

Alla Svirinskaya

# AURA

## ENERGIE

**BESCHERM EN VERSTERK JE  
ENERGETISCHE IDENTITEIT**



AnkhHermes

# Inhoud

Proloog, een blik in het verleden – verborgen risico's voor onze gezondheid	9
Hoe ik mijn waarheid leerde leven	17
Inleiding	25
Deel I. Energie: de zichtbare dimensie voorbij	37
1 Ontsluit het mysterie van wie jij bent	39
2 Jouw energetische identiteit	59
Deel II. Energie-uitwisseling tussen mensen: hoe het werkt en verrassingen	65
3 Gelijkgestemden	67
4 Energetische vervuiling in je omgeving	89
Deel III. Drie energetische ziekteverwekkers	101
5 Aurabacteriën	103
6 Auravirussen	109
7 Auraschimmels	121
Deel IV. Een ziekte van de eenentwintigste eeuw	141
8 De digitale laag van de aura	143
9 Digitaal leven of digitale slavernij	153

Deel V. Het immuunsysteem van de aura	169
10 Jouw verdedigingsmechanismen	171
11 Strategieën voor een effectieve bescherming	181
12 Veiligheidsmaatregelen	193
13 Bescherming tegen energiezuigers	215
Deel VI. Veilig leven in de praktijk	223
14 Energetische profylaxe	225
15 Probiotica voor de aura	243
Deel VII. Vernieuw je energie met Alla	249
16 De energetisch helende krachtmeditatie: <i>verbind je met je aura-energie</i>	251
Noten	263
Over de auteur	269



## PROLOOG

# Een blik in het verleden – verborgen risico's voor onze gezondheid

**Z**ou je als je last van diarree hebt water uit het riool drinken? Zou je een vriendin kussen die met griep in bed ligt? Zou je onbeschermd vrijen met iemand die een soa heeft? Als je zulke dingen doet, neem je idiote risico's en loop je groot gevaar. Onze voorouders stonden hier echter helemaal niet bij stil.

In het begin van het tijdperk van de verlichting – de tweede helft van de achttiende eeuw – werd lichamelijke reinheid beschouwd als heidens, want in de Bijbel staat: 'Hij die in Christus gewassen is, hoeft nooit meer gewassen te worden'.<sup>1</sup> Sommige religieuze leiders interpreteerden de Heilige Schrift letterlijk. Ze verkondigden dat in bad gaan de verbinding met het goddelijke wegwaste, en ze zagen baden daarom als onchristelijk.

Geen wonder dus dat de meeste mensen zich nooit wasten en als gevolg daarvan last kregen van huidaandoeningen. Daar bestonden wel geneesmiddelen voor, maar daarmee herstelden de mensen niet definitief van hun kwalen, omdat ze zich eenvoudig niet bewust waren van het verband tussen het gebrek aan hygiëne en huidinfecties. Samen met allerlei andere risicovolle praktijken zorgde dit ervoor dat mensen in die tijd – of beter: gedurende een groot deel van onze geschiedenis eigenlijk – gevangenzaten in een vicieuze cirkel: ze liepen infectieziekten op, ze gebruikten geneesmiddelen, ze saboteerden de aanpak, en ze kregen opnieuw last van de aandoening.

## Gijzelaars van het onzichtbare

Vandaag de dag verbazen wij ons over een dergelijke onwetendheid. Wij menen dat we veel hygiënischer en daardoor veiliger leven. We gaan iedere dag onder de douche, we wassen onze handen na toiletgebruik, we weten hoe we onszelf tegen soa's moeten beschermen, patiënten met besmettelijke ziekten worden in quarantaine gehouden, en persoonlijke hygiëne staat bij ons hoog in het vaandel. We zijn ons tegenwoordig vaak zo bewust van onze hygiëne dat we zelfs antibacteriële sprays en doekjes bij ons hebben, zodat we elke bacterie die we tegenkomen onschadelijk kunnen maken nog voor die ons schade kan toebrengen.

Stel je eens voor hoe onze voorouders zouden reageren als ze ons zo bezig konden zien. Ze zouden waarschijnlijk stomverbaasd staan te kijken, of ons zelfs uitlachen. Nog niet zo lang geleden was namelijk niemand zich bewust van het bestaan van bacteriën. Dit doet me denken aan een citaat: 'Wie dansend wordt gezien, wordt door wie de muziek niet kan horen als waanzinnig beschouwd'.

