

Kirg, missioon ja kaastunne viivad elus edasi

Inimkond on minemas läbi emotsionaalsete, majanduslike, spirituaalsete ja identiteedikriiside ning vajab seejuures igakülgselt abi.

Jure Biechonski

Olen endalt korduvalt küsinud, kui paljud õpetajad minu elus on puudutanud mu hinge ja mõjutanud mu elu. Minu õuduseks tuli mulle meelde vaid üks. Kõik need aastad koolis ning vaid üks õpetaja?

Kui ma hakkasin keskkooli lõpetama, pommitati mind pidevalt küsimustega, mida ma tahan oma elus teha. Pidin tegema otsuse, mis oleks hakanud mõjutama minu järgmist 45 aastat. Täielikus segaduses olevana saadeti mind karjäärinõustaja juurde, kes sooritas mu peal mingeid segaseid teaduslikke isiksuseteste. Need otsustasid, et loodusteadustes olen ma kasutu. Kohe tundsin ma ennast mitte piisavalt heana ning läksin ülikooli ajalugu ja filosoofiat õppima.

Sellest hetkest alates olen ma käinud pika teekonna, mõtiskledes endaga juhtunu üle ja küsides endalt, miks ma tõusen igal hommikul voodist. Mille jaoks? Mida ma tegelikult teha tahan? Kuidas näeb minu elu välja kümne aasta pärast? Kuhu mu elu liigub? Ja ma jõudsin kolmesõnalisele vastusele: kirg, missioon ja kaastunne.

Kirg ... ma pidin varajases nooruses oma sünnimaalt lahkuma, elama võõras ühiskonnas, olema hea poeg kahele kõvasti tööd tegevale vanemale. Ilma igasuguse emotsionaalse toetuseta, olles eksinud ning segaduses ja sunnitud koolis võistlema, et saada üha paremaks, õppisin ma armastuse, toetuse ja juhatuse tähtsust.

Missioon ... oma eluteekonnal mõistsin, et mulle ei meeldi see, kuidas maailm mu ümber paistab. Tundes end rusutuna ja depressiooni äärel olevana otsustasin oma elu eesmärgitusega midagi ette võtta ja anda oma panuse hoolivama maailma loomiseks.

Erinevates ülikoolides psühholoogiat õppides ja oma eksistentsiaalsetele küsimustele vastuseid leida püüdes mõistsin, et minu õpingute mõte on pigem inimesi diagnoosida kui neid aidata. Kui mul oli julgust küsida ühelt oma lektorilt, kuidas õpetatav neuropsühholoogia aitab abivajavat inimest, sain ma vastuseks: „Me oleme siin teaduse jaoks ja mitte



Jure Biechonski, MSc, nõustamispsühholoog, transpersonaalse psühholoogia ja hüpnoteraapia erakooli Terviklik Mina kaasrajaja Eestis. Transaktsionaalse hüpnoanalüüsi (THA) looja.

selleks, et teisi inimesi aidata.“ Otsustasin tookord, et minu kirg on muuta oma elu ja aidata ka teistel oma elu muuta. Mõistsin, et osa minu eneseteostusest on aidata teistel inimestel ennast teostada.

Parim viis umbrohuist jagu saada on see juurtega välja kaevata

Pärast aastatepikkusi kliinilise töö kogemusi otsustasin üles ehitada oma enda kooli kui ühe osa minu missioonist. Selle asemel, et sundida inimesi kitsasse teoreetilisse lähenemisse, pidin ma leidma viisi, kuidas kohandada teooria minu vastas oleva inimolendi vajadustele.

See on põhjus, miks ma asutasin transpersonaalse psühholoogia ja hüpnoteraapia kooli, mis põhineb järgnevatel teoreetilistel oletustel:

1. Kõik meie psühholoogilised probleemid on ebaloogilised ja irratsionaalsed, igasugune püüdlus mõista neid ratsionaalselt ja loogiliselt oleks aja ja inimese raha raiskamine.

