



Sateenkaarisanomat

KONSAN PERINNE- JA KULTTUURIYHDISTYKSEN TIEDOTUSLEHTI • NUMERO 41 • SYKSY 2018 • www.sateenkaarisanomat.net

**Tunteet tarttuvat
- ajatusjooga
ohjaa eheyttäviin
tunteisiin s. 2**

**Tantrinen polku
kohti hyväksyntää,
läsnäoloa ja
rakkautta s. 4**

**Muutosten
peli s. 6**

**Metsänpeiton
lumoissa s. 7**

**Luonnon-
kosmetiikka
itse tehtynä
s. 12**

**Suomen
yrttiaarteita
hyvinvoinnin
tueksi s. 16**



Elämänparannusta

Maailmanparannus on hieno asia. On tärkeää, että ilmastonmuutoksesta puhutaan ja tehdään valtioiden välisiä sopimuksia päästöjen vähentämiseksi, merien puhdistamiseksi ja muovinkäytön vähentämiseksi. On tärkeää edistää tasa-arvoa ihmisten välillä väristä ja sosiaalisesta asemasta riippumatta. Kun nämä tavoitteet saavutetaan, tuntuu elämä aivan varmasti paremmalta meistä kaikista. Moni meistä tuntee kuitenkin olevansa voimaton vaikuttamaan asioihin näillä tasoilla elämän parantamiseksi.

On siitä huolimatta jokaisen ulottuvissa saada elämänsä tuntumaan ainakin jonkin verran paremmalta. Se, miltä elämä tuntuu, ei näytä ensisijaisesti johtuvan konkreettisista olosuhteista, vaan siitä, miten me suhtaudumme olosuhteisiin. Voidaan puhua positiivisesta ajattelusta. Siitä kirjoittaa Maritta Danielsson sivulla 9. Hän tähdentää sitä, että kielteisiin asioihin takertuminen ei stressaa ainoastaan mieltä, vaan nakertaa myös fyysistä terveyttä. Vaikka tuntuisi siltä, että valoa ei näy tunnelin päässä ja aina vaan ihmiset ja tilanteet ärsyttävät enemmän kuin ilahduttavat, niin ei kannata menettää toivoa oman mielentilansa suhteen. Maritta Danielssonin mukaan myönteisen elämänasenteen ei tarvitse olla synnynnäistä, vaan sitä voidaan opetella. Samoilla linjoilla on Terttu Seppänen artikkelissaan s. 2. Hän kertoo, kuinka ajatusjoogassa harjoitellaan positiivista ajattelua tahdonvoiman ja mantrojen avulla. Jokainen meistä haluaa raskaiden, häiritsevien ajatusten tilalle elämää kantavia inspiroivia ajatuksia. Jos ajatukset ovat valittavissa, pitää vain ensin uskoa, että se on mahdollista. Vuokko Travanti puolestaan on tuonut Englannin Findhornista konkreettisia apuvälineitä oman sisäisen viisauden löytämiseen. SoulCollage’ssa tehdään ”sielun kortteja”. Sekä sen että Transformation game’n eli Muutosten pelin avulla voi tutkia elämänsä tarkoitusta, hakea uutta suuntaa, tai ymmärrystä omiin valintoihin elämässä. Niistä hän kertoo enemmän sivuilla 6 ja 7. Itsensä ja valintojensa ymmärtäminen on mitä suurimmassa määrin elämänparannusta.

Kaikkia synkkiä pilviä mielen tasolla ei aina pysty puhaltamaan pois pelkällä ajatustyöllä. Kun energia ei virtaa, elämä on pysähdyksissä ja voi olla vaikea tunnistaa, puhumattakaan ilmaista toisille, mitä tarvitsee, missä omat rajat menevät ja mitä todellisuudessa tuntee ja haluaisi tehdä, tarjoavat Aliisa Tiuraniemi ja Jolanda Nurmisuo ratkaisuksi tantra-työpajoja. Sivulla 4 he kertovat, millaisia lukkoja niissä voidaan avata.

Negatiivisuutta voi kerääntyä elämään myös ”perittyinä”. Perhekonstellatiotyöskentelyssä avataan sukutaustasta nousevia käyttäytymismalleja ja esteitä tehdä omia hyviä valintoja. Menetelmän avulla voi löytyä yli sukupolvien rajojen meneviä traumakokemuksia, jotka ymmärretyksi tullessa antavat tilaa positiivisemmille tunteille. Raija Rantolan haastattelu perhekonstellatiokokemuksesta s. 18 antaa kuvan menetelmästä avoimuutta vaativana, mutta antoisana keinona lisätä ymmärrystä itsean ja omaan sukuun sekä kaikkiin ihmisiin ja ympäröivään maailmaan.

Keinoista ei ole puutetta, kun lähdetään etsimään elämänparannusta. Kun omilta harteiltaan pystyy pudottamaan painolastia, se vaikuttaa koko ympäristöön. On todettu ihan tieteellisesti, että tunteet tarttuvat, sanoo Terttu Seppänenkin artikkelissaan. Iloinen ja tasapainoinen ihminen levittää ympärilleen iloa, valoa ja rauhaa. Sellaista maailmanparannusta me kaikki voimme tehdä.

Onnistunutta elämänparannusta meille kaikille
t. Ulla

Tunteet tarttuvat - ajatusjoo ga ohjaa eheyttäviin tunteisiin

TERTTU SEPPÄNEN

Tunteiden tarttumisesta on myös luotettavia tieteellisiä tutkimuksia. On todella totta, että tunteet tarttuvat ihmisestä toiseen: Iloinen ja tasapainoinen ihminen levittää ympärilleen iloa, valoa ja rauhaa.

Ajatusjoogassa on maljavertaus, jossa ihmisolemusta verrataan maljaan sekä siinä olevaa positiivisuuden ja negatiivisuuden yhdistelmää maljassa olevaan nesteeseen. Vertauksessa myös kuvataan, kuinka tuosta nesteestä poistetaan negatiivisuutta edustava osa, ja kuinka maljaan jäänyt tyhjä tila sitten täytetään positiivisuudella. Entä mitä tapahtuu sen jälkeen, kun malja on saatu täytetyksi positiivisuudella. Tasapainon lain mukaanhan täyttymistä tulisi seurata uusi tyhjentyminen ja sitä jälleen täytyminen. Näin asian laita onkin. Täytyttyään positiivisuudella malja alkaa todellakin tyhjentyä: siinä oleva positiivisuus alkaa ikään kuin vuotaa yli. Käytännössä tämä merkitsee sitä, että positiivisuutta täynnä oleva ihminen tartuttaa positiivisuutta joka hetki ympäristöönsä niin, että lähellä olevat ihmiset tulevat positiivisemmiksi. Entä kuinka käy sen tyhjän tilan, joka jää jäljelle, kun positiivisuuden täyttämä ihminen vuodattaa itsensä olevaa positiivisuutta ympäristöönsä.



Tarvitaanko taas yhtä intensiivistä sytyttämistä kuin poistetun negatiivisuuden jälkeensä jättämää tilaa täytettäessä, vai riittääkö ehkä tuo aikaisemmin suoritettu työ takaamaan sen, että negatiivisuus pysyy edelleen mahdollisimman vähäisenä.

Tyhjä tila pyrkii luonnollisesti jälleen täyttymään. Tilanne on nyt positiivisuudelle edullisempi. Vuodattamalla jatkuvasti itsessään voimakkaana vaikuttavaa positiivisuutta siihen osaan kosmosta, johon hän on vuorovaikutuksessa, ihminen vähitellen kyllästää myös itseään ympäröivän ilmapiirin positiivisuudella. Positiivisuus muodostaa ihmisen ympärille ikään kuin suojaavan kerroksen. Suojakerroksella on se ominaisuus, että se omalla positiivisuudellaan neutraloi suurimman osan ympäristön taholta itseensä tulevasta negatiivisuudesta jo

ennen kuin se pääsee tunkeutumaan ihmisen olemukseen saakka. Kun positiivisuus tulee kyllin voimakkaaksi ihmisen olemuksessa, se pystyy hallitsemaan negatiivisuuden omalla ylivoimaisuudellaan. Olemme edellä puhuneet paljon ihmisolemuksen täyttymisestä ja tyhjentymisestä. Tulee muistaa kuitenkin, että positiivisuudella tai negatiivisuudella täyttyminen samoin kuin niistä tyhjentymisenkin on suhteellista. Paljon riippuu ihmisen omasta tahdosta pitää huolta sitä, mitä tunteita hänen tajunnassaan kulloinkin on vallitsevina. Ajatusjoogan III opetuskirjeen loogiset positiiviset mantrat auttavat tunteiden säätelyssä ja olemuksen harmonisoinnissa.

Ajatusjoogaharjoitus nelivaiheisen sytytyskaavan mallin mukaan:

1. *Sinä tahdot olla henkisesti tasapainoinen ja rauhallinen. Sinä tahdot olla iloinen ja onnellinen. Sinä tahdot olla oikealla tavalla kiitollinen ja altruistinen.*
2. *Sinä opit olemaan henkisesti tasapainoinen ja rauhallinen. Sinä opit olemaan iloinen ja onnellinen. Sinä opit olemaan oikealla tavalla kiitollinen ja altruistinen.*
3. *Sinä tunnet, että olet henkisesti tasapainoinen ja rauhallinen. Sinä tunnet, että olet iloinen ja onnellinen. Sinä tunnet, että olet oikealla tavalla kiitollinen ja altruistinen.*

4. *Sinä olet henkisesti tasapainoinen ja rauhallinen. Sinä olet iloinen ja onnellinen. Sinä olet oikealla tavalla kiitollinen ja altruistinen.*

**AJATUSJOOGAAN
TUTUSTUMISTAPAHTUMIA**

**Turun Maariassa
su 14.10. ja 11.11. 2018 klo 18.00.**

Tiedustelut: KaisaPakkala, +358 449 926 191,
kaisapakkalamaaria@gmail.com.

Kokoontumispaikka Paimalantie 376.
Bussi 22 tai 22 A Puutorilta PT3
Myllyojan pysäkillä

**AJATUSJOOGAAN
TUTUSTUMISTAPAHTUMIA**

**Raumalla ke 17.10., 21.11.
ja 12.12.2018 klo 18.00.**

Tiedustelut Jouko Palonen, 050 390 6517,
joukopalonen@gmail.com

Kokoontumispaikka
Mäkipääntie 26 A, Vasarainen.

Lisätietoa ajatusjoogasta myös:
terttu.seppanen@via.fi tai 050 567 9630
sekä www.via.fi
www.facebook.com/via.akatemia



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 terapioidista. Sateenkaarisanomat ilmestyy kaksi kertaa vuodessa, seuraava lehti ilmestyy helmikuussa. 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) • Konsan Kartano (Virusmäentie 9) • Turun ja ympäristön kirjastot • Era Nova (Kasarmikatu 2, Helsinki) • **Talitto:** Susanna Ylä-Pynnönen • **Painopaikka:** Winbase Oy, Kaarina 2018 • **Painosmäärä:** 2000 kpl

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

TURUN HENKINEN KESKUS RY:N LUENNOT SYKSYLLÄ 2018

20.9. Johanna Lapinniemi: Feldenkrais-menetelmä – tietoisuutta liikkeen avulla	8.11. Johannes Kurki: Mihin yksilön kehitys sieluna huipentuu? Näkökulmia bhakti yogan polulta lähde-teoksena Sri Krisnaa käsittelevä Venu-gita
27.9. Lille Lindmäe: Uuden aikakauden valmistelu universumin johdatuksella	15.11. Saku Mättö: Sadantuhannen vuoden tarinan huipennus; maailmanopettaja Maitreyan ja henkisen hierarkian paluu julkisuuteen
4.10. Maritta Danielsson: Positiivinen ajattelu	22.11. Veli-Martin Keitel: Ajan ja avaruuden uudet ulottuvuudet
11.10. Seija Aalto ja Seppo Ilkka: Luonnonhenkitaso uuden ajan näkökulmasta	29.11. Pentti Paakkola: Moderni maailma ja henkinen kehitys
18.10. Agnes Hidweghy: Mysterio Villa Pompeissa, Pompein rituaalit – ihmisen hengellinen tie	13.12. Irmeli Mattsson: Jordan Petersonin 12 elämänohjetta
25.10. Matti Kuusela: Kristus ja aurinkokunnan inkarnaatit	
1.11. Mira Korhonen: Esoteerisen alkemian tulkinta omien kokemusten kautta http://mira9munblogi.com	

Pääsymaksu 6 €, jäsenet 3 € (sis. teetarjoilun). Luennot ovat torstai-iltaisin kello 18.30. Konsan Kartano, Virusmäentie 9, 20300 Turku. Bussit 14 ja 15. Tied. Ulla Oksanen 044 592 9324.

Tantrinen polku kohti hyväksyntää, läsnäoloa ja rakkautta

ALIISA TIURANIEMI JA JOLANDA NURMISUO

– Maa-ilma Tantra

Tantra alkaa olla myös Suomessa kaikkien huulilla. Aihe pulbatelee esiin sosiaalisessa mediassa, blogeissa, työpajoina ja festivaaleilla. Tantra liittyy ihmisten mielissä usein yksinomaan seksuaalisuuteen ja seksiin, sillä tätä on mediaseksikkäänä aiheena nostettu eniten esille. Kuitenkaan tantrassa ei ole kyse seksistä eikä perinteisessä tantrafilosofiassa juuri aiheeseen edes viitata. Uudenajan tantrassa seksuaalisuus on kuitenkin saanut länsimaissa suuremman jalansijan. Tantriseen filosofiaan kuuluu kaiken ihmisyyteen kuuluvan täydellinen hyväksyminen. Tunteita ei arvoteta, eikä esimerkiksi vihaa pidetä huonona, vääränä tai poisopittavana tunteena vaan tärkeänä voimaa antavana energiana. Näinollen myöskään seksuaalisuutta, joka on erittäin olennainen osa tätä ihmisenä olemisen kokemusta, ei kielletä tai jätetä syrjään. Länsimaissa on pitkät seksuaalisuuden tukahduttamisen perinteet, minkä aja-



tellaan olevan syy sille, että tämä teema on noussut tantrassa niin tärkeäksi. Tämä on kuitenkin vain yksi osa meitä, joka kaipaa tulla hyväksytyksi ja johon monilla liittyy paljon elämää rajoittavaa häpeää.

