

Manden med røntgenfingrene

Marcus Thais Heller er body sds-terapeut, og det betyder, at hans følsomme hænder kan fortælle ham alt om en patients tilstand. Behandlingen er både fysisk og psykisk, og at den virker, kan to kvinder fortælle om her.



FINGRENE "SER" UBALANCER

Sundhed handler ifølge Marcus Thais Heller om, hvad vi gør ved kroppen, hvad vi putter i den, og hvordan vi har det psykisk.

– Folk lever med rigtig meget og kan over en længere periode ligefrem vænne sig til at have smerter eller være hæmmet på en eller anden måde. Ofte er der tale om årelange forløb, hvor ubalancer langsomt bygger sig op, indtil der en dag kommer svære symptomer. Jeg havde en kvindelig klient, der i mange år ikke havde været i stand til at dreje hovedet på grund af spændinger i nakke og skuldre, og efter behandlingen blev hun meget forbavset over, at hun kunne se til begge sider uden at skulle dreje hele kroppen med.

Body sds bygger på en holistisk overbevisning om, at mennesket er et hele, hvor krop og psyke hænger nøje sammen.

– I løbet af behandlingen, mens klienten ligger på en briks, lader jeg hænderne glide ned langs

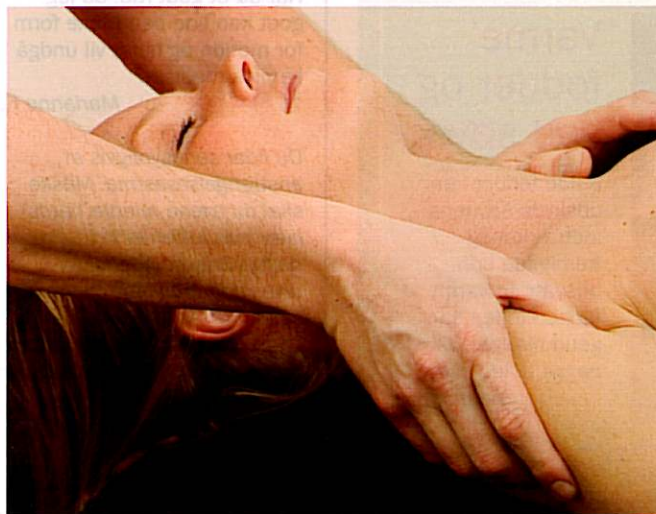
vedkommendes rygrad for at løsne musklerne og få dem til at slappe af, så eventuelle skævheder kan sættes på plads. Efterhånden gennemgår jeg hele kroppen og får derigennem et tydeligt billede af tilstanden, fordi mine hænder på en måde røntgenfotograferer undervejs.

– I højre arm ligger for eksempel tyktarmsmeridianen, og hvis den er spændt, er der problemer med fordøjelsen. På lårene ligger meridianerne for leveren, der gemmer på vores vrede, så mens jeg løsner spændingerne, opfordrer jeg til, at følelserne får lov til at komme ud. Ved at mærke i nakken får jeg et billede af de steder, hvor kroppen spænder. Galde- og mavemeridianen går dér og giver mig øjeblikkeligt en fornemmelse af de gener, klienten har.

– Jeg ser sådan på det, at jeg hjælper mennesker med at redde sig selv, for det er dem, der har værktøjet. Jeg kan støtte på vejen, men de må selv gå vejen, siger Marcus Thais Heller.

Body sds, som er en dansk behandlingsmetode, står for Body Self Development Systemet og bygger på kroppens evne til at vedligeholde og helbrede sig selv. Hvis man bare giver den lov. En behandling af cirka en times varighed er baseret på forskellige massageteknikker, åndedrætsøvelser, akupressur og zoneterapi, manipulation af led og eventuelt samtaletterapi.

Marcus Thais Heller behersker alle teknikker og er desuden ved at uddanne sig til kost- og ernæringsterapeut på Institut for optimal Ernæring. Han forklarer, at nogle klienter kommer udelukkende med fysiske gener, men ofte bygger behandlingen på både fysiske og psykiske teknikker, og hyppigt kommer der desuden spørgsmål om gode kostvaner ind i billedet.



