

## IN DE PRAKTIJK

# ENERGETISCHE THERAPIE VOOR KINDEREN

---

Door Conny van Iwaarden

### **Wat is energetische therapie?**

Eenvoudig gezegd is energetische therapie het overbrengen van kosmische of universele energie. Hierbij staat het opruimen van blokkades en het activeren van het zelfgenezend vermogen van de mens centraal.

Als energetisch therapeut zie ik de mens als één geheel, op mentaal, emotioneel, fysiek en spiritueel niveau. Alles is met elkaar verbonden. Een klacht of ziekte geeft aan dat de balans tussen deze niveaus is verstoord. De behandeling richt zich op het herstellen van de balans. Energetische therapie is ook geschikt voor wie niet ziek is maar rust en ontspanning zoekt.

*Kinderen zijn vaak zo duidelijk en puur in wat ze voelen en waar ze iets voelen, dat ze bijvoorbeeld precies kunnen aanwijzen waar de klankschaal een blokkade lostrilt.*

Afhankelijk van de hulpvraag, kan een energetisch therapeut verschillende hulpmiddelen inzetten. Tijdens of naast een energetische behandeling kunnen bijvoorbeeld ook coaching, edelstenen, klankschalen, remedies, lichaamsgerichte- of ademhalings-oefeningen en systemisch werk aan bod komen.



## **Energetische therapie zweverig?**

Veel mensen vinden energetische therapie zweverig. Mensen die mij kennen, zullen stuk voor stuk zeggen dat ik enorm nuchter en realistisch ben. Toch werk ik met energie. Hoe rijm je dat? Nou, heel simpel. Vergelijk het met een elektricien. Een elektricien werkt ook met energie. Dat vindt niemand zweverig. Hij zorgt ervoor dat de energie kan stromen en op belangrijke punten de juiste verbindingen maakt, zodat er geen kortsluiting ontstaat. En, heel belangrijk, hij zorgt ervoor dat het netwerk niet overbelast wordt, door voor aarding te zorgen. Hoewel niemand die energie met het blote oog kan zien, vindt iedereen het hartstikke logisch wat die elektricien doet. Niks gek aan. Een energetisch therapeut werkt op een vergelijkbare manier. Simpel.

## **Een klankschaal trilt een blokkade los**

Doordat een probleem of klacht vanuit verschillende hoeken benaderd kan worden, is er vaak veel vooruitgang te boeken. Waar het bijvoorbeeld met coaching vastloopt, omdat de cliënt geen woorden meer kan vinden om zijn gevoel uit te drukken, kan juist een behandeling zonder woorden de boel weer in beweging zetten. Met kinderen is het prettig om met klankschalen en edelstenen te werken. Kinderen zijn vaak zo duidelijk en puur in wat ze voelen en waar ze iets voelen, dat ze bijvoorbeeld precies kunnen aanwijzen waar de klankschaal een blokkade lostrilt. Magisch, toch?

## **Broekplassen, vingers bijten en een zwaar hoofd**

Er was eens een lief, hooggevoelig en vermoedelijk hoogbegaafd meisje van 6 jaar oud, de helft van een tweeling. Haar ouders zochten hulp omdat ze regelmatig in haar broek plaste, nauwelijks contact legde met haar klasgenootjes, tot bloedens toe op haar vingertoppen of op haar haren beet, altijd wilde eten en meestal haar schouders en hoofd naar voren liet hangen.

## **Tot zelf spelen kwam ze niet**

Tijdens een observatie op school was te zien dat zij zich erg bewust was van haar omgeving en dat zij zich telkens afkeerde van alles waar veel kinderen en beweging was. Energetisch gezien was het duidelijk dat zij als het ware opging in haar omgeving. Er was geen duidelijke 'ik' en 'de rest'. Bij haar was alles één. Zelfs als van de kinderen afgekeerd stond, was aan haar te zien dat ze feilloos doorhad wat er zich achter haar rug afspeelde. Alsof ze lijntjes had met alles en iedereen in haar omgeving. Tot zelf spelen kwam ze niet. Logisch als je bedenkt dat haar systeem continue belast werd met zo veel impulsen en gevoelens!

## **Hij rukte zich los en riep: "Ik wil niet met jou dansen!"**

Tijdens een spel waarbij één kindje in het midden van de kring een ander kindje mag kiezen om mee te dansen, ging het mis. Het meisje stond in het midden en mocht iemand kiezen. Er waren genoeg kinderen die met hun lichaamstaal en zelfs verbaal aangaven wel met haar te willen dansen. Zij maakte met niemand oogcontact en liep op een jongetje af dat al bij de eerste stap in zijn richting keihard nee begon te schudden. 09



IK WIL NIET MET JOU DANSEN!

Ze keek het jongetje niet aan, bleef schuin naar beneden kijken en liep verder. Bij iedere stap werden zijn signalen duidelijker; nee schudden, zich half wegdraaien, en uiteindelijk zelfs hardop nee zeggen. Ondanks al deze signalen, pakte ze toch zijn hand om met hem te dansen. Hij rukte zich los en riep luidkeels: "Ik wil niet met jou dansen!"

Het meisje bleef staan. Verstijfd. Wist niet meer wat ze moest doen. Pas toen de juf haar bij de schouder pakte en liet zien dat er andere kinderen waren die aangaven dat ze wel met haar wilden dansen, kwam er weer beweging in haar.

### **Het wonderlijke van de Sedona Methode bij kinderen is hoe verbazingwekkend snel het gaat.**

Tijdens de behandeling heb ik allereerst gewerkt met de Sedona Methode. De Sedona Methode is eigenlijk ontwikkeld voor volwassenen, maar met wat kleine aanpassingen is hij prima in te zetten bij kinderen. Omdat haar systeem zo overbelast en 'vol' was, moest er eerst ruimte gemaakt worden. Het broekplassen en vingers bijten kwam voort uit het letterlijk 'overlopen' van haar systeem en het zich moeten 'verbijten' om met al die spanningen om te gaan.

