

MASSAGEZAKEN BELICHT:



“Ontspanning is de basis voor energie”

Fred van Beek

Yoga-, massage-, adem- en ontspanningstherapeut

Ondernemer in?

“Ik ben ondernemer in yoga-, massage-, adem- en ontspanningstherapie en geef ook lezingen en bedrijfspresentaties. Verder heb ik muziekcassettes uitgegeven (onder het label van De Telegraaf), CD's en DVD's die ook in Duitsland en Frankrijk worden verkocht, en ben ik auteur van het boek 'Even op Adem Komen'. Dit beleef ik zijn vijfde druk. Tevens was ik 25 jaar masseur van Het Nationale Ballet en één van de eerste oprichters van een reform- en natuurvoedingswinkel.”

Sinds?

“Ik ben gestart in 1951.”

Waarom dit vak?

“Ik bleek in privé situaties en thuis als jongste van een groot gezin talent te hebben met mijn handen en het welzijn van anderen te verhogen, zowel mentaal en fysiek, van iedereen die ik intuïtief masseerde.”

Wat is het unieke van uw werk?

“Ik heb me o.a. gespecialiseerd in de structurele massage. Die heeft tot doel de normale spier- en bindweefselspanning te herstellen. Resultaat is een volledig nieuwe houding: men is weer in balans. Lichamelijk en daardoor ook geestelijk. Door de diepe massage wordt het bindweefsel bereikt en losgemaakt. In feite is het een ingrijpende behandeling die sterke sensaties geeft en bij sommige mensen zelfs huilbuien. Jarenlange verkrampte spieren gaat men door deze massage weer voelen, waardoor ook emotionele energie vrijkomt. Blokkades worden opgeheven, levenskracht kan weer stromen. Door mijn 25-jarige ervaring als masseur van dansers en ballerina's – doorgaans zeer sensitieve mensen - heb ik ook een betere kijk gekregen op de structuur van het lichaam. Verder geef ik zogeheten Bekende Nederlanders privé-massage, uit oogpunt van discretie hou ik even de namen voor mezelf.”

Wat kost u energie?

“Niets. Ik ben en blijf zelfs op mijn 76e elke dag weer opnieuw in topconditie.”

Hoe ontspant u zich?

“Ik geef elke dag yoga les, en doe ook zelf elke dag yoga, met diverse adem- en meditatie technieken. Ontspanning is de basis voor energie.”

Wat is uw missie?

“Heb ik niet. Ik ben gewoon een heel goede vakman. Belangrijk is niet alleen de weg die je gaat, maar ook het spoor dat je achter laat. Zie ook mijn boek 'Even op adem komen' en mijn site www.fredvanbeek.com, en dan met name de pagina's Blijf Gezond / Doe Het Zelf. Luister ook de 11 thematische CD's en de DVD.”

Wat zijn uw toekomstplannen?

“Niet echt. Behalve dat ik nog 24 jaar les ga geven, tot mijn honderdste, daarna 25 jaar de wereld rond reizen en verder eigenlijk geen plannen. Ik leef in het NU en daarin creëer ik alles. Allicht nog een DVD voor massage (Metamorfose, reflexzone-massage) en mijn eigen unieke methoden.”

Wat trekt u het meeste aan in deze branche?

“Met mensen omgaan, soms heel intiem, iets voor ze kunnen betekenen, ze soms letterlijk en figuurlijk beter maken. Maar aan de andere kant zou ik in elke branche en in elk vak initiatieven ontplooiën en precies doen wat mij zelf goed dunkt.”

Wat trekt u het meeste in het vak?

“Het geven en ontvangen van energie.”

Wat is uw grootste ergernis in het vak?

“Er moet meer uitwisseling van collega's zijn. Zelfs ik blijf al maar lerende.”

Wat zou u verbeterd willen zien?

“Meer samenwerking tussen verschillende discipline's.”

Wat zijn uw hobby's?

“Het leven zelf.”