

Katsaus kiinalaisen lääketieteen hoitaviin mahdollisuuksiin

ANNE NEVANTAUSTA

Oppi itsessään on ikivanhaa, mutta se on muotoutunut ihmisen kehityksen myötä, työkalut ovat muuttuneet, nykyään ihmiseen saa jo koskeakin. Entisajan neulat olivat kivistä ja nykyisin steriilejä, ohuita kertakäyttöisiä. Työkaluja on muitakin, on moksa, akuvasaraa, luukampaa, kuivakuppausta, korvakuulia sekä monenlaisia hoitomuotoja, joissa ei käytetä näitä työkaluja, vaan käsitellään sormin painaen tai erikoistekniikoin hoidettavan kehoa.

Ihmisen sisällä liikkuu energiaa, sitä on hyvin monta erilaista laatua ja se voi olla syvällä tai pinnallisempaa. Ellei energiaa olisi, ei olisi elämääkään. Ihmisen keho on hyvin nerokas luomus joka pystyy pitkälti korjaamaan ja auttamaan itseään. Sisällämme kulkee energiakanavia eli meridiaaneja, joiden varrella on satoja portteja, akupisteitä, joiden kautta voidaan vaikuttaa energioiden tilanteeseen sen mukaan, mitä pitää vahvistaa tai nostaa syvältä pintaan. Etsimme keholle tasapainoa, Yin ja Yang on kaikessa mukana ja kaikki voidaan jakaa Yiniin tai Yangiin. Näin ollen sairastuminen on usein jommankumman riistäytymistä ylivoimaisempaan asemaan suhteessa toiseensa.

Mutta lisäksi voimme puhua Ulkoisista ja Sisäisistä syistä sairastua. Lyhyesti voidaan ajatella Ulkoisen tarkoittavan vaikka aurinon pistosta tai flunssapöpöä tai on menetetty verta onnettomuuden vuoksi. Sisäinen voi olla geeniperimän kautta ilmenevää, mutta suurin sairastumisen syy ovat tunteet, jolloin pitkään jatkunut stressi, huolehtiminen, sureminen, pelkääminen, tai muu tunne liiallisena johtaa sitä tunnetta kontrolloivan elimen toiminnan epätasapainoon. Mikä



tahansa epätasapaino onkaan, niin jatkessaan se vahingoittaa enemmän ja laajemmin. Kun tila on jatkunut kauan, puhutaan kroonisesta ongelmasta, joka on jo syvällä ja vaatii pidemmän hoitajakson. Akuutteja tiloja voidaan hoitaa nopeasti, kun sairaus ei ole ehtinyt vielä tunkeutua syvemmälle.

Ravitsemukseen kiinnitetään huomiota. Valkoinen sokeri ja teollinen suola ovat pahasta jokaiselle, mutta nyt katsotaankin ravintoaineen energieettistä koostumusta. Milloin pitää nauttia esim. energialtaan kuumentavaa. Hoitajaksonsa ravitsemuksen ohella mietitään muita hoitokeinoja tilanteen vaatimuksen mukaisesti sekä opetetaan pari kolme akupistettä, joita pitäisi sitten itsenäisesti kotona painella hoitokertojen välillä.

Neulahoidoja eli akupunktiota tehdään keholle tarkoin valikoituihin pisteisiin ja näin voidaan hoitaa ja tasapainottaa kehoa yli 700 vaivan hoitamiseksi tai tukea laihdutuksessa, tupakasta vierotuksessa, hoitaa uupumusta, tukea lapsettomuushoidoissa, ym. Neulahoito on hyvin rentouttavaa ja tehokasta. Korvalehtiin voi laittaa muutaman neulan joko lisäksi tai pelkästään korviin ja muuten vaikka hoitaa akupainannan avulla. Akupainanta on sormin tehtävää painelua ja erikois-

hierontatekniikoin tai muilla ”työkaluilla” voidaan tasapainottaa kehon toimintoja. Lämmin moksaus on kivutonta ja tehostaa syvällä tapahtuvia prosesseja.

Kipujen hoitoon tai rentoutukseen on käytössä erilaisia tekniikoita ja hoitomuotoja, joiden parista voi valita tai kokeilla erilaisia. Haastattelun perusteella hoitaja ja asiakas löytävät varmasti sopivan hoitotavan.

Kuka olen?

