

Interview: Herman van Wietmarschen

Isabel Brouwer – ‘Bij Healing Grounds luisteren we naar het lichaam en het verhaal’

De druk op de eerstelijnszorg neemt toe. Wachtlijden lopen op. En ondertussen kampen steeds meer mensen met vage of chronische klachten die lastig te duiden zijn. In haar recente rapport *Iedereen bijna ziek* waarschuwt de Raad voor Volksgezondheid & Samenleving daarnaast voor ‘diagnose-expansie’, de trend waarbij we steeds sneller, vroeger en vaker op zoek gaan naar afwijkingen, ook als klachten mild zijn of ontbreken. De RVS pleit voor meer terughoudendheid en reflectie en benadrukt de noodzaak van nieuwe perspectieven op gezondheid.

Wat als niet elk signaal van het lichaam om een medische diagnose vraagt, maar om aandacht? Wat als gezondheid begint bij luisteren, niet bij labelen? ‘Healing Grounds’ bieden zo’n nieuw perspectief. Hier kunnen mensen terecht met vragen over hun gezondheid. Zonder het startpunt van ziekte maar met ruimte voor het verhaal, het lichaam en wat het probeert te zeggen. We spraken oprichter Isabel Brouwer over haar missie om Healing Grounds overal te laten ontstaan.



Herman van Wietmarschen

systeembiooloog en onderzoeker integrale gezondheid



Wat zijn Healing Grounds?

‘Bij Healing Grounds kunnen mensen terecht wanneer ze niet lekker in hun vel zitten of uit balans zijn. Het maakt niet uit of het gaat om lichamelijke, mentale, sociale of spirituele vraagstukken. In de praktijk is het vaak een combinatie. Bij Healing Grounds ondersteunen we mensen op hun reis naar gezondheid. Als er behoefte bestaat aan persoonlijke begeleiding dan gidsen we bij het kiezen uit passend aanbod. Aan elke Healing Grounds locatie is een groep van vrij toegankelijke (gezondheids)professionals verbonden die elkaars expertise begrijpen en vertrouwen. Ze werken samen om de bezoeker te ondersteunen op de healing journey. Wat hen bindt is hun bezieling, een holistische kijk op de mens en de wereld, vertrouwen in het zelfherstellend vermogen van de mens en de behoefte aan verbinding. Dit kunnen artsen zijn, complementaire therapeuten en andere professionals. Healing Grounds bevinden zich in een natuurlijke omgeving, een omgeving die op zichzelf ook al helend werkt.’

Welk probleem wil je oplossen met Healing Grounds?

‘Ik geloof dat het lichaam ons signalen geeft en dat het belangrijk is om naar die signalen te luisteren, het liefst in een vroeg stadium. Ik geloof dat het ons informatie geeft over onze lichamelijke, emotionele, mentale en sociale gezondheid. Sommige signalen zijn eenvoudig te interpreteren. Denk aan huilen bij verdriet of buikpijn voor een spannende gebeurtenis. Maar het kan ook subtiel zijn, vaag en moeilijk te verklaren. Slechts weinigen weten hoe je goed kunt luisteren naar het lichaam en de signalen goed kunt interpreteren. We leren vaak van jongs af aan het te negeren of ergens vooral van af te willen. Ik denk dat er veel gezondheidswinst te behalen valt door wel te luisteren en dat we daarmee ziekte soms kunnen voorkomen. Het bewustzijn bij mensen vergroten over het belang van luisteren naar je lichaam, ook in een vroeg stadium, is een van de dingen die ik wil bereiken.

