

# Braziliaanse brengt shiatsu naar Leeuwarden

Door Rimke de Groot

EEN ONDERNEMENDE vrouw is Miriam Santos. Nadat ze zich in haar geboorteland Brazilië had gespecialiseerd tot homeopathisch apotheker vertrok ze naar New York om zich aan het Ohashi Institute te verdiepen in de oosterse genezingsmethode shiatsu. Ze wilde mensen behandelen zonder medicijnen te gebruiken. „Pilletjes drukken de pijn, maar ze genezen niet”, vindt Santos.

Sinds 1987 werkt ze met shiatsu, een aanrakingsmethode waardoor mensen zich beter bewust worden van hun eigen lichaam. Door op bepaalde punten van het lichaam te drukken, kan Santos klachten als pijn, stress en vermoeidheid verminderen.

Zelf ontwikkelde ze yoishiatsu, een verfijning van de traditionele Japanse shiatsu. „De gewone shiatsu richt zich meer op de lichamelijke kant, maar deze shiatsu heeft ook aandacht voor de geestelijke en psychische kant”, legt Santos uit. Door niet alleen bepaalde punten in het lichaam, maar de hele energiebaan te stimuleren, voelen mensen zich lichamenlijk en geestelijk fitter.

Santos gaf les in New York en behandelde er meer dan twintig cliënten per week, tot de liefde haar van de wereldstad naar

**Ze groeide op in Brazilië en studeerde in New York, tot de liefde haar naar Friesland bracht. Miriam Santos is inmiddels tien jaar directeur, docent en consultant van haar eigen shiatsupraktijk in Leeuwarden.**



Miriam Santos (links) demonstreert haar werkwijze met studente Corrie Gerritsma. Foto Hoge Noorden

Leeuwarden bracht. Haar Friese man Age van der Zee ontmoette ze in haar jeugd tijdens een uitwisselingsprogramma in het Amerikaanse Iowa. „We werden helemaal verliefd”, vertelt Santos. Jarenlang bleven ze elkaar schrijven en bellen. In 1992 kwam Santos naar Ne-

derland, waar de liefde oplaaid. „Hij was toen al voorbereid om mij te vragen te trouwen”, weet ze nog. Zelf had ze meteen het gevoel dat ze naar Friesland zou verhuizen. Ze wilde toch al weg uit het drukke Manhattan. Het water, het groen en de ruimte hier trokken haar aan.

In 1994 zette de Braziliaanse haar eigen yoishiatsupraktijk in Leeuwarden op, waarvan ze tegelijk directeur, consultant en docent is. Haar cliënten komen uit het hele land. Iedereen die geïnteresseerd is in de oosterse cultuur kan haar cursussen volgen. De studenten van Santos

zijn onder meer huisartsen, technici, zakenlieden en huisvrouwen.

Toen Santos begon, was shiatsu in Nederland vrij onbekend. In de Randstad had ze waarschijnlijk sneller bekendheid gekregen, maar ze bleef in Friesland omdat haar man niet wilde verhuizen. Al snel wisten de mensen haar echter ook in Leeuwarden te vinden. Ze behandelt ongeveer twintig cliënten per week.

Haar cursisten zijn na een jaar een totaal ander mens. Na twee jaar kunnen ze niet geloven dat ze ooit zo gestresst waren. Ze waren geblokkeerd en leefden ongezond. Santos weet wel waardoor dat komt. „We ontspannen steeds minder. Dat is een kunst die te leren is. Mensen ontspannen ook op vakantie niet. Dat is dom. Hier leer je de kwaliteit van ontspannen.”

Het tienjarig bestaan van haar praktijk vierde Santos zaterdag met een lezing. Ze blijft ambitieus. Binnenkort gaat ze alle grote ziekenhuizen in Friesland benaderen met haar idee om net als in New York speciale vleugels in te richten voor alternatieve genezingsmethoden als shiatsu en reiki. Uit Friesland wil ze niet meer weg. „Ik geniet van Friesland, maar ik hoef geen Fries te worden. Ik blijf Braziliaans.”