

# Mijn weg die leidde naar BSR

Al jaren had ik last van mijn onderrug. Na mijzelf een keer goed vertild te hebben, kwamen de pijn en stijfheid met regelmaat opzetten. Soms kon ik het koppelen aan iets dat ik daarvoor had gedaan, maar vaak ook niet.

Ik heb gedurende de jaren verschillende behandelmethoden geprobeerd, maar deze bleken geen blijvend effect te hebben. Pas toen ik met regelmaat Body Stress Release onderging is mijn rug definitief hersteld. Het is gewoon geen zwakke plek meer!

Bijzonder, want ik had eigenlijk al geaccepteerd dat het iets blijvends zou zijn. Ondertussen merkte ik op het werk ook wat mentale stress met mijn lijf deed. Pijnlijke en stijve spieren, waarbij het soms zelf moeilijk was mijn hoofd te draaien.

Body Stress Release bood opnieuw uitkomst. Na een release was ik weer soepel en ik voelde me gewoon lichter. Niet alleen fysiek, maar ook mentaal. Zo kwam ik er achter dat een release veel meer dan alleen een fysiek effect kan hebben.

Dat Body Stress Release door middel van lichte impulsen al zo veel positieve effecten had vond ik bijzonder. Hoe meer ik over Body Stress Release leerde hoe enthousiaster ik werd. Ik realiseerde mij dat ik op deze manier ook anderen kon helpen en daarmee een nieuwe invulling aan mijn eigen leven kon geven.

Uiteindelijk was het een makkelijke keuze om zelf ook de opleiding te gaan volgen. Ik voel me bevoorrecht dit mooie vak uit te mogen oefenen!



*Thijs Olink*



**BODY STRESS RELEASE**

Unlocking tension - Restoring self-healing