



Sateenkaarisanomat

KONSAN PERINNE- JA KULTTUURIYHDISTYKSEN TIEDOTUSLEHTI • NUMERO 44 • KEVÄT 2020 • www.sateenkaarisanomat.net

Soiva risti
s. 3

Miksi
Bruno Gröning
s. 4

Kaakaoseremonia
s. 5

Shamanismin
polulla
s. 12

Oksitosiinibaari
s. 16

Chakratanssi
s. 17

Onko yksinäisyys harhaa?

Vaikka maapallon väkiluku kasvaa koko ajan kiihtyvällä vauhdilla, vaikuttaa ihmisen yksinäisyys korostuvan väkijoukkojen keskellä. Ihminen voi tuntea itsensä yksinäiseksi, mutta onko hän todella yksin?

Turun henkinen keskus lähtee pohtimaan asiaa kevään Sateenkaaripäivillä otsikolla ”Emme ole yksin – elämä erillisyyden ja ykseyden vuoropuheluna”, (kts. s. 19) Luennoilla otetaan käsittelyä aiheeksi mm. enkelit, tähteläisolennot, oppaat ja sädemestarit. Puhutaan henkisistä olennoista, jotka voivat olla hyvin läheisessä kanssakäymisessä ihmisten kanssa joko ihmisen tiedostaessa tai tiedostamatta. Moni on kokenut enkelin läsnäolon vaaran hetkellä tai oppaan johdatuksen elämän sokkeloissa kujilla.

Veda-näkemyksiä yksin olemisen iluusiosta esittää Jay Govinda sivuilla 14-15. Hän sanoo, että emme voi välttyä olemassaoloamme kehystävän universumin hierarkian korkeampien tasojen hyväntahtoista tarkkailulta. Ja nämä tahot myös auttavat meitä, jos pyrkimyksemme ovat oikean suuntaiset.

Hanna Ojanen kirjoittaa shamanismista sivuilla 12-13 tähdentäen luontoyhteyden tärkeyttä. Shamanismin animistinen näkemys opettaa luonnon arvostusta. Kaikella tässä maailmassa on oma sielunsa, kaikki on elävää: Kuinka sinulle puhuu vesi, jota juot? Mitä sinulle kertovat puut, jotka kasvavat tiesi varrella tai maa jalkojesi alla? Entä esineet joita käytät? – hän kysyy.

Esivanhempien kunnioitus ja muistaminen sekä sen tiedon arvostaminen, jota he voivat meille välittää, on myös oleellinen osa shamanistista maailmankuvaa. Me emme ole täällä yksin, vaan osana sukupolvien ketjua.

Kun ihminen on yhteydessä henkisen tason olentoihin, hän ei välttämättä koe yksinäisyyttä yksin ollessaan. Inhimillisenä olentona ihminen tarvitsee kuitenkin myös toista ihmistä, toisen ihmisen läsnäoloa. Ansa Lybeck kertoo sivulla 16 ”oksitosiinibaarista”, joka tarkoittaa yksinkertaista kahden ihmisen suorittamaa käsihierontaa keskittyneesti toinen toisilleen. Siinä läsnäolon tilassa voi tuntea oksitosiinihormonin tuotannon aktivoitumisen aivoissa. Oksitosiinihormoni liittyy meitä yhteen, rentouttaa kehoa ja mieli kevenee.

Mielen kevenystä voi saada tehokkaasti myös musiikin avulla. Miljardien ihmisten maapallolla kielimuurit ovat tehokkaita ihmisiä erottavia tekijöitä. Musiikki sen sijaan yhdistää. Se on kieli, jota kaikki

ymmärtävät. Se on kieli, jota tunnetasolla kaikki osaavat tulkita. Musiikki on värähtelyä, joka vaikuttaa solutasolle asti. Äänen parantavasta ja tietoisuutta avaavasta vaikutuksesta kertoo mm. Satu Kekäläinen jutussaan Sound Healing sivulla 9.

Koska ääni on värähtelyä ja kaikki aine värähtelee – koko maailmankaikkeus värähtelee, voidaan ajatella, että maailmankaikkeus soi. Puhutaankin sfäärien musiikista. Sitä tulee avaamaan Seppo Ilkka Turun henkisen keskuksen iltaan 23.4. otsikolla ”Sfäärien musiikista tietoiseen Universumiin”.

Markku Lulli-Seppälä kirjoittaa artikkelissaan viereisellä sivulla, että Goethe viittaa Faustin alussa sfäärien musiikkiin puhuessaan auringon soimisesta paistamisen sijaan: ”*Soi aurinko kuin aina ennen, kans' planeettapiirein laulaen*”. Hän kertoo myös Aurinkokuorosta, joka on saanut nimensä Goethen soivasta auringosta ja pyrkii saamaan ”tilan soimaan” ja kutsuu lauluhaluisia liittymään joukkoon.

Laulaminen on terapeutista. Satu Kekäläinen sanoo artikkelissaan, että oma ääni rentouttaa kehoa ja se on tärkeä työväline matkalla kohti omaa sisäistä viisautta.

Emme ole yksin. Jos haluamme, voimme soida koko luonnon ja universumin säestyksellä.

Ulla

Sateenkaarisanomat

ISSN-L 2323-3923 • ISSN 2323-3923 (Painettu)

Sateenkaarisanomat on Konsan perinne- ja kulttuuriyhdistyksen julkaisema henkistä ja fyysistä hyvinvointia edistävä lehti. Sateenkaarisanomat julkaisee mm. yhdistysten tapahtumakalentereita sekä ilmoituksia kursseista ja terapeioista. Sateenkaarisanomat ilmestyy kaksi kertaa vuodessa, seuraava lehti ilmestyy syyskuussa. Kotiin kannettuna lehti maksaa 10 euroa vuodessa, lehden voi myös noutaa jakelupisteistä. Kysy lisää puh. 044 5929324.

Päätoimittaja: Ulla Oksanen • **Osoite:** Virusmäentie 9, 20300 Turku • **Puhelin:** 044 592 9324 • **Pankkiyhteys:** TOP FI 06 5710 0420 3183 21 • **Jakelupisteet:** Turku: Forum Sauna (Kurjenmäenkatu 17) • Eliksiiri (Kauppiaskatu 8) • Turun Steiner-koulu (Mestarinkatu 2), Konsan Kartano (Virusmäentie 9) • Turun ja ympäristön kirjastot • Era Nova (Kasarmikatu 2, Helsinki) • **Taitto:** Susanna Ylä-Pynnönen • **Painopaikka:** Winbase Oy, Turku 2020 • **Painosmäärä:** 3000 kpl **Kansikuva:** Piotr Krzeslak

Lisää juttuja nettilehdessämme, lue!
www.sateenkaarisanomat.net
www.konsankartano.eu



Myllyojan Tapahtumat Kevät 2020 – Turku

KEVÄTKONSERTTI

La 7.3.2020 klo 15.00

Maria Kamchilina-Larionov, piano
Oleg Larionov, alttoviulu
13-vuotias Maxim Larionov, viulu

Mariinski-
oopperateatterista
tuleva huippulaulaja
selviää myöhemmin.

MITÄ LUONTO NYT VIESTITTÄÄ -LUENTO

Markku Mäkinen

Su 26.4. klo 14.00

Väliaika ja kahvitarjoilu klo 15.00.
Päättökahvien yhteydessä
lisää keskusteluaikaa.

HUIPPUKONSERTTI

La 23.5.2020 klo 15.00

Maria Kamchilina-Larionov, piano
Oleg Larionov, alttoviulu
13-vuotias Maxim Larionov, viulu
Pavel Shmulevich, basso-laulaja

TARJOILUT KAIKISSA TILAISUUKSISSA

Tarkemmat tiedot ja
muut tapahtumat:

www.ruusuportti.fi

—Tilaisuudet järjestää:—

Ruusuportti ry

c/o Marja-Liisa Haapa-aho
Paimalantie 374, 20460 TURKU
Puh. 044 9815 195

Bussi nro 22 tai 22A Puutorilta PT3
Myllyojan pysäkillä

Sydämellisesti tervetuloa!

— Postituslistallemme —

Jos e-mailisi on muuttunut tai
tahdot liittyä postituslistallemme,
niin ilmoita siitä meille:

ruusuportti@gmail.com

MARKKU LULLI-SEPPÄLÄ:

Konsan Kartanossa toimiva Aurinkokuoro on ottanut päämääräkseen tulla esille, kuuluviin, neljästi vuodessa, aina seisaus- ja tasauspäivien läheisyydessä. Nämä erityiset kulminaatiohetket muodostavat ympyränmuotoisessa vuodensykliä ristien, kun ne merkitään ympyrään säteinä. Näitä hetkiä haluaa Aurinkokuoro juhlistaa musisoinnillaan, antaa tilassa ja ajassa muodostuvalle ristille soivuuden. Silloin siitä tulee soiva risti. Soiminen merkitsee värähtelyä, ajallista liikettä tilassa. Aurinkokuoro pyrkii laulamaan ikään kuin sisäänpäin niin, että koko ihminen soi. Ja siten ihmisen ympärillä alkaa soida, kun hän vapauttaa sisäisen soimensa ulkoiseen tilaan. Kun tämä prosessi saavuttaa huippunsa, tuntuu siltä, että tila itsessään soi! Silloin on ymmärrettävää, että Aurinkokuoro on organisoitunut SoivaTilary -nimiseksi yhdistykseksi, jonka alla paitisi harjoitetaan Werbeck-laulua myös pyritään tuomaan esiin mm. vastaavaa laatua tavoittelevia jousisoittimia. Aurinkokuoron nimi taas juontaa juurensa Goethen Faustin alusta, jossa arkkienkeli Gabriel lausuu:

”*Soi aurinko kuin aina ennen
Kans' planeettapiirein laulaen
Ja matkans' määrän säädetyn
se täyttää jylhinällä ukkosen!*”

Tässä Goethe viittaa ns. sfäärien musiikkiin puhuessaan auringon soimisesta paistamisen sijaan. Niinpä Aurinkokuoron tunnuslaulussa hyödynnetään ns. planeettain sointua.

Seisaus- tasaushetket ovat mitä todennäköisimmin olleet hyvin tunnettuja ja hamasta muinaisuudesta, jolloin ihminen laskeutui maan piiriin. Ne ovat myös olleet aina ihmiskunnan suurina juhlapäiviä. Meidän nykyisessä kalenterissamme nämä hetket asettuvat joko 21. tai 22. päivälle maaliskuuta (kevätpäiväntasaus), kesäkuuta (kesäpäiväntasaus) syyskuuta (syyspäiväntasaus) ja joulukuuta (talvipäiväntasaus) muodostaen ”vuodenympyrään” ristin. (Koska vuodessa ei ole tasan 365 vuorokautta, vaan 365,24 vrk, joudutaan käyttä-

Soiva risti



mään karkauspäiviä korjaamaan kalenteria, ja sen vuoksi esiintyy näennäistä heilahtelua päivämäärissä. Lisäksi maan radan pieni elliptisyys, poikkeama ympyrästä, aiheuttaa myös sen, että hetkien välillä on pieniä eroavuuksia tasajakoon nähden.) Tultaessa kristilliselle ajalle ovat kristillisyyden seitsemästä juhlasta neljä pääjuhlaa sijoitettu seisaus- ja tasaushetkiin yhteyteen. Ne ovat joulukuuta-, pääsiäis-, juhannus- ja Mikael-juhla. Mutta kristillisiä juhlia ei kuitenkaan asetettu täsmälleen seisaus- ja seisaushetkiin, vaan kolmen päivän päähän niistä niiden jälkeen. Juhannustahan vietettiin Suomessakin vielä vuoteen 1954 saakka kesäkuun 24. päivänä, Johanneksen päivänä ja juhannusaatto oli aina Aaton-päivänä. Kun nähdään tietyn juhla-ajan olevan sidoksissa suuriin kosmisiin yhteyksiin ja ymmärretään näiden kosmisten hetkien olevan otollisimpia hetkiä juuri tietyille inhimilliselle kehitysimpulsille – mahdollistaen sen suurimman vaikutuksen, niin käy selväksi, ettei juhlaa mitenkään voi mielivaltaisesti siirrellä. Joulun sijoitus polaariseen vastakkaiselle puolelle vuotta, tasan puolen vuoden päähän, noudattaa samaa sijoituskaavaa: noin kolme vuorokautta seisauspäivästä; seisaus 21. tai 22. päivänä ja joulukuuta 25. päivänä. Pääsiäisen sijoittuminen riippuu kosmisesti kolmen taivaankappaleen keskinäisestä suhteesta: kevätpäiväntasaus määräytyy auringosta ja maasta sekä lisäksi kuun vaihe määrittää pääsiäisen ajankohtaa ja vielä lisäksi viikonpäiväkin, jota määrittää maan pyöriminen. Pääsiäistä vietetään siis ”kevätpäiväntasauksen jälkeisen täydenkuun jälkeisenä sunnuntaina”. Näin ollen pääsiäinen liikkuu lähes kuukauden rajoissa kevätpäiväntasauksen jälkeen.

Juhlien sijoittaminen noin kolmen päivän päähän seisaus- ja seisauspäivien jäl-

keen johtuneen esikristillisen ajan vanhoissa, salaisissa mysteerikeskuksissa harjoitetusta vihkimysriitistä. Pitkän koulutusjakson jälkeen, kun oppilas oli saavuttanut asiaan kuuluvan kypsyyden, hänet vihittiin henkisen maailman tuntemukseen kolme ja puoli vuorokautta kestäneellä menettelyllä. Siinä oppilas vaivutettiin kuoleman kaltaiseen uneen kolmeksi ja puoleksi vuorokaudeksi. Tänä aikana hän koki henkisen maailman ja sen avulla, että uni oli kuoleman kaltainen, hän saattoi herättyään muistaa kokemansa. Joulukuuta seisauspäivä, lyhennys sanasta Weihenacht. Tämä yhdyssana muodostuu sanoista Weihe ja Nacht, jotka suomeksi ovat vihkimys ja yö, joten joulukuuta on yhtä kuin vihkimysyö. Se oli siis tunnettu vihkimyshetkenä ja oletan, että vihkimys aloitettiin juuri talvipäiväntasauksen hetkellä 21.12., jolloin yö oli vuodenvierossa syvimmillään ja herätys tapahtui kolme ja puoli vuorokautta sen jälkeen 24. tai 25.12. Arvattavasti myös muita seisaus- ja tasauspäiviä käytettiin initaatiohetkinä. Tällä hetkellä ei vielä osata juhlia asiaankuuluvalla tavalla juhannus- eikä Mikael-juhlaa. Ihmiskunta kypsyy vasta tulevaisuudessa näiden juhlien asianmukaiseen juhlintaan.

Aurinkokuoro viettää säännöllisesti joulukuuta- ja juhannusjuhlaa seisauspäivillä tai niiden läheisyydessä. Mikael-juhlaa on usein vietetty esiintymällä Sateenkaaripäivillä, sillä ne ovat olleet Mikaelin päivän (29.9) läheisyydessä. Nyt ne on siirretty kevätpäiväntasauksen aikaan on usein ollut Werbeck-laulukurssi. Laulukurssija on pyritty pitämään kaksi, toinen keuhalla ja toinen syksyllä. Seuraava kurssi on suunniteltu pidettäväksi 14.-15.3.2020 (Katso keskiaukeama). Kuoron ohjelmistossa on yhteelle soveltuvin osin aina teoksia ooppera-aarioista kansanlauluihin ja sille on sovitettu ja sävelletty musiikkia tarpeen mukaan. Sateenkaaripäivien teemaan sopivia lauluja on etsitty, ja jos ei ole löydetty, on runoilta tai sävelletty soveltuvia. Kuoro on ollut kooltaan noin kymmenen laulajan yhtye. Jos lukijaani ”laurattaa”, niin tervetuloa mukaan toimintaan joko suoraan (Katso keskiaukeama, toistuvat tapahtumat) tai laulukurssin kautta!