Wanneer mensen wel iets met de signalen van hun lichaam willen, dan zijn het vaak al klachten geworden en kiest men meestal voor de huisarts. Daar gooien ze hun probleem op tafel om vervolgens te verwachten dat diegene bepaalt wat er aan de hand is en er een oplossing voor heeft. Maar de eerstelijns zorg lijkt niet toegespitst op het behandelen van allerlei vage, chronische of steeds terugkerende klachten. Een huisarts verzuchtte eens bij me: ‘Mijn wachtkamer zit vol met mensen met vage klachten en die stuur ik dan maar weer naar de praktijkondersteuner’. Ze staat daarin niet alleen, want in Nederland wordt bij tot 40% van de huisartsconsulten geen lichamelijke verklaring gevonden voor de klachten. Bij medisch specialisten zoals neurologen, reumatologen en gastro-enterologen loopt dit aandeel zelfs op tot 60%.¹⁾

Wanneer een lichamelijke oorzaak is uitgesloten maar het lichaam signalen blijft geven, dan komt er vaak een moment waarop iemand geen genoegen meer neemt met ‘leer er maar mee leven’, ‘neem een tijdje rust’, ‘kom over een paar maanden maar terug als het niet over is’. Dan gaan ze op zoek naar antwoorden en nemen zelf de regie. En dat zouden mensen veel meer en ook veel eerder mogen doen. Gelukkig hebben we in Nederland een heel breed scala aan vrij toegankelijke gezondheidsprofessionals. Zij zijn doorgaans ook toegespitst en hebben de tijd voor het ontvangen van mensen met vage, chronische, steeds terugkerende klachten. Dat is echt een rijkdom. Deze groep kan een grote rol spelen in het ondersteunen en verlichten van de druk op de eerstelijns en tweedelijns zorg. Daarvoor is samenwerking belangrijk en ik denk dat daarvoor een basis van vertrouwen noodzakelijk is.

Op dit moment worden mensen beperkt ondersteund in hun keuze voor vrij toegankelijke gezondheidsprofessionals. Er bestaan registers en beroepsverenigingen,

maar die gaan ervan uit dat iemand al weet welke aanpak goed past. Verder hebben de professionals natuurlijk een website met informatie, maar die bevatten dan vaak lijstjes met vergelijkbare klachten die behandeld kunnen worden: hoofdpijn, rugpijn, buikpijn, vermoeidheid, noem maar op. Samen met mond-tot-mond reclame en online zoeken is dat waar de meeste mensen nu nog op moeten vertrouwen. De toegangspoort en de keuze, zoals de huisarts die verschaft tot de medisch specialisten, ontbreekt in het veld van de vrij toegankelijke gezondheidsprofessionals.

In mijn visie doorloopt ieder mens een unieke *healing journey*, misschien wel het hele leven lang. En de ontvankelijkheid voor bepaalde invalshoeken, therapieën, behandelingen of begeleiding verandert ook in de loop der tijd. Kortom, wat voor de een werkt, is niet per se geschikt voor een ander en een effectieve aanpak is ook zelden eendimensionaal. Stel dat iemand start bij een leefstijlarts, omdat dat op dat moment het beste bij diegene past. Als ze samen ontdekken dat er een diepere laag schuilgaat achter de lichamelijke klacht en het herstellen daarvan, dan wil ik dat de leefstijlarts kan adviseren wie daarbij kan ondersteunen. Om zo steeds een laag dieper te kunnen gaan, op het eigen tempo en naar eigen behoefte. Bij Healing Grounds dus geen ‘kastje-naar-de-muur’, maar adequaat doorverwijzen binnen een vertrouwd multidisciplinair netwerk.

En dat brengt me bij het volgende: die vrij toegankelijke gezondheidsprofessionals delen soms één dak, maar werken meestal individueel. Door hen te verbinden met elkaar, waarbij ze elkaars expertise goed leren begrijpen, kan dat onderling adequaat doorverwijzen vorm krijgen. Daarnaast zie ik waarde in interdisciplinaire intervisie. De samenwerking lost niet alleen het probleem op van het kunnen begeleiden van een complete *healing journey*, maar zorgt er ook voor dat er minder eenzaamheid is onder de professionals. Want al zien ze de hele dag mensen en hebben ze collegiale intervisie, het is toch nog geregeld een eenzaam vak. Tot slot ontvangen de aan *Healing Grounds* verbonden gezondheidsprofessionals mensen die op dat moment goed passen bij wat ze bieden, zodat de professional zoveel mogelijk in flow kan werken met maximale impact. Dat bereiken we door een uitgebreid interview met de professional waarbij we diep ingaan op hun ervaring met impactvolle trajecten of behandelingen. Zo ontcijferen we wanneer zij in hun beste doen zijn en welke cliënten met welke vraagstukken goed passen. Maar het is altijd de cliënt die kiest, want die heeft de regie!