Monet meistä kamppailevat toisten ihmisten kohtaamisen kanssa. Ujostuttaa katsoa toista silmiin, ystäviä tai perhet-

tä halataan nopeasti selkään taputtaen, jos ollenkaan, ja itsestä näytetään toisille vain se puoli, jonka olemme tulkinneet olevan hyväksytty ja ”salonkikelpoinen”. Oman itsensä kohtaaminen ei ole välttämättä sen helpompaa - monille voi olla vaikea tunnistaa, puhumattakaan ilmaista toisille, mitä tarvitsee, missä omat rajat menevät ja mitä todellisuudessa tuntee ja haluaisi tehdä. Saatamme hävetä kehoamme, nauruamme, tanssiamme, ääntämme... lista on loputon.

Häpeä ja pelko ovat usein sen tiellä, että voisimme alkaa toteuttamaan itseämme meidän aidosta olemuksestamme lähtien. Tässä kaoottisessa maailmassa on turvallista rakentaa ympärilleen suojaavia muureja, jotka tulevat näkyviksi kehoissamme, mielessämme, tunteidemme ilmaisussa tai siinä, miten elämme elämäämme ja miten rakastamme. Näiden muurien takaa elämä saattaa tuntua turvalliselta, mutta lopulta johtaa yksinäisyyteen, loputtomina jatkuviin rutiineihin tai siihen, ettei mikään oikein tunnu miltään. Energia ei virtaa, elämä on pysähdyksissä. Vaatii rohkeutta lähteä kurkkimaan näiden muurien yli, tutkimaan, voisiko häpeän ja kontrollin toisella puolella elämä olla elämänmaakisempaa. Tähän me haluamme antaa mahdollisuuden työpajoissamme.

Me olemme ShantiLinnellinTantric Life Coach-koulutuksesta vuonna 2018 valmistuneet ohjaajat. Työpajoissamme opettelemme muun muassa kohtaamaan toisiamme, näkemään kauneuden itsessämme ja muissa, heittäytymään, rauhoittumaan, nauramaan, antautumaan, tanssimaan, halaamaan, asettamaan rajoja ja koskettamaan. Työpajoissa pidetään vaatteet päällä, mutta yritetään heittää turha painolasti harteilta pois.

Tantraillat Konsan Kartanossa, katso keskiaukeama.

Mitä on SoulCollage?



VUOKKO TRAVANTI

Se on työpaja, jossa tekemällä omia ”sielun kortteja” etsimme vastauksia moniin avoimiin kysymyksiimme elämässämme esimerkiksi:

- mihin olen menossa?
- mistä löydän uuden tien, työpaikan, tulevaisuuden?
- mikä on elämäni tarkoitus?
- mitä tämä sairaus haluaa kertoa minulle?
- miksi olen kokenut kaiken sen, mitä olen kokenut?
- mikä on tämän ihmissuhteen tarkoitus?
- mihin olen kadottanut ilon/rakkauden elämästäni?
- mitä pelkoa en edes tiedosta?
- mistä tämä stressi on peräisin?

SoulCollageessa työskentelemme oikealla aivopuoliskollamme käyttäen apuna pelkästään kuvia ja symboleja. Unohdamme sanat, tekstit ja tarinat. SoulCollage on eheyttävä, parantava, oivalluttava ja uusia ajatuksia tuottava kokemuksellinen prosessi.

SoulCollegen luoja ja synnyttäjä on Seena Frost. Se on vapaasti käytettävissä oleva menetelmä oman itsensä tutkimiseen ja löytämiseen. Se avaa ovet omaan intuitiiviseen viisauteen ja tietoisuuteen lämmöllä ja rakkaudella, jopa huumorilla. SoulCollage on prosessi, joka alkaa hausalla ja luovalla korttien tekemisellä, mutta voi yhtäkkiä yllättää ja herättää sinut unestasi, jossa ehkä elät.

Osallistuin SoulCollageen Findhorn



Foundationissa. Tein kuusitoista korttia, jotka puhuvat minulle omaa symbolista kieltään. Rakastan niistä jokaista. Olen ollut ikuinen lähtijä elämässäni. Olen asunut 31:ssä paikassa elämäni aikana. Olen etsinyt ratkaisuja elämäni lähtemällä. Usein lähdöt ovat myös antaneet vastauksia ja ratkaisuja. Asia on ehkä kuitenkin jollakin tasolla vaivannut minua. Intuitiivisesti tein omassa SoulCollageessani kortin lentoon lähtevistä Flamingoista. Kun kortti alkoi ”puhua” minulle, sain lohduttavan kokemuksen siitä, että lähdöt kuuluvat elämään, jokaisen elämään sen olennaisena osana, joillekin useammat lähdöt kuin toisille. Olen aina rakastanut katsella muuttolintujen lähtöjä ja paluita. Suon lähdöt nyt



omaan elämääni kuuluvana lempeämmin ja lämmöllä. En enää estä niitä.

Sana on vain sana, kunnes annamme sille oman elämämme ja historiamme mukaisen merkityksen. Tuo merkitys on meille jokaiselle ainutlaatuinen ja oma. Kenelläkään muulla ei voi olla samaa merkitystä sanoille. Kun kerromme tarinoita elämästämme, kukaan ei voi koskaan ymmärtää meitä täysin. Se saattaa tuottaa vahvan erillisyyden ja yksinäisyyden tunteen. Kuvat ja symbolit ovat suora yhteys sisäiseen itseemme, sieluumme, ilman sanojen antamaa menneistä kokemuksistamme kumpuavaa merkitystä.

Työpajassa luomme omat korttimme pois heitetystä kuvallisista aikakauslehdistä leikkaamallaamme kuvilla kauniille paspartout-korttipohjalle. Kuka tahansa voi tehdä kortteja, mitään erillistä taiteellisuutta tai muuta osaamista ei tarvita. Tarvitaan vain uteliaisuutta ja halua etsiä omaa sisältä viisautta, intuitiota ja yhteyttä omaan tietoisuuteen maailmankaikkeuden osana.

Tervetuloa kokeilemaan SoulCollagea Konsan Kartanoon!

PS. tässä muutama linkki youtube-videoihin SoulCollagesta:

https://www.youtube.com/watch?v=2_sNXEp_1Jc

<https://www.youtube.com/watch?v=ZrHmVbEb4w0>

Elämäni kuvat -kurssi Konsan Kartanossa 11.11., katso keskiaukeama.

Selvänäkijä / Tarot-tulkitsija Jaana Hotakainen

Ajanvaraus tulkintoihin 040-5168075

Yksityisvastaanotto Turussa

Läntinen Pitkätie 35 (3. krs, hsto 24)

www.hyuissa-kasissa.fi f Hyuissa Käsissä



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



Pirkko Kanerwa 0400 939 696

Energiahoito, Selvänäkötulkinta
Meditaatio-ohjaus

Brahenkatu 18 b, Turku
sisainen.sointu@gmail.com
[fb @sisainensointu](https://www.facebook.com/sisainensointu)

Muutosten peli

VUOKKO TRAVANTI

Kun kirjoitan tätä artikkelia, olen juuri palannut Skotlannista Findhorn Foudationista. Sieluni ei ole vielä laskeutunut, ehkä siksi onkin hyvä kirjoittaa juuri nyt. Findhornin perustaja kuusikymmentä luvun alussa oli Eileen Caddy miehensä ja ystävänsä kanssa. Vähitellen paikka kasvoi suureksi henkisen kehityksen keskuksesi, jossa on tällä hetkellä ehkä noin 250–300 vakituista asukasta. Täsmällistä määrää on vaikea sanoa, koska ihmiset tulevat ja menevät, viettävät jonkin aikaa ja palaavat taas. Findhorn on yhteisö, jossa on kolme pääteemaa, sisäinen itsensä kuunteleminen, luonnon viisauden kunnioittaminen ja ymmärtäminen, sekä rakkauden toteuttaminen tekemällä työtä ja auttamalla muita. Paikka koostuu 90 ekotalosta Findhorn Parkissa ja Cluny Hilistä, joka on Harry Potterimainen linna, viktoriaaninen spa hotelli, lähellä historiallista Forresin kaupunkia. Monia kursseja ja workshoppeja järjestetään myös läheisillä saarilla Ionassa ja Erraidissa. (<https://www.findhorn.org/>)

Findhornissa sai alkunsa 70-luvun alussa henkinen peli nimeltä Transformation game. Tyttäreni risti sen Enkelipeliksi ollessaan 9 vuotias, tuosta ajasta on nyt kulunut 14 vuotta. Niin kauan olen itse peliä pelannut ystäväni ja myös asiakkaiteni kanssa. Olen pelannut sitä kaksi kertaa Findhornissa, nyt toisella kertaa Joy Draken fasilitoimana. Joy, joka on pelin luonut, pitää vieläkin workshoppeja, hän on asunut välillä 20 vuotta kotimaassaan USA:ssa. Mutta on nyt palaamassa takaisin Findhorniin. <https://www.findhorn.org/programmes/game-of-transformation-7-day/>



Joy ja Vuokko.

Kyseessä on lautapeli, joka on kuin elämä itse. Jokainen pelaa peliään omalla polullaan, eikä voittajia tai häviäjiä ole. Peliä pelataan neljällä tasolla; fyysisellä, tunne tasolla, mielen ja ajattelun tasolla, sekä henkisellä eli spirituaalisella tasolla. Kun pelaajana tutkit mutkia matkallasi, elämäsi sinua kiusaavia ongelmia, ihmissuhteita, vanhoja uskomuksia tai tottuja tapoja, löydät vähintäänkin vastauksen siihen, millä tasolla ongelmasi ovat. Pelaajana saat



Lautapeli.

oivalluksia ja vastoinkäymisiä polullasi ja joskus tarvitset joko toisten pelaajien apua tai saat tukea enkeleiltä, jotka ovat tärkeä osa peliä. Voit kutsua enkeleitä myös omiksi voimavaroiksi tai vahvuuksiksi, jotka avautuvat käyttöösi.

Peli auttaa etsimään tietä takaisin itseen, omaan sisäiseen viisauteen, jonka ääni on kenties heikentynyt jopa kadonnut maailman melskeessä ja arjen rutineissa. Pelin avulla voi tutkia elämänsä tarkoitusta, hakea uutta suuntaa, tai ymmärrystä omiin valintoihin elämässä sekä läheisissä ihmissuhteissa. Peliä voi tietysti pelata ihan vain ajankuluksi, sillä se pitää sisällään paljon huumoria. Peli-illat ja workshopit ovat usein täynnä naurua ja joskus itkuakin, pelkästä ilosta oivaltaa jotakin itselle todella tärkeää.

Workshopissa, josta viime yönä palasin, oli 15 pelaajaa ja 2 fasilitaattoria, tulimme kymmenestä eri maasta. Pelasimme yhdessä seitsemän loistavaa päivää Lattiapeliä. Täällä Suomessa käytämme Laatikoppeliä, jota pelaamme neljän hengen ryhmissä. Kutsun sitä Muutosten peliksi. Peli on luonnollisesti englanninkielinen tekijänsä mukaan, mutta olen suomentanut sen omaan käyttööni helpottaakseni pelin sujuvuutta.

Konsan Kartano tarjoaa tänä syksynä mahdollisuuden tähän hauskaan ja luovaan tapaan tutustua sisäiseen viisauteensa ja tietoisuuteensa. Se tarjoaa kokemuksen tutkia elämäänsä eri tasoilla ja täällä maan päällä olonsa syvempää tarkoitusta - pelaamalla peliä - itsensä ja vaikkapa satunnaisten sieluntovereiden kanssa.

**Muutosten peli -kurssi
Konsan Kartanossa 10.11.,
katso keskiaukeama.**

Metsänpeiton lumoissa

PIRKKO KANERVA

1-3 Energiahoitaja
sisäinen.soiutu@gmail.com
www.withlove.fi

Tämä on tarina retkestä metsänpeittoon, suomalaisen metsän luonnonhenkien valtakuntaan. Retken opastajana toimi monien tuntema Markku Mäkinen, monipuolinen luonnontuntija ja parantaja. Hänen luonnon viestintä-illoissaan kuulin ensimmäistä kertaa metsänpeitosta. Markku on jo lapsena kokenut metsänpeiton lumon luonnollisena osana elämäänsä, mutta minulle metsänpeitto luonnon elementtinä on ollut mystinen. Vaikka maalla kasvaneena metsä onkin mieluisa paikka.

Niinpä minulla on ollut suuri ilo saada osallistua, nyt jo kolmatta kertaa Markun opastamaan metsänpeittoretkeen. Tällä kertaa retki suuntautui Hämeen sydänmailla sijaitsevaan suojeltuun, luonnontilaiseen metsään. Paikan tulee olla nimenomaan luonnontilassa oleva, koska vain silloin metsästä muodostuu sekä eliöiltään että kasvustoltaan monimuotoinen ja energioiltaan rikas.

Energioilla tarkoitän tässä kaikkien kasvien, puiden, kivien ja eliöiden luonnonhenkiä. Luonnonhenget pitävät yllä lajien kasvustoja ja tasapainoa metsässä ja muualla luonnossa. Hiljaisessa erä-metsässä ne voivat myös parhaiten säteillä parantavaa energiaa metsän kulkijoille. Luonnonhenkiä voi nähdä ja aistia. Niitä ovat esim. keijut, maahiset, haltijat, metsän- neidot ja elementaalit kuten veden, tulen, ilman henget.

