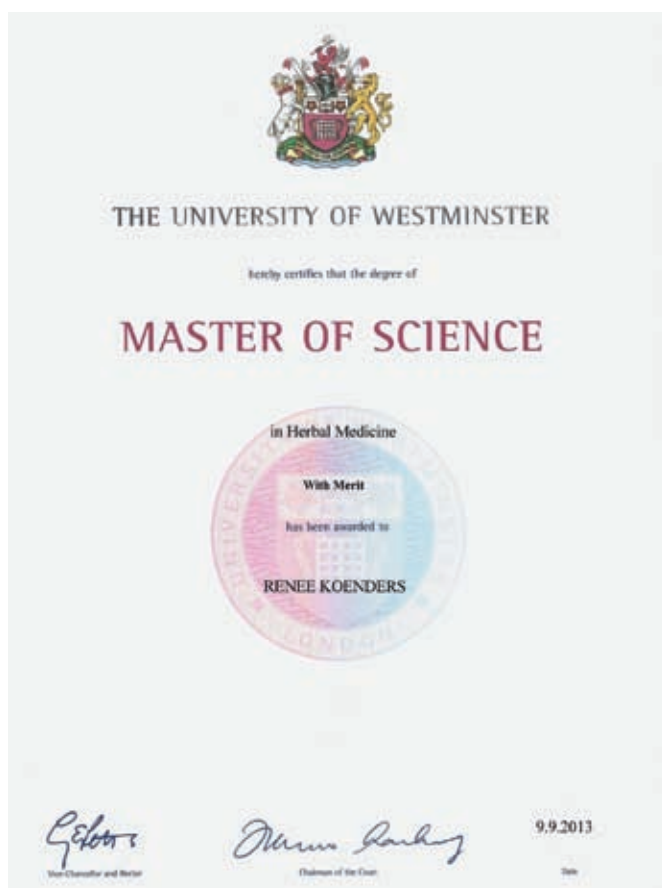


Nederlands eerste 'Master of Science in Herbal Medicine'

Renée Koenders

Ze behoort tot de eerste lichting van studenten kruidengeneeskunde die vorig jaar september afstudeerden aan de University of Westminster. Sindsdien is ze de eerste Nederlandse natuurgeneeskundige die de titel 'Master of Science in Herbal Medicine' draagt:

Renée Koenders (51). Nog voordat ze naar deze universiteit ging, ontwikkelde ze een systeem dat diep inzicht geeft in de relatie tussen de patiënt en wat hem wezenlijk ziek maakt. Een 'tool' die alle onderdelen van therapie - van anamnese tot en met de evaluatie bij vervolgsconsulten - met elkaar verbindt. Renée is docent aan de Hogeschool voor Natuurgeneeskunde en Homeopathie (HvNA) in Arnhem en heeft haar praktijk in het Brabantse Roosendaal.



De mastertitel die ze heeft behaald, is een Europese titel en daarom erkend in Nederland. Renée: 'De University of Westminster wilde een wetenschappelijke opleiding aanbieden binnen de natuurgeneeskunde. Het doel was om daarmee een aparte status voor natuurgeneeskundigen te verwerven, gelijkwaardig aan die van een arts. Helaas is de wet die dat mogelijk moet maken tot op heden nog niet aangenomen. Gelukkig beveelt de Amerikaanse senaat natuurgeneeskunde wel aan. Omdat Nederland in Amerika vaak een voorbeeld ziet, is er nog hoop.'

'... een wetenschappelijke opleiding aanbieden binnen de natuurgeneeskunde.'

Waarom heb je voor een specialisatie in kruiden gekozen?
 'Omdat ik had ontdekt dat kruiden op alle niveaus net zo goed werkten als acupunctuur en homeopathie. Ik was nieuwsgierig hoe ik ze dan het beste kon inzetten, maar daarvoor moest ik me er wel helemaal in verdiepen. Het begon toen ik vroeger de dagopleiding deed op de Academie voor Natuurgeneeskunde in Hilversum. Op een bepaald moment moest ik daar kiezen tussen kruidengeneeskunde, acupunctuur of homeopathie, maar ik wilde het allemaal. Ik heb nou eenmaal een onderzoekende aard en was nieuwsgierig welke van de drie >

disciplines het beste werkt. Specialiseren kon altijd nog. Ik kwam erachter dat patiënten uitstekend zelf konden kiezen welke behandeling goed voor ze was. Iemand die geen naalden wilde, gaf de voorkeur aan homeopathie en een ander vond kruidendruppels juist prettiger. Maar het werkte allemaal. Met mijn ex-klasgenoten onderzocht ik de energetiek van westerse kruiden en hoe we die konden vertalen naar de Chinese ziektebeelden. Ieder koos een aantal boeken om te bestuderen en later bespraken we met elkaar: wat doet dit kruid? Op welk niveau werkt het? En kunnen we de indicaties samen zien als een Chinees beeld?’

