



**Merel de Waard** is antropologe en hoofd van het Expertisecentrum Energetische Geneeskunde, waar ze praktijk- en literatuuronderzoek doet naar energetische behandelvormen ([www.eceg.info](http://www.eceg.info)). Daarnaast werkt ze als energetisch traumatherapeut in haar praktijk Lied van de Merel ([www.liedvandemerel.nl](http://www.liedvandemerel.nl))

## HOOFDLIJN:

**Het zelfgenezend vermogen bestaat niet alleen uit chemische processen, maar wordt aangestuurd door energie. De verbinding tussen energieveld en lichaam is concreet, tastbaar en van vitaal belang voor een goede gezondheid. Het netwerk van energiekanalen zorgt ervoor dat elke cel voortdurend wordt voorzien van energie. Chemische processen worden begeleid door energetische impulsen op celniveau. Water drinken, gezonde voeding, vermijden van gifstoffen, ontspanning van spieren en het loslaten van emoties en oude gedachtenpatronen zorgen voor een soepel en transparant energiesysteem dat ons gezond houdt.**

'de verbinding tussen ons lichaam en ons energieveld wordt gevormd door een netwerk van energiekanaltjes, in alle weefsels en tot in elke celkern'

Het zelfgenezend vermogen, wat wordt daar nou eigenlijk mee bedoeld? Wij vroegen diverse vertegenwoordigers uit de brede waaier van onze beroepsgroep naar hun visie erop. Merel de Waard doet een verkenning vanuit de energetische geneeskunde.



# Het zelfgenezend vermogen energetisch bezien

In de energetische geneeskunde wordt een universele energetische levenskracht gezien als de basis voor gezondheid. Waar deze energie wordt geblokkeerd, ontstaat onbalans en uiteindelijk fysiek en psychisch lijden. Het woord 'blokkade' heeft zijn weg gevonden in het vocabulaire van vrijwel elke energetische geneeswijze, van shiatsu en voetreflexmassage tot energetische therapie en acupunctuur. De resultaten van complementaire behandelingen laten zien dat deze het zelfgenezend vermogen stimuleren, maar hoe werkt dat precies? Waar vinden we de zelfgenezende processen in het lichaam en in ons energieveld en hoe zien ze eruit? Een samenvatting van modern onderzoek en theorievorming naar het zelfgenezend vermogen in de energetische geneeskunde.



**H**et menselijk energieveld wordt gevoed door een veronderstelde, voor sommigen waarneembare, universele levensenergie. Ons energieveld zet deze om in verschillende soorten energie, waaronder elektromagnetische, maar ook subtielere frequenties.<sup>[1]</sup> Sommige kunnen we waarnemen door middel van apparatuur, zoals elektromagnetische energie en biofotonen, andere (nog) niet.<sup>[2]</sup> Wetenschappers denken dat er frequenties bestaan die sneller zijn dan het zichtbare licht en vermoeden dat een gedeelte van ons energieveld zich op die frequenties bevindt.<sup>[1]</sup>

**Verschillende frequenties kunnen op** dezelfde tijd en plaats aanwezig zijn, zonder elkaar te hinderen. Denk aan radiogolven die tegelijkertijd worden uitgezonden. Je kunt je radio afstemmen op de frequentie van jouw keuze, maar daarmee haal je de andere frequenties (gelukkig) niet uit de lucht! Zo bevinden de verschillende frequenties in het menselijk energieveld zich gedeeltelijk op dezelfde plaats als je lichaam én daaromheen.<sup>[1]</sup> Deze frequenties worden ook wel auralagen genoemd. De lagen zitten niet om elkaar heen als Matroesjakapoppetjes, maar ze lopen ook niet zomaar door elkaar heen. Het zijn duidelijk gescheiden velden. Wel lopen er verbindingen tussen de verschillende frequentielagen onderling en tussen het energieveld en ons lichaam.<sup>[1,3]</sup>

De frequentielagen die zich het dichtst bij het lichaam bevinden, bevatten energie die past bij de frequentie van fysieke materie. De subtielere frequentielagen, die zich zowel qua positie als qua trilling verder van ons lichaam af bevinden, bevatten onze emoties en gedachten.<sup>[1,3]</sup>

**Een groot aantal energiecentra**, in de Indiase traditie ook wel chakra's genoemd, zetten subtiele energie uit de omgeving om naar frequenties die passen bij de juiste lagen in het energieveld en het lichaam, zodat ze goed kunnen worden opgenomen. Andersom geven de energiecentra overtollige energie weer af aan de omgeving, net zoals een neus verse lucht het lichaam binnenhaalt en oude lucht weer uitblaast.<sup>[1,3,4]</sup>

Naast het omzetten van energie tussen omgeving, energieveld en lichaam, vormen de energiecentra ook de verbinding tussen de verschillende frequentielagen binnen het energieveld zelf. Zo kunnen de verschillende frequenties hun eigen golflengte behouden, maar ook onderling energie uitwisselen.<sup>[1,3,4]</sup>

