

Denise Kaan en Jolanda Kaan

# Migraine te lijf met Reiki



Jolanda Kaan behandelt haar dochter Denise.

Jolanda Kaan volgde een Reiki-cursus om de migraineklachten van haar dochter Denise te kunnen behandelen. In dit artikel beschrijven ze hun ervaringen met Reiki, een zeer krachtige, Japanse heelkunst. Het is een universele levensenergie die altijd in overvloed aanwezig is en door handoplegging kan worden doorgegeven. Deze krachtige energie kun je aan anderen en aan jezelf geven, en werkt helend op lichamelijk, emotioneel en geestelijk niveau.

Reiki activeert het zelfgezend vermogen van het lichaam om zichzelf in balans te brengen. De energie gaat vanzelf naar de plek waar dat het meest nodig is. Een Reiki-behandeling kan ervoor zorgen dat allerlei klachten afnemen. Wat verder bij Reiki geldt is dat het niet alleen een geneeswijze is, maar ook een pad van bewustzijn. Op het pad van Reiki verandert je bewustzijn zodanig dat je een levensstijl aanneemt die maximale ondersteuning geeft aan een lang en gelukkig leven.

De traditionele Reiki beoefening vindt zijn wortels in de oosterse geneeswijzen. Gezien de brede ontwikkeling van Mikao Usui, de grondlegger van Reiki, zijn in de traditionele beoefening van Reiki zowel elementen te vinden van de Traditionele Chinese geneeskunde (TCM) als van de Indiase geneeskunde (Ayurveda).

**Denise Kaan:** Alles begon met een enkele migraine, toen nog één, en al snel had ik meerdere aanvallen per week. Een neuroloog stelde chronische migraine vast, inmiddels ruim drie jaar geleden. Mijn ziekteverzuim werd een probleem en ik moest minder gaan werken. Uiteindelijk kon ik helemaal niet meer werken en verloor ik mijn baan. Ik belandde in een donkere periode.

Bijna twee jaar lang probeerde ik allerlei symptoom bestrijdende medicatie en preventieve middelen, maar ik voelde me steeds slechter en slechter. Ik besepte dat de medicijnen het probleem verergerden. Ik was altijd een voorstander van natuurlijke remedies en besloot te stoppen met de symptoombestrijdingsmiddelen en ging naar een Chinese acupuncturist. Hoewel ik hierdoor mentaal rust en lichamelijk wel iets meer energie ervaarde, bleef de migraine. Ik stopte ermee, omdat er geen verbetering kwam. Hoop op verbetering werd ook steeds minder. Meer dan een jaar lang lag ik zonder toekomstperspectief in een donkere kamer. Bijna elke dag migraine inclusief alle andere symptomen: overgeven, licht/geluid gevoeligheid, geen eetlust en de pijn.

Mijn moeder kon er na verloop van tijd niet meer tegen. Ze was veel bij mij en er was een moment waarop ik merkte dat mijn migraine iets zakte wanneer mijn moeder haar hand op mijn hoofd/nek legde. Snel hierna zocht mijn moeder op wat Reiki was, en na een Reiki-sessie zelf ervaren te hebben bij ons achternachtje (die toen ook net Reiki beoefende) wist mijn moeder wat ze wilde. Ze kon mijn situatie niet meer aanzien en

zei vastberaden: ‘Denise, ik ga je helpen! En daarom ga ik naar een Reiki-cursus!’

## Blokkades

*Jolanda Kaan:* Het is vreselijk om als moeder te zien hoe je dochter afglijdt in de maatschappij en in haar leven. En ik kon niet veel voor haar betekenen. Totdat ik een keer een weekend bij haar thuis was en ik ’s morgens vroeg merkte dat Denise al heel vroeg op was. Ze zat met haar handen om haar hoofd heen op de bank te kokhalzen. Ik ben stilletjes naar haar toe gelopen en heb mijn hand achter op haar nek gelegd. Ik had weleens gelezen dat het daar erg vast kan zitten en migraine kan veroorzaken. En zo heb ik daar een half uur naast haar gestaan met mijn hand op haar nek. Toen zei Denise ineens dat haar migraine wat zakte. Ik zei tegen haar dat waarschijnlijk de medicijnen begonnen te werken, maar toen zei ze dat ze die nog niet had ingenomen. Toen ging er bij mij iets dagen over migraine en Reiki. Twee maanden voor dit moment had ik het met mijn nicht erover gehad. Zij wilde een Reiki-cursus gaan doen, omdat haar dochter dezelfde cursus ook had gedaan en het haar zoveel had gebracht. Ik wist nog niets over Reiki en heb toen een behandeling bij mijn achternichte geboekt.

