



Järgi vanarahva õpetust: kannata, siis elad kaua, ning rõõmutult!

MARGIT IVANOV ON
HOLISTILINE TERAPEUT
JA NÕUSTAJA



Miks me oleme nii raske-meelsed ja melanhoolsed? Miks meie filmid sellised on? See saab kohe palju selgemaks, kui vaadata vanarahvatarkusi, mis meie geneetilisse koodi on sisse süstitud. Siin peitub ka põhjus, miks vaev ja kannatus on hea ja miks me ei julge hõisata, eriti veel hommikuti! Aegunud vanasõnadest kirjutab **Margit Ivanov**.

Esivanemate mõttemaailm ja käitumismustrid elavad meis edasi, tahame seda või mitte. **Karl Gustav Jung** nimetas seda kollektiivseks alateadvuseks. Kui näiteks isa suhtub naistesse üleolevalt, pärandab ta oma lastele teadmise, et naised on rumalamad kui mehed. Nii valibki selle pere tütar endale alateadlikult mehe, kes tekitab temas alaväärsust. Ja see panebki nii mõnedki naised olukorda, kus nad peavad pidevalt oma väärtust tõestama. Nõnda kandub see muster põlvkonniti edasi.

Kuid mõned uskumused on seotud kultuuriliste isearasuste ja pärimustega – neid kannavad edasi näiteks vanasõnad. Meie vanasõnadest kumab ikka

vastu soovitus olla alandlik, kannatlik, vastupidav, leppida piskuga, toimetada tasa ja targu ning ettevaatlikult. Vaatame neid uskumusi lähemalt.

1. Meie usume, et õnn ja rikkus tuleb ikka vaid ränga tööga. Ei mingit vahemerelist mõnulemist.

Rikkaks ei saa ilma vaevata. Parempersetäis vitsu, kui kotitäis raha. Kes tööd teeb, see rõõmu näeb. Tee tööd, siis tuleb ka armastus.

2. Me usume, et kannatamine on elu osa ja seda tuleb lihtsalt vapralt taluda, et rõõm välja teenida.

Kannatus on rõõmu võti. Kes kannatab see kaua elab.

3. Me usume, et hea on olla võimalikult keskpärane ja vähenõudlik.

Esimesed heidetakse, tagumised tapetakse, keskmised koju jõuavad. Kõik sünnib süüa, mis suus ei karju. Suur tükk ajab suu lõhki.

4. Kui me kolme esimest soovitusi aga juba usinalt täidame – rassime hommikust õhtuni, oleme keskpärased ja kannatlikud –, siis hoiatatakse meid, et kui ka oodatud õnn peaks saabuma, siis hakkab kindlasti kohe väga halvasti minema.

Õnnetus ei hüüa tülles. Pill tuleb pika ilu peale. Lind, kes hommikul laulab, lõpetab õhtul kassi kõhus. Ära hõiska enne õhtut.

5. Mis puutub laste kasvatamisse, siis tööka, kannatava ja mureliku inimese lapsel ei ole mingit õigust oma mõtteid avaldada ja teda tuleks ikka igaks juhuks karmilt kohelda.

Laps räägib siis, kui kana pissib. Mida armsam laps, seda kibedam viits.

Kas pole naljakas – kui neid punkte vaadata, siis tundub, et me oleme eestlastena nagu tõelised monstrumid. Kuid uskuge, just nii paljud inimesed elavadki, ja vahet pole, on nad vanemad või nooremad. Näen seda oma

praktikas kogu aeg. Tulemuseks ongi pidev tõmbumine, raskemeelsus, stress ja ületöötamine. Kas poleks aeg oma mõtetes ka uuele ajale järele jõuda ja aegunud vanasõnad kõrvale jätta.

Mitmekülgne pärand

Samas on meil muidugi ka kodukoitud tarkusi, mis tõesti toimivad. Näiteks sellised toredad vanasõnad nagu:

**Kuid uskuge,
just nii paljud
inimesed elavadki,
ja vahet pole, on
nad vanemad või
nooremad.**

Pada sõimab katelt, ühed mustad mõlemad.

Pinda teise silmas märkad, aga palki enda silmas mitte.

Kes teisele nime annab, see ise seda kannab.

Need räägivad ju sellest, et see, mida maailm sulle näitab, on sinu enda

peegeldus. Kui sulle tundub, et kõik on lollid, siis peaksid hoopis endasse vaatama ja üles leidma selle osa endast, mis lolluse suhtes nii tundlik on (miks sa näed nii selgelt seda enda omadust teistes). See on lihtsalt sinu viis kaitsta ennast oma lolluse eest, kandes seda omadust üle teistele.

Oleme pärinud ka ehedat tarkust, mis meie elu ja olemist tänapäeval kenasti toetab.

Julge pealehakkamine on pool võitu.

Igäüks on oma õnne sepp.

Igal asjal oma aeg.

Kuidas metsa hõikad, nii see sulle vastu kajab.

Mõtteid võib otsa eest lugeda.

Silm on südamel peegel.

Seda tõde ja elutarkust otsitakse idamaade keerukatest filosoofiatest ja tarkadest raamatutest, taipamata, et ka meil on see olemas armsa vanaema ütluses.

Ja lõpetuseks üks vanasõna, mis sobib igaks elujuhtumiks: *Karda vähem ja looda rohkem, söö vähem ja mälu rohkem, vihka vähem ja armasta rohkem ning kõik head asjad tulevad sinu juurde.* **P**

KEHA TEAB

ÕNNELIKUM ELU KINESIOLOOGIA ABIL

Milla Kuu, kinesioloog
KC (International Kinesiology College) looja.

Kinesioloogia teib sinu, alla 15-aastast lapsel, laste vanemate kinesioloogiga äärmiselt vabalt ja teadvustatult, et kogu probleemid, mis kahe kätve vahel, on sinu alateadvuse kaudu. Sinu alateadvuse kinesioloogiga õpetatakse Saksamaal. Täna, mille tõttagi kinesioloogina 12 aastat töötanud kinesioloog, võin kinnitada, et ommast neist mõistate on ommastatult, luge teadustegevust: neid: energiatõrjumise liikumise positiivne liikumise liikumise. Alates on sinu kinesioloogina: Mälestus, kinesioloog 100võimand, et avastada liikumise liikumise liikumise ja energiatõrjumise liikumise. Kõik teab, ja annab Mälestust äärmiselt vabalt, mõistate kinesioloog on ommastatult. Vana 2002. aastast alates luge kinesioloogina alates kinesioloog, mille liikumise avastatult liikumise, kinesioloog-hoolduse ommast ja ommast liikumise: jussuun terve ommast. Luge luge: www.kinesiologia.ee



DAMON SYSTEM
Palju enam kui lihtsalt sirge hambaid

KUNAGI POLE LIIGA HILJA



ARVAD, ET BREKETID ON MÕELDUD AINULT TEISMELISTELE?
See pole nii! Naeratusel on võim teid panna tundma end palju enesekindlamalt igas vanuses. Kas hirm valusate, kogukate, metallist breketite ees hoiab teid tagasi?
NÜÜD on aeg ümber mõelda!

www.damonbraces.ee