

uit: "PARA"- 11e jaargang, januari 1999.

Uitgave: Ned. College van Paranormale Genezers, door: Joke Lusse

IN GESPREK MET.....

Koos van Ravesteijn, de man die sommigen onder ons zullen herinneren als de man van de Bach Flower Remedies, mag zich sinds kort Body Stress Release Practitioner noemen. Een mond vol.
Hoe komt een mens aan zo'n titel

Koos?

Zal ik maar bij het begin beginnen?

Graag.

Mijn vrouw zat een aantal maanden in Zuid-Afrika. Ik ging er ook naar toe voor twee weken vakantie. Tijdens die vakantie ontmoette ik toevallig de mensen die Body Stress Release ontwikkeld hadden. Ik zag ze bezig en ik wist meteen: DIT ga ik dus leren!

Toen ik hoorde dat deze mensen in mei (1998) een opleiding zouden gaan geven, moest ik even snel beslissen. Het had nogal wat consequenties: werk opzeggen, helemaal opnieuw beginnen, geld bij elkaar zien te krijgen. Heel veel mensen hebben me daarbij geholpen. Op allerlei manieren heb ik hulp en steun gehad. Ik ben toen voor zes maanden met mijn vrouw naar Zuid-Afrika vertrokken en heb daar zes maanden gestudeerd. En nu ben ik terug met een nieuw beroep.

DIT ga ik leren, zei je. En wat is DIT?

Body Stress Release is een gezondheidstechniek en kan samengaan met iedere vorm van medisch handelen.

Een techniek?

Ja, een techniek. Body Stress Release behoort niet tot de alternatieve geneeswijzen maar gaat er wel van uit dat het lichaam een helend vermogen heeft dat door Body Stress Release geactiveerd kan worden.

Het onderkennen dat elk mens een helend vermogen heeft, is het uitgangspunt van veel behandelwijzen. Wat maakt Body Stress Release voor jou zo bijzonder?

Het is zo simpel en zo effectief.

Vertel.

Als je Body Stress Release eenvoudig vertaalt, is het Avrijmaken van lichaamsspanning. Lichaamsspanning heeft alles te maken met je spieren. De ultieme spanning is kramp. Bij Body Stress Release gaan we ervan uit dat alle of bijna alle problematiek op de één of andere manier zijn terug te voeren op body stress.

Bij stress denk ik eigenlijk vooral aan spanning, emotionele spanning, druk van het werken en dergelijke.

Dat is een van de vormen van stress. Er is ook wat wij noemen: mechanische stress, de stress die puur lichamelijk in je aanwezig is. Als je jezelf bijvoorbeeld vertilt, dan heb je iets gedaan dat over de kracht van je eigen lichaam heen gaat en dan gaat je lichaam protesteren.

Dan is er dus mechanische stress in je lijf?

Ja. Het lichaam is een perfect instrument dat direct beschermend en verdedigend reageert wanneer wij iets doen waar het lichaam niet tegen kan. Zo'n protest gaat in eerste instantie vaak gepaard met pijn. We onderkennen ook nog de chemische stress.

Luchtvervuiling of zo?

Ja. Als je zes maanden in Zuid-Afrika hebt gezeten en je komt hier weer terug dan weet je meteen wat chemische stress is. Het stinkt hier gewoon! Zeker in het Westen van ons land. Ons zenuwstelsel reageert op de vuiligheid die we binnenkrijgen. Op zo'n subtiele manier dat we dat vaak niet eens in de gaten hebben. Maar denk ook aan de additieven in voedsel, schoonmaakartikelen, insecticiden, elektromagnetische straling, enzovoorts. Al die vormen van stress bedreigen ons zenuwstelsel en zorgen ervoor dat zich ergens in ons lichaam spieren gaan spannen.

Stel dat we alle stress uit ons leven konden bannen, dan spannen de spieren zich niet meer. Dat lijkt me een saai leven voor een spier.

Je hebt natuurlijk stress nodig om te kunnen leven. Een impuls, een uitdaging om je hersenen op peil te houden. Dat houdt je levendig. dat houdt je open. Dat houdt je in beweging. Beweging heb je natuurlijk altijd nodig. Moet je eens zien wat er gebeurt als je een paar maanden niet uit je stoel zou komen. Dan weigeren je spieren dienst, maar de normale dagelijkse lichaamsbeweging is voldoende om ons lichaam in optimale conditie te houden. Daar waar de stress te hoog wordt gaat ons lichaam in protective state.

Vrij vertaald.....

Ik denk nog een beetje in het Engels hoor. Ik ben pas drie weken terug!Beschermende staat... Ik zoek er nog een betere term voor.

Kun je het omschrijven?

Het is het op slot gaan van de spieren op die plaatsen waar ons zenuwstelsel door stress beschadigd dreigt te worden.

Het klink heel simpel.

Het is in feite ook heel simpel.

Op het moment dat je jezelf bijv. vertilt of iets doet waardoor je zenuwen in de knel komen te zitten dan is dat voor de hersenen een zaak van leven of dood. Alle spieren die daarmee te maken hebben worden op slot gezet en de zenuw wordt zo beschermd.

Lost het lichaam dit dan zelf niet op?

Dat die zenuw in de knel zit, daar maken de hersenen zich naderhand niet druk meer over. De signalen komen niet meer binnen. De oppervlakkige spieren en de grotere spieren raken wel los na verloop van tijd, maar de spiertjes die het zenuwstelsel moeten beschermen - met name die rond de wervels - blijven op slot zitten. En soms pas jaren later heb je problemen waarvan je jezelf afvraagt hoe je er aan komt.

Welke kwalen of problemen worden veroorzaakt door body stress?

Mijn leermeesters gaan ervan uit dat 95% van alle ziekten, problemen, kwalen worden veroorzaakt door body stress.