2. Kui kõik meie probleemid on ebaloogilised, siis on nad loonud meie kujutlusvõime. Seega kasutame siis oma kujutlusvõimet ka nende probleemide lahendamiseks. Parim viis selleks on sulgeda silmad. Mil tahes me sulgeme

oma silmad ja läheme ära siin-ja-praegu-olemisest, oleme me loovas transiseisundis, mida kutsutakse ka hüpnoosiks.

3. Kõik meie n-õ probleemid on normaalne reaktsioon ebanormaalsete olukorrale. Muutes ära reaktsiooni (sümptomi), kuid muutmata selle reaktsiooni põhjust, pole me teinud mitte midagi.

4. Kui sa löikad aias umbrohtu, siis kasvab see pärast järgmist vihma tagasi. Parim viis umbrohu eemaldamiseks on see juurtega välja kaevata.

Hüpnoteraapia-psühholoogia kool töötab rahvusvaheliselt tunnustatud spetsialistide ja õppejõudude juhendamisel mitmes erinevas riigis üle maailma. Õppimine toimub isikliku kogemuse alusel. Minu endised õpilased on öelnud, et need õpingud on andnud elule selgema ja sügavama tähenduse.

Unistuseks on luua uus haridussüsteem

Jaanuaris alustab Eestis loodud erakoolis Terviklik Mina juba viies hüpnoteraapia-psühholoogia kolmeaastane kursus. Põhjus, miks ma seda kursust õpetan, on see, et ma ei taha tegutseda üksik. Inimkond on minemas läbi emotsionaalsete, majanduslike, spirituaalsete ja identiteedikriiside ning vajab seejuures igakülgselt abi. Kui sa tahad

teha midagi selle ühiskonna jaoks, kus sa elad – enda, oma laste ja lastelaste jaoks, siis palun ühine meiega. Teeme seda üheskoos.

Minu unistus on luua uus haridussüsteem. Kujutlege lasteaia lapsi alustamas päeva meditatsiooniga, et see aitaks neil keskenduda eesiseisvale tegusale päevale. Kujutlege, et algkoolis antakse lastele aega teistega oma tundeid ja unistusi jagada, et neil säiliks tundlikkus, kujuneks välja selge eneseteadlikkus ja isikupärane väljendusoskus. Kujutlege, kuidas gümnaasiumiõpilased vastutavad ise oma õppeprogrammi valikute eest ja kogu koolisüsteem põhineb pigem koostööil kui võistlusele. Ma näen vaimusilmas ülikooli, mille sisseastumistingimuseks ei ole eksam, vaid essee, milles on kirjas inimese sügavad isiklikud põhjused selle eriala valimiseks ning visioon selle kohta, kuidas omandatud kvalifikatsiooni reaalselt rakendada.

Sel moel saame me tõepoolest liikuda parema tuleviku suunas – sellise maailma poole, mida me oma hinges igatseme.

11. novembril kell 19.00 olete oodatud Jure Biechonski avalikule õhtuseminar-loengule „Elu tähendus, missioon, kirg, kaastunne“ Tallinnas, aadressil Toompuiestee 10.

Täpsem info: www.hypnoteraapia.ee

Teraapia kustutab keha mälust negatiivse info

Kui teil esineb terviseprobleeme, siis võib abiks olla bioresonants-teraapia ja testimine. Bioresonantsitestimine võimaldab hinnata kogu keha energiaalset seisundit ning leida tervisemurede põhjused. Teraapia kustutab negatiivsed muutused inimese energiaalsetes infoväljas ja see toob kaasa tervenemisprotsessi käivitumise. Tervisealane nõustamine aitab teil teha oma elus vajalikud muudatused nii, et saadud hea olemine on püsiv. Selle meetodi aluseks on teadus-

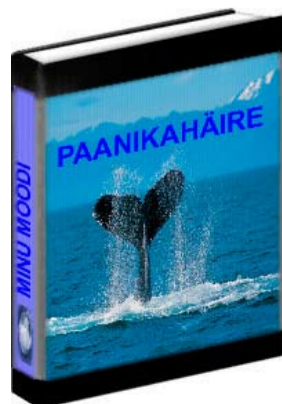
likult tõestatud fakt, et enne organismis toimuvat biokeemilist reaktsiooni toimub alati elektromagnetiline võnne. Muutes võnked, muutub ka biokeemiline reaktsioon ning algab tervenemisprotsess.