Syyskuun alkupäivinä uudenkuun aikaan kokoonnuimme pienellä, porukalla majapaikkaamme hyvissä ajoin valmistelemaan lähtöä. Mitään erityisvarusteita ei tarvittu, paitsi tukevat, maastoon sopivat jalkineet, sään mukaiset vaatteet ja evästä. Matkaan lähdettiin illansuussa, koska retki tehdään aina öisin. Uusi kuu minua vähän jännitti, koska kuun valoa ei ollut käytettävissä. Ja yöllä tiheässä metsässä on todella pimeää. Sää oli selkeä, lämmin ja tyyni.

Pääsimme hyvissä ajoin ennen hämä-



rän tuloa tutustumaan metsään. Kuljimme hyvin hiljakseen ja Markku kertoi-li sienistä, pahkoista ja muista luonnon muotoutumista, mitä näimme. Ilta alkoi jo hämärtyä ja yhtäkkiä energia muuttui kevyeksi väreilyksi. Metsänpeitto alkoi muodostua ja sukselimme sinne. Ja kuin yhteisestä sopimuksesta kuljimme eteenpäin hiljaisuuden vallitessa. Vain risut ja oksat rasahtelivat jalkojen alla.

Hetken päästä tulimme valtavan suuren kuusen kohdalle. Kuusen energia oli hyvin voimakas, kunnioitettava, turvallinen ja suojeleva. Asetuimme istumaan hiljaa sen juurelle. Tovin istuskeltuani totesin virtauksen, joka tuli puun runkoa pitkin alas. Se meni kehoni läpi maahan ja levisi juuriston kautta laajalle ympäristöön.

Markku kertoi, että kuusi on haltijan asunto. Nautin olostani ja katselin, kuinka vaalea sumuisen oloinen energia alkoi kerääntyä metsään ympärillemme. Sitten useat kiiltomadot alkoivat kirkkaasti välkähdellä edessämme ja pian myös kuivat lehdet maassa alkoivat sädehtiä valoa kuusen ympärillä. Ehkäpä pienet keijut siinä tanssivat. Jopas jotain. Tällaista en ole ennen metsässä nähnyt.

Jatkoimme matkaa siihen suuntaan, joka eniten kutsui luokseen. Pian edessä näkyi maassa vaalea koivunrunko, joka säteili valoa. Paikka tuntui erityisen voimakkaalta ja Markku totesikin, että tässä on valoportaali. Niinpä ilman muuta menimme rungolle istumaan. Markku ehdotti meditaatiohetkeä. Hiljaisen meditaation aikana ilma tuli entistäkin pehmeämmäksi ja lempeämmäksi. Se oli kuin

samettia. Ympäriällä vallitsi syvä hiljaisuus, pimeys tiheni ja taivas oli mennyt pilveen. Ulkopuolinen maailma oli hyvin kaukana jossakin.

Koimme meditaation kukin eri tavalla. Näin pystysuoran valoportaalin, jonka energia spiraalimaisesti kohotti meidät ylös kuin tietoisuuden tasolla ylöspäin. Joku näki vision henkilöistä, jotka joskus aiemmassa elämässään olivat olleet työssä metsän lähellä. Toinen näki eläimen hahmon menneisyydestä ja joku vielä kolmiomaisen valon. Söimme siinä myös eväät. Oli hupaisaa, kun hädin tuskin näki oman kätensä. Mutta kahvit ja teet onnistuttiin kaatamaan mukeihin.

Miten tästä jatketaan, ajattelin. Oli pilkkosen pimeää. Metsänpeiton luonteen kuuluu valon ja pimeyden vaihtelu. Siihenkään ei voinut jäädä, kun ei ollut yöpymisvarusteita. Lähdimme eteenpäin hitaasti. Jalkoihin ei voinut katsoa. Pidin edellä kulkevaa kädestä ja suojasin toisella kädellä itseäni oksilta. Kaikki sujui ihmeen hyvin vaikka maasto olikin epätasaista.

Jonkin ajan kuluttua tuli uudenlainen, kevyt tuulahdus. Olimme ihan tasaissa paikassa, ja Markku totesi: ”Nyt olemme haltijoiden huoneessa”. Katsoin ylös taivaalle, ja siellä säkenöivät tuhannet tähdet huoneen yläpuolella. Onpa ihmeellistä. Metsässä on siis erilaisia huoneita, koteja ja niissä asukkaita. Huoneeseen pääsee vain, jos saa luvan.

Puolen yön maissa tulimme maagisesta metsästä ulos metsätielle ja sytytimme taskulampun. Valtavan kaunis syksyn tähtitaivas sädehti yllämme. Elämäni upein tähtitaivas. Saimme ihailla sitä ja Perseiden tähdenlentoja majapaikallamme asti. Luonto oli antanut parastaan.

Tämä tarina on tosi ja oma kokemukseni. Koin metsänpeiton hyvin hoitavaksi ja ilon energiaa luovaksi. Se avasi minulle uuden oven luonnon ihmeiden aistimiseen. Totesin myös, että metsässä ei ole myöskään mitään pelättävää. Luonto parantaa ilman ehtoja, kyselemättä. Kunpa ihminen tunnista sen arvon. Kiitän sydämestäni kaikkia mukana olleita. Ilman heitä tämä retki ei olisi toteutunut.

Kirsi Laine, parantaja
puh. 040 8611324
pyhimrankosketus.fi

www.eliksiiri.fi

Kevyttä ja terveellistä!

- Salaatit
- Lämmin kasvisruoka
- Luomuporkkanamehu
- Vehnänorasmehu
- Aloe Vera -mehu
- Energiajuoma
- Koivunmahlia
- Tuorepuurot
- Elävää ravintoa
- Itseleivotut leivonnaiset

Voit myös hakea annoksen tai juoman mukaan

Eliksiiri

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

Sadantuhannen vuoden tarinan huipennus

maailmanopettaja Maitreya ja henkisen hierarkian paluu julkisuuteen

SAKU MÄTTÖ

Terminä Henkinen Hierarkia (eli Valkoinen Veljeskunta) saattaa olla vieras heille, jotka eivät ole tutustuneet Teosofian kirjoituksiin, mutta henkisenä totuutena tuo taho on lähes kaikille tuttu. Kansankirkkomme käyttää sanaa taivasten valtakunta, kun se puhuu tuosta ihmiskuntaa tietoisuuden kehityksessä seuraavasta luomakunnasta. Kyse on siis siitä, että ihmisen käytyä Maa-planeetan oppikierroksen päätöspisteeseen saakka, saavuttaa hän vapautuksen jälleensynty- misen kiertokulusta ja hänestä tulee Mestari. Henkisen Hierarkian Mestari on siis entinen ihminen, nyt täydellistynyt.

Saku Mätön *Maitreya: 100 000 vuoden tarinan huipennus* -kirja kertoo siitä, miten ihmiskunta oman vapaan tahtonsa puitteissa on vääriä valinnoillaan saattanut itsensä nykyiseen jamaan, josta ainut tie ulos, on hyväksyä ikiaikainen henkinen totuus: *ihminen on henkinen olento*, joka on planeetallamme kokemassa elämää fyysisessä olomuodossa. Tuon totuuden omaksumisen seuraus on ymmärrys siitä, että planeetan kaikkien resurssien jakaminen kaikkien kesken kaikkialla on



ainoa tapa ihmiskunnan edetä nykykriisinsä selättäjäksi.

Osana muutostyötä on taloudellisten ja poliittisten sekä yhteiskunnallisten rakenteidemme kertakaikkinen muuttaminen oikeudenmukaisuutta edistävään muotoon. Henkinen Hierarkia on auttamassa ihmiskuntaa tuossa muutostyössä ja sen johdossa oleva henkilö, Mestari Hänkin, on *Maailmanopettaja, jonka oma nimi on Maitreya*. Maailmanopettaja on kaikkien

suurten uskontojen tunnustama opettaja, jolle nuo eri aikoina syntyneet uskonnot ovat vain antaneet aina eri nimen. Opettaja Hän on silti koko ihmiskunnalle, eikä vain uskontojen piiriin kuuluville.

Luennolla Turussa Konsan Kartanossa 15.11. Saku Mättö tulee kertomaan kuinka vuosituhansien ajan ihmisen elon kullisseissa vaikuttanut Henkinen Hierarkia onkin ihmiskehityksen keskiössä toimiva taho, ja kuinka Henkinen Hierarkia ja Maailmanopettaja Maitreya odottavat ihmiskunnan kutsua tullakseen laajaan julkisuuteen meitä auttamaan. Ihmiskunnan kehityksen seuraava vaihe on rakentaa Raamatunkin kertoman mukainen tuhatvuotinen valtakunta. Vaikka tuo rakennustyö ei tule olemaan helppoa, on sen talkootyön lopputulos vaivan arvoinen: pysyvä rauha kaikkialla, oikeudenmukaisuus ihmisten kesken, planeetan saastumisen loppuminen ja ihmiselämän arvoisen elämä jokaisen oikeutena.

Kirjan nettisivut: <https://maitreya.fi>

Luento aiheesta Turun henkisen keskuksen illassa 15.11., katso s. 3

Positiivista ajattelua

MARITTA DANIELSSON
Reikimaster

Monet meistä toivovat parempaa ja mielekkäämpää elämää. Kiire ja stressi estävät keskittymisen. Monet muutkin paineet, vaatimukset ja harrastukset tyhjentävät meidän energia- varastomme.

Positiivisesta ajattelusta on käytännön hyötyä meidän kiireiseen elämänrytmiimme. Positiivinen ajattelu on taito, jonka voi oikeasti opetella. Sitä ei tarvitse oppia kerralla, eikä sen omaksumiseen tarvitse tuh- lata kohtuuttomasti aikaa. Hyvään alkuun pääsee, kun on kiinnostunut ja haluaa oppia uuden taidon - samalla lailla kuin minkä tahansa taidon esim. sukankutomisen, autolla ajamisen, uuden tietokoneohjelman tai pit- sin nypläämisen. Kaikki vaatii harjoittelua ja kiinnostusta. Harjoittelemalla tulee mes- tariksi ja mestarit harjoittelevat paljon.

Mistä voi aloittaa? Itsestään, muokkaa- malla omaa asennettaan. Esim. kun aamul- la nousee ylös ja katsoo peiliin, sieltä ei kat- sokaan vastaan epämiellyttävä hyypiö, vaan mukava ja vielä uninen kaveri. Kaverille toi- votetaan hyvää huomenta hymyillen. On oi- keasti vaikeaa suhtautua itseän positiivises- ti. Me mielellään arvostelemme itseämme ja olemme kriittisiä. Siitä seuraa, että samaa kaavaa noudatetaan myös muihin ihmisiin. Negatiivisuus on tarttuvaa ja siitä tulee hel- posti huono tapa. Siksi on hyvä aloittaa it- sestä. Meidän pitää päättää olla positiivisia. Se ei käy hetkessä. Positiivisuus on elämän-



tapa siinä missä monet muutkin tapamme.

Aamulla me päätämme, että tämä päi- vä on hyvä. Minä teen siitä niin hyvän kuin se on mahdollista. Vähitellen päivä kerrallaan me lopetamme itsemme kriti- soimisen, mollaamisen ja arvostelun. Siitä on seurauksena, että muutkin huomaavat meidän muutoksemme, joka on positiiv- inen. Opetellaan ilmaisemaan omat aja- tuksemme ja tapamme toimia positiivi- sessa muodossa. Ihminen toimii niin kuin hän ajattelee. Se, että ollaan eri mieltä, ei anna oikeutta huonoihin käytöstapoihin. Näinhän me opetetaan lapsillekin.

Nykytutkimuksella on saatu selville, että negatiivisuus voi aiheuttaa vakavia fyysisiä ja psyykkisiä sairauksia. Meillä on runsaasti psykosomaattisia sairauksia, joiden osasyynä pidetään negatiivisuutta. Ihan niin kuin huonoilla elämäntavoil-

la on vaikutusta terveyteemme. Tunnet- tu tosiasia on, että negatiivisen työkave- rin kanssa on vaikeaa, joskus mahdotonta tehdä töitä. Siitä kärsii koko työyhteisö.

On totta, että positiivisen elämäntavan omaksuminen vaatii aikaa ja harjoittelua. Samoin on vaatinut kävelemään oppimi- nen, kertotaulun oppiminen, polkupyö- rällä ajaminen. Se, että oppii tekniikan ja osaa soveltaa sen käytäntöön, on mahtava elämän muutos parempaan. Meistä tulee mukavia ihmisiä, työkavereita, vanhem- pia ja parempia puolisoita. Tämän taidon me opetamme myös lapsillemme.

Kerrataan vielä. Tee sopimus itsesi kanssa. Aloita positiivisen ajattelun opet- telu nyt, vähän kerralla, joka päivä. Päättä, että tämä päivä on hyvä. Hymyile, ole ystä- vällinen. Ota rennosti, älä pakotta, tämä ei ole suoritus, vaan suuri mahdollisuus pa- rantaa omaa elämää ja voida hyvin fyysi- sesti ja psyykkisesti. Se, mitä ajattelet itses- täsi nyt, näkyy tavassasi toimia. Hyvä vetää puoleensa hyvää sen kaikissa muodoissa.

Kun ajattelemme negatiivisesti esim. olemalla kateellinen, arvostelemalla, olemal- la mustasukkainen ja kostonhimoinen, me vedämme samankaltaisia asioita puolellemme.

Negatiivisuus on myrkyä elämänlaa- dulle. Ole röyhkeä rohkeasti posi- tiivinen itsellesi ja meille muillekin.

