

Access Consciousness

# Kraniets 32 eventyrlige porte

En bevidsthedsbølge skyller ind over os og vi har konstant brug for supplerende teknikker for at matche viden og ubalancer hos vores klienter. Et intensivt "bars-kursus" blev det bedste jeg nogensinde har gjort!

Af Zone- og massageterapeut Mette Barfoed

Som zoneterapeut og massageterapeut har jeg gennem en årerække været på jagt efter supplerende terapier og behandlingsformer, der kunne give mig værktøjer til at dække de ønsker og behov, der kommer fra mine klienter. Det er tydeligt, at der er en stor bevidsthedsbølge i gang i disse år. De klienter, der i forvejen behandles alternativt, ved rigtig meget og søger hele tiden nye veje til en større bevidsthedsforståelse, og derfor er kravene til os som behandlere også blevet større, hvis vi altså ønsker at være en del af det, der rører sig derude. Personligt synes jeg, det er vanvittig spændende at udvide min horisont, så jeg har flere indgangsvinkler til de ubalancer, jeg bliver præsenteret for. Det er jo i princippet et puslespil, vi skal hjælpe vores klient med at samle, så de får en helhed, et samlet billede at tage afsæt i.

## Blev ved med at poppe op...

Jeg har ud over zoneterapien og div. massageformer de seneste år brugt EFT og Matrix Reimprinting i min klinik i kombination med Metamedicin eller Metasundhed, som det hedder i dag, og alle er super fantastiske værktøjer, så jeg

*"Det er et puslespil, vi skal hjælpe vores klient med at samle, så de får en helhed at tage afsæt i."*

burde egentlig være mættet, men af en eller anden årsag blev jeg ved med at støde ind i Access Consciousness, og efter syv-otte måneder, hvor det ligesom blev ved med at poppe op, blev jeg alligevel for nysgerrig og besluttede mig derfor for at deltage i et "Bars kursus", som det hed. Jeg havde ikke rigtigt nogen ide om, hvad jeg gik ind til, men tænkte, at det sikkert var super fint at lære en supplerende teknik, så jeg var meget åben, da jeg mødte op til min første Bars træning.

På grund af en voldsom snestorm var vi kun to personer, der mødte frem, så denne otte timers Bars dag var ekstrem intens og svær, for jeg har altid været en kontrolfreak, og jeg brugte en masse energi på at holde fast i min kontrol, for

*Mette ser bars som muligheden for at blive "nulstillet". Få ryddet op på harddisken, tøm skraldespanden og finde frem til den indre glæde. Siden hun stødte på bars og Access Consciousness har hun modtaget flere end 800 behandlinger og selv givet et hav. Senest har behandlingerne afgørende øget livskvaliteten for hendes to ældste døtre, der er født med sjældne handikaps. Mette er i dag certificeret Access Consciousness Facilitator og Body Process Facilitator.*

"Jeg oplevede, at mine klienter var ellevilde, faktisk så meget, at mine behandlinger forandrede sig - i løbet af kort tid var det en tredjedel af det, jeg lavede."

hvis jeg ikke havde den, hvem var jeg så?... men det var svært, og efter otte timer var jeg fuldstændig "færdig" - på den gode måde - og fyldt op af en indre ro i mit hoved, som jeg normalt ikke kender så meget til.

### Klienterne elskede det

De følgende fire måneder var fyldt med mere efteruddannelse, så jeg fik ikke gjort så meget mere ved Bars ud over at tilbyde dem i klinikken, hvor jeg oplevede, at folk var ellevilde, faktisk så meget, at mine behandlinger forandrede sig på den måde, at i løbet af ganske kort var mere end en tredjedel af det, jeg lavede Bars. Nysgerrig efter mere og flere værktøjer besluttede jeg mig for at fortsætte, så jeg selv kunne undervise i Bars-workshops, det krævede ikke det helt store arbejde, til gengæld fik jeg nu lov til at undervise en dag om måneden, hvilket var et ønske, jeg længe havde haft.

### Uddannede mig til facilitator

Jeg oplevede ofte, at der var mange spørgsmål, jeg ikke kunne besvare fyldestgørende, fordi Access Consciousness rummer så mange informationer, så derfor tog jeg endnu et skridt videre og uddannede mig til Certificeret Facilitator,



*Fra en brik lyder let snorken, mens de øvrige klienter skiftevis spjætter og ler, fordi det kilder af energi.*

hvor jeg kan undervise på højeste niveau, vi kan få lov til at undervise på.

