

# QTTT

## – Quantum Tidsrejse Traume Terapi\*

Som den første i Danmark (ja, faktisk i hele Norden) tilbyder Esther Økær en speciel form for traumeterapi, som kaldes for QTTT.

*Af Esther Økær*

**Q**TTT er baseret på, at der ikke er noget, som hedder tid. Dette betyder, at alting sker lige præcis NU i dette øjeblik.

Fordi alting sker lige NU, kan denne specielle teknik gøre det muligt at gå tilbage i tiden til der, hvor traumet lige er overstået. Her kan klienten – som sit nuværende selv – møde sit traumatiserede selv og derved heale det pågældende traume. QTTT går således ikke ind og roder rundt i traumet.

Teknikken foregår blandt andet ved hjælp af en slags rejse eller meditation, hvor jeg guider min klient tilbage i tiden på en enkel og (udtaler mange) smuk måde. Jeg får undervejs hjælp fra mine egne guider, som jeg "automatisk" kanalisere under processen i form af energi og beskeder og anvisninger. Under – efterhånden – mange sessioner med klienter har jeg oplevet noget, som både de og jeg kan beskrive som nærmest magisk. Selvom der er nogle grundlæggende elementer i teknikken, der altid er de samme, er der ingen sessioner, som er helt ens. De tager virkelig udgangspunkt i klientens behov.

Vi bærer alle sammen rundt på større eller mindre traumer i vores bagage. Bagage, som vi gradvist har gjort tungere og tungere, lige fra vores fødsel og (desværre for nogle mennesker) til vores død. For nogle føles bagagen så tung, at de blokeres fra at kunne føle den livsglæde og lethed, som vi alle har en medfødt "ret" til at føle. Blokeringerne kan sætte

sig både psykisk og emotionelt i form af for eksempel dårligt selvværd, angst, depression, fobier med mere – og fysisk i form af forskellige sygdomme.

Traumerne sætter sig som en slags "loops", der fortsætter med at blive aktiveret via forskellige episoder, mennesker og erfaringer, indtil vi får dem helt forløst og healet.

Heldigvis findes der er i dag mange forskellige gode redskaber til at kunne forløse og heale traumer. Redskaber, som jeg også selv havde benyttet mig grundigt af i løbet af de 30 år, hvor jeg har været i gang med bevidst at udvikle mig personligt og spirituelt. Jeg vil understrege, at jeg intet dårligt har at sige om andre terapi- og healingsredskaber. Mange af disse har hjulpet mig videre til at være den, jeg er i dag.

Alligevel fandt jeg ud af på min QTTT-uddannelse, at der stadig var rester af gamle traumer tilbage, som jeg troede var forløst for længe siden (og for tusindvis af kroner siden). Via mine træningssessioner med mine medkursister oplevede jeg selv på krop, sind og ånd, hvordan jeg fik sluppet de gamle rester helt. Siden da er jeg vågnet hver morgen med en følelse af boblende livsglæde og tro på fremtiden og på det gode. Det er, som om mine tanker er blevet endnu mere positive i alle mulige sammenhænge, og samtidig med er jeg sluppet af med nogle gamle fysiske skavanker. Jeg så det samme ske for de medkursister, som jeg selv gav QTTT-sessioner til. En af mine medkursister fik for eksempel spon-



tant healet sin tennisalbue under en session, så hun ikke har haft smerter siden.

Derfor var det med et særdeles godt udgangspunkt, at jeg startede med at udbyde QTTT-sessioner til mine klienter. De beretter om øget lethed og glæde. Flere fortæller, at de føler, at der er byrder, som er taget af deres skuldre, og hvis de tænker på traumet, har det mistet sin negative kraft. De føler en følelse af større frihed – og frihed er en følelse, som vi alle burde have.

På engelsk kaldes denne teknik for Quantum Time Travel Technique. Den er udviklet af Jen McCarty, som er spirituel lærer og traumeterapeut fra England. Hun har benyttet teknikken på over 1000 mennesker med fantastiske resultater, inden hun certificerede Esther Økær og flere andre fra USA, England, Australien, Spanien, Tyskland og Schweiz til at være QTTT Practitioner.

[www.qttt.dk](http://www.qttt.dk) Esther Økær

“ På engelsk kaldes denne teknik for Quantum Time Travel Technique. Den er udviklet af Jen McCarty, som er spirituel lærer og traumeterapeut fra England.