



# Läkning sker

# innerst

På Barbara Brennan School of Healing i USA möttes två sökande kvinnor. Utbildningen gav dem svar på existentiella frågor, och en gemensam längtan växte fram att få sprida kunskapen om människans energisystem till fler.

# inne



Annette Blom och Marianne Bazola, båda energiterapeuter, har nyligen återvänt hem från USA. Raka i ryggen och med en påtaglig närvaro kring bordet på

en lunchrestaurang i Stockholm berättar de om utbildningen som kommit att förändra deras liv.

- Att studera vid Barbara Brennans skola handlar om att gå in i en personlig process, mentalt, fysiskt, emotionellt och andligt för att bland annat bli medveten om det som vi har trängt bort i det undermedvetna, säger Marianne.

- Många gånger är det insikter som inte är så roliga att nå, men om jag förnekar dem, hur ska jag då kunna förstå en annan människa, säger Annette.

**GRUNDAREN TILL SKOLAN** är Barbara Ann Brennan, före detta fysiker vid NASA, som har vidareutbildat sig till kroppsorienterad psyko-  
rapeut. Brennan har dessutom influerats av bland annat österländsk läkekonst under närmare 30 år, då hon utforskat det mänskliga energifältet. Grundutbildningen är fyra år, därefter kan man läsa vidare i två år för att sedan avsluta efter ytterligare ett år, vilket leder till en lärarexamen. Både Annette och Marianne läser vidare och Marianne är nu inne på sitt sista år.

- På skolan träffar vi andra som arbetar inom vitt skilda yrken som läkare, ekonomer, konstnärer eller företagare. En del av dem går utbildningen för att kunna integrera kunskapen i sina nuvarande arbeten, andra för att utvecklas själva och på sikt kanske öppna praktik.



Barbara Ann Brennan startade sin första skola 1982 i USA, och finns numera både i Tyskland och Japan. Den fyraåriga grundutbildningen är godkänd i bland annat Florida som en college degree.

Barbara Brennans undervisning bygger på medvetenheten om att det mänskliga energisystemet relaterar till hälsa och sjukdom. Enligt Brennan är grunden till våra sjukdomar en obalans i energisystemet. Genom läran om systemet undervisas eleverna på skolan hur de med riktad healing kan balansera en människas energifält till inre läkning. Healing-teknikerna kombineras med psykologiska och andliga processer.

”

## För att skydda sig mot omvärlden vänder barnet sig inåt och den mesta energin behålls inombords.



I sin undervisning talar Barbara Brennan om människans fyra dimensioner: den fysiska kroppen, auran (där vår personlighet, våra minnen, mönster, tankar och känslor finns), vår intention (meningen med livet) och vårt innersta väsen, core, varifrån vår livskraft, kreativitet, våra positiva egenskaper och talanger har sitt ursprung.



**ANNETTE OCH MARIANNE: "VI VILL SPRIDA KUNSKAPEN OM MÄNNISKANS ENERGISYSTEM"**

- Barbara Brennan menar att det är kontakten med vårt innersta väsen som avgör vår hälsa. Hennes övertygelse är att allting börjar i vårt innersta väsen, både den kreativa och den läkande processen. Den går sedan vidare via vår intention och auran för att slutligen komma till uttryck i den fysiska kroppen. När vi mår bra har vi ett flödande energisystem. Om vi får psykiska eller fysiska symtom, såsom smärta eller svullnader är det tecken på att systemet är blockerat eller förvrängt, förklarar Annette.

Hon nämner ordet skrattspegel och förtydligar att det handlar om hur vi genom våra fem energiförsvssystem förvränger vårt sanna jag.

- Varje människa har en bit av den schizoida, orala, masochistiska, psykopatiska och rigida försvarsstrukturen inom sig. Försvaren skapas redan i fosterstadiet fram till cirka fem års ålder som en överlevnadsstrategi och som ett skydd mot vad barnet upplever som en otrygg värld.

- Försvaren är mycket viktiga för oss som barn. Problemet är att människor kan ha dem kvar i vuxen ålder och att de blir en belastning som begränsar oss, påpekar Marianne.

**ANNETTE GER ETT EXEMPEL** och tecknar det tredje energiförsvaret, det masochistiska som utvecklas från ettårsåldern upp till ett par år, vilket har sin grund i att föräldrarna inte har gett barnet utrymme att hitta sin egen identitet. Barnet växer upp i en mycket strukturerad och överbeskyddad tillvaro. Dess identitet körs över eftersom det aldrig finns rum för barnets egen inre impuls att komma till uttryck. Barnets kreativitet stoppas genom att föräldrarna har tolkningsföreträde.