Misschien denk je dat de leefomgeving van onze voorouders, waarin bacteriën en virussen vrij hun gang konden gaan, in niets lijkt op de smetteloos schone wereld waarin wij westerlingen tegenwoordig leven. Anders dan wij stonden onze voorouders tenslotte bloot aan allerlei gevaren, iedere dag opnieuw en op talloze manieren, met verschillende ziekten als gevolg. Zij beschikten nauwelijks over kennis van basale hygiëne, terwijl wij precies weten hoe we onszelf moeten beschermen.

Wat ik je nu ga vertellen kan verrassend voor je zijn. Het is waar dat wij veel schoner zijn op onszelf en veel meer weten over het belang van hygiëne. Tegelijk zijn we ons er vaak totaal niet van bewust dat wij onze persoonlijke hygiëne inmiddels naar een nieuw niveau zouden moeten tillen. Daarmee bedoel ik niet de bescherming tegen biologische ziekteverwekkers zoals virussen, bacteriën en schimmels. Ik heb het over hoe wij omgaan met de ziekteverwekkers in de onzichtbare wereld van de energie om ons heen.

Veel mensen zijn zich niet bewust van het bestaan van 'energetische

ziekteverwekkers' en hebben geen benul van de manieren waarop deze ons belagen. En net zoals bij onze voorouders zorgen de onwetendheid over het bestaan van deze ziekteverwekkers en het feit dat wij onszelf er niet tegen beschermen ervoor dat wij besmet kunnen worden en dat onze gezondheid gevaar loopt.

Ik heb in de afgelopen twintig jaar duizenden mensen geheeld. Daarbij heb ik ontdekt dat blootstelling aan toxische energieën een van de manieren is waarop wij onze gezondheid ondermijnen. Verderop in dit boek zal ik uitleggen wat deze toxische energieën zijn en geef ik een beschrijving van het concept van energetische ziekteverwekkers.

### **Het microscopisch universum**

Maar eerst bekijken we wat de negatieve gevolgen voor onze voorouders van nog niet eens zo lang geleden zijn geweest van de onwetendheid ten aanzien van de onzichtbare wereld van bacteriën. Daarna zal ik uitleggen hoe onze moderne samenleving, die in zo veel opzichten heel geavanceerd is, dezelfde fout maakt in de omgang met een andere onzichtbare wereld. Misschien moeten we niet spreken van een fout, maar van een stadium in de menselijke ontwikkeling dat we, dankzij ons gevorderde inzicht in de wereld en onszelf, inmiddels best achter ons zouden kunnen laten.

Nog maar een paar eeuwen geleden hadden mensen geen enkel besef van het complete ecosysteem van microben dat om ons heen, op onze huid en in ons lichaam bestaat. Al die miljarden bacteriën, virussen en andere organismen waren voor hen onbekend; ze hadden geen weet van hun bestaan. Dit betekent dat ook niemand, artsen noch medici, enig idee had van de essentiële rol die hygiëne speelt in het tegengaan van ziekten.

Mensen gebruikten medicijnen om van hun kwalen af te komen, maar konden daardoor dus ook gemakkelijk opnieuw besmet worden. Het probleem was dat ze niet wisten hoe het kwam dat ze ziek werden, waardoor ze ook niet konden weten hoe ze dat konden voorkomen. Pas in 1665 nam de Engelse wetenschapper Robert Hooke met een microscoop de tot dan toe allerkleinste waarneembare details van de

natuur waar, en ontdekte zo de eerste cellen, waaronder eencellige schimmels. In 1675 ontdekte Antonie van Leeuwenhoek met behulp van een door hemzelf gemaakte, nog sterkere microscoop het bestaan van bacteriën.

Toch bleef ook na deze grote wetenschappelijke doorbraken het overgrote deel van de mensen onbekend met het bestaan van ziektekiemen en de schadelijke gevolgen ervan. Het resultaat was de vicieuze cirkel van ziek worden, genezen en opnieuw besmet raken, die ik hiervoor noemde. Een arts kon het beste medicijn voorschrijven dat beschikbaar was (wat vanuit ons perspectief natuurlijk nog heel weinig zegt!) om bijvoorbeeld heftige maagklachten te bestrijden, maar de problemen zouden bijna zeker terugkeren, omdat de eenmaal genezen cliënt gewoon bleef dooreten met ongewassen handen, of bedorven voedsel bleef nuttigen. Daarmee was hij terug bij af, een patroon dat zich almaar herhaalde.