Kortom, ik wil met *Healing Grounds* mensen de kans geven écht gezien en gehoord te worden, dat ze kunnen luisteren naar de signalen van het lijf. Ik hoop daarmee

De Healing Grounds Methode

Fysiek waar het kan, digitaal waar nodig



Er zit me iets niet lekker, maar ik weet niet waar ik terecht kan...

Kan ik dit zelf, wil ik in een groep of geef ik de voorkeur aan individuele begeleiding?

Eerste gesprek over mijn Positieve Gezondheid, wat is mijn gezondheidswens? Wat wordt mijn eerste stap?

Clarity Session:

We nemen de tijd om de bezoeker echt te zien en horen met behulp van het Positieve Gezondheid spinnenweb. Op basis van het gezondheidsverlangen stellen we ook passend aanbod voor.

de druk op de eerste en tweedelijns zorg te verlichten. Daarnaast verbinden we de vrij toegankelijke gezondheidsprofessionals met elkaar, omdat ze door samenwerking een nog veel completer aanbod kunnen bieden. Individueel zijn ze sterk, maar samen creëren ze iets bijzonders, zeker als ze in hun flow kunnen werken.'

Welke (gezondheids)professionals passen bij Healing Grounds?

'Bij *Healing Grounds* betrokken professionals zijn vrij toegankelijk. Ze onderschrijven de holistische kijk op gezondheid en beschouwen de mens in samenhang. Samenhang van het gehele lichaam, lichaam en geest, alsmede de mens in haar sociale en fysieke omgeving. Hun behandeling of therapie beoogt het zelfherstellend vermogen van het lichaam te activeren en ondersteunen. Het gaat bijvoorbeeld om vrij gevestigde leefstijlartsen, psychotherapeuten en complementaire therapie aanbiedende professionals. De bij de start van *Healing Grounds* betrokken professionals zijn ervaren en hebben een bewezen impact in hun praktijk. Ze willen zich verbinden met andere professionals met gelijke ideeën over gezondheid.

Wat *Healing Grounds* professionals verder onderscheidt is de bezieling, een diep weten dat dit is wat hen te doen staat in hun leven en de bereidheid om zichzelf ook te blijven ontwikkelen. Tegelijkertijd hebben ze het besef dat hun therapie of aanbod niet zaligmakend is en dat een mens meer nodig kan hebben dan alleen homeopathie om maar een voorbeeld te noemen. Die behoefte om verder dan de eigen expertise te kijken en samen te werken met anderen uit andere disciplines, dat maakt een echte *Healing Grounds* professional. Uiteraard is het ook belangrijk dat men over de juiste papieren en diploma's

beschikt.'

Hoe ver ben je in de realisatie van Healing Grounds?

'We staan nog aan het begin en willen enorm veel leren. De eerste *Healing Grounds*, genaamd *Healing Grounds Zonnestraal*, is gestart op landgoed Zonnestraal in Hilversum. Deze is gericht op een brede doelgroep en sinds februari van dit jaar open. Er wordt gebruikgemaakt van de vragenlijst *Positieve Gezondheid* en het daarbij behorende gesprek om de start te markeren van de *healing journey*. Aan de hand van dat gesprek, een *Clarity Session* genoemd, wordt indien gewenst een voorselectie gemaakt van professionals die passen bij de wensen. Daaruit kiest men vervolgens zelf. Men gaat sowieso de deur uit met een zelf bedachte eerste stap die de volgende dag al gezet wordt. De betrokken professionals werken vooralsnog vanuit hun eigen praktijk, tot ze met elkaar een eigen plek kunnen betrekken. Ze zien elkaar twee keer per maand, waarvan een keer fysiek en een keer online voor intervisie.

Ook een tweede *Healing Grounds* locatie is in de maak, in Limburg. Deze *Healing Grounds Artemis* is er speciaal voor moeders met hun kinderen die door een plotselinge heftige gebeurtenis gaan, bijvoorbeeld een scheiding of overlijden.

