

Met acupunctuur de levensenergie versterken

Heb je nog wat Qi?

Zoals een lamp elektriciteit nodig heeft, hebben mensen levensenergie nodig. In het Chinees wordt die energie Qi of Chi genoemd en in het Japans Ki. Hoewel dit Oosters concept eigenlijk beter onvertaald kan blijven. Als er iets mis, ziek of verzwakt is, kan de stroom ervan hersteld of gestimuleerd worden. Daarvoor gebruikt acupuncturist Ronald Aartsen hele dunne naalden.

Een acupuncturist richt zich op het in balans brengen van Qi. Daarvoor kijkt Ronald naar het meridiaan-systeem. Meridianen worden vaak gezien als 'kanalen' die over en door ons lichaam lopen. De zogenaamde hoofdmeridianen zijn gekoppeld aan organen. Zo is er een longmeridiaan, miltmeridiaan etc. Meridianen hebben niet alleen een verloop maar ook specifieke functies. Op het gebied van zowel lichaam als geest.

Wie is de grondlegger?

Ronald: "Er is niet één grondlegger. Acupunctuur en Chinese geneeskunde zijn al eeuwenoud. Het klassieke werk de Huang Di Nei Jing wordt gedateerd rond 475 v. Chr. En dan hebben we het dus over geschreven werk. En kun je er dus van uitgaan dat het al veel eerder beoefend werd. Dit blijkt ook uit artefacten die bij opgravingen zijn gevonden. Al in het jaar 500 zijn er werken vanuit China - veelal via Korea - in Japan terechtgekomen."

Je put uit beide stromingen, maar is er verschil tussen de Japanse en Chinese acupunctuur?

"Niet als in de Chinese acupunctuur zijn er in Japan verschillende stijlen. Vrijwel alle toepassingen en stijlen die ik gebruik zijn terug te voeren op de klassieke Chinese geneeskunde. Japanse stijlen maken vaak gebruik van dunne naalden, meer oppervlakkige naaldtechnieken - soms zelfs op en niet in de huid - met een diepe werking en ze zijn vaak subtieler. Daarbij wordt in Japan meer gebruik gemaakt van palpatie, ofwel voelen of tast. In Japan is acupunctuur nauw verbonden met massage en Japan kent een geschiedenis van veel blinde of visueel gehandicapte acupuncturisten en masseurs. Palpatie en gevoel spelen dan natuurlijk een grotere rol."

Wat is je specialisatie?

"Die ligt op het gebied van persoonlijke ontwikkeling, stress- en burn-out preventie, herstel en traumaverwerking. Ik zie ook veel cliënten met een kinderwens, gynaecologische klachten of pijnklachten aan hoofd, rug, nek, schouders en onder meer buik. Samen met ondersteuning bij kanker vormen deze indicaties wel het grootste deel van mijn praktijk. Cliënten bemerken op een gegeven moment verlichting van hun klachten en meer kracht en energie. Tegelijkertijd ervaren ze vaak de stilte en de ruimte om de voor zichzelf juiste keuzes te maken. In het algemeen: herstel van het zelfhelend vermogen."

Zijn er mensen voor wie het niet geschikt is?

"Er zijn wel bepaalde lichaampunten of technieken die ik niet gebruik



Ronald Aartsen: Ruim 2500 jaar geleden waren de Chinezen al met acupunctuur bezig.

in bepaalde situaties. Bijvoorbeeld punten met een neerwaartse werking bij een zwangere vrouw. Of bij mensen bij wie lymfeklieren zijn verwijderd."

Wat doe jij anders dan je collega's?

"Less is more is de rode draad van mijn behandelingen. Ik richt me op de kern. Ik richt me op de kracht. Op de Shen oftewel Spirit van de cliënt zonder het aardse of mens-zijn te vergeten. Als we het over onderscheiden hebben als acupuncturist dan is hetgeen wat mij onderscheidt van anderen eigenlijk de persoon wie ik ben. Naar mijn mening is een behandeling niet los te koppelen van de interactie tussen behandelaar en cliënt. Zelf ben ik Chinees noch Japans. Ik ben een in Rotterdam geboren en getogen Indo. In de praktijk en in het algemene leven vertaalt zich dat in zowel de omarming van het mystieke - voor sommigen het spirituele - als het hebben van een down-to-earth mentaliteit en beschouwing."

Wat moet iemand verwachten van een behandeling?

"We beginnen met een intakegesprek. Wat brengt ze naar de praktijk? Wat willen ze kwijt? We nemen kort de medische historie door maar bespreken ook andere facetten van het leven die relevant zijn. Het is een proces of reis, net als groei en ontwikkeling. Het gesprek is een onderdeel van de diagnostiek. Observatie, palpatie en dus voelen zijn daarnaast belangrijk. Zo voel ik in de praktijk het hoofd, gewrichten en maak ik bijvoorbeeld gebruik van hara- en polsdiagnose. Hierop volgt

de 'behandeling'. De behandeling duurt zo lang nodig is voor die cliënt op dat moment."

Hoe kwam jij erop om dit werk te doen?

"Van kinds af aan heb ik al iets met Oosterse, vooral Chinese, gezondheid en filosofie. Dat uitte zich in praktische zin vooral in martial arts en meditatie. Na een verlies in de persoonlijke sfeer, kwam ik voor mezelf tot het inzicht dat ik een bijdrage wil leveren aan de gezondheid en het welzijn van mensen, op een andere of soms aanvullende manier dan waar ons huidige zorgsysteem voor staat. En dat ik iets wilde gaan doen waar mijn hart ligt. Daarop begon ik met de opleiding Acupuncture & Herbal formulas. Dat is alweer zo'n zeventien jaar geleden. Mijn passie werd mijn werk en vice-versa."