### ***Hoger leven tegenover lager leven***

In de negentiende eeuw hadden mensen al veel meer inzicht in de schade die biologische ziekteverwekkers in het lichaam konden aanrichten. De kennis van wetenschappers over microben en de invloed ervan op de gezondheid nam enorm toe. Microben heetten ‘huiskwalen’ of ‘verraderlijke vijanden’ en werden geassocieerd als behorend tot het ‘lagere leven’. Mensen daarentegen behoorden tot het ‘hogere leven’, en tussen die twee werelden was sprake van strijd.<sup>2</sup>

In de negentiende eeuw kwamen veel epidemieën voor, waaronder cholera, en men was naarstig op zoek naar manieren om zich daartegen te beschermen. Het is voor ons moeilijk voor te stellen, maar zo’n honderdvijftig jaar geleden hing de medische wetenschap nog de ‘miasmatische theorie’ aan: de meeste ziekten zouden veroorzaakt worden door inademing van schadelijke geuren (‘slechte lucht’) die voortkwamen uit vergaan organisch materiaal. Tot vrij kort geleden werden ziekenhuizen om die reden nog zo gebouwd en ontworpen dat er zo veel mogelijk schone en frisse lucht binnenkwam.

Campagnes ten behoeve van de volksgezondheid, die voornamelijk

op huisvrouwen gericht waren, benadrukten het belang van ziektepreventie door reinheid, al was die in het begin meer gericht op het tegengaan van onaangename geuren dan op het uitschakelen van ziektekiemen. Huiselijke reinheid werd het speerpunt van gezond leven en was een aanwijzing voor iemands sociale status.<sup>3</sup>

Interessant is dat persoonlijke hygiëne in het victoriaanse tijdperk in Engeland opnieuw gekoppeld werd aan zedelijke normen. Terwijl het in de eeuwen daarvoor moreel verwerpelijk was om in bad te gaan, werd het nu moreel verwerpelijk om dat niet te doen! Reinheid was even belangrijk als vroomheid.

Naast de groeiende belangstelling voor juiste voeding en lichaamsbeweging werd hygiëne een teken van individuele verlichting en zelfdiscipline. Reinheid was het hoofdkenmerk van de Engelse midden- en hogere klassen. Dekens, gordijnen, luchtige kamers, zeep en een afvoer maakten deel uit van *English comfort*.<sup>4</sup>

Kort samengevat waren vanaf de negentiende eeuw tot relatief recent de belangrijkste doelen van persoonlijke hygiëne:

- \* voorkoming van ziekten;
- \* bescherming tegen biologische ziekteverwekkers;
- \* morele en ethische ontwikkeling;
- \* sociale status.

### **De geschiedenis herhaalt zich**

Tegenwoordig beschikken wij over zo veel diepgaande en bewezen kennis over microben en de manier waarop ziekten worden overgebracht, dat je zou denken dat we onszelf afdoende kunnen beschermen tegen ziekteverwekkers van buitenaf. In veel opzichten kunnen we dat ook. Onze levensverwachting is verdubbeld en veel fatale ziekten zijn inmiddels overwonnen.

Velen van ons leven lang en willen ook zo lang mogelijk gezond blijven. Ik weet zeker dat je het met mij eens bent als ik zeg dat het vooruitzicht van een lang leven zonder gezondheid en welzijn niet erg aantrekkelijk is. ‘Welzijn’ is een modewoord geworden en iedereen lijkt er de mond vol van te hebben. Tegelijk zien we echter dat chroni-



sche vermoeidheid, eenzaamheid, emotionele overbelasting en mentale uitputting epidemische vormen aannemen.

Een arts kan dan misschien zeggen dat we gezond zijn, maar velen van ons voelen zich zelden écht lekker. Overal duiken holistische gezondheidscentra op, maar nog steeds lijkt het ons niet te lukken om gezondheid en welzijn duurzaam te integreren in ons leven. Het gaat mij er dus niet om dat je je een poosje lekker voelt, maar dat gezond zijn en je goed voelen een normale en vertrouwde toestand wordt.