Maritta Danielssonin luento ai- heesta Turun henkisen keskuksen torstai-illassa 4.10. katso s. 3

- Reikihoitoja, reikikursseja 1–3. Usuin alkuperäinen menetelmä.
- Meditaatiotunteja ja -kursseja, ryhmissä ja yksilökohtaisesti.
- Positiivisen ajattelun luennot ja seminaarit. Sopimuksen mukaan esim. tyky-tapahtumat.
- Erilaisten ruokavalioiden neuvontaa ja ohjausta.
- 5 tiibetiläistä -menetelmä. Menetelmä on energiataspainon ylläpitämiseen ja kehon toimintojen tehostamiseen. Kurssit alkavat Konsan Kartanossa sopimuksen mukaan.



MARITTA DANIELSSON Reikimaster. Ravisemusteknikko. Diettikokki • Ajanvaraus: 044 200 4402 ma–pe klo 20–21.00 tai tekstiviestillä



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

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 kalevilleht@gmail.com
Lisätietoja: www.vedakeskus.fi

Rakkaudellisten viestien välitystä henkimaailmasta. Intuiitivista tulkintaa 40 e/1 h Meediatilaisuudet

Tiina Böhling-Salonen 040 867 6609 reikitii@gmail.com



Emilian Perinteinen Jäsenkorjaus
Toimipisteet:
Konsan Kartano;
Virusmäentie 9, 20300 Turku
sekä SunSport Kaarina;
Kuskinkatu 3, 20780 Kaarina
Ota yhteyttä 040 130 5293
emilia.ruhiinen@gmail.com

EKOKAUNEUSHOITOLA & SHOP

karoliina K
Holistiset ekokosmetologin palvelut, luonnokosmetiikan myymälä & verkkokauppa www.karoliinak.fi
LIETO: Kuntoliijalanen 2
TURKU Studio: Kupittaan 122
puh. 0400 828242

Healing-hoitoja, meedioistuntoja, henkisen kasvun iltoja
AVRIL
avrilpsychic@gmail.com
Suomessa & Ruotsissa



KONSAN KARTANON OHJELMA, SYKSY 2018

Virusmäentie 9, 20300 Turku • P. 044 592 9324 • konsankartano@gmail.com • www.konsankartano.fi



TOISTUVAT TAPAHTUMAT

Maanantaisin klo 18 AURINKOKUORON HARJOITUKSET

Kuoro käyttää werbeck-äänennuodostusta ja toivoo saavansa lisää laulajia. Ks. harjoituspäivät ym. <http://personal.inet.fi/yhdistys/soivati-la/>.

Tiedustelut Markku Lulli-Seppälä 050 342 4545. Katso Werbeck-laulukurssi 1.–2.12.

Tiistaisin (joka kuukauden viimeinen) klo 18 REIKI-TAPAAMINEN, ohjaajana Maritta Danielsson, reikimaster

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 € / kerta. Ilmoittaudu ma-pe klo 20-21 p. 044 2004402 tai laita viesti.

Keskiviikkoisin parittomilla viikoilla klo 18 ESKO JALKANEN-LUONNONVOIMAT YHDISTYS RY

www.eskojalkanen.net

Turun kuntoutusryhmän Stella Aboensis -valon välittäjät kokoontuminen. Kaikki peruskurssin käyneet joukolla mukaan.

Tiedustelut paavo.suorsa[at]gmail.com, minna.m.laakso@hotmail.com

Tostaisin klo 18.30 TURUN HENKINEN KESKUS RY:N LUENTOILLAT

www.konsankartano.fi/turun_henkinen_keskus.html

Katso ohjelma s. 3. Tiedustelut p. 044 592 9324

SYYSKUU

Ma 24.9. klo 18 REIKI-HOIDON ESITTELY, Maritta Danielsson, reikimaster

Reiki on japanissa 1800-luvun puolessavälissä kehitetty energiahoito. Kysellään, keskustellaan ja viihdytään yhdessä. Ilmoittaudu ma-pe klo 20-21 p. 044 2004402 tai laita viesti. Hinta 5 €.

Ke 26.9. klo 18 VIISI TIIBETILÄISTÄ, Maritta Danielsson, reikimaster

Viisi tiibetiläistä on menetelmä, jota munkit käyttävät Himalajan luostareissa energian lisäämiseen ja henkisen kasvun tukena. Menetelmä käsittää viisi yksinkertaista liikettä, joita tehdään tiettyssä järjestyksessä joka päivä. Liikkeet on helppo oppia ja ottaa käyttöön. Menetelmä edistää energian virtaamista kehossa. Liikesarja vaikuttaa chakrojen eli energiakeskusten toimintaan tasapain-

nottaen niitä ja lisäten niiden pyörimisnopeutta. Menetelmän yksinkertaisuudesta huolimatta se on hyvin tehokas. Teho perustuu ikiaikaiseen tietämykseen ihmiskehon energiakeskuksista ja meridiaaneista. Kehon, mielen ja sielun tasapainoa ei saavuteta hetkessä. Kurssin tarkoituksena on opettaa liikesarja, toistojen määrä ja hengittäminen. Kurssi kestää 10 vkoa. Hinta 10 € / kerta.

Ilmoittaudu ma-pe klo 20-21 p. 044 2004402 tai laita viesti.

LOKAKUU

Ke 3.10 klo 18 LUENTO Ihmisen henkiset kehot ja kuoleman-jälkeiset tasot, Heidi Kassara

Luento sisältää ajatuksen, miten voin jo nyt eläessä valmistautua kuolemaan. Oviraha 15 € Turun henkisen kehityksen yhdistys

Ke 3.10. klo 18 VIISI TIIBETILÄISTÄ, katso 26.9.

Ke 10.10. klo 18 VIISI TIIBETILÄISTÄ, katso 26.9.

To 11.10. klo 18.30 ILTA ARKKIKENKELI CHAMUELIN KANSSA – Miten löydät sielunkumppanisi ja rakkaita ystävyys-suhteita, Avril Psychic

Lämpimästi tervetuloa iltaan, joka on täynnä valoa, mistä saat paljon tietoa ja työkaluja työskentelemiseen kauniin Arkkienkeli Chamuelin kanssa löytääksesi enemmän rakkautta elämäsi. Saat myös ohjatun selkeytys-puhdistus hoidon sydänchakrallesi ja aisteillesi. Syvä healing-hoito auttaa energiaasi ja sydänchakraasi vetämään puoleensa enemmän rakastavia suhteita elämäsi. Opastettu meditaatio Arkkienkeli Chamuelin kanssa. Pääsymaksu 20 €. Ilmoittautuminen avripsychic@gmail.com

Ke 17.10. klo 18 MUSIIKILLINEN PARANNUSILTA, Turun Henkisen Kehityksen yhdistys ry

Tarjoamme halukkaille henkiparannusta ja voit halutessasi itse toimia parantajana muille. Olet myös tervetullut vain istumaan ihaniin parantaviin energioihin. Iltaan voi lähettää ennakkoon myös kaukoparannuspyyntöjä: henkisyys.thky@gmail.com tai tekstiviestinä numeroon 044-783 3888.

Ke 17.10. klo 18 VIISI TIIBETILÄISTÄ, katso 26.9.

To 18.10 klo 18 -20 TANTRAILTA

Aliisa Tiuraniemi ja Jolanda Nurmiso, Maa-ilma Tantra

Syksyn toinen tantrailta. Hinta 15 € / 10 €.

Syksyn aikana opettelemme mm. tunnistamaan omia rajojamme, harjoitteleme antautumista ja läsnäoloa turvallisessa ympäristössä sekä kasvatamme hyväksyntää ja rakkautta itseämme ja muita kohtaan. Tuntien aikana teemme erilaisia kehollisia harjoituksia yksin ja yhdessä. Lue artikkeli s. 4

Lisätietoja ja ilmoittautuminen sähköpostitse maailmatantra@gmail.com tai facebookissa Maa-ilma Tantra.

Ke 24.10. klo 18 VIISI TIIBETILÄISTÄ, katso 26.9.

Ma 29.10. klo 18 REIKI-HOIDON ESITTELY, katso 24.9.

Ke 31.10. klo 18 VIISI TIIBETILÄISTÄ, katso 26.9.

MARRASKUU

La 3.11. klo 10.30 – 17.00 Opi luottamaan psyykkiseen ja mediaaliseen herkkyyteesi -KURSSIPÄIVÄ, Irene Nadén

Vahvistamme taitojamme monipuolisin harjoituksin vapautuneessa tunnelmassa mielikuvat ja ilo matkaveinä. Niin vasta-alkajat kuin konkaritkin ovat tervetulleita! Tule reippaasti nousemaan siivillesi rennossa ilmapiirissä henkimaailman turvallisessa ohjauksessa! Kurssin hinta 72 € jäsenet ja 77 € ei jäsenet. Pe 20.10. mennessä sitovat ilmoittautumiset yhdistyksen numeroon 044-783 3888 iltaisin tai tekstiviestinä tai yhdistyksen sähköpostiin henkisyys.thky@gmail.com sekä kurssimaksu yhdistyksen tilille TSOP FI89 5710 0440 1557 52.

Pe 2.11. klo 12.30 – 18.15 ja su 4.11. klo 11.00 – 16.30 Meedio Irene Nadénin yksityisistuntoja. Hinta 60 €. Pe 20.10. mennessä sitovat varaukset yhdistyksen numeroon 044-783 3888 iltaisin sekä maksu yhdistyksen tilille TSOP FI89 5710 0440 1557 52.

Ke 7.11. klo 18 VIISI TIIBETILÄISTÄ, katso 26.9.

La 10.11. klo 10-16 MUUTOSTEN PELI, Vuokko Travanti

Oletko ajatellut, että voisit lisätä itsetunteusta ja oman elämäsi ymmärrystä lautapelin avulla? Se on mahdollista Muutosten pelin (Transformation game) avulla. Muutosten peliä pelataan 2-4 hengen ryhmissä. Peli avaa portit omaan intuitiiviseen viisauteen. Elämässämme on usein tiedostamattomia esteitä ja hidasteita, jotka jarruttavat matkaamme. Ne voivat olla joko fyysisellä, emotionaalisella,

henkisellä tai sielullisella tasolla, peliä pelataan kaikilla tasoilla. Pelin avulla etsitään vastauksia, jotka voivat poistaa tiedostamattomat esteemme ja pääsemme etenemään elämässämme ja suuntaamaan paremmin tavoitteisiimme. Kokemus on hauska ja mielenkiintoinen. Päivän hinta on 55 €.

Ilmoittautumiset vuokko.travanti@triangles-koulutus.net tai 045 6521725.

Lue artikkeli s. 6.

Su 11.11. klo 10-16 ELÄMÄNI KUVAT, Vuokko Travanti

Elämäni kuvat on työpaja, jossa käytämme SoulCollage-prosessia apunamme. SoulCollage on intuitiivinen kollaasiprosessi itse- ja ihmistuntemukseen. Työpaja on kuin hetken loma itsestä ja omasta elämästä, jota ei aina voi ymmärtää. Se tarjoaa hetken, jolloin mitään ei tarvitsekaan ymmärtää, voi vain olla ja levätä virtauksessa, flowssa, joka syntyy tässä mielenkiintoisessa prosessissa. SoulCollage perustuu kuvien symboliseen voimaan. Unohdamme sanat, käsitteet ja uskomukset. Emme puhu, emme selitä, emmekä kerro tarinoita elämästämme, emme psykologisoi, emmekä analysoi, vaan keskitymme kuviin ja niiden mystiseen symboliikkaan. Tule ja istu alas muutamaksi tunniksi ja luo oman elämäsi kortit muutamalla irtileikatulla kuvalla, jotka yhdistät intuitiivisen viisautesi ja mielikuvituksesi avulla. Käsi kädessä sisäisen viisautesi, intuitiosi ja hauskan luomisen kanssa saat aikaan pakan kortteja, jotka hämmästyttävällä mystisellä tavalla auttavat sinua löytämään sielusi varjot ja sisäsyntyiset lahjasi. Työpajan hinta on 55 €.

Ilmoittautumiset vuokko.travanti@triangles-koulutus.net tai 045 6521725. Lue artikkeli s. 5. Jos osallistut viikonlopun molempiin päiviin yhteishinta on 100 €.

Ke 14.11 klo 18 VIISI TIIBETILÄISTÄ, katso 26.9.

Ke 14.11. klo 18 VIESTINVÄLITYSILTA, Turun Henkisen Kehityksen Yhdistys ry

Yhdistyksen omat Untuvikot välittävät rakkautellisia viestejä henkimaailmasta.

To 15.11. klo 18 -20 TANTRAILTA

Aliisa Tiuraniemi ja Jolanda Nurmiso, Maa-ilma Tantra.

Syksyn kolmas tantrailta.. Hinta 15 € / 10 €. Katso 18.10.

Ti 20.11. klo 18 VIISI TIIBETILÄISTÄ, katso 26.9.

Ke 21.11. klo 17.30-20.00 Vihreän ilon JOULULAHJATYÖPAJA, Virpi Hirvensalo

Tule tekemään itse ihania luonnonkosmetiikan joululahjoja! Tarjolla on laaja valikoima ainesosia: laadukkaita suomalaisia yrttejä, kasviöljyjä, eterisiä öljyjä ym. Voit valita niistä omiin tuotteisiisi sopivimmat. Pajassa voit valmistaa esimerkiksi voiteita, seerumeita, hierontaöljyjä, geeliä ja kylpytuotteita. Lisäksi saat mukaasi reseptejä kotiin.

Työpajan hinta on 28 euroa ja se sisältää kahden (2) itse valitun tuotteen valmistuksen / osallistuja. Lisätuotteet 5 € kpl.