Arja Vainio
Hieroja/vyöhyketerapeutti
045-2702066 • arjavainio.fi@gmail.com

- Vyöhyketerapia
- Hieronta ja imukuppihieronta
- Antlitz-analyysit
- Intialainen päähieronta

Vastaanotto Liedossa www.arjavainio.fi

ALICE NÄKIJÄ
meedio, parantaja
*autan eteenpäin kaikilla elämän osa-alueilla

0700 51077
(1,98 min+pvm)

käynti ajanv. n:o 044 3000516
PL 35 20101 TURKU

Emilian Perinteinen Jäsenkorjaus
Auringonsalo,
Turuntie 22, Salo
Turun Luontashoitola,
Virusmäentie 9, 20300 Turku
Myös kotikäyntejä
Ota yhteyttä 040 130 5293
emilia.riihinen@gmail.com

Miksi Bruno Gröning?

Monet tiet vievät Jumalan luo – toiset ovat pidempiä, toiset lyhyempiä

JÜRGEN BLOCK

Taivas avautui. Seisoin äärettömän kirkkaassa valossa, vaikka ympärilläni oli oikeastaan sysimustaa. Ääni puhui minulle: ”Seuraa minua, sinut on valittu!”

Tällaiseksi tai vastaavanlaiseksi moni ihminen kuvittelee kohtaamisen Jumalan kanssa. Mutta se on Hollywoodia. Se ei ole todellista. Eteneminen henkisellä tiellä, riippumatta siitä, miksi haluattekin kääntymistä Jumalan, Korkeamman minän tai Lähteen puoleen nimittää, on suurimaksi osaksi työtä, työtä ja vielä kerran työtä. Näin sen ilmaisi Hape Kerkeling, saksalainen koomikko, kirjailija, juontaja, näyttelijä, laulaja ja vielä paljon muutakin. Hän julkaisi toukokuussa 2006 kirjan ”Ich bin dann mal weg” (suom. Olen vähän aikaa poissa) pyhiinvaellusmatkastaan Pyhän Jaakobin tiellä vuonna 2001. Kirjasta tehtiin elokuva ja sitä näytettiin vuonna 2015 elokuvateattereissa Saksassa. Hapen sappirakko oli poistettu ja hänelle oli tullut äkillinen kuulonmenetyks. Se oli hänelle merkki siitä, että hänen pitää tehdä jonkin aikaa vähemmän ja sallia itselleen tauko. Kesä- ja heinäkuussa 2001 hän vaelsi 630 kilometriä Pohjois-Espanjassa Jaakobin tietä Santiago de Compostelaan. Kirja on yksi menestyksekkäimmistä saksankielisistä tietokirjoista ja sitä on myyty miljoonia kappaleita. Kerkeling konkretisoi kirjassa henkilökohtaisen uskonkokemuksensa huudahduksella: ”Olen tavannut Jumalan!”

Monet ihmiset etsivät Jumalaa. Joskus siihen tarvitaan sysäys, kuten Hapen kohdalla, joskus se on erityinen kokemus tai suoranainen kohtalonisku, joka saa aikaan kääntymisen henkisten asioiden puoleen. Joskus se on yksinkertaisesti vain tunne. Ja niin ihmiset menevät temppelisiin, synagoogiin, kirkkoihin tai muihin vastaaviin paikkoihin, he etsivät pyhiä miehiä ja naisia, seuraavat guruja tai muita mestareita, heistä tulee osa erityistä uskonuuntausta tai järjestöä, he harjoittavat reikiä, harrastavat joogaa tai virittäytyvät Heilstromille Bruno Gröningin opin mukaisesti. Ihmiset löytävät Jumalan eri tavoin ja kulkevat löytämäänsä tietä.

Kääntymisen Jumalan puoleen on usein yhteydessä sanaan ”usko”. Ihmiset löytävät taas uskon – mutta mihin he us-

kovat? Sanotaan: ”Usko voi siirtää vuoria.” Niin, mutta miten se toimii?

Bruno Gröning (1906–1959) piti toisen maailmansodan jälkeen Saksassa uskonesitelmää aikana, jolloin uskoa Jumalaan ja luottamusta hänen apuunsa testattiin enemmän kuin tuskin koskaan aikaisemmin. Hän halusi saada ihmiset, joita virtasi tuhansittain hänen luokseen, uskomaan taas Jumalaan. Lukemattomat tulivat terveiksi pelkästään osallistumalla hänen julkisiin tilaisuuksiinsa, he kokivat parannusta ihmissuhteissa ja perheissä tai saivat muunlaista apua. Hänelle lähetettiin tuhansia kiitoskirjeitä.

Gröning sanoi mm.: ”Jos olemme halukkaita ottamaan uskon sisimpäämme tai jos uskosta on tullut jo osa elämäämme ja olemme valmiita elämään tässä uskossa, silloin meillä on kaikki.”

Hän osoitti myös yhteyden uskon ja Jumalan välillä: ”Ja Jumala myös auttaa, kun ihminen uskoo siihen, kun hänellä on hyvä, jumalallinen tahto, jossa hänen on myös tarkoitettu elävän ja jos hän ei kadota uskoa Jumalaan. Jumala auttaa häntä, hän uskokoon vain!”

Se riippuu siis jokaisen ihmisen henkilökohtaisesta päätöksestä, niin kutsuttu ”vapaasta tahdosta”. Jokainen ihminen päättää siitä, mihin uskoo. Tässä meillä on myös vastaus kysymykseen: Miksi Bruno Gröning? Bruno Gröningin oppi kiinnittää ihmisen huomion päätöksen välttämättömyyteen, tietoiseen päätökseen hyvän ja pahan välillä.

Bruno Gröningin oppi on juuri meidän ajanamme hyvin ajankohtainen, sillä tietoinen kääntymisen Jumalan puoleen voi suojella ihmistä joutumasta negatiivisten voimien armoille. ”Harmaata vyöhykettä” ei ole. Onnellisuuden saarta, jonka voi ostaa rahalla jostakin ei-kenenkään-maalta hyvän ja pahan välistä, ei ole. Bruno Gröning sanoi täysin selvästi: Jos ei yhdisty tietoisesti positiiviseen, Jumalaan, on automaattisesti yhteydessä negatiivisuuteen, negatiiviseen energiaan, pahaan. Useimmat ihmiset eivät tätä tiedä ja antavat viettelyksen, valheiden ja materiaalisen maailman illuusioiden, tämän näennäismaailman, joka lupaa yksinkertaista, helppoa tietä, sokaista itsensä. He ottavat yhä enemmän negatiivista itseensä, kunnes eivät enää kykene huomioimaan sisäistä tunnettaan, kunnes sielu ei osaa enää erottaa hyvän ja pahan välillä.

Jumalan voimaa on yllin kyllin tällä ihanalla maapallolla. Ihmiset ovat vain unohtaneet, miten yhdistyä positiiviseen voimanlähteeseen ja miten tätä voimaa saadaan kehoon. Tämän yksinkertaisen tiedon Bruno Gröning antoi elämänsä ajan. Tuhannet ihmiset myös meidän aikamme ovat tulleet tämän tiedon avulla terveiksi oppimalla yhdistymään jumalalliseen voimaan, Heilstromiin, kuten Bruno Gröning tätä parannuksen voimaa myös nimitti, ottamalla positiivista energiaa vastaan ja antamalla sen vaikuttaa.

Bruno Gröning: ”Se on Jumalan voimaa, jota jokainen ihminen, jos hän haluaa ottaa sitä vastaan, on myös ottava vastaa.” Hän sanoi myös: ”Siksi on tarpeellista huolehtia siitä, että olette aina täynnä energiaa. Luota ja usko, jumalallinen voima auttaa ja parantaa!”

Tätä oppia ja miten parannuksen voimaa otetaan vastaan sekä monia muita seikkoja annetaan Bruno Gröningin ystäväpiirissä eteenpäin. Bruno Gröningin ystäväpiiri on ihmisten vapaaehtoinen, kansainvälinen yhteenliittymä, ihmisten, jotka kokevat Bruno Gröningin opin arvokkaaksi ja ovat saaneet apua oppia noudattaessaan. Ystäväpiiriin perusti Grete Häusler (1922–2007).

Hän tutustui Bruno Gröningiin vuonna 1950 ja koki itse jo ensimmäisessä tapaamisessa parantumisen kolmesta, lääketieteen näkökulmasta parantumattomasta sairaudesta. Sen jälkeen hänestä tuli Bruno Gröningin läheinen avustaja, joka perusti yhteisöjä Itävaltaan.

Bruno Gröningin kuoleman jälkeen vuonna 1959 Grete Häusler totesi, että parantumisia tapahtui edelleenkin. Vuonna



Grete Häusler



Grete Häusler ja Bruno Gröning



Dieter Häusler, Bruno Gröningin ystäväpiirin johtaja



1979 hän perusti ystäväpiiriin, jonka tehtävä on säilyttää jälkipolville Bruno Gröningin henkinen perintö ja tarjota ihmisille avunsaannin ja parantumisen mahdollisuus. Ennen kuolemaansa hän antoi ystäväpiiriin johtajuuden vuonna 2007 pojalleen Dieterille.

Dieter Häusler vastaanotti ystäväpiirin edustajana vuonna 2013 Rauhanpylväs-palkinnon, Yhdistyneiden kansakuntien alaisen World Peace Prayer Societyn rauhanpalkinnon. <https://www.youtube.com/watch?v=gCN0JySymbY>



Siten kunnioitettiin Bruno Gröningin ystäväpiiriin vuosikymmeniä kestänyttä sitoutumista henkistä tietä Bruno Gröningin opin mukaisesti tapahtuvan avunsaannin ja parantumisen saralla. Kiihtöpuheessa korostettiin sitä, että yksittäisen ihmisen parantuminen on tiiviissä yhteydessä rauhaan kaikkien ihmisten välillä. Siltä osin Bruno Gröningin oppi ja tätä tietä tapahtuneet parantumiset ovat osallisina maailmanrauhaan.

Ystäväpiirissä on runsaat 75.000 ystävää yli 3000 paikallisessa yhteisössä lähes 130 maassa. Näiden yhteisöjen ystävät tapaavat toisensa joka kolmas viikko niin kutsutuilla yhteisötunneilla. Aikuisille tarkoitettujen paikallisten yhteisöjen

ohella voivat myös nuoret ja lapset käydä omilla yhteisötunneillaan. Myös yhteisöissä tapahtuu parantumisia. Bruno Gröningin ystäväpiiriin arkistosta löytyy tuhansia dokumentoituja parantumiskertomuksia.

Ystäväpiiriin perustamisen 40-vuotisjuhlan ja Bruno Gröningin kuoleman 60-vuotispäivän kunniaksi järjestettiin vuonna 2019 ainutlaatuinen valoketjukampanja. Osana tätä kampanjaa esitettiin dokumenttielokuva ”Ilmiö Bruno Gröning” maailmanlaajuisesti noin 900 kertaa. Tätä verratonta elokuvaa näytetään myös ystäväpiiriin youtube-kanavalla. Elokuvan kolmea osaa on katseltu kaikilla kielikanavilla tähän mennessä noin miljoona kertaa.

Bruno Gröningin ystäväpiirin suomenkielinen YouTube-kanava: <https://www.youtube.com/channel/UCuClRT4gJg85RHG2k2GnMA>



Mikäli haluatte tietää enemmän Bruno Gröningistä ja ystäväpiiristä, kääntykää seuraavan yhteydenottopisteen puoleen: <https://www.bruno-groening.org/fi/yhteydistiedot/yhteydenottopiste> tai: Anneli Hasa Puhelin: +358 (0) 50 - 5230317 Sähköposti: anneli.hasa@gmail.com

Bruno Gröningin ystäväpiiri rahoittaa toimintansa lahjoituksilla, ja avustajat tekevät vapaaehtoistyötä. Ystäväpiiri ei ole yhteydessä mihinkään uskontoon, uskontokuntaan tai maailmankatsomukseen. Siihen kuuluu ihmisiä kaikista suurista maailmanuskonnoista. Ystäväpiiriin nettisivuja voi lukea 29 kielellä, ja kirjoja Bruno Gröningistä ja hänen opistaan on käännetty 54 kielelle.

Bruno Gröningin esikuvan mukaan ystäväpiirissä ei anneta diagnooseja eikä terapiaa, ei tutkita eikä hoideta. Mutta lääkärissä käyntejä, lääkkeiden käyttämistä, terapeutoita ja kirurgisia toimenpiteitä ei myöskään kielletä. Bruno Gröningin mukaan jokainen parantuminen tapahtuu Jumalan armosta. Siitä syystä Bruno Gröningin ystäväpiirissä ei anneta lupauksia parantumisesta.

Bruno Gröningin ystäväpiirin suomenkieliset nettisivut: <https://www.bruno-groening.org/fi>



Bruno Gröningin ystäväpiirin suomenkielinen YouTube-kanava: <https://www.youtube.com/channel/UCuClRT4gJg85RHG2k2GnMA> Lisätietoja elokuvasta ja sen esitysajoista löytyy osoitteesta www.bruno-groening-film.org



Frantsilan Hyvän Olon Keskus



TERVETULOA KURSSEILLE

esim. reiki, ayurvedinen pää- ja kasvohieronta, joogareitit, yrtit ja kukkaterapia, kuumakivihieronta, shiatsu, kuppaus, kasvisruokakurssi, aroma- ja vyöhyketerapia, koirien luonnonmukainen hoito, mielen ja painon hallintaa hypnoosin ja mielikuvien avulla, unireitit, shamaanikurssi sekä unelmien lomapaketti.

Yrityksille ja ryhmille virkistys- ja tyky-päiviä hemmottelun merkeissä.

www.frantsilanhyvanolonkeskus.fi

Aija Lento p. 040 591 8742, info@frantsilanhyvanolonkeskus.fi

Bioresonanssiterapia eli MSAS-an alyysi MSAS Professional -laitteella

HEIDI LEHTONEN

HeiGreen, Turku | AITO Hyvän Olon kauppa, Uusikaupunki
www.heigreen.fi
www.heigreen.magnetix-wellness.com/fi

MASAS (meridian stress assessment system) Professional -bioresonanssilaitte edustaa bioenergistä lääketiedettä.

Laitteella voidaan mitata akupisteiden kautta kehon tärkeimpien elinten ja kudosten tasapainotilaa sekä etsiä tasapainotilaa häiritseviä tekijöitä asiakkaan oireiden ja ongelmien perusteella. Näitä tekijöitä voivat olla esim. kemiallinen myrky, homemyrky, raskasmetalli, loinen, bakteeri tai virus, jotka voidaan tunnistaa ja puhdistaa kehosta. Tasapainottavia tekijöitä voidaan myös etsiä ja sellaisia voivat olla esim. jokin tietty ruoka-aine, ravintoaine, yrtti, kukkatippa tai homeopaattinen aine, jota keho sillä hetkellä käyttäisi vahvistukseen tai puhdistukseen. Laitteella voidaan myös havaita mahdollisia yliherkkyyksien ja allergioiden aiheuttajia, esim. ruoka-aineista.

Bioresonanssilaitte ei ole lääketieteellinen mittalaite, eikä sillä tehdä lääketieteellisiä diagnooseja, joten sillä tehty mittaus ja terapia eivät korvaa lääkärin tutkimuksia eivätkä lääkärin hoito-ohjeita. Bioresonanssi-



laitteella saatu mittatulos ei suoraan vastaa esim. verikokeiden tuloksia. Verenpainetta, veren sokeri-arvoja tai minkään ravintoainetta tai haitallisen aineen määrää veressä tai kudoksissa ei voida mitata. Bioresonanssilaitteella voidaan ainoastaan havaita epätasapaino eri kudoksissa/elimissä, tiettyä haitallista asiaa olevan kehossa ja esim. tietyn ruoka- tai ravintoainetta olevan erityisen hyödyllinen.

