



---

*Bijzondere studiedag  
brengt kennis vanuit ander  
bewustzijnsniveau*

*Informatie die resoneert met je eigen innerlijke wijsheid*

*Door Ria Teeuw*

Alsof m'n onderbewuste werd aangeraakt en geactiveerd. Dat is kort en krachtig wat ik ervaarde tijdens de buitengewone studiedag voor zorgverleners op 22 maart 2016. Titel: 'Fijnzinnige omgang in therapie en behandeling', centrale thema: 'aanraking' en locatie: 'De Vrije Mare' in Drenthe. Een dag anders dan wat je doorgaans gewend bent van bij- en nascholingen. In alle opzichten. Want er kwam geen vakinhoudelijke of medische/psychologische kennis aan te pas. Evenmin leverde de dag studiepunten op. In plaats daarvan draaide alles om informatie uit de onstoffelijke wereld. Spiritueel trendwatcher en raadvrouw Marieke de Vrij gaf die door terwijl ze zich afstemde op de 'werkvelden' van alle deelnemers. Ze vond daarbij de antwoorden op de vraag hoe deze hun fijngevoeligheid zouden kunnen versterken.

We werken met fijnzinnige therapiemogelijkheden van de toekomst', was een van haar meest opmerkelijke uitspraken later op de dag. 'Je bent bezig met de voorbereiding,' zo legde ze uit met haar diepe, warme stem. 'Als de opmars van jouw therapie begint, moeten eerst de grondbeginselen daarvan zuiver zijn, alleen dan kan het de omslag verdragen. Want meesterschap heeft een aanloopfase nodig. En als jouw therapie niet spontaan openwaaiert, dan ontbreekt er nog diepgang.' Dit antwoord ging over de hartewens van veel zorgverleners om hun specifieke therapierichting meer bekendheid te geven. Uit de voorstelronde aan het begin van de dag was wel gebleken dat er heel wat disciplines vertegenwoordigd waren. Onder de aanwezigen bevonden zich verscheidene craniosacraal collega's die het interview met Marieke de Vrij hadden gelezen in de vorige Dura. Maar ook waren er enkele artsen, psychologen en psychiaters die graag breder wilden kijken dan de reguliere kennis in hun vakgebied.

### Universele antwoorden

Een paar informele gesprekjes vooraf bij een kop koffie hadden mij al flink nieuwsgierig gemaakt naar wat komen zou. Zo vertelde yogadocente Regina Heida me dat ze wel vaker een studiebijeenkomst van de Vrije Mare bijwoonde omdat daar elke keer nieuwe kennis vrijkomt vanuit een hoger bewustzijnsniveau: 'Marieke geeft antwoorden op ogenschijnlijk uiteenlopende vragen van de deelnemers uit diverse werkvelden. Die categoriseert en structureert ze naar vaak verrassend eenvoudige universele antwoorden of tips.' En coach Carla Hendriksen vertelde spontaan dat ze al sinds 2011 in de Vrije Mare komt om bewust stil te staan bij zichzelf, te centreren en haar 'eigen huis te bewonen'. 'De reikwijdte die Marieke heeft in de groep is enorm,' gaf ze aan. 'Zelfs dagen later resoneert haar stem nog altijd in mij. En in mijn bedrijf pas ik de verkregen inzichten direct toe.'

### Voelbaar hoge energie

Intrigerende woorden die waarschijnlijk helemaal verklaarden waarom het maximum aantal deelnemers dik bereikt was. Want werkelijk vanuit alle hoeken van het land waren de deelnemers naar de woonboerderij van Marieke en haar man in Mantinge gekomen. Ook de speciale sfeer in de enorme ruimte droeg bij aan mijn verwachtingen. Het voelde als een plek met hoge energie waarop

het interieur was afgestemd met zachte aardegroene en gele tinten, sculpturen, grote planten en natuurlijke materialen. Ronduit fascinerend vond ik het ronde glas-in-loodraam met de heldere kleuren boven de openslaande deuren naar de tuin.

### Helderheid

Het geheel vormde de perfecte omlijsting van de boodschappen die Marieke doorgaf. Waarbij het leek alsof de kennis straalde van eenvoud en je het gevoel kreeg dat die altijd al in je onderbewuste had gesluimerd. Moeilijk onder woorden te brengen, maar je komt er dichtbij als je zou zeggen dat wat Marieke doorgaf resoneerde met de eigen innerlijke wijsheid van de toehoorders waardoor er een gevoel van rust en helderheid ontstond. Maar ook dat klinkt waarschijnlijk nog altijd vaag voor wie er die dag niet bij was.

