

En kropp i balanse



Isabell Stangeland Flatland driver Klinikk Bedre Helse i Drammen. Her tilbyr hun bl.a. behandling ved hjelp av kinesiologi og kostholdsveiledning etter analyser av blodet. Hun gir også selvhjelpskurs med enkle øvelser du gjør hjemme. Dette trener kroppen til å sette i gang utrensning av toksiner, parasitter, sopp og giftstoffer, via utrensningsorganene.

Har du indre stress, er sliten og føler deg slapp uten helt å finne ut hvorfor? Har du uforklarlige smerter? Kanskje sliter du med kvinneplager? Eller bare vondt i magen? Psykiske og eller følelsesmessige utfordringer? Har du angst? – Hit kan du komme med alt, sier Isabell Stangeland Flatland.

►► TEKST: NINA RINDAHL. FOTO: HANNE ELFVING

- Kinesiologi handler om å finne en balanse i kroppens energisystem, for på den måten å hjelpe oss til å møte livets utfordringer, forklarer Isabell. Behandlingen går ut på at vi ser på kroppen som «en maskin», vi er både mentale, emosjonelle og fysiske. Dersom det er ubalanse i eksempelvis det fysiske, trenger det ikke nødvendigvis å være der det har startet, men eventuelt i det mentale eller emosjonelle/følelsesmessige. Vi trenger å angripe utfordringen der hvor den har startet og ikke undertrykke ved å behandle symptomet.

Kroppen har en unik evne til å helbrede seg selv og restituere seg. Men noen ganger stopper den naturlige prosessen opp. Dette kan gjøre at du føler deg tom for energi eller får smerter som er vanskelige å forklare.

- En kollega, Merete Bjerke,

forklarer det på denne måten, sier Isabell:

«Restitusjon er en naturlig prosess for oss. Når vi kutter oss i fingeren, tar vi det som en selvfølge at vi restituerer – at kuttet gror av seg selv. Det samme tenker vi om en vanlig forkjølelse, - det går over etter hvert. Noen ganger greier ikke kroppen å gjøre jobben sin, det blir for mye eller den mangler neurologisk trening til å takle spesifikke utfordringer. Den naturlige prosessen stopper opp, og vi klarer ikke lenger å restituere i takt med utfordringene. Utfordringene kan være både fysisk og psykisk, det kan være usunn mat og stimuli over tid, eller det kan være perioder med for mye stress. Da kan du merke at du ikke våkner uthvilt lenger og at kroppens naturlige evne til restitusjon blir svekket. Dette kan gå over lang tid, til vi utvikler symptomer som vi ikke lenger kan overse.»

Vi blir styrt både av frykt, vaner og våre overbevisninger. Det handler om å restarte kroppens hukommelse og bli bevisstgjort på at man kan velge å forholde seg til situasjoner på en annen måte. Ved en konsultasjon vil du få utfyllende og ikke minst individuelle råd.

For mer informasjon, besøk www.klinikk-bedrehelse.no eller ring Isabell på 950 86 037.