Mitä bioresonanssiterapiassa / MSAS-analyysissä tehdään?

Kehon sen hetkinen tila saadaan selville mitaamalla akupunktiopisteiden sähkönsäilykyä sormista ja varpaista. Siksi samana päivänä on parempi olla laittamatta rasvaa käsiin ja jalkoihin, ja sukkiin on hyvä olla helposti otettavissa pois jaloista. MSAS Professionalissa akupisteiden vastusta mitataan lähetettävällä akupisteeseen mittakärjen avulla heikko sähköimpulssi. Sähköimpulssi on niin pieni, että sitä ei tunne.

Jos akupisteen vastus on heikentynyt, mittatulos näkyy punaisella ja lukema on yli 55. Mitä korkeampi lukema on, sitä heikompi on akupisteen vastus. Se on merkki akupisteeseen liittyvän kudoksen stressaantuneesta tai tulehtuneesta tilasta.

Jos akupisteen vastus ei ole muuttunut, mittatulos näkyy vihreällä ja lukema on 45-55. Se merkitsee akupisteeseen liittyvän kudoksen tasapainoa, tasapainoista toimintaa.

Jos taas akupisteen vastus on suurentunut, mittatulos näkyy keltaisella ja lukema on alle 45. Mitä pienempi lukema on, sitä suurempi akupisteen vastus on. Se merkitsee akupisteeseen liittyvän kudoksen heikkenemistä, heikentynyttä toimintaa.

Tämän mittauksen tuloksista saadaan selville kehon eniten epätasapainossa olevat kudokset ja missä asiakkaan kokemien oireiden ja ongelmien lähde on. Esim. ihottumien takana voi olla ongelma ihokudoksessa, maksassa tai suolistossa ja niin edelleen.

Eniten epätasapainoisten kudosten (esim. maksa, haima, ohutsuoli, paksusuoli, kilpirauhanen, verenkierto, iho, hermosto) tarkempi tutkiminen tehdään lähettämällä eri asioiden taajuusspektri kehoon. Jos resonanssi tapahtuu, mittauksen käyrä piiryy vihreälle. Resonanssin aiheuttama asia voi olla esim. raskasmetalli, homemyrky, loinen, bakteeri, virus, kemikaali, sieni, joka

pitää puhdistaa kehosta pois. Resonanssin voi aiheuttaa myös jokin ruoka-aine, lisä-ravinne, yrtti, homeopaattinen aine, kivi-, väri- tai kukkatippa, jota keho tarvitsee vahvistukseen tai puhdistukseen.

Mittaamisen jälkeen tehdään terapia. Asiakas pitää kuparikapulaa kädessään yleensä 10-20 minuuttia, jolloin mitatessa resonanssin aiheuttaneiden asioiden taajuutta lähetetään asiakkaan kehoon. Kun oikeita taajuuksia lähetetään kehoon, kehoon samoja asioiden värähtely voimistuu ja kehon oma immuunijärjestelmä havaitsee helpommin ongelman poistaakseen sen. Samaan aikaan asiakkaalle valmistetaan bioenergeettinen informaatiotippa, joka jatkaa hoidon vaikutuksia myöhemminkin.

Lopuksi asiakas saa mittausraportin, yksilöllisen hoito-ohjelman sekä ohjeistuksen hyvinvointia tukeviin lisäravinteisiin, yrttikkuureihin ja hyödyllisiin ruoka-aineisiin.

Kun keho saadaan puhtaaksi vierasaineista, paranee sen oma puolustuskyky. Silloin energiataso nousee ja sitä kautta kehomme voi luonnollisesti hyvin.

Kenelle bioresonanssiterapia (MSAS Professional) sopii?

Bioresonanssiterapia sopii lähes kaikille. Terapia sopii kaikenikäisille, myös vauvoille ja pienille lapsille. Myös eläimiä voidaan mitata karvanäytteistä tai lintuja höyhenistä. Se on kivuton ja helppo tapa selvittää, miten keho voi auttaa toimimaan tasapainossa ja pysymään terveenä. Yliherkkyyksiä voi selvittää kattavasti ilman, että keho tarvitsee altistaa häiritseville aineille. Terapia ei tavallisesti sovi silloin, jos on esim. sydämen-tahdistin tai muu sähköimpulssia käyttävä laite kehossa. Vakavasti sairaille tehdään bioresonanssiterapiaa yhteistyössä hoitavan lääkärin kanssa tai hoitavan lääkärin luvalla. Raskauden aikana terapiaa ei teh-

dä. Jos terapeutti epäilee asiakkaalla vakavaa sairautta, hän ohjaa asiakasta käymään lääkärin vastaanotolla. Monet täydentävät hoitomuodot täydentävät hyvin toisiaan ja toisinaan terapeutti suosittelee asiakkaalle lisäksi muita täydentäviä hoitoja/terapiota.

Eläimistä (karvanäytteistä/höyhenistä) voidaan mitata mm. loisia, bakteereita, viruksia, homemyrkyjä ja kemiallisia aineita. Eläimiä hoidetaan yksilöllisesti valmistetulla informaatiotipalla ja mahdollisilla loiskuureilla. Eläimet reagoivat bioresonanssiterapiaan herkästi ja paraneminen on usein nopeaa.

Ruoasta, vedestä ja vaatteista voidaan mitata MSAS-Professional -laitteella, onko niissä ihmiselle haitallisia epäpuhtauksia. Myös asiakkaan elinympäristöstä (koti, työpaikka) voidaan mitata sisäilmaan haitallisesti vaikuttavia homemyrkyjä, sädesieni, kemiallisia myrkyjä. Asiakkaan homemyrkytyksen syytä etsittäessä mitataan usein myös asiakkaan patja, peitto ja tyyny.

Tieni bioresonanssiterapeutiksi

Itse sain apua jo vuosia sitten MSAS-analyysissä käytyäni. Muutin silloin elintapojani vastaanotolta saamani raportin ja ohjeis-



tuksen mukaisesti. Olin parani ja terveyteni koheni enemmän kuin olin odottanut.

Olin silloin myyjänä viihde-elektronika-kaosastolla. Iän karttuessa kuitenkin tuli aina enemmän tarve auttaa muita saavuttamaan hyvinvointia, kuten itse olin saanut ja tein päätöksen lähteä itsekin bioresonanssiterapeutiksi. Aloitin syksyllä 2009 ravintoneuvojaopinnot, jossa kävin myös peruslääketieteen kurssit kehon toimintaa ymmärtääkseni. Seuraavana keväänä aloitin bioresonanssiterapiaopinnot ja sillä tiellä olen ollut jo 10 vuotta. Työ on mielenkiintoista, aina oppii uutta ja jokainen asiakas-kohtaaminen on erilainen.

Otan asiakkaita vastaan Tuureporinkadulla Turussa ja muilla paikkakunnilla tarpeen ja kysynnän mukaan.

www.eliksiiri.fi

Kevyttä ja terveellistä!

- Salaatit
- Lämmin kasvisruoka
- Luomuporkkanamehu
- Vehnäorasmehu
- Energiajuoma
- Koivunmahla
- Tuorepuurot
- Elävää ravintoa
- Itseleivottavat leivonnaiset

Eliksiiri

Kauppiaskatu 8 Turku, Mehiläisen talo
P. 050 464 4344 • eliksiiri@icloud.com
Ma-to 8.30-17.00, pe 8.30-16.00

Voit myös hakea annoksen tai juoman mukaan

ALUEKATU
KAUPPIASK.
YLIOPISTONKATU
Kauppatori



Ayurveda konsultointi

AYURVEDA JA SUOMALAISET TURVEHOIDOT Loma jolla on tarkoitus ... Kanarian saarilla Kursseja ... hoidot ... VedaPulse-konsultointi

Intian Kalevi on nyt tavattavissa Kanarian saarilla! Aurinkoa ja hyvää mieltä. Casa Natura SPA Lanzarote
www.bookcanarias.com Casa Rural Natura.

Voit tehdä mukavan retken Lanzaroten saarelle myös muilta saarilta kuten Teneriffa ja Gran Canaria. Armas lautta risteilee saarten välillä.

Voit myös tuoda oman ryhmän resorttiin.

Tiedustelut: +358 407574243 kalevileht@gmail.com
Lisätietoja: www.vedakeskus.fi,
www.casanaturalanzarote.com

Turvallista matkaa ja hyviä hoitoja on Kalevi tarjonnut jo yli 30 vuotta. Healthy and Wealthy life. Pidetään yhteyttä vaikka Facebookin kautta.

Kirsi Laine, parantaja
puh. 040 8611324
pyhimmankosketus.fi

Saatavana nyt!

Klassikkoteos henkisen tien kulkijoille

Tyyne Matilainen ja Mirja Salonen
Kirjeopisto Vian rajajoogan kurssi
Kymmenen opetuskirjettä
Toimittanut Terttu Seppänen

Kirjassa on 240 sivua, ovh. 45 €.

Perinteinen Kirjeopisto Vian rajajoogakurssi – kymmenen opetuskirjettä – on nyt toimitettu kirjaksi. Teos soveltuu parhaiten rajajoogaa Kirjeopisto Viassa opiskelleille ja harjaantuneille henkisten asioiden opiskelijoille ja tutkijoille.

Aloitteville rajajoogan opiskelijoille kurssin alkuosa

Tyyne Matilainen ja Mirja Salonen
Kirjeopisto Vian rajajoogan kurssi
Opetuskirjeet I-IV
Toimittanut Terttu Seppänen

Kirjassa on 108 sivua, ovh. 15 €.

Olemme mukana Sateenkaaripäivillä 2020!

Kirjeopisto Via
Via-Akatemia

terttu.seppanen@via.fi 050 567 9630
via.akatemia@via.fi 040 825 5165

Kaakaoseremonia

Matka, joka hyödyntää maan omaa lääkettä

PAOLO DA FLORESTA

”Silmät kiinni kuuntelin koivusta tehdyn kepin rummutusta eläimennahkaan, yltyen, lyöden tiivimmin, kutsuen olemustani palaamaan takaisin Itseeni. Aavistin jotain, kuin kevyen kotkansiiven hipaisun olkapäälläni. Vai kuvittelinko sittenkin?

Rumpu jatkoi lyömistään tahdissa, ja rummun lyödessä yhtäkkiä mieleni hiljeni ja tunsin jälleen saman olemuksen läsnäolon. Antauduin tämän ikaikaisen sydämenlyönnin vietäväksi ja huomasi seisovani vuorella, valkoisten pilvien karatessa pääni yli lujaa vauhtia aivan kuin katselin maapallon pyörimistä aitiopaikalta.

Pääni yllä joku liitelee hiljaa, hitaasti ja arvokkaasti. Tarkemmin katsoen näen kaksi, ei vaan neljä- nyt jo vielä enemmän, kun tarkennan havaintokykyäni, ehkä jopa kymmenen kotkaa liittyy ylläni kaarrella, limittäin liitäen, täydellisessä harmoniassa muodostaen kierteisen kuvion taivaalle kuten DNA-ketjurihmaa jäljitellen.”

Kaakaolla on pitkä perinne seremoniallisissa toimituksissa useissa eri kulttuureissa historian eri vaiheissa. Tiedämme ainakin Meso-Amerikan, sekä Mayojojen ja Atsteekkien hyödyntäneen sitä pyhänä kasvina alkuperäiskansojen yhteisöissä. Papit, shamaanit ja jopa kuninkaalliset nauttivat Kaakaota päästäkseen yhteyteen korkeimman kanssa ja lisätäkseen yhteytensä Pachamamaan, Äiti-maahan. Näistä pyhistä rituaaleista on todisteita alkuperäiskansojen taiteissa ja seinäkaiveruksissa, ja seremoniat olivatkin tärkeä osa monia varhaiskulttuureja.

Viime aikoina, ihmisten vieraannuttua Itsestään, toisistaan ja luonnosta, olemme jälleen alkaneet kaivata syvempää ymmärrystä yhteydestämme toisiimme ja ympärillä olevaan maailmaan. Tästä johtuen erilaiset kasvi- ja lääkinnälliset seremoniat ovat alkaneet kiinnostamaan ihmisiä, ja niitä onkin alettu järjestää eri puolilla maapalloa tarkoituksena päästä jälleen yhteyteen ja löytää korkeampia henkisiä tavoitteita elämälle. Esimerkiksi



sielun kasvinakin tunnetun Ayahuascaan ja siitä uutetun teen nauttiminen on jälleen nostanut suosiotaan erilaisissa hengellisissä ja parantavissa seremonioissa.

Kaakao kasvina on hyvin erilainen verrattuna Ayahuascaan, mutta sen merkitys ei ole sen vähäisempi pyrittäessä yhteyteen korkeamman minän kanssa. Olemme liian pitkään tottuneet yhdistämään Kaakaon sokeripitoisiin juomiin, suklaapatukoihin ja muihin pitkälle jalostettuihin tuotteisiin, emmekä välttämättä enää muista kaakaon alkuperäistä olemusta.

Viimeisen kymmenen vuoden aikana olemme saaneet todistaa kaakaon paluun hengellisissä yhteisöissä, mutta käyttötavat vaihtelevat suuresti. Toiset yhdistävät kaakaoseremoniaan musiikkia, erilaisia äänimaailmoja tai tanssia ja toiset keskittyvät sen sijaan interaktiiviseen, meditatiiviseen ryhmätööhön tai tietoisien hengityksen voimaan. Toimintatavat siis vaihtelevat paljonkin riippuen seremonian ohjaajan ja osallistujien toiveista ja pyrkimyksistä.

Kaakao, jota käytetään erityisesti seremoniallisissa yhteyksissä, on valmistettu kylmäpuristetuista, lisäaineettomista kaakaopavuista. Kaakaopavut käyvät läpi fermentointiprosessin saadakseen parhaimman mahdollisen maun ja aktivoidakseen kaakaon sisältämät hyvää tekevät ainekset. Lopuksi kaakaopavut paahdetaan matalissa lämpöasteissa ja aurinkokuivaetaan. Valmiit pavut kuoritaan käsin ja jauhetaan perinteisin menetelmin paksuksi tahnaksi, joka säilyttää kaakaon luontaiset rasvat ja ravinteet alkuperäisessä muodossaan. Lopputulos on kaukana marketeista

saatavista kaakaojuomajauheista tai muista suklaavalmisteista!

Seremoniallinen kaakaoeliksiiri ei ole varsinaisesti ”superfoodia” vaan ”superluonnollista ruokaa”, joka sisältää runsaasti magnesiumia, kromia kuparia, kalsiumia, sinkkiä, rautaa, fosforia, rikkiä ja paljon antioksidanteja. Kaakao vapauttaa luonnollisia endorfiineja, kuten dopamiinia, ja saattaa helpottaa esim. PMS-oireita ja lievittää masennusta. Se lisää myös ”rakkaushormoni” PEA:n (fenyyletyyliamiini) erityistä, sekä onnen- ja rauhantunnetta lisäävää Anandamide:a (sanskrit. Ananda).