Rejsen hertil har været meget udfordrende, jeg har lært så meget, og så meget har forandret sig i min klinik og i mit privatliv efter den lange stribe af work-

shop og tests, jeg har været igennem, men det er nok den mest fantastiske personlige rejse, jeg har oplevet, der har rustet mig til at møde verden og mine klienter fra et helt andet sted end tidligere og med et helt andet afsæt. →

## På bars workshop

Hvad hvis din krop var et kompas, som kunne vise dig livets hemmeligheder, mysterier og magi?

Mette Barfoed har inviteret til bars-workshop i hjemmet i Ejby, hvor hun har sin klinik badet i gyldenvarm Provence-stemning, inspireret af yndlingsferiemålet. Udenfor skinner solen, dejlig dag - nu skal vi lytte og slette begrænsende overbevisninger. Bars er populært og kan læres af alle, så dagens deltagere er et kærligt miks af professionelle og en "almindelig" familie fra Jylland. Far, mor og søn har fundet vej og glæder sig.

### Strutter af energi

Mette strutter af energi og får det spirituelle til at falde blidt ned mellem deltagerne... mange af de udsagn, der følger bars og Access Consciousness kan lyde lidt højtflyvende og mystiske. Men det er slet ikke ord, det handler om, og Mettes undervisning skrider hurtigt frem. Det handler om en væren og en teknik, som alle kan lære og have glæde af at praktisere på hinanden. Mette fortæller om pædagoger på hendes handicappede datter institution, som nu tager træning efter at have konstateret metodens effekt. Og om hendes mand, ingeniøren, der modstræbende må erkende, at det rykker - forleden deltog han i et kursus for selv at lære at behandle. →



## Access Consciousness

# Kroppen giver slip på gammelt skidt



Reaktionen under en bars-behandling kan være meget voldsom, nogle bliver kede af det, nogle ryster og andre bliver vrede. Men hold ved, intet er farligt og udrensningen er i gang.

Hvad er Access Consciousness? Ja direkte oversat betyder det adgang til mere bevidsthed, og det er i alt sin enkelthed, hvad det er. Et sæt redskaber, der kan få din klient til at blive opmærksom og nærværende i sit liv og mere sig selv i stedet for at være "ude i alle andre" og gøre, hvad andre har behov for.

### Punkterne aktiveres

Basis-redskabet i "bars" er 32 punkter på hovedet. Under en behandling aktiveres disse punkter, der alle har en betydning for for eksempel kontrol, kreativitet, kommunikation, forholdet til alder, sex,

penge m.v. Reaktionen under en Bars-behandling kan være meget voldsom, nogle bliver kede af det, nogle ryster, nogle sover og andre bliver vrede og irriterede, alle reaktioner er blot udtryk for, at kroppen og underbevidstheden giver slip på gammelt skidt, så det er vigtigt at hjælpe klienten under behandlingen med de værktøjer, man lærer under en bars-workshop - eller hvor højt man nu ønsker at uddanne sig.

### Som kombination eller alene

Bars kan kombineres med for eksempel massager, men også i kombination med

### Briksene slås op

Efter en kort præsentationsrunde, hvor deltagerne blidt, men bestemt bliver fanget i negative overbevisninger: Jeg kan ikke, jeg er altid... Hov, "siger hvem?" ... går træningen i gang.

Mette skynder på sin flok, for der er ingen tid at spille på den intensive workshop.

De seks deltagere arbejder i hold af to. Briksene slås op. Familien fra Jylland fordeler sig. Og instruktionen går i gang. Systematisk gennemgår Mette den indledende øvelse, der handler om energi, der trækkes i en enkel cirkulation mellem klient og behandler.

Undervejs understreger Mette, at hver gang, man "kører" en andens bars, vil de udfordringer, klient og behandler har tilfælles blive opløst. Rar tanke.

