



Chiropractic

Family Care Centre

Nieuwsbrief maart 2014



Olympische Winterspelen Sochi 2014

Wat een fantastische prestaties voor Nederland tijdens de laatste winterspelen!

Met trots heb ik ernaar zitten kijken. Voor velen waren deze prestaties inspirerend, wetende dat "onze" topsporters hier hun hele leven al naar toe hebben gewerkt.

Als toeschouwers moeten we beseffen, dat alle (top)sporters lichamelijk en mentaal getraind zijn, om zich over te kunnen geven aan hun potentiële mogelijkheden. Het niveau en de snelheid, waarop gesport wordt, is zodanig hoog, dat deze topsporters zich hier niet eens meer van bewust zijn. Deze sportmannen en -vrouwen zijn getraind om hun aangeboren talenten tot het uiterste te ontwikkelen en zodanig te presteren, dat hun eigen bewustzijn hen niet in de weg zit.

Volgens B.J. Palmer (de grondlegger van de Chiropractie) zijn deze talenten in ons allemaal aanwezig! Maar eerst moeten wij onze eigen individuele talenten herkennen, voordat we ze kunnen gaan ontwikkelen.

Deze aangeboren talenten willen zich graag uiten. Een goed werkend zenuwstelsel is dan essentieel. Eventuele zenuwblokkades zorgen er namelijk voor, dat wij niet voor de volle 100% kunnen presteren. Regelmatige chiropractische correcties zijn dan ook van groot belang, willen wij onze talenten optimaal kunnen benutten.

Daarnaast is het ook belangrijk, dat we goed naar onze innerlijke wijsheid luisteren. Elke dag even een momentje voor onszelf nemen, om in verbinding te komen met onszelf. Probeer meer te voelen in plaats van te denken. Waar heb je zin in? Heb je meer zin om een inspirerend boek te lezen dan televisie te kijken? Welke sport spreekt jou het meest aan om te doen en wat voor eten voelt voor jou het beste? Dit principe is overal inzetbaar; probeer het eens en observeer hoe je innerlijke wijsheid je met alle aspecten van je leven kan inspireren, helpen en leiden!

Tot zover mijn olympisch verslag...

André de Voos
Chiropractor



Like ons op

