

**“Listening skills” voor acupuncturisten:
een interview met Robert-Jan Schippers over de technieken van Engaging Vitality**

Woei-Lien Chong

Samen met Robert-Jan Schippers organiseer ik sinds twee jaar cursussen aan de Internationale School voor Wijsbegeerte, en ik beschouw hem als mijn belangrijkste leraar op het gebied van *qigong* en *taijiquan*. Hij is een van de weinige specialisten in Nederland die zich al jaren zowel in de interne en externe krijgskunsten als in de Chinese geneeskunde specialiseert, en ik ben altijd gefascineerd door de verbanden die hij tussen deze twee gebieden weet te leggen.

Robert-Jan is gediplomeerd acupuncturist en *qigong*-therapeut, en aangesloten bij beroepsvereniging Zhong. Samen met Ingrid Snoek is hij eigenaar van Praktijk VIA voor integratieve geneeskunde in Voorburg, waar acupunctuur wordt gecombineerd met verschillende andere methoden uit de Chinese geneeskunde om de meest effectieve resultaten te kunnen bereiken. Robert-Jan integreert met name *tuina*-massage en *qigong* in de acupunctuurbehandeling. Hij volgt zeer frequent na- en bijscholingscursussen om zijn kennis en vaardigheden te verbeteren en te verdiepen. Met name de bijscholingsmodules van Engaging Vitality vindt hij bijzonder waardevol.

Engaging Vitality is een vervolgopleiding voor gediplomeerde acupuncturisten waarin de klassieke medische acupunctuur literatuur, de osteopathie en de Interne Alchemie (*nei dan*) met elkaar worden gecombineerd. De opleiding is opgezet door Dan Bensky en Charles Chace, beter bekend als “Chip”. Op 3 november 2018 overleed Chip Chace aan de gevolgen van alvleesklierkanker. Robert-Jan beschouwt hem als een van zijn belangrijkste leermeesters; iemand die hem na aan het hart lag, en hem verder heeft gebracht op de weg die hij als acupuncturist wil volgen. Hij denkt met dankbaarheid terug aan Chips lessen.

WL: Hoe heb je Chip Chace en Engaging Vitality leren kennen?

RJ: Engaging Vitality is een opleiding van zes modules, en Chip was in mei 2018 mijn docent voor modules 3 en 4. In september 2018 volgde ik mijn vijfde module in Barcelona, maar Chip was toen al te ziek om les te geven. Hij overleed ruim een maand later. Als grondlegger en docent was hij een toonaangevende spilfiguur in de Engaging Vitality gemeenschap, en zijn overlijden is voor ons een enorm verlies. Hij was een geweldige man, een uiterst deskundige en ervaren therapeut, en een fantastische en bevlogen docent die wist te inspireren, en altijd klaar stond om anderen te helpen om zich verder te ontwikkelen en te verbeteren. Ik ben blij dat ik hem heb leren kennen, en van hem heb mogen leren.

WL: Hoe ben je met Engaging Vitality in aanraking gekomen?

RJ: Via mijn collega Ingrid Snoek, met wie ik Praktijk VIA heb opgezet in Voorburg. Zij kent Felix de Haas die deze methode al jaren toepast, en lid is van het Europese docententeam van EV. Ze vertelde dat Felix meridianen kon voelen en dat gebruikte tijdens de behandeling. Ik was zelf ook al enige tijd van plan om in die richting verder te gaan. Omdat ik al heel lang *qigong* en *taijiquan* beoefen, kon ik al goed voelen waar iemand vast zit of geblokkeerd is. In vechtkunsten zoals *taijiquan* gebruik je deze kennis om iemand op deze plaatsen aan te vallen, en in de geneeskunde pas je deze zelfde kennis toe om de blokkades te verhelpen.

Tijdens mijn opleiding acupunctuur had ik al een bepaalde manier geleerd om meridianen te palperen, een methode waarbij je palpeert over de hele meridiaan. Als je onregelmatigheden tegenkomt kun je dat meenemen in je diagnose en aanpak. Bij Engaging Vitality wordt een methode gebruikt die “Channel Listening” heet. Die lijkt op bovengenoemde techniek, maar is wat verfijnder: je luistert naar de meridiaan vanaf een bepaalde plek daarin, bij voorkeur een locatie zonder of met weinig punten. Dat geeft informatie over eventuele blokkades in de meridiaan, de kwaliteit van de *qi*, etc. Beide manieren van voelen kunnen elkaar mooi versterken.