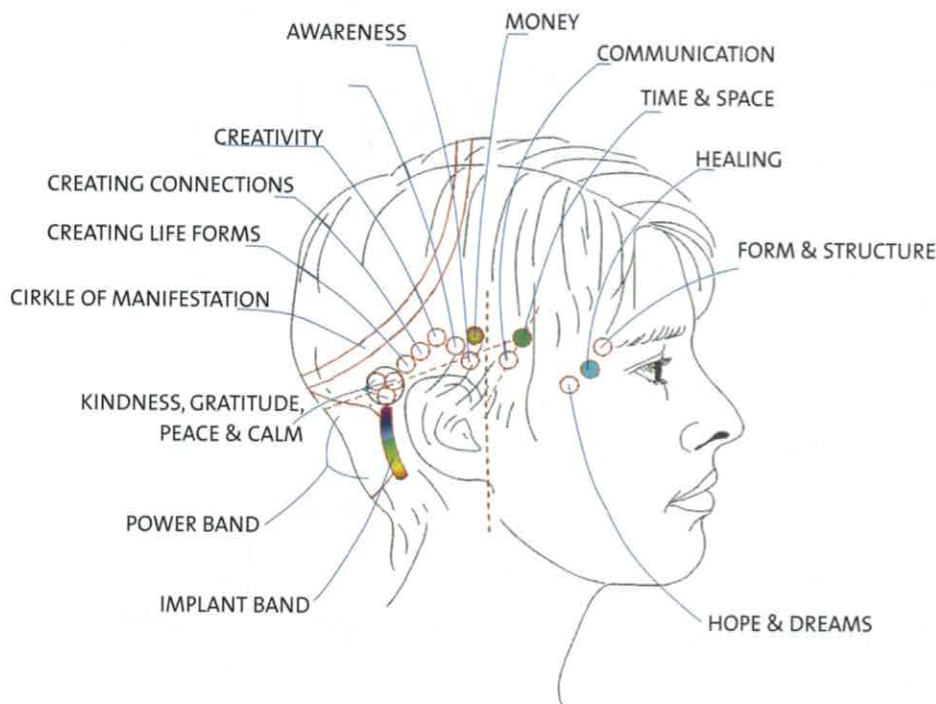
### Kroppen klar til forandring

Så er det tid til det første greb: Power Band . En hånd under klientens baghoved og en berøring af det tredje øje. Det føles energifuldt. Mette taler om, at alt, der nu er villigt til at forandre sig, vil kunne forandre sig....

### Så skal der bowles

... siger Mette med smittende energi og vi lader pege-, lange- og ringefingre glide ned under øret på vores klients hoved hvor de overraskende nemt glider på plads i Implant Band. Det er her, vi gemmer overvejelser, tanker, holdninger, ideer, tro og følelser – ingen ringe port til øget bevidsthed. De tre fordybninger føles virkelig som hullerne i en bowlingkugle – som skabt til bars-greb? Mystisk. Hvert hul sit energifokus: Penge, Kontrol og Kreativitet.

Siden følger andre greb: Håb og Drømme... Punktet ligger neden for Healing - en smule bag øret, instruerer Mette.



zoneterapi - eller måske kan man tilbyde en dobbeltbehandling? Mulighederne er mange, jeg har dog erfaring for, at der ikke bør laves dobbeltbehandlinger på klienter, man ikke kender i forvejen for at beskytte sig selv, da en bars-behandling alene kan være rigeligt for nogle klienter afhængig af, hvad de har af ubalancer.

### Body Process - kroppens sprog

Som kropsterapeut har jeg også lært Access Consciousness kropsarbejde og er uddannet Body Process Facilitator. Her har jeg lov til at undervise op til otte ti-

Det er ganske gratis.  
Energien er høj  
disse aftener -  
og mine vægge og  
jeg elsker det.

mer i forskellige kropsprocesser, hvor man fuldstændig som ved bars-workshops arbejder på punkter. Her er det så ikke på hovedet, men på kroppen i kombination med verbale processer og det, du i øvrigt lærer under workshoppen f.

eks i forhold til vores krop; at være besat af mad: "Så hvad er du sulten efter?"

### Kom og byt - lær om bars

I dag er der ikke meget zoneterapi i min klinik i forhold til tidligere, og undervisningen tager virkelig til nu, hvor jeg kan tilbyde bars-workshops, videregående workshops, der hedder Foundation og Level 1, hvor man lærer et hav af dynamiske processer samt Body Process workshops.

Derudover tilbyder jeg én gang om måneden en aften, hvor man kan komme og bytte en bars- eller Bodybehandling med andre behandlinger. Det er ganske gratis, og energien er høj disse aftener - og mine vægge og jeg elsker det.

### En livsforandrende rejse

Det har været en meget spændende, omend hård rejse, jeg har været på her, men det at kunne hjælpe andre til at træde ud af deres komfort-zone og finde deres personlige rejse er nok én af de største gaver, jeg har fået lov til at kunne bidrage med, og jeg glæder mig til at kunne dele disse værktøjer med alle, der har lyst til at vide mere om Access Consciousness.

Kontakt mig på:

[www.klinikformetasundhed.dk](http://www.klinikformetasundhed.dk)

### Taknemmelighed og Fred

Fra en briks lyder let snorken, mens de øvrige klienter skiftevis spjætter og ler, fordi det kilder af energi. Videre med Sorg og Glæde, Venlighed, Taknemmelighed, Fred og Ro, Kommunikation og Sexualitet.

Fingrene kommer på en gymnastisk øvelse med "Aging Toaster. Men det går, og der succes fra briksene, hvorefter alle forknytte energier til slut slippes fri - slettes som af en harddisk med grebet for Restrukturering.

Vi slutter af med te, kaffe, frugt og chokolade - og en varm snak, mens Mette tildele os vores certifikat.

- mea

