

EPP VESKI

Tervisenõustaja: tervise hindamine ja häirete tasakaalustamine AuR-uM meetodil, psühhoteeraapia, Rännak, psühholoogiline ja karjäärilane nõustamine, toitumine, kehatöö, Reiki, toidulisandid, loodustooted jne.

Koolitused ja grupitööd: Enese teostamine (Empowerment) Transformatsiooni mäng, Eksistentsiaalne mõtteviis: vabadus, võimalused, piirangud, valikud, vastutus, Karjäärinõustamin



Festivalil:

Visualisatsioon Katkise plaadi vahetus

Transformatsiooni mäng

IMAGO diagnostika

Tervisliku seisundi hindamine ja tasakaalustamine-
Täpsemal allpool

Visualisatsioon Katkise plaadi vahetus

- ca 40-50 min

Kas

Katkise plaadi vahetus

Iga osaleja mõtleb, mis on see, mis teda ärritab ja mille peale ta käitub nii, nagu ta ei tahaks. Harjutus ajal igäüks kujutab ette oma ärritajat ja siis visualisatsiooni käigus muudab oma vastuse sellele just nii, nagu ta ise tahab.

Või

Keha

Keha ei ole postament peale, vaid tal on palju erinevaid funktsioone. Harjutuse käigus osalejad visualiseerivad ja tunnetavad, mida ja kuidas nad võiksid oma keha heaks teha alates toitumisest.....
venitusharjutusteni

Transformatsiooni mäng (kaminasaalis 2 tundi)

See lauamäng näeb välja esmapilgul nagu „Reisi ümber maailma“. Mängu algul esitab iga mängija ühe küsimuse, millele ta tahab vastust saada. Küsimus peab olema endast lähtuv, lahendusele suunatud, oluline ja selline, et mängija on valmis sellest rääkima. Igal mängijal on nupp, millega ta vastavalt täringuga visatud punktidele liigub oma „eluteel“. Igal väljal on oma juhend, mida teha, põhiliselt võib võtta kaardi. Igal kaardil on kas sõna või lause, mis aitab tal oma küsimusele vastust saada. Nii samm-sammult jõuab mängija sobiva lahenduseeni.

Parim osalejate arv on 4 – 6, võib mängida ka kahekesi, eriti kui nad tahavad omavaheliste suhetega tööd teha. Kui on rohkem, siis peab oma korda kaua ootama ja võib igavaks minna, aga vahel on väga huvitav, kuuleb erinevaid seisukohti. Mängime tavaliselt 6-8 tundi. Oleme mänginud ka 4 t., aga seda on sageli vähe, mängijad lähevad just hoogu... Oleme mänginud ka 2 päeva, sellega on kõik väga rahule jäänud. Mängu käigus on olnud lausa uskumatuid vastuseid.

See mäng sobib inimesele, kes tahab mõista,

- mida ma tegelikult tahan/vajan,
- mis on minu seni kasutamata jõud, potentsiaal
- mis on minu seesmised takistused,
- mida ma peaksin tegema, et lahenduseni jõuda

2. Haiguste areng (stress, endorfiinid, transfer faktor) ja tervisliku seisundi hindamine (Bioresonants, Aur-um meetodika)- kaminasaalis - 2 t. (vaja elektrit)

Tervisliku seisundi hindamine ja tasakaalustamine- **IMAGO diagnostika**

Terve organismi iga koe rakkudel on oma kindel võnkesagedus ja optimaalne võnkeamplituud. Liigne stress mõjutab rakkude energeetikat, see kas langeb või tõuseb sisemiste reservide arvel ja võnkeamplituud suureneb või väheneb. Tavameditsiinis on selle staadiumi muutusi igapäevaselt raske määratleda, v.a. EKG, EEG, millega saab mõõta südame või aju elektrilist aktiivsust.

Viimastel aastatel on välja töötatud mitmeid energiataset ja iseloomu mõõtvaid aparate ja programme. Nende üldnimi on bioresonants meetod ja nad võimaldavad avastada häireid ja kõrvalekaldeid algstaadiumis ja ravijärgselt, kui tavameditsiinis kasutusel olevate meetodid seda veel või enam ei võimalda.

Osa neist võimaldab ka kompenseerida ja korrigeerida rakkude energeetikat ja võnkumist. Püsitulemuste saavutamiseks on vaja tasakaalustamist teha kuurina ja samal ajal ise oma tervist tugevdada elustiili muutmisega: töö ja puhkuse vahekord, sobiv toitumine ja kehaline koormus, stressi juhtimine, vanade konfliktide ja traumade lahendamine jne.

