

Opleiding

Integratieve Massage

Met hart en ziel woordeloos helen



Een woordeloos helen door liefdevol ontmoeten.

Reeds eeuwenlang en in alle culturen gebruiken mensen hun handen om troost en genezing te bieden.

In onze westerse maatschappij heeft het woord massage al te veel een vooral seksueel beladen betekenis gekregen. Een goede massage komt echter tegemoet aan één van de meest fundamentele behoeften: warm, respectvol en liefdevol aangeraakt worden.

Wie ooit heeft genoten van massage, weet dat er weinig heerlijker ervaringen bestaan, dan het ontspannen gevoel dat over je komt wanneer je twee warme handen over je huid voelt dansen.

Je drijft in een onmetelijke rust, de verkrampting in je spieren laat zachtjes los en je voelt je bloed heerlijk tintelend stromen van top tot teen.

Niet alleen jij, maar ook degene van wie je de massage ontving, voelt zich nadien vol energie, verkwikt en als herboren. Massage is een kunst die binnen ieders handbereik ligt. Het is een lichaamstaal die vaak meer zegt dan de best gekozen woorden.


De ervaring dat je geen woorden nodig hebt om alles uit te drukken wat in je leeft, is op zich al iets waar je stil van wordt.

Massage is een oergebeuren. Masseren lijkt meer op dansen, op muziek maken en op spelen, dan op werken. Het komt uit het hart en niet uit het hoofd.

Om masseren tot een kunst te verheffen, heb je naast een gedegen technische vakbekwaamheid evenzeer handen vol liefde, openheid en vertrouwen nodig.

Hoewel ikzelf niet ben opgegroeid in een milieu waar intieme aanraking en knuffelen vanzelfsprekend waren, is masseren een talent dat ik als het ware met de moedermelk heb meegekregen.

Mijn eerste kennismaking was een openbaring, alsof een eeuwenoud gevoel door mij heen ging. Het was alsof mijn handen instinctief wisten hoe ze hun weg moesten gaan om mijn massagepartner



een goed en prettig gevoel te geven. Ik wilde dit ta-lent tot volle ontplooiing brengen en studeerde daarom naast mijn universitaire opleiding in lichamelijke opvoeding ook kinesithérapie. Ik wilde met mijn handen mensen helpen.

Mijn ervaringen in het klassieke medische wereldje waren echter niet bevredigend. De handen werden letterlijk zoveel mogelijk vervangen door allerlei medische toestellen en het stukje massage dat we aangeleerd kregen was koud en afstandelijk. Daardoor leidde mijn pad onherroepelijk naar het alternatieve holistische circuit.

Na een lange speurtocht, langs vele ontspannings- en therapeutische cursussen, vormde ik me stilaan tot emotioneel lichaamswerker.

Vooral de opleiding tot Posturaal Integratietherapeut en Advanced Trainer in Reichiaanse therapie hebben me op deze weg gezet.

Naast deze intense, letterlijk en figuurlijk diepe therapeutische aanpak is de zachte, ontspannende manier van masseren mij altijd dierbaar gebleven.

Deze twee aspecten van mijn dagelijkse werk met mensen zijn als yin en yang in elkaar gevlochten. De zachte pool mondde vanaf 1990 uit in mijn Integratieve Massage-opleidingen in België en Nederland.

Ondertussen vinden reeds honderden door mij gevormde leerlingen een bevredigend stuk werk of een boeiende ontspanning in het mensen laten genie-

ten van een heerlijke, deugddoende massage.

Graag zou ik ook jou, met al mijn ervaring en liefde, willen begeleiden tot een masserend kunstenaar.



Geert van Coillie
Grondlegger van de Integratieve Massage.

Wat is **Integratieve Massage**?

Aanraken, aangeraakt en **geraakt** worden.

Aangeraakt worden is een basisbehoefte van de mens. Het is in onze cultuur echter niet de gewoonste zaak van de wereld en wordt in werk en zorgsituaties zelfs vaak als ongewenst gezien.

In onze gestresseerde en afstandelijke wereld komt er steeds meer behoefte aan "gediplomeerde aanrakers" die zorgvuldig, integer, vol mededogen vanuit een open hart en een diepe bezieling masseren. Dit is dan ook een belangrijke kwaliteit van Integratieve Massage.