Rakastan pitää seremonioita, joissa kaakaolla on vahva rooli tietoisien ja tiedostamattoman yhdistäjänä, johtuen sen voimakkaita sydäntä avaavista aspekteista, sen energisoivasta potentiaalista ja kyvystä vahvistaa tietoista hengitystyötä. Kaakao avaa hienovaraisemman energiakehomme vuorovaikutusta ja tuo esiin viestejä tunnekehollamme. Saatamme myös herkistyä kuulemaan patoutuneita ja pidätettyjä tunteitamme ja kykenemme tuomaan ne esiin käsiteltäväksemme lempeästi. Siinä on myös mukana jotain erityisen kaunista, kun kokoonnumme yhdessä pyhään ja rakastavaan tilaan, yhtenä heimona, nauttiaksemme tätä kallisarvoista nestettä ja lähteäksemme yhteiselle sisäiselle matkalle tuntemattomaan.

Sallimme kaakaon paljastaa meille viestejä sisäisistä maailmoistamme ja kenties haluamme jakaa tämän tiedon yhdessä, Itsellemme, pyhän tulen äärellä.

Mikäli tämä artikkeli herätti sinussa lisäkysymyksiä tai uteliaisuutta, olet tervetullut osallistumaan Paolon Suomen vierailuille, joita hän tavallisesti tekee pari kertaa vuodessa.

Lisätietoja löydät osoitteesta:

www.mamaearthmedicine.wordpress.com tai voit kirjoittaa suoraan Paololle osoitteeseen: paolodafloresta@gmail.com

Paolo Da Florestan kaakaoseremonia Kansan Kartanossa 21.2. Katso keskiaukeama

Äänihoito

Sound Healing

SATU KEKÄLÄINEN

Äänihoitaja. Energiahoitaja. Jääkuvataiteilija Sagastina
Terveystoimittaja/audionomi
email: satusagastina@gmail.com
nettisivut: sagastina.com

Äänihoito

Äänihoito perustuu värähtelyyn. Äänet kulkevat kehon lävitse vaikuttaen nesteisiin, soluihin ja aivoaaltoihin. Äänellä on kyky auttaa kehoa parantumaan stressistä ja kivusta. Kaikella aineella on oma luonnollinen värähtelytaajuus, jossa se resonoi harmonisesti. Veden värähtelytaajuus on 432 Hz ja hoidossa käytetään värähtelytaajuudelle 432 Hz viritettyjä kristalliäänimaljoja. Ihminenhan on vettä 60-70%.

Miltä äänihoito tuntuu?

Äänihoidosta olen saanut palautteita siitä, kuinka syvärentoutuneita ihmiset ovat olleet hoidon jälkeen. Ja moni on nukkunutkin hoidon jälkeisen yön paremmin. Äänihoito voi mennä myös henkisesti syvälle itseän ja auttaa löytämään omia henkisiä tukoksia avattaviksi. Äänihoito tuntuu kehossa ja sitä kautta myös mielessä. Äänihoito voi viedä myös meditatiiviseen tilaan missä voi nähdä unenkaltaisia näkyjä. Jos mielenterveys horjuu ja on vaikeuksia pysyä todellisuudessa tässä ja nyt, niin äänihoitoa ei suositella. Myös jotkin sydänsairaudet voivat olla este äänihoidolle. Niistä kannattaa keskustella ennen hoitoa, jos ne epäilyttävät.

Mitä ryhmä-äänihoidossa tapahtuu?

Teen äänihoitoja ryhmille. Aluksi etsimme omaa ääntämme ja yhteyttä toisiimme laulamalla harmonisesti vokaalilaulua. Oma ääni on tärkeä työväline matkalla kohti omaa sisäistä viisautta. Oma ääni rentouttaa kehoa, kun kohdistaa äänen itseensä eli intentio oman itsensä rentouttamiseen. Ääntähän on käytetty esimerkiksi lasten rauhoittamiseen ja nukuttamiseen. Vanhempi on hyräillyt lapsen uneen. Ja moni on kuullut myös lapsensa oman unihymnin ennen nukahtamista. Niin voi tehdä myös itselleen.

Jokaisella ihmisellä on oma yksilöllinen äänensä. Joskus oma ääni katoaa



elämän tiimellyksessä. Silloin äänihoito omalla äänellä auttaa löytämään oman itsensä äärelle takaisin. Kun löydämme itsemme, tulemme onnellisiksi.

Yhteisen lauluhetken jälkeen jokainen etsii itselleen sopivan paikan vaikka joogamatolla makoillen. Sen jälkeen alan soittaa kristalliäänimaljoja. Käytän myös muita soittimia esimerkiksi koshia, sadekeppiä, rumpua tai jotain muuta. Soitto kestää n. 30 -45 minuuttia. Herätellyyn käytän tiibetiläisiä cymbaleja.

Lopuksi käymme keskustelukierroksen, jos osallistujat haluavat kertoa äänihoitokokemuksiaan. Palaute auttaa myös itseäni kehittämään äänihoitoa.

Miten minusta tuli äänihoitaja?

Keväällä 2017 minut irtisanottiin audionomin/kuulontutkijan työstäni, koska olin kadottanut ääneni sisäilmaongelmiin myötä. Äänihuoleni halvaantuivat väliaikaisesti sisäilman epäpuhtauksista ja hajusteista. Lähdin etsimään kadonnutta ääntäni Michael Schirmerin äänihoitajakoulutukseen syksyllä 2017. Valmistuin äänihoitajaksi kesällä 2018.

Äänihoitajakoulutuksessa ymmärsin, että olin kadottanut myös oman sisäisen ääneni fyysisen äänen menetyksen lisäksi. Äänihoitajakoulutus oli syvä sukellus omaan itseeni.

Satu Kekäläisen äänihoitotilaisuus Kansan Kartanossa 23.2. Katso keskiaukeama

SELVÄNÄKIJÄ-PARANTAJA
TARJA SAHARI
0700-9-3008
www.tarjasahari.net
2,31 min+pvm. PL 50, Hki 25

Luontaisen hyvinvoinnin keskus Tampereella

Hyvinvointi & koulutuskeskus
Terveyskeidas
Tampere

www.terveyskeidas.fi

Suomen Homeopatian Akatemia
SHA-Koulutus

Kokonaisvaltainen tapa hoitaa terveyttäsi ja hyvinvointiasi!

Homeopatian perusteet

- Koulutus on tarkoitettu kaikille homeopatiasta kiinnostuneille eikä vaadi pohjakoulutusta.
- Kurssi koostuu yhdeksästä viikonloppukurssista ja antaa hyvät perustiedot akuuttien vaijojen itsehoitoon.
- Kurssi soveltuu myös homeopatianeuvojille pohjakoulutukseksi.
- Uudet kurssit alkavat syksyllä 2020.

Homeopatian ammatillinen koulutus

on sinulle joka haluat työskennellä homeopaattina tai haluat perusteellisemmat tiedot homeopatiasta.

- Syventävät opinnot kestävät kolme vuotta ja saat hyvän perustan homeopatian metodille

Lisätietoja SHA-koulutuksen nettisivuilta:
www.shakoulutus.fi

TÄHTITIETO
www.tahtitieto.fi
starinfo@tahtitieto.fi
Tulkinnat 0700 390 337 (1,73 € / min + pvm)

DIPLOMIHOMEOPAATTI
Minna Keitu
Ajanvaraus: 044 -330 2312
Leipäläntie 57 A, 20300 TURKU
homeopaattikeitu@gmail.com
www.keitu.fi

EKOKAUNEUSHOITOLA & SHOP
karoliina K
Holistiset ekokosmetologin palvelut, luonnokosmetikan myymälä & verkkokauppa www.karoliinak.fi
LIETO: Kuntoliijänlenkki 2
TURKU Studio: Kupittaankatu 122
puh. 0400 828242



TOISTUVAT TAPAHTUMAT

Tiistaisin klo 18 – (kuukauden viimeiset tiistait) REIKI-TAPAAMISET, ohjaaja reikimaster Maritta Danielsson

Tapaamiseen ovat tervetulleita kaikki, jotka ovat käyneet Reiki 1 ja Reiki 2 kurssin Usuin menetelmällä. Keskustellaan ja hoidetaan toisiamme. Voit ehdottaa aiheita ja ideoita. Tule tutustumaan ja viihtymään yhdessä. Hinta 10 € /krt. Ilmoittaudu ma-pe klo 20-21 p. 044 200 4402 / soitto tai tekstiviesti.

Keskiviikkoisin klo 18 AURINKOKUORON HARJOITUKSET

Kuoro käyttää Werbeck-äänemuodostusta ja hakee lisää laulajia. Lisätiedot p. 044 592 9324 tai info(a)konsankartano.eu.

Werbeck-laulukurssi 14.-15.3. (katso keskiaukeama), www.konsankartano.eu / SoivaTila

Keskiviikkoisin klo 18 (parittomat viikot) ESKO JALKANEN – LUONNONVOIMAT YHDISTYS RY

Turun kuntoutusryhmän, Stella Aboensis – valon välittäjät, kokoontuminen. Kaikki peruskurssin käyneet joukolla mukaan. Tiedustelut: Paavo Suorsa, paavo.suorsa(a)gmail.com tai Minna Laakso, minna.m.laakso(a)hotmail.com. www.eskojalkanen.net

Torstaisin klo 18.30 TURUN HENKINEN KESKUS RY:N LUENTOILLAT

Katso ohjelma s. 19, www.konsankartano.eu / Turun henkinen keskus ry. Tiedustelut p. 044 592 9324.

HELMIKUU

Pe 14.2. klo 17-21 MUINAISET ÄÄNET -laulutyöpaja, Magdalena Mölsä

Käymme läpi laulusentoa, hengitystekniikkaa ja teemme lämmittelyä äänenavausharjoituksia. Tunnustelemme, mitkä ovat lauluinstrumenttimme eri osa-alueet ja tutustumme kehoresonanssiin. Lähdemme improvisoimaan, leikkimään ja liikkumaan sekä maalaillemaan yhdessä äänimaisemaryhmässä. Kun luomme yhdessä turvallisen ja salivilan tilan, voivat äänemme myös vapautua.

Hinta: 40€. Tuo kaksi kaveria ja saatte alennetun lipun 30€/henkilö. Kurssi sopii kaikille tasoisille! Ilmoittautuminen sähköpostilla vaskilintumusic@gmail.com tai yksityisviestillä Facebookissa. #laulutyöpaja #muinainenääni #vaskilintu

To 20.2. klo 18-21 Maailma Tantran ALKEISRYHMÄN TYÖPAJA

Aiheena Rajat. Omien rajojen tunnistaminen ja niiden rehellen ilmaiseminen on perusta ihmisen hyvinvoinnille sekä terveille ja tasapainoisille ihmisuhteille. Tervetulleita ovat kaikki sekä ensikertalaiset että tantraa jo aiemmin harrastaneet. Mukaan tarvitset mukavat vaatteet, vesipullon ja joogamatton. Hinta 20 € tai koko kevät 90 € / 5krt. Ilmoittautuminen: maailmatantra@gmail.com Lisätiedot: www.maailmatantra.com

Pe 21.2. klo 18- 21.45 KAAKAOSEREMONIA, Paolo Da Floresta

Työskentelemme yhdessä tietoisien hengityksen ja maan oman lääkkeen, kaakaon, kanssa. Kaakao avaa sydänkeskusta, ja tietoisella hengitystekniikalla kuljetamme pranaa kehon eri osissa avaten siellä

esiintyviä energiatukoksia. Tällä tekniikalla on usein erityyppisiä vaikutuksia ihmisestä riippuen. Se saattaa energisoida, rentouttaa, helpottaa henkisten tunnelukkojen käsittelyä ja toimia erinomaisena maskuliinisen ja feminiinisen energian tasapainottajana. Ota mukaan joogamatto, pari lämmintä villiä & vesipullo. Tilaisuus on englanninkielinen. Hinta: 50 €, ilmoittautuminen sähköpostilla: paolodafloresta@gmail.com

Lisätiedot: https://mamaearthmedicine.wordpress.com; https://www.facebook.com/rebirththingscandinavia. Lue artikkeli s. 8.

Su 23.2. klo 17-19 ÄÄNIHOITO RYHMÄLLE, Satu Kekäläinen / Sagastina

Aluksi laulamme vokaalilaulua saadaksemme yhteyden itsemme ja toisiimme. Seuraavaksi kristalliäänimaljavastaa ja lopuksi keskustelua äänihoitokokemuksista. Tuo mukana vesipullo, alusta ja mahdollisesti tynny ja peitto, että voit makoilla soiton ajan rentoutuen.

Osallistumismaksu 20 €. Ilmoittautuminen 22.2. mennessä tekstiviestillä p. 045 2047733. Lue artikkeli s. 9.

La 29.2. klo 14-18 AYURVEDA ARKIELÄMÄSSÄ -kurssi, Deeana Lehtinen

Opit Ayurvedan perusteet ja kuinka hyödyntää tätä tietoa arkielämässä. Saat tietoa kehottypillesi soveltavasta elämäntavasta sekä ohjeistuksen helposti suoritettaviin itsehoitoihin ja harjoituksiin. Kurssin jälkeen pystyt ymmärtämään kehoasi ja itseäsi paremmin - esim. mitkä harjoitukset, rutiinit, elämäntavat ja ruoka-aineet sopivat sinulle - ja mitkä eivät. Saat tietoa ympäristön, vuodenaikojen ja elementtien vaikutuksesta itseesi, sekä tukea tarvittaviin muutoksiin elämässäsi. Uusien tietojen avulla ja tekemällä pieniä muutoksia elämäntapaan saadaan aikaan entistä parempaa ja onnellisempaa elämää. Hinta: 55 € (+ alv) Lisätiedot ja ilmoittautumiset: coachingandtherapy@gmail.com Lue artikkeli s. 18. Luento aiheesta Turun henkisen keskuksen illassa 20.2., katso s. 19.

MAALISKUU

Su 1.3. klo 12-19 TANTRINEN SYVÄSUKELLUS, Maa-Ilma Tantra

Työpaja pareille. Tutkimme mm. aktiivisen kuuntelun ja tietoisien kosketuksen teemoja. Ilta sopii ensikertalaisille sekä myös niille, jotka ovat käyneet meidän lyhyemmissä työpajoissamme tai aikaisemmassa paritrantrassamme. Iltaan ovat tervetulleita kaikenlaiset pariskunnat sukupuolesta ja seksuaalisesta suuntautumisesta riippumatta. Hinta 65€/hlö. Sitovat ilmoittautumiset sähköpostilla: maailmatantra@gmail.com Lisätietoja: www.maailmatantra.com ja Facebook @maailmatantra

Ti 3.3. (10.3., 17.3. ja 24.3.) klo 18-20 MEDITAATIOKURSSI, Maritta Danielsson

Meditaatio on mielen rauhoittamista, mielen ja kehon yhteistyötä henkisen ja fyysisen hyvinvoinnin saavuttamiseksi ja sen ylläpitämiseksi. Meditaatio mm. alentaa verenpainetta, parantaa vastustuskykyä, keskittymiskykyä ja muistia, vähentää stressiä sekä parantaa unen laatua. Ihmisen hyvinvointi muodostuu hänen energiansa, sisäisen minänsä, fyysisen kehonsa ja ympäröivän elämän tasapainosta. Meditaatio on oivallinen taito tasapainon ylläpitämiseen. Kurssin

sisältö: mielen ja ajatusten rauhoittaminen hetkeksi, tutustutaan kehon energioihin ja eri tekniikoihin. Mukaan muistiinpanovälineet ja avoin, utelias mieli. 85 € (sis. 4 iltaa) Ennakkoi ilmoittautuminen: ma-pe klo 20 – 21 p. 044 200 4402 tai laita viesti. Luento aiheesta Turun henkisen keskuksen illassa 13.2., katso s. 19.

