

# Strykningsterapi

## Bakgrund

Strykningsterapi eller livskraftbehandling kom till under en diskussion på den grekiska ön Santorinis högsta berg år 2000 mellan oss, Lena och Henrik Hellberg. Vi har lång erfarenhet av zonterapi eller reflexologi och upplever ibland att vissa människor får ganska kraftiga förstförsämringar av zonterapi. När detta fenomen uppstår möter vi människor i ganska dålig kondition när det gäller grundläggande livskraft.

Det gällde för oss att hitta på en metod som gick direkt på livskraften, men samtidigt behöll zonterapiens suveräna grundrecept i fråga om läkande förmåga.

Idag har livskraft blivit en bristvara. Livskraften kan ses som ett energikonto eller synonymt med ett bankkonto. Det handlar om uttag och det handlar om insättning i lämpliga proportioner. Idag när mer eller mindre hela världsekonomin gått i kras pga. för stora krediter så kan man dra en viktig parallell. Vi människor tror att vi har obegränsade energiresurser och tar ut på vårt energikonto tills det är tömt. Fenomenet utbränd eller att man går in i väggen är accepterat idag som en orsak till sjukdom med många olika grader av livsförändringar som följd. Idag vet inte människor vad man ska göra när man överskridit sin livskredit.

Människan har många sinnrika system för att hålla sig frisk. Man kan nämna t.ex. de olika försvarslinjerna mot sjukdom där nummer 1 är en frisk flora av bakterier som lever på våra ytor både invärtes och utvärtes. Nummer 2 är bl.a. vår lever som får ta emot blod från matsmältningen där olika gifter blandas med näringen från tarmen. Och sist nummer 3 som är det endokrina systemet som har koll på bindvävsrummets kondition och status. Dessa system är kopplat till olika funktioner när det gäller utsöndring via hud och kroppens alla slemhinnor. Skulle dessa system inte räcka till så finns det en inbyggd plan B i organismen. Det är feber och inflammation, som är kroppens kraftfullaste läkningsverktyg, om de får en chans att verka som det är tänkt. Här ligger tyngden i zonterapi, för det är precis vad den gör. Den höjer eller aktiverar den inre elden eller inflammationen så att kroppen kan städa upp i bindvävsrummet (matrix) så att homotoxiner av alla de slag kan utsöndras. Det är det som kallas förstförsämring eller att gamla krämpor blir som nya under en kort fas i läkningsprocessen. Det är också zonterapiens stora styrka att just arbeta med kroniska åkommor som lyfts upp i en akut fas (inflammation och utsöndring) så att de kan läka ut.

Här kan en konflikt uppstå när människor medicineras tungt med olika mediciner.

Zonterapin arbetar med naturen där vår inre läkningsmarkör strävar mot hälsa och inre jämvikt (homeostas). Medicinerna arbetar i de flesta fall tvärtemot ovanstående resonemang och fungerar som bromsmediciner dvs. mot vad naturen hade tänkt sig. En av anledningarna varför det blivit så här är kortsiktiga lösningar dvs snabb symtomlindring men framförallt att den etablerade medicinen inte har några metoder för självläkning. Den här okunskapen meddelas också till patienter, att det här kroniska tillståndet får man lära sig att leva med, och blir hemskickad med farmaka av alla möjliga sorter. Som bromsmediciner kan räknas t.ex. värktabletter, antiinflammatoriska medel, kortisonpreparat, psykofarmaka och numera cellgifter även vid inflammatoriska tillstånd.

Strykningsterapin tar sig lättare förbi dessa bromsmediciner och går direkt på den underliggande livskraften.

Den kanske största effekten med ST är att den påverkar även vår emotionala eller känslomässiga kropp på ett mycket positivt sätt. Livets flöde (viljan) kan strömma igenom oss och ge energi på ett helt annat sätt än tidigare.

Våra dagliga konflikter, stora som små, medvetna och omedvetna, långsiktiga där vi talar om årtal och ibland decennier till mer snabblösta problem är en av de största orsakerna till sjukdom. När vi följer vår **inre känsla** och då menar jag vår inre vägledande känsla blir i det långa loppet allt okej! Under dessa omständigheter får jag ett energitillskott som ger näring till min kropp som också är mitt verktyg att växa i.. Det blir ett fritt flöde. Även mina tankar kan lättare strömma igenom och tanke och känsla integreras på ett ändamålsfullt sätt. Hur märker vi det? Helt enkelt att människor börjar ta tag i sin dag med kraft. Det är så lätt idag, att i trötthetens tecken att bli sittande och vänta med olika grader av vanmakt. Vi känner alla till symaticuspåslagets (stressens) alla nyanser som gör att vi drar ihop oss, spänner oss. Vår organism kan ses som en enda pulserande cell som slutar gradvis att leva. Här uppstår också friktionen mot livet som svarar med en minskad rörelse (energi) som utåt manifesterar sig i smärta, värk och inflammationer.

ST har en förmåga att få människor tillbaka på "vägen" igen. Människor inser efter tag att Liv är ett erbjudande och man längtar någonstans att ta tag i sitt liv. Vi väljer ju själv hur närvarande vi vill vara på livets stig. Att försöka gå på så många "lektioner" som möjligt är den snabbaste vägen till medvetenhetsutveckling och ett rikare liv.

Människor som kommer för att få 3D, men där vi bedömer att de är svaga, kanske med mycket medicinering och/eller har fastnat någonstans i den känslomässiga sfären erbjuder vi att få börja med ST före reflexologi. Våra

elever har nu arbetat med denna metod sen den kom till och är mer än nöjda. Vi har lagt in den i mitten av utbildningen. Många uttalar sig lyriskt om metoden när det fått känna på dess förmåga och kapacitet.

Exempel på meridianstrykningar nedan:

Moment C: Light stroking (very subtle) of the meridians according to the art of acupuncture along the foot and lower leg. We divided it in three different technique. In the West we called it more of an etheric massage

