

Een hoofdstuk van mijn reis

De kracht van aanraking en muziek

Het leven bestaat uit belevenissen en ontmoetingen. Met al je zintuigen neem je waar en ontdek je het leven. Of je nu een heerlijk glas wijn drinkt op een terras op een warme zomeravond of je maakt een bijzondere reis door het berglandschap in Frankrijk. Het zijn allemaal hoofdstukken, belevingen, waarnemingen of ontmoetingen. Zo vertelde een vriend een aantal jaar geleden me dat de bestemming nooit bereikt wordt wanneer je ophoudt te bewegen. Tegelijkertijd dacht ik dat de bestemming misschien al is bereikt wanneer je even niet beweegt. Even zijn, even luisteren.....naar muziek misschien?

Ik ontmoette dagelijks mijn collega's op kantoor. We zaten vrijwel de gehele dag te staren naar ons beeldscherm en af en toe was er ruimte voor een gesprek. We waren gefocust op ons werk, dag in dag uit. 's Avonds gaf ik geregeld dansles, een manier van energie opladen die voor mij fantastisch werkte. Muziek en dans droegen bij aan mijn vitaliteit. Na ruim tien jaar beleefde ik een bijzondere en heftige fase in mijn reis. Een neerslachtige periode gevormd door depressiviteit. Ik ben toen een lange periode uit de running geweest.

'De bestemming was nog onbekend maar de beweging was weer ingezet.'

Ik stond een paar maanden stil, ik had geen kracht en energie om te bewegen. Ik kon alleen voor me uitstaren. Maar was dit mijn bestemming? Kon ik weer in beweging komen en mezelf weer opladen met energie? Gelukkig kon ik terugvallen op mijn twee passies muziek en dans. Ik krabbelde langzaam maar zeker weer overeind door te bewegen, te dansen en naar mijn favoriete muziek te luisteren. Ook had ik fijne ontmoetingen met familie en vrienden waar ik enorme steun aan had. De bestemming was nog onbekend maar de beweging was weer ingezet.

Ik ontdek in deze fase een nieuwe passie: massage. Ik volgde diverse cursussen en heb mijn opleiding tot massagetherapeut afgerond. Dansen is voor mij bevrijdend, het geeft mij nieuwe energie. Muziek is emotie, het raakt mensen. Het geluid is onlosmakelijk verbonden met de mens. We reageren er zo sterk op dat we de mens kunnen omschrijven als trillende entiteiten. Dit idee van de mens als trillende entiteit is het vertrekpunt van



behandelingen die werken met energie en trillingen, zoals homeopathie, accupunctuur en muziektherapie. Deze behandelmethoden streven ernaar om het lichaam weer af te stemmen op een gezonde trillingsfrequentie. Zo gebruikt de Australische holistische genezer en psychiater John Diamond muziek als essentieel onderdeel van zijn behandelingen. Muziek wordt onder andere gebruikt voor stressvermindering, ontspanning en heeft een gunstig effect op verschillende aandoeningen zoals hyperactiviteit en depressies.

Muziek en dans hebben mij in het verleden de kracht gegeven om weer te 'bewegen' en om weer vooruit te komen en plezier te beleven. Hieruit is de passie ontstaan om mensen te raken en in beweging te brengen. Via muziek en aanraking heb ik een geheel eigen massagestijl gecreëerd: Dansage.

Ik gebruik muziek om trillingen op te wekken in het lichaam. Dit gebeurt op onbewust niveau. Muziek wekt emoties op en door de combinatie met de aanraking via massage maak je onbewust de reis naar binnen. De kracht van deze combinatie, de aanraking via massage en het trillend effect van muziek brengt je naar je kern. Je komt zo in contact met je eigen emoties. Met Dansage wordt de muziek de massage. Een verbintenis, een ontmoeting. Ik gebruik deze kracht van aanraking en muziek om mensen te raken en weer in contact te brengen met zichzelf.

Dit is Dansage, de kracht van aanraking en muziek! Je wordt geraakt.

Meer informatie: www.dansage.nl