

De laatste 50 jaar zijn de 'alternatieve geneeswijzen' hun plaats in de gezondheidszorg gaan opeisen. Bij vele alternatieve methoden (zoals de natuurlijke gezondheidszorg, de homeopathie, de Bachbloesemremedies, enz.) staat niet langer de ziekte centraal, maar wel de (zieke) mens. Door deze menselijke aanpak, met veel aandacht voor de levenswijze, de emotionele conflicten en zorgen van de cliënt, worden vele mensen op zoek naar hulp aangetrokken tot deze 'holistische methoden'.

Al snel ontdekte men dat de term 'alternatieve geneeswijzen' verkeerd gekozen was. Er is bij gevaarlijke acute ziekten en ongevallen geen alternatief voor de reguliere geneeskunde met zijn hoog technologische onderzoeksmethoden en heelkundige ingrepen. De alternatieve methoden bleken eerder een goede *aanvulling* te zijn, naast de medische behandeling, vooral bij chronische ziekten. Ook vervullen ze een zeer belangrijke rol op het gebied van de preventie. Tegenwoordig spreekt men dan ook niet meer van 'alternatieve methoden' maar van 'complementaire methoden'.

De reguliere en complementaire hulpverleners hebben elk hun eigen visie. Die visies lijken op het eerste gezicht in strijd met elkaar te zijn. Dat zijn ze echter niet: men kijkt gewoon naar dezelfde realiteit vanuit een andere invalshoek. Het is niet zo dat de ene methode beter of slechter is dan de andere. Of de patiënt nu beter beroep doet op een regulier of op een complementair werkend hulpverlener, of op beide, hangt gewoon af van het probleem dat zich stelt.

Bepaalde problemen moeten met reguliere methoden worden aangepakt, terwijl andere problemen beter kunnen aangepakt worden met de complementaire methoden. Wie zonder vooroordelen met een open geest luistert naar de argumenten ontdekt dat zowel de reguliere als de complementaire methoden nodig zijn in een moderne gezondheidszorg. De Levensschool levert zijn bijdrage aan het tot stand komen van een 'integrale gezondheidszorg', waar reguliere en complementaire hulpverleners samenwerken om de gezondheid van de mens te bevorderen.

Enkel wie goed geïnformeerd is kan op het juiste moment de juiste keuze maken uit het enorme aanbod van reguliere of complementaire behandelmethoden. Een goed geïnformeerde cliënt is ook in staat om bekwame hulpverleners te onderscheiden van 'kwakzalvers' (die men overigens zowel in het complementaire als in het reguliere veld aantreft). Ook hier wil De Levensschool, via educatie, een ondersteunende rol spelen.

Een belangrijke taak voor de natuurlijke gezondheidszorg ligt op het domein van de preventie. Voorkomen (van ziekte) is nog altijd beter dan genezen. Hierbij speelt de cliënt zelf de belangrijkste rol. Educatie van patiënten zou wel eens een groter effect op de volksgezondheid kunnen hebben dan educatie van artsen of andere hulpverleners. Leren welk voedsel gezond of ongezond is in een bepaalde situatie; leren zich ontspannen ondanks een druk werkschema; op een gezonde manier leren omgaan met tegenslagen of conflicten; enz... zou veel leed kunnen voorkomen.

Preventie behelst alle aspecten van het leven. Van zuiver fysieke zaken zoals gezond eten, over emotionele en mentale kwesties, tot spirituele zaken, zoals het leven vanuit een gezonde levensfilosofie en zingeving. **Gezondheid vereist dus bewust omgaan met het leven in zijn totaliteit, vandaar de naam "Levensschool".**

Er zijn in België voldoende scholen en universiteiten die kwalitatieve opleidingen aanbieden op het gebied van de reguliere geneesmethoden. Op het gebied van de complementaire gezondheidszorg worden er vele cursussen aangeboden, maar er zijn slechts enkele goed uitgebouwde scholen, die zich echter meestal beperken tot een deelaspect van de complementaire visie.

De Levensschool biedt een programma aan waarbinnen al de aspecten van het mens-zijn aan bod komen (het fysieke, emotionele, mentale en het spirituele niveau). Wij staan voor een gezondheidszorg die gebaseerd is op een gezonde, natuurlijke levenswijze, want de mens komt voort uit de natuur en is voor zijn bestaan sterk afhankelijk van die natuur. Daarnaast is er speciale aandacht voor zingeving en bewustzijnsverruiming. Het spirituele niveau is een uniek kenmerk van de menselijke soort. Een dier stelt zich geen vragen rond de zin van zijn bestaan. Thorwald Dethlefsen omschrijft dit treffend in zijn boek 'Esoterische psychologie' (pg 149): "*Zo is het heel goed denkbaar zich door een gezonde, natuurlijke levenswijze tot een gezond dier te ontwikkelen. De weg van de mens is echter een andere.....*" De weg van de mens is een weg naar bewustwording. Mensen op zoek naar diepgang en spiritualiteit zullen zich dus zeker ook thuis voelen op De Levensschool.

Het is de wens van de stichters van De Levensschool te helpen bij het zoeken naar gezondheid en geluk voor iedereen, via goede educatie van gezonden, zieken en hulpverleners, kortom van eenieder die geïnteresseerd is in de aangeboden materie.

Integrale gezondheidszorg

De Levensschool is een academie ter bevordering van een integrale gezondheidszorg.

Wat bedoelen we met dit begrip?

Integrale gezondheidszorg is een gezondheidszorg waarin artsen, complementair werkende hulpverleners én patiënten samenwerken om de gezondheid van de mens te bevorderen of in stand te houden. Binnen de integrale gezondheidszorg heeft ieder zijn specifieke taak.

Bij ziekte of klachten wordt allereerst de arts gecontacteerd. **De arts of specialist stelt de diagnose.**

- Wanneer er voldoende klinische afwijkingen gevonden worden (**klinische fase** van ziekte), dan is medische behandeling meestal noodzakelijk. De arts zal dus een medische behandeling voorstellen en opvolgen. De patiënt of arts kan overwegen om bijkomend een complementair werkend hulpverlener in te schakelen om het genezingsproces te ondersteunen via gezonde voeding, ontspanningsoefeningen of andere methoden.
- Wanneer er geen klinische afwijkingen gevonden worden, ondanks de aanwezigheid van klachten, dan is er geen doelgerichte medische behandeling mogelijk. Statistieken tonen aan dat ongeveer 70% van de hulpzoekenden zich bevinden in deze **pré-klinische fase**. De klachten in dit stadium noemt men functiestoornissen. Deze functiestoornissen kunnen best aangepakt worden door de gezondheidsconsulent of andere complementair werkende hulpverleners.
- Wanneer de klachten verdwenen zijn, is het de taak van de patiënt om zichzelf goed te verzorgen door een gezonde voeding, voldoende rust en ontspanning, voldoende lichaamsbeweging, positief leren omgaan met moeilijkheden, enz... Want ook al zijn er geen klachten aanwezig, toch is er bijna altijd een aanleg voor bepaalde klachten, die zullen optreden wanneer de patiënt verzwakt door stress, ongezonde voeding, enz... Deze fase, waarin er geen klachten voelbaar zijn, noemen we de **genetische fase**.

“Binnen de integrale gezondheidszorg heeft iedereen zijn specifieke taak”