Varaa paikkasi Vihreän ilon verkkokaupasta, sähköpostilla tai Facebookin kautta:

Vihreän ilon verkkokauppa: www.vihreailo.fi/pajat/

S-posti: vihreailo@gmail.com

Facebook: www.facebook.com/vihreailo/

Ma 26.11. klo 18 REIKI-HOIDON ESITTELY, katso 24.9.

Ke 28.11. klo 18 VIISI TIIBETILÄISTÄ, katso 26.9.

JOULUKUU

La-su 1.–2.12. klo 12–17 WERBECK-LAULUKURSSI, Markku Lulli-Seppälä

Lauluäänien vapauttamisen tie.

Harjoitellaan äänenmuodostusta Valborg Werbeck-Svårdströmin kehittämällä menetelmällä. 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. Hinta 60 €, sis. ruokailut. Tied ja ilmoitt. p. 044 5929324.

Ke 5.12. klo 18.00 JOULUJUHLA värien maailmassa, Turun Henkisen Kehityksen Yhdistys ry

Kahvitarjoilu

Ke 5.12 klo 19-20.30 SHAMAANIRUMPUMATKA, Cosmic Johanna

Johdatettu rumpumatka, jossa voit kohdata oppaitasi ja voimaeläimiä ja asettaa omat tarpeesi matkalle mukaan ja hakea voimaa ja ymmärrystä kohtaamalla asiat syvemmältä tasolta rentoutuneessa tilassa. Matka tapahtuu istuallaan. Hinta 25 € / 20 € opiskelijat ja eläkeläiset.

Yksityisvastaanottoa 5.-6.12.: selvänököistuntoja ja energiahoitoja 18 vuoden kokemuksella. 60 min 69 € / 59 € opiskelijat ja eläkeläiset.

To 6.12. klo 14 MEDITAATIO / LUENTO teemasta ”Anteeksiantaminen ja sisäinen rauha, itsensä rakastamisen polku”, Cosmic Johanna

Joulumarkkinoiden lomassa päärakennuksen salissa Cosmic Johanna johdattaa sisäiselle matkalle teemaan ja kertoo sen tarkoituksesta. Hinta 10 €.

To 6.12. klo 12-17 JOULUMARKKINAT

Kaikkea hyvää ja kaunista pöytään ja pukinkonttiin. Jouluisia musiikkia. Myyntipöydät 20 €, varaa ajoissa p. 044 5929324.

To 13.12. klo 18 -21 TANTRAILTA JA PIKKUJOULUTUNNELMAA Aliisa Tiurniemi ja Jolanda Nurmiso, Maa-ilma Tantra

Syyskauden viimeinen tantrailta. Illan lopuksi tanssimme ja juhlistamme syyskauden ja vuoden päättymistä. Hinta 15 € / 10 €. Työpajat jatkuvat jälleen tammikuussa 2019!

Lue artikkeli s. 4.

Lisätietoja ja ilmoittautuminen sähköpostitse maailmatantra@gmail.com tai facebookissa Maa-ilma Tantra.

Ma 17.12 klo 18 Aurinkokuoron joulujuhla TALVIYÖN AURINKO

Äänenavaus yhdessä Werbeck-menetelmällä. Aurinkokuoro, yhteislaulua. Jouluisia maistuvaisia ja kahvipöytä katettuna. Oviraha 7 € sis. tarjoilun. Ilmoittathan tulostasi p. 044 5929324.

2019 HELMIKU

La 23.2. klo 9–16 PERHEKONSTELLAATIO-workshop, 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. Voit tulla tutustumaan, vaikka et halua tehdä omaa konstellaatiota, sillä osallistuminen muiden draamaan on yhtä kokemuksellista kuin oman draaman tutkiminen.

Hinta 80€ sis. 24% alv. Ilm. info@debaatti.fi tai 040 59 55 801.

<https://www.facebook.com/debaatti/>

Lue artikkeli s.18.



Konsan Kartano
tarjoaa edullista majoitusta sekä juhla- ja kurssitiloja 138-vuotiaassa maatalossa



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

AME-hieronta- ja vyöhyketerapiapalvelu
HOITAVAT KÄDET



Annamari Eronen 040 - 767 4733
koulutettu hieroja, vyöhyketerapeutti, reflexologi
Stämminkatu 33, 20810 Turku

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

Vyöhyketerapia • Hieronta ja imukuppi-hieronta Antlitz-analyysit • Intialainen päähieronta • Kalevalainen jäsenkorjaus

Vastaanotot Liedossa ja Turussa
www.arjavainio.fi

BIOKUSTANNUKSEN KIRJAKAUPPA

Jalokivien salaiset voimat
Frenologia ja fysionomia
Caddy: Ovi sisimpään
Lad: Ayurveda käytännöllinen opas
www.biokustannus.com

Päivi Alanen
Selvänäkijä-meedio-parantaja

ajanvar. puh. 045 129 6806
tai ilman ajanvarausta
0700 81888 (2,37€/min+pvm)

paivi@paivialanen.fi • www.paivialanen.fi

Hyvä valikoima ENKELIKORUJA

Ja koruina myös mm. unensieppaajat, elämänpuu, Jing-Jang, ankh-ristit, infinity ja usko, toivo ja rakkaus.

www.enkelikauppa.fi



Turun Henkisen Kehityksen Yhdistys ry
www.henkisyys.fi

Luonnonkosmetiikkaa itse tehtynä

– hyvää sinulle ja ympäristölle

VIRPI HIRVENSALO

Kosmetiikkaa myydään kaupoissa joka lähtöön, mutta tiesitkö, että voit valmistaa sitä myös itse? Kosmetiikan valmistaminen itse kannattaa monestakin syystä. Voit tehdä tuotteita, joiden ainesosat tiedät tarkkaan. Et käytä hoitotuotteisiisi turhia, ehkä iho-oireita aiheuttavia ainesosia. Saat tuotteita, jotka eivät rasita ympäristöä. Kosmetiikkasi pakkausmateriaaleja on mahdollista käyttää uudelleen. Lisäksi itse tekeminen on hauskaa!

Toimivaa kosmetiikkaa voi valmistaa vaikkapa ihan omasta ruokakaapista löytyvistä aineksista. Esimerkiksi hunaja, suomalaiset marjat, kuten mansikka ja vadelma sekä maustamaton A-jogurtti ovat

HOITAVAT VOIDEPALAT

Hoitavat voidepalat ovat vartalovoidetta kiinteässä muodossa. Voit käyttää niitä myös hieromisessa apuna.

2/3 kuppia shea- eli karitevoita

2/3 kuppia mehiläisvahaa

1 kuppi öljyä (esim. oliiviöljy, manteliöljy tai jojobaöljy)

Lisäksi: eeteristä öljyä n. 15-20 tippaa

silikoninen muotti tai paperiset muffinssivuorat voidepaloille, kuppi, sulatusastia, vispilä, lusikka

Laita kiinteät voiteet mikron kestäväan astiaan. Lämmitä aina 1/2 minuuttia kerrallaan ja tarkasta milloin voiteet ovat täysin nesteenä. Kaada joukkoon öljy. Sekoita lusikalla. Tiputa joukkoon myös eeterinen öljy ja väriaine. Sekoita huolellisesti. Jauhemainen väriaine kannattaa vatkata seokseen.

Kaada seos muotteihin. Anna jähmettyä muutama tunti. Viileässä paikassa palat jähmettyvät nopeammin kuin huoneenlämmössä. Voit laittaa muotin esimerkiksi viileälle terassille, ullakolle tai kylmään vesihauteeseen nopeuttaaksesi jähmettymistä.

Mehiläisvahan sijaan voit käyttää myös hampuu- tai soijavahaa. Näitä kuten erilaisia väriaineita on ostettavissa kosmetiikkatarvikkeita myyvissä verkkokaupoissa, kuten Saippuapajalla. Pienessä tuoksukaupassa ja Limepopissa.

Koska voidepaloihin ei lisätä vettä, niihin ei tarvitse välttämättä myöskään käyttää säilöntäainetta. Ne säilyvät yhtä kauan kuin öljyt ja rasvat pysyvät käyttökelpoisina. Kannattaa siis tarkastaa raaka-aineiden parasta ennen -päiväykset.



tehokkaita ja silti hellävaraisia ainesosia ihon kosteutuksessa ja heleytyksessä. Kun teet kasvonaamion näistä aineksista, ylijääneen seoksen voit lusikoida välipalana.

Yrtit ovat kylmäpuristettujen kasviöljyjen lisäksi luonnonkosmetiikan tärkeimpiä ainesosia. Kesällä luonto on täynnä luonnonkosmetiikkaan sopivia villiyrttejä. Talvella on mahdollista käyttää villiyrttejä kuivattuna. Varastoa voi kerätä itselle kesän aikana. Kuivattuja suomalaisia yrttejä alkaa olla nyt myös mukavasti myynnissä. Poimulehti, siankärsämö, mesiangervo, voikukka, koivu,

JALAT PEHMEIKSI -JALKAKYLPY

0,25 dl karkeaa merisuolaa

1 tl ruokasoodaa

1 rkl hunajaa

3 rkl piharatamon lehtiä kuivattuna tai

6 rkl tuoreena

3 rkl apilan kukkia kuivana tai 6 rkl tuoreena

3 rkl kehäkukkaa kuivana tai 6 rkl tuoreena

Kiehauta vajaa vadillinen vettä isolla kattilalla. Kaada kuuma vesi jalkakylpyvatiin. Lisää yrtit ja muut ainesosat. Sekoittele jotta suola, sooda ja hunaja liukenevat veteen. Kun vesi on hieman jäähtynyt, voit nauttia jalkakylvyä. Heiluttele ja kipristele varpaitasi ja pyöritä jalkateriä kylvyssä, jotta saat veren paremmin kiertämään ja jalkaterien lihakset saavat samalla ansaitsemaansa jumppaa.

Kylvyn jälkeen voit hyvin hellävaraisesti hioa karheita ja paksuja kohtia jalkapohjissa raspilla tai hohkakivellä. Levitä lopuksi öljyä tai voidetta jalkoihisi. Laita luonnonkuituiset sukat öljyn tai voiteen päälle yön ajaksi.

Toista tämä hoito muutaman päivän välein parin kolmen viikon ajan ja tuloksia alkaa näkyä.



kehäkukka, kamomilla ja vadelman lehti toimivat hiusten ja ihon hoidossa monipuolisesti.

Kokeile oheisia helppoja ohjeita luonnonkosmetiikan valmistukseen kotona!

Jos olet kiinnostunut valmistamaan luonnonkosmetiikkaa ja tutustumaan erilaisiin luonnonkosmetiikan ainesosiin ja yrtteihin, tervetuloa Vihreän ilon työpa-joihin!

Lisää vinkkejä luonnonkosmetiikan valmistukseen kotona ja tietoa Vihreän ilon työpaajoista www.vihreailo.fi

Joululahjatyöpaja
Konsan Kartanossa ke 21.11.,
katso keskiaukeama.

APPELSIINI-SOKERIKUORINTA JALOILLE JA KOKO KEHOLLE

0,5 dl sokeria

2 rkl öljyä

6 tippaa appelsiini -eteeristä öljyä

Eteerisen öljyn sijaan voit käyttää myös puristettua appelsiinimehua. Tällöin kannattaa vähentää hiukan öljyn määrää.

Sekoita ainekset keskenään.

Kastele jalat lämpimässä vedessä. Hiero jalkateriä kuorinta-aineella pyöriä liikkein erityisesti karheista kohdista. Huuhtelee jalat lämpimässä vedessä. Kuivaa jalat huolellisesti.

Öljyksi tähän reseptiin sopii oliivi-, rypsi- tai muu ruokaöljy tai yhtä hyvin vauva- tai hierontaöljy. Myös kevyt kosteusvoide kelpaa hyvin. Levitä kosteusvoidetta tarvittaessa jalkoihisi myös kuorinnan jälkeen.

Eläinkommunikoiijan polku

TERHI JANSSON

www.Animalhelp.fi

Eläinkommunikaatio on telepatiaa eläimen ja ihmisen välillä, lisäksi kommunikoiija käyttää apunaan kaikkia aistejaan mm. haju, maku, kuulo, tunto ja myöskin henkisiä aistejaan/lahjojaan.

Eläinkommunikaatiota voi opiskella kuka vain, mutta tullaksesi hyväksi kommunikoijaksi se vaatii aikaa ja henkisten aistien käyttöä, jotta voisit toimia mahdollisimman hyvin auttaaksesi lemmikkien omistajia lemmikkeineen erilaisissa tilanteissa.

Eläinkommunikaatio sekoitetaan usein eläinkuiskaukseen, joka on hyvin erilainen tapa toimia eläinten kanssa.

Se perustuu lähinnä eläimen lukemiseen, toimimiseen sen ehdoilla ja tehden yhteistyötä erilaisissa tilanteissa. Klassisimpia ovat hevoskuiskajat.

Olen saanut toimia eläinkommunikoijana läpi elämäni, pienestä työstä näihin päiviin saakka.

Perehdyin tarkemmin asiaan joitain vuosia sitten Maicun kurssilla ja sittemmin Wizard -opettaja koulutuksessa.

2014 aloitin virallisesti työskentelemään eläinkommunikoijana päivätyönäni, kuten myös meediona ja selvänäkijänä.

Asiakkaita on ollut hamsterista hevoseen eli hyvin erilaisia eläimiä ja lemmikkejä. Työ on ollut antoisaa ja samalla olen oppinut eri eläinlajeista lisää.

Perustilanteissa minuun otetaan yhteyttä useimmiten kotisivujeni kautta tai kuulopuheella toisten asiakkaiden avulla.



Asiakkaiden motiivit vaihtelevat laajasti.

Usein lemmikin omistaja haluaa tietää, onko hänen lemmikkinsä onnellinen ja onko sillä toiveita elämässä.

