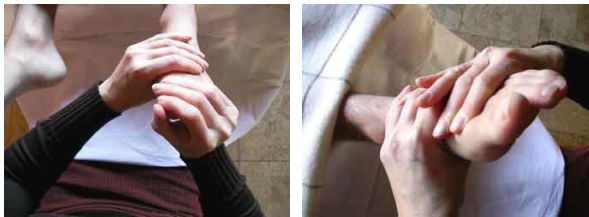


Interview Bombardon door Cecille Hennissen april 2006.

‘Voor de dingen die je echt belangrijk vindt, maak je tijd.’

Boven de belknop aan de voordeur hangt het bordje ‘Voetreflexologie’. Binnen kruisen we het pad van een heel tevreden klant: een dame die gerustgesteld het vliegtuig kan nemen voor enkele ontspannende vakantiedagen. De therapie slaat aan en ze kan beslist haar vliegangst overwinnen. Voetreflex, bachbloesems, oorkaarsen... op zijn zachtst uitgedrukt klinkt het erg alternatief. Het wekt onze nieuwsgierigheid en met gemengde gevoelens - we zijn ook maar nuchtere Waaslanders - willen we horen wat Annemie daar zelf over te vertellen heeft. Het wordt een ontwapenend en boeiend gesprek over geneeswijzen waarvan slechts een topje van de sluier wordt opgelicht.

Annemie: Vele verschillende wegen leiden naar Rome. Ik ben ervan overtuigd dat voor vele mensen klassieke geneeskunde een uitkomst kan bieden. Maar dat is niet altijd zo. Voor sommige mensen kan het best zijn dat er een andere weg moet gevolgd worden om hen te helpen. Er zijn vele verschillende benaderingen van ziekte. En het is spijtig dat men in de klassieke geneeskunde nog zo weinig geneigd is samen te werken met de alternatieve. Soms zijn combinaties van therapieën doeltreffend. Ik zou niets liever willen want die twee geneeswijzen kunnen elkaar perfect aanvullen. Niet alle kwalen zijn op te lossen met pilletjes of een medicijn. Een mens is zo een complex wezen. Wanneer iemand naar hier komt voor een behandeling, bekijken we de samenhang. Hier ben je ook niet op tien minuten buiten.



Wat is voetreflexologie?

De voet is een spiegel van het hele lichaam.

In de voet bevinden zich ongeveer 30.000 zenuwuiteinden. Deze staan in verbinding met organen en andere lichaamsdelen. Bij reflexzonetherapie worden deze reflexzones met onder andere duim en vingers bewerkt. De werking van de therapie is voor een groot deel terug te voeren op hetzelfde principe als de acupunctuur. Via massage van bepaalde punten in de voet, wordt het lichaam geactiveerd om blokkades elders in het lichaam op te heffen. Het geeft de aanzet om het lichaam beter te laten functioneren. Het kan een betere doorbloeding geven, of verhoogde weerstand, ontspanning, evenwicht, beter werken van organen. Voetreflexzonemassage heeft een heilzaam effect zowel lichamelijk als geestelijk en beïnvloedt het welbevinden van de totale mens.

Je hebt daar een speciale opleiding voor gevolgd. Waar heb je die therapie geleerd?

Stefaan en ik doen al jaren tai chi. Het is een oosterse ‘sport’, waarbij alles draait rond langzame bewegingen, harmonie en leren omgaan met energie. Vroeger speelde ik volleybal, maar Stefaan deed niks van sport. We kenden tai chi van op tv en Stefaan zag dat wel zitten. We zijn dan gaan uitzoeken waar we dat konden volgen en we kwamen terecht in Borgerhout. Nadien werd dat ook gegeven op

Linkeroever. Dat was al dichterbij want we hadden geen auto. De vriend van de lesgeefster Ellen Broeckmans, gaf tegelijk een cursus voetreflexologie. We waren daarin wel erg geïnteresseerd maar omdat het samenviel moesten we kiezen en we zijn toch maar tai chi blijven volgen. Nadien werd er een cursus in Ter Vesten gegeven en we schreven ons in. Twee jaar later kreeg deze cursus een internationale erkenning, maar dan moesten we terug van vooraf aan beginnen, gedurende drie jaar. In 1999 ben ik dan officieel met de praktijk begonnen.

