

Reiki en mijn genezingsproces

Lichamelijk, geestelijk, emotioneel en spiritueel. Dat is hoe Reiki kan helpen bij een groot scala aan klachten en pijn. Reiki kan jou helpen als je ontspanning zoekt maar ook als jij lichamelijke problemen ondervindt. Zo kan Reiki helpen om de pijn te bestrijden als je kanker hebt. Reiki is zeker geen vervanging van de reguliere zorg maar Reiki is een ondersteuning voor de reguliere zorg. Reiki haalt de ziekte niet weg en kan de ziekte ook niet voorkomen, maar Reiki kan er wel voor zorgen dat jij rust ondervindt in moeilijke en pijnlijke tijden.

Het is een andere vorm van pijnbestrijding waardoor je golven van helende kracht en liefde door je lichaam zal voelen. Dit alles kan als vreemd en raar ervaren worden, maar het wordt steeds meer wereldwijd geaccepteerd. De behandelingen slaan aan en de pijn wordt met behulp van Reiki verlicht.

Reiki Lia, mijn verlies en overwinning

Het begon allemaal op 6 maart 2023. De uitslag van de uitstrijkjes die een paar weken daarvoor gemaakt waren, waren binnen. Vol goede moed verwachtte ik goed nieuws, want mijn leven was na drie zware jaren eindelijk een oase van rust. Maar dit veranderde al snel in een nachtmerrie na verschillende gemiste oproepen van de Gynaecoloog. Na mijn poging om de gynaecoloog terug te bellen, kreeg ik al snel een mailtje binnen van het UMC Utrecht oncologische gynaecologie. Daardoor wist ik meteen dat het slecht nieuws zou zijn.

Superkracht en schaduwzijde

Na het gevreesde mailtje en een telefonisch gesprek met de gynaecoloog, bleek alles wat ik vreesde waar te zijn. PAP 5 diagnose baarmoederhalskanker. Nadat ik dit hoorde begon ik spontaan te kotsen en te bibberen van de kou. Op dat moment raakte ik compleet in paniek. Doordat ik in paniek raakte belde ik mijn dochter op die mij probeerde te kalmeren, maar op dat moment was ik zo aangeslagen dat ik onbereikbaar voor haar was.

In die ogenblikken voelde ik mij net een buitenaards wezen in het allerslechtste toneelstuk ooit geschreven. Op deze manier wilde ik niet verder, ik wilde mezelf niet verliezen. Op de rails krijgen en dit zien te overwinnen, dat was wat ik graag wilde. Maar door het slechte nieuws dat als een donkere schaduwzijde voelde, had ik het idee dat het binnenkort al zou eindigen. Het voelde alsof ik vanaf nu alles uit het leven moest halen. Maar dit was toch mijn leven, mijn lichaam, mijn ziel, mijn geest? Diep vanbinnen ontstond er superkracht die boven mijzelf uitsteeg, waardoor ik voelde dat ik de strijd met kanker aan wilde gaan. Die schaduwzijde had mij ziek gemaakt, maar mijn superkracht zou mij genezen. Die schaduwzijde wilde ik niet de kans geven om de strijd te winnen, en op dat moment besloot ik dat ik er alles aan zou doen wat nodig was om van mijn leven een feest te maken door de strijd te winnen. Alles wat ik zou tegenkomen op mijn pad, en hoe slecht ik er ook voor zou komen te staan, alles zou ik aangrijpen en het als een uitdaging gaan zien.

Mijn leven, mijn lichaam, mijn strijd

Iedere strohalp greep ik beet om de schaduwzijde, die de vijand was, te verslaan. Mijzelf omhelzen en van alle aspecten van mijn lichaam houden was de manier om de vijand te verslaan. Dat sterke gevoel dat in mij naar boven kwam en als superkracht mij hielp, daarvan had ik geen idee waar dit vandaan kwam. Maar de overwinning was begonnen! Mijn vier kinderen hebben drie jaar geleden hun stiefvader binnen 17 dagen verloren. 17 dagen hadden wij maar met elkaar gestreden maar toch verloren aan de kanker. Maar dit zal mij niet gebeuren, mijn kinderen mochten mij niet verliezen, dat kon en mocht ik ze absoluut niet aandoen. Dat trauma mochten zij niet opnieuw beleven. De worsteling van drie jaar geleden, waar ik met bloed, zweet en tranen uit was geworsteld, mocht niet opnieuw toeslaan. Op dat moment besloot ik om mijn superkracht te gebruiken en mijzelf lichamelijk in orde te brengen en niet angstig te zijn voor kanker. Wegkruipen of uit het veld laten slaan door kanker was nu geen optie.

