



Heilpraktik er en alternativ behandlingsform, hvor hele mennesket behandles ud fra en samlet diagnose af det fysiske, følelsesmæssige og åndelige menneske. En heilpraktiker fokuserer ikke alene på selve sygdommen, men betragter hele mennesket.

Behandling hos en heilpraktiker går ud på at få kroppen til selv at regulere ubalancer, som er opstået af den ene eller anden årsag. Ubalancer kan vise sig fysisk som sygdomstendenser, ubehag, smerte eller kroniske tilstande som fx gigt, tinnitus eller diabetes. Følelsesmæssige ubalancer kan vise som stress, bekymringer eller tristhed. Åndelige ubalancer kan fx vise sig ved at mennesket ikke formår at leve det liv, som det længes efter.

Heilpraktik som helbredelseskunst går altså ud på at gennemskue,

hvad der foregår i mennesket på flere planer, og herudfra beslutte, hvordan mennesket kan hjælpes til at få det bedre.

Sygdомshistorien

En meget vigtig del af en heilpraktikers arbejde handler om at afdække menneskets sygdomshistorie. Her er klienten det vigtigste vidne til at fortælle om sine sygdomme og ubalancer helt tilbage fra barndommen og op til nu.

Samtalen har også fokus på, hvordan det lige nu står til med livskvaliteten på alle områder (fysisk, følelsesmæssigt og åndeligt). Hvordan er tilstanden på vitale områder som nattesøvn, fordøjelse, smerter, hormonbalancen, energiniveau, livsglæde og sexlyst? Er klienten i behandling med lægeordineret medicin for akutte sygdomme (fx halsbetændelse) eller kroniske syg-

domme (fx daglig insulinbehandling)? Er der foretaget operative indgreb, hvor organer er behandlet eller helt fjernet; i dag har mange mennesker fx indsat forskellige implantater, som kan give anledning til ubalancer andre steder.

At se (på) mennesket

Ud over at afdække sygdomshistorien, så foretager heilpraktikeren også en iagttagelse af mennesket. Her er eksempler på, hvad en heilpraktiker lægger mærke til og spørger til:

- Luftorganisationen: Hvordan trækkes vejret? Er talen fri og ubesværet? Er der for meget luft i maven (=prutter)?

- Væskeorganisationen: Er der overskud eller underskud af væsker? Er mennesket indtørret og mangler væske, eller er der ophobet væsker i lymfesystemet? Er der tendens til

ødemer? Sveder man meget eller lidt eller slet ikke?

- Varmeorganisationen: Er der en sund fordeling af varme? Eller kolde hænder og fødder, og kold næsetip? Eller sveder man og er ALT for varm om natten? Er der tale om hormonnelt betingede hedeture? Hvornår har mennesket sidst haft feber?

- Følelseslivet: Er mennesket velafbalanceret? Eller er der ubalancer i form af fx nervøsitet, bekymringsangst, stresstegn, vrede, irritation eller depression? Er der tegn på gamle traumer, som ikke er forløst (fx vold, ulykker, sygdom, overgreb)? Er der en akut følelsesmæssig krise?

- Lugt: Er der en naturlig lugt, som fornemmes omkring mennesket? Er der en sød lugt? Er ånden frisk eller dårlig? Lugter mennesket kraftigt af fx sved?

Nogle heilpraktikere bruger også metoder til at undersøge klienten som fx ansigtsanalyse, tungeanalyse, fysiske undersøgelser som fx at måle blodtryk, lytte på hjertet eller mærke på kroppen.

Irisanalyse

De fleste heilpraktikere bruger irisanalyse til at præcisere deres diagnose og få øje på sammenhænge i forskellige ubalancer. Her studeres klientens iris gennem et irismikroskop og der tages et billede. Dette billede kan enten printes ud eller vises på en skærm, og herudfra kan man analysere iris.

Menneskets øjne er overraskende forskellige, når de forstørres op. Forskning i irisanalyse viser, at øjet er en slags genetisk spejl, som viser, hvor mennesket har arvet sygdomstendenser fra tidligere slægtled. Det betyder, at man i iris kan se, hvordan mennesket er arveligt belastet i forhold til ubalancer i de forskellige organer.

Det er også muligt at iagttage, hvordan væv og organer er belastet af affaldsstoffer, og hvor der



potentielt kan ligge sygdomstendenser forårsaget af livsstil, kost, ydre påvirkninger som fx stress eller følelsesmæssige mønstre, som påvirker kroppen.

Iris viser et sandt billede af, hvad der ligger af potentielle sygdomstendenser og reaktionsmønstre i mennesket – men ikke hvad der foregår i mennesket lige nu. Altså om sygdommen er akut, allerede er overvundet eller bare ligger der som en mulighed.

Derfor er det vigtigt, at irisanalysen sammenholdes med sygdomshistorien og de andre iagttagelser/undersøgelser. Irisanalysen kan på den måde bekræfte det samlede billede og ofte også vise, hvad der er den vigtigste og mest grundlæggende ubalance i mennesket.