- Det har inte att göra med att föräldrarna inte älskar barnet, utan att de tror sig veta bättre vad barnet har för behov. För att skydda sig mot omvärlden vänder barnet sig inåt. Den mesta energin behålls inombords och vanligtvis bygger barnet en väldig mur i form av en kraftig kropp kring allt som hålls. En riktig borg, som det kan gömma sig i, långt där inne.

Som vuxna upplever människor med det här energiförsvaret att det är tungt att ta sig fram i livet, de kämpar men tycker inte att de kommer någonvar, och det kan kännas som om de bär mycket tyngd inom sig. Kroppen blir masken, det försvar som döljer den tillbakahållna smärtan.

- Fysiskt kan det här visa sig som problem med matsmältningen. Det handlar inte bara om att man åter för mycket, det är all energi som ständigt sväljs ned och hålls tillbaka.

Annette understryker att det här är en generell beskrivning och att orsaker och symtom är

mycket varierade.

- Genom att stanna upp och reflektera över våra mönster, fysisk och psykisk smärta, öppnar vi för en förändring i vårt liv. Vi har möjligheten att bli mer medvetna och förstå varför och hur vi har skapat våra försvar, och hur de påverkar andra. Därigenom kan vi stärka och förbättra våra relationer till omvärlden.

I Annettes och Mariannes utbildning ingår en kroppsorierad psykoterapi, baserad på de fem energiförsvssystemen.

- Till skillnad från traditionell psykoterapi, där man tittar enbart mentalt och analytiskt, hjälper vi vår klient att gå in i sin kropp genom olika andnings- och rörelseövningar för att få igång det stagnerade energiflödet, säger Marianne.

- Och när det börjar flöda igen, strömmar energin mot de blockeringar som finns i kroppen. I dessa blockeringar finns våra känslor, trauman och minnen, det är då processen startar. Det är i den stunden vi börjar återuppleva smärta, ilska eller sorg, säger Annette.

- I kognitiv terapi handlar det ofta om nuet, men energimässigt försvinner inte sorg bara för att vi inte känns vid den. Den finns där ändå. Enligt Barbara Brennan bearbetas känslomässig obalans genom att gå rakt in i smärtan, in i och igenom den. Tack vare de drygt fyrtio olika healingtekniker vi har lärt oss på skolan kan vi hjälpa klienten att komma i kontakt med livskraften och den kreativa kraften, för att så småningom läka.

**SEDAN NÅGRA ÅR DRIVER** Annette och Marianne varsin praktik i Stockholm där de bland annat erbjuder massage och energi- ▶

örtterapi. Gemensamt är de nu är på gång att öppna ett center dit människor kan komma med olika problem och få växlande behandlingar under ett och samma tak.

- Vi är övertygade om att människor behöver olika former av hjälp med sin läkning vid olika tidpunkter i livet, säger Annette.

Tanken är att Annette och Marianne ska knyta till sig terapeuter med olika kompetenser, bland annat akupunktörer, homeopater och läkare med antroposofisk bakgrund, för att skapa ett healingteam och kunna erbjuda en helhet i behandlingen. Terapeuterna känner till var klienten befinner sig i sin process och lägger tillsammans upp en healingplan.

- Naturligtvis i samråd med klienten, betonar Marianne.

#### KONCEPTET BYGGER PÅ BARBARA BRENNANS

vision om att få in energiterapi inom skolmedicinen, att det ska vara lika självklart att gå till en energiterapeut som att besöka en vårdcentral. Genom att läsa av det mänskliga energisystemet kan läkare få värdefull information om sjukdomar som ännu inte har yttrat sig i den fysiska kroppen.

- Det går alltså att se och förebygga sjukdomar som man med världens trubbiga verktyg och tester i dag inte får fram, säger Annette.

Ämnet är känsligt och fortfarande är inte healing riktigt rumsrent i Sverige. Annette och Marianne tycker att synen på vården antingen är svart eller vit.

- Men för oss är det både och! Det finns plats för energiterapibehandlingar som ett komplement i den traditionella vården, säger Marianne.

Förutom behandlingar kommer Annette och Marianne erbjuda föreläsningar och kurser på sitt hälsocenter. Både Annette och Marianne går kontinuerligt i handledning eftersom de anser att det är så mycket som väcks inom en i möten med andra människor.

- Att grundutbildningen är fyra år beror på att det inte går att påskynda den personliga processen. Det tar tid att bearbeta, förstå och integrera såväl insikter som healingtekniker, säger Marianne och får medhåll av Annette.

