

Ayurvedische Massage

Opleiding Plus

In november start voor de derde keer de Ayurvedische Massage Opleiding Plus. We blikken terug op een indrukwekkend jaar van deze opleiding met veel 'Plussen'.

"Bijzonder, zo heb ik de Ayurvedische Massage Opleiding Plus ervaren. Bij mij ging het erom net iets dieper te gaan en uit de comfort zone te stappen. Als je daar doorheen bent, is dat een hele mooie ervaring", blikt de 65-jarige Marjan Streekstra terug tijdens de slotweek van de opleiding. Samen met zeven andere cursisten volgt Marjan de jaaropleiding, die is opgezet door Anoushka Ebbinge van Praktijk de Cirkel Rond. De zeven maanden durende opleiding vindt plaats in het Limburgse Belfeld waar de prachtige Leonardushoeve staat.

Alexandra:
"Iedereen kan deze
oliebehandeling
toepassen"

Tijdens een vijfdaagse vinden de eerste ontmoetingen plaats met de andere cursisten. Op die manier proef je de sfeer en maak je kennis met de ayurvedische mas-

sage door middel van opdrachten, de komst van gastdocenten (waaronder Alexandra Steverink van Neseef Healing Oil) en diverse lessen. Daarna zijn er vijf weekenden waarin je wederom op de Leonardushoeve vertoeft en les krijgt, om het lesjaar vervolgens te eindigen met een slotweek.



MASSEREN

Anoushka: "Voor de opleiding is geen ervaring vereist, wél affiniteit met massage. Het is niet alleen een opleiding die goed is voor je carrière, maar ook een groot cadeau aan jezelf." Dat is precies hoe Angélique van Kuik (45), communicatieadviseur bij de overheid, de opleiding heeft ervaren. "Tijdens een verblijf op de hoeve ontmoette ik Anoushka en ik was gelijk enthousiast. Ik verblijf hier graag en heb mogen ervaren hoe prettig masseren is." Doordat de weekenden in het teken staan van jezelf en het aanleren van de massage, kan alles extra goed doorwerken. "Je hebt hier én tijd voor jezelf én je leert een vak. Masseren kan iedereen leren, alleen het geven vanuit je hart heeft met je eigen proces te maken. Daarom geef ik veel aandacht aan het individuele proces van de cursist. Bij het masseren is het namelijk belangrijk dat je goed bij jezelf en bij de ander kunt zijn."

GASTDOCENTEN

Een onderdeel van de massageopleiding is het bezoek van een aantal gastdocenten die cursisten kennis laten maken met hun vakgebied. Onderwerpen als ayurveda, aromatherapie, kruidenleer, yoga en oliën komen aan bod. Ook wordt er veel met creatieve opdrachten gewerkt waardoor het eigen proces van een andere kant wordt belicht. Alexandra Steverink van Neseef Healing Oil heeft een vaste plek in de opleiding omdat haar oliën een verdiepend effect hebben en hiermee de opleiding verrijken. Alexandra: "Acht jaar geleden kreeg ik dromen waarin ik mezelf heel verfijnde olierecepten zag maken. Ik werd dan



HOE WERKT NESEEF HEALING OIL?

Alexandra Steverink: "De olie wordt aangebracht op de huid en stimuleert het lichaam tot afvoer en uitscheiding. Naast afvalstoffen pakt de olie ook (vaak in organen) opgeslagen emoties aan. Weefsels en organen worden soepeler en functioneren beter als ze schoon zijn en niet belast worden door beperkende emoties. Het lichaam wordt door de olie een 'zuiverdere container', waarin een steeds groter deel van het bewustzijn open kan gaan. Hierdoor kunnen persoonlijke vermogens en kwaliteiten meer en meer op natuurlijke wijze tot uiting komen."



altijd met een blij en gelukkig gevoel wakker. Dat gaf voor mij de doorslag om ze te maken.” In het begin van de opleiding hebben de cursisten een keuze kunnen maken uit haar producten. Cursist Monique Aaroudse (43) vertelt: “Alexandra liet ons verschillende flesjes olie voelen om te ervaren wat olie met je kan doen. Door mee te voelen en vragen te stellen helpt Alexandra bij het kiezen van de juiste olie. Bij een bepaalde olie voelde ik me ineens rustiger worden, dit was de olie die bij mij past en mij zou kunnen helpen. Dat voelde ik direct.” In de slotweek blikt Alexandra samen met de cursisten terug op wat de olie voor hen heeft betekend. Monique: “Ik had de dag na het gebruik van de olie een sterke drang om een vriendin te bellen en ergens naar toe te gaan, terwijl ik juist de neiging had om me thuis op te sluiten. Ik kwam niet graag onder de mensen, wat mij belemmerde in mijn sociale leven.” Nu heeft Monique juist vaak behoefte aan sociaal contact, heeft ze meer rust in haar lijf gekregen en voelt ze zich veel beter.

AYURVEDISCHE MASSAGE

Ervoor zorgen dat meerdere mensen deze vorm van massage kunnen geven, is de drijfveer van Anoushka. Het is met recht een weldaad voor lichaam, geest en ziel. Het stimuleren van het zelfhelend vermogen van de mens staat centraal. Haar hoofdbezigheid is het geven van ayurvedische massages. Daarnaast begeleidt ze mensen met Bach Bloesem Remedies,

Schüssler Celzouten en Neseef Healing Oil. Bij het lesgeven kan Anoushka putten uit verschillende werkvormen, zodat de cursist met een ‘goedgevulde’ rugzak de opleiding verlaat.

PLUS

De opleiding draait om meer dan alleen masseren, dat is dan ook waar de naam van de opleiding vandaan komt. De 50-jarige Lianne Zuidgeest vertelt: “Ik heb geleerd hoe bepaalde dingen bij mezelf werken. De ayurvedische visie leert dat je ziektes kunt voorkomen door te herkennen waar de blokkade zit. Het is erg mooi om op die manier mensen te helpen. Het uitgangspunt is voor mij de mens zelf, want door het masseren zie je de schoonheid van de mens.” De cursisten worden niet alleen tijdens de opleidingsdagen aan het werk gezet. Ze krijgen ook thuisopdrachten mee. “Er zijn cursisten die niet alle opdrachten uitvoeren, terwijl dat toch heel belangrijk is voor de ervaring. Dankzij het open karakter van de cursus, krijgen cursisten die de opleiding niet goed hebben afgerond toch nog een kans om te slagen. Zij mogen dan terugkomen om bepaalde lessen en oefeningen opnieuw te doen”, aldus Anoushka. De opleiding is geaccrediteerd door de KTNO. Hierdoor kunnen bijvoorbeeld therapeuten de opleiding gebruiken voor hun jaarlijkse studiepunten. Daarnaast kan het de weg naar een mogelijke aansluiting bij een beroepsgroep vergemakkelijken.

Anoushka: “Het maakt voor mij de Cirkel Rond”

LEZERSAANBIEDING

Speciaal voor de abonnees van Massage Magazine hebben Alexandra en Anoushka een lezersaanbieding samengesteld. Als lezer van Massage Magazine krijg je een gratis ‘olie-keuze-advies’. Meld je je voor 1 oktober aan voor de Ayurvedische Massage Opleiding Plus, dan krijg je een korting van €150 op het cursusgeld. Je maakt van de aanbieding gebruik door bij de aanmelding (zowel voor het olie-keuze-advies als voor de opleiding) ‘Aanbieding Massage Magazine’ te vermelden.

www.praktijkdecirkelrond.nl / www.nesef.com