

Uitwendige therapie

Aan de hand van onder andere een anamnese, middels de 7 levensprocessen, die ik samen met jou afneem, bepalen we welke substantie en vorm voor jou geschikt is. Het antwoord, op welke plant en/of metaal geschikt is, heb ik niet altijd meteen maar met de start van de behandeling is het antwoord daarvan daar. Soms kan de keuze van substantie gaandeweg de behandeling wijzigen.

De behandeling zal bestaan uit ritmische inwrijvingen (totale lichaamsinwrijving of een deelinwrijving) en een deel na-rusten, en/of rusten met een wikkel/kompres, wat ongeveer een uur in beslag zal nemen maar bij een deelinwrijving iets korter (het ingepakt na-rusten wordt ook wel een warmtepakking genoemd).

Bij aanvang van de behandeling lig je op een deken met flanellen laken en hiermee pak ik je in en dek ik je toe (aandachtige omhulling), het is van belang dat je lekker warm blijft dus leg ik ook eventueel een kruik bij je voeten of benen.

Ritmische inwrijvingen zijn een bepaalde vorm van behandeling waarbij ik met een vaststaande techniek en ritme je lichaam aanraak en inwrijf met een planten en/of metaal extract toegevoegd aan olie. Het is geen "klassieke" massage, hierbij zijn stevige handtechnieken de vorm van therapie. Het is een massage op basis van effleurage, in deze inwrijvingen genoemd (anders dus dan ritmische massage). Ik begin de inwrijvingen bij je rug, hierna wrijf ik je linker arm in en vervolgens je rechter arm, hierna je borst en daarna je buik om vanaf daar naar je rechter been en over te gaan naar je linker been en als laatste de voeten.

Om je lekker warm te houden tijdens de behandeling leg ik alleen dat deel van het lichaam bloot wat ik op dat moment behandel om weer toe te dekken en het volgende lichaamsdeel te behandelen, zo wordt de aandachtige omhulling behouden.

Ritmische inwrijvingen is een heel ontspannen manier van behandeling waarbij je in een staat van 'in between' kan belanden. Net niet in slaap maar ook niet helemaal wakker. Val je wel in slaap dan is dat ook prima, je hebt het dan klaarblijkelijk nodig.