

Es mag ungewohnt klingen, doch Schmerzen sind lebensnotwendig.

Sie zeigen uns an, dass etwas in unserem Leben nicht stimmt. Wir merken oft so lange nicht, unter welchem physischem und psychischem Stress wir stehen, bis sich unser Körper vehement zu wehren beginnt. Erst dann wird uns bewusst, dass wir Verantwortung für unser Wohlbefinden tragen und besser auf uns achten müssen.