De meesten van ons kennen de zeven hoofdchakra's, maar er bestaan mogelijk tot wel 360 grote en kleine energiecentra.<sup>[1]</sup>

'het energetische netwerk van een mens is uitgebreider dan de bloedsomloop'

**De verbinding tussen ons** lichaam en ons energieveld wordt gevormd door een netwerk van kleine energiekanaaltjes, ook wel bekend als meridianen. Het lijkt erop dat er veel meer energiekanaaltjes zijn dan de meridianenatlas laat zien.<sup>[1,5,6]</sup> Deze bevinden zich in alle weefsels en tot in elke celkern. Hiermee is dit energetische netwerk uitgebreider dan onze bloedsomloop. Via dit netwerk wordt energie ons lichaam ingeleid. Dat gaat volautomatisch, want elektromagnetische energie stroomt, net als de energie uit ons stopcontact, naar de weg met de minste weerstand. Op acupunctuurpunten, de uiteinden van de energiekanaalen op de huid, wordt tot wel 20 keer minder weerstand gemeten dan op de huid daaromheen.<sup>[6]</sup> Daarnaast speelt water als geleider een belangrijke rol bij het doorgeven van energie in het lichaam: om de kanaaltjes zit een laagje water. De hoofdkanaalen bevinden zich in het perineurale weefsel langs de ruggengraat. Deze plek komt overeen met beschrijvingen van het belangrijkste verticale energiekanaal uit zowel de Chinese als de Indiase traditie.<sup>[6]</sup>

**In dierexperimenten ontdekte de** Koreaanse onderzoeker Kim Bong Han dat als bij een kikker een energiekanaaltje wordt doorgesneden dat energie naar de lever leidt, dit zorgt voor vergrote levercellen en vertroebeld celplasma. Ook zenuwcellen reageerden op een opzettelijke blokkade van de energiekanaalen: de reflextijd werd met meer dan 500 procent verlengd. Blijkbaar is een directe blokkade van de energiestroom de oorzaak van fysieke schade.<sup>[5]</sup>

Volgens sommige energetische theorieën lopen er ook energiekanaalen in het energieveld buiten het lichaam. Deze kunnen nog niet worden gemeten, maar getrainde therapeuten kunnen ze naar verluid waarnemen.<sup>[1]</sup>

**Energie speelt een hoofdrol** bij ons zelfgenezend vermogen. We kunnen de chemische processen beschrijven die een rol spelen bij genetica, groei en wondheling, maar deze verklaren het zelfgenezend vermogen niet. Waardoor worden die chemische processen aangestuurd? Laten we om deze vraag te beantwoorden de lichaamscel eens nader bekijken. Wetenschappers hebben de cel lang beschouwd als een zakje vloeistof waarin chemische stoffen als hormonen en neurotransmitters elkaar toevallig tegenkomen. Dit is volgens James Oschman echter geen goede weergave van de werkelijkheid. In de cellen is een fijn netwerk van draden te onderscheiden, dat werkt als geleider van energie. In plaats van te 'zwemmen' zonder richting, bewegen hormonen en neurotransmitters zich langs dit netwerk. De reis van bijvoorbeeld een hormoonmolecuul verloopt in geen enkel opzicht toevallig, maar wordt van begin tot einde begeleid door een energetische stroom, die als gids fungeert.<sup>[6]</sup>

**Gewonde weefsels genezen sneller** onder invloed van een bepaalde frequentie. Zo bevordert bijvoorbeeld een frequentie van 2 Hertz zenuwregeneratie, 7 Hertz botgroei en 15, 20 en 72 Hertz vermindering van huidnecrose, stimulatie van de groei van haarvaten en proliferatie van fibroblasten.<sup>[6]</sup> Onderzoekingen met magnetometers wijzen uit dat de >



## ‘onderzoekingen wijzen uit dat de handen van energetisch therapeuten een zeer sterk elektromagnetisch veld uitzenden’

handen van energetisch therapeuten een zeer sterk elektromagnetisch veld uitzenden, 1000 keer sterker dan het hart, het sterkste elektromagnetische veld in het menselijk lichaam, en 1.000.000 keer sterker dan het veld van de hersenen. Dit veld straalde alleen van de handen van de therapeut tijdens de behandeling en niet daarvoor of daarna. De frequentie van het veld varieerde tijdens de behandeling tussen de 0,3-100 Hz, met de meeste activiteit rond de 7-8 Hz. Ongeoefende behandelaren waren niet in staat deze frequenties te genereren. Een voordeel van mensenhanden boven apparaten die frequenties genereren, is het fenomeen dat de handen van therapeuten tijdens de behandeling verschillende frequenties aflopen, waarbij ze lijken te ‘weten’ welke frequentie nodig is op welk moment. De therapeut hoeft zich hiervan niet bewust te zijn, de handen doen dit tijdens een behandeling automatisch.<sup>[6]</sup>