### Onstoffelijke begeleiders

'Veel zorgverleners hebben te weinig geloof in hun eigen kundigheid', was een van de eerste opmerkingen die Marieke maakte nadat zij zich had afgestemd op wat nodig was voor de aanwezigen als groep. Ze vertelde dat hoe meer je werkt vanuit een meditatief bewustzijn en in stilte, hoe beter je je cliënt kunt helpen. 'En zorg ervoor dat je zelf rust vóórdat je in uitwisseling komt met je cliënt.' Als redenen voor die uitspraak gaf ze dat je als therapeut je verantwoordelijkheid moet nemen, maar daarnaast is de rust vooraf belangrijk om goed samen te kunnen werken met je onstoffelijke begeleiders. Marieke: 'Therapeuten weven met hen een veld. En de energie daarvan werkt sterker door dan ze vermoeden. Maar je moet ze wel leren verstaan. Zelfs al registreer je hun aanwezigheid niet, geloof dan wel in ze. Want als je weet dat ze je helpen, dan wordt het veld groter, voelen je begeleiders zich uitgenodigd en werkt het veld

door je heen. Jouw uitlijning moet zuiver zijn. Jouw gereinigde chakra's zijn je verlengde handen.' Daarbij gaf ze ook aan dat als jouw energie hoger is dan die van je cliënt, je als het ware overstroomt en hem of haar met die energie vult. Is jouw energie lager, dan werkt dat daarentegen temperend. 'En wees nooit hoogmoedig, want de therapie die je mag geven is altijd maatwerk die verder gaat dan wat wij als mens kunnen overzien.'

### Afvoeren

Wat zorgverleners volgens haar nooit mogen vergeten is de behandeling goed te beginnen en goed af te sluiten. Bij aanvang nestel je je voeten op de ondergrond en verbindt je jouw kruin met de kosmos. Een simpele zin als 'ik stem me af' is al voldoende. En om volledig af te sluiten kun je bijvoorbeeld in stilte jouw eigen naam volledig laten resoneren in je lichaam en je auraveld en benoem je innerlijk of hardop de naam van je cliënt als een zelfstandig wezen buiten jou.

'Vernevel je praktijkruimte licht met water zodra deze vertrokken is', adviseerde Marieke, 'dan slaan de energieën neer. En drink voldoende water zodat je lichaam kan afvoeren.' Ook een goede nachtrust is essentieel voor je fijngevoeligheid en om jezelf op te laden, tenslotte gebruik je je lichaam om te 'geleiden'. Zorg dus voor goed voedsel en zuiver water. En draag je mobiele telefoon niet op je lichaam, want dat werkt verstrend voor de energieën.'

### Fijnmazig

Even later laste ze een adempauze voor zichzelf in door het woord te geven aan Marleen Oosterhof. Een psychologe/orthopedagoge die al 21 jaar met Marieke samenwerkt. Voor deze gelegenheid gaf ze een presentatie van wat Marieke tijdens een andere gelegenheid had 'geschouwd' en wat ook op deze bijeenkomst van toepassing was.

*Een simpele zin als 'ik stem me af' is al voldoende.*



'Als je cliënt vol stress bij je op de tafel ligt, kun je niet fijnmazig behandelen', was een van de items die je hierbij besprak. 'In dat geval kun je het beste de emoties eerst afvoeren via de voetzolen. Bijvoorbeeld met massage of door wisselbaden. Ook de handen van je cliënt zijn belangrijk. Masseer die als je ziet dat iemand ze gespannen houdt. Alles draait om de juiste energieverdeling in het lichaam. Vaak hoopt de energie zich in een bepaald lichaamsgedeelte op en is de doorstroming belemmerd. Zo klevan niet-verwerkte ervaringen aan de rug en bij een onderkoelde stuit is er geen doorstroming naar de aarde. Bij uitstek een plek waar angsten zich vastzetten. Geblokkeerde voeten maken dat iemand blijft herbeleven.'

