



## Ajatus joogaa!

Useat meistä ovat tutustuneet fyysisiin joogaharjoituksiin ja vii-  
pyneet asanoissa. Ajatusjoogassa  
asana on looginen, positiivinen ajatus,  
jossa mieli viipyy tarpeelliseksi koetun  
ajan. Tavoitteena on tunteiden ja ajatusten  
hallinta, mielen tyyntyminen ja tajunnan  
avartuminen. Loogisuus ja positiivisuus  
ovat ihmisen tajunnan kaksi voimaa, joi-  
den yhteisvaikutusta ajatusjoogi oppii  
käyttämään. Ajatusjooga on suomalaista  
rajajoogaa ja rajajooga taas korkeim-  
man asteen joogaa, kuningasjoogaa, jos-

sa pääpaino on henkisellä puolella. Ku-  
ten fyysisissäkin joogalajeissa ajallinen,  
pitkäjänteinen harjoitus tuottaa tuloksia  
fyysisellä tasolla, niin tapahtuu myös  
ajatusjoogan harjoittajalla. Hän saavuttaa  
menetelmän avulla hiljalleen sisäistä rau-  
haa, mielenrenteyttää, keskittymiskykyä,  
ajatusten hallintaa, loogista positiivista  
ajattelutaitoa ja muuntuu pitkässä juok-  
sussa niin sanotusti mukavaksi ihmiseksi  
panostaessaan ajatusjoogaharjoitteisiin.

Miten ajatusjoogaa harjoitetaan käy-  
tännössä? Toistetaan suomenkielisiä loogi-  
sia eli johdonmukaisia, järkipäisiä sekä  
positiivisia, myönteisiä lauseita keskitty-  
neesti – äänettömästi ajatuksin – tiettyä  
opiskeltavaa hengitystekniikkaa käyttäen.  
Positiivinen lauselogiikka sisäistetään ja  
vähitellen opitaan itse rakentamaan mant-  
ralauseita, omaan henkiseen kasvuun ja  
ajankohtaisiin tilanteisiin sopivia.

Esimerkkinä matraassa ”Sinä tahdot olla  
rauhallinen ja tasapainoinen” käytetään

sinä-muotoa peruskurssivaiheessa, koska  
ihmisessä vaikuttaa kaksi olemuspuolta:  
korkeampi Minä ja alempi minä.

Korkeampi minä on se olemuspuo-  
li, joka on rauhallinen ja tasapainoinen,  
alempi arkinen taas ainakin opiske-  
lun alussa itsekeskeinen ja rajoittuneilla  
näkökulmilla varustettu. Siten se ei voi  
opettaa itseään. On tärkeää oivaltaa, että  
sinä-muotoa käytettäessä ihmisen omat  
olemuspuolet ovat dialogissa keskenään  
eikä kukaan tai mikään vaikuta harjoituk-  
seen ihmisen oman tajunnan ulkopuolelta.

Tervetuloa mukaan kurseille oppi-  
maan lisää. Tutustu ajatusjoogaan live on-  
line, yhden illan maksuton kurssi.

### Lisätietoja:

via.fi

@Via-Akatemia

ajatusjoogaa.fi

@AjatusjooganTie

@ajatusjooga

## IN MEMORIAM Terttu Seppänen

Via-Akatemian rehtori, psykologi,  
YTM Terttu Seppänen siirtyi hen-  
kisille tasoille 27.5.2025 kotonaan  
Savonlinnassa 77 vuotiaana. Hän oli via-  
laisen yhteisön kolmas rajajooganopetta-  
ja, perustajaopettajien Tyyne Matilaisen  
ja Mirja Salosen työn jatkaja ja edelleen-  
kehittäjä. Alunperin kirjeopistona toimi-  
neen suomalaisen rajajoogan opetus koki  
Terttun noin 30 vuoden opettajuuden ai-  
kana suuria muutoksia. Ne olivat osaltaan  
organisatorisia, kuten Via-Akatemian pe-  
rustaminen, mutta itse opetus koki myös  
uudistumisen. Psykologinen ote yhdis-  
tettynä korkeaan henkiseen tietoon vei  
yhteisöä uusille urille, monelle oppilaalle  
aivan konkreettisesti löytyi uusi työ.  
Via-Akatemian mahdollistamat psykolo-  
gian, filosofian ja uskontotieteen opinnot  
toivat yhteisölle mukanaan argumen-  
taatiotaidon lisäksi laajalti pohdittavaa  
ihmisen olemuspuolistä. Tietoisuuden-  
tutkimus oli myös keskiössä, kuten posi-  
tiivinen psykologia. Terttu itse myös  
osallistui koulutuksiin ja tutki laajalti yh-  
teisömme ruusuristolais-teosofisia juuria  
sekä muita yhteisömme vaikuttaneita ta-  
hoja. On tiedettävä ja tunnettava alkuläh-



teensä jotta voi ponnistaa uutta luovaan  
ajatteluun. Terttu toimitti myös vuonna  
2019 julkaistun kirjamuotoon saatetun  
”Kirjeopisto Vian rajajoogan kurssi. Kym-  
menen Opetuskirjettä”, joka pohjautuu  
perustajaopettajien laatimiin opetuskir-  
jeisiin. Työ vei kokonaisuudessaan noin  
parikymmentä vuotta ja se on uudistettu  
kielellisesti ja ajankohtaistettu nykyajalle  
paremmin soveltuvaksi. Vireä, aktiivinen  
yhteisö aloitti aikoinaan taiteentekijöinä-

kin ja kehitti erilaisia produktioita, näytel-  
miä esitettiin ja musiikkia sävellettiin.

