

# Healing – stimulerer selvhelbredelse

Av Ingunn Brattlid, leder Det Norske Healerforbundet

**English summary:** Healing stimulates self-healing. Scientific research which supports a person as something more than its biology, can increase the understanding of healing, which is a holistic interrelational process between two persons. The aim is to help people to improved health, both physically, psychologically as well as spiritually, using hands-on healing, energy balancing, spiritual healing or other methods.

Healing is a natural method which activates the clients own self-healing processes, both for illnesses and other challenges in life. The situation regarding use of healing in hospitals and general practise in some countries is described. The purpose in such cases is to mobilise the body's own self-healing abilities to counteract any possible negative effects of medical treatments, e.g. chemotherapy which can strongly impact the body's immune system.

There is a problem in Norway concerning the definition of healing as an alternative *treatment* according to Norwegian law, since healing is about preserving and improving health in general, not *treatment* of illnesses. This is more in line with Salutogenese (creating health). The Norwegian Healers Association is working for a legal clarification and delimiting of treatment of illness vs creating health. Without knowledge based research about what happens in the relationship with the clients, healing will be a silent knowledge about stimulation of self-healing.

*På tross av kunnskap om mennesket bestående av både fysisk, psykisk, relasjonell og åndelige dimensjoner, eksisterer det fortsatt meninger om at det bør stilles fagkrav til healere innen anatomi og fysiologi. Det er å håpe at forskningsbasert kunnskap som definerer mennesket som noe mer enn sin biologi, kan bidra til økt forståelse av healing. Et menneske må sees i en bredere faglig sammenheng, for å kunne akseptere erfaringer om at healing bidrar til å stimulere klientens selvhelbredelse.*

De siste 20 årene har et reduksjonistisk syn på mennesket som er forbundet med naturvitenskaplige metoder og behandle mennesket som en kropp begynt å slå sprekker. Ny solid, fundamentert kunnskap konstaterer at mennesket er noe mer enn kropp og biologi. Mennesket er en helhet, og mennesket kan påvirke sin kropp gjennom sinnet, følelser og sin tro.



foto: Olav Fossbakken

Vitenskapen har også konstatert at det er en sammenheng mellom menneskelige livsvilkår og risiko for biologisk skjevutvikling og sykdom. Nettopp derfor er det en økende interesse for menneskers personlige livserfaringer, relasjoner, opplevelsen av mening og menneskets tro. Hvordan "tro" kan flytte fjell når det gjelder helse og sykdom er det forsket mye på og placeboeffekten er

bevist som en del av selvhelbredelses-kunsten som kan skje.

Healing er en helhetlig orientert mellommenneskelig prosess, hvor en ved håndspåleggelse, energibalansering, bønn, eller lignende spirituelt orienterte metoder søker å hjelpe mennesker til bedre helse og livskvalitet så vel fysisk, psykisk som åndelig. Healing er en naturlig metode hvor det er klientens indre, selvlegende prosesser som blir virksomme. Ofte forbinder man healing med energi og de varme hendene, men healing handler også om kommunikasjon og anerkjennelse av klienten.

En healer har utviklet sin bevissthet til å oppfatte klienten ut over sin kropp, og fornemmer eller ser klientens energifelt. Energifeltet avbilder både kroppens vitalitet, følelses- og tankestrukturer. Gjennom å bruke sin sensitivitet kan healeren merke og fornemme om klienten har ubalanser i sine energifelt, men klienten er selv en autoritet i forhold til opplevelse av egen helse og livssituasjon som er utgangspunktet for healingprosessen.

Det Norske Healerforbundet stiller krav til sine medlemmer. Blant annet faglig kunnskap om etikk og klientkommunikasjon hvis de vil bestå forbundets godkjenningsordning. Hvilke fagkrav som skal stilles til healere, er det forbundene selv som har myndighet til å bestemme, i henhold til Forskrift om frivillig registerordning.

