

# Biodynamische massagetherapie

**Biodynamische massagetherapie helpt de authentieke**

**levenskracht in de mens weer aan te spreken.**

**Anna ter Laak, Biodynamisch therapeut, gaat voor**

**Massage Magazine dieper op het onderwerp in en vertelt**

**hoe ze haar vak in de praktijk brengt.**

*Anna ter Laak, biodynamisch therapeut: "Fundamentele wisselwerking tussen lichaam en geest." (Foto: Mike Breeuwer)*

“Toen ik aan de opleiding begon, ontdekte ik al snel dat het Biodynamisch therapeutschap voor mij als thuiskomen was. Mijn achtergrond ligt in het onderwijs. Nog steeds geef ik een klein aantal uur les op school.

Biodynamische therapie gaat uit van een fundamentele wisselwerking tussen lichaam en geest. In dit gedachtengoed kan ik me zeer vinden, ik beleef het zelf aan den lijve. Mijn eigen ervaring vormt de leidraad voor mijn ontwikkeling als therapeut. Op dit moment geef ik het best betekenis aan het therapeutische werk, wanneer ik het mag ondersteunen via het lichaam. Met name via aanraking en massage.

De biodynamische therapie is ontwikkeld door Gerda Boyesen; zij borduurde voort op het werk van de psychiater Wilhelm Reich. Het is Wilhelm Reich die benadrukte dat de brug tussen lichaam en geest gevormd wordt door bio-energie, de energie die idealiter vrij door je lichaam stroomt.”

## **Naar meer lichaamsgevoel**

Anna: “Biodynamisch massagetherapie is een vorm van bewustwording, zowel lichamelijk als psychisch. De therapeut richt zich

op het losmaken van spanningen, zodat de peristaltische golven in de darmen de spanningsresten kunnen afvoeren. Er ontstaat weer ruimte in het lichaam, zodat de ademhaling zich kan verdiepen en de geblokkeerde energie weer kan stromen. Geblokkeerde energie kan bijvoorbeeld tot uiting komen in ‘pantsering’ van spieren. Deze kan door middel van massagetechnieken behandeld worden. De ervaring leert mij dat een wezenlijke ontmoeting, met in dit geval het spierpantser, cruciaal kan zijn voor een cliënt om van binnenuit nieuwe ruimte te ervaren. Ruimte waarin een natuurlijker lichaamsgevoel en nieuwe hernieuwde inzichten kunnen ontstaan.”

Anna vervolgt: “De sensaties, beelden, emoties of herinneringen die in zo’n proces naar boven kunnen komen, vinden steeds meer grond wanneer ik als therapeut vanuit mijn eigen grond de cliënt in het hier en nu kan steunen. En dat is vaak wat de cliënt moeilijk vindt: de eigen gevoelens, gedachten of beelden waar te laten zijn, te waarderen en te valideren in zijn eigen leven, in het contact met zichzelf en de ander. Met biodynamische massagetherapie wordt een brug geboden naar het dagelijks leven toe, vanuit een groeiend lichaamsgevoel en –bewustzijn.”

## **KORTE CURSUS BIORELEASE**

Gebaseerd op de principes van de biodynamische psychologie worden er cursussen Biorelease gegeven op diverse plaatsen in Nederland.

Dit zijn kortdurende cursussen voor iedereen die wil leren masseren en die meer wil weten, ervaren en ontdekken over de relatie tussen lichaam en geest. De deelnemers leren voelen hoe ze spanning vasthouden in hun lichaam en hoe en waar ze hun levensenergie blokkeren. Met behulp van een serie oefeningen en massages die steeds dieper op het lichaam inwerken, ervaren de cursisten hoe ze de energie weer vrijer kunnen laten stromen. De basiscursus bestaat uit circa twaalf bijeenkomsten van drie uur.

Voor meer informatie: [www.biorelease.net](http://www.biorelease.net).

## **Psycho-peristaltiek**

Wat is specifiek voor de Biodynamische massagetherapie? Anna: “De Biodynamisch therapeuten werken vaak met een stethoscoop. Voordat ik met een massage begin leg ik deze onder de cliënt, ter hoogte van de darmen. De stethoscoop maakt de peristaltiek – ‘het borrelen in de buik’- hoorbaar. Je kunt vervolgens water-, aarde-, vuur- en luchtgeluiden onderscheiden, als het ware een afspiegeling van de vier elementen in de natuur. Deze geluiden geven een indicatie: ze vertellen het verhaal van dat moment, maar dan binnen het uitgestrekte onbewuste gebied tussen stroming en stagnaties in het lichaam. Het geeft een indicatie voor het verloop van een innerlijk proces waarbij een teveel aan energie afgevoerd kan worden en vitale energie vrij kan komen.”