Diagnose

Sygdomshistorien, iagttagelser, undersøgelser, irisanalyse og samtalen indgår i en samlet diagnose. Det samles i 1-3 grundlæggende temaer som forklares, sådan at klienten har mulighed for at finde en mening i, hvordan diagnosen hænger

sammen med egne oplevelser og iagttagelser.

Diagnosen bruges til at vurdere, hvad det er for en behandling der er brug for, og hvor klien-ten kan få hjælp til at komme videre. Nogle gange er homøopati den bedste vej. I andre tilfælde skal der måske arbejdes med andre terapier som bevægelsesterapi, massage, motion eller ernæringsterapi.

Behandling med homøopati

Homøopatisk medicin bruges i heilpraktikken til at regulere de ubalancer, der er opstået i mennesket. Homøopatisk medicin består almindeligvis af naturlige substanser, som stammer fra planter, metaller, mineraler og dyr (fx myrer, honningbi eller hvepse).

Homøopatisk medicin fremstilles på den måde, at den fortyndes i meget små mængder, sådan at der er meget lidt fysisk stof i medicinen. Nogle gange så lidt, at det ikke kan måles. Erfaringerne viser, at netop meget lidt fysisk stof i den rette mængde kan give en impuls, som regulerer eventuelle ubalancer på plads, sådan at mennesket får det bedre.

En særlig variant af homøopatisk medicin er antroposofiske lægemidler, som er fremstillet ud fra Rudolf Steiners anvisninger på, hvordan man skal dyrke, behandle

Heilpraktik

Det tyske ord "heilen" betyder at helbrede. En heilpraktiker arbejder med at helbrede med naturmedicin og er en slags naturlæge eller naturmediciner. Heilpraktik stammer fra Tyskland, hvor Heilpraktik blev anerkendt i 1939 og siden 1954 har været integreret i det tyske sygesikringssystem.

Uddannelse

Det tager 3 år at uddanne sig på deltid som heilpraktiker inden for uddannelsens grundfag. Derudover skal man også studere anatomi, fysiologi, sygdomslære og klientpsykologi. Læs om uddannelsen på www.heilpraktikerskolen.dk.

Lokale heilpraktikere

Find din lokale heilpraktiker på www.danskheilpraktikerforening.dk.

og sammensætte medicinen for at få den ønskede virkning fysisk, sjæleligt og åndeligt.

Ud over behandling med homøopatisk medicin tilbyder mange heilpraktikere også andre behandlingsformer, som fx ernæringsterapi, zoneterapi og akupunktur.

Antroposofisk heilpraktik

Antroposofisk heilpraktik er en variant, hvor heilpraktikken udøves ud fra Rudolf Steiners impuls. Steiner har givet udførlige beskrivelser af, hvordan den synlige og usynlige del af mennesket virker og kan påvirkes med fx pædagogik, medicin og selvudvikling.

Den antroposofiske heilpraktik har fokus på klientens erkendelsesarbejde; altså at klienten får en evne til at kunne iagttage sig selv og drage egne erkendelser. Det gælder naturligvis kun for voksne mennesker.

Børn og unge behandles primært med homøopatiske midler, som fra det underbevidste plan forløser de ubalancer, som er årsag til sygdom eller manglende trivsel.

Den antroposofiske psykoterapi bruger biografiarbejde til at finde frem til vigtige begivenheder og perioder i livet, og forstå hvordan disse hændelser virker ind i mennesket i dag. Gennem samtale og øvelser får mennesket ny indsigt i, hvordan reaktionsmønstre kører rundt med én, og hvordan gamle mønstre kan forløses, sådan at man står mere frit i sit virke i livet.

Rudolf Steiner/antroposofi

Filosof som levede 1861 – 1925 i Østrig og formulerede grundlaget for den antroposofiske kulturimpuls. Gav impulser på række områder som fx lægekunst, pædagogik, landbrug og samfundsforhold. Læs mere på www.antroposofi.dk.



Heidi Hansen er antroposofisk heilpraktiker, og arbejder med irisanalyse, antroposofisk medicin og samtaleterapi. Underviser i antroposofisk psykologi, pædagogik og medicin.

Heidi træffes på tlf.: 51 49 07 05 eller mail kontakt@helsepraksis.dk

Læs mere på www.helsepraksis.dk

Det du ikke lærer andre steder!

I alle Væksthøjskolens kurser indgår undervisning i den banebrydende energipsykologi, der er udarbejdet af den anderkendte bevidsthedstræner Vita Storborg. Denne viden om psykologien omkring vore ubevidste projektioner har allerede hjulpet tusinder af mennesker til større helhed og mindre lidelse.

Derudover har alle kurser hvert sit unikke emne og undervises af dygtige og anerkendte undervisere fra ind- og udland. Vælg selv det emne der tiltaler dig!

Pris (1 uges fordybelseskursus): 2400,- Pris (2 ugers fordybelseskursus): 3600,- inkl. undervisning, kost og logi på dobbeltværelse - mulighed for eneværelse mod tillæg.

Få flere informationer på højskolens hjemmeside, eller ring og hør nærmere.

Sunddalvej 1 - Ginnerup - 8500 Grenå - tlf. 8791 8000 - www.vaeksthøjskolen.dk