Via via horen mensen over *Healing Grounds*, men vindt het online via www.healinggrounds.org of via de website van betrokken professionals. Ik ben dit voorjaar onder de radar vandaan gekropen en deel mijn verhaal op podia om mensen te inspireren hun gezondheid in eigen hand te nemen en gezondheidsprofessionals te vinden die zich willen aansluiten. Zo wil ik de beweging op gang brengen en veel meer bekendheid genereren voor *Healing Grounds*, ik ben dan ook erg blij met dit interview.'

Ik kies uit het gepersonaliseerde aanbod ter ondersteuning

Vervolg healing journey onder begeleiding van Healing Grounds professional

We krijgen feedback van bezoeker en professional over de match om zo continu te verbeteren.

Wanneer er een nieuwe gezondheidswens ontstaat verwijzen de professionals van Healing Grounds goed door

Samenwerking tussen professionals:
We faciliteren de verbinding tussen Healing Grounds professionals zodat ze adequaat naar elkaar kunnen doorverwijzen.

Flow voor gezondheidsprofessionals:
Het is ons doel om gezondheidsprofessionals hun grootste impact te laten maken door hen in flow te laten werken.

Worden de behandelingen vergoed door de verzekeraar?

‘Veel van de aangeboden therapieën worden vergoed vanuit een aanvullende verzekering, maar die heeft natuurlijk niet iedereen. De *Clarity Session* willen we graag toegankelijk houden voor zoveel mogelijk mensen, daarom werken we voorlopig met een model op donatie-basis. Daarmee dragen de sterkste schouders wat meer, door meer te doneren. Zo maken we de *Clarity Session* beschikbaar voor zoveel mogelijk mensen.’

Healing Grounds, Clarity Session, Healing Journey, vanwaar al die Engelse termen?

‘In mijn vorige carrière was ik onder andere directeur van een stichting gericht op het internationaal helpen groeien van software en hardware startups en scale-ups. Ook als zelfstandige heb ik dat daarna nog jaren gedaan. Ik beperk me in mijn visie voor *Healing Grounds* dan ook niet tot Nederland, ik hoop er een internationale beweging van te maken.’

Hoe ziet de toekomst van Healing Grounds er uit?

‘Het doel is om overal waar ze nodig zijn en voor wie ze nodig zijn *Healing Grounds* te laten ontstaan. Ik heb een social franchise principe voor ogen om *Healing Grounds* organisch te laten groeien. Ik nodig mensen uit die de roeping voelen een eigen *Healing Grounds* te starten, bijvoorbeeld voor een specifieke doelgroep, rondom een thema of op een mooie natuurlijke plek, om contact met me op te nemen. Ook met zelfstandig werkende en vrij toegankelijke (gezondheids)professionals bij wie dit idee resoneert, kom ik graag in contact. Ik verbind ze met elkaar op basis van hun persoonlijke missie. Zo’n groep professionals kan dan samen de eigen *Healing Grounds*

verder vormgeven, waarbij de principes zoals ik eerder noemde altijd geborgd blijven.

Zodra de bezoekersaantallen groot genoeg zijn, zullen we de methode *Healing Grounds* ook wetenschappelijk onderzoeken. Het onderzoeksvoorstel waar het Louis Bolk Instituut bij betrokken is, ligt klaar. Ik verwacht dat dit zal helpen om vertrouwen te kweken bij instellingen en mensen om met een gerust hart door te verwijzen naar *Healing Grounds*.

Daarnaast onderzoeken we de mogelijkheden van een digitaal platform ter ondersteuning en verbinding van de professionals. Nadrukkelijk niet ter vervanging van de professionals. Hoewel ik heel positieve ervaring heb met AI, ook in mijn eigen persoonlijke proces, draait het bij *Healing Grounds* nu juist om het menselijke contact en de fysieke locaties. Tech mag ondersteunend, verbindend en versterkend zijn, maar niet leidend. *Healing Grounds* heeft geen winstoogmerk en zal dit ook nooit hebben. Het zal ook nooit in handen kunnen vallen van private equity doordat het nu een stichting is en in de toekomst steward owned zal worden. Met die vorm is er geen enkel belang om te verkopen, maar kan er wel in geïnvesteerd worden, wat bijvoorbeeld nodig kan zijn voor de groei en ontwikkeling.’