Skriv til os

Gode råd bør gives videre til andre, så hvis du har haft en sygdom, gene eller lidelse, der er blevet kureret med naturmedicin eller alternativ behandling, så skriv til: Hendes Verden, Hellerupvej 51, 2900 Hellerup. Mærk kuverten "Naturligvis". Eller send en e-mail til: naturligvis@hendesverden.dk

KONTAKT TIL MIN VREDE



Susanne Toft, 32-årig fotomodel og lærerstuderende, følte sig i en temmelig dårlig forfatning, da hun første gang besøgte body sds-behandler Marcus Thais Heller. Hun har fået tre børn i løbet af fem år, men er fraskilt og følte sig både stresset og udmattet. Hun havde foruden en del småskavanker også så massive rygproblemer, at hun en gang imellem ikke kunne røre sig. Gennem mange år har hun desuden jævnligt lidt af forstoppelse.

– Til et selskab sad jeg og hørte på snakken omkring bordet, at næsten alle havde prøvet body sds, og jeg fik straks på fornemmelsen, at det var noget for mig. Efter i årevis at have båret børn på hoften, var jeg skæv i hele kroppen, men selv om en kiropraktor kunne hjælpe her og nu, syntes jeg, at der manglede noget. Det var en kæmpe oplevelse at blive behandlet af Marcus, der har de mest utrolige røntgenfingre, og efter at være blevet manipuleret og masseret, fløj jeg fra klinikken.

– Noget af det, som betød mest allerede fra første gang, var at få lært, hvordan jeg kan trække vejret helt igennem. De fleste voksne trækker det kun overfladisk, men det skal i bund – så at sige slippes løs,

så det bliver frit. Marcus taler om, at mennesker skal give sig selv plads og ikke holde igen på alle mulige følelser. Ved at han åbnede til solar plexus, hvor åndedrættet passerer, fik jeg kontakt med min krop, og det blev muligt for mig at se en del konflikter i øjnene og få kontakt ikke mindst til min vrede.

– Jeg opfatter det sådan, at Marcus har fået prikket hul ind til problemerne, så de kan slippe ud, og jeg er kommet af med en masse affaldsstoffer. En gang imellem sveder jeg voldsomt under behandlingen, netop fordi kroppen renser ud. Det er fast, at Marcus masserer min hals, der er modspillet til spændinger i nakken. Der ved – har han fortalt – lukker han op til lymfesystemet, så kroppen nemmere kan slippe sine affaldsstoffer.

– I begyndelsen kom jeg en gang om ugen, og jeg bliver ved med at få behandlinger, måske en gang om måneden eller hver 6. uge, fordi jeg gerne vil holde det gode resultat ved lige. Nu véd jeg, at træning og en stabil holdning af hele kroppen er vigtig. De gode resultater kom rigtig hurtigt, og min ryg har det fint nu, ligesom fordøjelsen fungerer, siger Susanne Toft.

FAKTA

Der hører en speciel type gymnastik med til body sds-systemet, og den er et redskab til selvbehandling og vedligeholdelse af kroppen. Læs eventuelt mere på www.manuvision.dk

En behandling koster 550 kr., og de lidelser, som body sds kan afhjælpe, er ifølge Marcus kredsløbsvanskeligheder, ømhed, eksem, allergi, fordøjelsesproblemer, forstuvninger og andre skader på bevægeapparatet, kold skulder, tennisalbue, museskader, ryglidelser, piskesmæld m.m.

Marcus Thais Heller behandler i:

Manuvision Huset
Bernhard Bangs Allé 25
2000 Frederiksberg
Tlf. 30 29 49 36

E-mail: mth@lifebalance.dk
Internet: www.lifebalance.dk

Ondt på en god måde

– Jeg kan virkelig mærke, at der sker noget under behandlingerne, fortæller 35-årige Julia Kvist, der er pædagog i en vuggestue og desuden læser til psykoterapeut.

– I begyndelsen kan behandlingen gøre ondt, men det er paradoksalt på en god måde, fordi smerten forløser. Jeg har haft megen glæde af at lære, hvordan jeg kan spænde af i åndedrættet.

– Mit problem startede for knapt et år siden, da min ene arm begyndte at sove om natten, og fingrene blev følelsesløse. Det var meget underligt og gav store smerter. Jeg måtte op hver nat flere gange for at ryste armen, og til sidst var jeg helt udmattet af mangel på søvn. Marcus kunne konstatere, at jeg spændte meget i skuldre og nakke, men nu hvor jeg er blevet løsnet, har jeg lært at lytte til mig selv og handle på mine egne ønsker mere end på andres. Allerede første gang oplevede jeg en klar bedring, og efter andet besøg fik jeg min nattesøvn uden afbrydelser.

– At komme her betyder velvære. På briksen



slapper jeg af i en grad, der er helt meditationsagtig. Jeg føler, at jeg investerer i mig selv og min fremtid ved at lære min krops svage punkter at kende og ikke mindst ved at få den vedligeholdt, siger Julia Kvist.