Ti 10.3. klo 18.30 AURATRANSFORMAATIO -esittely, Kati Heikkinen

Auratransformaatio on kerran elämässä tehtävä energiahoido, joka päivittää aura- ja energiajärjestelmämme uuden ajan energioihin. Hoidon aikana keho-, mieli- ja energiajärjestelmämme yhdistetään kaikki meihin kuuluva henkienergia, jonka kykenemme vastaanottamaan. Henkienergiamme integroituu järjestelmäämme niin, että siitä eteenpäin keho, mieli ja energiamme värähtelevät kaikki samalla taajuudella. Se saa aikaan pysyvän, tietoisuutta laajentavan muutoksen, vahvistaen yhteyttä karisman, ajattelun, intuiatin ja fyysisen toiminnan välillä. Hoito vahvistaa henkilökohtaista energiakenttää. Tämä auttaa selviytymään paremmin päivittäisestä elämästä sekä helpottaa suhtautumista ympäristöstä tulevia pieniä ja suuria haasteita kohtaan.

Ilmoittautumiset (9.3. mennessä) sähköpostilla: katinaarre@gmail.com. Lisätiedot: AuraTransformaation viralliset verkkosivut. Ks. www.sateenkaarisanommat.net, nro 43, s. 8-9.

La-su 14.-15.3. (la klo 12-17, su klo 12-16) WERBECK -LAULUKURSSI, Markku Lulli-Seppälä

Kurssilla harjoitellaan äänenmuodostusta Valborg Werbeck-Svärdströmin kehittämällä menetelmällä, lauluäänien vapauttamisen tiellä. Kun ääntä ei ”tehdä” tai pakoteta, vaan poistetaan esteet sen syntymiselle, saadaan aikaan kokemus soivasta tilasta ja laulaminen käy helpoksi, kauniiksi ja ääntä rasittamattomaksi. Sopii vasta-alkajille sekä laulamista harrastaneille. Ammattilaulajakin löytäne laulamiselleen uuden suunnan ja uusia virikkeitä. Kurssin hinta 60 €, sis. ruokailut. Tiedustelut ja ilmoittautumiset: p. 044 592 9324, sähköposti: info@konsankartano.eu. Katso ”toistuvat tapahtumat”, Aurinkokuoro. Lue artikkeli s. 3.

Ke 18.3. klo 18 HOITAVA ÄÄNI - PYHÄ INTENTIO, äänihoitaja Tatu Saarikko

Äänen sekä värähtelyn ikaikaisuus ja autenttisuus ovat kiehtovia, koska ihminen itsessään on instrumentti, soitin. Illan aikana soi hoitava sanaton yläsävellaulu. Ajoittain mukana resonoi myös kristallikulho ja koshi. Tilassa on mahdollista kokea lempeää läsnäoloa ja miellyttävää äänimaisemaa. Tervetuloa rentoutumaan, voimaantumaa ja virkistymään. Oviraha 20€. Järj. Turun Henkisen Kehityksen Yhdistys Ry. Lisätiedot: henkisyy.s.thky@gmail.com tai p. 044 783 3888.

La-su 21.-22.3. Turun 20. SATEENKAARIPÄIVÄT

Teemana ET OLE YKSIN – elämä erillisyyden ja ykseyden vuoropuheluna. Ohjelma s. 19.

To 26.3. klo 18-21 Maa-Ilma Tantran ALKEISRYHMÄN TYÖPAJA

(Aihe tarkentuu) Tantrailtojen tarkoitus on tuoda henkiset käsitteet ja tantriset harjoitukset maanläheiseen ja helposti sisäistettävään muotoon. (Tervetuloa myös ensikertalaiset) Hinta: 20 €. Ilmoittautuminen: maailmatantra@gmail.com Lisätiedot: www.maailmatantra.com

Pe 27.3. klo 18-20 SHAMANISTINEN HOITAVAN ÄÄNEN MATKA, Hanna Ojanen

Aloitamme yhteisin harjoituksin, jotka avaavat meitä vastaanottavemmiksi. Sen jälkeen keskitymme kuuntelemaan äänimaisemia, jotka muodostuvat laulusta, shamaanirummun äänestä, sanoista sekä erilaisten soitinten soinnista. Tämän hoitavan osuuden aikana jokainen osallistuja saa myös oman henkilökohtaisen laulunsa. Lisätiedot: www.luovapolku.fi ja Facebook @luovapolku

Ota mukaan peitto ja makuualusta. Hinta: 20€ (käteisellä tai kortilla). Ilmoittautuminen: luovapolku@gmail.com. Lue artikkeli s. 12.

Su 29.3. klo 14-16 CHAKRATANSSI & ÄÄNIMALJAT, Marika Varpula ja Petra Savolainen

Ei opetella koreografoita, vaan tanssitaan omalla tyyllillä ja oman kehon ehdoilla reippaan musiikin siivittämänä. Tutustumme chakrajärjestelmään. Marika opastaa, miten tanssin avulla saa energian virtaamaan kehossa ja chakroissa paremmin.

Lopuksi rentoudumme äänimaljojen lempeässä soitukylvyssä. Äänen värähtely johdattaa rentoutumisen tilaan, jossa koko olemus voi päästää irti jännityksistä ja arjen kiireestä. Rentoutuksen pitää Petra. Pukeudu kerroksittain, jotta voit tarpeen tullen suojata lämpötilaasi vaatteiden avulla. Mukaan joomapullo ja jooga-alusta sekä peitto. Lopuksi tarjolla yrtiteetä ja pientä purtavaa.

Hinta: 30€/25€ (opiskelijat,eläkeläiset ja työttömät) Lisätiedot ja sitovat ilmoittautumiset: luonnonhenget@gmail.com. Lue artikkeli s. 17.

HUHTIKUU

Su 5.4. klo 12-19 TANTRINEN SYVÄSUKELLUS, Maa-Ilma Tantra

(Aihe tarkentuu) Pidempi kesto mahdollistaa syvemmän ja rauhallisemman matkan itseen sekä käsillä olevaan teemaan. Ilmoittautuminen: maailmatantra@gmail.com Lisätiedot: www.maailmatantra.com

Su 12.4. klo 14-16 CHAKRATANSSI & ÄÄNIMALJAT, Marika Varpula ja Petra Savolainen

Katso tiedot edellä 29.3.

Ke 15.4. klo 18 VIESTINVÄLITYSILTA – Hyvän henkimaailman ohjauksessa.

Vapaaehtoinen oviraha. Turun Henkisen Kehityksen Yhdistys Ry. Lisätiedot: henkisyy.s.thky@gmail.com tai p. 044 783 3888. Kotisivut: www.henkisyy.s.thky.fi

Pe 17.4. KIRSI GRENIN VASTAANOTTO, selvänäköinen kanavoitit

Valon viesteillä tukea ja opastusta oman elämän teemoihin. Ajanvaraus: 30 min./49 € tai 45 min./59 €. (Ajanvarauksetietoihin oma nimi ja puh.) p.040 580 7610, kirsi.gren@aurinkohoitola.fi.

La 18.4. klo 10-17 PERHEKONSTELLAATIO -työpaja, Raija Rantola ja Mariel Mansoniemi

Kahden taitavan perhekonstellatiomenetelmää käyttävän terapeutin työpaja, joka avartaa tietoasi ihmissuhteista erilaisissa yhteisöissä. Tällä kurssilla keskitytään oman perheen ja lähisuvun konstellaatioihin. Raija Rantola: Tutkimme konstellaatiomenetelmällä omia ylisukupolvisia tunteita ja tarinoita. Menetelmä on draamamenetelmä, jossa muut rakentavat sinun tarinasi ja sinä saat vain

katsoa ja eheyttää omaa kokemustasi. Mariel Mansoniemi: Perhekonstellatiiossa sisäiset suhteemme ja suhtautumisemme elämämme ihmisiin ja itseemme tulevat näkyviksi lempeästi ja selkeästi. Kun tunnet ja näet juuresi, saat lahjaksi myös yhteyden voimaan, jota juuristasi virtaa. https://www.dialogi-instituutti.fi/Mariel. Hinta: 90 € (sis. alv). Ilmoittautuminen ja tiedustelut: mmansoniemi@gmail.com (Mariel Mansoniemi) tai info@debaatti.fi p. 040 595 5801 (Raija Rantola)

Su 19.4. klo 10-17 SELVÄNÄKÖTEKNIKOITA, Kirsi Gren

Harjoituspainotteinen kurssi selvänäköisen opetuksen lukemiseen energiakentästä kontaktina ja kaukana. Osallistujilta toivotaan hieman perustietoa maadoituksista ja suojauksista sekä reippautta kehittämään kanavoititaitoaan.

Hinta 90 €.(Tämän kurssin aiemmin käyneillä mahd. kertaukseen puolella hinnalla, mikäli tilaa jää.) Pyydä esite ja ilmoittaudu: kirsi.gren@aurinkohoitola.fi, 040 5807610, Kotisivut: www.aurinkohoitola.fi.

Ti 21.4. klo 18.30 AURATRANSFORMAATIO -esittely, Kati Heikkinen

Katso tiedot edellä 10.3.

To 23.4. klo 18-21 Maa-Ilma Tantran ALKEISRYHMÄN TYÖPAJA

Katso tiedot edellä 26.3.

Pe 24.4. klo 18 RUMPUPIIRI, Hanna Ojanen

Uudenkuun rumpupiiri koostuu harjoituksista, seremoniasta sekä rumpumatkasta. Aikaisempi kokemus ei ole tarpeen. Voit ottaa mukaasi oman rummun, helistimen tai muun rytmisoittimen tai osallistua laulamalla tai tanssimalla tai olla vain läsnä. Tuo pieni voimaesine yhteiselle keskustaltille edustamaan sinua (esim. kivi tai koru) ja huivi, jolla voit peittää silmäsi. Mukaan myös muistiinpanovälineet, istuma- tai makuualusta ja peitto.

Osallistumismaksu 20 € (käteisellä tai kortilla). Tulethan ajoissa. Lisätiedot ja ilmoittaut.: luovapolku@gmail.com. Kotisivut: luovapolku.fi ja Facebook @luovapolku. Lue artikkeli s. 12.

Su 26.4. klo 15-16.30 TAI CHI -kurssi, Tian Hua

Kiinalainen voimistelu, energiharjoitus, jolla lisätään ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia, rentoutumista ja stressinhallintaa, eli terveyttä. Harjoituksessa yhdistetään keho, hengitys, mieli ja bioenergia. Liikkeet eivät ole vaikeita ja niitä suositellaan kaikille ja kaikenikäisille. Miljoonat ympäri maailmaa (mm. Kiinassa yli 100 milj.) harrastavat näitä energiharjoituksia.

Asu vapaa ja rento, urheilutussut sopivat. Hinta 5 €. Lisätiedot ja ilmoittaut.: p. 050 3460369 tai aiviaoiala@gmail.com.

TOUKOKUU

Ke 6.5. klo 18 MEEDIOTILAISUUS, Anu Väisänen & Alan Graig – Rakkautellisia viestejä henkimaailmasta.

Oviraha 20€. Järj. Turun Henkisen Kehityksen Yhdistys Ry. Lisätiedot: henkisyy.s.thky@gmail.com tai p. 044 783 3888. Yhdistyksen kotisivut: www.henkisyy.s.thky.fi

To 7.5. klo 13-18.45 YKSITYISISTUNTOJA, Meedio Anu Väisänen (suomeksi) / Meedio Alan Graig (englanniksi)

Kesto 45 min., hinta 65€. Pe 24.4. mennessä sitovat varaukset p. 044 783 3888/ iltaisin ja maksu yhdistyksen tilille FI89 5710 0440 1557 52. Järj. Turun Henkisen Kehityksen Yhdistys Ry. Lisätiedot: henkisyy.s.thky@gmail.com. www.henkisyy.s.thky.fi

Su 17.5. klo 14-16 Su 29.3. klo 14-16 CHAKRATANSSI & ÄÄNIMALJAT, Marika Varpula ja Petra Savolainen

Katso tiedot edellä 29.3.

La-su 23.-24.5. la klo 10-17, su klo 9-17 AROMATERAPIAN peruskurssi, Jenna Puustinen

Kouluttaja on Aromafoorumi ry:n puheenjohtaja. Kattavat teoriatiedot turvallisesta aromaterapiasta ja sen hyödyntämisestä. Käytämme vaihdellen eri merkisiä laadukkaita eteerisiä öljyjä ja kaikki kurssilla opittava on sovellettavissa minkä tahansa merkkisiin aitoihin eteerisiin öljyihin. Kurssista saa todistuksen ja se sopii niin eteerisiä öljyjä työssään käyttäville (esim. hieroja, kosmetologi, luontaishoitaja) kuin omaksi iloksi opiskeltavaksi. Kurssilla ei tehdä hoitoja. Käymme läpi: tieteellisiä tutkimuksia, eteeristen öljyjen laatuksia sekä oikeaoppiset käyttö- ja säilytystavat, turvallisuusseikat ja käytön vasta-aiheet. Syvennytään tarkemmin väh. 12 eteeriseen öljyyn käyttötäpöineen ja tutustutaan myös hydroalatteihin sekä kasviöljyihin. Lisätietoja: www.mielirohto.fi Hinta 148,80 € (sis. alv 24 %). Ilmoittautuminen (viim. 6.4. mennessä): jenna@mielirohto.fi

Su 24.5. klo 12-17 KYLVÖJUHLAT

Myyntitorilla maan antimia ja käden tuotteita, musiikkia, arpaajaiset. (Myyntipöydät 20 €, varaukset p. 044 592 9324) Puhvetissa hernekeittoa, konsapurilaisia (härkäpapupihvillä) ym. herkkuja. Klo 14 päärakennuksen salissa Maritta Danielssonin luento: Minä hyvinvoivana ihmisenä arkipäivässä - keinoja kunnan ja tasapainon ylläpitämiseen. (10 €). Navetta Kortteliravintolassa herkkuja kotiin vietäväksi ja paikan päällä syötäväksi. Raunistulassa kaupunginosapäivän pihakirppistapahtuma (raunistula.fi).

Ke 27.5. klo 18 KEVÄTJUHLA, Järj. Turun Henkisen Kehityksen Yhdistys Ry

Virittäydymme kesämielelle shamanistisen rummutuksen siivittämänä. Kahvitarjoilu. Vapaaehtoinen oviraha. Lisätiedot: p. 044 783 3888 tai sähköposti: henkisyy.s.thky@gmail.com

To 28.5. klo 18-21 Maa-Ilma Tantran ALKEISRYHMÄN TYÖPAJA

Katso tiedot edellä 26.3.

KESÄKUU

Ke 17.6. klo 18 SYDÄNSUVEN AURINKO, Aurinkokuoron Juhannusjuhla

Tutustumista Werbeck-lauluun, yhteislaulua ja Aurinkokuoro. Pääsymaksu 7 € sis. makoisan tarjoilun. Ilmoittautuminen p. 044 5929324. Kaikki laulamaisesta kiinnostuneet tervetuloa! Ks. Werbeck-laulukurssin tiedot edellä la-su 14.-15.3. Lue artikkeli s. 3.



Konsan Kartano
tarjoaa edullista majoitusta sekä juhla- ja kurssitiloja 140-vuotiaassa maatalossa



Turun Luontaishoitola
Tule rentoutumaan tai virkistymään tai saamaan apua, kun terveys horjuu.

Shamanismin polulla

HANNA OJANEN

Shamanismi on kuulunut ihmisten elämään tuhansia vuosia, ehkä jo ihmisyyden alusta lähtien. Siinä on jotain hyvin yleismaailmallista, koska se on noussut samantapaisena esiin eri kulttuureissa ympäri maailman. Shamaanit ovat matkanneet henkimaailmaan tuodakseen apua, neuvoja, tietoa, parannusta tai voimaa niitä tarvitseville. Matkallaan henkimaailmaan – aliseen, keskiseen ja yläseen - shamaani tapaa henkioppaansa ja auttajansa, jotka voivat näyttäytyä voima-eläinten muodossa tai muina esimerkiksi ihmishahmoisina opettajina ja oppaina.