Dat is nogal een uitspraak!

Zij doen die uitspraak na 18 jaar research met 18.000 mensen en die research gaat nog steeds door. Ze vinden het lichaam het prachtigste instrument dat er bestaat. Dat instrument kan alleen maar goed functioneren bij de gratie van een perfect functionerend zenuwstelsel. Iedere cel - echt iedere aparte cel - heeft een rechtstreekse verbinding met ons zenuwstelsel. Vanuit onze hersenen via ons ruggenmerg, via alle zenuwbanen die zich steeds verder verfijnen, zijn er uiteindelijk minuscule kleine zenuwbaantjes waar iedere cel mee verbonden is.

En dat geheel moet ervoor zorgen dat ons lichaam optimaal functioneert?

Als het zenuwstelsel rondom een bepaald orgaan niet goed werkt dan komen de impulsen die vanuit de hersenen gegeven worden niet aan. Het orgaan kan er niet op reageren en gaat anders functioneren.

Problemen dus.

Precies.

En die leer je oplossen op de opleiding die jij gedaan hebt?

Ja. Vanaf de eerste dag van de opleiding ga je zelf werken met Body Stress Release en je ondergaat het ook zelf.

Jullie hebben elkaar dus behandeld.

Ja.

Kun je een voorbeeld geven van een probleem dat bij een van de cursisten opgelost of in ieder geval verminderd is?

Ik heb daar wel een mooi voorbeeld van. Een van onze medestudenten, een jongeman van een jaar of vijfendertig, had een kaal hoofd toen hij aan de opleiding begon.

Wat kan er dan misgegaan zijn in Body Stress Release-termen gedacht?

Het kan zijn dat de zenuwbanen vanuit de nek naar zijn hoofd huid niet goed functioneerden.

Er kwamen geen impulsen aan.

Nee.

En? Hoe liep dat af?

De man is naar huis gegaan met een lichte haardos op zijn hoofd.

De wonderen zijn de wereld nog niet uit.

Ik geloofde al in wonderen. Ik heb mijn leven lang in de alternatieve hoek gewerkt, met Bach Flower Remedies en dat soort zaken. Ik heb wonderen te over gezien, maar rondom Body Stress Release heb ik er weer een heleboel bij gezien.

Alles staat of valt dus met een goed functionerend zenuwstelsel.

Ja

En dan gaat je haar weer groeien!

Bijvoorbeeld. Bij Body Stress Release behandelingen krijgen mensen het gevoel in hun lijf weer terug, doordat de zenuw vrijgemaakt wordt. Dat kan soms flink pijnlijk zijn. Denk maar een aan een slapend been. Als je been lang slaapt, dan voel je het niet meer. Maar o wee als 'het bloed weer gaat stromen'. Maar de pijn is tijdelijk. We zijn in staat om de spanning te lokaliseren en een bepaalde drukimpuls te geven in een bepaalde richting, waardoor het lichaam zich herinnert dat het zich mag onspannen.

Ik ken iemand die een paar jaar geleden haar pols heeft verbrijzeld. Dat is nooit echt helemaal in orde gekomen. Als ik je goed heb begrepen is daar met Body Stress Release nog iets aan te doen. Maar hoe? Wat zou jij nu doen?

Ik zou de pols, maar ook het hele lichaam afchecken om te zien welke zenuwbanen niet of niet helemaal functioneren. Die zenuwen hebben in de knel gezeten, dus de hersenen hebben al die spiertjes rondom al die zenuwen in de kramp (protective state) gezet. Naar alle waarschijnlijkheid hebben die spiertjes zich nog niet vrijgemaakt. Als die vrijgemaakt worden dan krijgt het lichaam veel meer kans om te genezen.

Als ik met een of ander probleem bij jou kom, wat gaat er dan gebeuren?

Terwijl je volledig gekleed ligt, voer ik een aantal tests uit om nauwkeurig de juiste plaats en richting van de spanningsvelden te bepalen. Dit wordt gedaan door een lichte druk toe te passen op verschillende plaatsen op het lichaam en waar te nemen hoe het lichaam daarop reageert.

Op deze wijze werkt het lichaam als een biofeedback mechanisme en verstrekt de benodigde informatie. Daarna activeer ik het lichaam de spanning los te laten door het uitvoeren van een lichte, doch besliste drukimpuls op de juiste plaats en in de juiste richting.

Als ik dit vak ook zou willen leren waar kan ik dan terecht, behalve in Zuid-Afrika?

Nergens.

Meen je dat nou?

Ja, zeker. Deze gezondheidstechniek is daar ontwikkeld en tot op heden ook daar gebleven. Inmiddels is in Zuid-Afrika een wettelijke erkenning nabij.

Een nieuwe loot aan de paramedische stam. Jij bent dus de enige hier in Nederland?

De eerste en enige op het Europees continent. Er zijn inmiddels vier Practitioners in Engeland.

Kun jij je kennis niet doorgeven?

Dat wil ik graag, maar nu nog niet. Ik heb toestemming om over drie jaar les te gaan geven. Eerst zelf ervaring opdoen en genieten van die prachtige beroep. Bovendien heb ik die drie jaar nodig om alle lesmateriaal te vertalen en de opleiding voor te bereiden.

Als lezers van dit interview meer informatie willen.....

Dan moeten ze even Apeldoorn bellen.

Oké koos. Fijn te zien dat je zo duidelijk geniet van je nieuwe beroep. Ik wens je toe dat je bij heel veel mensen het zelf genezend vermogen op gang kunt brengen. Hartelijk dank voor dit gesprek.

Voor meer informatie:
Koos en Ilona van Ravesteijn-Karsemeijer
Body Stress Release Practitioners
De Haardstede 11
7335 LP Apeldoorn