Inmiddels heb ik vijf van de zes opleidingsmodules Engaging Vitality gevolgd en een Yearly Follow Up, en ik neem deel aan de studie- en oefengroep Engaging Vitality in Nederland. Deze groep bestaat uit ervaren en deskundige acupuncturisten, en organiseert regelmatig oefensessies en collegiaal overleg.

WL: Je bent in Nederland afgestudeerd als acupuncturist bij de Academie Qing Bai. Wat voegt het Engaging Vitality nascholingsprogramma toe aan wat je al had geleerd?

RJ: Voor mij is EV vooral een waardevolle aanvulling. Met klassieke acupunctuur kun je ook prachtige resultaten bereiken; het enige verschil is, dat je met de diagnostische vaardigheden van EV nog gericht aan de slag kunt gaan. Zoals Chip Chase het zei: “We take the term acupuncture seriously: accurate puncture”.

Op het gebied van diagnostische vaardigheden heeft Engaging Vitality veel aan mijn arsenaal toegevoegd. In het programma leer je verschillende technieken om te voelen, de zogenaamde “listening skills”, die je diagnostische mogelijkheden enorm doen toenemen. Bijvoorbeeld: hoe is de energie van de cliënt, zijn de meridianen vrij en stroomt de energie hier goed door, of zijn er restricties/opstoppingen? Zijn er restricties in de gewrichten, hoe is de toestand van de organen? etc.

In de meer traditionele benadering van acupunctuur kom je eerst tot een diagnose op basis van symptomen, dan formuleer je een behandelprincipe, en vervolgens maak je een behandelplan met geselecteerde acupunctuurpunten. Dit zijn lastige stappen om uit te voeren. Zelfs als je komt tot een juist behandelprincipe, dan is het nog lastig om een selectie van acupunctuurpunten te maken. Engaging Vitality helpt hierbij, doordat het je leert voelen wat het juiste punt is om aan te prikken. Als je voelt dat een meridiaan geblokkeerd is, kun je meteen ook voelen waar deze blokkade precies zit, en welk punt je moet selecteren om de blokkade op te heffen.

Bovendien helpen de technieken van EV niet alleen bij de selectie van punten, maar ze bieden ook de mogelijkheid van continue feedback. Als je het juiste punt hebt geprikt, dan is dat voelbaar: de pols verbetert, de meridiaan stroomt weer goed, restricties worden opgeven, de beweging van organen en gewrichten wordt beter, etc. Als dat alles niet waarneembaar is, dan heb je waarschijnlijk het verkeerde punt gekozen, en moet je verder zoeken.

WL: Kun je voorbeelden noemen van situaties uit je eigen praktijk waarin Engaging Vitality je goede handvaten voor de behandeling heeft geleverd?

RJ: Jazeker. Ik kan me eerlijk gezegd niet eens meer voorstellen dat ik iemand zou behandelen zonder de EV-technieken; ze zijn voor mij een integraal onderdeel geworden van iedere behandeling. Enkele voorbeelden:

Een vrouw van middelbare leeftijd had, zo was uit een bloedonderzoek gebleken, te weinig zuurstof in het bloed. Ik zag al dat er een restrictie zat in het uitzetten van de

rechterlong: deze zette niet geheel uit naar beneden. Bij het voelen volgens de EV-methode merkte ik bovendien een restrictie op in het levergebied. Doordat de lever niet goed kon bewegen, kreeg de rechterlong geen ruimte om zich volledig te vullen. Als ik de traditionele benadering had gevolgd, had ik waarschijnlijk een punt op de longmeridiaan gekozen om aan te prikken, maar dankzij de EV-methode had ik de restrictie in het levergebied opgemerkt, en viel mijn keuze op een punt op de levermeridiaan. Nadat ik de naald had gezet kreeg de long weer alle ruimte, en was de restrictie in de lever opgeheven.

Bij een andere vrouw vond ik een restrictie rond de aorta. Ze had er zelf niets over gezegd tijdens het intake gesprek, maar had er wel al jaren last van. Ze was er reeds diverse malen voor behandeld, maar er was nooit een oorzaak gevonden. Via technieken van Engaging Vitality vond ik de betrokken meridiaan en het juiste punt, en na de behandeling verdween de restrictie.