Wie kan er baat hebben bij een voetreflexbehandeling?

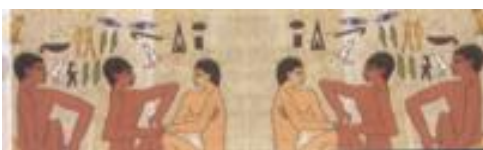


Mensen kunnen hier terecht voor allerlei klachten. Met voetreflexzonetherapie kun je werken aan onder meer verlichting van stress en spanning, de verbetering van de doorbloeding en het opheffen van blokkades in het zenuwstelsel. Maar ik denk ook aan de behandeling van klachten op het gebied van de spijsvertering, slapeloosheid of depressiviteit en rugklachten. Omdat de therapie het herstel bij zieken kan versnellen, wordt ze dikwijls ingezet als aanvulling op een reguliere behandeling. Het kan zowel over lichamelijke als over psychische klachten gaan, of over vage klachten waarbij men niet direct een oorzaak kan aanduiden. Ook kinderen kunnen hier terecht.

Ik voel me heel goed, heb nergens pijn, ben niet moe... Kan het nóg beter met een behandeling?

Ja, gezonde mensen die gezond willen blijven kunnen baat hebben bij een voetmassage als tijdelijke ontspanning of als geneeskrachtige massage. Tijdelijke ontspanning kan voldoende zijn als de druk gedurende korte tijd te hoog oploopt of wanneer voor iemand alles even te veel is en er verder geen klachten zijn. In principe krijgt iedere cliënt dezelfde behandeling gericht op de hele mens, dus op de hele voet. Wel kan het accent na de basisbehandeling op specifieke pijnpunten komen te liggen. Een 'massage' van de voeten duurt ongeveer 60 minuten.

Deze therapie komt uit het oosten veronderstel ik. Is het een oude methode?



Het is een eeuwenoude methode. De oude Egyptenaren waren al bekend met de heilzame werking van voetmassages. Op een Egyptische papyrustekening van 2500jaar voor onze tijdrekening, zijn geneesheren te zien die de handen en voeten van mensen behandelen. Reflexologie is een onderdeel van de oude geneeswijzen zoals die ook in India al vijfduizend jaar worden beoefend. Boeddhistische

monniken verspreidden hun kennis vermoedelijk naar China en Japan, waar de acupunctuur tot bloei kwam. Er zijn bewijzen gevonden dat voetreflexologie ook in Noord-Amerikaanse Indianenstammen werd toegepast.

De recente geschiedenis van voetreflexzonetherapie start bij twee Amerikaanse artsen. Zij publiceerden in 1916 een boek waarin de zogenaamde 'zonetherapie' centraal stond. Eén van hen, Fitzgerald, had geruime tijd in China gewerkt en was langs die weg in aanraking gekomen met acupunctuur. De huidige voetreflexzonetherapie is gebaseerd op de bevindingen van Ingham. Op basis van vele jaren ervaring heeft zij het gehele projectiegebied van het lichaam, op de voeten in kaart gebracht. Pas in de jaren vijftig sloeg de therapie over naar Europa en vandaag raakt ze meer en meer bekend bij een ruimer publiek.

Je werkt ook met bachbloesems. Over welke bloesems gaat dat?

Het zijn bloesems van 36 verschillende planten die dokter Bach in water legde.