Tutvuge kindlasti kodulehega!

Terapeut Pille Kannisto
Aadress: Tallinn
www.terviseingel.ee
e-post: pille@terviseingel.ee
Vastuvõtule registreerimine tel 5650 0544

Merike Tuulik e-raamat „Paanikahäire“

Raamat on saadaval e-raamatuna veebilehel paanikahaire.ee ja on abiks neile, kes otsivad lahendust paanika- ja ärevushäirele. Autor selgitab raamatus on oma isiklike kogemustele tuginedes, kuidas inimesed satuvad paanikahäire kinnisesse ringi ning mida paanika- ja ärevushäired endast kujutavad. Ta selgitab, kuidas mõtlemise muutusega rakendub n-õ ühe mõtte tehnika, ja annab häid nõuandeid paanikahoogudest jagusaamiseks.



TERVISEKOOL

13 novembril kell 12.00
Eesti Tervishoiu Muuseumis

meestearst
Olev Poolametsa
loeng

Mehe tervise peamised ohud

Dr Olev Poolamets räägib meeste tervise peamistest probleemidest, eriti seksuaaltervisest.

Sissepääs muuseumipiletiga
www.tervishoiumuuseum.ee

TOETAJAD Tallinna Keslinna Valitsus



Kogu inimkond on üks tervik. Igaühel meist on panus selle terviku harmoniseerimisel ja rikastamisel, mis on ainukordne ja väärtuslik.

Meie tegevusalad:

- Taime- ja toortoidukursused (pH-toitumine)
- Toitumisalased konsultatsioonid
- Jooga individuaal- ja rühmatunnid, erinevad tasemed (Tallinn, Tabasalu, Keila, Klooga)
- India Champi peamassaaž, Reiki
- Muud arengu- ja eneseabikoolitused

OÜ ValgusKehas
www.valguskehas.ee
GSM 5561 5810

TERVIKLIK TIIBET



Iridodiagnostika

Mis see on?

Silma vikerkesta järgi diagnoosimine on väga vana, kiire ja täpne meetod. Täielik täpsus on võimalik saavutada aga siis, kui lisaks silmapildile vaadeldakse ka inimese küüsi, keelt, kõrvu. Nii on võimalik 10-15 minutiga saada täielik ettekujutus inimese tervislikust seisundist.

Kuidas / mil moel toimib?

Arst valgustab silma vikerkesta spetsiaalse lambiga. Vikerkestal on sektorid nagu kella tablool, kus iga organ või organsüsteem paikneb kindlaksmääratud sektoris. Värv- või struktuurimuutus annab märku, kas tegu on juba väljakujunenud haigusega või on tegemist kergesti parandavate muutustega. Vastavalt sellele antakse inimesele soovitus, mida hetkeolukorras oleks kõige parem ette võtta. Meetodi kasutamine kergendab tunduvalt perearstide tööd ja mis kõige olulisem - inimestele on võimalik abi anda varem kui haigused jõuavad välja areneda. Täpsemat infot saad www.tiibet.ee/53

Info ja registreerumine vastuvõtule anneli.altunjan@gmail.com

Tallinn, Narva mnt 1 Postimaja 3. korrusel kabinet 365
Kuni kella 17 ni sissepääs Säästuohtika ees olevast fuajeesst liftiga 3. korrusele.
Peale kella 17st helista telefonil 5635 6311, Anneli.