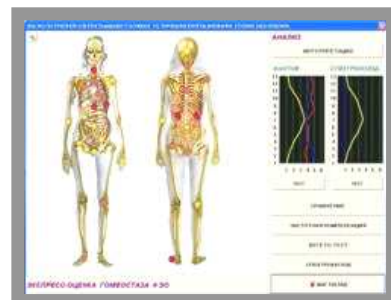
See annab tulemusi sageli küll aeglasemalt kui tavameditsiini sümptomaatiline ravi, kuid tulemus on püsivam. Näit. immuunsuse tugevdamine võtab kauem aega kui mikroobide hävitamine antibiootikumidega, kuid on kestvam ja tõhus kaitse ka teiste mikroobide, viiruste ja muteerunud (moondunud) rakkude puhul. Tasakaalustatud mikrofloora mõjutab positiivselt organismi mitmeid funktsioone (seedimine, ainevahetus, hormoonide ja fermentide tootmine jne).

Haiguse ägedas faasis ja väljakujunenud muutuste puhul selline tasakaalustamine sageli ei asenda, kuid toetab tavameditsiini spetsiifilist sümptomatoloogilist ravi.

IMAGO diagnostika

on üks uuemaid ja mitmekülgsemaid bioresonants meetodi võimalusi. Siia alla kuuluvad erinevate nimetustega aparaadid ja vastavat programmid, üks neist AuR-um.

AuR-um meetod on arvuti ja lisaseadmega töötav programm, mis võimaldab



- hinnata kogu organismi, üksikute organite ja rakkude energeetikat ja talitust
- hinnata muutusi väga varasesest staadiumist jääknähtudeni
- määratleda kõrvalekallete ja häirete tugevus ja iseloom
- avastada häirete põhjused (stress, mikroobid, parasiidid, toksiidid, keemilised ühendid jne.)
- prognoosida võimalikke häireid ja tüsistusi
- valida sobivaid toidulisandeid ja preparaate, nende kombinatsioone, doosi
- korrastada ja tasakaalustada organite energiat ja talitust
- anda soovitusi tervise tugevdamiseks: toit, töö kehaga, psühholoogiline nõustamine, toidulisandid, ravimtaimed jne.

Protseduur kestab ca 2 tundi, patsient näeb monitoril kogu protsessi mõõtmisest tasakaalustamiseni, mis võimaldab tal aru saada, mis, kus, kuidas tema organismis toimub ja millised on nende omavahelised seosed.

EPP VESKI

tutvustus

TÜ arstiteaduskond
 TÜ psühholoogia osakond
 Vilniuse Humanistliku ja Eksistentsiaalse Psühholoogia Instituut
 Euroopa Psühhoteraapia Assotsiatsiooni liige, EPA Eurosertifikaat
 psühhoteraapias (ainus Eestis)



Address: Rävälä 8-c-104a, Tallinn

Telefon: 5354 4731

Koduleht: www.hebe.ee

E-mail: aurum.est@gmail.com

Tegevusalad: [Bioresonantsteraapia](#) [Hatha jooga](#) [Nõustamine](#) [Psühholoogiline nõustamine](#)
[Reiki](#) [Rännak - The Journey](#) [Toidulisandid](#)

Tähtsamad koolitused:

Psühholoogiline nõustamine ja psühhoteraapia:

Eksistentsiaalne psühholoogia ja teraapia, Rännak, Enese teostamine (Empowerment),
 Transformatsiooni mäng, protsessitöö, Naiste ja meeste olemuslik lepitamine (Essential Peacemaking Men and
 Woman), Jungi analüüs, NLP, humanistlik psühholoogia, grupianalüüs, gestalt, psühhodraama,
 Sophia analüüs, Wartegg test, EMDR, kineseoloogia, hingamistehnikad, naeruteraapia, Aleksander
 tehnika, Avatud ruum (*Eesti, Leedu, Läti, Venemaa, Iirimaa, Shoti, Austria, USA, Itaalia, Rootsi*)

Bioresonantsdiagnostika ja –teraapia:

Amsat ja Imago/AuR-uM – *Venemaa, Läti, Leedu, Belgia*

Idamaade õpetused:

Transendentaalne ja dünaamiline meditatsioon, akupunktuur, sudzhok, Nei Jing, Reiki,
 joogad (tantra, kundalini, dünaamiline), Tai chi, Tui Na, Qi gong, Falun gong, (*Eesti, Läti*
Venemaa, Leedu, Ukraina, India, Austria)

Pikemalt Imago/AuR-uM meetodist vt allpool.