Nimeni on **Anne Nevantausta**, 58v. ja olen opiskellut kiinalaista lääketiedettä reilut 6 vuotta ja kuulun Finnacuun. Olen aloittanut työelämäni Ruotsin puolella 16-vuotiaana ja sairaalamaailman työkokemusta on kertynyt monenlaisten osastojen kautta useita vuosia. Myöhemmin olen elänyt jälleen maaseudulla, jolloin opiskelin puutarhuriksi ja toimin aktiivisesti yhdistyksissä. Oppia ikä kaikki ja siksi luen lisähyödyksi itse myös pitkät opinnot henkisen puolen koulutusten kautta sekä ihan oman värikkään elämäntilanteeni kautta tulevan kokemuksen. Opetan ”Akupainelua itsehoidon tueksi”-kurssisarjaa. Kurssini ovat mahdollisia tilata muuallekin Suomeen viikonloppukurssina. Laajempi kurssisarja sisältää myös luontohyvinvointiin liittyviä harjoitteita erilaisin työkaluin (Green care) ja on sisällöltään laajempi kokonaisuus. Myös astrologian opinnot kuuluvat voimia tuoviin asioihin ja sen innoittamana aloin rakentaa mökille astrologista puutarhaa. Kiinalainen lääketiede ihmisen kehityskaareissa sekä henkisten asioiden ja itsetuntemuksen opiskelu innoittivat myös runoilemaan. Symbolisina sanomina liitetään mukaan valokuvia ja toivon kirjani valmistuvan pikapuoliin. Muitakin kirjallisia projekteja on menossa.

Kärsivällisyys - hyveiden kultajyvä

PIRKKO KANERVA

Energiahoitaja

0400-939696, sisainen.sointu@gmail.com

Kauniin ja hyvän etsintä elämässä tuottaa pysyviä kultajyviä ja johdattaa yhteyteen Valon Alkulähteeseen Jumaluuteen, jonka osa ihminen perimältään on. Hyveet liittyvät todelliseen luonteeseen ja voit kehittää niitä vapaasti. Niiden tietoinen harjoittaminen ja kehittäminen auttavat oman sisäisen jumaluuden löytämisessä. Hyveet kehittävät myötätuntoa itseä ja muita kohtaan ja pitävät yllä toivoa.

Tarve hyveiden harjoittamiseen syntyy sydämen rakkaudesta. Tulee tarve tehdä hyviä tekoja, ajatella hyvää elämää rakentavia ajatuksia. Hyve on luonteenpiirre eikä kuulu perittyyn temperamenttiin. Kaikilla hyveillä on niille ominainen vastakohta, toinen ääripää, joka toimii myös itsetuntemuksen välineenä. Hyveiden tavoittelussa on kuitenkin viisainta kulkea kululta keskietä.

Koska tarvitsemme toistuvaa uudistumista kehityksemme henkisesti, on hyvä muistaa, ettemme ole koneita, vaan kehomme kaipaa myös lepotaukoja. Tauolla voit tiedostaa ja mietiskellä mikä on elämäsi merkitys tällä hetkellä. Oletko oikeassa suunnassa? Jotta tämä onnistuu ilman stressiä, tarvitaan kärsivällisyyttä. Kärsivällisyys on yksi kaikkein vaativimmista ja palkitvimmista hyveiden muodoista. Kärsivällisyys on rakkauden seuraus. Se liitetään myös kestävyteen, kykyyn sietää epämukavaa oloa, kykyyn luottaa omaan tekemiseensä ja johdatukseen. Uskon, että se myös tuottaa tulevaisuuteesi oikeanlaista toimintaa.

Mitä on olla ihminen

On myös tarpeen tunnistaa itsessä ja muissa kärsivällisyyden vastakohta – kärsimättömyys. Siihen liitetään myös itsekeskeisyys, tyytymättömyys, turhautuminen, viha, jotka ovat anteeksiantamattomuuden ilmentymiä. Tunnista, missä määrin näitä esiintyy omassa itsessäsi ja minkälaisiin asioihin ne liittyvät. Mitä viestiä tuovat. Ne ovat ominaisuuksia, jotka luovat vahingollista toimintaa ja liittyvät kielteisiin uskomusjärjestelmiin. Niiden olemassaolo tulee kuitenkin hyväksyä ja tiedostaa niiden alla oleva rakkaus. Tätä me kohtaamme, kun koemme mitä on olla ihmisenä maapallolla.

Kun olosuhteet eivät ole sitä mitä toivoit, petyt, haluat muutosta, jotta voit paremmin tunnetasolla. Olosuhdevertailu muiden elämään synnyttää myös vihaa itseä ja ympä-



ristöä kohtaan – epämukavaa oloa. Jatkuva kärsimättömyys aiheuttaa stressiä ja rasittaa elimistöä syvällä tasolla. Tunnista tässä kohdassa se totuus, että et voi muuttaa olosuhteita, jotka on jo luotu nyt hetkeen, mutta voit valita miten suhtaudut niihin.

Luomalla uudet visiot luot tulevaisuutesi. Riittävä määrä kärsivällisyyttä ja optimismia luo vakauden tunteen. Saat voimaa kestävä tilannetta, kunnes pääset tasapainoon.

Salli hyveiden ohjata elämäsi

Miten löydämme hyveen, jota haluamme kehittää itsessämme. Se vaatii pysähtymistä, ajan ottamista itsensä tutkimiseen. Laita omat tarpeesi etusijalle, jotta pääset eteenpäin. Tee kysymyksiä itsellesi, jotta voit vastata. Millaista energiaa edustat? Mitä päätät tehdä elämälläsi? Minkä unelman haluat toteuttaa? Mitkä ovat vahvuutesi ja heikkoutesi muutoksessa? Millaiseen toimintaan haluat suuntautua jne.? Lähesty aihetta lempeästi ilman vaatimuksia ja ehtoja. Siten aikomuksesi pohjana on aito kiinnostus ja vilpittömyys.