Meillä kaikilla on kyky työskennellä shamanistisesti ja vahvistaa näiden tekniikoiden avulla yhteyttämme luontoon. Tämä tekee shamanismista myös hyvin maanläheisen ja konkreettisen, kehollisesti koettavan asian. Shamanismin avulla voimme saada kokemuksen asioista, jotka ovat läpi aikojen antaneet ihmiselämälle merkityksen, saaneet meidät kokemaan kuuluvuuden tunnetta luontoon ja koko maailmaan.

Yhteisölliset rumpupiirit

Shamanismissa yhdistyvät monet ihmisyyteen ja yhteisöllisyyteen liittyvät asiat, kuten rummutuksen rytmi, joka johdattaa meidät takaisin kohdunomaiseen sydänkeskeiseen tilaan ja takaisin luontoyhteyteen. Se herättää meissä myös liikkeen ja halun tanssia. Rumpupiirit sekä erilaiset shamanismiin liittyvät kurssit antavat mahdollisuuden jakaa kokemuksia. Näin voimme vahvistaa shamanistista tietoisuuttamme ja ymmärrystämme ihmisen ja henkien vuorovaikutuksesta.

Erilaiset tavat saada aikaan rytmiä, tanssiminen ja yhdessä laulaminen sekä äänen käyttäminen ovat keskeinen osa shamanismia: kun piirissä jaamme yhteisöllisen kokemuksen rummutuksen, rituaalien ja harjoitusten avulla, niin luomme yhteyden ihmisiin lähellämme ja jaamme kokemuksen, joka laajentaa maailmamme rajoja.



Shamanistiset piirit voivat herätellä henkiin ikivanhaa perinnettä, siirtää suullisesti tietoa eteenpäin sekä ylläpitää tarinankerronnalla yhdessäluomisen ilmapiiriä. Piiriin osallistuminen vahvistaa yhteyttämme luontoon, itseemme ja maailmaan. Lisäksi saamme myös mahdollisuuden jatkaa eteenpäin yhdessä henkioppaidemme kanssa.

Esivanhempien kunnioitus

Yhteisöllisyys ja suullisen tiedon välittäminen ovat toimineet aina myös linkkinä edesmenneisiin sukupolviin – esivanhempimme. Tämän unohdamme usein nykypäivänä, kun sukupolvien väliset kontaktit eivät ole kulttuurissamme enää niin kiinteitä ja eläviä. Esivanhempien kunnioitus ja muistaminen sekä sen tiedon arvostaminen, jota he voivat meille välittää, on oleellinen osa shamanistista maailmankuvaa. Me emme ole täällä yksin, vaan osana sukupolvien ketjua. Nyt juuri, tässä ajassa, on meidän vuoromme olla elävänä osana tätä kaikkeutta. On meidän vuoromme ottaa käyttöön kaikki se viisaus, jota kannamme sukumme, oman verilinjamme kautta. Yhteydenpito esivanhempimme ja luottamus siihen, että he ovat kanssamme voi toimia vahvana tukena, kun etsimme paikkaamme tässä maailmassa ja haemme vastauksia olemassaoloomme. Vaikka toisinaan saattaa tuntuakin siltä, että sukumme muodostavat enemmänkin taakkoja, olisi hyvä muistaa, kuinka pitkiä takanamme kulkevat ketjut ovat. Kun niihin luo yhteyden, on meillä käytössämme aivan valtava määrä tietoa ja viisautta.

Luontosuhteen elävöittäminen

Shamanistisen maailmankatsomuksen avulla voimme luoda vahvan ja elävän suhteen luontoon, saada tietoa sekä ymmärrystä siitä, millainen luontosuhde kantaa. Aito elävä luontosuhde rakentaa kauniin ja vakaan pohjan kaikelle muulle elämällemme.

Shamanismin ytimen animistinen näkemys opettaa luonnon arvostusta. Kallilla tässä maailmassa on oma sielunsa, ympärillämme kaikki on elävää: Kuinka sinulle puhuu vesi, jota juot ja jolla peseydyt? Mitä sinulle kertovat puut, jotka kasvavat tiesi varrella tai maa jalkojesi alla, kun kuljet päivittäisiä reittejäsi? Entä esineet joita käytät? Shamanismi on maailmankatsomus, tapa olla läsnä maailmassa.

Shamanistinen polkuni

Olen tietoisesti harjoittanut shamanismia nyt yli kymmenen vuotta; tiedän ja tunnen, että se on minun tieni tässä elämässä. Shamanismi oli minun elämässäni se puuttuva palanen, joka yhdisti kaiken ja paljasti minulle kokonaisuuden. Luontoyhteyteni on aina ollut vahva, läsnäoleva, ja kosketukseni henkimaailmaan vain odotteli herätystään. Kasveilla, musiikilla ja taiteilla sekä käsitöillä on minulle aina ollut suuri merkitys.

Oma polkuni löytyi *Christiana Harlen* ohjauksessa. Olen kiitollinen, että olen saanut kulkea hänen ”oppityttönään” tämän matkan. Polku on vahvasti omani, mutta meistä jokainen tarvitsee myös tukea ja opastusta. Tämän tuen olen *Chrisiltä* ja myös muutamilta muilta shamanismin kautta elämääni tulleilta ihmisiltä saanut. Siksi, kaikkea saamaani tietoa jakaakseni, ohjaan nyt vuorostani piirejä ja järjestän kursseja.

Opettamani shamanismi

Opetan ja harjoitan niin sanottua ydinshamanismia, eli sellaisia tekniikoita ja tapaa olla kontaktissa henkimaailmaan, joka pyrkii siihen, mikä shamanistisessa maailmankatsomuksessa on ytimessä. En ole sitoutunut mihinkään yksittäiseen kulttuuriseen

traditioon, perinteeseen tai muunkaan suuntauksen opetuksiin, vaan koen olevani osa yleismaailmallista shamanistisen tietoisuuden kenttää. Toki täällä pohjoisessa ympäröivä luonto ja traditio vaikuttavat paljon työskentelyyni. Mutta onko shamanismia edes olemassa ilman yhteyttä ympäröivään luontoon? Oleellisinta mielestäni shamanismin harjoittamisessa on, että olemme kontaktissa omiin oppaisiimme, kysymme heiltä neuvoa ja myös noudatamme saamiamme ohjeita. Tällä hetkellä toimin myös Shamaaniseuran hallituksessa. Shamaaniseuran tarkoituksena on ollut jo 25 vuoden ajan toimia yhteydenpitokanavana ja tiedon välittäjänä shamanismin harjoittajien välillä.

Ohjaus- ja yritystoimintani

Oman yritykseni *Luovan Polun* toiminta painottuu nykyisin myös vahvasti juuri ydinshamanismin esille tuomiseen ja shamanistisen perinteen elävänä säilyttämiseen. Piirien ja kurssien lisäksi toimin myös shamanistisena neuvonantajana eli teen hoitotyötä käyttäen shamanistisia tekniikoita.

Pyrin myös tukemaan oman polkunsa etsinnässä niitä, jotka osallistuvat kursseilleni ja käyvät hoidoissani. Tekemäni hoidot nojautuvat perinteisiin shamanistisiin menetelmiin, kuten sielunpalautukseen, voimanpalautukseen, puhdistamiseen ja poistamiseen sekä kuoleman ja elämän kanssa työskentelyyn. Hoitotyöskentelyn pohjana toimivat shamanistinen näkeminen sekä rumpu ja ääni. Teen pyynnöstä myös erilaisia seremonioita. Olen saanut olla mukana mm. lapsen nimenannossa sekä uusien kotien siunauksissa ja läheisten saattamisessa tuonpuoleiseen. Näistä olen hyvin kiitollinen.

Toimintani painottuu Turun seudulle, mutta vierailen säännöllisesti myös Helsingissä ja Tammisaaren suunnalla. Pyyntöistä tulen tuki muuallekin Suomeen. Tällä hetkellä järjestän rumpupiirien lisäksi mm. peruskursseja shamanistisesta työskentelystä. Ne sopivat kaikille, joilla on vahva kiinnostus perehtyä lähemmin shamanistisiin tekniikoihin. Näille kursseille sekä piireihin voivat osallistua kaikki ilman ennakkokemusta shamanismin harjoittamisesta.

Lisätietoa www.luovapolku.fi sekä <https://www.facebook.com/luovapolku/> tai sähköpostilla luovapolku@gmail.com.

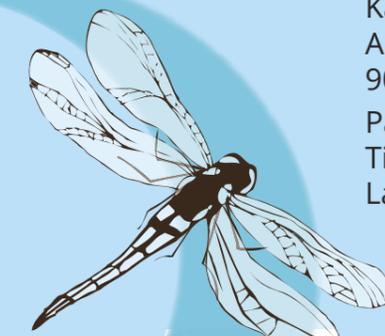
Hoitavan äänen shamanistinen matka 27.3. ja Uuden kuun rumpupiiri 24.4. Konsan Kartanossa. Katso keskieaukeama.

Meiltä löydät ilahduttavia esoteerisia tuotteita itselle ja ystävälle.

Monipuolisessa valikoimassamme on tarjolla mm. viestikortteja, jalokiviä ja kristalleja, suitsukkeita, eteerisiä öljyjä, kirjoja, patsaita, äänimaljoja... plus paljon muuta ihmeellistä!

Tutustu ja ilahdu osoitteessa www.kuukorento.fi

Verkkokaupppamme palvelee koko Suomea iloisesti, nopeasti ja luotettavasti! Kivijalkamyymälämme sijaitsee Oulussa Albertinkatu 6:ssa.



KuuKorento
Kevyemmin siivin

www.kuukorento.fi • P. 044 759 1110

Työvälineiksi henkiseen kasvuun:

- Opas uuden ajan valotyöhön
- Enkelikorttien käyttöopas
- Uuden ajan Tarot-opas

Tilaukset: www.aurinkohoitola.fi | Kirsi Gren 040 580 7610



VAHVISTA VOIMAASI
OLLA OMA ITSESI

Rosen-menetelmä,
Tunnetaideterapia, Energiahoito,
NLP Coaching

www.ajatusvoima.com
Puutarhakatu 42, Turku

Veeda-näkemyksiä yksin olemisen illuusiosta

Opetuksia havaintokykymme vajavaisuudesta

JOHANNES JAY GOVINDA DAS

Meillä länsimaisilla ihmisillä on usein käsitys siitä, että elämä ja maailma rajoittuvat siihen, mikä on aisteilla havaittavissa, päivän lehdestä luettavissa ja mielen tasolla ymmärrettävissä. Se on kuitenkin hyvin suppea näkökulma todellisuuteen kaikkine mysteereineen.

Kahden linnun vertaus vuosituhansien takaa

Muinaisintialaisessa Mundaka Upanishadissa kerrotaan kiehtova metafora kahdesta linnusta, jotka asustavat saman puun oksilla. Toinen niistä on lakkaamatta uppoutunut maistamaan tuon puun hedelmiä, päivin ja öin niiden makeutta ja kirpeyttä siemäillen, kun taas toinen vain seuraa hiljaa ja ääneti sivusta tätä siivekstä ystävänsä.

Tässä puuta verrataan aineelliseen ruumiiseen aisteineen, ja jivätmä eli yksilöllinen sielu – esim. ihmisen ruumiiseen syntyneen – rinnastetaan tuon puun hedelmiin eli nautintoihin kiintyneeseen lintuun. Toinen lintu, joka vain seuraa tynesti ja iäti kaikesta kiintymyksestä vapaana toverinsa puuhia, on Korkein Sielu, Paramātmā. Hän on Jumalan paikallistunut olemuspuoli kaikkien elävien olentojen sydämessä. Ensimmäistä kutsutaan sanskritiksi termillä anu-atma, eli pikkuruinen sielu, kun taas



Jay Govinda kutsuttiin syksyllä 2019 Egyptiin, mutta käynti faaraoiden ja pyramidien maassa ei laimentanut hänen arvostustaan Intian ihmeitä kohtaan.

toista kutsutaan sanalla vibhu-atma, eli kaikkivaltias; todellinen Guru on Hänen läpinäkyvä, ulkoinen edustajansa ja välikappaleensa. Itse päädyin tuollaisen aidon henkisen mestarin eli Srila Gurudevan, Bhaktivedanta Narayana Gosvami Maharajan, oppilaaksi Intiassa asuessani.

Bhakti-yoga, eli henkinen itseoivallus, johtaa onneen

Vasta kun yksilöllinen olento sysää syrjään vähäpätöiset nautintonsa ja kärsimyksensä, sekä kiinnittää sen sijaan huomionsa

sisimmässään aina läsnäolevaan Korkeimpaan Sieluun, Sri Krishnan eli Persoonallisen Jumalan paikallistuneeseen olemuspuoleen, niin hän vapautuu oitis kaikista aineellisen luonnon parissa kokemistaan huolista, murheista ja suruista.

Bhakti-yogan menetelmä eli pyyteettömän rakkauden polku on auktorisoitu, ikuinen ja universaali menetelmä lähestyä tuota Korkeinta Sielua. Tämän seikan tiedostaessamme, missä tahansa vaiheessa elämäämme ja missä tahansa olosuhteissa – on sitten meneillään liikenneonnettomuus, terrorihyökkäys, epidemia, avioero, eristyneisyys, lähimmäisen menetys, sotatila tai jokin luonnonkatastrofi kuten maanjäristys, tsunami, kuivuus, tulva tms – me emme ole koskaan edes silmänräpäyksen ajan yksin. Voimme aina ja kaikkialla kääntyä tuon Korkeimman Ystävämme puoleen, etenkin Hänen nimistään koostuvan mahāmantran välityksellä, sekä palvella Häntä.

Säksien¹ eli näkymättömien todistajiemme aitiopaikka

Śrīmad-Bhāgavatam kertoo muinaisen tarinan siitä, kuinka Ajāmila, nuori brahmana viehättyi prostituoituun ja sortui tämän pauloihin. Hylättyään oman vihityn ja dharmisen vaimonsa, hän avioitui lopulta tuon langenneen naisen kanssa. Uutta perhettä elättääkseen Ajāmila vajosi alhaisiin

tekoihin ja jopa rikoksiin, ja niin hän lankesi hyvin alas. Vanhoilla päivillään hän nimesi kymmenentenä syntyneen lapsensa Nārāyaṅaksi, lukemattomilla ylimalillisilla nimillä tunnetun Persoonallisen Jumalan mukaisesti. Pian sen jälkeen koittaneen kuolemansa hetkellä yamadutat – eli ulkonaoltaan pelottavan näköiset noutajat – tulivat hakemaan häntä kuoleman valtakuntaan, helvettiin. Silloin hyveellisestä elämästään vuosikymmenten ajaksi haihtunut brahmana alkoi kauhusta ja epätoivosta vaikeroiden kutsua nimeltä pientä poikaansa, ”Nārāyaṅa, Nārāyaṅa!”

Siinä samassa Ajāmilan kuolinvuoteelle ilmestyi neljä hahmoltaan kaunista ja valoa hohtavaa vishnudutaa, Nārāyaṅan ikuista seuraajaa. He estivät kuoleman viestinviejiä viemästä hänen sieluun mukanaan, sekä puolustivat häntä arvovaltaisilla Veedisin argumenteilla. Sen jälkeen he katosivat. Niin Ajāmila heräsi henkiin yhä ihmeissään tapahtuneesta. Tämän kokemuksen myötä hän tuli vihdoin järkiinsä ja jätti kaiken. Niin hän uppoutui hartain ja vakavin mielin itsekurin sekä katumusharjoitusten suorittamiseen Haridvarissa, lähellä nykyistä Rishikeshin kaupunkia (Pohjois-Intiassa).