Sitten on ongelmatapaukset ja kodin vaihtajat, jotka oireilevat mitä moninaiemmin. Aina ei edes eläinlääkäri huomaa vaivaa, jolloin minuun ollaan yhteydessä.

Asiakas välittää minulle tietoa lemmikistään, kuvan ja nimen. Hiljaisella hetkellä paneudun asiaan ja kuvan välityksellä pääsen yhteyteen lemmikkiin. Kuvaa ei sen jälkeen tarvita, aina en ole kuvaakaan pyytänyt. Sillä onnistun siinä myös muita kykyjä käyttämällä.

Kun lemmikkiin on luotu yhteys, avautuu uusi maailma niin tiedon, ongelmien kuin tapahtumienkin äärelle sekä lemmikin tunnemaailmaan. Tämä kokonaisuus avaa ovia, joiden avulla pystyn

auttamaan omistajia ratkomaan niin ongelmien syitä, taustoja kuin sairauksien olemassa oloa.

Tämän jälkeen omistaja on pystynyt huomioimaan, mitä apuja hän lemmikkinsä tarvitsee. Näin lemmikki ja omistaja ovat lopulta löytäneet ratkaisun tilanteisiinsa.

Kun esim. sairaan lemmikin oireet eivät aina näy tai löydy edes kokeissa, on kauttani saatu tieto auttanut löytämään oikeat tutkimusmenetelmät.

Eläinkommunikointi ei siis suinkaan ole yksinkertainen asia, vaan hyvin laaja kokonaisuus aina lemmikin ja omistajan parhaaksi.

Teen työtäni sydämelläni, sillä eläimet ja lemmikit ovat aina olleet osa elämäni lapsesta saakka.

Nyt elämäni värittää kaksi shetlanninlammaskoiraa.

En tekisi tätä työtä, jos en rakastaisi eläimiä ja lemmikkejä.

Tämä on kutsumustyö. Henkilöt, joiden lemmikki on kadonnut, ottavat minuun usein yhteyttä. Osa lemmikeistä löytyy, osa palaa kotiin ja pienempi osa ei koskaan. Teen myös yhteistyötä Karkurit yhteisön kanssa, jolloin yritän löytää pitkään kadoksissa olleita eläimiä.

Jalkahoitola ja jalkojenhoidon erikoisliike



...Koska jalkasi ovat sinulle tärkeit!

045 8611 509

Humalistonkatu 18, Turku

www.kinttupiste.fi

Konsan Kartanon perinteiset

Joulu- to 6.12.
markkinat klo 12-17

Joulunavaus Navetassa.

Kaikkea hyvää ja kaunista pöytään ja pukinkonttiin.

Jouluista musiikkia.

Myyntipöydät 20 €, varaa ajoissa, p. 044 592 9324.

Päärakennuksen salissa klo 14

Cosmic Johanna Tlaisen luento ja mediaatio:

"Anteeksiantaminen ja sisäinen rauha,

itsensä rakastamisen polku"

Oviraha luennolle 10 €.



Virusmäentie 9 Turku • P. 044 592 9324 • www.konsankartano.fi



Myllyojan Tapahtumat Syksy 2018 -Turku

MITÄ LUONTO NYT VIESTITTÄÄ -LUENTO

Markku Mäkinen
Su 30.9. klo 14.00

Väliaika ja kahvitarjoilu klo 15.00.
Päätöskahvien yhteydessä
lisää keskusteluaikaa.

HYVÄN OLON KONSERTTI

La 10.11. klo 15.00

Maria Kamchilina-Larionov, piano
Oleg Larionov, alttoviulu
12-vuotias Maxim Larionov, viulu
Laulaja ilm. myöhemmin.

VIDEOESITYKSENÄ NÄYTELMÄ:

**KAKSI MAARIAA-
PUNAVALKOINEN SUKUKUNTA**
osa 1

Koskettava näytelmä kertoo
Suomen kohtalon vuosien
1890–1921 tapahtumista Maarian
pitäjässä ja sen silloisessa
Raunistulan kylässä.

TARJOILUT KAIKISSA TILAISUUKSISSA

Tarkemmat tiedot ja
muut tapahtumat:

www.ruusuporttiin.fi

—Tilaisuudet järjestää:—

Ruusuportti ry

c/o Marja-Liisa Haapa-aho
Paimalanatie 374, 20460 TURKU
Puh. 0440 151 040
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

Olemassaoloamme valaisevaa viisautta Intiasta: bhakti-teos Venū-gitā ilmestymässä suomeksi

JOHANNES "JAY GOVINDA DAS" KURKI

Puh. 045 7874 6232 | Sähköposti: jaygovinda108@gmail.com
Gaudiya Maṭhan nettisivu: www.PureBhakti.com

Vilkaistessamme yhä tuoreelle paino-
musteelle tuoksuvia sanomalehtiä,
elegantteja aikakauslehtiä ja nyky-
kirjallisuutta, toteamme erään varsin yleis-
yhteispiirteen. Kuin syksyn somat leh-
det, ne kellastuvat ja varisevat pian Ikuisen
Ajan oksilta, sillä ne heijastelevat elämää,
yhteiskuntaa, maailmaa ja todellisuutta lä-
hinnä maallisesta ja katoavaisesta näkökul-
masta. Nämä aspektit kuitenkin loistavat
poissaolollaan, samoin kuin avidyā eli tie-
tämättömyyden pimeys, Veeda-viisauden
sisintä valaisevilla sivuilla ja ikuisesti va-
pautettujen bhakti-yogiin sydämessä.

Viimeisten 30 vuoden ajan, kohtalo on
suonut allekirjoittaneelle vuosikausien ajan
etuoikeuden työskennellä muinaisintia-
laisen Veeda-kirjallisuuden parissa; ei pel-
kän akateemisen leipätyön eikä taloudellisen
hyödyn inspiroimana – mikä sekin tosin on
kunnioitettavaa – vaan temppelien ja Intian
siivittämänä, siunauksena suurilta itsensä oi-
valtaneilta sieluilta. Heistä ensisijaisesti tulee
mainita Bhaktivedānta Svāmī Mahārāja Śrīla
Prabhupāda ja Śrīla Bhaktivedānta Nārāyaṇa
Gosvāmī Mahārāja, eli ikioma henkinen
opettajani Śrīla Gurudeva. He olivat sy-
dänystäviä useiden vuosikymmenien ajan; ja
he molemmat laativat viimeiseen henkäyk-
seensä saakka – eli ennen Mahā Samādhiin
astumistaan – ainutlaatuisen ikiautuasta kir-
jallisuutta koko ihmiskunnan hyväksi, eivätkä
saadakseensa osakseen katoavaista mainet-
ta tai kunniaa, saatikka maallista vaurautta.
Heidän tähtäimessään oli yksinomaan ny-
kymaailman ihmisten vapauttaminen Kali-
yugan hämäristä, jo tuhansia vuosia aiem-
min ennustetun Kultaisen Aikakauden eli
Chaitanya Eran valaistuneeseen ilmapiiriin.



Vietettyään kosolti yli 10 vuotta sielukkaassa
lempimaassaan Intiassa ja viimeiset yli 2 vuotta
lähinnä muualla Aasiassa bhakti- ja hatha-yogan
opetuksen merkeissä, Johannes "Jay Govinda"
Kurki on nyt jälleen kotimaassa.

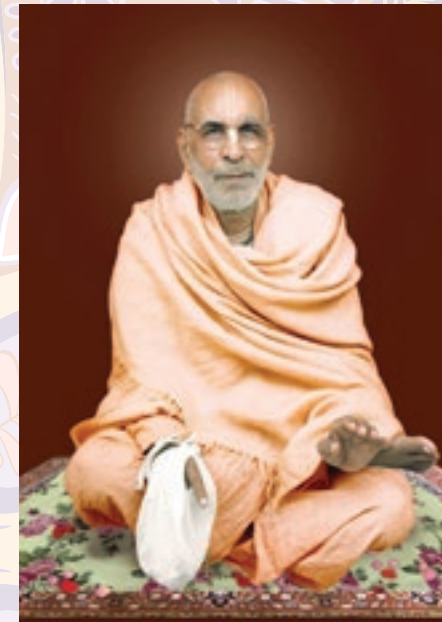
Jokin muu motiivi tai taho kuin
ahamkāra eli arkipäiväinen vale-ego niin
ollen kannustaa aitoja mahā-purushoita jat-
kamaan kirjallisia töitään; heidän avarassa
sisimmässään kun ei ole tilaa edes väärän
minätunteen tähteille. Sen sijaan, śuddha-
bhaktojen teokset ovat preman kyllästämiä
sekä sydänverellä kirjoitettuja. Toisin il-
maistuna, jumalaiseen asemaan asettuneet
mestarit tekevät kaiken epäitsekään uhrau-
tuvaisesti, eli silkasta syvästä myötätunnosta
ja pyyteettömästä rakkaudesta lähimmäisi-
ään kohtaan (śrī-guru karuṇā-sindhu, ad-
hama janāra bandhu). He näkevät mitä elä-
mä tässä maailmassa on, Saṁsāra-chakraan
eli syntymän ja kuoleman noidankehään
juututtuamme, ja haluavat yksinomaan
näyttää meille reitin ulos, ikuisen vapau-



Gopit sanoivat kaikkein läheisimmille ystävättäri-
leen, "Oi sakhi! Katsokaahan! Kuinka voisimme-
kaan löytää sanoja ilmaisemaan niiden henki-
löiden sanoinkuvaamatonta onnekuutta, joiden
silmit katselevat Mahārāja Nandan kahden pojan,
Kṛṣṇan ja Baladevan tuhoutumatonta kauneutta,
Heidän astuessaan Vrindāvanaan paimenpoikien
ja lehmien kera?" [Sitaatti Venū-gītāsta, śloka 2,
kommentti. Kirj. Śrīla Gurudeva]. © Gaudiya
Vedānta Publications

teen... Aivan kuten viattoman [ja jo kyllin
kauan samaa kehää kiertäneen] lemmikin
paras ystävä on hän, joka jonain harvinaisen
kauniina aamuna jättää häkin luukun raol-
leen ... Ja seuraa hiljaa myhäillen sivusta kun
aikakausiksi kahlittu olento kirmaa vihdoin
vapauteen, kuin vastasyntynyt varsa keväi-
selle niitylle, kukkien sekä viheriöivän luon-
non tuoksuun. Tiedostamme sen tai emme,
me kaikki odotamme hetkeä, jolloin tämä
sielunvaellus vihdoin päättyy.

Tähän mennessä suomen kielelle – ku-
ten yleensäkin länsimaisille kielille – ei
ole saatettu läheskään kaikkia muinaisin-



Maailmankuulu bhakti-yogī mestari Śrīla Gurude-
va, eli B.V. Nārāyaṇa Mahārāja, on laatinut tämän
Venū-gītā -teoksen alkuperäisen käännöksen ja
kommentaarin. Hän on julkaissut yli 50 kirjaa, ja
ne on tarkoitus kääntää vähitellen kaikki suomeksi.

tialaisen kirjallisuuden ylimaallisia aarteita.
Kun maailmallisen ilmapiirin iäksi täy-
dellisesti ylittäneet ja kaikista anārthoista
eli sydämen heikkouksista iäti vapaat maa-
ilman henkiset hyväntoivojat paljastavat
noiden teosten sisällön sellaisena kuin se
on, koittaa ihmiselämän ja ihmiskunnan
historian onnekkain vaihe; tämän kaltaista
hyvänteistä aikaa uumoilen, katsellessani
Śrīla Gurudevan joitain vuosia aiemmin
Intiassa julkaiseman Venū-gītān viimei-
siä säkeitä! Tämän ainutlaatuista premaa
eli jumalaisen rakkauden ambrosiaa ylitse
vuotavan teoksen käännöstyö on nyt lop-
pusuoralla, ja oikolukukin jo aluillaan, jo-
ten se tullaan julkaisemaan suomeksi vuo-
denvaihteeseen 2018 mennessä, mikäli ei
vielä kuluvan syksyn päätteeksi.

Venū-gītā tarkoittaa suomeksi "Huilun
laulu", ja se viittaa Śrī Kṛṣṇan pyhiin ajanvie-
teleikkieihin*. Niitä kuvailee etenkin Śrīmad-
Bhāgavatam, ja kuten henkinen opettajani
on todennut, niin tuossa ylhäisessä teokses-
sa on viisi prāṇaa, eli elämän ilmapirtaa – ja
ne tunnetaan myös gītān eli laulun nimellä;
ihmiskehossa toimivien prāṇojen tavoin, ne
pitävät koko teoksen 'hengissä' halki aikojen
ja jopa ikuisesti; ja niistä viidestä hän paljas-
taa tämän teoksen sivuilla yhden hyvin mer-
kittävän ... Sen kuinka Śrī Kṛṣṇa sekä Hänen
huilunsoittonsa viehättävät kaikkia eläviä
olentoja, eivätkä vain ihmisiä vaan koko
luomakuntaa, tätä äärettömältä vaikutta-
vaa universumia maasta taivaisiin; ja ennen
kaikkeaa, gopeja eli Vrajan neitoja, jotka ovat
Hänen aikalaisiaan ja Vrindāvanan paimen-
tyttöjä. Radhā ja Kṛṣṇan ikuisiin seuralai-
siin lukeutuvien Vrajan gopien prema on
äärimmäisen tietoisuutta kohottava, kiehto-
va ja valaiseva aihe tutustua. Venū-gītā suo
meille ainutlaatuisen tilaisuuden perehtyä
Golokaan eli henkisen maailman ylimpään
ilmapiiriin, śuddha-bhaktan tahrattoman
puhtaan ja erehtymättömän vision välityk-
sellä.

