

# 3-DAAGSE Maria helpt!

22,23 EN 24 NOVEMBER 2013



Kim, 59 jaar

## **Blinddoek**

Pijn, verdriet en onmacht uit het verleden, waren nog steeds in mijn heden. Ik schreef me in voor deze workshop om deze drie elementen weer terug te sturen naar waar ze horen. Ik wilde ze loslaten en daarmee eindelijk in contact komen met de diepere lagen in mijzelf. Zodat ik meer vanuit mijn eigen kern kan gaan leven.

Ongeveer twintig jaar geleden ben ik begonnen met het zelfontwikkelingswerk. Afgelopen jaar ben ik bij Kitty begonnen met individuele stemwerksessies en deed ik familieopstellingen mee in een groep. Ik merk dat 3 dagen achter elkaar aan jezelf werken in een groep, prachtig is. De groepsenergie die in deze dagen werd opgebouwd, werd heel krachtig. Ik kwam hierdoor dieper bij mezelf en zo werden er diepere lagen aangeraakt die normaal niet zo zichtbaar worden. Ik vond de dagen niet 'moeilijk', vooral intens en veel. Op de vraag: *wat heeft jou nu écht geholpen om een doorbraak te bewerkstelligen? Om oude pijn los te laten?* Heb ik een helder antwoord:

Ten eerste: het vertrouwen in Kitty en (assistenten) Hans en Lisette.

Ten tweede: De groepsenergie en het veld waar je de energie van voelt.

Ten derde: mijn oude pijn. Ik denk dat de tijd rijp was om met zo'n diepte in contact met mezelf te komen.

Ik raad het mensen met veel geestelijk leed aan, om naar 1frissewind te gaan. Als je bijvoorbeeld lichamelijk geweld is toegegaan of als er seksuele overheersing en manipulatie in je leven is geweest.

Ik voel me nu lichter... Ik voel meer rust en er is een nieuwe energie in mij.

Jarenlang heb ik een blinddoek van onwetendheid voor mijn ogen gehad. Jarenlang was ik niet écht bezig

met wat er vanbinnen in mij, afspeelde en wist ik niet hoe ik ernaar kon luisteren. Nu ik fysiek

(opstellingenwerk en stemwerk is vrij fysiek) bezig ben, voel ik een verandering in mezelf. Het is alsof ik

de blinddoek heb afgedaan en nu pas zie wat er in me zit. Voor mij staat vast dat geestelijke pijn

doorwerkt naar het lichaam, dus ik ben blij met deze lichaamsgerichte, zelfontwikkelingmethode bij 1frissewind!

*liefs,*

*Kim*