

Healing er en metode lige så gammel som menneskeslægten. Til alle tider og alle steder har mennesket healet. I dag har vi så mange forskellige teknikker, som vi anvender, når vi har brug for hjælp til igen at kunne lade energierne flyde frit i krop og sind.

Det, som healingen gør, er, at den åbner, dér hvor der er lukket, så energistrømmen kan løbe uhindret. Healing kan også – hvis energien er lav – skrue op for strømmen, så harmoni kan skabes, angst og stress kan mindskes, og mod og styrke vokse.

Healing bygger grundlæggende på et holistisk menneskesyn, hvor krop og sjæl er to sider af samme sag – og på at healeren er en kanal for den energi, der skaber healingen. For selve healingen sker i dit eget energilag, som altså aktiveres ved forskellige healingsmetoder.

Mød her flere healere og flere teknikker:



Reikihealing og Inkahealing: Harmoni skabes, og sjælen hentes hjem

Esther Økær arbejder med Reikihealing og Inkahealing. Hun har en del år bag sig inden for Reiki. Reiki åbnede en helt ny verden for Esther, da hun blev indviet til først Reikihealer i 1997 – og dernæst Reikimesterlærer i 2000. At hun også skulle gå Inkatraditionens vej, viste sig for hende under en shamanistisk indre rejse i 2016. Reiki- og Inkahealing passer godt sammen og forstærker indbyrdes hinanden, siger Esther.

Generelt om Inkahealing

Inkahealing stammer fra Inkatraditionen, som den kommer fra Q'ero-indianerne i Peru. Ifølge Inkatraditionen kaldes en person for Paqo, når han/hun har gennemgået traditionens undervisning og indvielser.

Teknikkerne er benyttet gennem tusinder af år og er baseret meget på naturens egne kræfter. Inden for Inkatraditionen siges det, at vi alle sammen har vores egen boble omkring os (Poqpo).

Vi kan være mere eller mindre fyldt med tung energi, som

kan medføre ubalancer både fysisk og psykisk. Det er blandt andet gennem denne "boble", som kan åbnes og lukkes efter intention, at healingen/rensningen kan ske.

"Når jeg benytter Inkahealing i mine sessioner, arbejder jeg primært med at 'rense' for tung energi (hoocha) og tilføre ren energi fra Universet (Sami).

Jeg benytter blandt andet tre teknikker kaldet Samin Chakya, Saywa Chakya og Hoocha Mikhuy, hvor jeg bruger min egen krop som et slags 'instrument'. Jeg behøver ikke lægge hænderne

på min klient (men gør det ofte alligevel, fordi jeg laver en kombination af Reiki- og Inkahealing).

Desuden healer jeg med den specielle Munay-energi. Når jeg healer med Munay, kanaliseres ubetinget kærlighed fra mig over i min klient. Dette kan bedst forklares ved, at jeg føler en dyb kærlighed i mit hjerte som den, vi føler, når vi ser på eller tænker på en, som vi elsker dybt og ubetinget.

Når en Paqo har specialiseret sig yderligere, kan Inkahealingen også inddrage den helt specielle healingsenergi 'Willka', som kanaliseres ved, at jeg forbinder mig med hellige steder i både Peru og min fødeby i Nordjylland.

Ved en Inkahealing kan også benyttes en Misha/Mesa (et stort helligt vævet tøjklæde, som indeholder energigenstande). Denne benytter jeg både til at rense min klient for tung energi og til at foretage en sjælehentning.

Inden for Inkatraditionen siges det, at man tager boblestykker hjem. Også denne specielle sjælehentning foretager jeg i kombination med Reiki- og Inkahealing. Klienten fokuserer på sit traume, hvorefter jeg hjælper det mistede 'boblestykke' hjem til min klient igen ved hjælp af min Misha.

Hvad sker der i krop og sjæl på den, du healer?

Både Reiki- og Inkahealing har en tendens til at forløse stress, gamle emotioner og traumer. Min erfaring er, at klienten ofte føler en lettelse og en større indre ro bagefter.

Jeg fik selv min interesse for Reiki i begyndelsen af 90'erne, hvor jeg efter min skilsmisse begyndte at modtage Reikihealing. Jeg husker, at det følte, som om "noget" ramte min sjæl og gradvist transformerede mig som person fra at være indadvendt til at være mere udadvendt.

Men det er svært at sige noget generelt, da mennesker er forskellige. Alle former for healing kan føles forskelligt fra menneske til menneske.

Hvad skal en klient være opmærksom på inden, under og efter en healing?

Det er en god idé, hvis klienten møder op i afslappet tøj, der ikke strammer for meget, da man under en healing beholder alt sit tøj på og skal ligge på en briks.

Under healingen skal klienten bare slappe af og tage imod. For nogle vil der føles en varme eller en vibration. For nogle måske endda lidt fysiske symptomer, som ofte er et udtryk for, at healingen er i gang med at arbejde det pågældende sted. Nogle vil se billeder eller farver. Andre oplever ingenting. Men healingen sker alligevel.

En healing vil ofte fortsætte med at virke et stykke tid efter



Foto: J. S. Booking

healingen. Det er ikke ualmindeligt, at en klient kan mærke reaktioner og udrensning i en-tre uger efter en healing.

Reaktionerne kan være: forøget tørst, kvalme, andre fysiske symptomer, forøget drømmeaktivitet, træthed, mere energi, gråd med mere. Andre er mere "heldige" og mærker udelukkende glæde og lettelse. Så igen kan reaktionerne være lige så forskellige, som mennesker er.

Et fælles råd for alle er: Drik ekstra meget vand (plus måske kokosvand). Alt energiarbejde kræver, at du er velhydreret, så kroppen kan følge med de energiskift, der uundgåeligt sker.

Og så vil jeg ikke undlade at nævne, at ligesom ved andre alternative behandlingsformer må jeg naturligvis ikke love helbredelse. Jeg anbefaler således altid, at mine klienter også opsøger en læge, når de har symptomer.

www.reikihealer.dk