

# Alitajunta hyötykäyttöön!

ANNINA KYRKLUND

Oletko koskaan kääntynyt yökolmelta unettomana vuoteessasi ajatellen: Jos en nyt nukahda, niin olen aivan rätiväsnynt aamulla! Ja sitten onkin käynyt juuri niin.

Miksi koirat haukkuvat enemmän sellaisia ihmisiä, jotka pelkäävät niitä?

Miksi arpi pysyy ihossa vuodesta vuoteen, vaikka ihosolut uudistuvat viikossa?

Onko elämässäsi toistuvia kokemuksia? Tunnutko esimerkiksi aina päätyvän suhteeseen ”väärän” henkilön kanssa?

Oletko lopettanut tupakoinnin ja sitten jonkin ajan kuluttua retkahtanut takaisin vanhoihin tottumuksiin?

Näihin ja moneen muuhunkin ilmiöön löytyy sekä selitys että muutoksen avain alitajunnasta.

Parivuotiaana nuoremman poikani suurin intohimo oli pulut. Hän juoksi aina niiden perään yrittäen pyydystää niitä. Kerran sitten estin häntä juoksemasta ja hän suuttui minulle valtavasti – ”Miksi äiti ei halua antaa minun tehdä sitä, mitä rakastan? Äiti ei ilmeisesti rakastakaan minua!” Totuus oli, että hän näki vain pulun, mutta ei autoa, joka olisi ajanut hänen ylitseen, jos hän olisi juossut kadun yli. Hän rauhoittui vasta, kun olin selittänyt asian hänelle.

Behavioristit ovat laskeneet, että jokaisesta myönteiseksi tulkitsemaamme palautetta kohden saamme sata, jotka tulkitsemme kielteiseksi – aina vanhemmat eivät ehdi tai huomaa selittää lapselle, että he toimivat rakkaudesta, eli halusta varjella lastaan. Parin, kolmen ensimmäisen ikävuoden aikana ehdimmekin saada ne oppitunnit, jotka sitten toistuvat muodossa tai toisessa loppuelämämme ajan - tai ainakin kunnes olemme työstäneet kyseisen asian ja oppineet.

Mieleemme koostuu kaiken elämämme aikana kokemamme aikaansaamista käsityksistä siitä, miten maailma toimii. Käsityksemme ja muistomme voivat olla totta – tai sitten eivät. Ne toimivat kuitenkin magneetteina vetäen puoleemme lisää samanlaista, myönteistä tai kielteistä, olivatpa ne sitten tietoisia tai alitajuisia, totta tai eivät. Tarkoituksemme on, että tuon magneetti-ilmiön avulla pääsemme kyseenalaistamaan käsityksiämme yhä uudelleen, kunnes löydämme totuuden, eli opimme lisää maailmasta, itsestämme, omasta arvostamme ja rakkaudesta.

Se, mikä ei enää mahdu tietoiseen mieleemme, painuu hiljalleen alitajuntaan. Freudin mukaan mieleemme on kuin jäävuori, josta 10 % on näkyvässä vedenpinnan yläpuolella. Tuo 10 % edustaa tietoisista mieltämme, 90 % on näkymät-



tömissä, alitajuisia, eikä siihen pääse käsiksi kuin unissa tai tunteiden ja tunteusten kautta. Joskus alitajuisia asioita voi tulla pintaan ulkoisen herätteen johdosta. Jos meillä esimerkiksi on ikävä muisto Kuopion matkasta, emme ajattele sitä päivittäin – ainakaan kun asiasta on kulunut jonkin aikaa. Mutta jos joku kertoo käyneensä Kuopiossa, niin oitis tuo ikävä matka muistuu mieleemme. Alitajuntaan voi myös aktiivisesti painaa ikäviä asioita. Siellä ne sitten odottavat käsittelyyn pääsyä vetäen puoleemme oppitunteja.

Voimme myös painaa tietoisuudettamme aktiivisesti alitajuntaan asioita, jotka koemme vaikeiksi tai kipeiksi, tai joita vain emme pysty käsittelemään sillä hetkellä. Esimerkiksi kun siskoni kuoli ollessani 11 vuotias, menin shokkiin ja alitajuntaan jäi myöhempää käsitteilyä varten valtavasti syyllisyyttä ja suruenergiaa, koska en osannut tehdä asialle mitään sillä hetkellä. Itsetuominta muutti vähitellen elämäni suuntaa sen mukaiseksi, mitä jollain tasolla koin ”ansaitsevani”. 13-vuotiaana minusta oli tullut koulukiusattu, ja 15-vuotiaana sain eläinallergian, joka vähitellen paheni astmaksi. Sitten elinkin lääkkeiden varassa vuosikausia, ja menin vielä naimisiin narsistin kanssa. Selkäniikin oli ajoittain pyörätuolikunnossa, eikä lääkäreillä ollut tarjota apua.