Kokemukseni mukaan toisen, puolueettoman, ihmisen kanssa keskustelu tavoitteitaksi on avuksi. Myös energiahoidon avulla tuet ja vahvistat itseäsi pyrkimyksissäsi. Hoito puhdistaa ja uudistaa energiakenttäsi ja pitää yllä kiinnostuksen kohdettasi.

Miten voimme kehittää ja toteuttaa

sydämessämme olevaa tarvetta hyvän tekemiseen? Itsensä kehittäminen edellyttää jonkin verran ponnistelua.

Ensin tulisi olla vakaa aikomus, mitä päätät saavuttaa ja riittävän voimakas halu sen toteuttamiseen. Päätyäsi alkuun on toistuva, säännöllinen tekeminen avainasiansi kuten kaikessa toiminnassa.

Tekemällä hyveen energia aktivoituu ja alkaa elää sinussa. Se vahvistaa sisäistä voimaa ja kehittää itsetuntoa. Pelkkä aikomus/ajatus ei riitä. Sydämesi iloitsee, kun saat ilmaa siipiesi alle. Toimettomuus näivettää elämänvoimaasi ja vaikuttaa kielteisesti myös kaikkeen ympärilläsi olevaan. Olet voimakas vaikuttaja omalla energiallasi.

Elämän muotoutuminen

Elämänvoima meissä ei tule itsemme loppuolelta, vaan on aina läsnä sisäisessä jumaluudessamme. Se vain vaatii tietoista käyttöönottoa ja rohkeutta. Sanonta, että ihmiselle on annettu vapaa tahto ei merkitse sitä, että olemme vapaita oman elämämme vastuista. Jossain vaiheessa tulee oppitunti, jossa saat opetella ottamaan vastuun itsestäsi. Olet silloin vapaa tekemään ja luomaan mitä sydämesi tahtoo. Elämäsi muotoutuu vain siitä, mikä on sinun oma käsityksesi itsestäsi. Valon Alkulähteen Viisaus tukee aina sitä, mikä tuottaa henkistä kasvua.

Salli kärsivällisyyden läsnäolo ja pyri toimimaan tämän hyveen ohjaamana. Rohkaise ja kannusta itseäsi. Kiitä jatkuvasti hyveen toteutumisesta sekä itseäsi että auttajiasi. Näin hyve muuttaa pikkuhiljaa tapaasi reagoida eri tilanteissa. Huomaat olevasi vapaa jostakin haitalliseksi kokemastasi tottumuksesta. Kärsivällisyyden hyveen omaksuminen palkitsee sinut ja tuo mukanaan monia muita hyveitä ja energiakenttäsi muuttuu valoisammaksi. Rakkautta elämäsi.


 **Anne Nevantausta**
ajanvarausp. 045-1379317

Kanavoidut energiahoidot ja tulkinnat 45€-60€ / 1h
Kiinalaisen lääketieteen hoidot ja aromaattinen hieronta 30€-70€/1h-2h
Taustalla laaja työkokemus ja koulutuksia yli 20 vuotta

Hoitotila Turun linja-autoaseman läh. Brahenkatu 18b A19 (3. krs)
www.meridianne.net ja Luontaihoitola Meridianne FB-sivu

Voit varata minulta muualle Suomeen hoito-/tulkintapäiviä kurssien yhteyteen!
2-osainen viikonloppukurssi la-su "Akupainelua itsehoidon tueksi"
5-osainen pe-su "Kiinalaisen lääketieteen perusteet" sis. ohjattuja Green care -luonto-harjoitteita.
Hinta muodostuu osallistujien määrän ja paikan mukaan. Ehdota, kokoa ryhmä, saat itselle etuja! Laajemman kurssin jälkeen on mahdollista opiskella eril. hoitotekniikoita. Saat laajat materiaalit ja todistukset kurssien jälkeen.
Tulossa muitakin kursseja luonto- ja henkisyden eri alueilta.


 **Kirsi Laine, parantaja**
puh. 040 8611324
pyhimmankosketus.fi



Kiinnostaako Sinua elämän mysteerit, omien voimavarojesi ja lahjojesi löytäminen sekä tunnetaitojesi kehittäminen?

Enkelten Koti -koulu tarjoaa mahdollisuuden kokonaisvaltaiseen kasvuun ihmisenä kehon, mielen ja sielun tasolla. Koulussa opitaan käyttämään energioita tietoisesti oman itsen ja toisten parhaaksi.

Uusi vuosikurssi alkoi syyskuussa, mutta marraskuussa alkavalla toisella koulutusjaksolla voi vielä hyvin aloittaa. Lue lisää ja ilmoittaudu www.enkeltenkoti.com puh. 040 738 7648, posti@enkeltenkoti.com

 **Marketta Rantti**
koulutuksesta
vastaava opettaja