*On olemassa muitakin gītān nimellä kuuluisiksi
tulleita sanskritin kielisiä teoksia, ja tunnetuin
niistä on Śrī Kṛṣṇan puhuma Bhagavad-gītā, eli
"Herran Laulu". Sen ymmärtää vain ja ainoas-
taan tutustuessaan sen sanomaan itsensä oivalta-
neen auktoriteetin välityksellä. Siitä huolimatta,
Venū-gītā (Śrīmad-Bhāgavatamin 10. laulun 21.
luku) on – varsin yllättävää kyllä – jopa jumalais-
ta ja kautta maailman ylistettyä Bhagavad-gītāa
luottamuksellisempi teos, sillä se kuvailee Gopāla
Kṛṣṇan ja gopien välistä ikuista suhdetta.

Jay Govindan luento aiheesta Turun
henkisen keskuksen illassa 8.11.,
katso s. 3


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

TAROT
VANHA VIISAUS
Astral TV:n juontaja-asiantuntija,
Ultra- ja Sielun peili -lehden
tarot-palstan kirjoittaja
Tuula Huhtala
Tulkinnat, kurssit,
luennot, messut
ym. tapahtumat.
Yhteydenottoasi
lämmöllä odotellen,
Tuula 0700 09095
2,95 min+pvm
www.tarot-tuula.fi

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

14.10. Raija Kiiski Henkisen syntymän mahdollisuus	11.11. Pekka Okko Elämän koulu
21.10. Juha Vainio Teosofia-kristosofian tuomaa uutta	18.11. Jaakko Kesävuori Sotaisuuden juurien perkaaminen
28.10. Sinikka Savolainen Saatana ja Elämänpuu	25.11. Jarmo Niemi Puhdistuksen tie
4.11. Kyösti Niiranen Usko ja tieto uuden ajan ajattelussa	2.12. Tapani Pentsinen Luomispäivistä

www.kristosofia.fi

Kirjamyyntiä ja -lainausta
esitelmien yhteydessä
TERVETULO!

Suomen yrttiaarteita hyvinvoinnin tueksi 2

VIRPI RAIPALA-CORMIER

MESIANGERVO (Filipendula ulmaria)

Mesiangervo on monivuotinen voimakas-tuoksuinen ruusukasvien heimoon kuuluva ruoho, jota tavataan hyvin yleisenä koko Suomessa. Useissa kielissä se on saanut nim-
men ”niityn kuningatar”, koska se valtaa no-
peasti itselleen sopivat kosteat kasvupaikat.

Rohtona käytetään kukkivaa versoa, kukkia tai lehtiä.

Mesiangervo alentaa kuumetta ja hoi-
taa tulehduksia. Hien- ja virtsaneritys-
tä lisäävän ja antireumaattisen vaikutuk-
sen takia sitä käytetään niveltulehduksiin,
reumaattisiin vaivoihin, kihtiin ja sideku-
dostulehduksiin. Mesiangervolla on an-
tiseptinen ja virkistävä vaikutus. Se vai-
kuttaa ulkoisesti ja sisäisesti käytettynä
kipuihin, päänsärkyihin, hermosärkyi-
hin ja lihaskouristuksiin. Lisäksi sitä käy-
tetään vahvistamaan sydäntä, hoitamaan
verisuonten kalkkeutumisia, verenvaine-
tautia ja ohentamaan verta aspiriinin ta-
paan. Se sisältää tulehdusta ja flunssaa eh-
käiseviä salisyylihappoja.

Mesiangervon kukat auttavat myös um-
metukseen. Juurakolla on haavoja parantava
ja limakalvoja supistava vaikutus; juurikei-
tettä käytetään sisäisesti liikahappoisuuteen,
närrästyksen, mahahaavan ja ripuliin ja
ulkoisesti kääreinä märkiviin haavoihin ja
hiustenlähtöön. Kylpyinä ja kääreinä mesi-
angervo helpottaa veritulpan oireita, lievittää
kipuja ja jännitystiloja ja poistaa nestettä
ja turvotuksia sekä piristää mielialaa.

Käytetään yrttiteenä ja ulkoisesti kyl-
pyinä ja kääreinä. Suurina määrinä mesian-
gervo voi aiheuttaa pahoinvointia ja huima-



usta. Aspiriinille allergiset voivat reagoida
mesiangervoon esimerkiksi oksentamalla.

Suomalaisessa kukkaterapiassa mesi-
angervo auttaa, jos on liian herkkä ulkoi-
sille vaikutteille kuten esim. jos voimakas
elokuva vie yöunet.

Vinkki: Käytä esim. jalkakylpynä kun olet
vilustunut tai sinulla on päänsärky. Mesi-
angervo-teetä juodessa tuntuu hampaissa
ikävältä sen sisältämien happojen takia.

MUSTAHERUKKA (Ribes nigrum)

Mustaherukka on tärkeä puutarhamarja,
jota kasvaa luonnonvaraisena harvaksel-
taan koko Suomessa. Rohtona käytetään
marjoja, lehtiä ja siemenöljyä.

Mustaherukan lehdet virkistävät ja li-
säävät virtsaneritystä ja hikoilua. Ne alen-
tavat verenvainetta, vahvistavat verisuon-
ten seinämiä ja supistavat limakalvoja.
Marjoja, mehua ja lehtiteetä kannattaa
käyttää vilustumissairauksissa. Lehtiä on
käytetty teenä nestettä poistavana rohtona
kihtiin, prostatavaivoihin ja reumaattisiin
kipuihin. Haittavaikutuksia ei tunneta.

Lehdet sisältävät jopa 25 kertaa enem-
män C-vitamiinia kuin appelsiini. Ne ovat
yrttiteiden makutesteissä aina parhaimmis-
toa. Lehdet antavat hyvän maun salaattei-
hin ja voileivän päälle sellaisenaan tai nii-
tä voi murskata omakekoiseen kevytvoihin.

Vinkki: Kevytvoi: 1/2 kg voita, 2 dl kyl-
mäpuristettua kasviöljyä (miehellään luo-
mua), 2 dl vettä, 2–5 dl mustaherukan
lehtiä. Sekoita aineet tehosekoittimessa
sekaisin ja pieneksi huoneenlämpöisenä.
Voit pakastaa myös osan.

Katso myös simaohje lopusta

MUSTIKKA (Vaccinium myrtillus)

Rohtona käytetään marjoja ja lehtiä.

Mustikka on vatsavaivoja helpottava
rohto; yleensä kuivat marjat parantavat ri-
pulia ja tuoreet marjat taas ulostavat. Mar-
joja käytetäänkin ripuliin, ummetukseen,
vatsavaivoihin, mahahaavoihin, suolisto-
vaivoihin ja suoliston käymistiloihin.

Mustikka alentaa kuumetta, on anti-
septinen ja supistaa limakalvoja. Sitä voi
kokeilla ulkoisesti ientulehduksiin. Mus-
tikan lehtiä käytetään diabeteksen tuki-
hoitona, sillä lehtien inuliini, antosyaanit
ja väriaineet alentavat verensokeria; roh-
dosta on kutsuttu jopa kasvi-insuliiniksi.

Käytä ripuliin 1-2rkl kuivattuja mar-
joja vedessä 10 minuuttia keitettyinä, sii-
vilöidään ja nautitaan kupillinen päivässä.
Haittavaikutuksia ei tunneta; oksaaliha-
pon takia mustikan lehtien liiallista käyt-
töä on vältettävä, sillä ne voivat haurastut-
taa luustoa – ainakin teoreettisesti.

Suomalaisessa kukkaterapiassa mus-
tikkatipat auttavat kokoamaan ihmistä
kun esim. hajottaa itseään liian moneen
paikkaan ja uupuu. Se auttaa ihmistä saa-
maan käyttöönsä niin fyysisen, psyykki-
sen kuin henkisen ravinnon.

Vinkki: Tee kesäinen mustikkapöperö
sekoittamalla marjoihin hämäläistä talk-
kunajauhoa, piimää ja hunajaa.

MÄNTY (Pinus sylvestris)

Rohtona käytetään neulasia (erityisesti
vuosikasvaimia), eteristä öljyä, pihkaa ja
tervaa sekä pettua.

Mänty avaa hengitysteitä, ja sitä käy-
tetään hengityselinten vaivoihin: kur-
kunkään- ja keuhkoputkentulehdukseen,
yskään, astmaan ja katarriin. Sillä on eli-
mistöä virkistävä, vahvistava, elvyttävä
sekä miehisyttä vahvistava ja sukupuoli-
lista väsymystä poistava vaikutus.

Männyn eteristä öljyä käytetään de-
sinfiointiin ja huoneilman raikastami-
seen. Mänty vaikuttaa kylvyissä virkistä-
västi ja vahvistavasti; se avaa ja vahvistaa
hengitysteitä ja desinfioi ihoa.

Antioksidanttirikasta männynkuo-
resta ja niloasasta eli petusta valmistetaan
nykyäänkin uutetta kasvaimia vastaan ja
pettua on käytetty hätäravintoa pula-ai-
koina. Männyn samoin kuin kuusen pih-
kaa on pureskeltu desinfioivana rohtona
kulkutauteja vastaan ja myös ienten hoi-
dossa. Sitä on käytetty laastarina ja rohto-
na muiden yrttien kuten ratamon kanssa

märkiviin haavoihin ja paiseisiin.

Käytä ulkoisesti virkistäviin jalkakyl-
pyihin hauteena litra tuoreita havuja 8
l:aan kuumaa vettä ja hauduta puoli tun-
tia; kokokylpyihin 4 l havuja. Huomioita-
vaa on se, että männyn havujen keruu ei
kuulu jokamiehen oikeuksiin, jolloin sitä
ei voi kerätä ilman maanomistajan lupaa.

Suomalaisessa kukkaterapiassa män-
tytipat auttavat oman voiman löytämi-
sessä; ei tarvitse mennä muiden mukana.
Mänty auttaa että pystyy olemaan huo-
maavainen ja ritarillinen – onhan mänty
metsäluonnon nuorta maskuliinista voi-
maa symbolisoiva puu.

Vinkki: Männyn vuosikasvaimista voit
tehdä helpolla tavalla yskänsiirappia.

1 osa kuusen vuosikasvaimia

1 osa männyn vuosikasvaimia

2 osaa ruskeaa kidesokeria

Yskänsiirappia kylmämenetelmällä val-
mistettaessa vuosikasvaimet murskataan
ensin tehosekoittimessa. Lasipurkkiin
pannaan aina vuorotellen puoli senttiä
mursketta ja puolen sentin kerros sokeria;
viimeinen kerros saa olla sokeria. Kerrok-
set tiivistetään painamalla tiukkaan.

Purkki asetetaan lämpimälle ikkunalle ja
peitetään pyyhkeellä, joka kiinnitetään ku-
milenkilällä. Purkki saa olla rauhassa neljä
viisi vuorokautta, minkä jälkeen siitä aletaan
valuttaa sokerilientä. Siirappia käytetään sii-
vilöitynä tai sellaisenaan. Se säilyy jääkaap-
issa, mutta sitä voidaan myös pakastaa.

SIANKÄRSÄMÖ (Achillea millefolium) – Luontaistuotealan 2016 vuoden rohtokasvi

Siankärsämö eli pellon vanhin, hurstikuk-
ka, akantupakki, pietarinkukka, aivastus-
juuri, siankärsäheinä tai pyörtänäpölli on
yleisenä koko Suomessa kasvava moni-
vuotinen kasvi. Se on Suomen kansanlää-
kinnän ykköskasvina pidetty ”tuhattaitu-
ri”. Siankärsämö on vahvuuden symboli;
kreikkalainen soturi Akhilleus oli haavoit-
tumaton – ainoastaan kantapäätä jäi hänen
heikoksi kohdakseen eli ”Akilleen kanta-
pääksi” kun hänen äitinsä laski hänet roh-
toliemeen pitäen kiinni kantapäistä.

Siankärsämön kukkiva verso ja kukat
laukaisevat sileiden lihasten kouristuksia
erityisesti mahassa. Se lisää sapen ja ma-
hanesteen eritystä, ja sitä käytetäänkin
helpottamaan ruoansulatusvaivoja. Lisäk-
si se edistää suoliston toimintaa, auttaa
ummetuksen hoidossa ja vähentää kaa-
sunmuodostusta.

Siankärsämö sisältää runsaasti sydä-
men toiminnalle tärkeitä hivenaineita,
mangaania ja magnesiumia. Se alentaa
verenvainetta ja verensokeria. Siankär-



sämö lisää virtsaneritystä ja se on arvos-
tettu virtsatie- ja eturauhasvaivojen hoi-
dossa.

Siankärsämö vahvistaa immuunijär-
jestelmää ja on tulehduksia estävä, anti-
bakteerinen ja antibioottinen. Sitä hyö-
dynnetään uutteenä tai yrttiteenä flunssan
torjunnassa ja hoidossa samaan tapaan
kuin auringonhättua eli kaunopunahat-
tua. Siankärsämö tehoaa myös hiiwasie-
neen. Se on oivallinen apu puhdistus-
kuureissa ”verta ja maksaa puhdistavana”
rohtona. Nimi ”akantupakki” viittaa si-
ankärsämön käyttöön hengitysteiden vai-
voissa, yskässä ja astmassa.

Siankärsämöteellä tai -uutteella hoi-
detaan ulkoisesti iho-ongelmia, paisei-
ta, palohaavoja, tulehduksia, desinfioiden
finnejä ja aknea, haavaumia, ihoruhjei-
ta ja hiertymiä. Suuvenä se hoitaa suun
limakalvojen ärsytyksiä ja ientulehduk-
sia ja supistaa limakalvoja. Siankärsämön
betosiniini estää verenvuotoja ja eugeno-
li lievittää paikallista kipua. Siankärsämö-
uutetta onkin käytetty kipuja lievittävänä
linimenttinä.