**De energie in de** energiekanaalen in ons lichaam wordt in een gezonde toestand gekenmerkt door een coherente trilling die de gezondheid van onze weefsels in stand houdt. Een coherente trilling is eenvoudig gezegd een frequentie met harmonieuze, gelijkmatige golven. Deze soort frequentie houdt ons gezond. Wordt het netwerk ergens onderbroken of geblokkeerd, dan kan het systeem niet meer de juiste frequenties doorgeven en worden we ziek. Dit kan gebeuren als de hoeveelheid water vermindert of als te veel afvalstoffen verstopping of vertroebeling van de energiekanaalen veroorzaken. Ook langdurig te hoge spierspanning zorgt voor minder soepel weefsel, waardoor de energie minder goed door de kanalen kan stromen en de coherentie van de frequentie afneemt. Langdurige emotionele spanning, waardoor we onwillekeurig onze spieren aanspannen, heeft dus een directe negatieve invloed op onze gezondheid en ons zelfgenezend vermogen.<sup>[1,6]</sup>

**Gezien het bovenstaande, is** het belangrijk de energiekanaalen in ons lichaam transparant en goed geleidend te houden. Om dit te bereiken, is het belangrijk om veel te drinken en geen ongezonde (voeding)stoffen tot ons te nemen. Een therapeut kan de energiekanaalen zowel schoonmaken als van energie voorzien. Bij acupunctuur gebeurt dit door middel van naalden, bij energetische therapie is de therapeut zelf het ‘gereedschap’. Ontspanning van de spieren en versoepeling van de weefsels kan worden bevorderd door druk en massage, of door gerichte activatie en ontspanning van de spieren.<sup>[1,5,6]</sup>

**Niet alleen ons lichaam** heeft baat bij transparantie en doorstroming. Vrijwel alle energetische geneeswijzen gaan ervan uit dat emotioneel trauma met bijbehorende negatieve overtuigingen in ons energieveld blokkades kunnen veroorzaken, waardoor de energie niet meer vrij kan stromen. Deze blokkades in de subtielere delen van het energieveld kunnen op dit moment niet wetenschappelijk worden bewezen, maar ze kunnen worden beschreven op basis van de subjectieve ervaringen van therapeuten en cliënten.<sup>[1,3-6]</sup> In een experiment van Margareth Moga, waarbij een magnetometer in een hermetisch afgesloten loden kamer werd geplaatst om te meten wat er gebeurt bij een energetische behandeling, sloeg de meter steeds uit op het moment dat de cliënt een emotionele ontlading ervaarde, bijvoorbeeld verdriet.<sup>[7]</sup> Blijkbaar leidt loslaten van onderdrukte emoties tot vrijkomen van energie. Een emotionele blokkade, of vastgezette energie in het energieveld, kan door therapeuten worden waargenomen als lading, leegte of donkere plekken.<sup>[3,4]</sup>

**Als blokkades worden opgeruimd** en de energie vrij door het energieveld kan stromen, is het krachtig en helder. Onze gedachten en emoties zijn dan positief en energiek en we ervaren innerlijke balans. Zo’n stromend, transparant energieveld kan voldoende energie naar het lichaam geleiden, waar het wordt opgenomen en gedistribueerd door de energiekanaalen. Therapieën die gericht zijn op het loslaten van emoties en oude gedachtenpatronen zijn daarom belangrijk om ons zelfgenezend vermogen te ondersteunen.<sup>[1,3-6]</sup>

**Het zelfgenezend vermogen is** in belangrijke mate afhankelijk van goedwerkende energetische structuren in en om ons lichaam. Fysieke en psychische processen hangen nauw met elkaar samen. Deze samenhang is concreet en allang niet meer louter speculatief. Experimenten verschaffen gedetailleerde informatie, waarmee complementaire geneeswijzen beter begrepen kunnen worden. Bovendien kan deze kennis worden gebruikt om behandelvormen verder te ontwikkelen om het zelfgenezend vermogen gericht te ondersteunen. ■

### BRONVERMELDING:

1. Gerber, R. (2007). *Handboek energetische geneeskunde; de helende kracht van subtiele energie*. Haarlem: Altamira-Becht.
2. Schwartz, G. E., & Simon, W. L. (2007). *The energy healing experiments*. New York, USA: Atria Books.
3. Brennan, B. A. (1991). *Licht op de aura: healing via het menselijk energieveld*. Haarlem: Becht.
4. Eden, D., & Feinstein, D. (2012). *Werken met energetische geneeskunde*. Haarlem: Altamira.
5. Becker, R.O., Selden, G. (1985). *The body electric; electromagnetism and the foundation of life*. New York, USA: HarperCollins.
6. Oschman, J. L. (2009). *Energiemedizin: Konzepte, und ihre wissenschaftliche Begründung*. New York, U.S.A.: Urban & Fischer. Oorspronkelijke titel: (2015) Energy medicine: the scientific basis. Amsterdam: Elsevier Health Sciences.
7. De Waard, B.C. (2019). *Energetische therapie; achtergronden, theorie en effectiviteit*. Den Dungen, Nederland: Verbond Van Energetisch Therapeuten.