

Opleiding in beeld

Ayurvedische massage

*De ayurvedische massage is een eeuwenoude energetische massagevorm afkomstig uit India. Men maakt gebruik van geurige oliën die zijn afgestemd de persoonlijkheid en omstandigheden van de cliënt. **In de ayurvedische massage combineer je massagetechnieken met het stimuleren van de marmapunten (drukpunten uit de ayurveda).** Raymond Besems ontwikkelde de ayurvedische massageopleiding bij Anand Opleidingen en is tevens docent van deze opleiding*

Tekst Saskia Petit

Beeld pexels.com en shutterstock

Hoe ben je met deze massage in aanraking gekomen?
 “Tijdens een reis door India heb ik verschillende opleidingen mogen doen, waaronder een zeer intensieve training tot yoga docent bij het Vivekananda Yoga Research Foundation in Bangalore. Bij mijn tocht langs verschillende spirituele ashrams, kwam ik terecht in Rishikesh, de yoga hoofdstad van de wereld. Tegenover de yoga ashram was een massagepraktijk en daar heb ik de traditionele ayurvedische massage geleerd. Op mijn reis door India heb ik daarna vele ayurvedische massages ontvangen. In Pune volgde ik een vervolgopleiding ayurvedische massage. Bij het Osho meditation resort heb ik daarna stage gelopen. Na acht jaar studie op het vlak van massage en ayurveda en ervaring met het geven van ayurvedische massages in mijn eigen massagepraktijk, heb ik mijn eigen stijl ontworpen. In 2006 ben ik les gaan geven in dit vak. Nu, na 23 jaar ervaring en duizenden massages, kan ik zeggen dat dit een van de fijnste massages is om te geven en ontvangen.”

Waarin onderscheidt de ayurvedische massage zich van andere massages?

“De ayurvedische massage is een energetische massage die gebaseerd is op de oeroude wijsheid uit de ayurveda. Ayurveda is meer dan 2500 jaar geleden ontwikkeld op basis van de inzichten van Rishis (zieners). De westerse massagevormen zoals sportmassage, ontspanningsmassage en klassieke massage zijn gebaseerd op de westerse wetenschap. Alleen objectieve feiten en verifieerbare theorieën zijn waar volgens deze zienswijze. Probleem is dat je met objectieve feiten en theorieën niets kunt als het gaat om subjectieve zaken zoals geluk, liefde en spiritualiteit. Dat is waar de ayurveda veel te bieden heeft. De ayurveda is immers niet gericht op kennis, maar op wijsheid en inzicht. Het gaat daarbij om je innerlijke ervaring. Om dit te bewerkstelligen wordt de

massage geheel persoonlijk aangepast. Daarom wordt vooraf bekeken wat je disbalans is op het vlak van de vedische elementen vata, pitta en kapha. De massage, de massageolie, de geur en muziek in de praktijk worden dan afgestemd om die disbalans op te heffen. Ook worden er verschillende energiepunten gestimuleerd (marmapunten). Verder krijg je van de masseur desgewenst coaching op het vlak van levensstijl, voeding, yoga, meditatie en kruiden.”

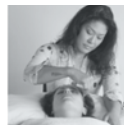
Wat is de inhoud van de opleiding?

“Je leert bij de opleiding over de achtergronden van de ayurvedische massage, het stellen van een diagnose gebaseerd op de ayurveda, het herkennen van disbalans, het geven van een algehele lichaamsmassage volgens de ayurveda, het leren van de verschillende energetische punten en het manipuleren ervan en het maken van ayurvedische massage-olie.”

Voor wie is de opleiding bedoeld en wat is de meerwaarde ervan?

“De opleiding is bedoeld voor iedereen die dieper in wil gaan op de spirituele kant van massage. Als je houdt van een brede aanpak, waarbij je meditatie, yoga en levensstijl wilt leren integreren in je massage, dan is deze massage zeker een aanrader!