Healeren kanalisere energi slik at klientens egne selvhelbredende krefter blir mobilisert som motvekt til utfordringer eller sykdom i livet. På det indre plan kan klienten føle at der hvor det før var indre uro og smerte, er noe blitt leget. Av denne grunn er både healing og flere andre helsefremmende tilbud som for eksempel meditasjon, yoga og terapeutisk touch integrert i flere

sykehus blant annet i England, Island, Nederland og USA. Formålet er å mobilisere kroppens egne selvhelbredende krefter som motvekt til medisinsk behandling, for eksempel cellegift i kreftbehandling som kan virke nedbrytende på kroppen. I England har healing fått en etablert posisjon i forhold til helsevesenet. Engelske leger som har ansatt healere i sin allmennpraksis beskriver healing som et naturlig fenomen som har bred terapeutisk verdi, er uten bivirkninger og kan benyttes komplementært til enhver annen terapi ved å styrke naturlige selvhelbredelsesmekanismer. I Norge tillater statens helsetilsyn komplementær alternativ medisin på sykehus (i brev av 30. Oktober 1995) under forutsetning at pasienten ønsker det.

Det kan være problematisk at healing juridisk sett i Norge er definert som en alternativ behandling i henhold til Lov om alternativ behandling av sykdom. Healing er å bevare og forbedre helse, ikke behandle og kurere sykdom. Salutogenese er læren om helsefremming som en motvekt til patogenese som vektlegger risikofaktorer og årsaker til sykdom. Salutogenese vektlegger fire områder i menneskers liv: Indre følelsesliv, mellommenneskelige relasjoner, daglige aktiviteter og eksistensielle spørsmål av å oppleve mening som til sammen representerer en helhetlig opplevelse som kan gi helse eller sykdom. DNH har tatt til orde for at det er behov for en juridisk tydeliggjøring og avgrensning av behandling av sykdom opp mot helsefremming. I dag er dette ikke er klart for andre enn helsepersonell som er underlagt helsepersonelloven.

Alle former for healing som en helsefremmende prosess er basert mye på hvordan healeren kanalisere og

bruker seg selv slik at healingenergien strømmer igjennom. En healer kan bruke ord som for eksempel «å klikke seg selv på plass» «å tømme seg», «hente ned energi» og «jorde seg». Mange mennesker gjør det automatisk og ubevisst gjennom dagen.

Det hadde vært å håpe at myndighetene gikk i dialog med de

alternative forbundene om hvilke fagkrav som bør stilles til healere. Videre bør klientens opplever av healing anerkjennes. Uten kunnskapsbasert forskning på hva som skjer i relasjon til klienten vil healing forbli en taus viten av erfaringer om hvordan healing stimulerer klientens selvhelbredelse.

### Referanser:

- «Hva er healing» Det Norske Healerforbundets vedtekter, Revidert utgave 2012
- «The new mind/body healing program. Dacher, Elliott S.: PNI Paragon House, New York 1993.
- «Menneskets biologi – mettet med erfaring» Getz L, Kirkengen AL, Ulvestad E. Publisert: 8. april 2011, No. 7, 8. april 2011, Tidsskrift Norske Legeforening 2011 131:683-7
- «Salutogenese og empowerment i allmennmedisinsk perspektiv» Walseth LT, Malterud K No. 1, 8. januar 2004 Tidsskrift Norske Legeforening 2004 124:65-6
- «Betydningen av en salutogen tilnærming for å fremme psykisk helse». Langeland, E. (2009). Sykepleien Forskning, 4, 288-296
- «Regeringen vill bygga broar mellan skol- och alternativmedicin» <http://www.regeringen.se/rattsdokument/kommittedirektiv/2017/04/dir.201743/>
- «Lov om alternativ behandling av sykdom mv.» LOV-2003-06-27-64 Helse- og omsorgsdepartementet <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2003-06-27-64>
- «Forskrift om frivillig registerordning for utøvere av alternativ behandling» [https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2003-12-11-1500?q=Forskrift om frivillig registerordning](https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2003-12-11-1500?q=Forskrift%20om%20frivillig%20registerordning)