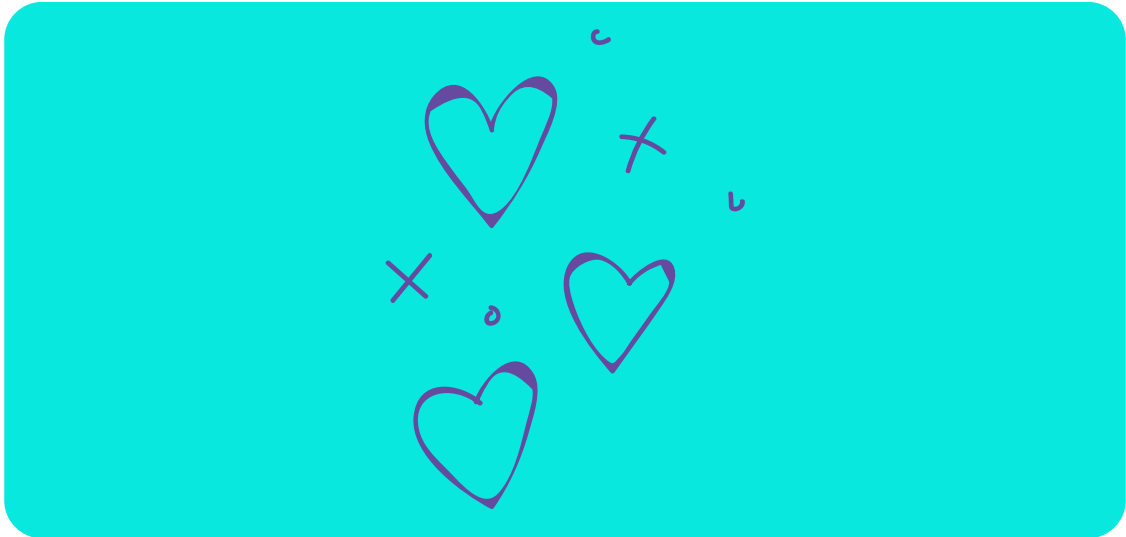


Healing

Boodschap van de Engelen



MEDIUM MISS LOU



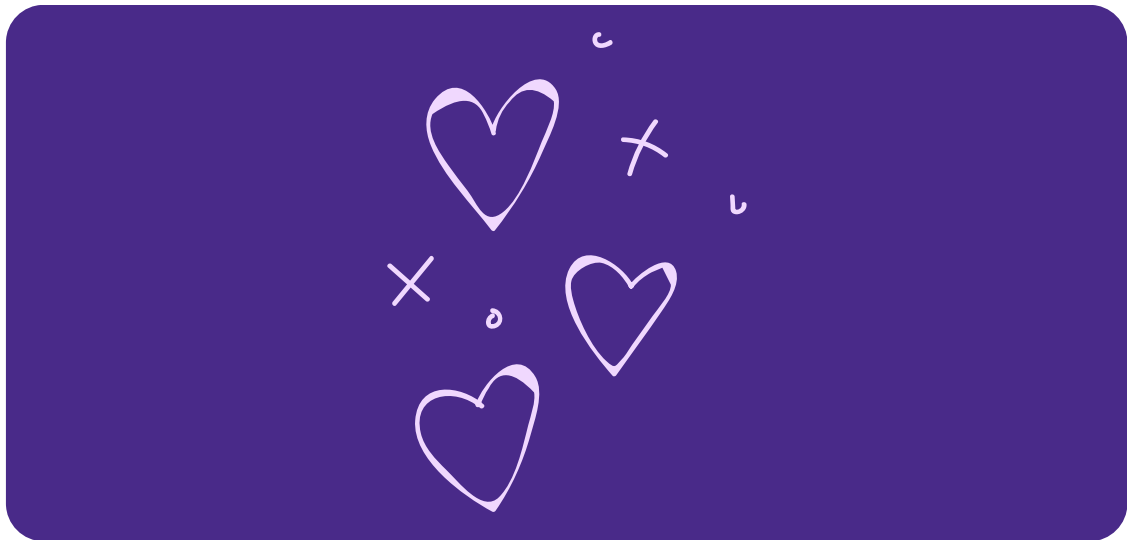
Healing
Van Harte Geopend
Boodschap van de Engelen

Het allergrootste kado dat je jezelf kunt geven en schenken, is aan de gang gaan met het helen van je trauma's.

Ken je dat? Dat je alles hebt geprobeerd en elke keer wel een heel klein stukje verder komt op jouw pad. En toch blijf je het gevoel houden dat je in de reguliere gezondheidszorg niet verder komt. Ik veklap je: "Been there, done that!" Ik was jaren op zoek. Ik heb heel wat psychologen, GGZ medewerkers en zelfhulp groepen bezocht. Elke keer ontving ik een stukje van de puzzel maar nergens voelde ik me echt begrepen.

Totdat ik Meta tegen kwam. Al bij de eerste afspraak voelde ik en wist ik dat ik op mijn plek was. Dat zij me zou helpen de puzzel compleet te maken. Voor je verder gaat, lees dit eens dit stuk over innerlijke kinderen eens.

Een innerlijk kind is een ander woord voor trauma. Een innerlijk kind ontstaat wanneer je een trauma mee maakt en er geen volwassene naast je staat die je leert dat wat je voelt ten opzichte van het trauma volkomen normaal is. Om die pijn niet te hoeven voelen, gaat je hoofd mee doen. Die bedenkt een heel scala aan overlevingsmechanismen. Daar heb je net over gelezen. Dat overleven werkt heel lang heel erg goed, maar uiteindelijk zul je ziek worden. Je wordt door het Universum letterlijk stil gezet. Dat is het moment dat je op zoek gaan naar antwoorden en het moment dat je opnieuw mag gaan leren voelen.



Het helen van je trauma's is noodzakelijk om te mogen gaan leven. Je doet dit door via je onderbewustzijn aan het werk te gaan. In je onderbewustzijn liggen al jouw ervaringen opgeslagen. Ook al denk je bewust misschien dat je geen trauma's hebt, je onderbewustzijn weet dat het wel zo is.

Door via je onderbewustzijn terug te gaan naar jouw trauma's, kun je jouw trauma gaan bekijken. Wie was er aanwezig? Waar was je? Hoe voelde je je? Waarom deden de personen die aanwezig waren zo? Wat was hun motivatie? Wat had jij toen willen zeggen, maar durfde je niet of kon je niet? Door al deze vragen te bekijken en op zoek te gaan naar de antwoorden, zul je steeds meer compassie gaan voelen voor de personen en jezelf. En dat werkt door in je dagelijkse leven.

En dat is pure winst. Je leven wordt fijner, gezelliger, je gaat meer van jezelf houden en je wordt echt blijer met jezelf. Je bent steeds minder afhankelijk van de mensen om je heen en je trekt je minder aan van de meningen van anderen. Je wordt steeds meer je allermooiste zelf.

Dus....gun jezelf dit kado. Ik verpak het voor je in een mooi papiertje met een hele, grote, mooie, roze strik. Ik help je hier graag bij.

You got this!