

De **behandelmethodeken** van **Praktijk Kinese** zijn gerelateerd aan de **vijf natuurgerichte principes**:

1. Energie.

De eerste stap in het proces is het op peil brengen van de basisenergie. Zonder energie is er geen enkel proces mogelijk.

Energie is samengesteld uit polariteiten. Het één kan niet los van het ander bestaan. Als de relatie tussen de tegenpolen juist is, is er balans en harmonie; er is één geheel.

Door allerlei oorzaken kan de balans worden verstoord. Als de energiestroom is geblokkeerd kan de energie niet meer vrijelijk stromen en zet zich vast in het fysieke lichaam.

De vastgehouden energie of juist het tekort aan energie brengt een scheiding teweeg; er is geen eenheid. Mijn werkzaamheden zijn erop gericht om de energie weer te laten stromen via **massage van Spieren, Chakra's en Meridianen**.

2. Prikkeloverdracht.

Mijn werkzaamheden zijn erop gericht om de cliënt te laten ervaren 'wat er speelt' in zijn/haar lichaam, welke signalen geeft het lichaam je en wat hebben die je te vertellen. Door fysieke aanraking worden indirect de interne fysieke communicatiesystemen van het lichaam gestimuleerd en hiermee wordt de communicatie tussen de verschillende systemen op de verschillende niveaus bevorderd via **bindweefselmassage en voetreflexmassage**.

3. Drainage

In het proces van bewustwording van de signalen die je lichaam je geeft ontstaat er een fase van zelfonderzoek: "Wat is goed voor me en wat niet?" met als gevolg een zuiveringsproces op zowel fysiek, emotioneel, sociaal als spiritueel vlak. In mijn werkzaamheden benut ik tevens de mogelijkheid om door middel van een bepaalde methodiek de werking van het lymfestelsel te bevorderen.

Via **Manuele Lymfedrainage** wordt de reiniging van de interne fysieke systemen 'een handje geholpen' wat ook weer zijn effect heeft op het de verschillende niveaus via

4. Voeding.

In mijn werkzaamheden observeer en adviseer ik mijn cliënt over het effect van voeding en onderken ik de remmende factor die bepaalde voeding (zowel geestelijk als lichamelijk) in het helingsproces kan hebben. Hierbij stimuleer ik de cliënt gehoor te geven aan wat zijn gevoel hem zegt, en daarmee te kiezen wat past bij hem.

5. De psyche en het onbewust ziekmakende levenspatroon.

In mijn werkzaamheden is de rode draad 'bewustwording'. Door cliënt te begeleiden in het proces van bewustwording, leert cliënt zichzelf gevoelsmatig te verstaan en gehoor te geven aan de signalen die het lichaam afgeeft. Deze signalen zijn er om naar te luisteren. Als signalen worden genegeerd zullen ze op den duur enkel luider worden (=meer ziekmakend). Bewustwording hierover leidt tot inzicht en vanuit inzicht is er de mogelijkheid om keuzes maken.

Eigen verantwoordelijkheid nemen in de keuzes die je maakt stroomt hieruit voort.