

VISJON

PUBLISERT AV ALTERNATIVT NETTVERK

MAGASINET FOR EN HELHETLIG LIVSSTIL



NR. 1-2011 • KR. 69

HJERNENS
HEMMELIGHETER

MASURO EMOTO

Om vannets kraft

HEKSEPRINSESSEN?

Den moderne tids heksebål

Lisa Williams
om den andre siden

For øvrig i dette nummeret av Visjon: Kroppsbevisst med healingmassage • Om indre stillhet og oppvåkning • Mantak Chia – verdensmester i energi? • Tromming som ny helsepraksis hos gravide Om dialog og respekt • Dadha Krishna: Indias guddommelige elskere • Wioletta Prechikovska og lydhealing • Terapeutisk berøring • Et kurs i mirakler – kjetterenes nye bibel? • Spirulina & supermat.

Distribusjon: Interpress Norge



Returuke: 11

Bidragstere



Eirik Svenke Solum

Redaktør i magasinet Visjon. Han har jobbet i Alternativt Nettverk som skribent siden 1998, og er også ansvarlig for programmet på alternativmessene i Oslo, Trondheim og Bergen. Han har en master i sosialantropologi fra Universitetet i Oslo.



Roald Pettersen

Redaktør i Indre Ledelse Forlag, som har utgitt den norske versjonen av "Et Kurs i Mirakler". Han var også med på å starte Alternativt Nettverk i 1992, der han var redaktør og skribent i åtte år.



Johanne Woll

Messekoordinator i Alternativt Nettverk, Reiki-lærer og er idag i Enhetsterapi-utdanning, hos Audun Myskja.



Øyvind Solum

Grunnlegger og tidligere leder av Alternativt Nettverk og tidligere redaktør for Magasinet Visjon. Han var også initiativtaker til Holistisk Forbund. Er idag masterstudent ved Sosialantropologisk institutt på Blindern.



Christine A. Schjetlein

Psykoterapeut, pedagog og kursholder i livspraksis. Hun har seks års studier ved UiO, i bl.a. religionshistorie og sosialantropologi. I tillegg er hun frilansskribent og 5-rytmer-lærer.



Lisbeth Lind

Leder, veilder og kursholder ved Aruna-akademiet og arrangør av Kvinnefestivalen. Hun har studert ved UiO, før hun ble elev hos Bob Moore på Psykisk Center i Danmark. I fem år fordypet hun seg i læren om energi og bevissthet. www.aruna.no.



Andreas Aubert

Frilansskribent og musiker. Han har gått lengre kursforløp i bl.a. Osho Therapist Training, Ecovillage Design Education og utdanning ved Findhorn Foundation i Skottland. Aubert har i perioder de siste årene bodd i Sørøst-Asia. www.andreasaubert.no



Maria B. de Labbé

Maria Bovin de Labbé er musiker, musikkterapeut og billedkunstner. Med hennes eget konsept, Mindful Drumming, leder hun grupper for gravide, i tillegg til meditasjonsgrupper med trommer, terapi og relasjonstromming.



Vera Bartholomay

Terapeut og lærer for terapeutisk berøring bosatt i Tyskland. Underviser også i Norge.



Marte Kjørstad

Markedskommunikasjonsrådgiver, markeds- og informasjonsrådgiver. Utdannet ved Høgskolen i Volda og Handelshøgskolen BI. Hun er også sertifisert coach fra MetaResource og NLP & Coaching Akademiet. www.arteetmarte.no.

OM MAGASINET VISJON

Magasinet Visjon er et forum som skal fremme informasjon, debatt og aktivitet innen områder som personlig utvikling, alternativ medisin, økologi, global bevissthet, alternative livssyn og et mer helhetlig verdensbilde. Magasinet skal bidra til å finne nye utviklingsveier både for enkeltmennesket og for samfunnet. Vi mener at samarbeid og dialog er nødvendig for å skape et samfunn der vi kan vokse og utvikle oss i større harmoni med oss selv, hverandre og Jorden som helhet.