- Vi behövde åka till USA för att få ta del av den här fantastiska kunskapen. Ur den kunskapen har en längtan vuxit att kunna erbjuda andra på hemmaplan allt vi har fått med oss på vägen! ☺

## Övning:

### SE DE UNIVERSELLA LIVSENERGIFÄLTEN

Det lättaste sättet att börja se de universella livsenergifälten är att ligga på rygg i gräset en trevlig solig dag och se upp på en blå himmel och bara slappna av. Efter en stund kommer du att kunna se pyttesmå klot av orgon som skapar snirkliga mönster mot den blå himmeln.

De ser ut som pyttesmå vita bollar, ibland med en svart fläck, som dyker upp i en sekund



För att få igång det stagnerade energiflödet hjälper man klienten att gå in i sin kropp genom olika andnings- och rörelseövningar. Bilden: en andnings- och hållningsövning för att ladda och öppna sjunde chakrat.



**När energin börjar flöda igen, strömmar den mot de blockeringar som finns i kroppen.**

eller två, lämnar efter sig ett svagt spår för att sedan försvinna igen. När du fortsätter denna observation och utvidgar din syn så kommer du att börja se hur hela fältet pulserar i en synkroniserad rytm. På soliga dagar är dessa pyttesmå energibollar ljusa och rör sig fort. På molniga dagar är de mer genomskinliga och rör sig långsammare och i färre antal. I en stad med smog (tät avgasdimma) är de färre i antal, mörka och rör sig mycket långsamt. De är underladdade. Den plats där jag fann energiklot i överflöd och där de även var ljusast var i

de schweiziska alperna, där det är många soliga dagar och snön täcker allting i tjocka drivor. Tydligt laddas kloten av solljuset.

Vänd nu din blick till gränsen där trädklönarna möter den blå himlen. Du ser kanske en grön dimma runt träden. Underligt nog kommer du kanske också att lägga märke till att det inte finns några klot i denna dimma, men om du tar en närmare titt kommer du att se att kloten precis på gränsen till den gröna dimman ändrar sitt sirliga mönster för att flyta in i trädens aura där de försvinner. Trädens aura

absorberar tydligen de små kloten. Det gröna runt träden framträder vid lövsprickningen under våren och sommaren. Tidigare på våren har de flesta trädets aura en rosaröd ton som liknar trädens röda knoppar i färgen.

Om du tittar närmare på en krukväxt kommer du att se ett liknande fenomen. Sätt växten under starkt ljus med en mörk bakgrund bakom den. Du ser kanske blågröna linjer som blixtrar till i växten längs med löven i växtriktningen. Plötsligt blixtrar de till och sedan bleknar långsamt färgen för att sedan blixtra till igen kanske på andra sidan växten denna gång. Dessa linjer reagerar på din hand eller en kristall om du för dem nära växtens aura. När du drar kristallen bort från växten så kommer du att se att växtens och kristallens aura tycks sträckas ut som kola för att hålla kvar kontakten.

Vid ett tillfälle försökte jag att se fantomlöveffekten, som det talas så mycket om i kirliansk fotografering. Genom metoden som används vid kirliansk fotografering så har det visat sig möjligt att ta en bild av ett helt löv efter att hälften av lövet skurits bort. Jag observerade lövets aura. Det var enkelt havsblå till färgen, men när jag skar lövet ändrades auran och hela lövet blev rödbrunt som blod. Jag drog mig tillbaka och bad växten om ursäkt. När den havsblåa färgen kom tillbaka efter en eller två minuter, kunde även den sak-

nade biten ses, men inte lika tydligt som jag har sett på kirlianska fotografier.

Döda objekt har också en aura. De flesta personliga objekt har blivit genomsytrade av ägarens energi och utstrålar därför denna energi. Ädelstenar och kristaller visar intressanta aurer med många lager och komplicerade mönster som kan användas i healing. Ametisten har till exempel en gyllene aura med gyllene stråk som utgår ifrån dess naturliga fasetter. ☺

**Text** Lena Gylfe

**Bild** Hasse Fridén, ColourBox, Comstock Complete

**Övning och illustration** ur boken "Helande händer"

## *Mer energi*

[www.lifeworks.se](http://www.lifeworks.se), [www.barbarabrennan.com](http://www.barbarabrennan.com) och [www.core-energetics-south.com](http://www.core-energetics-south.com)

"Helande händer – handbok för healing och självläkning" av *Barbara Ann Brennan*, Energica Förlag, [www.energica.com](http://www.energica.com)

Det lättaste sättet att börja se de universella livsenergifälten är att ligga på rygg i gräset en trevlig solig dag och se upp på en blå himmel och bara slappna av.