Wat betekent Reiki en wat kan Reiki tegen kanker doen?

Het woord Reiki betekent mysterieuze atmosfeer, een wonderbaarlijk teken. Reiki is een energetische healing die zich richt op de energievelden rondom het lichaam. Dit heeft als doel om de energiestroom te helpen en om alle blokkades te verwijderen. Een van de voordelen van Reiki is dat de pijn vermindert van de klachten die je ervaart en het genezingsproces kan versnellen. Daarnaast kun je met behulp van Reiki ontspanning vinden en andere symptomen van de ziekte verminderen.

Kanker is een woord waar niet genoeg over gesproken wordt en wat niet genoeg over de lippen rolt. De gesprekken verstommen als je binnenkomt en het lijkt alsof iedereen je uit de weg gaat. Ook kan het voelen alsof iedereen dingen voor je beslist terwijl jij dit nog makkelijk zelf kan. Maar het meeste wat jij nodig hebt in tijden zoals deze, tijdens kanker, is een arm om je heen, lieve woorden, lieve mensen en vooral veel steun.

Als je door de ogen kijkt van een gezond mens, is kanker of welke ziekte dan ook een vijandelijke indringer. Iedereen haalt opgelucht adem als de uitstrijkjes die gemaakt zijn goed nieuws brengen. Maar wat nu als dat niet zo is, wat nu als je ziek wordt en een slechte diagnose krijgt. Baarmoederhalskanker, dat is wat je te horen krijgt. De meeste mensen gaan zich overmatig zorgen maken en het moment dat je je zorgen gaat maken, op dat moment wordt de ziekte jouw bondgenoot. Je wordt ziek door deze vijandelijke indringer.

Het verbintenis van het verleden en het heden

Het moment dat ik hoorde dat ik baarmoederhalskanker had, voelde als een klap in mijn gezicht. Maar ik weigerde om ziek te worden. De strijd aangaan en mijn schaduwzijde aanvechten, dat is wat ik wilde doen. Dat voelde ik in mijn hele lichaam.

Het volgende wat ik moest gaan doen, was mijn baarmoeder liefhebben. Mijn baarmoeder was ook mijn demon uit het verleden doordat ik in mijn jeugd seksueel misbruikt ben. Het vrouw zijn en mijn baarmoeder, daar heb ik bijna mijn hele leven een afkeer tegen gehad. De schaamte voor mijn vrouwelijke delen kwam naar boven. Het verleden kwam op deze manier heel dichtbij. Maar nu, in het heden, besloot ik ook dit gevecht aan te gaan en de

moeilijkste strijd van mijn leven te accepteren. Accepteren en loslaten is wat ik moest doen. Maar die schaamte en die afkeer voor mijn vrouwelijke delen was moeilijk om los te laten. Daardoor besloot ik dat ik mijn baarmoeder moest eren, want ik had immers wel vier gezonde kinderen gedragen en gebaard. Deze vier gezonde kinderen waren de liefdes van mijn leven en het mooiste wat ik ooit had ontvangen. Het moederschap was ook een van de mooiste dingen die ik ooit had meegemaakt in mijn leven. Maar deze ziekte, kanker, maakte mij angstig en bang voor de dood. Je krijgt juist meer vragen dan antwoorden, vragen zoals: Kan ik genezen? Kan ik wel zo verder leven? Zijn er wel echt behandelingen voor mij? Steeds meer vragen borrelden er in mij op en weinig antwoorden kreeg ik terug.

Diagnose en dan?