Vi forsøker å synliggjøre organisasjoner og enkeltpersoner som arbeider med

nye eller mindre kjente veier til bedre helse, balansert livsførsel, personlig og samfunnsmessig utvikling, økt miljøbevissthet, samt alternative livssyn som gjerne baserer seg på personlig ansvar og egen erfaring. Fellesnevneren for disse gruppene er ofte en positiv nysgjerrighet overfor det nye og ukjente, der menneskeheten alltid har måttet hente inspirasjon til fremskritt og nye utviklingsveier.

For Visjon er mangfoldet og forskjellene en ressurs. Ved en fri meningsutveksling kan vi lære å verdsette de fasetter som andre

representerer, samtidig som vi lar oss utfordre til å gå videre i vår egen utvikling. Grupper og enkeltpersoner med forskjellig erfaringsbakgrunn og livsanskuelse må lære seg å kommunisere for at vi skal finne nye utviklingsveier.

De som skriver i magasinet Visjon kan ofte være uenige både med redaksjonen og hverandre. Artiklene står derfor for forfatterens egen regning, og med en slik åpenhet håper vi å unngå nye former for dogmatisme eller fundamentalisme.



Kroppsbekvisst

MED HEALING-MASSASJE

Vi møter Maria Andersen på Grünerløkka i Oslo. Her har hun åpnet ett av sine tre behandlingssteder. Hennes budskap er at alle mennesker har en verdi som de er og at de skal kunne seg å være gode mot seg selv.

EMOSJONELLE SPENNINGER

Massasje hjelper mot en rekke plager, forteller Maria.

– Det løser opp spenninger i muskler og bindevev, løser opp stive ledd, forbedrer blod-sirkulasjonen og pusten, roer nervesystemet og reduserer stress.

Hun forteller at massasje også kan lindre stressrelaterte plager som for eksempel hodepine. Det kan øke konsentrasjonen og innlæring og det kan forbedre søvnen. Dessuten kan det tilføre ny næring for oppbygning av friske celler – og forbedre immunforsvaret.

Hun mener at massasje generelt gir økt velvære, enten det er for å lindre plager eller for å virke forebyggende.

– Den viktigste gevinsten er kanskje at massasje bidrar til økt kroppsbekvissthet og hjelper klienten til å slippe ut tilbakeholdte følelser. I

tillegg til alle de fysiske gevinstene virker det også på det emosjonelle planet, mener Maria.

Hun forklarer at følelser som blir fortrent ofte lager et ”muskelpanser”. Og ofte opplever hun å ha klienter som ikke har spesielle fysiske plager, men som kommer for forebyggende behandling og for å få økt velvære. Men når hun begynner å massere, så kjenner klienten at han eller hun har vondt likevel. Ofte er det emosjonelle spenninger som er årsaken til fysiske plager.

BEVISSTGJØRING AV KROPPEN

– Hvis klienten for eksempel har vondt i nakken, kan den bakenforliggende årsaken være at han eller hun opplever mye stress. Kanskje er klienten i en vanskelig situasjon som han eller hun ikke ser noen løsning på. Mange av oss har mange inngrodde mønstre og begrensende troer eller frykt som vi har hatt med oss helt fra barndommen, forklarer Maria.

Maria sier at massasje bidrar til bevisstgjøring av kroppen og hjelper til å finne ut om hvordan man egentlig har det.

– Fysisk berøring er den enkleste måten å vise at vi bryr oss om hverandre, sier healing-massør Maria Andersen. – Å jobbe med healing-massasje får meg til å akseptere andre mennesker og hjelper meg til å akseptere meg selv, sier den nyetablerte behandleren.

TEKST: MARTE KJØRSTAD

– På den måten kan massasje bidra til at klienten blir mer bevisst på sine emosjoner og finner den egentlige årsaken til sykdom og plager.