‘... dat kruiden op alle niveaus net zo goed werkten als acupunctuur en homeopathie.’

Praktijkervaring

‘We ontdekten dat veel boeken over kruidengeneeskunde elkaar overschreven, zodat we veel informatie tegen elkaar konden wegstrepen. Maar bij wat er overbleef, was ons nog niet duidelijk hoe de schrijvers aan de informatie waren gekomen. Dat was voor ons belangrijk, omdat we onze informatie wilden baseren op praktijkervaring. Toen zijn we zelf kruiden gaan onderzoeken en maakten we een syllabus aan de hand van wat we hadden ontdekt over welk type mens en hoe deze reageerde op een bepaald kruid. Zo kwamen we ook bij de vier natuurkwaliteiten, die de kern van het onderzoek werden. Al meer dan tien jaar werk ik nu samen met Ester Tenhagen. Samen hebben we het systeem vertaald naar de huidige tijd, zodat er een didactische methode ontstond waar de natuurgeneeskunde grote behoefte aan had. En het is nog niet af, we blijven doorgaan met het onderzoek.’

Beweging

‘Overigens zijn de natuurkwaliteiten niet nieuw hoor, Hippocrates heeft die al in de oudheid verwoord. Ik ben ermee verder gegaan.’

Ze pakt een stuk papier en tekent er een bijna bladvullende X op. Linksboven, aan het uiteinde van de diagonale as schrijft ze ‘warm’. En aan het andere uiteinde, rechtsonder, ‘koud’. ‘Kijk’, legt ze uit: ‘warm is de beweging naar boven en naar buiten. Als het in het voorjaar mooi weer wordt, zie je dat mensen naar buiten gaan. Wordt het kouder...’ ze tikt op het woord rechtsonder, ‘dan is de energie naar binnen en naar beneden gericht. Dit is een holistisch beeld, dat op zowel fysiek, emotioneel, sociaal en spiritueel niveau tot uiting komt. Er is altijd een beweging van het ene naar het andere. Als je ‘s ochtends wakker wordt ga je automatisch ‘warm’ doen: je stapt je bed uit en komt in beweging. Aan het eind van de dag word je rustiger tot je in slaap valt. Gezondheid betekent dat je op en neer gaat op die as. Sommige mensen zeggen dat je in evenwicht bent als je je continu in het midden van die as bevindt. Maar alles draait juist om de beweging van de ene naar de andere kant.

Wel is het zo dat je bij je geboorte een van de twee natuurkwaliteiten hebt meegekregen. Die ‘doe’ je automatisch. Zo heb je baby’tjes die al meteen helemaal als het ware naar buiten kijken en je hebt er die nog dagen ‘binnen’ blijven. Wat je niet van

nature hebt, moet je leren ontwikkelen in de loop van je leven. Dat gaat over je groei.’

Essentie

Nu zet ze woorden op de andere as. Rechtsboven komt ‘droog’ en linksonder ‘vocht’. Ze legt uit: ‘Wat droog wordt in de natuur, krimpt. Het is de beweging naar binnen. Als iets heel droog wordt, dan blijft uiteindelijk de essentie over. Dat gebeurt ook als je analyseert en dat is wat de wetenschap doet: je concentreert je op iets en je sluit het andere uit. Het grappige is dat als dingen te droog worden, ze uit elkaar vallen. Bij vocht wordt alles juist groter. Vocht gaat altijd de verbinding aan, er is niets dat van het ene naar het andere overgaat dat zonder vocht gebeurt. Denk aan de spijsvertering of de conceptie. Vocht gaat over gevoel. Het is ook het sjamanistische deel. Sjamanen verbinden alles met alles. Je ziet nu ook vier vlakken ontstaan tussen de diagonalen: boven, tussen warm en droog het vlak vuur, links, tussen warm en vocht het vlak lucht, onder, tussen vocht en koud het vlak water en rechts, tussen koud en droog staat aarde.’

Complete beeld

‘En ik heb de beweging in dit systeem ingebracht, want die vond je nergens terug. Dit model maakt ook duidelijk dat wetenschap eigenlijk slechts de halve waarheid laat zien. Maar het sjamanisme bijvoorbeeld ook. Ze zijn beide waar maar met elkaar zie je pas het complete beeld. Stel dat je iemand tegenkomt met wie je jaren op de middelbare school hebt gezeten, dan praat je zo weer met elkaar verder. Want een deel van jou verandert niet. Tegelijkertijd ben je nu weer anders dan vijf minuten geleden. Het is dat vochtige deel van jou dat verandert en voortdurend verbindingen maakt. Wetenschappelijke onderzoeksmethoden sluiten nou net dat gedeelte uit. Zo kan dezelfde ziekte bij ieder een andere oorzaak hebben. Dat wordt in onderzoek niet meegenomen. Tervrijl je juist ook dat stuk vocht kunt aanspreken. En dat is precies wat we in de natuurgeneeskunde doen.’



