

Het vak kinesiologie is nauw verbonden met verschillende andere disciplines. Een daarvan is coaching. Welke technieken je inzet, wordt bepaald door een combinatie van luisteren naar je klant, de interpretatie van wat je hoort en wat de spiertest ons vertelt. Onze specifieke technieken komen het beste tot hun recht als we deze vervolgens ook goed kunnen overbrengen naar de klant. Maar coaching is een breed begrip: in deze rubriek belichten we steeds een concreet onderdeel of een specifieke techniek uit het vakgebied coaching, in relatie tot de kinesiologie praktijk. Deze keer laat Margot van Poppel ons kennismaken met de coachingsmethode de Jassentechniek

KINESIOLOGIE EN COACHING

DE JASSENTECHNIEK

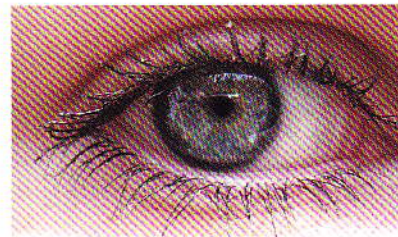
Vorig jaar hoorde ik voor het eerst over de Jassentechniek. Een collega vertelde dat er een therapie bestond om 'jassen' uit te trekken. In eerste instantie maakten we er grapjes over: "heb je wel een grote kapstok nodig", "zul je het wel koud krijgen". Ik ben echter op de site gaan kijken (www.jassentechniek.nl) en werd nieuwsgierig.



Vervolgens heb ik het boek 'De Jassentechniek' aangeschaft en dat heb ik in één ruk uitgelezen. Ook heb ik gratis een online Jassentechnieksessie met Hans de Waard gedaan. Hierna heb ik Hans gevraagd bij mij in de praktijkruimte een cursus te geven voor collegakinesiologen. Deze groep is nu Jassentechniektherapeut.

Wat houdt de Jassentechniek in?

Het is een behandelingsmethode die je in staat stelt om in een korte tijd een enorme hoeveelheid ballast – lees "jassen" – los te laten. Denk hierbij bijvoorbeeld aan angsten, negatieve overtuigingen en levenspatronen. De Jassentechniek geeft uitstekende resultaten bij burn-out symptomen, angsten, spanning, stress, onverwerkte trauma's, vermoeidheidsklachten en een groot aantal fysieke klachten.



Spiertesten

Bij de Jassentechniek worden de ogen gebruikt als testsensor! De oogleden worden gebruikt als uiterst gevoelig meet- en

testinstrument. Dit instrument helpt je te 'kijken' of er iets aanwezig is wat je niet kunt zien.

Hoe werkt dit? Uit de anamnese blijkt bijvoorbeeld dat iemand veel last heeft van vermoeidheid bij het doen van boodschappen (= energieën), bij contact met bepaalde personen (= verbindingen) of in combinatie met koude handen en voeten (= scheurtjes in aura). Wanneer je nu bijvoorbeeld je aandacht richt op de eventuele energieën, zullen je oogleden gaan trillen wanneer deze daadwerkelijk aanwezig zijn en je oogleden stoppen met trillen wanneer deze energieën weg zijn. Als kinesioloog pas ik zo nodig ter controle ook de spiertest toe.

In de praktijk

Als kinesioloog heb ik de Jassentechniek op mijn herstellijst staan. Er zijn voor mij twee keuzemogelijkheden om hiermee aan de slag te gaan, te weten:

1. het volgen van de gehele procedure, zoals aangeleerd in de cursus;
2. werken met de jassentechniekkarten.

1. De gehele procedure

- In eerste instantie haal je als therapeut, met behulp van de jassentechniekenergie, alle negatieve energieën weg en sluit je openingen/ scheurtjes in de aura.
- Daarna trek je volgens de aangeleerde procedure alle jassen uit. Je rugzak wordt leeg gemaakt. (De ogen stoppen met trillen als er een jas uitgetrokken is).

- Het is tevens mogelijk om daarna lichtjassen aan te trekken om de cliënt te beschermen.
- Daarna laat je de cliënt visualiseren dat hij/zij zich mee laat nemen door de stroom van zijn/haar eigen levensrivier (de stroming van het leven) om de laatste restjes die in de rugzak zijn achtergebleven weg te spoelen.

Ik vraag de cliënten ter ondersteuning dit thuis ten minste 5x per dag te doen en het minimaal 10-15 seconden vast te houden.

Enkele mogelijkheden:

- visualiseer in gedachten de rivier van jouw leven en laat je als een kurkje meedrijven met de stroom;
- laat in gedachten, vanuit een gevoel van overgave, laat de bodem los van de levensrivier, zodat jij je mee kunt laten nemen door de natuurlijke stroming van de rivier/ het leven;
- zweef als een vogel hoog in de lucht, gedragen door de wind van je lotsbestemming;
- laat je als een ballon meevoeren met de wind. De windrichting is in dit geval de richting van je lotsbestemming.



2. Werken met de kaarten

Ik heb zelf jassentechniekkarten ontwikkeld. Ik gebruik deze bij de bovengenoemde procedure om accenten te leggen: "Welke jas(sen) moet(en) er, in het proces waar de cliënt zich in bevindt, extra worden uitgelicht?"

Daarnaast kan het zijn dat niet de gehele procedure nodig is, maar dat ik een beperkt aantal kaarten nodig heb (cliënt geeft dit aan via de spiertest). Ik trek dan heel specifiek deze jassen uit nadat ze uitgebreid besproken zijn.

Ervaring

Sinds ik de Jassentechniek op mijn herstellijst heb staan, kiezen cliënten via de spiertest regelmatig voor deze procedure. Zeker bij vage (vermoeidheids)klachten. Mijn ervaring is dat de procedure heel verschillend door cliënten ervaren wordt. Bij velen komt er veel emotie los en voelen ze letterlijk de jassen als een last van zich afglijden. Sommige cliënten ondergaan het echter rustig, maar voelen zich daarna letterlijk lichter.

Ik ben wel blij dat ik naast Jassentechniektherapeut ook kinesioloog ben om na de procedure zo nodig nog losgekomen stukken op te ruimen.

Enkele voorbeelden van jassen

Traumajas



Deze jas bestaat uit alle onverwerkte emoties die gekoppeld zijn aan traumatisch ervaren gebeurtenissen in ons huidige leven en/of vorige levens.

Verbindingenjas



Deze jas bestaat uit alle beperkende energetische verbindingen die wij met onze omgeving hebben en die onze bewustzijns-groei nu remmen.

Copy-and-paste-jas



Deze jas omvat alle voor ons nu negatieve levensprogramma's, angsten, etc., die wij zelf gecreëerd hebben of vanuit onze omgeving en maatschappij hebben overgenomen.

Eenheidsjas (wordt aangetrokken)



Deze jas ondersteunt het huidige bewustwordingsproces. Helpt om eenheid te ervaren en oordeelloos te zijn. Beschermst ons tegen negatieve invloeden van buitenaf die deze inzichten willen verstoren en om zo meer in liefde naast elkaar te kunnen staan.

Conclusie

Als kinesioloog ervaar ik de Jassentechniek als welkome aanvulling op mijn behandelmethodes in mijn praktijk. De kaarten zijn te bestellen via: info@hetpaarlemoer.nl. □

Margot van Poppel
www.hetpaarlemoer.nl