Andersen gir også bevisstgjørende samtaler i kombinasjon med massasje og healing for klienter som ønsker det.

– Da stiller jeg bevisstgjørende spørsmål for å hjelpe klienten til selv å finne årsakene til spenninger og plager.

LÆRER AV KLIENTENE

Maria mener at vi har noe til felles med alle vi møter, enten det er positivt eller negativt.

– Alle mennesker vi treffer, gjenspeiler oss på en eller annen måte. Jeg kan fortelle min historie, og det kan få klienten til å se sin historie fra et nytt perspektiv. Dermed kan klienten få en a-ha-opplevelse. Og det samme kan skje med meg; en klient med sin historie kan kaste nytt lys over mine utfordringer, sier Maria.

Hun mener at ved å åpne oss for andre mennesker kan vi også åpne for gode samtaler. Hun sier at hun lærer noe av hver eneste klient.

– *Hva lærer du av dine klienter?*

– Da jeg studerte healing og hadde praksisklienter, møtte jeg svært mange som hadde kjærlighetssorg. Noen var nyskilte, som jeg selv, eller de hadde problemer i ekteskapet. Jeg tror ikke det er tilfeldig. Jeg tror vi møter personer vi har behov for å møte, og at vi har noe å lære av andres erfaringer og utfordringer som kan hjelpe oss i vårt eget liv.

– Det å jobbe med andre mennesker på denne måten får meg til å akseptere andre mennesker, noe som også gir meg mer innsikt i og hjelper meg til å akseptere meg selv, sier Maria.

– Healing og healingmassasje er slik sett en vinn-vinn-situasjon.

AKADEMISK BAKGRUNN

Det var ganske tilfeldig at Maria begynte med healing.

– Etter at jeg ble skilt, ville jeg finne ut mer om meg selv og deltok derfor på et introduksjonskurs på The Paradigm Academy. Der følte jeg en veldig god energi. De virket så engasjert i det de holdt på med, og hele atmosfæren på skolen opplevdes både åndelig og jordnær samtidig. Så det at jeg begynte der, var egentlig ikke tilfeldig, det var noe jeg trengte der og da for å gå videre med mitt liv, sier hun.

På den tiden jobbet Maria som grafisk designer. Men hun ønsket å lære mer om selvutvikling, og introduksjonskurset førte til en ett og et halvt-års utdanning i healing og helsefremmende arbeid. I tillegg tok hun utdanning i healingmassasje – eller klassisk massasje med bruk av healingenergi.

I løpet av studietiden fikk Maria mer innsikt i seg selv som førte til et ønske og en visjon om å hjelpe andre som sliter og vil ha hjelp. Da hun mistet den faste jobben sin som grafisk designer, fikk hun det sparket hun trengte for å gjøre alvor av drømmen og startet eget firma.



Maria Andersen

EN KANAL FOR ENERGI

Maria mener at fysisk berøring er den enkleste måten å vise at vi bryr oss om hverandre. Hun har alltid likt fysisk berøring. Hun sier at det å massere andre setter henne i en meditativ tilstand og at hun blir fylt med ro.

– *Hva er egentlig healing, slik du ser det?*

– Healeren er en kanal for universets energi. Det er altså ikke healeren som helbreder, men healeren kanalisere healing-energien, mener Maria. Hun sier at mennesker bruker ulike begreper for å forklare hvor denne energien kommer fra. Hun tror energien kommer fra Gud, mens andre bruker begrepene ”universet” eller ”kilden”.

– Uansett handler det om å åpne seg for og kanalisere energien som er der. Healing-energien fører til en selvhelbredende prosess hos klienten. Det blir litt som en gammel mekanisk klokke, sier Maria. – Den må startes i gang, men deretter går prosessen av seg selv. ☯

.....
www.healing-massasje.no. Tlf. 99 31 34 37
.....