Integratieve massage laat drie volledig verschillende massagevormen samsmelten tot één vloeiend geheel.

- Eerst wordt men in een **dynamische massage** op zachte en ritmische wijze gewiegd, gerold, gerekt en losgeschud. Dit werkt op een erg diep niveau openend en ontspannend.
- Daarna ontvangt men met warme olie een **intuïtieve massage**. Rustige strijkingen, afgewisseld met diepere knedingen en fricties dragen bij aan een tedere weldaad voor lichaam en geest.
- Tenslotte wordt met een **polariteitsmassage** afgerond. Door de handen zachtjes op verschillende plaatsen neer te leggen kan de levensenergie in het lichaam vrijer gaan stromen.

Integratieve Massage combineert hierdoor drie wezenlijke handelingen die een warme verzorgende moeder sponstaan doet wanneer haar kind zich heeft bezeerd: het zachte wrijven op de pijnlijke plek, het rustige wiegen om het totaal tot rust te brengen en het liefdevol troostend neerleggen van de handen.

Integratieve Massage streeft, in een reeks massages, naar een zo optimaal mogelijke combinatie van de drie gebruikte massagevormen zodat er een volledig "op het lijf geschreven" massage ontstaat. Daarnaast is iedere massage die men ontvangt ook totaal uniek. De integratieve masseur is immers opgeleid om de integratie van de diverse massage-technieken zo goed mogelijk aan te passen aan de noden van elk moment.

Integratieve Massage is een holistische benadering. Ze beoogt een integratie van lichaam, geest en ziel.



Naast de heilzame, ontspannende werking op het **lichaam** is er een even grote aandacht voor het **gevoel**, de emotionele beleving, en wordt men meegenomen naar een gebied van innerlijke stilte waar de **diepste kern** van iemands wezen ervaren kan worden.

Het is een bezielde, vanuit het hart komende vorm van aanraken, aangeraakt en "geraakt" worden, een woordeloos helen door een liefdevol ontmoeten.

Integratieve Massage heeft als voornaamste doel mensen lichamelijk en geestelijk te ontspannen, overtollige stress te verwijderen en energieblokkades te vermindere(n). Hierdoor kan de vitale lichaamsenergie opnieuw vrijer stromen en komt het dwangmatige denken tot rust. Er ontstaat meer harmonie tussen lichaam, geest en ziel, wat een sterk algemeen helende werking met zich meebrengt.

Integratieve Massage is ook een uitgelezen weg om mensen bewuster te maken van hun lichaam als bron van genot en welbehagen waardoor deze tegemoet

komt aan de fundamentele menselijke behoefte om warm en liefdevol aangeraakt en gekoesterd te worden. Het is een oase waarin men van kop tot teen, met hart en ziel verwend wordt.

Doordat **Integratieve Massage** de bloedsomloop bevordert en het gespannen spier- en zenuwstelsel ontspant, kunnen ook allerlei fysieke kwaaltjes zoals hoofdpijn, te lage bloeddruk, slechte nachtrust, pijnlijke spieren en gewrichten, verlicht worden.

Alhoewel **Integratieve Massage** geen psychotherapeutische methode is, kan het toch letterlijk en figuurlijk een steuntje in de rug geven wanneer mensen het emotioneel moeilijk hebben, overspannen ge-raken. Het kan ook het vrijkomen van geblokkeerde gevoelens vergemakkelij-

Integratieve Massage

- Ontspant lichaam en geest.
- Laat energie beter stromen.
- Geeft een intenser lichaamsgevoel.
- Helpt bij lichamelijke en psychosomatische klachten.
- Stimuleert het zelfgenezende vermogen van het lichaam.
- Zorgt voor hernieuwde vitaliteit.
- Geeft een gevoel van welbehagen.
- Raakt de diepste kern van iemands wezen.
- Is jezelf laten verwennen.
- Is een oase van rust scheppen.
- Is diepe meditatie.
- Is communicatie zonder woorden.
- Is een oeroude vorm van helen.
- Is warm en liefdevol aangeraakt worden.
- Is een cadeautje aan jezelf.

Massage is iets
wat je kan beginnen te leren
maar dat nooit eindigt.

