

Cranio-sacraal therapie bij kanker -

DOOR: SHIRLEY DE WAAL

In december 2007 heb ik met mijn eindwerkstuk "Cranio-sacraaltherapie bij kanker - De tekens van het lichaam verstaan..." mijn opleiding tot cranio-sacraal therapeut bij Etienne Peirsman afgerond. Ik heb gekozen voor dit onderwerp omdat ik zelf een heel ziekteproces heb doorlopen in de afgelopen 11 jaar en heb kunnen ervaren wat Cranio-sacraaltherapie te bieden heeft op dit gebied. Bij mij is in 1996 een zeldzame vorm van een agressieve fibromatose, ook wel omschreven als een kwaadaardige borderline, ontdekt in het mesenterium van de dunne darm. Omdat hier geen curatieve behandelingen voor zijn en mijn prognose uiterst ongunstig was heb ik gekozen voor een alternatieve weg. Dit hield voor mij in dat ik een macrobiotische eet- en levenswijze ben gaan volgen, psychosociale therapie ben gaan doen en daarnaast cranio-sacraalbehandelingen. Mijn persoonlijke ervaring, de opleidingen die ik op deze gebieden heb gevolgd en de ervaring opgedaan in de praktijk heb ik verwoord in mijn eindwerkstuk.

De tekens van het lichaam verstaan...

Toen ik de titel voor mijn eindwerkstuk "Cranio-sacraaltherapie bij kanker" bedacht, had ik in eerste instantie als ondertitel "Een weg naar bevrijding.....". Gaandeweg realiseerde ik mij dat "De tekens van het lichaam verstaan....." ook een hele goede ondertitel zou zijn. Beide drukken ze uit wat cranio-sacraaltherapie te bieden heeft. Het begint bij "de tekens van het lichaam verstaan" en het kan je uiteindelijk "een weg naar bevrijding" opleveren. Ik heb gekozen voor "de tekens van het lichaam verstaan", omdat dit in het hele proces van genezing van essentieel belang is. Ook als het gevoel van "bevrijding" is bereikt, blijft het altijd nodig om naar de "tekens van het lichaam" te blijven luisteren. Onze lichaamssignalen waarschuwen ons als er iets niet in orde is in ons lichaam en ze weerspiegelen accuraat de staat van ons bewustzijn. Het is daarom raadzaam om voortdurend op die signalen te letten. Mijn ervaring is dat er geen enkele therapie je op zo'n diep niveau in contact brengt met je lichaam als cranio-sacraaltherapie.

Kanker

Als mensen de diagnose kanker te horen krijgen is een eerste reactie vaak verbazing of ongeloof. Reacties als: "Ik ben nooit ziek geweest..." of "Ik heb nooit ergens last van gehad...". Het is natuurlijk onmogelijk dat er geen "tekenen" zijn geweest voordat kanker wordt gediagnosticeerd. Wel is het heel goed mogelijk dat iemand zich niet bewust was van de signalen die het lichaam heeft gegeven. Verder is het ook heel goed mogelijk dat iemand zich wel bewust was van signalen, maar er geen aandacht aan heeft gegeven. In onze

maatschappij wordt het negeren van ziekte nog te vaak gezien als stoer en sterk zijn. Een voorbeeld hiervan is wat ik las in een interview in de krant met een acteur die darmkanker had. De journalist schrijft: "Wat ik zo ontroerend vind is dat hij zo bezig is met hoe zijn plaats moet worden opgevuld bij een toneelstuk, ik heb diep respect voor hem". Hiermee verwoordt de journalist eigenlijk dat hij diep respect heeft voor het niet serieus nemen van de ziekte. Het is helaas meer regel dan uitzondering dat mensen niet echt de tijd of de aandacht nemen om hun lichaam te voelen. Als kanker zich eenmaal manifesteert is dat een laatste noodkreet. Het lichaam (de geest en de ziel) wil gevoeld en gehoord worden. En dat is wat cranio-sacraaltherapie te bieden heeft. Het is ongelooflijk wat het met iemand doet door alleen al met je aanraking en aandacht iemand zijn/haar lichaam te laten voelen. Omdat mensen met kanker meestal het contact met hun lichaam verloren hebben of de signalen van het lichaam niet serieus genomen hebben, gaat er een wereld voor ze open als er echt gevoeld gaat worden. Vanaf het moment dat er kanker wordt gediagnosticeerd gaat iemand door vele fases van het ziekteproces (ik spreek liever over helingsproces) heen. Ik zal de verschillende fases waar een cliënt met kanker mee te maken kan hebben afzonderlijk bespreken en daarbij aangeven wat cranio-sacraaltherapie in die fase van het ziekteproces te bieden heeft.

Diagnose

Op het moment dat de diagnose kanker wordt gesteld ben je "kankerpatiënt". Een reactie kan ongeloof en ontkenning zijn. Op zo'n moment is het belangrijk om contact te maken met je gevoel



De tekens van het lichaam verstaan...

zodat je de realiteit onder ogen kunt zien. Cranio-sacraaltherapie kan iemand ondersteunen in het proces van acceptatie. Het kan de cliënt ondersteunen in de zoektocht naar antwoorden op vragen als: "Waarom nu?" en "Waarom overkomt mij dit?" Omdat de diagnose kanker vaak gezien wordt als een soort doodsoordeel is angst een veel voorkomende emotie die vaak geen ruimte krijgt om gevoeld te worden doordat er vrij snel een behandelingstraject wordt uitgezet. Door de angst wordt van de mogelijkheid voor een "second opinion" vaak geen gebruik gemaakt en meteen besloten om een voorgesteld traject in te gaan, ondanks dat diagnoses van verschillende artsen een ander beeld kunnen geven van de situatie. Ook kan de angst een cliënt weerhouden om de tijd te nemen om alternatieve mogelijkheden te onderzoeken. Cranio-sacraaltherapie stelt de cliënt in staat om contact te maken met die angst en het een plek te geven. Het zal de cliënt in staat stellen om in contact te komen met gevoelens die door de angst geblokkeerd zijn. Er zal meer rust en ruimte gecreëerd kunnen worden zodat de cliënt de tijd kan nemen die zij/hij nodig heeft. De cliënt legt vaak de verantwoordelijkheid voor het verloop van het genezingsproces in handen van de arts. Onlangs las ik nog in een artikel dat iemand het volste vertrouwen had in de medische stand en "zijn leven in de handen van de arts legde". Het is belangrijk om in iedere situatie bewust te zijn van je eigen verantwoordelijkheid. Je blijft altijd verantwoordelijk voor je eigen keuzes ook als je afhankelijk bent van de expertise van anderen. Het zou nooit zo moeten zijn dat een ander beslissingen mag nemen over jouw leven. Cranio-sacraaltherapie steunt de cliënt in het proces om zich bewust te worden van die eigen verantwoordelijkheid.

Contacten met medisch deskundigen

Vanaf het moment dat de diagnose kanker wordt gesteld, heb je opeens te maken met ziekenhuizen, onderzoeken, artsen en medisch specialisten. Het is alsof je in een andere wereld terecht komt. Het blijkt een hele opgave om, met alle emoties die een diagnose met zich mee brengt en de nieuwe wereld waarin je je begeeft, heel dicht bij je zelf te blijven en je niet gek te laten maken. En het is juist zo belangrijk in dit stadium van ziekte om trouw aan jezelf te blijven. Cranio-sacraaltherapie nodigt de cliënt uit en ondersteunt de cliënt om bij zijn/haar gevoel te blijven in contacten met de medici.

Keuzes en beslissingen

Vertrouwen hebben in de behandeling en een goe-



de afloop is volgens de Amerikaanse kankerspecialist Bernie Siegel, auteur van *Love, Medicine & Miracles* en *Living, Loving and Healing*, de absolute voorwaarde voor genezing. Als je er absoluut van overtuigd bent dat je beter zult worden, is de weg die je kiest van secundair belang. Dit is dus een ontzettend belangrijke stap in het hele traject naar genezing. In de praktijk blijkt het niet altijd makkelijk te zijn om erachter te komen wat de behandelvorm is waar je het meeste vertrouwen in hebt. De cliënt kan afgaan op de expertise van de medisch specialisten die over het algemeen hun benadering van kanker als enige reële optie zien. Daarnaast kan er gekozen worden voor alternatieve behandelingen. Dit is voor veel mensen een lastige keuze omdat in de eerste plaats dit sterk wordt afgeraden door de reguliere geneesheren (tenzij iemand "uitbehandeld" is). Ook door het ontbreken van "bewijslast" over de resultaten van vele behandelingen is het lastig hiervoor te kiezen. Het is belangrijk om bij jezelf te rade te gaan en te voelen waar je het meest vertrouwen in hebt en wat dus het beste voor je is. Cranio-sacraaltherapie heeft de mogelijkheid om de cliënt in deze "warboel" van mogelijkheden en adviezen inzicht te geven in zijn/haar wensen. Er is zelfs de mogelijkheid om via het ritme van het cranio-sacrale systeem direct aan het lichaam te vragen voor welke behandeling dat kiest.

De behandeling

Of er nu gekozen wordt voor een reguliere behandeling of voor een alternatieve weg, in beide situaties is cranio-sacraaltherapie van grote waarde. In beide gevallen zal de behandeling spanningen met zich mee kunnen brengen. Als er een regulier traject gestart wordt zal de cliënt onderzoeken moeten laten doen. De tijd tussen het onderzoek en de uitslag zijn vaak zenuw-slopend en zorgen voor grote spanningen. Ook het contact met de medische specialisten en de bezoeken aan het ziekenhuis blijken in de praktijk spanningen met zich mee te brengen. Spanningen die zich vast



gaan zetten in het lichaam met alle gevolgen van dien. Kiezen van een alternatieve weg kan ook voor grote spanningen zorgen omdat deze behandelingen nog steeds omstreden zijn. En ook de omgeving kan hiertegen nogal wat weerstand bieden. Cranio-sacraaltherapie kan voor een ontspanning zorgen op heel diep niveau. Het belang en effect van alleen al die ontspanning mag niet onderschat worden! In beide gevallen zullen er gaandeweg steeds beslissingen genomen moeten worden en is het van groot belang voor de cliënt om heel dicht bij zichzelf te blijven om steeds weer een juiste keuze te kunnen maken. Cranio-sacraaltherapie is hier een ideale ondersteuning voor. Het zal de cliënt steeds weer in contact brengen met zijn/haar eigen wijsheid en feeling houden met wat voor hem/haar goed is. Het is zelfs mogelijk om via het cranio-sacrale ritme een antwoord te krijgen op allerlei vragen. Maar cranio-sacraaltherapie heeft nog veel meer te bieden. Door de behandeling kunnen er celherinneringen vrij komen zodat onverwerkte emoties de kans krijgen om een weg naar buiten te vinden. Dit is van essentieel belang in het genezingsproces van kanker. Cranio-sacraal therapie zou de cliënt kunnen begeleiden in zijn/haar bewustwordingsproces. Het stelt de cliënt in staat om in contact te komen met zichzelf op geestelijk en uiteindelijk zelfs op zielsniveau. Vraagstukken als: "Wat heeft de kanker mij te vertellen?", "Zijn er verborgen emoties die aandacht nodig hebben?", "Wat kan ik hiervan leren?", "Wie ben ik?", "Wat is mijn doel in mijn leven?" kunnen hiermee beantwoord worden. Dit is ook een belangrijk onderdeel van het genezingsproces. De cliënt steeds weer in contact brengen met de tekens van het lichaam is van wezenlijk belang. Het lichaam moet gevoeld worden, de aandacht krijgen die het nodig heeft en de cliënt zou zich hier te allen tijde van bewust moeten zijn. Tenslotte geeft het lichaam steeds aan hoe de situatie is en wat er wellicht niet in orde is. Ook zal cranio-sacraaltherapie het zelfgenezend vermogen van het lichaam ondersteunen. Het geeft de cliënt de mogelijkheid om te communiceren met zijn/haar eigen immuunsysteem en deze te stimuleren in zijn taak.

Pijn

Kanker kan gepaard gaan met veel pijn. Ook kan pijn veroorzaakt worden door de bijwerkingen van de behandelingen. Het is ook bewezen dat emotionele pijn een enorme invloed heeft op fysieke pijn en deze behoorlijk kan verergeren. Ik heb zelf kunnen ondervinden dat cranio-sacraaltherapie beter helpt tegen pijn dan vele pijnstillers. In de eerste plaats door de diepe ontspanning die cranio-sacraaltherapie teweeg brengt. Daarnaast is er ook de emotionele kant die ruimte en aandacht krijgt waardoor de pijn minder wordt of zelfs helemaal verdwijnt.

Als de patiënt geneest

In eerste instantie zou je zeggen dat als iemand geneest van kanker, dat hij/zij dan gewoon weer verder kan gaan met zijn/haar leven. Maar zo simpel ligt dat niet. Vaak blijkt de terugkeer in de maatschappij na een lange periode van ziekte niet zo makkelijk. Kanker blijkt uiteindelijk ook een "veilige haven" te kunnen zijn in iemands leven en hier afstand van doen is niet altijd iets wat iemand kan of wil. Als dat de situatie is blijkt meestal al dat diegene zich hier niet echt van bewust is. Cranio-sacraaltherapie kan de cliënt uitnodigen om zich hiervan bewust te worden en het proces aan te gaan om te kijken wat hem/haar weerhoudt en eventueel te begeleiden naar de terugkeer in de maatschappij. Niet zelden gebeurt het dat kanker ook weer terugkeert, daarom is het belangrijk voor de cliënt om te blijven luisteren naar de tekens van het lichaam. Ook hiervoor is cranio-sacraal therapie een uitkomst.

Als er geen kans op herstel meer is

Wij leven in een maatschappij die erop gericht is om de dood te ontkennen. Maar heel weinig mensen hebben het leven zo ten volle geleefd dat de dood voor hen geen bedreiging vormt. In het geval dat er geen kans op genezing meer is en de cliënt zijn/haar dood onder ogen moet gaan zien zou cranio-sacraaltherapie een goede ondersteuning kunnen zijn. Ook kan het laatste stadium gepaard gaan met veel pijn en cranio-sacraaltherapie zou daar van grote betekenis kunnen zijn.

Somato Emotional Release

In al deze fases die ik hierboven heb genoemd staat een bewustwordingsproces centraal. De Duitse arts en chirurg Tyke-Geerd Hamer heeft tijdens zijn studie over psychosomatische kankertherapie ontdekt dat bij alle patiënten sprake was geweest van een psycho-emotioneel conflict voordat de ziekte zich openbaarde, een conflict dat nooit echt was opgelost. Metastasen zijn volgens dr. Hamer het gevolg van een nieuw conflict dat mogelijk wordt veroorzaakt door de stress van het ziek zijn zelf of door de noodzaak om ingrijpende, pijnlijke of anders-zins vervelende therapieën te ondergaan. Toen dr. Hamer psychotherapie als onderdeel van het genezingsproces introduceerde, ontdekte hij dat de kanker op cellulair niveau ophield met groeien, zodra het met de ziekte geassocieerde conflict was opgelost. Vanuit deze benadering van kanker is somato-emotional release een ideale behandeling voor mensen met kanker.

Talking to the heart

Etienne Peirsman heeft voor een vernieuwende ontwikkeling gezorgd in de cranio-sacraaltherapie. Hij maakt gebruik van de diepere ritmes

van Sutherland, de technieken van Upledger en zijn eigen bijzondere meditatieve benadering waardoor de therapeut veel fijngevoeliger kan werken en het de cliënt op een unieke manier uitnodigt tot een bewustwordingsproces. Door zijn manier van benaderen is het in contact komen met het "innerlijk weten" binnen ieders bereik gekomen. Een bijzondere benadering van Etienne is o.a. het "spreken met het hart". Eén van de meest interessante ontdekkingen van de Franse psychiater David Servan-Schreiber (schrijver van het boek "Uw brein als medicijn"), is dat het emotionele brein (waar onze instinctieve en emotionele reacties vandaan komen) rechtstreeks door het hart wordt beïnvloed. Hij ontdekte dat een coherent hartritme in staat is om het emotionele brein tot rust te brengen. Wanneer het hart op een gezonde manier klopt, kun je stress, depressiviteit, spanning en andere geestelijke aandoeningen genezen. Volgens psychiater David Servan-Schreiber krijg je met psychoanalyses en praatessies niet voor elkaar wat je wel met je hart voor elkaar kan krijgen. Vanuit die visie kan het in communicatie gaan met het hart een zéér waardevolle bijdrage leveren aan het helingsproces van mensen met kanker.