*Geblokkeerde voeten maken dat iemand blijft herbeleven.*

### *Ik-besef*

Een ander item was incarnatieproblematiek. Vaak een psychische last die iemand met zich meedraagt en die soms een heel leven in beslag neemt. 'Als therapeut bereik je vaak dan niet het resultaat waarop je hoopt', zei Marleen, terwijl ze haar ogen rustig over de aanwezigen liet dwalen. 'Maar je werk is niettemin waardevol. Er zijn twee niveaus van werken en bij beide ontvang je begeleiding. Tijdens het eerste niveau help je iemand zijn ik-besef te hervinden zodat hij een volgende stap kan zetten. Daar heeft hij zelfacceptatie voor nodig. Pas als dat er is, kun je met hem door naar het volgende niveau: de fijnzinnige healing. Op beide niveaus werk je met je begeleiders samen. Realiseer je altijd dat je gelijkwaardig aan hen bent. Ook jij hebt een scheppend deel en hun lichtpotentie werkt door jou heen. Maar blijf wel altijd bescheiden over je eigen rol. Zelfonderzoek is hierbij heel belangrijk.'

### *Bekken bevrijden*

Tijdens het middagprogramma beant-

woordde Marieke vragen vanuit de zaal. Op een vraag over hoe je het beste vrouwen begeleidt die graag zwanger willen worden, zei ze: 'De ziel van het kind is vaak al langer om hen heen. Zij zouden zich in bewustzijn daarop kunnen afstemmen. Openstaan voor zwangerschap en innerlijke voorbereiding zorgt ervoor dat de behuizing voor de vrucht wordt opgevaard. Het gaat erom in alle zorgzaamheid het bekken te bevrijden van spanningen. Ook essentieel is dat de dracht

gedragen wordt. Dat houdt in dat de vrouw zich moet onthaasten, zich niet laat overprikken en dat ze haar tong ontspant in de mondholte zodat ook het kaakframe zich kan ontspannen. Rustig wandelen en zwemmen is een goede manier om dit te bereiken.'

### *Kinderen*

Een andere vraag ging over omgaan met kinderen die hier als vluchteling zijn gekomen. Marieke vertelde dat die vooral gedijen op warme, betrokken woorden, gegeven met aandacht. Nog belangrijker dan bevestiging krijgen van volwassenen, is echter spelletjes-spelen met andere kinderen: 'Dat brengt hun sprankeling weer terug.' Een volgende leeftijdscategorie die besproken werd, waren de 12- tot 18-jarigen. 'Voor hen geldt dat ze veel te veel doen', gaf Ma-

rieke aan. 'Ouders doen er goed aan hun kinderen ook op die leeftijd aan te blijven raken, ze te strelen, de rug en de voeten te masseren. Dat helpt deze jongeren zich te ontladen.'

### *Plompverloren*

Ook het onderwerp 'oudere mensen' kwam aan bod. 'Voor hen is het een geruststellend gevoel als je hun polsen licht aanraakt. En hou oogcontact als je met ze praat. Velen hebben een stramme rug, een stramheid die zich voortzet in de beenderen. Een plompverloren aanraking voelt bij hen dan niet goed. Door eerst te vragen, geef je je aanraking een andere kwaliteit. Overleg ook voordat je iemand in- en uit bed helpt hoe iemand dat het liefste wil. Daar komt bij dat oudere mensen zich er vaak onkuis bij voelen liggen. Door ze bijvoorbeeld met een laken bedekken help je ze om zich te ontspannen.'

### *Vervolg*

Tot dusver een selectie van wat Marieke de Vrij deze studiedag aan boodschappen heeft doorgegeven. Het is maar een schijntje van wat er die dag allemaal langskwam. Ondanks die grote hoeveelheid, bleek na afloop dat er behoefte was aan nog meer. Daarom werd ter plekke een datum voor een vervolgbijeenkomst vastgelegd: 29 september 2016. Overigens, wie er 22 maart niet bij was, mag ook aan het vervolg deelnemen. Mits er nog plaats is natuurlijk....

Opgave bij:  
annetteprinsen@kpnplanet.nl  
Meer informatie:  
www.devrijemare.nl

*Door eerst te vragen, geef je je aanraking een andere kwaliteit.*



Ria Teeuw is natuurgeneeskundige, craniosacraal therapeute, tekstschriftster voor de complementaire gezondheidszorg en bestuurslid van de VBAG. Ook verzorgt ze ondernemerstrainingen voor therapeuten.

[www.riateeuw.nl](http://www.riateeuw.nl)