Tijdens deze Reiki-sessie gebeurde er bij mij ook al heel veel. Ook ik had blokkades. Daarmee was het zaadje geplant en ik wilde de blokkades bij mijn dochter weg zien te krijgen. Ik besloot een Reiki-cursus te gaan doen. De cursus bleek voor mij ook nog erg heftig, veel oude rommel kwam omhoog en ook ik moest dat eerst gaan opruimen zodat ik mijn dochter kon helpen.

Na wat tijd begonnen de behandelingen bij mijn dochter. Eén keer per week en soms ook twee keer per week. Mijn dochter en ik voelden bij de behandelingen veel gebeuren. Maar wat het mooiste was, de migraines werden uiteindelijk minder! Ik was zo dankbaar. Dit was waar ik het voor deed. En een fijne bijkomstigheid, al mijn blokkades zijn ook opengegaan en ik ben een ander mens geworden. Reiki heeft ons beiden zoveel gebracht. En als ik nu naar mijn meissie kijk, hoe zij nu in het leven staat, nu ze zelf ook de Reiki-cursus heeft gedaan en weet met moeilijke issues om te gaan, écht geweldig! Mijn dochter was al zo mooi, maar nu, hoe ze nu is, dit is de mooiste versie van haar!

## Fysiek en mentaal

*Denise Kaan:* Een jaar lang kreeg ik wekelijks (soms twee keer per week) Reiki-behandelingen van mijn moeder. Ik ervaarde verschillende sensaties in het begin: had het vaak erg koud na de sessies en voelde mijn moeders handen erg warm aan rondom mijn hoofd. Na een aantal maanden merkte ik ineens dat de aanvallen iets minder lang gingen

duren, en weer wat weken verder ging het steeds iets beter. Minder aanvallen elke maand. Na ongeveer één jaar Reiki was ik van gemiddeld vijf heftige migraine aanvallen per week (met alle symptomen van dien) naar circa twee per week gegaan. Wat een verschil! Terwijl de medicatie mijn lichaam alleen maar méér verzwakte en neurologen meer geloofden in ‘echte’ geneeskunde (medicatie dus) dan in natuurlijke ‘dingetjes’. Na verloop van tijd voelde ik me stukken sterker door de Reiki-behandelingen, fysiek en mentaal, en verzamelde ik de moed om een break te nemen van alle middelen die ik toen slikte. Dat was niet gemakkelijk, maar ik ben doorgedaan en dat was een goede keuze. Mijn lichaam heelde langzaam, ik vond ook mezelf weer een beetje terug en kreeg weer wat energie om leuke dingen te doen en pakte langzaam ook krachttraining weer op. Ondertussen richtte ik mij ook op een meer holistische lifestyle en probeerde te eten volgens de Ayurvedische richtlijnen.

Steeds meer om me heen kreeg ik te horen hoe goed het met me leek te gaan en hoe goed ik eruitzag en hoe positief ik weer was. Ik heb altijd het gevoel gehad dat ik geen doel had in mijn leven, en alle opleidingen die ik gedaan had en banen die ik kreeg voelden als tijdelijk. Ik vond het lastig om vooruit te kijken. Steeds meer mensen dicht bij me zeiden regelmatig dat ik ook een ‘goede’ zou zijn voor Reiki. Meer en meer om me heen kwam spiritualiteit weer terug op mijn pad. Dit had ik in mijn donkere migraineperiode een beetje verloren, samen met mijn toekomstperspectief. Nu ging ik steeds meer leven hoe ik wilde leven. Ik bleef trouw aan wie ik was en het begon steeds meer tot me door te dringen dat bepaalde dingen duidelijk op mijn pad kwamen. En toen op één dag werd ik wakker en het was overduidelijk: ik moet óók de Reiki-cursus doen – het voelt nu juist.