Met de Sedona Methode was ze in staat om zelf mee te werken aan het loslaten van spanningen. Tijdens de sessie heb ik de moeder van het meisje deze eenvoudige methode aangeleerd, zodat zij later zelf ook het meisje kan helpen wanneer dat nodig is. In Amerika zijn er zelfs basisscholen die de Sedona Methode aan hun leerlingen onderwijzen, om zo angsten, spanningen en vaste overtuigingen los te laten. Op die manier versnel je bijvoorbeeld het proces om uit de leerkuil te kunnen klimmen en faalangst overwinnen.

Het wonderlijke van de Sedona Methode bij kinderen is hoe verbazingwekkend snel het loslaten gaat. Vaak hebben kinderen al genoeg aan één keer de stappen doorlopen om alles los te laten, waar het bij volwassenen vaak wel 3 tot 5 keer nodig is.

# SEDONA METHODE

## De Sedona Methode

De Sedona Methode is een makkelijk te leren techniek die je op elk moment in staat stelt om negatieve gevoelens, beperkende gedachten en ongewenste lichamelijke sensaties (zoals pijn en vermoeidheid), ter plekke los te kunnen laten.

## Het ontstaan van de Sedona Methode

In 1952 ontdekte de fysicus en ingenieur Lester Levenson de helende kracht van loslaten. Levenson werd op zijn 42ste na een tweede hartaanval door zijn behandelende artsen naar huis gestuurd om daar te sterven. Maar eenmaal thuis deed hij een opmerkelijke ontdekking. Hij had zich neergelegd bij de mededeling van zijn cardioloog dat hij nog slechts enkele weken te leven had en hij besloot om in de dagen die hem nog restten, zich bezig te houden met de vraag: Wie ben ik? En wat is geluk? Terwijl hij deze vragen onderzocht, liet hij, alles wat hij niet was, los. Wat overbleef was de achtergrond-stilte waarin al zijn gevoelens en gedachten verschenen en ook weer verdwenen.

Behalve het hartinfarct leed hij ook aan maagzweren, hoge bloeddruk, allergieën, diverticulitis, migraine, burn out en zwaarmoedigheid. Hij genas echter volledig van al zijn lichamelijke kwalen en ook zijn depressies verdwenen. Heel opmerkelijk want voor de behandeling van die depressies was hij 4 jaar lang in psychoanalyse geweest bij een collega van Sigmund Freud (die na 4 jaar had gezegd dat hij een hopeloos geval was).

Hij leefde daarna nog 42 jaar in volkomen geestelijke vrijheid. En in die tijd deelde hij zijn ontdekking met iedereen die daar open voor stond. Later verhuisde hij van Manhattan, New York naar Sedona, (in de staat Arizona) en werd zijn unieke ontdekking van het innerlijk loslaten "De Sedona Methode" genoemd.



## HOOFD OMHOOG, SCHOULDERS RECHT EN HELDER OOGCONTACT

Terwijl we bezig waren met het opruimen van spanningen en ballast via de Sedona Methode, kwam er langzaam ontspanning in haar lijf. Haar zware hoofd dat steeds schuin naar voren had gehangen, kwam recht boven haar lijf te staan. De schouders werden gerecht en ze kauwde niet langer op haar haren en vingers. Waar ze eerst steeds schichtig heen en weer had gekeken, zelfs toen ik haar vragen stelde, keek ze me nu met heldere en rustige ogen recht aan. Er kwam een heel ander kind tevoorschijn.

### Wie ben ik, zonder de ander?

Nadat we ruimte hadden gemaakt met de Sedona Methode, heb ik haar een energetische behandeling gegeven op de behandeltafel. Hierbij heb ik vooral gewerkt aan haar basischakra voor aarding en contact met haar eigen 'zijn'. Daarnaast heb ik gewerkt aan haar lichaamsbewustzijn en grenzen. Het meisje heeft te leren waar grenzen liggen tussen haarzelf en de rest van de wereld, zodat ze niet versmelt met alles en iedereen. **Vooraf tweelingen hebben vaak veel moeite met het vinden van hun individualiteit. De kernvraag daarbij is: 'Wie ben ik, zonder de ander?'**

Door duidelijker te ervaren wie ze is, wat ze wil en wat ze zelf voelt, wordt haar systeem minder snel overbelast en zal het ook gemakkelijker worden om afstemming te vinden met anderen.

### Een aura die uit balans is, heeft veel invloed op hoe je je voelt

De aura is hierbij een belangrijk onderdeel in het energiesysteem. De aura is het energieveld om je lichaam heen. Wanneer de aura in balans is, is dit een regelmatig gevormde 'bubbel' met duidelijke contouren. Wanneer de aura echter te klein of te groot wordt, rafelig aanvoelt of zelfs gaten vertoont, dan heeft dat veel impact op hoe je je voelt. Bij dit kind was de aura als het ware 'verwaaid'. Het was zo groot en rafelig, dat het versmolt met de omgeving. Door middel van een aurahealing heb ik de aura weer in balans gebracht en de vorm en stevigheid hersteld. Toen ze van de behandeltafel af kwam, zag ik wederom een heel ander kind. Een speels, uitdagend kind dat wilde klieren en spelen en bewegen. Wat een levenslust!

© Conny van Iwaarden

**Aequilibria, Praktijk voor hoogbegaafdheid, HSP en energetische therapie in Apeldoorn**

**[aequilibria.nl](http://aequilibria.nl) en [twinkelogen.nl](http://twinkelogen.nl)**