TERVISLIKU SEISUNDI HINDAMINE JA TASAKAALUSTAMINE

Terve organismi iga koe rakkudel on oma kindel võnkesagedus ja optimaalne võnkeamplituud. Liigse stressiga muutub kõigepealt rakkude energeetika, see kas langeb või tõuseb sisemiste reservide abil ja sellega võnkeamplituud kas suureneb või väheneb. Tavameditsiinis on selle staadiumi muutusi igapäevaselt raske määratleda, v.a. EKG, EEG, müograafia, millega saab mõõta vastavalt südame, aju või lihaste elektrilist aktiivsust.

Viimaste aastate teaduse saavutuseks on mitmete energiataset ja iseloomu mõõtvate aparaatide ja programmide väljatöötamine. Nende üldine nimetaja on bioresonants meetod ja nad võimaldavad avastada häireid ja kõrvalekaldeid algstaadiumis ja ravijärgselt, kui tavameditsiinis kasutusel olevate meetodid seda veel või enam ei võimalda.

Osa bioresonants meetodeid võimaldavad peale hindamise ka kompenseerida ja korrigeerida rakkude energeetikat ja võnkumisi, eriti häirete algstaadiumis ja taastusravi ajal. Ühekordne tasakaalustamine annab lühiaegse efekti, püsitulemuste saavutamiseks on vaja tasakaalustamist regulaarselt korrata ning muidugi ise oma tervist tugevdada elustiili parandamisega: töö ja puhkuse vahekord, sobiv toitumine ja kehaline koormus, stressi juhtimine, emotsionaalne rahulolu jne.

Selline taktika annab sageli tulemusi küll aeglasemalt kui tavameditsiini sümptomaatiline ravi, kuid tulemus on püsivam. Näit. immuunsuse tugevdamine võtab kauem aega kui mikroobide hävitamine antibiootikumidega, kuid on kestvam, tasakaalustatud mikrofloora (mikroobid, algloomad) mõjutab positiivselt organismi mitmeid funktsioone (seedimine, ainevahetus, hormoonide ja fermentide tootmine jne) ja tugev immuunsus on tõhus kaitse ka teiste mikroobide, viiruste ja muteerunud (moondunud) rakkude puhul.

Selline tasakaalustamine ei asenda, kuid sageli toetab haiguse ägedas faasis ja väljakujunenud muutuste puhul tavameditsiini spetsiifilist sümptomatoloogilist ravi, millega paralleelselt tuleks endal oma tervisega tegelda ja seda tugevdada.

IMAGO diagnostika on üks uuemaid ja mitmekülgsemaid bioresonants meetodi võimalusi. Siia alla kuuluvad erinevate nimetustega aparaadid ja vastavat programmid: AuR-um, Grifatom jt.

AuR-uM meetood

on arvuti ja lisaseadmega töötav programm, kus klient saab monitoril jälgida kogu protseduuri mõõtmisest tasakaalustamiseni ja see võimaldab

hinnata kogu organismi, üksikute organite ja rakkude energeetikat ja talitust

hinnata muutusi väga varasesest staadiumist jääknähtudeni määratleda kõrvalekallete ja häirete tugevus ja iseloom avastada häirete põhjused (mikroobid, parasiidid, toksiidid, keemilised ühendid jne.)

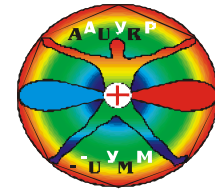
prognoosida võimalikke häireid ja tüsistusi

valida sobivaid toidulisandeid ja preparaate, nende kombinatsioone, doosi

korrastada ja tasakaalustada organite energiat ja talitust

anda soovitusi tervise tugevdamiseks: toit, töö kehaga,

põhholoogiline nõustamine, toidulisandid, ravimtaimed jne.



Protseduur kestab ca 2 tundi, patsient näeb monitoril kogu protsessi, mis võimaldab tal aru saada, mis, kus, kuidas tema organismis toimub ja millised on nende omavahelised seosed.

AuR-uM meetoodika arendamisele pani aluse kosmosemeditsiin, kui oli vaja organismi seisundit varakult hinnata ja kõrvalekaldeid tasakaalustada. Meetodi aluseks on R. Volli, F. Morelli, E. Rashe ja füüsikas Nobeli preemia saanud D. Gabori jt. tööd.

Näide visuaalsest esitusest PC ekraanil:

