

# Geen heler, maar behandelaar

## Capelse studeert af als natuurgeneeskundige

Een geurig kruidenaroma komt de bezoeker al tegemoet bij het betreden van de praktijkruimte van Lisette Timmermans. Sinds vorige week is ze gediplomeerd natuurgeneeskundig therapeut. Dat betekent dat ze haar praktijk in Capelle Schollevaar nu volledig zelfstandig kan draaien. 'Al van jongs af aan ben ik geïnteresseerd in kruiden. Nu is het mijn beroep.'

Door Marlies van Leeuwen

**Capelle aan den IJssel** — Natuurgeneeskunde. Het begrip alleen al vergt enige uitleg. Timmermans (39) doet het geduldig. „In de natuurgeneeskunde gaat men ervan uit dat er nooit sprake is van één ziek orgaan, maar dat de ziekte een stoornis in het hele lichaam betekent. Daarmee bedoel ik het fysieke lichaam, maar ook de geest en de emotie. Door die drie elementen bij de beeldvorming te gebruiken, komt er vaak een diepere oorzaak van de ziekte naar voren. Door mijn behandeling spreek ik het zelfgenezend vermogen aan. Ik ben een behandelaar, niet een genezer of een heler.”

Om de diagnose te stellen, praat ze eerst met haar patiënten. „Vaak komen mensen bij me met vage klachten. Een hoofdpijn die maar niet overgaat of een naar gevoel in je buik, waar geen reden voor lijkt te zijn. In zo'n gesprek merk je stukje bij beetje wat iemands persoonlijkheid is. Dat kan heel belangrijk zijn voor de verdere behandeling. Vaak geef ik ook voedingsadviezen en massages, naast de fytotherapie (planten- en kruidengeneeskunde, red.). De natuurgeneeskunde is heel breed en richt zich echt op de hele persoon. Het is dus niet alleen symptoombestrijding.”

Na het gesprek met de patiënt is de natuurgeneeskundige nog niet klaar. Ze gebruikt voor de diagnosestelling ook iriscopie. „Via mijn iriscopie-apparaat bekijk ik het gekleurde deel van het oog. Ik maak daar ook een foto van.” De Capelse pakt een grote tekening van twee irissen, een rechter en een linker. In de irissen zijn allerlei vakjes gemaakt, waarin namen van organen en lichaamsdelen staan. De bovenkant iris corres-

pondeert met de bovenkant van de lichaam en omgedraaid. „Als de iris een klok zou zijn, dan zou negen uur bijvoorbeeld corresponderen met de schildklier.”

### Irissen

Wanneer ze de irissen bestudeert, let ze op vlekjes en andere onregelmatigheden in het oog. „Als iemand een bruine vlek heeft op het stukje iris dat correspondeert met de lever, dan weet ik dat de lever is vervuild. Ik ga dan niet allerlei voorspellingen uiten aan mijn patiënt, daar ben ik niet voor. Maar als iemand last heeft van zijn rug en ik zie dat zijn lever vervuild is, pas ik de behandeling daarop aan. Dus dan masseer ik degene en geef een kruidenmengsel mee die de lever moet helpen. Zo gebruik ik de iriscopie.”

De kruidenmengsels maakt Timmermans zelf. Bij het samenstellen van zo'n kruidenmengsel houdt de natuurgeneeskundig therapeut goed rekening met de persoonlijkheid van de patiënt. „Een paardebloem, goed voor de

## 'In goed overleg verloopt de heling het best'

lever, is bijvoorbeeld een heel zonnig plantje. Verder ook heel krachtig, want hij kan bijna overal groeien. Zo'n kruid geef ik niet aan een depressief iemand. Er zijn dus overall meerdere bruikbare kruiden voor.”

En daarmee komt ze meteen op een andere therapie methode die ze gebruikt. „De Bachbloesemremedie. Er zijn 38 verschillende bachbloesemdruppels. Voor allerlei emoties is er één. Als iemand met depressieve gevoelens rondloopt en niet goed kan vertellen waardoor dat komt, dan kan de bachbloesem helpen. Ze krijgen dan wat van die druppels. Het helpt je om bijvoorbeeld beter te praten. Er zijn onder meer ook druppels om minder jaloers te worden. Erg handig dus, want om het helingsproces te starten, moet eerst de emotie veranderen.”

### Opleiding

Timmermans studeerde 27 juni af aan de Hogeschool voor Natuurgeneeswijzen in Arnhem (HvNA). Dat zorgt ervoor dat ze erkend lid wordt van brancheverenigingen

als Nederlandse Werkgroep Praktijzens (NWP) en Vereniging van Natuurgeneeskundig Therapeuten (VNT). En dat is weer belangrijk voor de patiënten. „Zo kunnen ze bij de meeste ziekenfondsen en zorgverzekeraars vijftien procent van mijn factuur vergoed krijgen. En het is natuurlijk ook fijn om te weten dat jouw behandelaar gediplomeerd is, want dat is een voorwaarde om lid te worden van de verenigingen.”

De opleiding voor natuurgeneeskunde is een 5-jarige zaterdagopleiding. „Ik was secretaresse op het moment dat ik met de opleiding begon. Al snel ben ik daarmee gestopt. Ook al is de opleiding alleen op zaterdag, je bent er wel veel mee bezig. Ik ben gaan werken bij een Haagse natuurgenezer. Dat doe ik nu nog steeds voor tien uur in de week, totdat ik genoeg patiënten heb om fulltime te werken in mijn eigen praktijk.” Tijdens de opleiding is ze zichzelf vaak tegengekomen. „Het is onderwijst dat erg gericht is op jezelf. Want, zo zeggen de docenten, je

moet zelf goed in je vel zitten voordat je anderen kan aanspreken op

hun zelfgenezend vermogen. En dat is natuurlijk waar, ik moet niet de problemen van anderen mee naar huis nemen. Om mezelf in vorm te houden neem ik zo af en toe een massage, dat helpt erg goed bij mij.”

### Handboek

De Capelse heler heeft, nog voordat ze afstudeerde, een handboek gemaakt over geneeskrachtige kruiden. „Ik ben al vroeg in de opleiding begonnen om een handboek voor mezelf te maken. Dat werd gestimuleerd door de docenten. Maar veel mensen zijn enthousiast over het handboek, dus gaat uitgeverij Ankh-Hermes het volgende jaar uitgeven.”

Het boek is voornamelijk bedoeld voor andere therapeuten. „In het boek kan je alle kruiden vinden die ik gebruik. Per kruid staat er bij waarvoor het gebruikt kan worden, waarvoor niet, waar je het kan vinden, enzovoorts. Mensen kunnen het boek natuurlijk zelf gebruiken, maar ik ben bang dat ze het niet zullen gebruiken zoals ik bedoeld heb. Waarschijnlijk ge-



Lisette Timmermans, achter haar iriscopie-apparaat: 'Aan de iris kan ik zien waar in het lichaam een probleem is'. Foto Peter Molkenboer

bruiken ze het dan voor symptoombestrijding.”

Door de opleiding is ze anders gaan denken. „Je wordt heel bewust gemaakt van je zelf. Ik geef minder om het materiële, heb een betere intuïtie. Het is niet zo dat ik nu ineens allerlei kleuren om mensen heen zie, totaal niet. Ik heb een beter beeld van mezelf en voel dingen beter aan. Maar ik ben dus geen genezer, daar word je niet voor opgeleid. 'De natuur geneest, de arts is niet meester, maar dienaar van de natuur.' Dat is een uitspraak van Hippocrates, de grondlegger van de natuurgeneeskunde. En daar is de opleiding op gebaseerd.”

Al klinkt natuurgeneeskunde vaag en zweverig, Timmermans probeert het zo aards mogelijk te houden. „Ik wil goed overleggen met de reguliere geneesheren. Mijn patiënten zijn daar vaak uitbehandeld. Het zit tussen de oren, krijgen ze te horen. Maar ik denk dat juist in goed overleg de heling het best verloopt. Ik ben niet bang voor huisartsen, en ik wil niet dat zij dat voor mij zijn.” Ook kinderen en zelfs baby's krijgt ze over de vloer. „Er is geen leeftijdsgrens aangebonden. Bij jongere kinderen vind ik het wel extra belangrijk om contact te hebben met de huisarts.” De natuurgeneeskundige is niet

bevreesd in een hokje geplaatst te worden. „Ik weet dat de afgelopen tijd dingen als wicca (moderen heksery, red.) enorm hip zijn. Maar ik ben niet bang om als heks gezien te worden, alleen omdat ik met kruiden werk. De mensen die mij serieus moeten nemen, stoppen mij niet in een hokje.”

„Ik denk dat mensen zich de komende jaren gaan splitsen in de carrièrejagers en de meer spiritueel ingestelden,” verwacht Timmermans. Om daar onmiddellijk weer op terug te komen. „Mischien eigenlijk niet, het kan ook best goed samengaan. Ach, ik weet het niet. Ik ben ook geen voorspeller.”