Anna: “Overigens is het goed om te weten dat darmen niet alleen voedsel verteren, maar ook emoties, woorden, gedachten

en beelden. Deze psycho-peristaltiek die we dan horen is een soort echo van de psyche van de cliënt. En zo doet de energie in het lichaam onder leiding van de therapeut als het ware 'zijn eigen werk'."

### Het proces

"Wat mij aanspreekt in de biodynamische therapie is het proces," zegt Anna. 'Het kan zijn dat een proces na vijf sessies voltooid is. Maar een proces van een paar jaar is geen uitzondering. Ook het opzetten en de voortgang van mijn praktijk is een proces waarin ik welbewuste stappen neem en wat ik anderzijds probeer toe te laten als iets wat zich ontvouwt.

In 2010 ben ik afgestudeerd en ik werk ongeveer drie dagen per week. Mijn cliënten krijg ik vooral via mond-tot-mond reclame. Onlangs is bijvoorbeeld een biodynamisch therapeute naar een andere stad verhuisd en zij heeft een paar cliënten naar mij doorverwezen.

Daarnaast ben ik voor de midden- en bovenbouw op een basis-school een pilot voor het onderling masseren in de klas gestart. Het aangeboden leerprogramma op scholen gaat wat mij betreft te veel over de cognitieve aspecten van het leerproces. Ik bied

## BIODYNAMISCHE THERAPIE

Biodynamische therapie is een lichaamsgerichte therapie. Dat wil zeggen dat de psychische gesteldheid van de cliënt benaderd wordt via het lichaam. De therapie is gebaseerd op de biodynamische psychologie. Deze is ontwikkeld door de Noorse psycholoog en fysiotherapeut Gerda Boyesen.



Massage speelt een belangrijke rol bij biodynamische therapie.

met de onderlinge kindermassage het leren voelen aan. De pilot is intussen goed ontvangen: de school is geïnteresseerd om er mee door te gaan. Het is de bedoeling is dat de massages geïmplementeerd worden in het lesprogramma en wekelijks terugkeren. Het is hartverwarmend om een klas met kinderen elkaar in stilte te zien masseren.

Tussentijds volg ik supervisie en bijscholing, om een blijvende goede kwaliteit te leveren. Biodynamische therapie is een erkend beroep, waarbij biodynamische therapeuten zich hebben verenigd in een beroepsvereniging, de Nederlandse Vereniging van Biodynamische Therapeuten (NVBT)."

*Meer informatie of eens een biodynamische sessie proberen?*

*Anna ter Laak, biodynamisch therapeut, telefoon: 020- 4213 594.*



TOUCHPRO® EUROPE

ON SITE MASSAGE® NEDERLAND

### Dé eerste en originele stoelmassage van Europa

TouchPro® Europe is het enige opleidingsinstituut dat werkt met de originele stoelmassage. Alle docenten zijn door Rob'n Cappel, de senior trainer, persoonlijk opgeleid. Het TouchPro® Europe licentieprogramma is speciaal ontwikkeld voor de masseur die stoelmassage op een hoge kwalitatieve, consistente en professionele wijze wil uitvoeren.



#### Workshop TouchPro - Europe stoelmassage

Boelenslaan Friesland: 20, 21, 22 juli en 28 september 2012  
Rotterdam, 21, 22, 23 september en 16 november 2012  
Amsterdam, 5, 6, 7 oktober en 14 december 2012

#### Workshop ANMA LEVEL 1, Massage cursus

Rotterdam, 7, 8, en 9 september 2012

Zie onze website, ook voor andere cursussen

**OPEN DAG!!!** TouchPro Europe 1 september 2012, zie voor meer info onze website.

Meer informatie

TouchPro® Europe, Rotterdam  
T 010-4046788

W [www.touchpro-europe.com](http://www.touchpro-europe.com)  
E [info@touchpro-europe.com](mailto:info@touchpro-europe.com)

*Distributeur Stronglite en Earthlite massagestoelen en -tafels  
Geaccrediteerd door Zhong*



# OPENDEURDAG: 26/08

LOCATIE: HEIDESTRAAT 6B - 3500 HASSELT (BE)

Wellness Academie

# €25 KORTING

OP HET GROOTSTE AANBOD  
MASSAGE CURSUSSEN IN EUROPA

PROMOTIECODE: 2826121

Geldig voor inschrijvingen tot 15 augustus 2012  
Deze promotiecode kan u ingeven bij uw  
online inschrijving: [www.wellnessacademie.com](http://www.wellnessacademie.com)

