



” Att vara zonterapeut är ett detektivarbete. Jag har inte alla svar men jag kan börja nysta i det. ”



**Företag:** Kurama  
**Ägare:** Lena Glavén Salin  
**Startade:** januari 2022  
**Ort:** Bollnäs  
**Verksamhet:** Förebyggande inom friskvård och hälsa genom zontoterapi, lymfmassage och reikihealing.  
**Kontakt:** 073-083 76 69, Facebook & Instagram

## Lena bytte karriär mitt i livet - från lärare till zonterapeut

**V**i hälsade på hos Lena Glavén Salin, en Bollnäsbo med positiv livssyn och stor nyfikenhet att lära sig mer. Hon valde att följa sin dröm och bytte karriär mitt i livet. - Ja, det stämmer säger Lena, jag har alltid haft ett intresse och dragningskraft åt det holistiska hållet. I början av 90-talet tog jag min lärarexamen, och har fram tills för två år sedan jobbat inom skolan. Det är ingenting jag ångrar, tvärtom, det har gett mig mycket glädje och fantastiska möten med människor i alla åldrar. - Ni vet hur det kan vara, livet snurrar på med jobb, småbarn och tiden för mig själv fanns inte då, berättar Lena.

- Redan i slutet av 90-talet beställde jag hem kataloger från Axelsons, för att läsa om vilka spännande utbildningar de hade inom mitt intresse säger Lena. Det har alltid funnits där i tankarna, och längtan blev så stark för några år sedan. Jag började plugga på Axelsons och utbildade mig till zonterapeut och lymfmassör där, samt även inom reikihealing hos certifierade reikimasters.

- Jag gillar att utvecklas vidare, är nyfiken och känner en stor tacksamhet till mina nära och kära som har stöttat mig till hundra procent i mitt val att ”våga” byta karriär och starta eget. Det riktigt lyser av energi när Lena berättar om sin resa.

” Det här kan jag jobba med livet ut! Det ger mig så mycket energi att hjälpa människor till ett bättre mående, och bättre balans i kroppen ”

Det finns så himla mycket att lära, det jag jobbar med ger mig energi, säger Lena.

### Egen verksamhet

- För bara några år sedan hade jag inte en tanke på att jag skulle ha en egen verksamhet, men när tankarna kom, var jag inne och kikade på ”starta-eget” utbildningar, jag gick ingen då, men har haft mycket hjälp av verksamt.se, bland annat med bra

checklistor, och andra bra tips att tänka på när du ska starta igång din verksamhet.

### Vad är zontoterapi?

- Zontoterapi är en naturlig och kraftfull behandlingsmetod som stimulerar kroppens självläkande förmåga. Denna läkekunst hör troligen till en av de äldsta metoderna och har nyttjats i mer än 5000 år. Enkelt förklarat finns alla kroppens delar representerade i motsvarande zoner och punkter i fötterna men även i öronen, händerna och ansiktet. När man trycker på, drar och masserar dessa stimuleras nerv- och energibanorna i kroppen, man skapar ett flöde som kan lösa upp stopp och stagnationer som orsakat obalanser, inflammationer, smärta med mera i kroppen.

” Zontoterapi är behandlande, jag sätter inga ”diagnoser”. Det sätter igång kroppens självläkande förmåga. Man ökar flödet och får bort obalanser ”

- Att vara zonterapeut är ett detektivarbete. Du kommer för en sak, men det kan visa sig vara något annat. Jag har inte alla svar, men jag kan börja nysta i det, säger Lena.

### Vad är lymfmassage?

- Det är en lugn massagemetod som stimulerar lymfsystemet att städa kroppen på slaggprodukter och överskottsvätska genom att få igång ett ökat flöde. Ett väl fungerande lymfsystem stärker immunförsvaret. Lymfmassage kan hjälpa mot till exempel svullnad, stelhet, smärta, domningar, tyngdhetskänsla och andra ”krämpor” förklarar Lena.

### Namnet Kurama

Vi undrar nyfikenheten var företagsnamnet ”Kurama” kommer från. - Det var när jag läste Reiki1, och Reikins historia och Usui (som återupptäckte Reikin igen) var på berget ”Kurama” i Japan, då fick jag direkt en känsla som sa att ska

jag någon gång ha ett eget företag ska det heta Kurama, berättar Lena.

### Hur ser kundunderlaget ut?

- Allt fler är nyfikna och hör av sig till mig, berättar Lena. Många kommer via rekommendationer från andra som varit hos mig, vilket såklart är jätteroligt, ett slags kvitto på att jag kan ha bidragit till något positivt och kanske ett bättre mående hos någon. Det finns väldigt få zonterapeuter inom Bollnäs-området, vad jag vet är det bara jag och en till. Även lymfmassage ligger i tiden, här finns det några fler än jag som erbjuder det i Bollnäs. Det känns absolut som att det finns kundunderlag.

- Det är så mycket som spelar in vad gäller vår hälsa fysiskt, psykiskt och mentalt. Alla aspekter av oss påverkas av våra livsstilsval i det vi tänker, känner, säger och gör. För mig är det ett holistiskt tänk att kroppen, sinnet och själen är ett - påverkas ett område på energinivå så påverkas alla. Ett sunt flödesmönster vare sig det handlar om till exempel lymfsystem eller energi hjälper oss alla tror jag!

### Vad har du för framtidsplaner?

- Jag har ju börjat i liten skala, och har mitt behandlingsrum hemma i bostaden än så länge. Men jag tänker att workshops och utbildningar, samarbeten i olika former, kanske med gemensamma lokaler kan vara en idé. Jag är öppen för att utveckla verksamheten vidare.

### Tips

- Om jag skulle ge ett tips till dom som funderar på att starta eget, så är det; våga. Att våga starta och komma igång så smått och bygga upp och justera efter vägen, säger Lena. Hoppas jag kan inspirera andra, det är fantastiskt att få jobba med det man brinner för, avslutar Lena.

Vi tackar Lena för en trevlig intervju och önskar lycka till i framtiden.