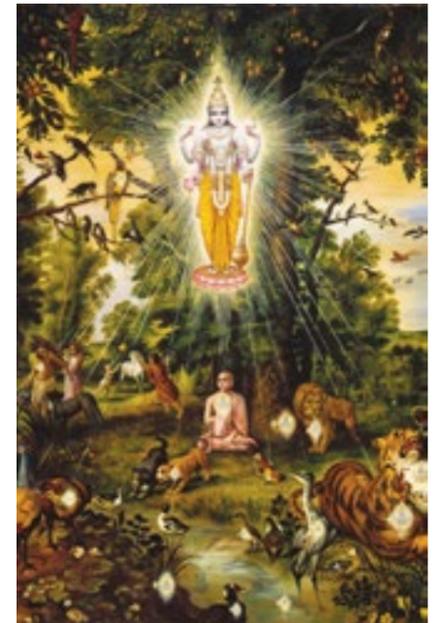
Tiettyä ajanjaksoa myöhemmin, kun tuo yli 80-vuotias bramiini oli saavuttanut jälleen puhtaan tietoisuudentilan ja syventynyt Korkeimpaan, nuo vishnudutat palasivat

ja veivät hänet vimānalla² eli yliaistillisella lentoaluksellaan Vaikuṅṭhaan, henkiseen maailmaan; ja näin hän saavutti ikuisen vapauden aineellisesta olemassaolosta. Tämä kertomus paljastaa meille Śrī Krishnan pyhien nimien voiman – mutta mikäli me lausumme niitä loukkaavalla, ylimielisellä ja vilpillisellä asenteella, me emme saata koskaan kokea niihin kätkeytyvien siunausten salaisuuksia täydessä mitassa.

Ajāmilan tarina herättää kysymyksiä

Kuinka yamadutat tiesivät saapua Ajāmilan kuolinvuoteelle? Mistä he tiesivät hänen eksyneen hyveen polulta? Bhāgavatam mainitsee, ”Aurinko, tuli, eetteri, ilma, puolijumalat, Kuu, aamun- ja illankoitto, 10 ilmansuuntaa, vesi, Maa, Yamarāja (eli Kuoleman Valtias) – nämä kaikki toimivat Ylisielun ohella kehollistuneen olennon säkseinä eli todistajina.” [SB. 6.1.42]

Niin ollen, Veeda-maailmankuvan mukaan, me emme ole koskaan yksin. Emme voi välttyä olemassaoloamme kehystävän universumin hierarkian korkeampien tasojen hyväntahtoista tarkkailulta – eli aina on olemassa näkymättömiä todistajia joskaan ei näkyväisiä henkilöitä fyysisessä hahmossaan. Entä mikä ratkaisi Ajāmilan kohtalon, että hän päätyi Narakan synkän pimeyden sijasta Nārāyaṅan viestinviejien suojelukseseen, ja lopul-



Paramatma eli ylisielu asustaa jokaisen elävän olennon sydämessä ja tarkkailee sieltäkään yksilöllisen sielun toimia kunnes tämä alkaa lähestyä Häntä elämän surujen ja huolien vaivaamana tai – mikä parhainta – puhtaan antaumuksen inspiroimana. (©Taiteilija: Syamarani Dasi)

ta Vaikuṅṭhaan, henkisen maailman valoon ja kirkkauteen? Yksinkertaisesti sen ansiosta, että hän lausui kuolinhetkellään Korkeimman pyhää, jumalaista nimeä loukkauskitta ja puhtaasti, hän päätyi onnekaasti yhdeksi Persoonallisen Jumalan ikuisista seuralaisista.

1 Säkset = todistajat (sanskriittia)

2 Monia vuosituhansia aiemmin laadituissa Veeda-kirjoituksissa mainitaan usein lentäviä aluksia.

**Turun Henkisen Kehityksen Yhdistys ry**
www.henkisyys.fi

TURUN STEINER-KOULU
esikoulu | perusaste | lukio
Hae oppilaspaikkaa nyt!
www.turunsteinerkoulu.fi

MASTERS ANGELS VICTORY
Itäisiä kehittämissä löytyvä kurssit ja valmennukset
www.energiaparannus.com
yritys1@gmail.com
Marjo Vherikoski, olen valmistunut Angel Therapy Practitioner, Reiki Master, Violet Flame Reiki Master, Magnified Healing® coach, Certified Spirit guide® coach, Certified Reiki reader®, Certified Angel Card reader®

ENKELIHOTOLA
Kaarnapolku
ENKELIAROMATERAPIA™, ENKELIHOIDOT JA VIESTIT, ENERGIAMAALAUKSET, REIKI
KAARNAPOLKU.COM • NETTIAIKA.FI/ARWOKAS

HOITOKEDAS ATRIUM
Energiahoito, Rosen-hoito, luontoyhteiskoulutus
tuula.kristiina@hoitokeidasatrium.fi
p. 0408238154 • Yliopistonk. 27b A 7 Turku
www.hoitokeidasatrium.fi

RASKAUTUMINEN & RASKAUS SYNNYTYS & VANHEMMUUS ELÄMÄN MUUTOS & YRITTÄJYYS

Elina Palosaari
Doula, kehoterapiahoitaja, valmentaja, valokuvaaja
LUONNOLLINENALKU.FI NETTIAIKA.FI/ARWOKAS

Hei Green
Bioresonanssiterapia eli MSAS-analyysi
Mitataan kehon tärkeimpien elinten ja kudosten tasapainotilaa ja etsitään tasapainotilaa häiritseviä tekijöitä, esim. homemyrkyt, loiset, sekä edistäviä tekijöitä esim. ravintoaine, yrtti tai kukkatippa. Lopuksi tehdään terapia löydetyillä tasapainottavilla tekijöillä.
Muita palveluita: Detox-ionipuhdistus ja Magnetix Wellness -hyvinvointituotteet
Heidi Lehtonen
www.heigreen.fi | www.heigreen.magnetix-wellness.com/fi | 040 9642 442

SAATAVILLA MYÖS LAHJAKORTTEJA!



KRISTOSOFIA
YLEISÖESITELMÄT SUNNUNTAISIN KLO 13.00
NUOTIO RY:N HUONEISTOSSA ANINKAISTENK. 5 A 5, TURKU

26.1. Anneli Vasala Henkinen rakennustyö	8.3. Jarmo Niemi Eetteriruumiin rakenteesta ja toiminnasta
2.2. Pekka Okko Piirteitä kristosofisesta sanomasta	22.3. Sinikka Kesävuori Syysuhteen laki ihmisen elämässä
9.2. Jouko Sorvali Oleminen ja tekeminen	29.3. Pirkko Wiggenhauser Avartuva ihmistajunta
23.2. Hilikka Lampinen Kultainen lanka	

Kirjamyyntiä ja -lainausta esitelmien yhteydessä
www.kristosofia.fi **TERVETULO!**

Oksitosiinibaarista yhteenkuuluvuuden tunnetta ja luottamusta

ANSA LYBECK

Koulutettu hieroja
Ratkaisukeskeinen lyhytterapeutti
Luonnontuoteneuvoja



Oletko käynyt hieronnassa tai muussa kosketushoidossa, silittänyt koiraa tai kissaa, halannut ystävää tai lohduttanut surevaa taputtamalla olalle. Kaikkeen tuohon tarvitaan kosketus, joko vastaanotettuna tai annettuna. Sillä, mitä ajattelemme ja tuntemme, kun kosketamme, on merkitystä, sillä kosketus välittää ajatuksemme ja tunteemme sanatomasti vastaanottajalle, informoiden vastavuoroisesti molempia osapuolia.

On siis hyvä pysähtyä ja olla läsnä, kun koskettaa ja vastaanottaa kosketusta. Läsnäolon tilassa voi tuntea oksitosiinihormonin tuotannon aktivoitumisen aivoissa. Oksitosiinihormoni liittyy meitä yhteen, rentouttaa kehoa, mieli kevenee, huolen aiheet häipyvät hetkeksi, jolloin saadaan tilaa uusille ajatuksille ja ideoille. Ratkaisukeskeisyys ja aktivoituminen uusille asioille lisääntyy, sillä kosketus toimii yhtäläisellä kehon ja mielen herättelijänä, kuin rentouttajana. Rentoutumisen kautta myös kuntoutuminen mahdollistuu, oli kyseessä psyykinen tai fyysinen kuntoutuminen.

Luottamuksen tunne on ensisijainen asia, joka kuuluu läsnäolevaan kosketukseen. Ilman luottamusta hermosto on valmiustilassa ja hakee koko ajan ratkaisuja pakenemiseen tai taistelemiseen, jolloin kosketusta vältellään tai lamaanutaan, joka voidaan tulkita antautumisena tai välinpitämättömyytenä. Luottamusta voi harjoitella läheisten ihmisten kanssa ja on hyvä olla rehellinen itselleen ja tiedostaa omat rajat, sekä ilmaista ne selkeästi.

Oksitosiinibaari on kehitelty palvelumaan jokaista ja on helppo toteuttaa missä vain ilman erityisiä tiloja, aikaa tai

paikkaa. Hierotaan käsiä 10–15 min vastavuoroisesti, eikä tarvitse olla koulutettu hieroja, vaan läsnäolo riittää. Toinen ottaa vastaan ja toinen antaa hierontaa, samalla aistitaan oman kehon tuntemuksia ja mieleen nousseita ajatuksia, joita voi halutessa jakaa. Vastavuoroisuus on oksitosiinibaarissa avainasia, koska se vahvistaa luottamuksen tunnetta ja tasavertaisuutta, sekä antaa molemmille mahdollisuuden kokea molemmat puolet. Oksitosiinibaarissa kohdataan toinen ihminen läsnäolon tilassa ja avoimena ilman, että se velvoittaa mihinkään.

Oksitosiinibaaria voi hyödyntää työpaikan tauoilla, ystävien tapaamisissa, perheiden keskuudessa, parisuhteissa, vanhusten kanssa jutellessa. Tärkeää on hyväksyä, läsnäoleva kosketus, sen normalisoituminen, sekä laajentuminen yhä useamman tietoisuuteen ja aktiiviseen käyttöön.

Iho on inhimillinen kosketusnäyttö. Kosketa tietoisesti, niin saat aitoa informaatiota.

Ansa Lybeckin luento aiheesta Turun henkisen keskuksen illassa 2.4. Katso s. 19.

Tasapainota energioitasi tanssimalla!

MARIKA VARPULA

chakratanssiopettaja

PETRA SAVOLAINEN

koulutettu äänimaljajohtaja



Kaikilla ihmisillä on seitsemän päächakraa, eli energiakeskusta, jotka sijaitsevat pystylinjassa häntäluusta päälle, fyysisen kehon välittömässä läheisyydessä. Nämä energiakeskukset kuvataan usein pyörteinä, joissa energia on jatkuvassa liikkeessä. Chakrat ottavat vastaan ja kanavoivat maailmankaikkeuden ja ihmisten välillä liikkuvia energioita. Chakrat eivät ole silmin havaittavissa, mutta ne voidaan tuntea ja chakratanssi on yksi keino niiden tunnistamiselle sekä tasapainottamiselle. Chakrat keräävät ja välittävät informaatiota ja ikään kuin hengittävät jatkuvasti sisään ja ulos. Ideaalitalanteessa chakrat toimivat tasapainoesti keskenään ja energia pääsee virtaamaan esteettä alhaalta ylös ja toisinpäin. Energioiden virratessa hyvin on mahdollista pysyä terveenä ja elinvoimaisena.

Danza Luxia-Method® Chakratanssi-traditio on tullut Suomeen Venäjältä, Pietarilaiselta Elena Evstafievalta. Tämä tanssi on Suomessa vielä melko uutta. Marika on opiskellut Chakratanssi-ohjajaksi täällä Suomessa ja onkin innoissaan päästessään jakamaan tätä taitoa tanssimaan haluaville. Chakratanssissa pääsee ilon kautta tutustumaan omaan kehoonsa ja sen energioihin sekä parantamaan itsetietoisuutta ja purkamaan stressiä. Tanssin aikana on mahdollista kokea jokaisen chakran oma ainutlaatuinen maailma, johon vaihteleva musiikkityyli johdattaa. Musiikin tahdissa liikkua on mahdol-

lista saada uinuvat chakrat heräämään. Mitä enemmän liikkuu, sitä enemmän tapahtuu, mutta tarkoitus on ensi sijassa kuunnella omaa kehoaan.

Chakratanssi on oivallinen tapa liikua ja siihen voi halutessaan ottaa myös henkisen näkökulman. Tanssin aikana käydään jokainen chakra läpi sitä tukevien liikkeiden avulla. Tanssin tarkoituksena on kerätä energiaa alimpaan chakraan ja nostattaa sitä kohti päälle. Chakratanssi itsessään on vapaata ja intuitiivista liikettä musiikin tahdissa, jossa keskitytään omiin tuntemuksiin. Chakratanssin avulla on mahdollista oppia kuuntelemaan kehoaan ja huomaamaan omien energiakeskusten tila. Tanssin aikana saattaa nousta erilaisia tunteita pintaan, joka on hyvä asia, mutta tämä ei ole välttämätöntä tanssin hyvien vaikutusten kannalta.

Chakroja voidaan tasapainottaa myös muilla toimivilla menetelmillä, kuten väreillä ja luonnonkivillä, joita voi halutessaan ottaa mukaan työpajaan vahvistamaan



Chakratanssikurssit Konsan Kartanossa 29.3., 12.4, ja 17.5. Katso keskiaukeama.

tanssin vaikutusta. Hyvä keino kokonaisvaltaiseen rentoutumiseen chakratanssin jälkeen on äänimaljojen sointukylpy.

Mitä on selvännäköinen kanavointi?

KIRSI GREN



Selvännäköinen kanavointi toimii väylänä valon auttajien yhteyteen. Sen avulla aukeaa rakkaudellista ohjausta asioiden ymmärtämiseen henkisten tarkoitusten ja toimintatapojen kautta. Jokaisella on mahdollisuus olla viestien välittäjänä, jos sydämen tahtotila ja omat energiat siihen johdattavat. Puhdas kanavointi syntyy puhtaalta alustalta, mikä tarkoittaa

sekä käytännön että henkisyden kirkastamista. Pohdinnan alle kannattaa ottaa omat ajatukset, asenteet, elämäntavat, ihmissuhteet ja ympäristö, jossa henkisyttään harjoittaa. Mitä korkeammalle energiavähtelyn saa, sitä puhtaampaa kanavointia pystyy tarjoamaan. Lisäksi tarvitaan hyvä luottamus

henkimaailman olemassaoloon ja auttamishaluun. Luottamus avaa voimaa yhteyksien ylläpitämiseen. On mahtavaa päästä

käyttämään herkkyyttään ja intuitiotaan kokonaisuuden auttamiseen!

Kirsi Gren on toiminut selvännäkijänä ja henkisen kasvun kouluttajana 2000-luvun alusta lähtien ja on julkaissut myös alan opaskirjoja.

Kirjoja myy mm. EraNova ja KuuKorento (kuukorento.fi)

- Kirsi Gren: Uuden ajan tarot-opas
- Kirsi Gren: Opas uuden ajan valotyöhön
- Kirsi Gren: Enkelikorttien käyttöopas

Kirsi Grenin vastaanotto 17.4. ja kurssi 19.4. Konsan Kartanossa. Katso keskiaukeama

• Rosenterapia
• Essential Motion
-yksilöohjaus ja ryhmät
• Hieronta
• Kotona kehossa -valmennus
www.pirjosalo.net | P. 040 7552016

Homeopaatti Teija Hossi

Vastaanottoa Turussa vuodesta 1997.