Niet voor niets ben ik dit boek begonnen met een korte geschiedenis van de manier waarop mensen omgaan met hygiëne. Een vergelijking tussen het gedrag en de instelling van onze voorouders met die van ons kan verhelderen hoe veranderingen in de maatschappij plaatsvinden, en ons helpen van onze fouten te leren. Ik vrees echter dat we, als het om ons welzijn gaat, bezig zijn de fouten uit ons verleden te herhalen.

Zoals ik hiervoor heb beschreven, hadden mensen nog niet eens zo lang geleden nauwelijks vat op hun gezondheid. Ze waren overgeleverd aan ziekteverwekkers waarover ze niets wisten. Hun leefomgeving dicteerde goeddeels de duur en de kwaliteit van hun leven, en bepaalde het succes waarmee ziekten konden worden vermeden. Ik denk dat je gerust kunt stellen dat het onzichtbare rijk der microben de touwtjes in handen had in de wereld.

Zoals ik al even aanstipte bestaat er nog een andere vorm van besmetting die – net als de biologische ziekteverwekkers in het lichaam en de leefomgeving van onze voorouders – onzichtbaar is en daardoor voor de meesten van ons onbekend. Ik heb het dan over de overmatige blootstelling aan toxische energieën en vibraties.

Feit is dat we nauwelijks iets afweten van onze inwendige energieën en hoe we op dat gebied goed voor onszelf moeten zorgen. Dit heeft tot gevolg dat we vatbaar zijn voor allerlei externe energieën en invloeden, die net als microben overal om ons heen aanwezig zijn, maar zelfs met de krachtigste microscoop ter wereld onmogelijk zichtbaar kunnen worden gemaakt.

Ik hoop dat een wetenschapper op een dag een instrument uitvindt waarmee iedereen energieën in al hun vormen kan waarnemen. Voor

nu ben ik, net als veel van mijn collega-energyhealers, afhankelijk van mijn handen om energieën te kunnen 'zien'. Mijn handen zijn mijn microscoop!

### **Jouw weg naar een duurzame gezondheid**

Als eigenaar van een goedlopende praktijk gebaseerd op langetermijnresultaten ben ik ervan overtuigd dat de inzichten die ik dankzij mijn cliënten heb gekregen van waarde zijn voor iedereen die dit boek heeft aangeschaft. Daarom wil ik uitleggen welke methoden ik gebruik om een duurzame gezondheid te bereiken. Ik reik je de ontbrekende puzzelstukjes aan die – ook al zijn ze onzichtbaar – je idee over wat het betekent om je echt goed te voelen completeren.

In mijn praktijk ga ik altijd naast de cliënt staan; we benaderen de problemen als team, en bekijken ze van alle kanten. Ik doe dit omdat ik ervan overtuigd ben dat werkelijke gezondheid alleen bereikt kan worden als de cliënt verantwoordelijkheid voor zichzelf neemt en begrijpt hoe zijn of haar leefomgeving in elkaar zit. Wie dat niet doet lijkt op iemand uit de duistere middeleeuwen die maagklachten heeft en gewoon doorgaat met vervuild water drinken.

Het is van groot belang dat wij ons, naast de zorg voor onze persoonlijke hygiëne, allemaal gaan bezighouden met onze energetische hygiëne. Dat zou een van de pijlers van self-care moeten zijn, of het nu is omdat we onze gezondheid willen verbeteren, of omdat we beter willen samenwerken met een arts of therapeut. Onze benadering van energetische hygiëne moet echter verdergaan dan het maskeren van de 'geur' van een gebrekkig energetisch evenwicht, zoals onze voorouders dat deden met hun persoonlijke hygiëne. Verderop in dit boek zal ik je de werkelijke oorzaken onthullen van toxische energieën, zodat je die bij de bron kunt aanpakken.

