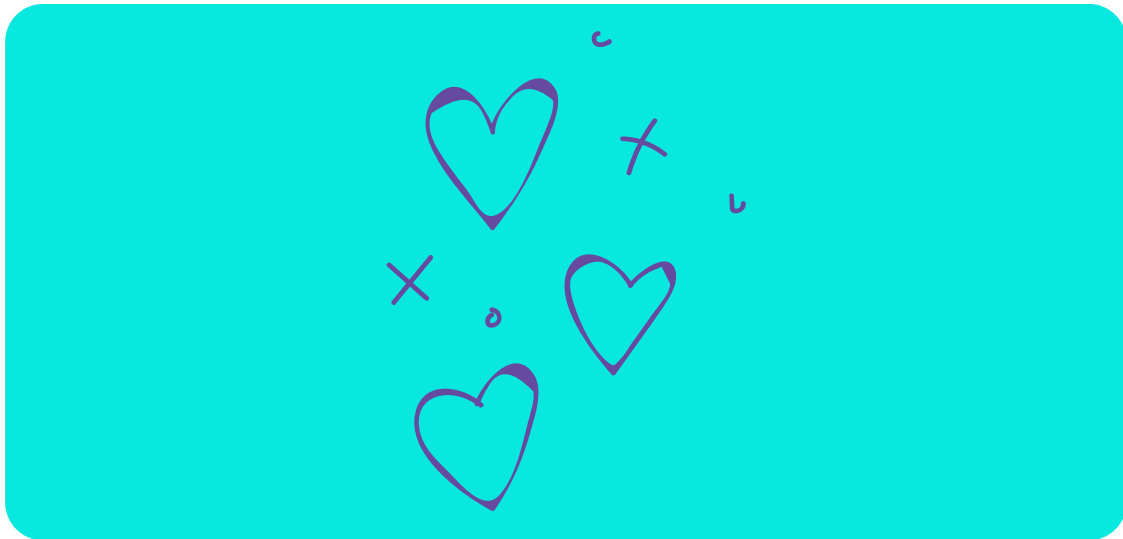


Rouw

Boodschap van de Engelen



MEDIUM MISS LOU



Rouw
Boodschap van de Engelen
Van Harte Geopend - Zielskaart

Rouw is rauw. Rouw gaat niet alleen over de dood. Rouw is komt ook voor in het leven. Voor alles wat we ooit vasthielden, maar nu mogen loslaten. Rouwen doe je niet alleen als je fysiek afscheid neemt, maar ook als je afscheid neemt van wie je ooit was.

Als een droom dooft, mag je rouwen. Als een vriendschap wegebt, mag je rouwen.

Als een vertrouwde plek sluit, mag je rouwen. Of als je simpelweg voelt: "Dit dient mij niet langer, en toch doet het pijn."

Rouwen is geen breken, maar buigen.
Geen einde, maar een eerbetoon."

Rouw betekent dat er iets of iemand betekenisvol voor je is geweest. Het betekent dat je je hart verbonden hebt. Vanuit jouw hartchakra verbinding hebt gemaakt met het chakra van de ander. Als die verbinding verandert, kan dat pijn doen. Je voelt het in je lijf, in je hart, in je hoofd, in je ziel.

Rouwen is er in veel vormen.

De versie van jezelf die je niet meer bent. De relatie waarin jij groeide en de ander achterbleef. De veilige routine die ineens niet meer past. Het afscheid van een rol die jou ooit aannam, maar die nu niet meer past.

Rouw is overal waar je iets waardevols achterlaat.
En juist dát maakt het zo krachtig.
Want je rouwt alleen om wat je liefhad.



Vraag jezelf vandaag eens af:

Waar neem ik op dit moment afscheid van – bewust of onbewust?

Wat laat ik achter met pijn, maar ook met dankbaarheid?

Wie of wat heb ik losgelaten, niet omdat ik wilde... maar omdat het moest?

Welke oude ik mag ik eren – en liefdevol laten rusten?

Energetisch gezien is rouw is een transformatieproces van energie.

Het is niet het einde. Het is vaak een nieuw begin. Het oude achterlaten kost tijd en energie en doet vaak pijn. Het nieuwe is spannend en onbekend.

Het is liefde die zich losmaakt, zodat er ruimte komt voor iets nieuws.

Als je verdriet toelaat, hoe eng en spannend dat ook kan zijn, dan stroomt de energie weer.

Wat mij helpt, is het voelen. Schrijven is daarbij mijn favoriete uitingsvorm. Ik pak vaak pen en papier en begin gewoon te schrijven. Dat wat aangekeken mag worden en aandacht nodig heeft, zal vanzelf naar boven komen. Er is geen goed, er is geen fout. Er zijn slechts ervaringen, die aandacht nodig hebben.

En weet je wat het mooie is? Hoe meer aandacht jij ervoor hebt, hoe meer jij het durft te doorvoelen, hoe beter het voor jou als mens en als ziel is.

Rouw is geen teken van zwakte, maar van liefde die diep geworteld was.

Jij mag rouwen op jouw manier. In jouw tempo. Met zachtheid. Met vertrouwen. Je hoeft het niet alleen te doen. De Engelen zijn bij je.

Altijd.

In liefde en licht,
Annelou