



Van pijnbestrijding naar pijnbevrijding

Als je pijn hebt wil je het liefst verlost worden van die pijn.

Je kunt dan kiezen voor pijnbestrijding. Dan ga je de strijd aan met de pijn. Je roept 'nee' tegen de pijn. De pijn gaat dan vroeg of laat weer terugvechten. Je weigert namelijk te luisteren naar de boodschap van de pijn.

Je kunt ook kiezen voor pijnbevrijding. Je aanvaard de pijn. Je zegt 'ja' tegen de pijn. De pijn mag verzachten, mag er helemaal zijn. Acceptatie ervan als weg naar bevrijding. Uiteindelijk verlost worden van de pijn. Wanneer en hoe dat gaat gebeuren mag je helemaal loslaten. Je leert namelijk te luisteren naar de boodschap van de pijn. De pijn als roep van je ziel, als de weg naar onvoorwaardelijke liefde, naar innerlijke wijsheid en vrede.

Jouw wezen schreeuwt om jouw liefde, wijsheid en vrede voluit te gaan leven. Om helemaal in je kracht te gaan staan. Wegwijzer is je lichaam, de pijn die je daarbij ervaart.

Ik heb jarenlang afwisselend pijn gehad in mijn rug, schouders, nek en hoofd en heb daarvoor diverse therapeuten bezocht. Stembvrijding heeft mij mijn levensvreugde weer teruggegeven.

Wat in de pijn zit juist de muziek. Jouw muziek. De muziek van jouw leven. Door het bezingen van je pijn kom je er echt mee in contact.

Sjoukje, september 2017