Het gaat door en door
en de ervaring wordt
alsmaar dieper en dieper,
hoger en hoger.

Massage is een van de meest
subtiële kunsten. Het is niet alleen
een zaak van ervaring; het is meer
een kwestie van liefde...

Osho

De opleiding

In deze opleiding leer je vooreerst vakkundig masseren. Niet anders dan bij het leren bespelen van een of ander muziekinstrument, zijn geduld, inzet en veel oefenen ook hier van wezenlijk belang.

Als eenmaal de techniek volledig onder de knie is, kun je die totaal in dienst stellen van een virtuoze en doordringende massagesymfonie. Dan kom je tot de essentie van **Integratieve Massage**.

Namelijk een bezielde combinatie van de dynamische-, de intuïeve- en de polariteitsmassage in een holistische en respectvolle sfeer, afgestemd op de noden en wensen van de cliënt.

Daar je in deze opleiding zelf veel massages ontvangt, ga je aan den lijve ondervinden dat door deze integratie de heilzame effecten van de diverse benaderingen afzonderlijk nog worden versterkt.

Vanuit jarenlange ervaring met deze opleiding weten we dat in de loop van dit jaar erg veel met je kan gebeuren zowel lichamenlijk, emotioneel als sociaal.

Er is dan ook voldoende ruimte voorzien om je daarin te begeleiden. Het leren omgaan met eigen emotionele processen rond aanraken en aangeraakt worden is een wezenlijk deel van deze opleiding.

Van daaruit wordt het ook mogelijk om bij je cliënten op een liefdevolle en open wijze aanwezig te zijn.



Inhoud

Deze jaaropleiding bestaat uit **25 cursusdagen, 2 oefendagen en drie individuele supervisies**. Daarnaast moet je voldoende tijd voorzien om buiten de opleidingsdagen te werken met oefenmodellen en met een huiswerkgroep van medestudenten. We onderscheiden in het opleidingstraject een aantal opeenvolgende fases.

Intuïtieve Fase

In deze eerste fase focussen we op ons **voelende** lichaam. We leren op een bezieldere wijze omgaan met onze handen als energetische kanalen om aan te raken en aangeraakt te worden en openen ons hele wezen om te geven en te ontvangen. Het intuïtieve, bezieldere 'contact' staat centraal.

Blok 1: De basis van de intuïtieve massage. (3 dagen)

- We leren de eeuwenoude techniek van de Zweedse massage, zoals ze holistisch benaderd is in het Californisch groeicentrum Esalen door George Downing.

- De anatomie van de aan de oppervlakte liggende spieren.
- De passieve sofronisatie. Dit is een vorm van relaxatie ontwikkeld door de Spaanse geneesheer Caycedo in zijn fenomenologische benaderingsvisie 'Sofrologie'

Blok 2: De aanvullende intuïtieve massagetechnieken. (3 dagen)

- We integreren nieuwe technieken in de basismassage van het vorige blok.
- We oefenen in het geven van een complete intuïtieve massage.

Dynamische Fase

In deze tweede fase focussen we op ons **bewegende** lichaam. We worden op een nog dieper niveau letterlijk en figuurlijk 'bewogen' en versmelten in een gezamenlijk ritme wat een diepe energetische doorstroming veroorzaakt.

Blok 3 : De dynamische massage in de rugligging. (3 dagen)

- We leren dynamisch masseren op de voorzijde van het lichaam.
- De anatomie van de dieperliggende spieren.

Blok 4 : De dynamische massage in de buik- en zijligging. (3 dagen)

- Het aanleren van de dynamisch massagetechnieken op de achterzijde en in de zijligging.
- We oefenen in het geven van een complete dynamische lichaamsmassage.

De Dynamische Massage is Geert Van Coillie's persoonlijke integratie van de door Milton Trager in Hawaï ontwikkelde Tragering en de Holistic Pulsing techniek van Tovi Browning.

Energiefase

In deze fase focussen we op ons **energetische** lichaam. Bij massage komen we niet alleen in contact met ons fysieke lichaam, maar beroeren we ook voortdurend ons subtiel energetisch lichaam. Daarom is het belangrijk dat we een zekere elementaire kennis verwerven van de energiestromen, de mogelijke blokkades ervan en hoe we die kunnen beïnvloeden.