Varaa aika **nettiaina.fi/arwokus** tai p. **0500 950 763**

Sisältörikkaat ja syvälliset tulkinat – tilaa omasi pian!

- Astrologinen analyysi (syntymäkarta tai auringonpaluu) (kokouksilla 30 km Turusta / puhelin / skype)
- Elämäntehtäväsi ydin (selvänäkö, kirjallinen)
- Karmalliset syyt ja seuraukset (selvänäkö, kirjallinen)
- Eläinkommunikaatio etänä (kirjallinen, lemmikillesi!)
- Surutyö ja kommunikaatiot edesmenneille lemmikeille Asian ytimeen porautuvat monitasoiset tekstit. Tulkinat vapauttavat tukoksia tunne- ja solutasolla. Upea asiakaspalaut!

www.avaruustomua.net
kosmisesta@gmail.com
040-778 2396
(yhteydenotot tekstiviestinä)

Aika ja muutos
Raskaus ja synnytys
Wanhempi ja vauva
Olotila ja tunteet
Keho ja ääni
Asiantuntija ja kanssakulkija
Sinä

ARWOKAS

AIKUISTEN JA LASTEN HYVINVOINTITILA
PIUSTOKATU 18, TURKU | FB.COM/ARWOKAS

**Selvännäkijä-
meedio-astrologi**
Ull-Britt Nordin

0700-3-9-1737
(2.38e/min+pvm)

Revera, 00260 Hki

Ayurveda arkielämässä

DEEANA LEHTINEN

toimintaterapeutti & hyvinvointivalmentaja
coachingandtherapy@gmail.com

Ayurveda on käytäntöön perustuva elämäntiede. Se on kokonaisvaltainen terveysysteemi, joka ottaa huomioon ihmisen monipuolisuuden ja ainutlaatuisuuden. Ayurvedasta saa tietoa jokaiselle keho-mieli-tyyppille (doshalle) soveltuvasta elämäntavasta sekä ohjeistuksen helposti suoritettaviin itsehoitoihin ja elämäntapamuutoksiin.

Ayurvedan osa-alueita on lukuisia: ruokavalio, kirurgia, terapeuttinen liikunta, vedalainen astrologia, psykiatria, panchakarma (puhdistavat hoidot), pediatria, hieronta, ääniterapia, väriterapia, jne. Kaikissa osa-alueissa katsotaan tärkeäksi ymmärtää ihmisen synnynäisiä ominaispiirteitä, sekä tämänhetkinen tilanne, haasteet ja tarpeet.

Keho-mieli-ominaispiirteiden kokonaisuus, eli dosha, vaikuttaa mm. siihen, mikä ruokavalio, elämäntapa, työympäristö ja liikuntalaji kullekin sopii; millaisille sairauksille on taipumusta ja millaiset valinnat pitävät ihmisen terveenä ja hyvinvoivana. Doshan tasapaino/epätasapainotilaan saattaa vaikuttaa elämäntapa ja elinympäristö, ilmasto, sosiaalinen ilmapiiri, perhe-elämä, opitut käytäytymismallit, työpaikka, värit, äänet, tunnelit, ravinto, liikunta, jne.

Ayurvedan avulla opit ymmärtämään paremmin oman ja toisten (esim. puolison, lapsen, työkaverin) keho-mielityyppiä ja miksi joku käyttäytyy ”hämmästyvästi” tavalla. Tietoisuus läheisten ominaispiirteistä auttaa ihmissuhteiden uudelleen rakentamiseen, parantamiseen ja vahvistamiseen. Ymmärrys siitä, miten toisten keho ja mieli toimivat, voi poistaa hetkessä vanhoja turhautumissyitä ja vastenmielisyyksiä. Se myös auttaa valitsemaan itselle ja vaikkapa lapselle harrastukset, rutiinit ja elämäntavat, jotka toimivat parhaiten.

Ayurvedasta saamme myös tietoa elämäntapavaihtelun, vuodenaikojen ja kellon-



ajan sopivuudesta eri toimintoihin, sekä inspiiraatiota tarvittaviin muutoksiin.

Eri elämäntapavaiheissa ihmisen kehityksen ja tasapainoon vaikuttavat eri luonnon elementit. Lapsuus (murrosikästä asti) on maa-vesi-vaihe, eli kasvun aika. Aikuisuus (ikävuosiin 50+) on tulivaihe, jolloin on alttius yliuormitukseen ja ruoansulatukseen liittyviin ongelmiin. 50–60 vuodesta eteenpäin on tuuli-vaihe, jolloin mahdollisia oireita ovat kuivuus, ilmavaihat ja muistiongelmät.

Tila-ilma-elementtien vaikutukset ovat korkeimmillaan sään ollessa tuulista, kuivaa ja kylmää. Tulen energia ja vaikutus ihmisten terveyteen on korkeimmillaan sään ollessa aurinkoista, kuumaa ja kosteaa. Veden ja maan elementtien vaikutus on korkeimmillaan sään ollessa kylmää ja kosteaa, esimerkiksi talvella.

Päivän aikanakin elementtien vaikutus ihmisen hyvinvointiin ja energiatasoon vaihtelee. Aamulla kuudesta kymmeneen hallitsevat vesi- ja maelementit. Lounaan aikana tulielementti on vallassa, ruoansulatus toimii parhaiten ja silloin on sopiva aika päivän pääaterialle. Klo 14.00 jälkeen tuuli elementin voima nousee, jolloin voisi olla paljon helpompaa harrastaa liikuntaa. Jokaisen elementin energia kertyy, ärtyy, vähentyy ja saapuu neutraalivaiheeseen ja eri vaiheiden ymmärrys helpottaa paljon arkielämän valintoja.

Ayurveda voi toimia perheen hyvinvoinnin tukena erittäin tehokkaana työ-

kaluna. Vanhempana voit esimerkiksi selittää lapsellesi, että hänen sisäinen tarpeensa liikkuu jatkuvasti ja hänen vilkas mielikuvituksensa ovat luonnollisia piirteitä kaikille Vata-ihmisille. Niiden energiaa voi tietoisesti kanavoida luovaan tai/ ja aktiiviseen harrastukseen. Vata-lapsia leimataan helposti ADHD ”diagnoosilla”, koska he ovat usein levottomia, jos ympäristö ei vastaa heidän tarpeisiinsa.

Ayurvedan avulla voit oppia ymmärtämään paremmin perheen dynamiikkaa ja jokaisen perheenjäsenen tarpeita. Usein perheissä konfliktit lähtevät väärinymmärryksistä ja siitä, että kumppani/perheenjäsen ei vastaa toisten odotuksiin. Luultavimmin hän ei vastaa niihin, koska hän ei vain ymmärrä niitä, jos oma dosha on täysin erilainen. Ayurveda auttaa sinua saamaan rauhaa kotona ja se voi jopa pelastaa suhteesi. Kun opit ymmärtämään ja hyväksymään toisten ihmisten tarpeita ja valintoja, alat suhtautua tapoihin ja tottumuksiin uudella tavalla. Tekemällä pieniä muutoksia elämäntapaan saadaan aikaan entistä parempaa ja onnellisempaa elämää.

Ayurvedassa painotetaan ihmisen omaa tietoisuutta omista valinnoista. Kysymykseen, mihin ayurveda voi auttaa arkielämässä, voidaan helposti vastata: kaikkeen. Kaikkiin arkielämän tilanteisiin puolison ymmärtämisestä lapsen hyvinvoinnin edistämiseen, sopivan elämäntyylin valitsemiseen sairauksien ennaltaehkäisemiseen, työelämän helpottamisesta oikean lomapaikan valitsemiseen.

Ayurvedan avulla opit luomaan elämäntyylin, joka sopii sinulle ja perheellesi. Luot elämäsi tietoisesti, ymmärrät, milloin mennä kohti jotakin ja milloin kääntyä pois ja tiedät, mitä oman näköisen elämän luominen tarkoittaa juuri sinulle. Opit millainen olet, mitkä ovat ainutlaatuiset lahjasi ja pysyt linjassa sen kanssa, mitä haluat elämäsi olevan.

Deena Lehtisen luento aiheesta
Turun henkisen keskuksen illassa
torstaina 20.2. Katso viereinen sivu.

forum sauna
Tiesitkö, saunomalla säilyy ja perinnehoidoilla paranoo luonnollisesti!
Yleinen sauna, kuppaus, turve, iilimato ym. hemmotteluhoidot.
Mervi Hongisto, 050-5885013, Tervetuloa
www.forumsauna.fi
www.saunan7salaisuutta.fi
www.saunaterapia.com

Päivi Alanen
Selvänäkijä-meedio-parantaja
ajanvar. puh. 045 129 6806
tai ilman ajanvarausta
0700 81888 (2,37e/min+pvm)
paivi@paivialanen.fi • www.paivialanen.fi

Rosen-metodi
Kosketusta keholle ja mielelle
Rosen-terapeutti
Riitta Kivimäki
Dio Rosen
0400-608604
diodio@saunalahti.fi

Turun 20.

SATEENKAARIPÄIVÄT

21.–22.3.2020 Konsan Kartanossa

Emme ole yksin – elämä erillisyyden ja ykseyden vuoropuheluna

Lauantai 21.3.

- 11.00 Kalevi Riikonen: Tietoisempaan yhteistyöhön valo-, enkeli- ja tähteläisolojen kanssa
12.30 Ruokailu
13.30 Tarja Salomaa: Intuitio ja Valon Lait yksilön tietoisten valintojen ohjaajina
Koko planetaarinen elämä on tällä hetkellä suuressa murrosvaiheessa, kun Kosmisen Rakkauden aalto on herättämässä ihmiskuntaa uuteen tietoisuuteen. Meidän aikanamme evoluutio merkitsee, että "taivas alkaa entistä voimakkaammin laskeutua maan päälle", mikä puolestaan on edellytyksenä sille, että maasta voi aikanaan tulla pyhä planeetta. Muutoksen kanssa elämiseksi on olemassa monia ohjeita ja auttajia, niin sisäisillä kuin ulkoisilla tasoilla.
15.00 Aurinkokuoro
15.15 Kahvitauko
15.45 Seppo Ilkka: Ihmisen kehitys Maan kansalaisena
16.45 Pirjo Viskari: Sädemestari apunamme. Ihmisen sisäinen yhteys Maan ja planeettojen energieittisiin voimapaikkoihin
18.15 Loppukeskustelu

Sunnuntai 22.3.

- 11.00 Pentti Paakkola: Henkiset olennot ja niiden tehtävä maailmassa ja ihmisessä
12.30 Ruokailu
13.30 Veli-Martin Keitel: Atlantis ja Egypti elävät sinussa.
Näiden kulttuurien aikana laadittiin perustukset nykyiselle dualistiselle maailmalle ja kollektiivisille traumoille, joita edelleen itessämme kohtaamme. (Muinaisten kulttuurien perintöä Edgar Caycen ja Damanhurin henkisen yhteisön valossa)
15.30 Kahvitauko
16.00 Seppo Ilkka: Ihmisen asema Universumin kansalaisena
17.00 Loppukeskustelu

Katso muutokset
www.konsankartano.eu
Tapahtuman järjestää
Turun henkinen keskus ry

Pääsymaksu/päivä
12 € jäsenet
15 € muut

TURUN HENKINEN KESKUS RY:N KEVÄÄN OHJELMA 2020

Katso muutokset www.konsankartano.eu / Turun henkinen keskus ry

- 6.2. **Pirja Räsänen:** Eläinkommunikointi. Mitä eläinystäväsisi haluaisi sinulle kertoa? Intuitiivinen vuorovaikutus eläimen ja ihmisen välillä (www.avaruustomua.net)
- 13.2. **Maritta Danielsson:** Meditaatio, tie hyvinvointiin (www.reikihoitoa.fi)
- 20.2. **Deena Lehtinen:** Ayurveda arkielämässä. Henkinen ja fyysinen tasapaino elämäntapamuutoksilla ottaen huomioon ympäristö ja vuodenaajat ym. (www.yogaterapia.net)
- 27.2. **Jukka Viertomanner:** Astrologia ja terveys
- 5.3. **Lille Lindmäe:** Kvanttikentän biofotonien tieteellinen tutkimus Italiassa. Tutkimus paljastaa, miksi Lillen energiakenttä vaikuttaa mm. ihmisten energiakenttiin ja Ley-linjoihin (www.lille.ee ja www.leylinjat.fi)
- 12.3. **Mariel Mansoniemi:** Perhekonstellatio - menetelmä, jolla voidaan hahmottaa perheenjäsenten vuorovaikutusta ja ymmärtää paremmin ylisukupolvisia tunnelukoja (www.dialogi-instituutti/ Mariel)
- Sisäänkäymäysmaksu 6 €, jäsenet 3 € (sis. teetarjoilun).
Luennot ovat torstai-iltaisain kello 18.30.
- 26.3. **Paavo Nevalainen:** Arkkienkelit, ihminen ja piru mystikko G.I. Gurdjieffin näkökulmasta (www.karatas-seura.net)
- 2.4. **Ansa Lybeck:** Oksitosiinibaari. Lännäolevan kosketuksen vaikutukset ja merkitys henkisen kehityksen työkaluina. Uutta virtaa elämään ja ihmissuhteisiin.
- 16.4. **Reijo Oksanen:** Suufilaisuus, Islamin sisäinen opetus. Sen kolme "pylvästä" ovat suufit Jilani, Ibn Arabi ja Rumi. Suufi-teitä (esim. Naqshbandi, Mevlevi, Bektashi) on useita kymmeniä. Mukana luennoitsijan omia kokemuksia. (www.gurdjieff-internet.com)
- 23.4. **Seppo Ilkka:** Sfäärien musiikista tietoiseen Universumiin (www.uusisade.fi)
- 7.5. **Irmeli Mattsson:** Morfogeneettiset kentät - Näkymättömiä kehitystämme ja sielunvaellustamme ohjaavia voimia? Luennon aineisto perustuu biologi Rupert Sheldraken tutkimuksiin. (www.sheldrake.org)
- 14.5. **Maria Nordin:** Mielen vaikutus terveyteen. Fyysisten oireiden takana on aina vastustus, joka voidaan voittaa kiittolisuuden avulla (www.marianordin.fi)

Konsan Kartano

Virusmäentie 9, Raunistula Turku | Puh. 044 592 9324

www.konsankartano.eu

Lähde elämäsi matkalle



Perjantai 13 päivä

Elämä mysteeritapahtumien ketjuna.
Mitä on aika. Onko sitä olemassa,
vai tapahtuuko kaikki todella nyt.

Elämme tällä hetkellä kaksosaikaa,
kuten juuri ennen vuoden 1939 talvisotaa –
aikaa, jota seuraa Suomen uusi
astrologinen syntymä.

Kirjaa saatavana
www.veneika.fi

Tulossa

Astrologian Opas
uudistettu painos

www.veneika.fi

- Lahjakortit
- Liity postituslistalle
- Osallistu astrologian nettikurssille
- Tilaa progressiivisen kuun listaus
 - Astrotapahtumat
- Varaa aika tulkintaan

Astrologinen tulkinta

perustuu syntymäpäivän, kellonajan
ja paikkakunnan perusteella
tehtyyn karttaan.

Tulkitsen karttaasi ja kerron miten
sinulla on mahdollisuus hyödyntää
sen hetkinen elämän tilanteesi.



Minä Olen -messut

8.-9.2.2020

Finlandia-talo Helsinki

Astrologisia pikatulkintoja
paikka 117

Luento Finlandia-salissa
la 8.2. klo 12.00

Astrologi
Johanna
Karpov



Astrologinen palvelupuhelin
joka päivä klo 8-21

0700 8 1919 (1,99€/min+ppm)
tai ajanvaraus p. 041 502 1669

 Astrologi
Johanna Karpov