Hoe is het idee voor Healing Grounds ontstaan?

‘Ik geloof dat het in de lucht hangt, dat veel mensen nadenken over hoe het anders kan, meer aandacht voor preventie en gezondheid holistisch benaderen. Ik zet ideeën graag om in actie en ben altijd al ondernemend geweest. Ook zijn er in mijn leven een aantal dingen gebeurd die mij hebben doen verwonderen over de principes en fundamenten van de huidige gezondheidszorg. Dan bedoel ik bijvoorbeeld de splitsing tussen

lichaam en geest en het ontbreken van structurele domeinoverstijgende samenwerking. Rond het overlijden van mijn vader in 2013 besloot ik dat ik me in de toekomst wilde inzetten voor vernieuwing in de zorg. Ik had toen al de eerste visioenen van wat ik later *Healing Grounds* ging noemen. Ik zette mijn handtekening onder een manifest aan mezelf waarin ik beloofde te gaan werken in een internationale keten van zorginstellingen waar de patiënt centraal staat en alle soorten zorg beschikbaar zijn. Dat het niet ‘werken in’, maar ‘werken aan’ zou worden had ik toen nog niet voorzien. In het voorjaar van 2023 heb ik me volledig gecommitteerd aan de totstandkoming van *Healing Grounds*. Ik heb er de rest van mijn leven voor uitgetrokken, zo bezien vind ik dat het allemaal nog best snel gaat.’

Tot slot, wat drijft je om dit te doen?

‘Afgezien van wat ik hiervoor al noemde ben ik er ook van overtuigd dat we, door te luisteren naar ons lichaam, ons ook weer bewust kunnen worden van de verbinding tussen lichaam en geest. En vanuit die bewuste verbinding kan ook de verbondenheid met de ander en al het leven op aarde weer bewust ervaren worden. En vanuit die ervaring zal vanzelf een zorgzamere houding ontstaan naar de aarde met al haar bewoners.

Eigenlijk ben ik vooral een verbinder, ik verbind wat er al is, met als doel de mens zich weer verbonden te laten voelen met zichzelf en al het leven op aarde. Daar wordt het een fijnere plek van en ik denk dat we daar allemaal wel aan toe zijn.

Referenties

1. Olde Hartman TC, Blankenstein AH, Molenaar AO, Bentz van den Berg D, Van der Horst HE, Arnold IA, Burgers JS, Wiersma TJ, Woutersen-Koch H. NHG-Standaard Somatisch Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klachten (SOLK). Huisarts Wet 2013;56(5):222-30.

Contactgegevens

Isabel Brouwer MSc
isabel@healinggrounds.org
06-38741221

Samenvatting

Dit artikel beschrijft Healing Grounds, dat een nieuw perspectief biedt op gezondheid en preventie. In plaats van de focus op ziekte en diagnose, ligt de nadruk op het luisteren naar het lichaam en het verhaal van de persoon. Healing Grounds wil de druk op de eerstelijnszorg verlichten door een holistische benadering te bieden en de samenwerking tussen verschillende gezondheidsprofessionals te bevorderen. Het uiteindelijke doel is om mensen te helpen zich verbonden te voelen met zichzelf en hun omgeving, wat leidt tot een zorgzamere houding naar de aarde en al haar bewoners.

Summary

This article describes Healing Grounds, which offers a new perspective on health and prevention. Instead of focusing on illness and diagnosis, the emphasis is on listening to the body and the person's story. Healing Grounds aims to relieve the pressure on primary care by offering a holistic approach and promoting collaboration between various health professionals. The ultimate goal is to help people feel connected with themselves and their environment, leading to a more caring attitude towards the earth and all its inhabitants.

Key Words

Integrative medicine, holistic health, primary care, self-healing, interconnectedness, patient-centered care

The reasonable man adapts himself to the world: the unreasonable one persists in trying to adapt the world to himself. Therefore all progress depends on the unreasonable man.

GEORGE BERNARD SHAW