Siankärsämöä arvostetaan suonikoh-
jujen ja peräpukamien rohtona sisäisesti,
mutta myös kylpyinä, salvoina ja voiteina
käytettynä. Se elvyttää sisäisesti käytettynä
muutenkin laskimo- ja ääreisverenkiertoa

LOUHISAAREN JUOMA

5 l vettä

1 l mustaherukan lehtiä

1-2 sitruunaa

400 g sokeria

herneen kokoinen pala hiivaa

Lehdet huuhdotaan ja sitruuna kuoritaan (pait-
si jo on luomua) ja viipaloidaan. Vesi kuu-
mennetaan kiehuvaaksi ja kaadetaan lehtien
ja sitruunaviipaleiden päälle. Lisätään soke-
ri. Juoma jäädytetään kädenlämpöiseksi ja
siihen lisätään hiiva. Juoman annetaan käy-
dä vuorokauden ajan, minkä jälkeen se sii-
vilöidään. Se on valmista joko heti nautitta-
vaksi tai pulloitettavaksi. Säilytetään viileässä.
Valmistus siis kuten simassa. Saat siitä vielä
terveellisemmän jos käytät täysruokosokeria.
Voit käyttää simassa myös muita kasveja ku-
ten esim. voikukan ja mesiangervon kukkia.

sekä lämmittää kylmiä jalkoja ja käsiä. Sitä
suositellaan myös sisäiseen ja ulkoiseen
käyttöön kuukautiskipuihin, endometri-
oosiin ja vaihdevuosisvaivoihin sekä lihas-
kipuihin, päänsärkyyn ja migreeniin.

Siankärsämö saattaa aiheuttaa pitkäai-
kaisesti käytettynä yliherkkyyshottumaa
erityisesti henkilöille, jotka ovat yliherk-
kiä asterikasveille kuten pujolle.

Suomalaisessa kukkaterapiassa sian-
kärsämö on tärkeä apu perheille, jotka
sairastelevat usein. Se näet vahvistaa ih-
misen bioenergiaa lähinnä sitä kautta, että
hän kuuntelee mikä on hänelle tärkeää.
”Oman luomisvoimani kautta olen terve.”

Vinkki: Pirskottele siankärsämöuutetta
hampaan alueelle hammassärkyssä ja de-
sinfioi sillä haavoja.

**Virpin yrttiaarteet jatkuvat seuraavassa
numerossa.**

FLUNSSAISEN JALKAKYLPY

1 osa siankärsämöä

1 osa mesiangervoa

Valmiiseen kylpyyn voidaan haluttaessa lisätä
2 rkl sinappijauhoa

Jalkakyllyn valmistamiseen tarvitaan kuivat-
tuja yrttejä 7-15g (eli vajaa 1/2dl eli noin 2 rkl).
Rohdokset haudutetaan ½ - 2 litrassa lähes
kiehuvaa vettä (lämmön on oltava ainakin yli
+65oC). Seosta haudutetaan noin 20 minuut-
tia kannen alla, minkä jälkeen yrttimassa voi-
daan siivilöidä pois ja hauduke lisätään noin 6
litraan sopivan lämpöistä vettä. Käytä tuoretta
kasviainetta vastaavasti noin 0,5 litraa.

Uuden Safirin Aikakauskirja 1 2016



Tuula Uusitalo Hyvyyden voimien palveluksessa – Tyne Matilaisen esoteerinen filosofia ja sen inspiroimia välähdyksiä

Tyine Matilaisen esoteeriseen filosofiaan sisältyy paljon uudella,
omaperäisellä tavalla löydettyä totuutta.

Tuula Uusitalo on tutkinut yli 40 vuotta Tyne Matilaisen
esoteerista filosofiaa ja löytänyt filosofisesti perustellut pohjavirrat,
mm. teemoihin tajunta, bio-luonnonlogiikka ja anteeksipyyntö.

234 sivua, **29,00 €**

Via-Akatemian säätiö sr

VIA-AKATEMIA

Viitämäentie 189, 58200 Kerimäki | (015) 543 112, via.akademia@via.fi | www.via.fi

www.facebook.com/via.akademia

Asiakkaana perhekonstellaatiossa

RAIJA RANTOLA

Perhekonstellaatio tapahtuu ryhmätyöskentelynä, jossa oma osallisuus on vain katsoa, kun työskennellään asianomaisen omaa kysymystä. Katsot, et analysoi tai edes sanoita.

Perhekonstellaatio on menetelmä, joka perustuu systeemiseen ajatteluun. Työskentelyssä avataan perheen/suvun traumahistoriaa ja perheiden tarinoita ylisukupolvisissa ketjuissa. Työskentelyssä avataan sukutaustasta nousevia käyttäytymismalleja ja esteitä tehdä omia hyviä valintoja.

Menetelmä perustuu saksalaisen Bert Hellingerin muutamalle periaatteelle, jotka ovat perhedynamiikan perusteet. Näiden perusteiden häiriöt aiheuttavat ristiriitoja ja ylläpitävät yli sukupolvien rajojen meneviä traumakokemuksia. Peruseriaate on voinut häiriintyä jostain yhteiskunnallisesta traumaattisesta rakenteesta, kuten sodasta, taloudellisista haasteista tai perheen tai suvun traumaattisista korjausyrityksistä.

- Menetelmän periaatteet ovat
- Jokaisella on suku- ja perhesysteemissä oma ainutlaatuinen paikka, joka on luovuttamaton
 - Perhe- ja sukusysteemiin kuuluvilla kuulu olla keskenään antamisen ja saamisen tasapaino
 - Elämän kunnioittaminen ja kuoleman hyväksyminen

Maijun haastattelu perhekonstellaatiosta

Kirjoitat blogia erilaisista hoito tai terapiakokemuksistasi. Maijun blogi on <https://kultainensulka.com/>

Mikä toi sinut perhekonstellaatioon?

Perhekonstellaatio on kiinnostanut minua jo pidempään. Virallisesta ryhmässä toteutetusta konstellaatiosta minulla ei ollut kokemusta ja halusin kokea sen. Huomasin mahdollisuuden tähän Raija Rantolan jakamasta tapahtumasta facebookissa ja lähetin hänelle viestiä. Sovimme että tulen hänen Helsingissä kokoontuvaan ryhmäänsä.

Miten kuvailet perhekonstellaatiota?

Perhekonstellaatio on mystinen tapahtuma, joka perustuu ihmisen alitajaiseen tietoon. Tuon tiedon annetaan nousta hetkessä sitä järjeistämättä. Emme järjen kautta voi ymmärtää täysin perhekonstellaation prosessia ainakaan vielä nykyään mutta uskon, että tietoisuus tästäkin lisääntyy. Tämä on takuulla menetelmä, joka ei aukea tässä



ajassa kaikille. Konstellaatio on tarkoitettu niille rohkeille sieluille, jotka haluavat ymmärtää sukulintojaan ja jotka haluavat saada osallistumista informaatiota asioista joita on ehkä enää mahdotonta muuten selvittää. Jos konstellaatiota yrittää verrata johonkin niin se on kuin energettinen psykodraama. Psykodraamassahan tietääkseni kerrotaan kulloinkin käsitellyssä olevan elämäntarinan kulkua mukana oleville henkilöille ja laitetaan ihmiset näyttelemään noita valmiita tarinoita sellaisenaan, jotta tarinan kokenut voi tarkastella tunteitaan ikään kuin ulkopuolisena ja saada ehkä oivalluksia objektiivisena tarkkailijana enemmän kuin tunteiden sisältä, asiaa kokeneena. Konstellaatiossa sen sijaan jaetaan roolit, joita ei ole tarpeen sanoittaa välttämättä eli roolin esittäjälle ei ole tarpeellista aina tietää ketä esittää (tässä on erilaisia toimintatapoja riippuen ohjaajasta), mutta muita viitekehyksiä ei anneta. Kaikki se, mikä roolittajasta ilmenee, kumpuaa hänen alitajuisista tunteuksistaan ja yhteydestään oman alitajun kautta kollektiivikseen. Konstellaatiota menetelmänä voidaan käyttää perheiden, sukujen, organisaatioiden, maiden ja jopa koko maailmanlaajuisen syy/seuraus suhteiden ymmärtämiseen. Konstellaation toimivuus perustuu siihen hienojakoiseen maailmaan, joka meidän kaikkien sisällä ja ympärillä on. Maailma ei ole mustavalkoinen niin kuin mieli yleensä haluaa käsittää. Mieli hakee ratkaisuja yksinkertaisista vastauksista, mutta konstellaatio avaa hienovaraisimmatkin nyanssit ihmisten tunne maailmasta esiin, joiden avulla syvempi ymmärrys itseän ja muihin voi lisääntyä. Asiat eivät välttämättä ole lainkaan niin kuin mieleemme on ne lokeroinut olemaan. Konstellaation ymmärtäminen ja kokeminen vaatii avartunutta ja avointa mieltä ja todellista halua ymmärtää asiat muustakin

kuin omasta turvallisesta lokeroistaan. Sen toimintamekanismi on täysin hämmästyttävä ja ehkä yksi suurimpia mysteerejä, mitä omin silmin olen pystynyt todistamaan.

Mitä sanoisit henkilölle joka miettii perhekonstellaatioon osallistumista

Perhekonstellaatio vaatii avartunutta mieltä ja valmiutta nähdä asiat ehkä täysin uudella tavalla. Etukäteen asioiden tietäminen ja päättäminen saattaa tehdä kokemuksesta lattean. Konstellaatiolle on annettava tilaisuus näyttäytyä juuri sellaisena kuin se esitetään. On oltava valmis luopumaan omista valmiista ennakoasutuksista asioiden suhteen. Jos haluaa saada konstellaatiosta kaiken irti, siihen kannattaa heittäytyä täysin ja vasta sen jälkeen alkaa analysoida, mitä siitä sai. Liika analysoiminen hetkessä voi rikkoa kokemusta. Jos osallistuu konstellaatioon, niin mieli kannattaa jättää narikkaan ja ottaa asiat sydämellään ja sielunviisaudella vastaan.

Oliko jotain mikä yllätti tai hämmensi sinua?

Oma konstellaatiokokemukseni oli raju. Todella kipeät kokemukseni nostettiin esille ja se oli hämmästyttävää. Konstellaatio ei ole oikea paikka käsitellä traumoja, koska se vaatii erilaista luottamusta mitä ryhmässä ei välttämättä ole päässyt vielä syntymään. Liian kipeitä asioita ei sinne kannata viedä. Itselleni oma kokemus opetti kokemusteni kunnioittamista ja omia rajojani. Oli hyvin lähellä, että tuo kokemus ei kääntynyt minua vastaan. Onneksi osasin kuitenkin käsitellä sen ja minulla oli lopulta koko ryhmän tuki. Lähden konstellaatioon avoimin mielin ja opin todella paljon. Konstellaatioiden välillä on hyvä pitää joskus taukoa jos edellisessä on noussut isoja asioita pintaan jotka vaativat aikaa tulla käsitellyiksi. Itselleni kävi juuri näin.

Oliko jotain miksi voisit suositella perhekonstellaatiota?

Suosittelen perhekonstellaatiota erittäin lämpimästi ihmisille, joilla on suuri halu ymmärtää asioita ja ilmiöitä itsestään selvyyskysien takaa. Konstellaatio lisää paljon ymmärrystä itseän, omaan sukuun, kaikenlaisia ihmisiä kohtaan ja ympäröivään maailmaan. Suosittelen konstellaatiota avoimin mielin elämään suhtautuville ihmisille, joita kiinnostaa oma henkilökohtainen kasvu ja tietoisuuden laajentaminen.

Raija Rantolan luento aiheesta
Turun henkisen keskuksen illassa
to 21.2. ja workshop la 23.2. 2019

Kivikauppa Qii
KIVET JA MINERAALIT
KIVIKORUJEN TEHTAANMYYMÄLÄ
Hämeenpuisto 17 Tampere
Katso nettikauppa:
kauppa.qii.fi

KOKEILE tehokasta ENERGIAHOITOA!

- Käsillä parantaminen ja kaukohoito.
- Hyviä tuloksia.
- Myös kotikäyntejä (miehellään 4-5 hloa)

Reijo Välikynen Orimattila
050 336 8425, ilt.loistava.polku@hotmail.com
www.parantavavoima.com

Rosen-metodi
Kosketusta keholle ja mielelle

Rosen-terapeutti Riitta Kivimäki
Dio Rosen
0400-608604
diodio@saunalahti.fi

www.auttajat.kuudesaisti.net

INTUITIIVISET AUTTAJAMME

Aidosti **Läsnä**

selvänäkö,
keskustelu,
meedio jne.

Uusi puhelinpalvelu
tukea arkipäivän haasteisiin

puhelun hinta 2,00 €/min+pvm

KUUDES
AISTI
AUTTAJAT



Frantsilan Hyvän Olon Keskus



TERVETULOA KURSSEILLE

esim. reiki, kalevalainen jäsenkorjaus, ayurvedinen pää- ja kasvohieronta, joogaretriitit, yrtit ja kukkaterapia, kuumakivihieronta, shiatsu, kuppaus, kasvisruokakurssi, aroma- ja vyöhyketerapia, koirien luonnonmukainen hoito sekä unelmien lomapaketti.

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

www.frantsilanhyvanolonkeskus.fi

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

Atte Särkelä

Kohti ärjännettä

Ainutlaatuinen elämänkerta Pohjois-Suomesta sisältäen kertomuksia parantajista, ufoista ja monista oudoista ilmiöistä vuosikymmenten varrelta. 384 sivua, yli 300 mv- ja värikuvaa, 35 € (ovh 42 €)

ufofinland.org



39 €
+ postimaksu



TÄHTITIETO

Kirja kokoaa artikkeleita kosmisen ihmisen elämän eri osa-alueilta, tarjoten laajennusta yksilön oman tietoisuuskentän verkkoon.

Tilaa omasi.