

## Artikel i 'Lysstrejfet' 3/2007

### Café Sygemeldt

Siden 1. februar har sygemeldte og fleksjobbere hver tirsdag kl. 10-13 kunnet mødes til foredrag og udveksling i Café Klaptræet på Kultorvet i København. Entré koster kr. 50. Projektet er startet af Susanne Kjær, som har været socialrådgiver i næsten 30 år, men nu er gået selvstændig. Det er ren velgørenhed fra hendes side på nuværende tidspunkt, men det er vigtigt for hende at skabe et forum og et fristed, som går på tværs af kommunale hensyn og begrænsninger.

Jeg læste første gang om Café Sygemeldt på netværket Morgendagens Heltinder. Jeg er selv sygemeldt med stress, men meldte mig straks under fanen som mulig foredragsholder. Jeg blev dog i første omgang sat på en stol som deltager - og det var jeg rigtig glad for! Det havde jeg nemlig brug for. Det har vist sig at være et fristed for mig, hvor jeg kan tillade mig at sænke paraderne, der som regel er oppe i forhold til familie og venner.

Men da jeg bl.a. har brugt mit ufrivillige stop på arbejdsmarkedet til at begynde med reiki healing, kunne jeg allerede anden gang ikke holde mig i ro. Det begyndte næsten at brænde i håndfladerne under præsentationsrunde, hvor folk fortalte deres historie. Jeg ville så gerne hjælpe, så i pausen snakkede jeg lidt med de to nærmeste og fik lov til at lægge hænderne på deres skuldre, da vi startede op igen. Inden vi var færdige 2 timer senere, havde jeg været hele raden rundt - inklusive foredragsholderen!

Det gav en fantastisk positiv stemning, og Susanne og jeg blev lynhurtigt enige om, at det skulle være et fast indslag hver anden uge. For mig er det en stor oplevelse at kunne introducere reiki healing til en række mennesker, som ellers aldrig

har hørt om det. Jeg glemmer ikke, da en kvinde med kroniske rygsmerter kiggede dybt undrende på mig og godt ville vide, hvad det egentlig var, jeg havde lavet, for lige nu gjorde det pludselig ikke ondt. Det er ikke alle, der mærker noget af 15 minutters reiki, men uden undtagelse er alle utrolig glade for blot at få den omsorg, der ligger i det.

Det er selvfølgelig fuldstændig frivilligt, om man vil modtage reiki, men når nyttilkomne ser de andre nyde det, vil de som regel gerne prøve det. De, der virkelig har brug for det og er positive, får tilbudt, at jeg sender fjernhealing til dem i fire aftener, og så snakker vi om virkningen næste gang vi ses.

Menneskeligt er det en stor tilfredsstillelse at kunne gøre noget for nogen, der virkelig har brug for det. Som reiki healer giver det nogle virkelig spændende behandlingsmuligheder.

Som alternativ behandler ser jeg det som et lille, men vigtigt skridt i retning af at bringe vores verden og den mere etablerede verden tættere på hinanden.

Vi har gjort flere ugeblade interesserede i historien om Café Sygemeldt.

Den vil blive bragt i løbet af efteråret, og vinklen med reiki healing er med!

Vil du være med? Det ville være skønt, hvis alle kunne få 30 min. hver eneste tirsdag. Det er god træning uden præstationskrav, hvis du er nyuddannet. Det behøver ikke at være reiki, og du binder dig ikke til noget.

Er du selv sygemeldt eller kender du nogen i Københavnsområdet, som er, så fortæl endelig om det. Lige nu findes kalenderen på min hjemmesid under Café Sygemeldt.

*Karin Kristensen*

*Blåregn Allé 2, 2770 Kastrup*

*Tlf. 60 67 68 34*

*www.KarinK.dk*