Blok 5 : Chakra-bio en de polariteits- massage. (3 dagen)

- Het openen van de chakra's en energiestromen door bio-energetisch lichaamswerk.

- De polariteitsprincipes, waarbij we gebruik maken van de positieve en negatieve polen in ons lichaam en dat van de cliënten, om energie beter te laten stromen.



Zo word je een masserend kunstenaar.

Body-Mindfase

In deze fase leren we fysieke en energetische blokkades opsporen en exploreren we de relatie tussen ons lichaam en onze emoties.

We onderzoeken ons **vanzelfsprekende** lichaam.

Blok 6 : Body-reading. (5 dagen)

- Een diepgaande exploratie van de spier-spanningen, de lichaamshouding, het ademhalingspatroon, de energiedoorstroming, het lichaamsbewustzijn en de actieve en expressieve bewegelijkheid van ons lichaam.

- Het gebruik van de dieptemassage om spierspanning op te sporen.
- We onderzoeken onze "Verhoudingsstructuren". Wat drukt onze lichaamshouding uit over hoe we ons verhouden naar onszelf en de omwereld. Dit is gebaseerd op de karakteranalyse van Alexander Lowen.



Integratiefase

In deze fase gaan we de drie aangeleerde vormen van massage leren integreren.

Blok 7 : De Integratieve Massage. (5 dagen)

- Het aanleren van het "basisschema" van de Integratieve Massage.
- Het leren aanpassen van de combinatie van de dynamische, intuïtieve en polariteitsmassage aan de noden van je cliënt om zo tot een " op het lijf geschreven" massage te komen.
- Het voeren van een intake- en een nagesprek.

- Het opzetten van een eigen praktijk.
- Het inoefenen van de Integratieve Massage in voorbereiding van het afstudeertraject.

De oefendagen

Tijdens deze dagen oefenen we de dynamische massagetechniek in door korte massagesessies van een kwartier te geven aan deelnemers van Open Dagen en op het Eigentijds Festival.

De supervisies

Wil men het diploma behalen dan is er na het aanleren van de intuïtieve en de dynamische massage telkens een individuele oefensessie bij één van de supervisors.

In deze supervisiesessies worden de laatste puntjes op de i gezet en krijg je individuele handvaten mee.

Na het afstudeertraject is er een eindsupervisie waarin je een Integratieve Massage geeft aan één van je afstudeermodellen terwijl Geert erbij is.

De afstudeerfase

- Na het integratieblok zoek je drie oefenmodellen waaraan je vier Integratieve Massages geeft die telkens meer en meer op hun lijf geschreven worden. Daarvan maak je verslag en de laatste sessie aan één van deze modellen doe je als eindsupervisie in de aanwezigheid van Geert.

Naar een integratie van lichaam, geest en ziel.

Huiswerk

- Minstens een dagdeel per week met een eigen model oefenen.
- Tussen de blokken door minstens een dag in een oefengroepje met medestudenten massages uitwisselen.
- Tijd voorzien om literatuur door te nemen en de anatomie in te studeren.



Diploma

Om het diploma van de Integratieve Massage te bekomen moet je aan volgende voorwaarden voldoen:

- Alle blokken gevolgd hebben.
- Een body-mind verslag van jezelf maken.
- De supervisiesessies gedaan hebben.
- Een persoonlijke evaluatie schrijven over dit massagejaar.
- Aan 3 cliënten vier sessies gegeven hebben, waarvan verslag wordt gemaakt.

Na het behalen van je diploma kan je lid worden van het Netwerk IM.

Netwerk IM

Afgestudeerde Integratieve Masseurs hebben zich verenigd in een netwerk. Dit heeft tot doel de onderlinge contacten te stimuleren zodat ervaringen kunnen uitgewisseld worden.

Ook gezamenlijk publiciteit maken, bijscholing en het bewaken van beroepsbelangen zijn aandachtspunten.

www.i-massage.nl

www.i-massage.be



Voor wie?

Deze opleiding richt zich tot ieder die zich ertoe aangetrokken voelt om met zijn handen op een holistische wijze, vanuit een hartscontact, medemensen te laten genieten van een ontspannende massage.

