



*In het hart weeft het voelen,
in het hoofd straalt het denken,
in de leden werkt het willen.
Wevend in 't stralen,
werkend in 't weven,
stralend in 't werken:
dat is de mens.*

Rudolf Steiner

**Kosten per behandeling € 45,=
(inclusief intake, olie en laken)**

Bij afspraken die niet 24 uur van tevoren worden afgemeld, ben ik genoodzaakt het verschuldigde bedrag in rekening te brengen.

Door een aantal verzekeringen met een aanvullend pakket voor antroposofische therapieën worden de kosten geheel of gedeeltelijk vergoed.

Ik raad u aan dit bij uw verzekering na te gaan.



Verpleegkundige Antroposofische Zorg
Claudia Linssen-Elfrink

geregistreerd lid
V&VN antroposofische zorg
NVAZ
BIG geregistreerd.
AGB code 90033087
KvK 20165234

Mobiel. 06 406 137 01

Via de NVAZ aangesloten bij het klachtenreglement.

Voor meer informatie

www.NVAZ.nl

c.linssen-uitwendigetherapie@kpnmail.nl

www.antroposofischverpleegkundige.nl

In de Leonardus, Emmaplein 21,
Den Bosch

www.antroposofischverpleegkundige.nl

In de Leonardus

Claudia Linssen-Elfrink

Verpleegkundige Antroposofische zorg

Volkier Bentinck

Massage

Evenwicht

Tussen
Vitaliteit
en
Bewustzijn

www.antroposofischverpleegkundige.nl

www.antroposofischverpleegkundige.nl

De Volkier Bentinck Massagetherapie is één van massagevormen op antroposofische grondslag. Deze massage werd ontwikkeld door Volkier Bentinck (1912-2007). Met deze massage wordt het lichaam geactiveerd zelf weer een nieuwe balans te zoeken tussen de bewustzijnsprocessen en levensprocessen. Anders gezegd de bovenpool (zenuw-zintuig systeem) en de onderpool (stofwisseling-ledematen systeem).

Het ritmische systeem (hart-longen) is evenwicht scheppend en van nature gezond, het kan wel in de verdrukking komen als een van de polen overheersen.

In de bovenpool heerst rust, afbraak, bewustzijn, waarneming, licht, orde, overzicht, is het koel. Teveel bovenpool zorgt voor bijvoorbeeld verhardingen, spanningen en geïrriteerdheid. In de onderpool daarentegen is het warm, duister, beweging, opbouw, vertering, vitaliteit, onbewust. Is er teveel onderpool dan krijg je bijvoorbeeld last van ontstekingen, chaos en zwaarte.

Je kan je voorstellen dat als de werking van de onderpool te veel naar boven door werkt dat je bv in het hoofd last krijgt van chaotische gedachten en concentratieproblemen. Je kan de boel niet meer overzien en uiteindelijk moeilijk tot handelen komen. De benedenpool kan versuffend werken op de bovenpool, vermoeidheid is het gevolg. Ook hoofdpijnklachten kunnen hierdoor veroorzaakt worden. Het niet door kunnen slapen of te vroeg wakker worden is ook een teveel aan onderpoolkrachten. Als de duistere onderpoolkrachten te sterk inwerken op de lichtbrengende bovenpool kan dit een oorzaak van depressies zijn.

Ook de bovenpool kan teveel overheersen. Dat zie je nu al bij veel jonge kinderen. Zij hebben moeite met slapen, vooral het inslapen is een groot probleem. Soms zijn ze zelfs pesterig naar andere kinderen. Er zijn weinig reserves. Ook bij volwassenen komen inslaapproblemen, prikkelbaarheid en maagklachten voor. Er is te weinig opbouw en hierdoor te weinig vitaliteit.

Hoe gaat de massage in zijn werk?

Door middel van de massagegrepen werk ik reducerend (terugbrengend, snoeiend) op de pool die teveel overheerst. Je merkt dan al snel dat de pool die te zwak was meer ruimte krijgt. Vergelijk het met een roos die gesnoeid wordt. Door het vakkundig snoeien van de roos, gaat deze weer grotere, ruikende rozen geven. Er ontstaat een nieuw evenwicht: beide tegenoverliggende polen kunnen in harmonie hun werk doen en het middengebied krijgt meer ruimte. Er komt kracht vrij om patronen op lichamelijk en emotioneel niveau te veranderen. Bij veel mensen die behandeld zijn met de massage hoor je dat ze in hun kracht komen te staan, meer bij zichzelf komen en zicht krijgen op de missie in hun leven.

De Volkier Bentinck massagetherapie kun je vergelijken met het opruimen van een huis. Het kan zijn dat er eerst chaos ontstaat en daarin kan je oude zaken tegen komen, de vraag is dan ga ik dit bewaren of kan het weg, hoort het bij mij of is het een oud patroon. Het huis wordt steeds opgeruimd. Er komt weer ruimte en als er ruimte is kan er ook iets nieuws komen. Een nieuwe impuls, laat je verrassen!

Hoe ziet het er praktisch uit?

De massage wordt indien enigszins mogelijk in een serie van minimaal 7 aaneengesloten weken gegeven. Bij de eerste afspraak vindt er voor de behandeling een intake plaats. Na de behandelingen is het raadzaam zo min mogelijk in te plannen. Zo kan de behandeling het beste inwerken. Om het inwerken van de massage te verbeteren zal er afhankelijk van de kant die gemasseerd wordt actief of passief gerust worden. Aansluitend aan een beenmassage zal de patiënt actief rusten, oftewel een kleine wandeling maken. Tegengesteld hieraan zal er na een arm/hoofd massage passief worden nagerust. Bij kinderen wordt er dan een verhaaltje voorgelezen. Belangrijk; na een massage extra drinken het kan zijn dat uw lichaam afvalstoffen kwijt wilt, zuiver water is daar een goed transport middel voor.

Bij welke thema's/klachten wordt de massage onder andere toegepast?

- Vitaliteit en vermoeidheidsproblemen
- Spierspanningen
- Angsten, nachtmerries
- Ontwikkelingsvragen
- Overgangsklachten
- Depressieve klachten
- Slaapproblemen (zowel bij kinderen als volwassenen)
- Migraine
- Maagpijn
- Als je geen overzicht meer hebt
- Als je wilt opruimen
- Rouwverwerking
- Groei achterstand
- Enz.

Voor ervaringsverhalen kijk op;

www.antroposofischverpleegkundige.nl