## Dagelijkse zelfbehandeling

Nog geen twee dagen later heb ik het hotel geboekt in Bussum, en stond mijn Reiki-cursus vast. Na bijna drie jaar in een soort ‘Neverending Migraine Nightmare’ geleefd te hebben, begon ineens met deze beslissing het zonnetje te schijnen in mijn leven. Mijn ervaring tijdens de cursus is ook één van mijn meeste waardevolle herinneringen. Na die twee dagen was ik een ander mens! Dag 1 stond in het teken van het thema overgave. Mijn moeder had dit me een aantal keer verteld, dat ik in de overgave moest. Dit was lastig voor mij, en ik besloot het ook echt te doen: de controle loslaten en mezelf overgeven aan de hele cursus en iedereen. Heel toevallig stond ook – toeval bestaat eigenlijk niet, zo merkte ik – op het theeglas dat ik uitkoos het woord ‘Overgave’. Dag 2 stond in het teken van het thema ‘Purpose’, dat vanaf het moment dat ik wakker werd door mijn hoofd bleef spoken. En ook dit voelde ik de gehele dag heel



duidelijk. Ik zag weer toekomstperspectief en voelde een energie in mij die ik al vele jaren niet meer gevoeld had.

Door het ontvangen van Reiki van mijn moeder heb ik niet alleen mijn migraine onder een goede controle gekregen, uiteindelijk heeft het mij ook op mijn juiste pad gezet, mijn chakra's geopend, me de tools gegeven om trauma's te verwerken en voel ik me meer mezelf dan ooit!

Het was een gevoel van thuiskomen voor mij en mijn innerlijke kind. Momenteel oefen ik heel graag met Reiki en zijn er meerdere mensen in mijn omgeving die graag Reiki van mij willen ontvangen. Ook is de dagelijkse zelfbehandeling een geweldig moment om even in te checken bij mijzelf en dit heeft mij een begripvol, kalmer en dankbaarder persoon gemaakt. Mijn healing journey wil ik graag delen met de wereld en ik ben ontzettend dankbaar dat ik nu op deze plek ben en andere mensen mag helpen in hun eigen zelfhelende journey!

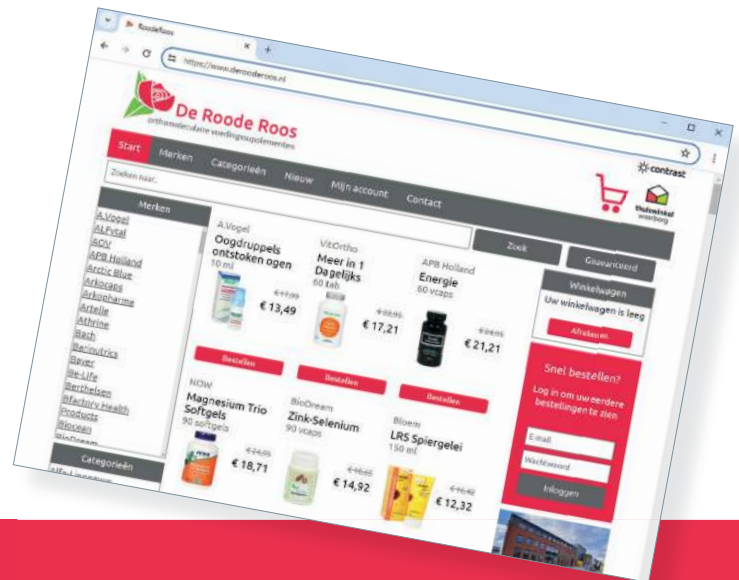


**Denise Kaan en Jolanda Kaan**

beiden volgden Reiki-cursussen bij opleidingsinstituut Healing Space

## U zoekt orthomoleculaire voedingssupplementen ...

Wij leveren orthomoleculaire voedingssupplementen direct aan uw cliënten op uw verzoek als gezondheidsprofessional. Op onze website kunt u kiezen uit ons brede assortiment van alle gerenommeerde merken.



## Wij verwerken al 25 jaar uw voorschrift!

- onafhankelijk
- geen advies
- vraaggestuurd
- korting voor uw cliënten
- kwaliteit
- betrouwbaar
- klantgericht

**www.derooderoos.nl**  
**070-3010701**