



Van mij voor jou

De keuze – Edith Eva Eger

Het is vrijdag 3 mei 2019, ik zit op stoel 15 in het Figi Theater. Deze ochtend deelt Edith Eva Eger hoe zij is omgegaan met de traumatische gebeurtenissen naar aanleiding van haar deportatie naar Auschwitz in 1944. Zij vertelt hoe zij gevangen heeft gezeten in Auschwitz en hoe jij en ik gevangen kunnen zitten in onszelf. Hoe we blijven herhalen wat niet werkt, omdat het vertrouwd is en ons zekerheid geeft. Zekerheid is de grootste vijand van transformatie.

Eger moedigt ons allen aan om vanuit nieuwsgierigheid naar de schaduwkant in jezelf te gaan. Wat zit daar wat nog gevoeld mag worden? Voel het, doorleef het. Je kunt niet helen, zonder te voelen. Om verder te kunnen is het van wezenlijk belang om te besluiten hoe lang wil ik nog blijven hangen in dit gevoel. Wat er ook in je leven gebeurd is, welk verhaal je ook meedraagt, ieder van ons kan die delen in onszelf weer opzoeken, die je ergens door een gebeurtenis bent kwijtgeraakt.

Zij laat met haar verhaal zien dat ieder van ons in staat is om een keuze te maken in hoe je wil kijken en omgaan met datgene wat er in je leven gebeurt.

ByAnneliek.

Voor meer inspiratie lees ook eens mijn blogs op www.byanneliek.nl of volg me via instagram @minibieb_persoonlijkegroeï en @bconnectedbyanneliek

Absolute must read en te vinden in mijn MiniBieb ByAnneliek in 't Zand in Son