

"De therapie waar ik het meeste aan gehad heb is accupunctuur"



SCHIMMERT

Als de zomer achter de rug is, vakanties voorbij, de dagen korter en de temperatuur lager klagen veel mensen over een toenemend gevoel van onbehagen, somberheid. Blijft dit aanhouden en kom je terecht in een neerwaartse spiraal dan kunnen dit soort verschijnselen zomaar ontaarden in een winterdepressie. In het volgende verhaal spreek ik met een aantal patiënten van doctor Marcelino Lijesen die dit aan den lijven ondervonden en er ook weer, dankzij de deskundige hulp van dit fenomeen, vanaf kwamen.

Als ik eerste heb ik afgesproken met Julia Willems. Zij heeft jaren gekampt met eetproblemen die veroorzaakt werden door de wisselingen van de seizoenen. "Het begon eigenlijk allemaal nogal geleidelijk. Achteraf zeg ik weleens dat het er is ingeslopen, maar dat is niet helemaal waar. Ik merkte op een gegeven moment dat ik me somber begon te voelen als de herfst echt begonnen was. Ik merkte ook dat ik die somberheid naar de achtergrond kon dringen met chocolade en allerhande andere zoetigheden. Na een aantal winterperiodes was ik van een normaal naar een abnormaal gewicht was door-

geschoten. Ik woog over de honderd kilo en had er last van. Ook in de zomer als ik naar het strand ging. Het gevolg was dat ik niet meer op vakantie ging en ook het uitgaan stond op een laag pitje. Dat wil zeggen ik ging niet meer op stap. Ik voelde me zowel fysiek als geestelijk totaal uit balans, uitgeblust en heel erg moe. En wat nog erger was, ik had geen idee hoe ik deze misère moest oplossen. Ik sleet het grootste gedeelte van mijn dagen, binnen in huis. Ik was inmiddels niet meer in staat om te werken. Op een gegeven moment kwam ik op de site van Marcelino Lijesen en las in het gastenboek meerdere reacties van

personen, waarin ik me herkende. Ik wachtte nog een paar weken af, maar besloot toch een afspraak te maken. Dat ik toen die stap gezet heb, daar ben ik nog steeds heel blij om. Ik heb nergens meer last van. Heb mijn oude gewicht bijna weer terug. Ga binnenkort op strandvakantie en heb weer een geweldig leuke nieuwe baan. Doctor Lijesen hartelijk bedankt."

Vervolgens spreek ik Sylvia Berckmans. Zij gebruikte jaren zaken als daglichtlampen en oppepmiddelen om de 'onprettige' herfst- en winter-tijd door te komen. "Klopt. Maar het zijn allemaal lapmiddelen die ik inzette om nog een straaltje van het leven mee te pakken. Ik was door jaren somberen in een zware depressie terechtgekomen en werd gelukkig op een gegeven door mijn moeder naar doctor Lijesen gebracht. Hij heeft me geleerd dat ik mijn eigen lichaam moet stimuleren om deze periode door te komen. Een van de therapieën waar ik het meeste aan gehad heb is accupunctuur. Zo is het mogelijk om de energie correct door

het lichaam te laten stromen en dan met name waar het nodig is. Marcelino heeft me uitgelegd dat het menselijk lichaam, in de winterperiode, door allerlei factoren automatisch in de verdediging schiet. En dan niet tegen iets wezenlijks, maar tegen iets onzichtbaars dat er eigenlijk helemaal niet is. Het gevolg is dat er veel energie, verkeerd wordt verbruikt. Hierdoor raakt je lichaam in disbalans (het hormonale stelsel) en kunnen allerhande kwaaltjes en gevoelens die zo kenmerkend zijn voor een winterdepressie de kop op steken. Het is dus aan jezelf en de persoon die je behandelt om het lichaam duidelijk te maken dat er niets aan de hand is en dat het de energie weer moet gaan gebruiken waar het nodig is. Met deze wetenschap ben ik aan de slag gegaan en in combinatie met de behandelingen van Marcelino ben ik er helemaal bovenop gekomen, en wat misschien nog belangrijker is, ik heb geleerd hoe ik het in de toekomst moet voorkomen. Geweldig gewoon!

Tot slot ontmoet ik Wim

Vliex, een oudere man die van het één op het andere moment zijn vrolijkheid en levenslust zag verdwijnen. "Nooit had ik last van slaapproblemen, ik sliep altijd zeven uur aan stuk en was goed uitgerust. Op een gegeven moment, ik geloof ongeveer twee jaar geleden in november, begon ik 's nachts op vaste ogenblikken wakker te worden. Steeds op dezelfde tijd. In het begin viel ik binnen een minuut of vijf weer in slaap, dus niks aan de hand. Maar een maand later viel ik niet meer zo makkelijk in slaap, ik lag uren en soms tot ik op moest staan wakker. De gevolgen laten zich raden, ik was moe overdag, kreeg last van mijn ogen, concentratieproblemen en durfde mijn auto niet meer te besturen; werd bang op de weg. Dit alles ontaarde in een gevoel van onbehagen. Mijn gezin begon het inmiddels ook te merken, ik was norser geworden en had geen zin meer in gezamenlijke activiteiten. In de weekenden als ik vrij had bleef ik liever thuis op de bank zitten om wat uit te rusten. Gelukkig greep mijn dochter op een gegeven moment in. Ze vond dat ik

hulp nodig had. Ik weigerde dit omdat het in mijn ogen niet zo erg was allemaal en het vanzelf wel over zou waaien. Tot het moment dat ze de vrees uitsprak dat ze bang was dat ik mezelf iets zou aandoen. Daar schrok ik wel van. Ik vroeg me af of ze daar gelijk in had en kwam tot de conclusie dat ik niet meer van mezelf wist hoe ik me precies voelde. Ik vroeg haar of ze een idee had waar ik die hulp kon vinden. Ze liet me een artikel lezen over Marcelino Lijesen en ik was direct gegrepen door het verhaal van een meisje dat iets soortgelijks had meegemaakt. Ik maakte een afspraak en de behandelingen van mijn winterdepressie werden in gang gezet. En het ging goed en snel. Ik ben weer helemaal de oude en heb geen enkel probleem met het 'overleven' van de winter."

Wie meer wil weten over de behandelmogelijkheden of een afspraak wil maken kan zich wenden tot de praktijk voor alternatieve geneeswijzen, Bekerbaan 39 in Schimmert, (045)4042714. Of zie het gastenboek op www.lijesen.nl