Een andere grote passie van mij is dat ik wil proberen gezondheid en welzijn bereikbaar te maken voor iedereen, als vast onderdeel van het dagelijks leven. In de media wordt gezond leven nogal eens voorgesteld als een luxe, alleen bereikbaar voor de welgestelden onder ons. Gezond leven wordt verkocht als een combinatie van een verblijf in een peper-

duur resort, gevorderde beoefening van yoga en het eten van exotische gerechten. Het gevolg daarvan is dat heel veel mensen je gezond en lekker voelen zijn gaan beschouwen als een exclusief cadeau, in plaats van als iets dat eigenlijk heel normaal is.

Ik denk dat het tijd wordt om onze vooroordelen en onwetendheid over het onzichtbare – die zo veel lijken op die van onze voorouders – achter ons te laten; dat we niet alleen onze houding tegenover de wereld van energieën veranderen, maar ook de overtuiging loslaten dat gezond leven een voorrecht is van de happy few. Welzijn is geen statussymbool, maar een noodzakelijkheid, net zoals dagelijks een douche of een bad nemen.



## Hoe ik mijn waarheid ging leven

‘**M**ama, waarom voel ik dit in mijn hand?’ ‘Waarom voel ik dingen op deze manier?’

Als jong meisje stelde ik dit soort vragen en ik voel me gezegend dat ik een moeder had die mijn vragen niet naast zich neerlegde, maar oprecht probeerde ze te beantwoorden en een en ander aan mij uitlegde.

Daar is ook wel een unieke reden voor: al minstens vijf generaties zijn de vrouwen van mijn moeders kant geboren met de gave van healing. De oudere vrouwen hielpen de jongere, dus ook mij, om deze uitzonderlijke vermogens te begrijpen en te benutten ten behoeve van andere mensen.

Aan het begin van mijn leven kreeg ik als healer echter te maken met een enorm obstakel: ik was namelijk geboren in Rusland ten tijde van het communistische regime. Zoals je waarschijnlijk weet is de communistische ideologie gebaseerd op materialisme en fel gekant tegen elke vorm van spiritualiteit en metafysica. De Sovjets geloofden dat spirituele overtuigingen de opium van het volk waren en dat alleen de marxistisch-leninistische doctrine leidde naar een gelukkige toekomst. Iedereen die het waagde een weg te volgen die niet strookte met de communistische ideologie of belangstelling toonde voor iets anders, was verdacht of werd als staatsvijand gezien. De Sovjetregering voorzag geheel en al in wat het Russische volk nodig had, maar in ruil daarvoor

moest dat volk het regime dienen en verheerlijken, en de ideologie ervan beschermen.

Om deze reden moesten mensen zoals mijn moeder, die hun helende gaven wilden delen, anderen wilden helpen en hun vermogens wilden ontwikkelen, heel omzichtig en discreet te werk gaan. Mijn moeder werkte op de oncologieafdeling van een ziekenhuis; het lukte haar om na haar werk in ons appartement in Moskou healingsessies te doen. Als ik hierop terugkijk, denk ik dat dit bijzonder moedig van haar was. Ik heb grote bewondering voor hoe zij anderen heeft proberen te helpen onder zulke risicovolle omstandigheden.

### **Mijn opleiding tot energyhealer**

Ik heb veel profijt gehad van de healingsessies van mijn moeder die bij ons thuis plaatsvonden. Van jongs af aan kon ik zien hoe zij mensen behandelde en hoe ze met hen omging. Daar heb ik veel van geleerd.

Mijn moeder legde mij uit dat het menselijk lichaam omgeven wordt door een energieveld of aura, en ze liet mij zien hoe je de vibratie of trillingsfrequentie daarvan kunt ontcijferen. Ik raakte vertrouwd met de golflengten van bepaalde ziekten, en met die van gezondheid. Ik leerde om in mijn handen de energetische identiteit van verschillende medische aandoeningen te onthouden, en wat ik kon doen met blokkades in de aura. Ik leerde ook hoe ik helende energie moest doorgeven om de aura in balans te brengen. Al deze aspecten van energyhealing komen in dit boek aan de orde.

Mijn moeder benadrukte het belang van behandelmethoden die toegesneden zijn op de behoeften van de individuele cliënt, en van begeleiding in self-care, gebaseerd op de unieke energetische identiteit van de cliënt. Nog steeds is dat het grondbeginsel van mijn werk, en het heeft mij geïnspireerd om dit boek te schrijven.