Moeten we het nog over de naalden hebben?

"Voor sommige mensen is het idee van naalden een drempel om naar een acupuncturist te stappen. Maar zeker met de technieken die ik toepas in de praktijk zijn deze helemaal niet pijnlijk. Je moet je voorstellen dat een dikke haar een diameter van zo'n 0,18 mm heeft. De naalden die ik gebruik zijn 0,16 mm dun en sommigen zelfs nog dunner, 0,12 mm. De naalden worden niet diep ingebracht en sommige technieken gaan de huid niet in. Een behandeling is vooral een ontspannen ervaring zonder pijn."

Zie www.djoj.nl voor de spreekuren van acupuncturist Ronald Aartsen.

DJOJ-AGENDA PERSOONLIJKE ONTWIKKELING

MASTERING YOUR OWN LIFE 8-WEKEN



In het Mastering your own life programma ga je helder onderscheid maken tussen de vermogens van jouw universele bewustzijn en van jouw overlevingsmechanisme. We hebben allemaal wel dat ene "ding" in ons leven, dat ons dwarszit. Het heeft te maken met personen, omstandigheden en situaties die ons begrenzen.

In het Mastering your own life programma krijg je alle inzichten, innerlijke ervaringen en tools die je nodig hebt zodat jij jouw "ding" tijdens het 8-weken programma kan transformeren. Je leert hoe jij jezelf kan shiften van begrensde emotionele en mentale reacties (stress, frustratie, zorgen etc.) naar nieuwe gedachten, gevoel en gedrag. Bye Bye stress en alle momenten waarbij jij jezelf voorbijloopt. Het is nu tijd voor jou. Het is tijd om je goed te voelen.

Zaterdagavond 21 september in Centrum Djoj wordt een gratis introductie workshop 'Mastering your own life' aangeboden. Een mooi moment om met elkaar kennis te maken en direct mijn aanpak te ervaren.

PROGRAMMA

Het Mastering your own life 8-weken programma heeft twee afzonderlijke trainingsdagen bij Centrum Djoj, 5 online lessen met video's, meditaties en opdrachten (1 per week), er is ook een online live webinar waar je vragen kunt stellen en jij jouw proces verder kunt verdiepen en activeren. Voor meer info: www.pureempowerment.nl

DATA

Trainingsdag zondag 13 oktober, 10.00 - 15.00 uur
Online webinar donderdag 31 oktober 20.00 - 21.30 uur
Trainingsdag zondag 1 december, 10.00 - 15.00 uur

DATA

Zondag 13 oktober, 10.00 - 15.00 uur
PRIJZEN
€395,- voor een programma van twee dagen, vijf online lessen en een online live webinar incl. btw en lesmateriaal. Vroegboek kortingen: boek voor 2 september en betaal €325,-. Boek voor 28 september en betaal €350,-. Inschrijven kan via www.djoj.nl of direct naar wigard@pureempowerment.nl.

TRAINER

Pure Empowerment
Wigard Tegel
06-150 846 71
wigard@pureempowerment.nl
www.pureempowerment.nl

RUIMTE VOOR JE VOLGENDE STAP



Lijkt werk en gezin af en toe op overleven? Twijfel je over de stap die je wilt maken? Deze workshop helpt je op een andere manier om een stap te nemen.

Je hoeft niet te veranderen, je bent al goed zoals je bent. Het gaat om het toelaten van wat je diep van binnen eigenlijk al weet en om je te durven laten leiden.

Het lijkt misschien onmogelijk om weer authentiek en sprankelend te zijn, maar het is veel moeilijker om te proberen te zijn wie je niet bent.

Tijdens deze dagworkshop maken we in een kleine intieme groep ruimte voor je diepste verlangen. Dat is waarvoor je op aarde bent en wat je doet sprankelen. Je gaat meer vrijheid en voldoening ervaren, en ook je omgeving (je gezin) ervaart meer ruimte en rust.

Resultaten:

- jouw diepste verlangen beter kennen
- durf om je zachte kracht in te zetten
- ontspannen, geestelijk en lichamelijk opgeruimd zijn
- meer sprankeling en ruimte voor jezelf en je gezin

Om een doorbraak te bereiken gaan we vooral de emotionele lading opruimen van wat nog in de weg zit. Blokkades in de familielijn, oude onbewuste overtuigingen, onbewust oud zeer. En dat ZONDER dat we gaan wroeten in het verleden. Daarmee stop je met het doorgeven van het verleden aan je (klein)kind.

Reken op een intensieve dag waar je lichaam ook op zal reageren. Alles is erop gericht om een transformatie te starten die jou een gevoel van ruimte en vrijheid geeft. Het helpt als je tevoren werkt met de MIR-methode (mirmethode.nl).

Ervaring van een deelnemer: De zachte aardige energie waarmee je de workshop geeft is voor mij een enorm vruchtbare bodem om te groeien. Sindsdien komt er op zachte manier van alles los, echt prachtig!

DATA

5 oktober en 21 december, 10.00 - 17.00 uur
PRIJZEN
€125,- incl koffie/thee en vegetarische lunch
TRAINER
Ogen open!
Ronald de Waal
06-249 883 85
ronald@vindjouweweigenplek.nl
landenopjeplek.nl

Meer info:
www.djoj.nl