Erottuaani lähdin toden teolla aktiivisesti henkisen etsijän tielle, ja lähempänä 40 vuoden ikää aloin vihdoinkin löytää ja itsekin kehittää toimivia keinoja löytää, kyseenalaistaa ja muuttaa käsityksiäni elämästä ja sen myötä muuttaa elämäntilaa. Tämän myötä elämäni on löytynyt taas ilo, pyörätuolista ei ole tietoaakaan, tanssin salsaa ja lavatanssia ja rakastan elämää täysillä.

Koska 90 % opetuksistamme piilee alitajunnassa, suurimmaksi haasteeksi muodostuukin löytää keinot, joilla alitajuntaan

pääsee käsiksi. 90-luvun alussa alkoi löytyä hyvä ”paketti”: Oman Voiman Avaimet antavat hyvät työkalut energiakentän puhdistukseen, lataukseen ja meditointiin. Vähitellen kiteytyi myös Elämänpeili, kuuden kysymyksen tekniikka tietyn teeman, esim. ongelman tai toiveen työstämiseen. Kysymysten ja Oman Voiman Avainten tekniikoiden avulla on mahdollista päästä käsiksi alitajuisiin käsityksiin, ymmärtää väärinkäsitykset, löytää totuus ja puhdistaa alitajunta kaikesta siitä vuosien mittaan kertyneestä energiasta, mikä on totuuden (uuden ajatusmallin) vastaista. Mukaan on tullut myös numerologinen tasapainotus, jonka myötä on mahdollista huomattavasti helpottaa ja nopeuttaa työstöä. Lisäksi prosessin aikana voidaan helpottaa esim. tunteiden purkamista TFT- ja Matrix-hoitojen avulla.

Elämänpeili kestää reilut tunteita tehdä ja sen voi tehdä yksin tai ryhmässä (siltoin energia on voimakkaampaa ja on helpompaa päästä syvemmälle) ja teemaksi voi valita mitä vain, mitä haluaa muuttaa nykyisessä elämässä – ongelman, toiveen jne.

## Esimerkkejä tuloksista:

Velkaiselle yh-äidille 540 euron lisäys nettokuukausituloihin, toteutui seuraavana päivänä sen jälkeen, kun hän oli peilissä oivaltanut, mikä esti rahantuloa – väärinkäsitys oli saanut alkunsa äidin syöttäessä häntä vastasyntyneenä.

Nainen oli kauan etsinyt uutta asuntoa ja työpaikkaa. Kun hän oivalsi isäsuhteeseen liittyvän suuren väärinkäsityksen, hänelle tarjottiin seuraavana päivänä kolmea asuntoa, joista valita. Kun hän oli niitä katsomassa, hänelle soitettiin ja tarjottiin huippuyöpaikkaa isossa firmassa Euroopan markkinointijohtajana.

Nuorukaisen silmätulehdus hävisi tunnissa sen jälkeen, kun hän oli oivaltanut isäsuhteeseensa liittyvän väärinkäsityksen omasta arvostaan.

Kun opimme löytämään, kyseenalaistamaan ja työstämään alitajuisia käsityksiämme, emme enää ole kohtalon armoilla ja vanhojen mallien vankeina, vaan alomme oikeasti päästä luomaan omaa elämäämme, eli tulemaan Luojamme kaltaiseksi, jollaisiksi meidät on luotukin.

**Annina Kyrklundin luento ”Itsetuntemuksen välineitä arjen hyvinvointiin” Turun henkisen keskuksen illassa 22.10., katso s. 21 ja kurssit 24. ja 25. 10., katso keskiaukeama.**

**Kuulotaito**  
Hyvin viritetty kuulo helpottaa elämääsi  
Pilar Meseguer . Berard AIT terapeutti . 0400137637  
pilar.meseguer@kuulotaito.com www.kuulotaito.com  
Lue www.sateenkaarisanomat.net nro 34 s. 12

**Myös kotikäyntinä**

**Klassiset/urheilu hieronnat:**  
30 min-15e, 45 min-20e, 60 min-25e, 90 min-40e  
**Lymfahieronta:** 30e  
**Energiahoidot:** 30e  
**Aromaterapeuttiset hieronnat:** 30e  
**Lämpöhoito:** -5e  
**Lahjakortit**

Kuuvuorekatu 24 20540 Turku  
Puh: 045 237 2349  
Email: ilikka.rainio@pp.inet.fi  
www.ilkkarainio.com

Hierontaterapeutti, Urheiluhieroja,  
Lymfahoitaja Ilkka Rainio

**Henkinen koulutuspaikka Tampereella!**

Tarjontaamme kuuluvat erilaiset kurssit, avoimet healing-illat, selvänäköiset auralukemukset sekä koulutusohjelma.