Dit zijn maar twee voorbeelden, maar het gebeurt heel vaak dat ik andere punten kies dan de punten die normaliter veel gebruikt worden. EV leert je namelijk heel goed voelen welk punt het meest geschikt is. Vaak ben ik zelf verrast door wat er uit de bus komt, dan denk ik, hé wat een raar punt. Maar als ik dan onderzoek voor welke specifieke problematiek het betreffende punt kan worden ingezet, wordt de relatie met de klacht van de cliënt heel duidelijk.

WL: Engaging Vitality combineert de klassieke medische literatuur over acupunctuur, de osteopathie en de Interne Alchemie (nei dan). In welke opzichten heeft de combinatie van deze invalshoeken jou verder geholpen in je praktijk?

RJ: Naast mijn scholing in de acupunctuur wist ik ook al het één en ander over Interne Alchemie. De osteopathie bood mij gedeeltelijk een andere kijk, en een iets andere manier van waarnemen dan ik gewend was. Zo worden in Engaging Vitality blokkades in de gewrichten gediagnostiseerd aan de hand van het zogenaamde “Yang Ritme”, de beweging van het gewricht. Ik kende de term “Yang Ritme” niet, maar kon al wel waarnemen of een gewricht geblokkeerd was of niet. Het lijkt misschien vergelijkbaar, maar nu ik het een tijd heb toegepast vind ik het “Yang Ritme” toch een waardevolle aanvulling. Qua diagnostisch hulpmiddel is het verfijnder, omdat je niet alleen kan constateren *dat* een gewricht geblokkeerd is, maar ook duidelijker aan kunt geven *waar* de restrictie zich bevindt.

Wat ik heel knap vind van de grondleggers van Engaging Vitality, Dan Bensky en Chip Chace, is hoe ze technieken uit de osteopathie hebben gemodificeerd om ze zinvol toe te kunnen passen in de acupunctuur. Ook de holistische kijk op het menselijk lichaam blijft hierbij leidend. In de diagnostiek van Engaging Vitality kun je voelen op het niveau van de meridiaan, het orgaan, het punt, of het hele lichaam. Kortom, het werkt zowel op micro- als macroniveau, en gaat ervan uit dat alles met elkaar verbonden is, net als in de Chinese geneeskunde.

Dankzij de combinatie van de klassieke medische acupunctuur literatuur, de osteopathie en de Interne Alchemie kun je de schat aan informatie die je krijgt uit een EV diagnose een plaats geven in het theoretische raamwerk van de acupunctuur. Daardoor kom je uiteindelijk tot een beter behandelplan en een beter resultaat. En daar gaat het uiteindelijk om.

WL: Kun je iets meer zeggen over hoe je werk als acupuncturist en als qigong-therapeut is verbeterd dankzij Engaging Vitality technieken?

RJ: Als acupuncturist valt me op, dat er via EV minder behandelingen nodig zijn dan in de traditionele acupunctuur. In deze laatste behandel je in het algemeen één keer per week, maar met EV is er in de regel maar één behandeling nodig per twee à drie weken. Bij EV gaan we ervan uit, dat het lichaam zichzelf kan herstellen. We geven als therapeut een duwtje in de goede richting en laten het herstel dan voor een groot deel over aan het zelfgenezend vermogen van het lichaam. Dat heeft als bijkomend voordeel, dat de resultaten vaak blijvend zijn. Het lichaam wordt geholpen in de zoektocht naar balans, en kan dat vervolgens ook zelf herhalen. Naast de acupunctuurbehandeling geef ik vrijwel altijd *qigong* oefeningen mee die de cliënt zelf uit kan voeren, om zo ook zelf een actieve bijdrage te leveren aan zijn of haar herstel. Bijna altijd combineer ik deze twee disciplines in één behandeling.

In de gevallen dat ik geen acupunctuur toepas, maar *qigong* als therapievorm op zich inzet, gebruik ik dezelfde technieken om tot een diagnose en behandelplan te komen, maar de behandeling bestaat dan uit *qigong* oefeningen die ik de cliënt aanleer, en waar hij of zij vervolgens zelf mee aan de slag gaat om het herstel te ondersteunen. Die oefeningen stel ik uiteraard met zorg samen, op basis van de gestelde diagnose, en ze vormen een onderdeel van het behandelplan.

