gooi alles door je filter wat belangrijk is in jouw leven. Gooi alles waar je eerder een keuze over hebt gemaakt of voor moet maken door je filter.



Stap 2

DIENT HET JE NOG?

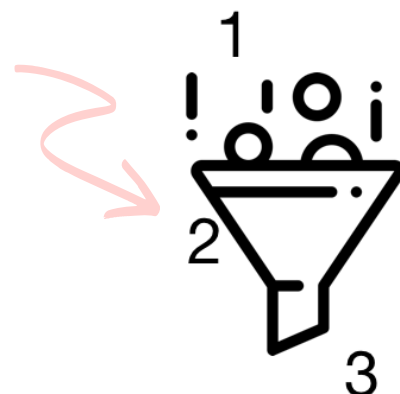
PAST HET BIJ WIE JIJ WILT
ZIJN?

PAST HET BIJ JOUW IDEALE
LEVEN?



STAP 2: FILTEREN

2. Dient het je nog? Past het bij jouw ideale leven?



Bekijk alles wat je filter inkomt vanuit je **zelfwaarde**, vanuit wie jij wilt zijn en vanuit je **ideale leven**.

Voordat je een keuze maakt om dat wat je **in** je filter hebt gegooid **uit** te filteren of **door te laten gaan** naar punt 3, stel jij jezelf eerst deze vragen:

- Past datgene wat ik in mijn filter gooi (nog) bij wie ik wil zijn?
- Past het bij hoe ik mijn leven voor mij zie?
- Past het bij mijn doelen?
- Past het bij mijn waarde als vrouw, moeder, zus, dochter, vriendin enz.?
- Ik geloof over mezelf, hoe sluit deze situatie of persoon hier op aan?

- Is het in lijn met hoe ik behandeld wil worden?
- Past dit bij hoe ik mijn leven wil gaan bewandelen?

Wanneer jij iets door het filter wilt halen dat je al een tijdje in je leven hebt, filter dan op deze manier:

- Waarom heb ik deze persoon of situatie in mijn leven gebracht? Dient deze situatie, emotie, persoon mij nog?
- Sluit het aan bij hoe ik **NU** wil zijn en hoe ik mijn toekomst **NU** voor mij zie?
- Ik heb in het verleden deze keuze gemaakt, dient deze mij nog?

Step 3

WAT KOMT ER UITEINDELIJK
NOG UIT JE FILTER?

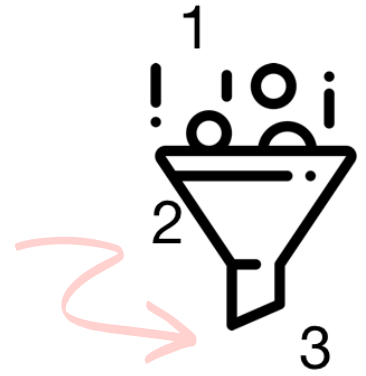
WHO & WHAT MADE IT TO THE
FINAL STEP?



STAP 3: RESULT

3. Wat komt er onder je filter uit?

Alles wat **niet** meer aansluit bij **wie jij Kiest te zijn en** niet meer aansluit bij **JOUW TOEKOMSTBEELD** is uitgefilterd bij stap 2.



Wat bij punt 3 is uitgekomen zijn mensen en aspecten die potentie hebben om jouw leven op een positieve manier te beïnvloeden of jou kunnen helpen om je doelen te bereiken.

De aspecten die nu bij jou tot punt 3 zijn gekomen hebben dus de potentie om jou te helpen bij het vormen van een leven zoals jij dat wenst. Ze sluiten op dit moment aan bij wie jij wilt zijn en waar jij heen wilt. Maar blijf altijd scherp, blijf altijd kijken naar wat wel en wat niet meer dient. Want mensen veranderen en situaties veranderen ook. Je moet dus blijven filteren!

Voorbeelden

VOORBEELD 1

ARE YOU SEARCHING FOR REAL LOVE?



