



TEKST MARIE-LOUISE MUNK, WWW.MUNONNE.DK // FOTO MARIE-LOUISE MUNK, CHRIS NUNAN OG ANJA A. SØRENSEN.



Slip
KONTROLLEN
og nyd
livets rejse...

At rejse er at leve!
Sagde H.C. Andersen.
Men at rejse kan også være
startskuddet til en indre
udviklingsproces og føre til
en ny og mere harmonisk
version af os selv.



Man kan rejse ud i verden på mange forskellige måder. Det er blevet populært at kombinere det at holde ferie med spirituelle kurser, hvor man har mulighed for at udvikle sig personligt og samtidig tilegne sig nye alternative kompetencer. Der findes efterhånden utallige muligheder og der er rejser for enhver smag.

Personligt valgte jeg at rejse med Cilje Tinemari Tiemroth fra Englehuset i Odder. Opholdet som blev kaldt Angel Retreat fandt sted i Malaga, i slutningen af oktober 2013.

Jeg valgte netop denne form for alternativ rejse dels for at holde ferie og dels for at lære inkarneringsmassage.

Dette er altså min personlige ferieoplevelse med spirituelt indhold – og ikke en rejsebeskrivelse.

Rejsen begyndte i Kastrup lufthavn, hvor vi mødtes en gruppe på otteogtyve spændte deltagere. Stemningen var fra start meget kærlig, selvom de fleste ikke kendte hinanden. Der blev krammet på kryds og tværs, og selv jeg, som ellers kan være ret genert, kunne ikke andet end at overgive mig til den gode energi i gruppen, som formåede at holde hele ugen ud.

Det er altid en udfordring at være sammen med en gruppe mennesker, man ikke kender. Så en ting, jeg synes, der var godt, var at Cilje den første dag gjorde opmærksom på, at vi skulle være rummelige og åbne. Hun gjorde os yderligere opmærksomme på at hvis noget dukkede op, som vi ikke brød os om i de andre, så var det en spejling af noget i os selv, som vi kunne have brug for at kigge på. Tror bestemt på, at dette lagde grundlaget for en uge med plads til alle.

På opholdet var der seks behandlere til rådighed, som tilbød forskellige terapiformer heriblandt clairvoyance, healing, regressionsterapi, massage, soul body fusion og samtalerapi. Det var skønt at kunne få hjælp til sin udvikling i form af spirituel vejledning. Det gav en trykthed at vide, at der hele tiden var nogen tilstede til at støtte og vejlede.

Det føltes dog for mig lidt anti-spirituel, at vi skulle bo på et 4 stjernekursus hotel, men til min store overraskelse var der i weekenden, hvor vi ankom, en spirituel messe på hotellet. Derudover var der den smukkeste dobbelte regnbue ved vores ankomst lørdag aften. Regnbuen er for mig et symbol på glæde og transformation og regnes i mange kulturer for at være lykkebringende tegn. Desuden spejler regnbuen farverne fra vores chakraer, som vi netop skulle arbejde med i ugens løb. Der var lagt op til en spændende uge.



Den første dag fik vi introduktion til ugens forløb og mulighed for at stifte bekendtskab med de seks behandlere, som vi frit kunne vælge at få to behandlinger hos i løbet af ugen. Under introduktionen blev der sagt noget, som fulgte mig hele ugen, og som stadig følger mig efter min hjemkost. KONTROL stavet bagfra er lig med LORT NOK!

Om nogen, er jeg en kontrolfreak, og jeg tror desværre, det har medvirket til, at jeg nu er sygemeldt med stress. Jeg har som mange andre tårnhøje forventninger til mig selv og forsøger at styre mit liv med lange lister. Så denne sætning ramte mig og gjorde dybt indtryk i mig på den gode måde.

Jeg har efterhånden været med på en del spirituelle rejser og ved at der hver gang opstår et særligt tema, som jeg så skal arbejde med. Denne gang var temaet at slippe kontrollen og at turde lukke kærlighed ind i mit liv igen.

På turen lærte vi bl.a. at læse ryggen på vores klient. Og det kom ikke som nogen overraskelse, da jeg selv kom på briksen, og behandleren gjorde mig opmærksom på synlige rygmærker omkring mit hjerte chakra. Der var hævelser, og mine skulderblade stak op som et synligt tegn på at jeg for længe har beskyttet mit hjerte imod at blive såret, bevidst som ubevidst. Jeg havde forsøgt at kontrollere at ingen skulle have lov til at komme for tæt på.