Tätä päivää ovat erilaisten henkisten  
maailmankatsomusten ja vialaisen raja-  
joogan yhtymäkohtien opiskelu ja tutki-  
minen, kuten kehittämämme hyvedialo-  
gikin. Kokonaisuutena ottaen Terttu vei  
yhteisöä käytännönläheisyyteen, toimi-  
en itse esimerkkinä. Hän osallistui tal-  
kootöihin niin keittiössä, pihatöissä kuin  
siistijänä, kuten myös kirjoittajana, esi-  
telmöitsijänä ja päätoimittajana Uusi Sa-  
fiiri-lehdessä vuosina 2005–2015. Hänen  
ideoimiaan olivat myös konsertit kurssi-  
keskuksessamme Kaukalinnassa sekä ke-  
sääkatemia-toiminta ja monet muut pro-  
jektit, viimeisimpänä yhteisömme tuleva  
historia- ja muistelmateos. Erityisen iloi-  
nen ja onnellinen hän oli myös löytynes-  
tä työnsä jatkajasta, Elina Kakosta.

Hyvyys, ystävällisyys, avuliaisuus, ah-  
keruus, oppimishalu ja eteenpäinpyrkijyys  
olivat tunnusomaisia Tertulle. Looginen,  
positiivinen ajattelutaito vie parhaiten ih-  
mistä eteenpäin elämänpolulla ja se on  
juuri sitä mitä jokainen meistä eniten tar-  
vitsee. Rajajoogan ydinlause ”Jokainen  
ajatus muuttaa ihmistä sisältönsä viitoit-  
tamaan suuntaan” toteutui ihailtavan ja-  
losti Terttu Seppäsen elämässä.

## Elämän meissä katalysoima pyhiinvaellus: aika, paikka ja solmukohdat triggereineen

**PIRJA RÄSÄNEN**  
evoluutioastrologi,  
karmatulkitsija,  
regressioterapeutti,  
eläinmeedio,  
eläin- ja  
kasvikommunikoija,  
sieluperheyhteydet



www.avaruustomua.net/fi  
kosmisesta@gmail.com

Jokainen karmallista taustaansa tutki-  
nut ja tiedostava tietää, kuinka teemat  
ja kaudet säännöllisesti vaihtelevat. On  
radikaali ero sen välillä, mikä menneen tai  
rinnakkaisen elämän virtaus kulloinkin on  
käsitteltävänä. Jotta uusi teemavirtaus nou-  
sisi ihmisen tietoisuuteen, vaaditaan ensin  
yleensä triggeroiva tapahtuma, ihminen,  
tietoinen rituaali tai peräti kollektiivisen  
”säätilan” muutos, joista jälkimmäistä  
kuvantavat astrologiset transiittiaspektit  
heijasteena yksilökartalla. Elämänkaarta  
jäsentävät erilaiset solmukohdat, jolloin  
yhdestä tai useasta senhetkisen elämän-  
tarinan elementistä on tullut aika päästää  
irti ja siirtyä sen myötä toiseen – muun-  
tuneeseen todellisuuteen. Usein entinen  
ja uusi karmallinen tarina kulkevat aina-  
kin jonkin aikaa keskenään rintarinnan.  
Katalysoivia tekijöitä saattaa olla läsnä  
samanaikaisesti monia ja usein vasta niin  
sanotulla viisaalla jälkikatseella tajuaakin  
sekä oman sisäisen kehityksen että tapah-  
tumien syy-seuraus -ketjujen suhteet.

”Vanhoilla sieluilla” elämiä eri maano-  
sissa ja jopa joissain yksittäisissä valtioissa  
löytyy tyypillisesti lukuisia. Kaikki samaan  
lokaatioon eli maantieteelliseen sijaintiin  
sijoittuneet elämät eivät suinkaan ole ak-  
tivoituneita samaan aikaan. Sielujen ke-  
hityskulku on tarkoin määritelty ja onkin

aina tarkoituksenmukaista, että eri teemat  
avautuvat vain sitä tahtia ja siinä järjestyk-  
sessä, jossa niitä kykenee tiedostamaan,  
sulattamaan ja menestyksekkäästi käsit-  
telemään pois päiväjärjestyksestä. Kak-  
soisliekkien ja muidenkin kovasti haas-  
teellisten ihmisten ja aiheiden kohdalla  
tällaiseen käsittelyyn hujauttaa helposti  
jopa vuosikymmen tai monia vuosikym-  
meniä.

