

Et løft for LIVET

Af Vibeke Steinthal



Rikke Agersted, biopat og phytoterapeut, oplevede mødet med Shamanisme – den ældst kendte livsfilosofi - som en total forvandling i sit liv, både personligt og arbejdsmæssigt. Her fortæller hun om sin baggrund og sit virke, og i næste nummer af LIV & SJÆL skriver hun nærmere om Shamanisme.

"Jeg har altid været stærkt fokuseret på sundhed og økologi. Dog var vejen frem til mit nuværende ståsted ikke snorlige, men tog sig et par gevaldige spring," siger Rikke Agersted, som er en meget travl kvinde med fuldtidsjob i udstillings- og aktivitetscentret Experimentarium i Hellerup og sideløbende arbejde som biopat, phytoterapeut og shamanistisk healer i Roskilde.

Rikke startede med at studere geologi, men fandt efter halvandet år ud af, at det ikke var det rigtige for hende, så hun fik job på Experimentarium som udstillingspilot, der formidler naturvidenskab til publikum. "En dag så jeg en annonce fra Biopatskolen og vidst med det samme, at det var den vej, jeg skulle. Så samtidig med jobbet uddannede jeg mig over to år til biopat – eller naturopath, som det hedder i dag. Med

i uddannelsen var phytoterapi, behandling med lægeurter. Da jeg også var alene med to børn, var jeg stort set aldrig "af gulvet", men tabte ikke humøret, fordi alle tre gøremål – børnene, jobbet, studierne – betød rigtig meget for mig."

Rikke blev færdig med uddannelsen i 2000 og startede klinik to gange om ugen. Der gik dog ikke lang tid, før hun følte, at hun manglede et redskab. Behandling med naturlægemidler og urter hjalp mange, men ikke alle.

"Jeg blev klar over, at jeg ikke var tilstrækkeligt i stand til at hjælpe klienter på det følelsesmæssige og psykologiske plan. Igen var tilfældet med mig, selv om jeg tror, at der meget ofte ligger en dyber mening med det, der ser ud som tilfælde. I hvert fald var jeg inde i en boghandel og fik øje på bogen "Shamanens Vis-

dom" af cubaneren Alberto Villoldo. Jeg følte mig lige på stedet stærkt tiltrukket af bogen, købte og læste den. Allerede efter få sider vidste jeg, at den bog handlede om det redskab, jeg manglede.

Et nyt liv

"Jeg fandt så frem til, at forfatteren for første gang holdt et kursus i Europa – nærmere betegnet Holland. Uden at ane hvad jeg ville få ud af det kursus, meldte jeg mig, og det blev begyndelsen til et helt nyt liv for mig med en langt dybere tilgang til livet og til andre mennesker."

Videre studier i shamanistisk healing tog Rikke i USA, og i 2003 deltog hun i en spirituel rejse til Peru for at arbejde sammen med shamaner.

"Mødet med så meget visdom og spiritualitet gav mig et fantastisk løft, som



jeg brænder for at videregive til andre. Shamanismens udgangspunkt er troen på menneskets tætte samhørighed med jorden og naturen og på universets kraft, det såkaldte animistiske livssyn. Det anerkender, at ikke blot mennesker og dyr, også planter, sten og elementer er levende og besjælede, og at en shaman kan kommunikere med dem alle på det energimæssige plan. Netop den kommunikation er vigtig i shamanistisk healing. I healingen går jeg ind på den energi, der hører sammen med klientens problem. Dermed søger jeg at fjerne roden til problemet og bringe energien i balance ud fra en viden om, at fysiske symptomer altid stikker dybere. Mange hænger fast i uhen-

Rikke Agersted med en kvindelig shaman – Bernadina – under et spirituelt ophold i Peru i 2003.

sigtsmæssige mønstre, og jeg hjælper klienten med at få forløst blokeringerne og dermed blive i stand til at udfolde sit fulde potentiale."

