



Cadeautje voor jezelf

Het is vandaag een winderige en regenachtige dag. Ik heb voor vandaag een Ayurvedische lichaamsmassage besproken bij Hans en Rini Stoop in Heiloo. Wat een heerlijk vooruitzicht. Ik rij er nu naar toe. Als ik aangekomen ben staat de deur al op een kier. Ik stap de sfeervolle woning binnen en wordt hartelijke verwelkomd met een kopje thee en nemen even de tijd om wat bij te praten en wordt er kort uitleg gegeven over de Ayurvedische massage. Er wordt ook gevraagd of er nog rekening gehouden moet worden met mijn lichamelijke gezondheid, want dan wordt de olie "op maat" aangepast. Na de thee gaan we naar boven naar de speciale massagekamer. Het is er heerlijk warm en sfeervol. Ik kan ruiken dat de massage olie al warm is en zie allerlei kleine pannetje op een pitje staan. Het heeft een heel speciale geur. Rini legt uit dat zij samen met Hans (haar echtgenoot) de massage doet.

Op de massagetafel liggen schone witte handdoeken en ik word heerlijk warm ingestopt. Daarna begint de massage; Hans aan de ene kant en Rini aan de andere kant van mij en ik geniet van de aanraking die met aandacht en zorg gegeven wordt; niet te hard, niet te zacht, precies goed. De harmonie van deze duo massage is heel bijzonder. Ik voel me veilig en gedragen en er wordt met aandacht gemasseerd. Hieruit spreekt jarenlange ervaring. Ik geniet ervan en zak steeds dieper weg in een heerlijke ontspanning terwijl op de achtergrond zachte ontspannende muziek klinkt.

Als mijn hele lijf gemasseerd is, mag ik nog even na doezelen en rustig bijkomen. Wat een weelde. Als ik weer aangekleed ben ga ik naar beneden waar de thee alweer klaar staat. Dit heeft me zo goed gedaan dat ik meteen weer een nieuwe afspraak maak met Rini eh Hans.

Als ik naar mijn auto loop merk ik dat de wind is gaan liggen, het droog is geworden en verbeeld ik het me nou of niet; is het ook warmer geworden???

Succes lieve mensen
knuffel van Bodhi