Gooi de persoon die interesse in jou heeft door jouw zelfwaarde filter. Scan the whole thing, stel jezelf zelfwaarderende en toekomst gerelateerde vragen (vragen die jij belangrijk vindt, vragen die aansluiten op jouw waarde en jouw toekomstbeeld):

Bijvoorbeeld:

Wat voor man is hij? Hoe komt hij over? Hoe staat hij in het leven? Sluit dit aan op wat ik wil?

Zie ik hem als potentiële vader voor mijn kind?

Hoe ziet zijn verleden eruit? Hoe behandelt hij anderen? Past zijn huidige levensstijl bij die van mij?

Wil ik die levensstijl onderdeel maken van mijn leven?

Wat vind ik mooie eigenschappen van hem?

Wat is voor mij een NO GO? Steekt hij tijd in mij?

Toont hij initiatief?

en etc....

De vragen die je stelt in het filter proces, zijn vragen die jij jezelf stelt a.d.h.v. jouw waarden en toekomstbeeld. Wat verdien ik? Wat vind ik belangrijk?

geef antwoord op al je zelfwaarderende vragen en maak dan pas je keuze! Ga geen keuze maken a.d.h.v. wat anderen denken of willen. Denk na voor jezelf. Houd je ogen open, hoor wat hij zegt, denkt en doet. Maak geen keuzes vanuit je fantasie, maar kijk naar wat er voor je staat. ***Past hij in het leventje zoals ik dat voor me zie?***



VOORBEELD 2

LOOP JE VAST OP ZAKELIJK VLAK?

Gooi dit dilemma door je zelfwaarde filter. Scan the whole thing.

Vraag jezelf bijvoorbeeld af:

Waar wil ik heen?

Als ik voor keuze A ga, maak ik die dan voor mezelf of voor een ander?

Wat heb ik nodig op zakelijk vlak? Welke dingen vragen meer focus?

Welk voordeel heb ik als ik voor keuze A ga?

En welk voordeel als ik voor keuze B ga?

Sluit dit aan bij wie ik wil zijn of wil uitstralen als ondernemer?

enz.



HOE NU VERDER?

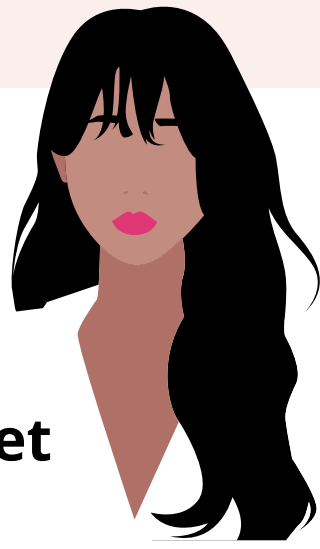
Wat doe je met alles wat je uitgefiltert hebt? Wat dus NIET tot punt 3 gekomen is?

Ga niet meteen alles de uitgang wijzen wat niet tot punt drie gekomen is. Dit filter proces pas je toe zodat je steeds bewuster wordt over de waarden die je jezelf toekent en de keuzes die jij in je leven maakt.

Het gaat er uiteindelijk om welke keuze ga je nu maken met de info die je uit het filterproces hebt gehaald? Dus stel je bent tot de conclusie gekomen dat een persoon of situatie eigenlijk uitgefiltert moet worden. Het voldoet niet aan jouw zelfwaarde, wie jij wilt zijn of toekomstbeeld. Wat ga je er dan nu mee doen?

Je hebt dan nog 3 opties.

OPTIE 1



Optie 1: Laat je het zoals het was?

Wat jij door je filter hebt gegooid past niet (meer) bij jou of bij jouw ideale leven, maar je wilt er geen afscheid van nemen.

Prima, maar weet wat de gevolgen zijn. Denk daar goed over na voordat je deze keuze maakt. Indien je besluit om dit aspect in je leven te behouden, accepteer dan ook dat de situatie is zoals het is en maak een plan hoe je er verder mee gaat leven. Pas dan ook je mindset aan. Het heeft geen nut om te kiezen om er mee door te gaan, maar toch nog over te blijven twijfelen. Je hebt dan namelijk geen keuze gemaakt, je hebt enkel gekozen voor dezelfde situatie. Kijk het aan, gooi het wat vaker door je filter en wie weet ben je ooit zo ver om een andere keuze te maken.