Ik heb destijds in Moskou nog meer belangrijke lessen geleerd. Onder de Sovjetregering was het voor healers, spirituele leraren en parapsychologen onmogelijk om elkaar in het openbaar te ontmoeten om helingmethoden en spirituele zaken te bespreken. Sommigen kwamen daarom samen in de veilige omgeving van onze keuken. Onder het

genot van eten of een kop thee deelden ze hun ideeën en ervaringen, en wisselden handgeschreven vertalingen uit van boeken over healing en spiritualiteit die vanuit het buitenland Moskou waren binnenge-smokkeld.

Het was voor mij een eer om deze mensen te ontmoeten en kennis te nemen van hun wijsheid. Het was heel bevorderlijk voor mijn eigen spirituele groei om omringd te zijn door mensen die, ondanks het dreigende politieke klimaat en het gevaar van vervolging, een manier hadden gevonden om hun waarheid te leven, geestverwanten te vinden en hun helende gaven in te zetten voor wie daar behoefte aan hadden. Deze bijzondere mensen hebben mij geholpen mijn vaardigheid in de omgang met een vijandige omgeving en ongunstige omstandigheden te vergroten, en mij niet van de wijs te laten brengen door de weerstand van sceptici. Zij hebben me laten zien dat niemand ons onze vrijheid van geest kan afnemen, tenzij wij dat toestaan en het laten gebeuren.

Helende gaven brengen voor degenen die zich ermee bezighouden de grote verantwoordelijkheid met zich mee om de eigen energetische kanalen zuiver te houden. Daarom is het heel belangrijk dat wij goed voor onszelf zorgen. Mijn moeder en mijn oudere zus zorgden voor hun gezondheid en welzijn door regelmatig te vasten, te mediteren en gezond te eten. Gezond leven, op alle niveaus, was bij ons thuis de norm en werd beschouwd als iets noodzakelijks, niet als een luxe.

Ik heb ook het enorme geluk gehad dat mijn vader, een wetenschapper gepromoveerd in de werktuigkunde, positief stond tegenover de mogelijkheden van heling en het bestaan van de aura. Hij ontkende ze niet, ook al waren ze strijdig met het logische verstand of met wetenschappelijke principes. Gedurende zijn hele leven is hij buitengewoon trots geweest op de gaven die mijn moeder, mijn zus en ik bezaten, en hij genoot ervan als wij hem vertelden over de succesvolle resultaten die wij met ons energiewerk behaalden.

Tot aan het eind van zijn leven was hij aanwezig bij bijna al onze seminars en lezingen, en hij was zeer geraakt door het feit dat er zo veel mensen baat hadden bij de helingsmethoden van onze familie. Hij accepteerde volkomen wat hij voor zijn ogen zag gebeuren, zonder zich

te laten verblinden door wetenschappelijke kennis, een starre denkwijze of de angst daarmee in te gaan tegen de gevestigde opvattingen.

Deze acceptatie is een enorme steun geweest voor mijn zelfvertrouwen, vooral als ik te maken kreeg met het cynisme van mensen die geen besef hadden van het spirituele. Dankzij mijn vader ben ik gaan geloven dat wetenschappers in hun pogingen ons begrip van de wereld om ons heen te vergroten, nooit hun nieuwsgierigheid en gevoel van verwondering mogen verliezen.

Mijn opleiding als energyhealer en het verkrijgen van esoterische kennis vonden dus in het geheim plaats; undercover zou je kunnen zeggen. Mijn officiële studie van de werking van het menselijk lichaam deed ik aan de universiteit van Moskou. Omdat ik geloofde dat ik mijn helende vermogens nooit in het openbaar zou kunnen gebruiken, dacht ik er goed aan te doen geneeskunde te studeren want, zo redeneerde ik, dan was ik in elk geval alvast professioneel bezig in de gezondheidszorg.

Achteraf ben ik heel dankbaar voor mijn opleiding in de reguliere geneeskunde, want dankzij die kennis kan ik mij een holistisch beeld vormen van de behoeften van mijn cliënten. Ik beschouw geen enkele geneeswijze als alternatief; ze zijn allemaal complementair, ze vullen elkaar aan. Beide scholen van geneeskunde hebben recht van bestaan en, nog belangrijker, verdienen het om verweven te worden en elkaar te verbeteren.