PAP 5 diagnose baarmoederhalskanker. Dat is het dan, je krijgt een diagnose en daarna hoor je niets. Je zweeft door een soort niemandsland en intussen wacht je op onderzoek. Je zweeft van onderzoek naar onderzoek en je blijft al die tijd in onzekerheid wachten. Elke dag was een nieuwe dag en iedere dag was een overwinning. Op dat moment besloot ik om iedere dag ook opnieuw te gaan leven. Iedere morgen gaf ik mezelf Reiki en maakte ik gebruik van yoga. Opgeven was geen optie.

Ondertussen kreeg ik de vreselijkste verhalen te pas en te onpas te horen. Veel mensen wensten mij sterkte, maar dat vond ik een vreselijk woord. Dapper zijn, dat is wat ik wilde horen en dat is wat ik wilde zijn. Ziek zijn was geen optie, wel de liefde voelen en de dankbaarheid voor alles wat ik had bereikt in het hier en nu. Het hier en nu is ook waar ik wilde zijn.

De energie van mensen om je heen

Zodra het bericht komt dat jij daadwerkelijk kanker hebt, kan het voelen alsof jouw wereld instort. Het kan voelen alsof iedereen je aanstaart en je bij voorbaat al doodverklaard bent. Maar dit is zeker niet het geval! De kracht van Reiki kan zoveel voor jou betekenen! Reiki biedt troost en pijnverlichting, maar het kan ook een energiegolf geven van nieuwe kracht en moed om te vechten tegen kanker.

Reiki en de onvoorwaardelijke liefde

Tijdens het mediteren met Reiki, bleef ik anderen helpen en ondersteunen. Reiki is onvoorwaardelijke liefde en laat alles in je lichaam stromen. Je komt in een levensflow, nieuwe kracht en nieuwe moed elke dag opnieuw. De oncoloog die ik kreeg was een man. In eerste instantie wilde ik geen mannelijke oncoloog, maar bij deze oncoloog voelde ik mij veilig. Tijdens alle onderzoeken en de gesprekken die wij voerden, voelde ik dat hij samen met mij het gevecht aan wilde gaan. Mijn schaduwzijde zou aangepakt worden en mijn superkracht zou goed van pas komen. Mijn oncoloog was een empathische en kundige arts, hij werd mijn bondgenoot om de vijand te verslaan.

Kanker treft niet alleen je lichaam, maar ook je hart, je gevoel en je geest. Je mentale gedeelte van je lichaam is belangrijk voor de balans in je dagelijks leven. Als het mentale gedeelte van je leven door de ziekte ook langzaam wordt afgebroken is het lastig om de liefde voor je hart en geest te ervaren. Reiki kon mijn lichaam, hart en geest helen. In dit

geval voelde ik aan alles dat ik in het winnende team zat. Samen met mijn oncoloog ging ik de strijd aan. De oncoloog werkte vanuit de wetenschap en ik werkte vanuit mijn hart en geest. Dit kon ik doen door Reiki te gebruiken. Ondanks dat we uit twee verschillende werelden kwamen, werkten wij wel aan een gezamenlijk doel. En dat doel was om mij beter te maken en mij te genezen. Een makkelijke patiënte ben ik niet altijd geweest, maar mijn oncoloog liet mij zien dat ik hem kon vertrouwen en dat ik volledig werd geaccepteerd. Door Reiki ervaarde ik de onvoorwaardelijke liefde, het gaf mij kracht om door te gaan en om te mediteren en te slapen. Alle ziekten die er bestaan zullen uiteindelijk hand in hand moeten gaan met je lichaam, hart en geest. Hiermee kon ik bewijzen, dat wat ik altijd al had geweten, dat ik mijzelf kan helen. Het gedeelte van mijn lichaam dat ik had gehaat, kon ik door Reiki te gebruiken beter maken. De onvoorwaardelijke liefde van Reiki stroomde door mij heen.

In balans zijn

Mijn yoga lerares zei zo mooi tegen mij: "Lia, jij bent toch Reiki Master?" Heb jij er weleens over nagedacht dat dit een test kan zijn? "Dat jij eerst jezelf beter moet maken om daarna een ander te kunnen helen?"