We richten ons op mensen die een nieuw beroepsperspectief willen ontwikkelen, of gewoon een eigen interesseveld op bewakame wijze met anderen willen delen. We richten ons ook op mensen die reeds in de hulpverlening werkzaam zijn en die massage daarin een plaats willen geven. We denken tevens aan hen die al met massage werken, maar dit vanuit een nieuw perspectief willen verdiepen of uitbreiden.

Toelating

Er is geen bepaalde vooropleiding vereist. Alleen de bereidheid om te genieten van het geven en ontvangen van massage is een voorwaarde.

Daarnaast is een voldoende dosis discipline, concentratie en geduld vereist om te leren en te oefenen.

Maar bovenal is een liefdevolle toewijding voor de kunst van het masseren en het omgaan met mensen nodig.

Begeleiding

De opleiding staat onder leiding van Geert Van Coillie, grondlegger van deze benadering.

Bepaalde onderdelen van de opleiding kunnen gegeven worden door medewerkers die door Geert zijn opgeleid.



Met hart en ziel woordeloos helen.

Vervolgopleiding

Wanneer je na deze opleiding dusdanig gegrepen bent door lichaamsgericht werken dat je mensen dieper ervaringsgericht wilt leren begeleiden, bieden we als vervolg op deze massageopleiding een **Inpulsing** opleidingstraject aan.

Voor meer informatie verwijzen we naar de website **www.inpulsing.be**

Waarom voor deze opleiding kiezen?

- Omdat ze reeds sinds 1990 bestaat en dus haar deugdelijkheid heeft aangetoond.
- Omdat ze ontwikkeld en gestuurd wordt door Geert Van Coillie die mee aan de wieg stond van het lichaamsgericht werk in België en Nederland. Hij wist 35 jaar ervaring hierin en een universitaire vorming te koppelen aan een jarenlange vorming in de alternatieve gezondheidszorg.
- Omdat je reeds na één jaar opleiding over een gedegen basis beschikt om mensen via massage te helen.
- Omdat je je niet wilt beperken tot één massagevorm maar ervaring wilt opdoen in drie wezenlijk verschillende massagebenaderingen.
- Omdat je wilt leren hoe mensen meegenomen kunnen worden in een reeks van massages waardoor ze zich intenser kunnen verdiepen in het helend proces van aangeraakt worden en de massages meer en meer "op hun lijf geschreven" kunnen worden.
- Omdat je naast het leren masseren ook belangstelling hebt voor een diepere exploratie van het holistische samengaan van lichaam, geest en ziel.



- Omdat je op zoek bent naar een massageopleiding die meer biedt dan louter een technische bagage maar waar aanraken, aangeraakt en hierdoor geraakt worden een belangrijke plaats inneemt.
- Omdat je zelf wilt onderzoeken wat aanraken en aangeraakt worden met je doet en je persoonlijke ontwikkeling hierin wilt verruimen.
- Omdat je iets zinvol met je handen wilt doen als tegengewicht voor het overheersende "kop"werk.
- Omdat je op zoek bent naar een nieuwe passie in je leven waardoor je met hart en ziel een respectvol contact met mensen wenst aan te gaan.
- Omdat je gelooft dat er meer bestaat tussen hemel en aarde dan wat we met onze klassieke zintuigen kunnen waarnemen en daardoor belangstelling hebt voor fijnstoffelijke energieën en de spirituele dimensie in de mens.
- Omdat je na je opleiding kan toetreden tot een netwerk van een paar honderd Integratieve Masseurs waardoor je een verbondenheid kan ervaren met gelijkgestemde collega's, samen naar buiten kan treden, van bijscholing kunt genieten en de kwaliteit kan bewaken.
- Omdat je na dit basisjaar masseren verder kan ontwikkelen in het lichaamsgericht werken met mensen via de vervolgopleidingen van Pulsing en/of Dieptemassage.

www.i-massage.nl
www.i-massage.be



Voor alle verdere inlichtingen en inschrijving:

www.destroming.com

Contactpersonen

Voor België :

Geert Van Coillie

(0032)-(0)497-63.14.34

info@destroming.com

Voor Nederland : **John Keet**

(0031)-(0)522-24.21.37

info@i-massage.nl