Als je voor optie A gaat, weet dan dat jij hiervoor kiest en neem je verantwoordelijkheid voor deze keuze.

OPTIE 2



Optie 2: Stop je ermee? Is het nu echt EXIT voor jou?

Je kiest ervoor om dat wat je door je filter gegooid hebt de deur te wijzen.

Zo ja, wat goed van jou! Je hebt gekozen voor jouw zelfwaarde en jouw toekomst. Je zult zien dat je nieuwe resultaten zult gaan boeken! Maar wees je er ook van bewust dat deze stap moeilijk voor je kan zijn. Het is namelijk compleet nieuw voor jou. Het is daarom nodig dat je vast blijft houden aan **waarom** je deze keuze gemaakt hebt. Dit kan een moeilijk proces worden, maar dit hoeft niet voor iedereen zo te zijn. Voor de één is het juist een bevrijding.

Bij het kiezen van optie 2 zal jouw zelfwaarde en jouw doelen je houvast en steun bieden. Tot deze keuze komen (optie 2) is trouwens niet altijd makkelijk, maar het zal je echt de mooiste resultaten opleveren. Maar weet dat je alleen deze keuze moet maken als jij diep van binnen voelt dat dit de beste keuze is voor jezelf en voor je toekomst.

OPTIE 3

Optie 3: Ga je er aan werken?

Wat je door je filter hebt gegooid voldoet niet aan je wensen, maar je bent bereid het nog een kans te geven.



Heb je besloten het niet los te laten, **maar zeker ook geen genoeg te nemen met HOE HET NU IS?**

Mooie keuze! Want ook hier zit groei in voor jou. Bij deze keuze ga je bewust werken aan **WAT IS**. Je gaat WAT IS veranderen in **WAT JE WILT DAT HET GAAT ZIJN**.

Als je voor deze optie kiest moet je rekening houden met een aantal dingen. Zo zal je een plan moeten maken. **Wat is de uitkomst die je wilt?** Hoe ga je daar naar toe werken? Wat heb je daarvoor nodig en wie? Hoelang ga je hieraan werken? Wanneer moet het doel bereikt zijn? Wanneer besluit je dat het jou, ondanks je er aan hebt gewerkt, niet meer dient?

De valkuil bij deze optie is dat je er te lang in blijft zitten en eindstand weer in dezelfde situatie terechtkomt als voorheen. Je moet dus scherp blijven en jouw doel echt goed voor ogen houden, constant blijven reflecteren op je vooruitgang en streng zijn voor jezelf. Weet ook dat jij dit proces in handen hebt. Of je nou een persoon wilt laten, een baan, een situatie of wat dan ook, jij bepaald.

BEWUSTER LEVEN

Het gebruiken van het filter gaat er dus om dat jij leert om bewuster te leven.

Weet wat je wilt, weet waar je naar toe werkt, weet wat je verdiend, zie hoe jouw leven er nu voor staat en besluit elke keer weer wat je gaat doen zodat je de stappen kan nemen naar een mooier leven.

Uiteindelijk gaat het erom dat je keuzes kunt gaan maken die beter in lijn zijn met wie jij kiest te zijn en hoe jij wenst te leven.

Wie kies jij te zijn

De keuze die je maakt,
bepaalt de persoon
die jij **kies**t te zijn.

EN NU?

Wat als dat wat jij door je filter hebt gegooid het wel gemaakt heeft tot punt 3? Het heeft de onderkant van je filter bereikt! Wat nu?

Het is mooi dat deze aspecten het bereikt hebben tot punt 3. Dat betekent dus dat deze mensen, deze situaties en deze aspecten positieve invloeden hebben op jou en op jouw leven. Ze zijn in lijn met wie jij wilt zijn en sluiten aan bij jouw toekomstbeeld. **Jeej!**

En.....wat ga je daar nu mee doen? Hoe ga je alles wat succesvol door jouw filter is gekomen inzetten?

Dit gaan we in de volgende module behandelen!

A WHOLE NEW YOU
UP TO THE NEXT

MAKE YOUR LIFE WORTH LIVING

Self worth filter