Indre rejser

Under healingen bliver jeg ofte vejledt af stærke følelser, sansende indtryk og afor, beskeder fra den åndelige verden. Eller jeg gribes af en klar vished om situationen og om, hvordan jeg kan hjælpe. Andre gange tager jeg på en indre rejse til ånderverdenen for at finde svar. Nogle gange får jeg at vide, at klienten selv skal foretage den indre rejse, og jeg følger med som guide blandt andet for at få klarhed over, hvad han/hun skal lære af sin situation. Hvis jeg skal beskrive disse indre rejser, sker det, at et flow af billeder kommer til mig, og de billeder rummer rådgivende budskaber. Billederne er altid helt forskellige og handler meget klart om det problem og det menneske, som har opsøgt mig.

Det var som at komme hjem, da jeg fandt den shamanistiske vej, og jeg

Et løft for LIVET



betragter det som en stor gave at få lov at være det redskab, klienterne vælger til at ændre ting, der ikke fungerer i deres liv. Såvel fysiske dårligdomme som følelsesmæssige og psykiske problemer kan behandles med shamanistisk healing."

Rikke giver et eksempel på en hurtig og effektiv behandling. En ung mand opsøgte hendes medlemscenter i brystet. Læger havde stillet diagnosen muskelsprængning, men diverse behandlinger var forgæves.

"I vores indledende samtale nævnte han, at tæppet var blevet revet væk under ham, da hans mor brød alvorligt sammen. Ved at gå ind på energierne i hans hjerte chakra lykkedes det mig at gøre ham næsten smertefri ved første møde. Andengang mærkede jeg dog, at noget stadig var galt og gik denne gang ind på hans vrede mod den person, der var skyld i moderens sammenbrud. Ved tredje møde meldte den unge mand glædeligt nok, at smerten nu var helt væk. Lignende oplevelser har jeg allerede haft mange af, og ser frem til mange, mange flere."

Respekt for naturen

Det naturmedicinske arbejde står også Rikkes hjerte nær og rummer nogle budskaber, som hun finder utroligt vigtige i en tid, hvor maden bliver mere og mere forarbejdet og unaturlig.

"Biopati/naturopathi bygger på samme grundlæggende holdninger som i shamanismen. Det handler om at ære jorden og den verden, vi lever i. At vi skal behandle jorden og alt levende med respekt og kærlighed.

Rovdrift, ødelæggelse og forurening af naturområder m.m. er især mod-



sætning til det shamanistiske livssyn. Biopati/naturopathi har klare holdninger til økologi, sundhed, forebyggelse af sygdom og minimalisering af kemikalier og underlødige stoffer i fødevarer, kosmetik med mere. Ulykkeligtvis er jorden i dag så ødelagt og udpint, at der skal et kæmpearbejde gennem mange år til for at genoprette skaderne og åbne op for en ny og renere verden."

Om sit arbejde med biopati/naturopathi nævner Rikke vigtigheden af ikke at fare vild i junglen af kosttilskud og naturlægemidler. Hun efterlyser mere information om det enkelte produkt og finder det forkasteligt, at man kun kan få klar besked om konventionel medicin.

"Der smides for mange penge ud på forkerte eller utilstrækkelige produkter. Der findes jo mange forskellige udgaver af hvert middel, så jeg ser det som en væsentlig del af min opgave at vejlede den klient om det bedste gennede. Ognår det gælder phytoterapien – behandling med lægeurter – er der rigtig mange valg ligeledes afgørende, for der findes flere hundrede, og jeg sætter altid en kur helt individuelt."

Blandt sikre naturlægemidler fremhæver Rikke rød solhat, der går under navnet Echinacea samt Aloe Vera, der renser og læger både indvortes og udvortes. Hun kalder C-vitamin et af de mest alsidigt virkende kosttilskud, og vedrørende friske urter understreger hun, at de skal være økologiske.

Foruden sit virke som behandler og som medarbejder på Experimentarium, har Rikke Agersted overskud til at holde foredrag om sine erfaringer og skrive artikler om sundhed blandt andet her til LIV & SJÆL. I de to næstenumrerede hæfter om tamponens skadelige virkning og om de gavnlige sider af hamplanten. Vi ser frem til mere.

Se også

www.helseklinikken-agersted.dk