Mijn yoga lerares heeft gelijk gehad. En doordat ik het op deze manier ging zien, kon ik zien dat mijn oncoloog en ik samenwerkten op de verschillende vakgebieden die wij beiden beoefenen. Mijn oncoloog behandelde mij lichamelijk en genas mij door mijn baarmoeder weg te halen, maar Reiki genas mij door lichamelijk en geestelijk in balans te zijn. Genezen betekent dat je geheeld bent en geheeld zijn betekent dat je lichaam en geest beide weer in balans zijn. Hierop besloot ik dat ik iedere dag met een Reikibehandeling zou beginnen. Daarnaast besloot ik ook het geleerde vanuit de reis naar Japan toe te passen.

Alleen vandaag maak ik mij geen zorgen;
Alleen vandaag ben ik dankbaar;
Alleen vandaag ben ik aardig voor iedereen;
Alleen vandaag laat ik geen woede toe;
Alleen vandaag heb ik vertrouwen.

Elke dag startte ik mijn dag met deze woorden, maar zo simpel is dat niet. Het is hard werken om iedere dag vriendelijk te zijn en geen woede toe te laten. Gelukkig en blijmoedig zijn vraagt veel van jezelf. Iedere dag was een overleving en iedere dag begon dit weer opnieuw. Iedere dag jezelf blijven, verantwoordelijkheid nemen en met liefde naar jezelf kijken. Als je ziek bent wordt je eerlijk naar jezelf toe en leer je om opnieuw naar jezelf te kijken en naar je leven.

Als ik terugkeek naar mijn verleden, kon ik zien dat ik niet lief voor mezelf ben geweest, maar juist kritisch en altijd veeleisend. Op meerdere momenten in mijn leven heb ik mijzelf gehaat en weinig liefde gevoeld. Dit alles moest ik in balans zien te krijgen. Liefde, zachtheid, geluk en kritisch zijn voor jezelf, dat is wat ik iedere dag opnieuw moest doen. Dat was een pittige klus, maar daar heb ik hard aan gewerkt. En dat harde werken doe ik nog steeds, iedere dag opnieuw gebruik ik Reiki en breng ik alles in balans.

Erasmus MC

Sinds een maand werk ik bij het Erasmus MC op de afdeling oncologie. Daar help ik uitbehandelde patiënten door een behandeling van Reiki aan te bieden. Op deze afdeling voelde ik mij verbonden met de patiënten. Het bezorgde mij geen angst, maar juist een enorme kracht en liefde om iets te kunnen doen. Het maakte mij nederig om te zien hoe krachtig de meeste mensen kunnen zijn. Deze mensen hadden hun lot aanvaard, en dat gaf mij zoveel energie, liefde en dankbaarheid, want ik mocht hen behandelen. Met liefdevolle handen behandelde ik de patiënten. Daardoor voelde ik de liefde door mijn hart en geest stromen. Kanker voelde voor mij niet meer angstig aan, maar het voelde als een groot project wat mijn werk was geworden. Een project om te leven!

Tijdens een ziekte voelen wij vooral veel zorgen en dat verzwakt ook onze weerstand. Zorgen maken over de kleinste dingen, het verliezen van ons geduld of de miscommunicatie die je ervaart, zijn de dingen die je geestelijk verzwakken. De rust en de kalmte van ons hart en onze geest wordt verstoord, en op die manier krijgt de ziekte meer terrein om zich te manifesteren.

Mijn reis naar Japan

Samen met mijn oncoloog had ik besloten dat mijn reis naar Japan door kon gaan. Samen met Reiki Masters uit Amerika mocht ik een tour door Japan maken. In Japan hebben wij een van de oudste Japanse Masters ontmoet. Hij was gespecialiseerd in de originele Japanse Reiki. In Japan voelde ik mij als herboren en zeer welkom. Daar leerde ik de Japanse Reiki te oefenen. Ook mochten wij vele tempels bewonderen en de schitterende natuur van Japan ervaren. Een van deze schitterende natuurwonderen is de beroemde bloesem. Maar waar het vooral om draaide tijdens deze reis, was rust vinden in hart en geest. Deze reis was de mooiste reis die ik ooit had gemaakt. Dankbaarheid, rust en respect is hetgeen wat ik door Japan heen voelde stromen. Een vredige wereld is waar ik in terecht kwam, en op dat moment voelde ik mezelf van binnen helen. Mijn liefde voor het leven groeide en de dankbaarheid om jezelf zorgeloos en welkom te voelen groeide ook.

