

Healing

Hvad er healing?

Healing er en behandlingsform, hvor fokus er at skabe balance ved at tilføre energi. Ordet healing er engelsk og betyder 'helende' eller at 'hele'. Healing bygger på den opfattelse, at der i og omkring kroppen cirkulerer en energi, ofte kaldet livsenergi. Der kan opstå blokeringer og ubalancer i livsenergien, som vil være et mål i healingen at få genskabt.

Hvad kan behandles med healing?

Healing hjælper med at genoprette den naturlige balance i kroppen og psyken for at du dermed kan genvinde din styrke og vitalitet. Healing kan hjælpe i forhold til mange forskellige problematikker herunder at lindre smerte, give energi og skabe ro for krop og psyke.

Jeg har blandt andet gode erfaringer med at behandle

- Stress
- Indre uro
- Søvnbesvær
- Depression
- Smertetilstande
- Symptomer ifht overgangsalder
- Kemo-symptomer
- Ledproblematikker

Hvordan foregår en behandling med healing?

Healing kombineres altid med en samtale først, hvor din problemstilling indkredses samt en samtale efterfølgende. Du ligger på en briks med tøj på mens behandlingen foregår. Oftest foregår healingen med musik i baggrunden, men det tilrettelægges efter individuelle ønsker.

Er der bivirkninger?

Healing er en blid og nænsom behandlingsform uden bivirkninger.

Hvad koster det?

Hvis der ønskes healing, så indgår det som en integreret del af samtalen og koster ikke ekstra.

Hvordan opleves healing?

Healing opleves forskelligt, men mange mærker varme og energistrømme i kroppen, som 'reparerer' og 'aktiverer' krop og sind. De fleste føler det som afslappende og behageligt. Mange oplever en reduktion af deres symptomer, og et velvære med positiv effekt på ro, humør, overskud og søvn efterfølgende.

Du ligger på en behandlerbriks med tæppe på. Det er rart for dig selv, hvis du har relativt blødt og behageligt tøj på. Jeg behandler dig ved at lægge hænderne forskellige steder på eller lige over din krop afhængig af, hvad der kalder på særlig opmærksomhed. Inden vi går i gang med behandlingen, taler vi kort om din situation, men derudover lytter jeg mig frem til, hvor og hvordan jeg skal behandle. Det er forskelligt, hvordan man mærker en behandling, og hvad man kommer i kontakt med undervejs, men ofte vil man kunne mærke energistrømme og varme blive overført fra mine hænder til sin krop. De fleste oplever en meget dyb følelse af afspænding, og nogen gange falder man i søvn. Nogle fornemmer farver og stemninger i forbindelse med behandlingen, og andre oplever stærke indre billeder undervejs. Oplevelsen er næsten altid forskellig fra gang til gang. Jeg spiller som regel afslappende musik, mens jeg behandler.

Hvad får man ud af en behandling med healing?

Det er forskelligt fra person til person, hvad man får ud af en behandling, og det er svært at give faste anvisninger på, hvad der vil ske, og hvor lang tid det vil tage at løsne op for et problem. Men generelt kan jeg sige, at mine klienter oplever en følelse af dyb afspænding og et meget behageligt velvære. De oplever også, at healingen på én gang giver dem en ro og energi, som de har gavn af i deres dagligdag. De fleste sover også bedre og dybere.