

De vijf natuurgerichte principes

Bij mijn behandelingen werk ik volgens de 5 natuurgerichte principes zoals beschreven door de [Beroepsvereniging BATC](#). Deze 5 natuurgerichte principes kunt u rustig nalezen in de [pdf](#). Dit zijn energie, prikkeloverdracht, drainage, voeding en geestelijk welzijn.

Energie

Een reiki-behandeling bestaat voor het grootste deel uit handoplegging waarbij de (universele) energie wordt doorgegeven. Ik voel waar de energie stroomt of stagneert en hoe de cliënt daarop reageert. Ik stem de technieken die ik gebruik af op die energie. En kijk per moment en plek hoeveel reiki of andere technieken en hoeveel aandacht er nodig is.

Prikkeloverdracht

Tijdens een behandeling maak ik contact met het energieveld van de cliënt. Ik voel met aandacht wat er in het energieveld gebeurt en op dat moment reageert de energie daarop en zal ze gaan stromen. Het is mogelijk dat je het warm of juist heel koud krijgt, je lichaam gaat trillen en schokken of je maag gaat borrelen. Ook maak ik gebruik van ademhalingsoefeningen, visualisaties en praktische bewustzijnstechnieken. Hierdoor krijg je meer contact met het lichaam en voel je waar verschillende sensaties en prikkels waarneembaar zijn.

Drainage

Ik maak ook heel bewust gebruik van de mogelijkheid om spanning of iets anders dat jou niet meer dient, los te laten. Bijvoorbeeld door vanuit de Chinese elementenleer aandacht te geven aan een orgaan om het loslaten te ondersteunen en je lichaam de zelfhelende capaciteit te laten vergroten om daarmee overvloedige ballast los te laten. Op basis van je klachten en andere informatie check ik welke organen aandacht nodig hebben. Dan behandel ik met behulp van reiki, chakra- balancing, moxa en ademhalingsoefeningen. Er kan van alles naar boven komen en vaak reageert het lichaam op de handoplegging of het drukpunt. Denk hierbij aan emoties (tranen) maar ook meer lichamelijke impact zoals borrelen in de buik, slikken of boeren. Doordat de energie gaat stromen, reageren de organen en kan er ook inwendig worden losgelaten.

Voeding

Ik vraag bij elke sessie naar je voedingspatroon, omdat dit van invloed kan zijn op de hulpvraag en het zelfhelend vermogen. Dit bespreken we kort, zodat je je bewust wordt van de samenhang.

Geestelijk welzijn

De holistische kijk op gezondheid is voor mij de basis van waaruit ik werk. Ieder mens bestaat uit verschillende lagen: een fysieke, mentale, emotionele, spirituele en energetische laag. Deze lagen vormen 1 geheel. Ik leg tijdens een consult uit dat je gevoel van welzijn vanuit het geheel verklaard kan worden. Een fysieke of emotionele keuze heeft dan ook invloed op de andere lagen van je “zijn”. We bespreken samen wat je voelt en welke plekken in het lichaam opvallen of pijn doen. Samen kijken we waar dat mee in verbinding kan staan. Een fysieke pijn kan een emotionele achtergrond hebben. Ook kijken we samen naar de samenhang met het element dat bij de plek past. En wat voeding zou kunnen bijdragen aan een verbeterd geestelijk welzijn. Deze kennis combineer ik met inzichten en werkwijzen vanuit de reguliere psychologie. Deze gesprekken dragen bij aan de bewustwording en helpen jou te helen.

Werkvormen volgens de natuurgerichte principes

Ik geef energetische en psychologische consulten, die gebaseerd zijn op de bovenstaande natuurgerichte principes. Hierbij stimuleer ik jouw zelfhelend vermogen. Ik geef reiki door via handoplegging op je lichaam. Ik breng chakra's terug in balans met een techniek op basis van handoplegging (chakra-balancing), gebruik soms aanvullend moxa en bied energetische trauma-release. Op deze manier behandel ik specifieke plekken op het lichaam in combinatie met de kennis van Chinese geneeskunde en doe ik samen met jou ademhalingsoefeningen of visualisaties. Aan de hand van gerichte vragen bekijk ik welke organen (elementen) om aandacht vragen. Ook maak ik gebruik van specifieke uitvraagtechnieken met betrekking tot de hulpvraag zoals hartfocus en journeys voor traumarelease om zo dieper tot de kern te komen.