Ik voltooide mijn studie geneeskunde aan het eind van de jaren tachtig, toen president Gorbatsjovs politieke programma van perestrojka en glasnost in Rusland voor een revolutie zorgde. We werden liberaler en konden ontspannener leven, en mensen kregen de vrijheid om zich te uiten. De oude Russische geneestradietie kwam weer op, en op zoek naar richting wendden mensen zich opnieuw tot het spirituele, in plaats van tot communistische doctrines.

### **Werken in moeilijke omstandigheden**

Nadat in 1991 de Sovjet-Unie was ingestort, veranderde het leven voor mij en mijn moeder ingrijpend. Het was alsof er een raam was openge-

zet en wij eindelijk frisse lucht kregen. Er heerste opwinding over de nieuwe vrijheid en alle mogelijkheden die we daardoor kregen. Mijn moeder vertrok bij de kliniek waar ze werkte en zette in Moskou met enkele collega-healers een van de eerste praktijken voor energyhealing op, iets wat ten tijde van het communisme ondenkbaar was geweest.

Omdat ik mij altijd aangetrokken gevoeld heb tot een eclectische benadering van holistisch genezen, reisde ik naar Zuidoost-Azië om mij te bekwamen in acupunctuur en andere natuurlijke geneeswijzen. In het begin van de jaren negentig kwam ik in Engeland terecht, waar ik sindsdien woon. Tot mijn stomme verbazing werd mijn werk hier benaderd op een manier die niet veel verschilde van wat ik uit de Sovjet-tijd kende!

Veel mensen vonden de manier waarop ik healings uitvoerde te etherisch, te ongrijpbaar, te onverklaarbaar en te veel verschillend van de maatschappelijk geaccepteerde vormen van geneeskunde. Mensen lieten zich door hun vooroordelen leiden; ze probeerden zelfs niets anders. Ik werd niet alleen bekeken met scepsis – die nog weggenomen kon worden door de feitelijke resultaten – maar zelfs met openlijk cynisme.

Ik merkte dat sommige mensen wel geïnteresseerd waren in complementaire geneeswijzen, maar dat energyhealing te hoog gegrepen was. Dus hoewel ik in Engeland vrij was om mijn diensten als healer aan te bieden, waren de meeste mensen die ik ontmoette niet bereid zich open te stellen voor iets dat nieuw of anders was. Ik voelde op dat moment grote dankbaarheid dat ik destijds in de Sovjet-Unie healers had ontmoet die mij hadden laten zien hoe je ondanks weerstand en ridiculisering krachtig en vol zelfvertrouwen overeind kunt blijven staan.

In de eerste jaren dat ik in Engeland een eigen praktijk had, merkte ik dat ik een bepaald soort cliënten aantrok: mensen die in een schijnbaar uitzichtloze gezondheidssituatie zaten en bereid waren energyhealing te proberen als laatste redmiddel. Nog altijd word ik triest als ik eraan denk dat velen zich pas openstellen voor de onstoffelijke, spirituele kant van onze menselijke aard als ze daartoe worden aangezet door pijn of wanhoop.



Met deze ‘moeilijke’ eerste cliënten bouwde ik mijn praktijk stap voor stap op. Als het mij zou lukken ze allemaal met succes te helpen, was dat een levendige demonstratie van de mogelijkheden van energy-healing. Langzaam werd mijn praktijk dankzij mond-tot-mond-reclame een van de drukstbezochte in Londen.

In het midden van de jaren negentig zorgde de Cool Britannia-periode voor een hernieuwd enthousiasme in Engeland. Net als de periode van perestrojka en glasnost in de Sovjet-Unie was dit een enorm opwindende tijd. Na de recessie begin jaren negentig keek het land meer naar buiten en stelde zich open voor nieuwe en oorspronkelijke ideeën. Het was een heel optimistische periode waarin de creativiteit van het individu werd aangemoedigd.

Yoga, biologisch voedsel en alternatieve geneeswijzen werden ineens door het grote publiek omarmd, en mensen gedroegen zich expressiever en waren minder gereserveerd. Net als destijds in mijn vaderland ademde ik de frisse lucht van verandering en onbegrensde mogelijkheden in! In de bekende glossy’s verschenen artikelen over mijn praktijk en ik werd uitgenodigd om te werken in het Londense Life Centre, een van de eerste centra in Engeland waar yoga en healing werden onderwezen.