Kohtalo tai henkilökohtainen todelli-  
suus, joka on kovin jäykästi fiksattu ja koh-  
talonomainen – tai peräti tuntuu vankilal-  
ta – on tietyssä mielessä harhaa, joskin voi  
kokemuksellisesti olla voimakas ja elävä  
todellisuus hetkessä. Joka tapauksessa to-  
dellisuuden viitekehystä sekä sen muuttu-  
jia kuten aikaa, alitajuntaa ja synkroniassa  
keskenään toimivia omia rinnakaistodel-  
lisuuksia, on mahdollista ”päivittää” kor-  
keammalle ulottuvuudelle. Mennyt sekä  
alitajuinen tunnemateriaali saa pintaan  
noustessaan ja parantuessaan aikaan sen,  
että ihminen ”vaihtaa kaistaa” elämässä  
sekä muuntaa oman sisäisen ja ulkoisen  
todellisuutensa uudeksi. Tämänkaltaisen  
prosessi saattaa katalysoitua vauhtiin hy-  
vinkin nopeasti (etenkin silloin, kun yk-  
silön elämässä on meneillään tiukka Ura-  
nus-transiitti), mutta silloinkin se keriytyy  
auki pysyväksi ja syväjuurtuneeksi todelli-  
suudeksi vasta aste asteelta ajan kuluessa.

Entä millaisia tosielämän triggeroivia  
tekijöitä menneiden elämien ja muiden  
dimensioiden välisille aikalinjojen vaih-  
doksille on olemassa? Tyypillisiä triggereit-  
tä ovat esimerkiksi seuraavat: altistus eri  
maalle/maanosalle, kielelle tai kulttuurille.  
Tämä voi tapahtua esimerkiksi ulkomaan-  
matkan, uuden vieraan kielen opiskelun  
tai ihmisen/kirjan/kirjeystävän kautta ja  
katalysoimana. Kun kyseessä on psyyk-

kisesti herkkä ihminen, silkka kirjaan tai  
elokuvaan eläytymisen herättämä men-  
neen elämän trauman tai muun voimak-  
kaan tunnekokemuksen prosessointi voi  
elää kaikuna ja elämää syvästi dominoiva-  
na tunne-elämyksenä useita viikkoja, jopa  
kuukausia. Puhdistava reaktio tarvitsee  
näin ollen vain pienen ulkoisen sysäyksen  
lähteekseen liikkeelle. Työpaikat, asunnon  
muutot, kesätyö eri paikkakunnalla tai uu-  
dessa sosiaalisessa piirissä ovat niinkään  
nekin elementtejä, joiden katalysoiva vai-  
kutuksen on riittävän vahva vaihtakseen ih-  
misen elämän ”teeman”. Joskus muuttuu  
koko ns. kantava teema elämässä useiksi  
vuosiksi; toisinaan taas vaihtuu ainoastaan  
väliaikainen, hetkellisesti tajunnassa pro-  
sessoitava päämotiivi ja sisäinen tunneil-  
masto.

On tapauksia, jolloin jopa uusi lem-  
mikkieläin tai harrastus on niin vahvasti  
resonoiva ”kaiku menneestä”, että se yk-  
sinään siirtää yksilön tietoisuuden siihen  
menneeseen aikakauteen, jolloin vastaava  
eläinsielu tai muu tematiikka oli viimek-  
si merkittävästi läsnä yksilön elämässä.  
Kaikkien näiden ulkoisesti katalysoitujen  
sisäisten prosessien kautta ihminen voi  
kokea, kuinka koko elämä on jatkuvaa py-  
hiinvaellusta ja kulkemista pimeydestä hä-  
märän kautta yhä vaan kohti kirkkaampaa  
valoa.

### forum sauna

Tiesitkö, saunomalla säilyy ja  
perinnehoidoilla paranoo luonnollisesti!

Yleinen sauna, kuppaus, turve, ilimato  
ym.hemmotteluhoidot.

Mervi Hongisto, 050-5885013, Tervetuloa  
www.forumsauna.fi  
www.saunan7salaisuutta.fi  
www.saunaterapia.com



## Odotettu kirjauutuuus Len Kasten: Planeetta Serpo

Tämä kirja on uskomaton kertomus USA:n hallituksen huippusalaisesta vaihto-ohjelmasta vuonna  
1965. Kaksitoista astronauttia matkusti avaruusolentojen mukana Serpo-nimiselle planeetalle 39  
valovuoden päähän. Seitsemän ryhmän jäsentä palasi Maahan 13 vuotta myöhemmin.

Ebe-nimellä tunnetut avaruusolennot ovat vierailleet Maa-planeetalla lukuisia kertoja, ja mm.  
USA on tehnyt salaista yhteistyötä näiden avaruusveljien kanssa kymmenien vuosien ajan.

Len Kasten on ufotutkija ja vapaa kirjoittaja. Kasten on työskennellyt pitkään Serpo-projektin  
tietojen parissa, ja hänen ansiostaan huima tositarina elämästä avaruusolentojen planeetalla on  
nyt kaikkien luettavissa.

Mustavalko- värikuviitus, 322 sivua, kovakantinen, ovh. 35 €.

**ufofinland.net**