Dankbaar voor alle Reiki behandelingen en dankbaar voor dit kostbare leven. Daar in Japan was mijn ziekte niet meer een vloek maar een kans om mezelf opnieuw te ontdekken en te accepteren. Licht en schaduw, zwart en wit. Liefhebben was mijn opdracht, en zo voelde het ook. Jezelf liefhebben in alle fases van het leven, zowel het verleden als het heden. In Japan is dankbaarheid ook een levenswijze, dankbaar voor je adem en je hartslag. Of dankbaar voor het leven en de natuur, het begint allemaal met dankbaarheid. Je zorgen voel je verdwijnen, deze voelen niet meer als blokkades maar als uitdagingen. Je moet het ervaren en voelen, dit is lastig en kost toewijding om liefdevol en dankbaar te leven. Maar in de donkerste dagen van mijn leven voelde ik mij intens gelukkig. Dit was de weg naar genezing!

De ware werking van Reiki

Iedereen heeft de plicht om vreugdevol en ijverig gebruik te maken van alle talenten die wij hebben gekregen. Vriendelijk en liefdevol voor elkaar zijn en ook accepteren dat iedereen anders is. De ware werking van Reiki is lastig te omschrijven. Reiki is de genezende energie. De gezonde trillingen zorgen ervoor dat er gezonde energie door je lichaam

stromen. Hierdoor komen deze trillingen in het zieke gedeelte van het weefsel en kan het zo geleidelijk aan de systemische energie van het zieke weefsel herstellen en genezen. De kracht van de ziekte wordt hierdoor verdreven, wel is het belangrijk dat je blijft samenwerken met de reguliere geneeskunde. In Japan is dat is meer dan 150 jaar een normale manier van genezen, in Amerika gebruiken ze dit al meer dan 20 jaar. In Nederland kan hier nog meer aan gewerkt worden, maar het begint langzaam te komen en is Reiki meer en meer verbonden met de reguliere zorg.

Gezondheid is wanneer gezonde patronen van activiteiten en georganiseerde regels een orde hebben. Als er dus iets ongewoons gebeurt met onze gezonde vibraties worden wij ziek. Dan is het dus belangrijk om de ziekte te herstellen. Dit kunnen wij bereiken door een gezonde vibratie, een gezonde energie, aan dit zieke deel te geven. Alle cellen die zwak zijn, worden hierdoor versterkt en hersteld. Zo heeft iedereen van nature een immuunsysteem wat ons beschermt tegen vijandelijke indringers die ons ziek maken. Maar wanneer je extreem ziek wordt en jezelf niet meer kan herstellen, dan heb je ook de reguliere zorg nodig om je te wapenen tegen de vernietiging van je lichaam. Reiki kan daarin een bondgenoot zijn van de reguliere zorg, en zorgt er ook voor dat je hart en geest in balans blijven zodat je kunt overleven en genezen.

Reiki Lia

Bij mij heeft deze manier van werken en genezen geholpen. In samenwerking met de reguliere zorg en Reiki is de vijand uit mijn lijf verdreven. Samen met mijn oncoloog hebben we een behandelplan gevolgd dat geschikt was om mij te genezen en om mijn schaduwzijde van mij te verwijderen. Mijn hart en geest heelde ik met mijn superkracht Reiki en zo kon ik herstellen van een zware buikoperatie. Mijn proces heeft in totaal bijna drie maanden geduurd. Het is gelukt om mijn oncoloog te vertrouwen en dankbaar te zijn voor hoe hij mij heeft behandeld.

Ook het vertrouwen in mijn lichaam, hart en geest hebben mij geholpen om mijzelf te helen. Reiki heeft mij zo fijn geholpen en ik heb echt die onvoorwaardelijke liefde ervaren, en daarom wil ik met mijn verhaal ook graag anderen helpen. Net zoals ik in het Erasmus MC patiënten help om de pijn te verlichten. Op deze manier kan Reiki een steun zijn in een moeilijke tijd en het lijden verzachten en de pijn verlichten. Dit wil ik ook andere kankerpatiënten laten ervaren, want opgeven is geen optie, maar overwinnen wel. Reiki: de onvoorwaardelijke liefde die je nooit zal verlaten.