Tidligere samme dag fik jeg lagt et chakraoplæg med tarotkort og trak kortet: syv stokke for mit hjertechakra. Symbolsk viser det en mand, der forsværer sig med en stok og har sat de øvrige seks ned i jorden foran sig for at beskytte sig selv. Endnu en bekræftelse på at jeg beskytter mit hjerte for meget.

Jeg valgte under opholdet at fordybe mig og deltage så meget som muligt i Wuji Gong, som var et af de mange tilbud, man kunne vælge. Wuji Gong er en 800 år gammel stilart, der udspringer at Qi Gong og det kan oversættes som "evnen til at betrede det ukendte". Her arbejdes der både med fysiske øvelser og meditation og formen siges at skabe flow på alle livets områder.

EN DAG I STILHED

I løbet af ugen fik vi mulighed for at gå en dag i stilhed. En dag i stilhed hjælper os til at lytte til det, der bevæger sig bagved larmen. Ofte kan vi simpelthen ikke høre os selv, og det som hjertet prøver at fortælle os. Stilheden skaber en enestående ramme i forhold til fordybelse, sansning og den ro og stabilitet, som findes i os alle.

Dagen forinden fik vi alle sammen kanaliseret et ord, som vi skulle meditere på. Jeg fik så ordet "Forsigtighed". Dette synes jeg hang godt sammen med, at jeg er meget forsigtig med hvem som jeg lukker ind. Så igen et tegn på at få lukket hjertet op. Det føltes helt umuligt

at løbe fra det budskab. Denne dag var uden tvivl en meget transformerende oplevelse for de fleste i gruppen, da mange sjældent oplever stilhed i en travl hverdag med børn og forpligtigelser.

INKARNERINGS-MASSAGE

Inkarneringsmassage er en helkropsmassage, som giver sjælen ro og balance til at være i kroppen. Ved hjælp af viden om chakraplacing kan man aflæse klientens krop og derved behandle klientens psykiske/fysiske blokeringer. Man skaber ro og balance samt sætter selvvudviklingen i gang, hvilket er vigtigt for at kunne finde sig selv og sin vej i livet.

På latin betyder "inkarno" i kødet, og denne chakrabaserede inkarneringsmassage handler netop om at om, at sjælen finder plads i kroppen og dermed bliver mere tilstede i livet. For at dette kan ske på balanceret vis, er det nødvendigt at massøren kærligt får hjulpet klienten til at udrense de ubalancer og blokeringer, der måtte være, for at sjælen virkelig kan komme til udtryk i kroppen. Massagen kan føre til, at vi sanser og ser livet som en gave, og at vi forstår, at alle udfordringer i virkeligheden er gaver oppefra, som vi skal lære at pakke op.

HJEMME I HVERDAGEN IGEN

Dette var en uge med selvvudvikling og forkælelse, en uge hvor jeg fik fordybet mig i massage, Wuji Gong og ikke mindst min egen personlige udvikling.

Jeg har også taget Wuji Gongen med mig hjem i bagagen, og synes det er en skøn måde at starte dagen på, da det fylder mig med energi samt indre ro og glæde.

Jeg føler mig endelig parat til at åbne mit hjerte og lukke andre ind. Jeg fik på rejsen flere budskaber og redskaber med mig hjem, som nu skal til at udleves og implementeres. Jeg har for længe kontrolleret adgangen til mit inderste, og det har betydet, at jeg i længere tid har døjet med mange rygsmarter. Men det har også gjort, at jeg har skubbet muligheden for at opleve noget smukt og magisk fra mig.

