

Natuurgeneeskundig therapeut Jan de Vreede

## “Kristallen en edelstenen kunnen energ



Jan de Vreede: “Door de instraling van de energie van de steen wordt de zelfgenezende werking van ons lichaam gestimuleerd”  
foto: Frans Hilhorst

### > NOORTJE KRIKHAAR

“Heel veel wegen leiden naar Rome, de een gaat linksom en de ander rechtsom.” Jan de Vreede, natuurgeneeskundig therapeut in Weesp, vindt het alleen maar goed, dat mensen zeer kritisch naar zijn werk kijken. “Ik ben ervan overtuigd dat ook andere therapieën energiebanen kunnen schoonmaken, rust geven, energie geven en pijn verminderen. Ik gebruik kristallen, edelstenen en halfedelstenen om dit doel te bereiken. Andere therapeuten werken weer anders. Zo kan iedereen de therapie kiezen die bij hem of haar het meest aanslaat.”

Jan, vroeger werktuigbouwkundige bij dé Nederlandse vliegtuigfabriek, gooi-

de een aantal jaren geleden het roer volledig om. Hij is nu natuurgeneeskundig therapeut, geregistreerd BATC basistherapeut (BATC is de Beroepsvereniging Therapeuten en Belangenassociatie Consumenten) en hij helpt onder andere mensen die chronisch moe zijn en/of veel pijn hebben. “Vaak wordt deze pijn veroorzaakt door het verkrampen van de spieren in het pijngebied. Door de spanning uit de spieren te halen vermindert de verzuring en zal de pijn afnemen.”

### Energie losweken

Jan begint altijd met een gedegen intakegesprek. “Daaruit voel ik vaak al welke stenen ik nodig heb.” Anders dan vele andere ‘kristaltherapeuten’ legt Jan de kristallen niet op het lichaam, maar

Een natuurgeneeskundig consult wordt soms vergoed door de zorgverzekeraar. Uw zorgverzekeraar kan u vertellen of dat in uw geval, bij uw therapeut, ook zo is.

# Energiebanen in het lichaam schoonmaken”

straalt hij de energie van het kristal op de juiste plek in. Zo heeft hij zijn eigen behandelmethode ontwikkeld. Hij geeft een voorbeeld. “Wie koude handen of voeten heeft, heeft vaak te maken met energieblokkades in ellebogen of knieën. Als je die blokkades daar weg kunt halen, worden de handen en voeten weer gevoed. Mensen zeggen dan vaak: ‘ik heb mijn gevoel weer terug.’” Jan gebruikt in zo’n geval rozenkwarts om de ‘vuile’ energie, ofwel de energieblokkades, los te weken. Met amethyst trekt hij die uit het lichaam. Nieuwe energie wordt toegevoegd door middel van rozenkwarts en bergkristal. Met een pendel bekijkt hij, ter bevestiging, waar het lichaam energie nodig heeft en welke steen daarvoor het meest geschikt is. “Mijn intuïtie geeft me al vaak aan, waar ik zijn moet. De pendel laat meestal zien dat dit klopt.”

“Ik geef mensen tijdens de behandeling vaak een steen in de hand om energie te laten opnemen. Ik gebruik ook hier de pendel om de juiste steen daarvoor uit te zoeken. Elke steen heeft een bepaalde energiefrequentie en die moet overeenkomen met de frequentie in het lichaam. Door deze op elkaar in te laten werken, bevordert je weer de zelfgenezende werking van het lichaam. Als ik energiebanen schoonmaak, stroomt de energie beter door het lichaam. Vuile energie wordt afgevoerd, blokkades weggenomen en het lichaam zal meer energie opnemen.”

Jan begint de behandeling het liefst bij het hoofd. “In het hoofd wordt alles geregeld. Daarom mogen de energiebanen tussen de twee hersenhelften niet verstopt zijn. Vergelijk het maar met een automobilist die van wegomleiding naar wegomleiding wordt gestuurd. Daar word je niet vrolijk van. Als de energiebanen tussen de twee hersenhelften schoon zijn, gaat de com-

municatie daartussen directer. Je vindt rust in je hoofd. Nek en schouders zijn minder gespannen. Daarna kun je aan het afvoeren van de vuile energie in handen en voeten gaan werken.”

## Acupunctuur zonder naalden

Jan is wat terughoudend als hem wordt gevraagd naar mogelijke oorzaken van chronische vermoeidheid. Hij is geen arts. “Maar het zou kunnen dat de pijnklachten van mensen met ME/CVS voortkomen uit het verzuren van spieren.” Als dat zo is, kun je veel pijn verzachten door het ontspannen van die pijnlijke spieren, daarvan is hij overtuigd. “Ook dat gaat onder andere met het instralen van energie uit kristallen.” “Noem het maar een soort acupunctuur zonder naalden. Bij acupunctuur gaat het om één baan in het lichaam. Ik neem het hele gebied eromheen mee. Door de instraling van

dicijn. Als je geen hoofdpijn hebt, neem je ook geen aspirientje. Als je een steen om hebt, die je lichaam niet nodig heeft, stoot het lichaam de energie uit de steen af. Dit merk je snel omdat de steen dan niet goed meer aanvoelt. Doe de steen dan af. Als je lichaam die energie wel weer nodig heeft, zul je intuïtief die steen weer oppakken.”

## Afwijzend?

“Je moet er wel aan meewerken”, zegt Jan. “Al werkt de therapie ook wel als je er afwijzend tegenover staat. Maar het komt ook wel voor dat mensen al dan niet bewust de klachten weer oproepen, omdat, al klinkt dat raar, ze die klachten toch missen.”

Het hele lijf schoon? Dat kan niet altijd in één behandeling, geeft Jan aan. “Het hangt ook van de persoon af. Hoeveel blokkades heeft die ongewild op-

“Vergelijk het maar met een automobilist die van wegomleiding naar wegomleiding wordt gestuurd”

de energie van de steen wordt de zelfgenezende werking van ons lichaam gestimuleerd.”

Je kunt stenen ook voor healing op het lichaam dragen. Maar dan is het wel belangrijk om de juiste steen te kiezen, waarschuwt Jan. “Alle stenen zijn anders, ook stenen van één soort. Een steen werkt altijd op meerdere gebieden. Dit wordt bepaald door de samenstelling van de steen. Die chemische samenstelling verschilt per steen. Met de pendel zoek ik de juiste steen uit, met die samenstelling die het hardst nodig is. Als je stenen draagt voor healing, moet je eraan denken, dat dit hetzelfde is als het innemen van een me-

geworpen?” Gemiddeld heeft Jan vijf tot zes behandelingen nodig om lichaam en geest weer optimaal te laten functioneren. Uiteraard kan hij, net als elke therapeut, geen honderd procent herstel garanderen. Maar, zo benadrukt hij: “Het is een veilige therapie, het slaat aan of het slaat niet aan, je kunt er iemand geen schade mee toe brengen.”

[www.soundofcrystals.nl](http://www.soundofcrystals.nl)