### **Mijn inspiratie voor dit boek**

Die onzekere eerste dagen als undercover leerling-energyhealer in de Sovjet-Unie liggen inmiddels ver achter me. De privépraktijk die ik in Londen opzette, heb ik nog steeds. Ik werk het liefst alleen, buiten de spotlights. De afgelopen twee decennia heb ik in mijn praktijk cliënten mogen ontvangen van over de hele wereld, en is deze meermalen uitgeroepen tot een van de beste tien healingpraktijken van het Verenigd Koninkrijk. Mijn successen hebben respect afgedwongen bij reguliere medici en mijn wachtlijst wordt steeds langer.

Naast de praktijk heb ik nog een andere passie: het geven van energy-balancingretraites. Voor zo’n retraite neem ik mijn cliënten voor een intensief energetisch herstel- en rebalancingprogramma mee naar een speciale krachtplek. Ik werk ook samen met de grote internationale

kuuroorden; in sommige gevallen fungeer ik daar als senior consultant en coördineer ik de integratie van medische en holistische behandelingen. Daarnaast geef ik enkele op de persoon toegespitste behandelingen, om het genezingsproces bij de kuuroordgasten op gang te brengen.

Toen ik zwanger was van mijn dochter, heb ik even afstand genomen van mijn werk met cliënten, en mijn eerste boek geschreven. Het is vertaald in zestien talen, wat mij grote deugd deed, want ik wilde dat zo veel mogelijk mensen hun voordeel konden doen met mijn beproefde energyhealingmethode voor gezinnen.

Mijn huidige manier van werken is gebaseerd op de methoden die in mijn familie worden gebruikt. Daarnaast werk ik met het vermogen dat ik heb meegekregen om de taal van trillingsfrequenties van het menselijk lichaam te begrijpen, maak ik gebruik van mijn twintigjarige ervaring met privécliënten en pas ik mijn kennis van oosterse traditionele geneeswijzen toe. Tot slot heeft mijn medische opleiding mij natuurlijk veel inzicht gegeven in de werking van het menselijk lichaam.

Mijn moeder, mijn zus en ik wisselen via Skype nog steeds informatie uit over specifieke gevallen en over de laatste ontwikkelingen op het gebied van healing. We blijven van elkaar leren. Ik vind het heerlijk dat ik dankzij mijn verschillende opleidingen voor elke cliënt de juiste healingmethode kan kiezen, en niet vastzit aan één protocol. Ik ben een groot voorstander van samenwerking tussen verschillende manieren van behandelen, van reguliere geneeskunde tot allerlei vormen van holistische therapie.

Mensen omschrijven mijn benadering van gezondheid vaak als 'no-nonsense'. Ik denk dat ik het aan mijn vader te danken heb dat ik mijn cliënten op een proactieve, pragmatische en systematische manier begeleid. Ik geloof er sterk in dat de cliënt zelf ten volle deel moet nemen aan het healingproces, wil het succesvol kunnen zijn. Mijn eigen levenslessen en het gevecht om mijn authentieke zelf te behouden hebben mij doordrongen van het belang ons bewust met onze energie te verbinden, ongeacht de omstandigheden, en onze unieke energetische identiteit te beschermen. Dit is voor mij de reden geweest om dit boek te schrijven.

Ik heb mij voor dit boek laten inspireren door de succesverhalen van de vele cliënten die ik heb ontmoet in mijn praktijk, en door mijn passie voor bewustwording: het is van vitaal belang dat we ons verbinden met en verantwoordelijkheid nemen voor onze eigen energie. Ook mijn vader is een inspiratiebron voor me geweest, want hij heeft de verantwoordelijkheid voor zijn eigen energie nooit losgelaten, ook niet toen zijn lichaam in de greep kwam van kanker. Hij stond niet toe dat het etiket van zijn diagnose, de grimmige realiteit van het ziekenhuisverblijf, de ingrijpende medische interventies en de lichamelijke pijn hem beroofden van zijn authentieke energetische vibratie.

Ben jij zover dat je je met je eigen energie wilt verbinden, er verantwoordelijkheid voor wilt nemen en energetisch het heft in handen wilt nemen? Laten we dan nu beginnen.