**Auralukemustarjous – kaksi yhden hinnalla!**

*Kysy lisää!*

**Maa ja Taivas**  
Väinölänkatu 1, 33100 Tampere.  
www.maajataivas.fi,  
maajataivas@gmail.com, 040 966 3342.  
Avoinna ti-to klo 12-16.

**SELVÄNÄKIJÄ-PARANTAJA**

**TARJA SAHARI**  
**0700-9-3008**  
www.tarjasahari.net

2,31 min+pvm. PL 50, Hki 25

**Jaana Rusi**  
Ennustaja, Astrologi

Astrologisia tulkintoja ja ennustuksia Lenormand-korteilla. Tulkintoja ja kursseja. Puhelintulkintoja läpi vuoden. Ajavaraukset arkisin klo 9-17 p. 040-857 65 12  
mail@lucetia.eu www.lucetia.eu

**Eosita**  
Keskustelutulekaa elämän varrella  
Vastaanotto Turussa ja Helsingissä  
Solmuja pariusteessa®-neuvonta •  
Vesilööhäius • Ohjattu tukiryhmä naisille  
Vhiteydenotto arkeisin klo 9-17 040-8576512  
mail@eosita.com www.eosita.com

Turun Seudun  
**Astrologinen**  
Seura ry **www.turunastrologinenseura.fi**

**Syntymäkarta on kuin koodattu tietopaketti itsestämme, ja astrologia antaa avaimia koodien purkamiseen. Tule etsimään ja löytämään omat avaimesi.**

turkuastro@gmail.com ja Fb:ssa Turun Seudun Astrologinen Seura

**Jokainen ajatus muuttaa ihmistä sisältönsä viitoittamaan suuntaan.**

**Hengen ja Tiedon messut**  
10. - 11.10.2015, Suomalainen yhteiskoulu, Helsinki  
- Tietoisku la 10.10. klo 12, luokka 1 G;  
*Kanssaluojaksi Valkean Veljeskunnan työhön, Terttu Seppänen*

*Johdanto ajatusjoogaan, Kaisa Pakkala ja Jouko Palonen*  
- 18.10.2015 klo 18 Kaisa Pakkalan kotona, Paimalantie 376, Turku

www.via.fi, www.facebook.com/via.akatemia

**Kirjeopisto Via**  
Olavinkatu 34 B 22, 57130 Savonlinna  
(015) 273 558, 050 567 9630  
terttu.seppanen@via.fi

**RUHTINAALLISIA MAKUNAUTINTOJA KAARINASSA**

**TUORLAN MAJATALO**  
WWW.TUORLANMAJATALO.FI  
Tuorlantie 1 E, 21500 Kaarina

**KAARINAN TÄHTI**  
WWW.KAARINANTAHTI.FI  
Aittakatu 1, 20780 Kaarina

**Myllyojan tapahtumat syksy 2015**

c/o Marja-Liisa Haapa-aho  
Paimalantie 374, 20460 TURKU  
puh. (02) 247 2018 tai 0440 151040  
bussi nro 22 tai 22A Kauppatorilta  
ruusuportti@gmail.com

Tarkempia tietoja ohjelmista:  
www.goldenage.fi/ruusuportti

**Kursseja ja tapahtumia:**

La 10.10. Larionovit, konsertti  
La 17.10. Marja-Liisan 75 v. -juhla  
La 12.12. Joulukonsertti

Katso muut ohjelmat ja tarkemmat tiedot  
www.sivuilltamme  
www.goldenage.fi/ruusuportti.

**Hoitoja:**

- Jäsenkorjausta: Reikimaster jäsenkorjaaja Olli Suonpää, 050 369 7731
- Kajavaterapiaa: Sairaanhoidtaja, kajavaterapeutti Paula Kares, 050 517 8797

Tilaisuudet järjestää Ruusuportti ry Sydämellisesti Tervetuloa!  
Myllyojalta lahjoitetaan ruusujen, luumupuiden, pylväshaavan ja monivuotisten kukkien taimia. Tervetuloa hakemaan.

Jos emailisi on muuttunut tai tahdot liittyä postituslistallemme, niin ilmoita siitä meille ruusuportti@gmail.com