Verder gebruik ik de technieken van Engaging Vitality ook als feedback om te bepalen of de behandeling succesvol is. Het enige verschil hierbij is, dat bij een acupunctuurbehandeling de feedback direct merkbaar is, en bij *qigong* als therapievorm in de regel pas bij een volgende behandeling. De cliënt moet immers eerst een oefening aanleren en enige tijd uitvoeren voordat een resultaat waarneembaar is.

Ik heb gemerkt dat veel cliënten het heel prettig vinden dat ze zelf ook iets kunnen bijdragen aan hun herstel. In het algemeen denk ik dat we in Nederland, en ook in andere landen, een te mechanische opvatting hebben van het menselijk lichaam: “Als mijn lichaam kapot is breng ik het naar de dokter of het ziekenhuis om het te laten repareren”. Maar wij *zijn* ons lichaam. Ons lichaam maakt net als onze geest een integraal deel uit van ons bestaan, ons zijn. In mijn werk als therapeut probeer ik de integratie van lichaam en geest, en daarmee de gezondheid, te bevorderen door de cliënt aan te moedigen om lichaamsgerichte oefeningen te doen gebaseerd op *qigong* en andere interne kunsten. Het onderscheidende kenmerk van mijn aanpak is de combinatie van *qigong*, acupunctuur en EV-technieken.

WL: Kun je het programma van Engaging Vitality aanbevelen aan andere acupuncturisten?

RJ: Kernwoorden in EV zijn “luisteren” en “voelen”. Ik was daar zelf al heel lang mee bezig, vanuit *qigong* en de interne krijgskunsten, en voor mij is het min of meer iets dat vanzelf spreekt. Ik heb echter tijdens cursussen en de oefengroep van EV gemerkt dat veel deelnemers het lastig blijven vinden, ook heel ervaren therapeuten. Hoe hoger het niveau van de module, des te dieper je op dit aspect ingaat. In de meeste gevallen duurt het jaren voordat je voldoende vaardigheid hebt ontwikkeld om alle EV-technieken toe te passen als een integraal onderdeel van je behandeling. Aan de andere kant is het zo’n waardevolle aanvulling op je diagnostische arsenaal als acupuncturist, dat ik EV zeker zou aanbevelen voor wie hier belangstelling voor heeft. Ik zou dan ook aanraden om daarnaast *qigong*, *taijiquan* of een andere interne kunst te gaan beoefenen, omdat je vermogen om te “luisteren” en “voelen” daardoor sterk toeneemt. Dat is in ieder geval hoe ik het zelf ervaar.

Leiden, 7 november 2018

Dit interview is opgedragen aan de nagedachtenis van Charles “Chip” Chase (1958-2018)

Zie voor meer informatie over de benadering en opleidingen van Engaging Vitality deze website: <http://www.engagingvitality-europe.com/p/blog-page.html>.

Over Robert-Jan Schippers

Robert-Jan Schippers is een van mijn eigen *taiji*- en *qigong* leraren, en toen ik bezig was met het schrijven van mijn boek *Filosofie met de vlinderslag: de daoïstische levenskunst van Zhuangzi* (2016) kon ik altijd bij hem terecht voor waardevolle informatie over *qigong*-meditatie. Hij is een van de bekendste beoefenaren van de interne en externe krijgskunsten in Leiden, met meer dan dertig jaar ervaring als docent.

Hij stond aan de wieg van de vereniging Sung in Leiden, een centrum waar vele specialisten in de interne krijgskunsten actief zijn, en is daar nog steeds senior leraar in *taijiquan* en *qigong*. Ook geeft hij al vele jaren geaccrediteerde bij- en nascholingscursussen aan therapeuten op het gebied van *qigong*, aan de Taijiquan Academie die hij in Leiden heeft opgericht. In samenwerking met de Universiteit Leiden voert hij sinds november 2014 een onderzoeksprogramma uit naar het effect van *taijiquan* op de vitaliteit van ouderen.

Hij is gecertificeerd acupuncturist en *qigong* therapeut, en samen met Ingrid Snoek eigenaar van Praktijk VIA in Voorburg, een praktijk voor integratieve geneeskunde.



Foto: Robert-Jan Schippers plaatst een naald bij Rayèn Antón, onder begeleiding van Bart Wintjes, beide docenten Engaging Vitality, om de techniek “listening through the needle” te oefenen. (Barcelona, Engaging Vitality Yearly Follow Up, 1 oktober 2018)