Door distillatie heeft hij daar een tinctuur van verkregen. Elke bloesem heeft een specifieke kracht. Het gebruik van druppeltjes in een glas water, kan een ondersteuning zijn bij psychische klachten. Maar niet iedereen heeft dat nodig. Ik heb daar onlangs nog een student met examenvrees mee kunnen helpen. Psychische problemen hebben dikwijls een weerslag op een bepaald orgaan. De volkswijsheid leert ons daar soms iets over bij. Als men zegt: hij heeft het op zijn heupen, dan weet iedereen wat men bedoelt. Maar het is ook werkelijk zo. Wanneer iemand piekert, bezorgd is en psychisch onder druk staat, is er een verstoring in de doorstroming van de energie ter hoogte van de heupen te vinden.

Hoe kan je bepalen waar er iets misloopt? Waar er 'blokkades' zitten?

Wat ik hierbij nodig heb is een Lecherantenne. Die geeft aan waar de energiestromen in het lichaam van een klant geblokkeerd zitten. Dan kan de behandeling starten. Die hangt van de persoon in kwestie af. Wanneer de energie goed staat, duurt een behandeling ongeveer drie kwartier. Zijn er blokkades op te lossen kan het toch tot anderhalf uur duren. Je kan bijvoorbeeld op die manier de organen die instaan voor het zuiveren van het lichaam bewerken. In China wordt deze methode nog altijd gebruikt voor het uitlokken van een abortus. Daarom is deze methode ook gevaarlijk in de handen van mensen die niet genoeg geschoold zijn. Wanneer men er te lichtzinnig mee omspringt kan men er schade mee aanrichten. Iemand die een reeks van 10 lessen voetreflexologie volgt, begint best niet met een praktijk. Er is meer kennis voor nodig.

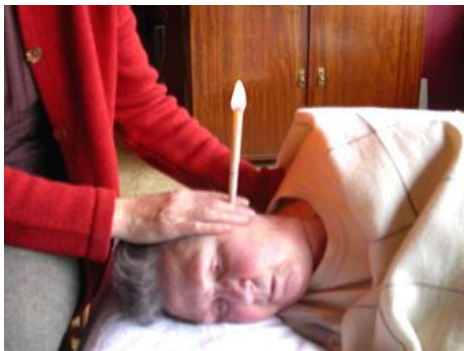
Ik probeer ook soms een voedingsadvies mee te geven. Of men dat opvolgt is de vrije keuze van de klant. Maar voeding is voor iedereen heilig. Als men zijn situatie wil verbeteren is het soms nodig zijn eetgewoonten te veranderen. Ik zie het lichaam als een deel van een groter geheel, één van de vele verschillende facetten van een natuur. Daarom is het belangrijk niet één enkel punt te behandelen maar het binnen een ruimer geheel te zien. Iemand met oorklachten kan ook nierklachten hebben en omgekeerd. Die twee zijn gelinkt aan elkaar. De traditionele geneeskunde is nogal gespecificeerd op 1 orgaan. Maar alles hangt samen doorheen een netwerk van zenuwen.

Je werkt ook met oorkaarsen. Wat zijn oorkaarsen?



Het zijn holle kaarsen met de hand gemaakt. De bestanddelen zijn volgens een oud origineel recept waarin kruiden zoals salie, kamille, johanneskruid, etherische olie en fijne honingextracten, zijn verwerkt. Binnenin de kaars zit een filter. De werking ervan berust ook op een eeuwenoude traditie.

Hoe ga je daarmee te werk en waarvoor is dat dan goed?



Oorkaarsen werken lichaamszuiverend. Een lichte onderdruk (schouweffect) in de oorkaars en een trilling van de stijgende lucht te wijten aan de natuurlijke beweging van de vlam, geven een lichte massage van het trommelvlies. Deze therapie wordt gebruikt bij gehoorstimulatie, verwijderen van oorstoppen, losmaken van oorsmeer, oorpijn, oorsuizen, verkoudheid, loopneus, hoofdpijn, keelontsteking, sinusitis... Het is bovendien een rustgevende therapie. Beide oren worden behandeld. Na een behandeling voelt men zich meestal veel meer ontspannen. Maar het wordt afgeraden om de oorkaarsen te gebruiken in geval van een doorboord of gescheurd trommelvlies, bij oorontsteking en bij epilepsiepatiënten.