Talking to the Alarmsystem

Dat stress een negatieve invloed heeft op onze gezondheid is algemeen bekend. De Duitser Lothar Hirneise beweert zelfs dat kanker begint met stress! Lothar Hirneise is schrijver van het boek "Chemotherapie heilt Krebs und die Erde ist eine Scheibe" (Chemotherapie geneest kanker, en de aarde is plat). Lothar Hirneise is overtuigd van de relatie tussen stress en kanker. Vanuit deze overtuiging is het werken met het Reticulair Alarm System (RAS) bij mensen met kanker van groot belang. Etienne Peirsman heeft zeer speciale technieken ontwikkeld om met dit systeem te werken.

Talking to the Immunesystem

Er wordt vanuit gegaan dat kanker zich alleen ontwikkelt bij mensen die een slechte lichamelijke conditie hebben of een niet goed functionerend afweersysteem hebben. Bij het ontstaan van kanker speelt het immuunsysteem dus een belangrijke rol. Als kanker zich eenmaal heeft gemanifesteerd in het lichaam is het belangrijk om het immuunsysteem te stimuleren en te versterken zodat het lichaam in staat is zelf de kankercellen op te sporen en te vernietigen. Ook is het belangrijk om een goede afweer te hebben bij verschillende behandelingen zoals bij chemotherapie en bestraling, zodat het lichaam beter opgewassen is tegen de bijwerkingen die deze therapieën met zich meebrengen. Recent onderzoek geeft een hele andere kijk op de invloed van het immuunsysteem op kanker

(meer hierover in mijn eindwerkstuk). Maar welke rol het immuunsysteem ook wordt toegeschreven bij kanker, feit is dat het immuunsysteem hoe dan ook een zéér belangrijke rol speelt bij het ontwikkelen van kanker. Daarom is het noodzakelijk om bij het behandelen van mensen met kanker ook met het immuunsysteem te werken. Etienne Peirsman gaat hier in zijn opleiding zéér diep op in.

Een weg naar bevrijding

Aan het begin van dit artikel heb ik gesproken over "Cranio-sacraaltherapie bij kanker - Een weg naar bevrijding....." Met "bevrijding" doel ik niet op de "genezing" van kanker, maar het "helen" van iemand met kanker. Het verschil zit daar in dat bij "genezing" meest-al wordt bedoeld het vrij zijn van de symptomen van ziekte waarbij de "genezing" meestal bereikt wordt door factoren vanuit de buitenwereld. Over "helen" spreek je als iemand door diep zelfonderzoek zichzelf "heelt". Je bewust worden van het innerlijk weten, luisteren naar de tekens van het lichaam, het leren luisteren en vertrouwen op de wijsheid van het hart, het accepteren van datgene wat niet veranderd kan worden, het ervaren van innerlijke vrede, het doel van je leven ontdekken en je daarop richten. Dit zal uiteindelijk een "vrij" mens van je maken. Je kunt je een "geheeld" mens voelen, ook of misschien juist met, de "tekens van het lichaam".

Tot slot

In mijn eindwerkstuk ga ik dieper in op het belang van het leren luisteren naar de tekens van het lichaam verstaan en hoe daar gehoor aan te geven. Het lichaam laat altijd van zich horen als er iets niet in orde is, de kunst is om te luisteren.... Het is van essentieel belang in een helingsproces, welke weg je ook gaat bewandelen, om een bewustwordingsproces aan te gaan. Ook hierbij zullen de tekens van het lichaam je de weg kunnen wijzen. Dit is precies wat cranio-sacraaltherapie te bieden heeft. Ik zou zelfs een stapje verder willen gaan... Als het voor ons allen een gewoonte zou worden om de tekens van het lichaam te verstaan en deze serieus te nemen zou ziekte, wellicht ook kanker, vaak voorkomen kunnen worden. Dus ook in het voorkomen van kanker zou een grotere rol voor cranio-sacraaltherapie zijn weggelegd. Ook ga ik dieper in op de verschillende behandelmethodes die cranio-sacraaltherapie te bieden heeft bij het behandelen van mensen met kanker en waarom deze manieren van benadering van kanker zo belangrijk kunnen zijn voor het helingsproces bij kanker. ●

*Meer hierover in mijn eindwerkstuk
"Cranio-sacraaltherapie bij kanker"
Info: www.waaltwijz.nl*