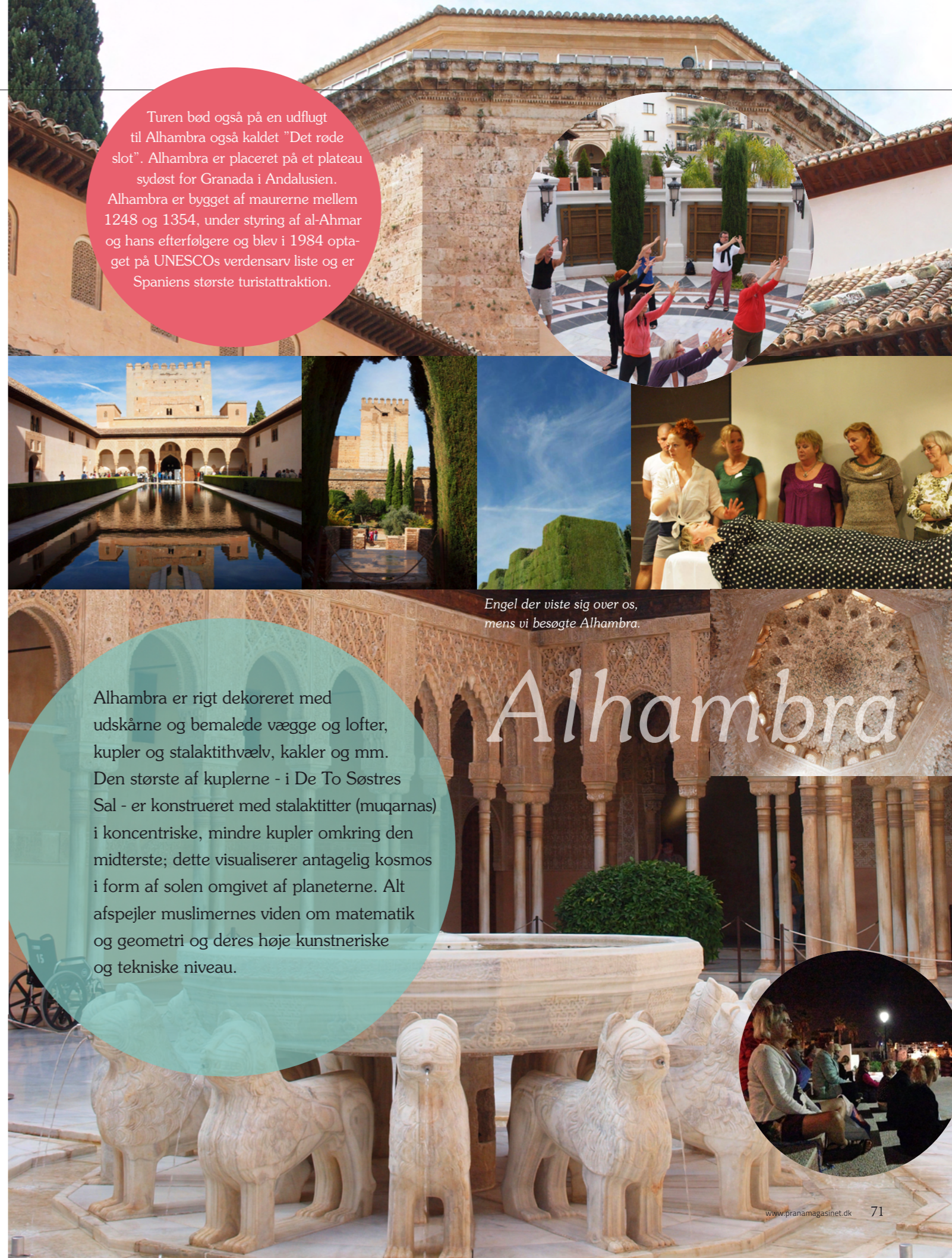
Jeg har fået "lort nok" Det indser jeg nu, takket være turen til Málaga. Angsten for at elske og blive elsket har fyldt alt for meget! Så nu er tiden inde til at give slip og nyde alt det gode, som livet har at byde på til et åbent hjerte. ●

Inspiration:

Læs mere om Wuji Gong på og find en lærer i dit nærområde: www.enlight-qigong.dk

Interesseret i at prøve inkarneringsmassage eller selv blive inkarneringsmassør se mere her: www.clairvoyance-engles-budskab.dk

Turen bød også på en udflugt til Alhambra også kaldet "Det røde slot". Alhambra er placeret på et plateau sydøst for Granada i Andalusien. Alhambra er bygget af maurerne mellem 1248 og 1354, under styring af al-Ahmar og hans efterfølgere og blev i 1984 optaget på UNESCOs verdensarv liste og er Spaniens største turistattraktion.



Engel der viste sig over os, mens vi besøgte Alhambra.

Alhambra er rigt dekoreret med udkårne og bemalede vægge og lofter, kupler og stalaktithvælv, kakler og mm. Den største af kuplerne - i De To Søstres Sal - er konstrueret med stalaktitter (muqarnas) i koncentriske, mindre kupler omkring den midterste; dette visualiserer antagelig kosmos i form af solen omgivet af planeterne. Alt afspejler muslimernes viden om matematik og geometri og deres høje kunstneriske og tekniske niveau.