Leven en doen jullie alles altijd heel bewust?

We proberen zoveel mogelijk bewust en gezond te leven. Er wordt in onze omgeving wel eens om gelachen of wat meewarig over gedaan. En we kunnen het ook niet altijd en overal. We zijn sociale mensen en we gaan soms in gezelschap weg, dan sluit je jezelf ook niet af en doe je mee met de rest. We krijgen soms de kritiek dat we te fanatiek bezig zijn. We proberen alleen zo goed mogelijk macrobiotisch te leven. Energie is voor ons belangrijk.

Stefaan is kunstenaar. Hoe belangrijk is kunst voor jou? Is het moeilijk met een kunstenaar samen te leven?



Van andere mensen hoor ik soms dat het moeilijk is samen te leven met een kunstenaar, maar met Stefaan is het geen probleem. Integendeel. Ik vind het boeiend. Wanneer Stefaan een nieuw project heeft, ga ik mee naar de locatie kijken, we bespreken wat er kan en wat niet en ik help bij de uitvoering. Soms wordt er wel eens gezegd: jullie hebben geen kinderen en veel tijd. Maar ik ben ervan overtuigd dat je tijd maakt voor de dingen die je heel belangrijk vindt.

Wat heeft het leven je geleerd?

Ik heb geleerd mezelf in vraag te stellen. Ben ik goed bezig? Heeft het zin en moet ik verder gaan zoals ik bezig ben? Soms denk ik: ik zou beter stoppen met de voeten. Maar dan krijg ik telefoon van de een of de ander en dan maak ik tijd. Of iemand heeft iets meegemaakt en terwijl ik met de voetmassage bezig ben komt het verhaal los. Wanneer mensen opgelucht buitengaan geeft me dat de moed om verder te doen.

Zijn er nog dingen waar je schrik voor hebt of die je kwaad maken?



Ik heb voor weinig dingen schrik en ik maak me nog wel eens kwaad over wat er allemaal scheef gaat. Dat is menselijk. Maar we proberen wel de positieve dingen te zien. In de natuur is niets uitsluitend negatief. Het is een bepaalde manier van kijken, vanuit een bepaalde gezichtshoek. Behalve sommige negatieve aspecten kun je altijd positieve kanten zien. En er zijn natuurlijk wel leefregels nodig om menswaardig door het leven te gaan en het voor anderen menswaardig te maken.

Speelt religie voor jullie een belangrijke rol?



Ja, toch wel. Ik zou eerder zeggen: natuurreligie. Gebed en meditatie heeft met energie te maken. Religie in de betekenis van natuurverbonden. We zijn niet kerkelijk. De regels zijn te bepalend. We zijn er wel in opgegroeid, maar nu zien we het ruimer. Er zijn nog veel religieuze tekens. Wanneer je bijvoorbeeld bidt voor het eten, dan is dat heel zinvol omdat je energie toevoegt aan het brood dat je nodig hebt om te leven. Die religieuze tekens zie je ook in hoe mensen omgaan met elkaar en met de natuur, in de zorg voor de volgende generatie. In Hof ter Saksen waren sommige beuken ziek. Ze hebben de hele dreef geroid. Alle bomen moesten weg, ziek of niet. Dat was niet echt nodig. De zorg voor de natuur heeft met religie te maken.

Voor je werk heb je een grote gevoeligheid nodig. Staan vrouwen meer open dan mannen?

Bij vrouwen is de intuïtie groter dan bij mannen. Maar in het algemeen is onze intuïtie er op achteruitgegaan. We hechten veel meer belang aan wat we zien en we staan minder open voor het gevoelsmatige. Toen we de cursus volgden waren we met 14 vrouwen en 2 mannen. Vrouwen staan meer open voor het nieuwe. Mannen denken vlugger: zo is het goed, laat ons het dan zo houden. Onze leraar zei: Mannen zijn meer met rationele dingen bezig dan vrouwen.