Hoewel ayurveda al meer dan 2500 jaar oud is, begint deze levenswijsheid pas de laatste jaren steeds bekender te worden in Nederland. De vraag naar ayurvedische massage neemt dan ook steeds meer toe. Yoga en ayurveda zijn sterk met elkaar verbonden en zijn ontstaan uit dezelfde inzichten. Aangezien yoga inmiddels enorm populair is geworden, is het te verwachten dat de vraag naar ayurveda en ayurvedische massage steeds meer zal toenemen de komende tijd.” ❖

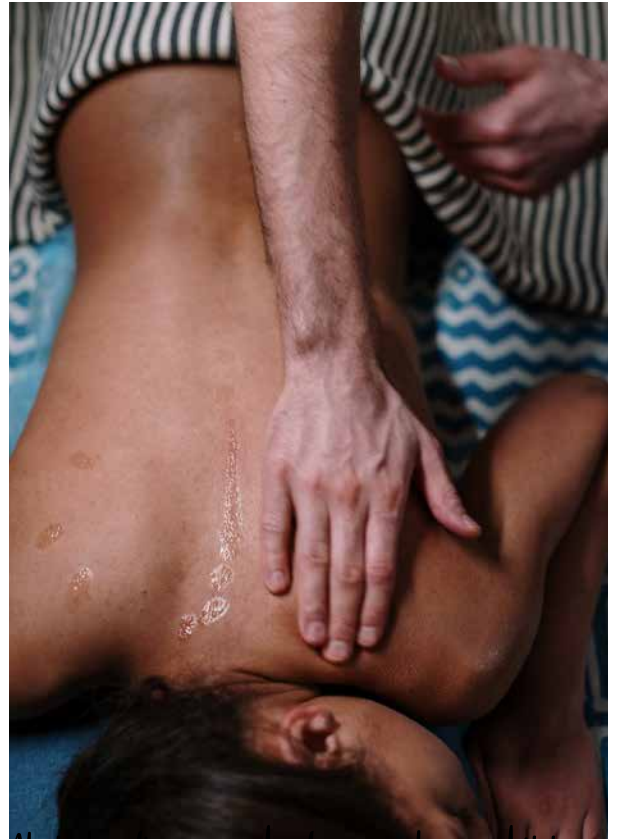


Ervaring van een cursist: Belle de la Croix van De Salon Zandvoort:

“Ik was heel erg geïnteresseerd in ayurveda en wilde hier mee over leren, met name over de massagetechnieken. Ik zag dat bij Anand Opleidingen zowel de massagetechnieken aan bod kwamen als de theorie over de verschillende dosha's. Dat geeft diepgang, de opleiding is niet alleen praktijkgericht. Ik vond de opleiding



Raymond Besems is directeur van Anand Opleidingen.



Als je houdt van een brede aanpak, waarbij je meditatie, yoga en levensstijl wilt leren integreren, dan is deze massage zeker een aanrader!

zelf een hele bijzondere ervaring. Sowieso geeft Raymond heel fijn les. Naast dat hij veel kennis heeft, wordt er bijvoorbeeld ook aandacht gegeven aan de werkhouding. De balans tussen praktijk en theorie vond ik in deze opleiding erg goed. De massage is echt een mooie, volledige lichaamsmassage waarbij alles aan bod komt, zowel fysiek, mentaal en spiritueel. Je leert ook hoe je zelf de olie maakt en op welke types je deze kunt gebruiken zodat de massage volledig is afgestemd op waar de klant behoefte aan heeft. De kennis die je in deze opleiding krijgt is voor mij absoluut een meerwaarde. Ook omdat je niet alleen werkt op het fysieke/lichamelijke, maar dieper ingaat op het mentale en spirituele niveau. Dan leer je ook begrijpen dat elke lichaam anders is en hoe je de massage erop kunt aanpassen. De ayurveda is een mooie leer van oude oosterse wijsheid die we in de westerse cultuur snel vergeten.”