

fri modigt

med Jørgen Warming och Inga-Clara Lepke
Kurscentret Kilden



1. Vad jobbar ni med?

- Vi jobbar med kurser och utbildning inom healingmassage och samtalsterapi sedan 1989 då vi startade kurscentret Kilden. Healingmassage är en vårdande, avslappnande massage som kombineras med olika healingtekniker till ett djupt redskap i personlig utveckling. Den hjälper mottagaren att sjunka in i en djup inre stillhet och hjälper till att kropp och känslor blir mer intensivt och levande.

2. Varför valde ni det?

- Vi startade gå kurser i ett sökande efter en djupare sanning och mening med livet. Vi hade ett stort intresse av psykologi och lust att lära känna oss själva på en djupare nivå.

Inga-Clara startade yoga- och meditationkurser redan i början av sjuttioalet och Jørgen gick olika gestaltterapi kurser innan de började lära sig använda massage, healing och samtalsterapi.

När vi började lära oss mer om sambandet mellan massage, kropp och själ var det av rent intresse och nyfikenhet. Men så småningom började en djupare dröm och vision växa fram, när vi förstod vilken djup effekt kombinationen av en vårdande massage, healing och samtalsterapi gav. En vision som bara har vuxit sig större och starkare sedan dess.

Om Jørgen & Inga-Clara

Namn: Jørgen Warming och Inga-Clara Lepke.

Familj: Nästa år firar vi 25 års äktenskap.

Bor: Valby i Köpenhamn.

Astrotecken: Stenbock och Lejon.

Våra inspiratörer: Våra kursdeltagare.

Gör vi helst: Undervisar våra underbara kursdeltagare.

Bästa bok: "Helande händer" av Barbara Ann Brennan (Energica Förlag 2008).

Hemlig talang: En djup kärlek till svensk polka.

Aktuell med: Grundkurs i healingmassage.

Kontakt: Jørgen Warming, mer info på sidan 60.

3. Vad ger det till andra?

- Först och främst upplever vi healingsmassagen som ett fantastiskt verktyg för att hitta tillbaka in till kärnan, till att återigen känna sin kropp och känslor, till att bara få vara mig själv. Äntligen hemma igen, hemma i min kropp, mina känslor, hemma i mig. Just det som många saknar i en stressig vardag.

"En vårdande acceptans är just vad många upplever av healingmassage."

4. Lever ni som ni lär?

- För oss är självutveckling och medvetenhet ett sätt att leva, inte bara en intressant teori.

Teori i sig har inget värde om inte den speglar det liv vi lever. Det gäller för oss i vår eget liv och det gäller i den teori vi lär ut på kursen. Vi har båda en bakgrund från universitetsstudier, Inga-Clara är litteraturvetare, Jørgen har läst psykologi på Köpenhamns universitet. Det har gett oss en god teoretisk bakgrund och lärt oss att teori blir tomt och meningslöst, om den inte relateras till vårt eget liv.

5. Vad har hänt inom ert verksamhetsområde de senaste 30 åren?

- Många ansåg att healing vara något konstigt och mystisk när vi startade Kilden 1989. Sedan dess har healingmassagen fått ett ständigt större erkännande. I dag kan healingsterapeuter i Danmark bli RAB godkända enligt danska Socialstyrelsens regler. Och svenska healingmassageterapeuter utbildade vid Kilden kan skaffa sig certifiering genom branschrådet Komplementär medicin.

6. Vad säger ni om healing?

- Den grundläggande nivån av healing är ganska enkel att förstå: Healing är allt som helar oss. Och inget är mer helande än att känna sig bemött med kärleksfull förståelse och acceptans oavsett om den som möter oss är mor, far eller en healer. Denna vårdande acceptans är just vad många upplever när man får en healingmassage. Bakom detta ligger djupare, mer andliga aspekter av healing, som är svårare att förklara och förstå. Men det är vår erfarenhet att alla kan lära sig hela om de vågar möta det med öppet sinne.

7. Vilken behandlings- eller terapeutisk metod har betytt mest för er?

- Utan tvekan healingmassagen. Vi är ständigt förvånade över dess djupgående inverkan.

8. Vad är det viktigaste i livet för er?

- Vi önskar att hjälpa var och en som kommer till oss att komma lite närmare sin egen djupaste kärna, sin egen djupaste källa, närmare ett liv i i samklang med sin egen sanning. (Kilden är det danska ordet för källa).

9. Vad är kärlek för er?

- Kärlek i sin djupaste form är essensen i andligheten och healing: Att möta sig själv och varandra med kärleksfull accept. Villkorlös kärlek är den största gåva vi kan ge och ta emot.

10. Vilken livsfråga önskar ni att Frees läsare bör fundera över?

- Känner du att du lever ditt liv med livskvalitet? Lever du ditt liv varje dag på ett så värdefullt sätt att du som 100-åring kunde se tillbaka på ditt liv som en enda lång sammanhängande halskedja av meningsfulla upplevelser?