Tekening van de vier natuurkwaliteiten (gemaakt door Anja Louis)

En wat was de aanleiding om naar Westminster te gaan?

'Nadat ik in 1990 afgestudeerd was op het Nederlands College van Natuurgeneeskundigen, ben ik naar Findhorn gegaan, een ecologische community in Schotland. Ik wilde daar leren met planten te communiceren, maar helaas gaven ze die lessen daar niet meer. Later hoorde ik dat Irene van Lippe Biesterfeld mensen leerde om dialogen aan te gaan met de natuur en ben ik cursussen bij haar gaan volgen.'

En heeft ze het je geleerd?

'Absoluut.' Renée staat op en pakt een boek 'Samen: de natuur als familie'. 'Dit boek is van Irene en ik heb er een stukje in geschreven: 'In gesprek met de planten'. Door haar heb ik dat hele vochtstuk ontdekt en leren benoemen. Zó leuk om te doen, echt geweldig!'

En dat was de opstap naar Westminster?

'Nee. Ik gaf me op voor de Scottish School of Herbal Medicine die toen masters in de kruidengeneeskunde opleidden. Ze deden dat aan de hand van de wetenschap volgens Goethe. Hij was dichterbij en leefde in dezelfde tijd als Newton. Maar hij was heel erg tegen diens idee dat je conclusies verbindt aan één afzonderlijk onderzoek. Hij vond dat je alles in samenhang moest zien. Het was een hele leuke opleiding die helaas na een jaar werd opgeheven. Ik was best boos, maar kon het wel begrijpen, want we waren maar met twee studenten overgebleven. Te weinig voor zo'n opleiding om nog een paar jaar mee door te gaan. Ondertussen had mijn collega Esther Tenhagen in Nederland bij de HvNA ons systeem in de opleiding geïntegreerd. De docent fytotherapie ging weg en ze maakte me opmerkzaam op de vacature die was ontstaan. Dus werd ik daar docent. Na een jaar belde echter de studiegenoot van de Scottish School met wie ik destijds was overgebleven, om me te vertellen dat Westminster een masteropleiding in de kruidengeneeskunde op het programma zette. 'Zullen we onze opleiding alsnog gaan afmaken?' vroeg ze. Het was een voltijdopleiding die ik naast mijn werk aan de HvNA en mijn praktijk hier heb gevolgd.'

'... de energetiek van westerse kruiden en hoe we die konden vertalen naar de Chinese ziektebeelden.'

Hoe heb je dat voor elkaar gekregen?

'Dat weet ik niet, ik zit er nu nog van bij te komen (lachend). Ik ging om de vier tot zes weken de donderdag, vrijdag en zaterdag naar Engeland. Wetenschappelijk gezien was de opleiding echt super! Maar het bizarre was dat we na een jaar weer met z'n tweeën overbleven. Gelukkig kregen we een vrijstelling voor wetenschappelijk onderzoek omdat we de Scottish School hadden gedaan, dus hoefden we alleen de scriptie te maken.'

Waar ging die over?

'Waar we onze kennis over kruiden vandaan halen. Daarvoor heb ik alle docenten die in de afgelopen tien jaar aan een NWP-erkende kruidenopleiding hebben lesgegeven, geïnterviewd. En het heeft me geholpen om het systeem van de vier natuur-



Foto: Ria Teunuw

kwaliteiten nog flexibeler, inzichtelijker en praktischer te maken.'

Wat vind jij het leukste aan al het werk dat je doet?

'Helemaal uitzoeken wat er aan de hand is bij mensen en waarmee ik ze het beste kan helpen. Ik vind het geen goede zaak dat sommige artsen het probleem bij de patiënt neerleggen als deze niet reageert op een behandeling. Ik zou juist extra tijd maken. Want dan kom je erachter als mensen iets anders doen dan wat ze zeggen. En zo kom je ook bij hun blokkades. Ik had een keer een patiënt met wie ik maar niet verder kwam. Toen voeding ter sprake kwam, bleek dat hij vooral gebakken voedsel at en gek was op vanille en kaneel. Dat zijn verwarmende voedingsmiddelen. Ik vroeg of hij gebrek had aan energie. Nee, dat had hij niet. 'Ben je dan zo koud?' vroeg ik. Dat was volgens hem ook niet zo. Maar toen ik hem aanraakte, bleek hij ijskoud. Ik zorgde vervolgens met mijn behandeling dat er meer warmte binnenkwam. Daardoor ging hij die kou voelen en hoe deze hem in veel aspecten van zijn leven belemmerde. Vanaf dat moment begon de genezing.'

Wat drijft jou in het leven?

'Inzichtelijk maken dat iedereen anders is, dus ook iedere klacht, iedere therapie en genezingsweg. Ik wil daar samenhang in aanbrengen. En dat is ook wat de natuurgeneeskunde kan met het systeem van de vier natuurkwaliteiten.'

Meer informatie: Renée heeft geen website. Zij is docent aan de Hogeschool voor Natuurgeneeskunde in Arnhem.