

TRADITSIOONILISE TIIBETI MEDITSIINI

KuNye Massaaži- ja välise Teraapiate alg- ja jätkukursuse programm 2020/2021/2022

(Traditonal Tibetan medicine and KuNye massage and therapy preliminary basic course and advanced course workshop program)

TIIBETI TRADITSIOONILISE MEDITSIINI-, TIIBETI KUNYE MASSAAŽI- JA VÄLISTE TERAAPIATE ÕPPEKAVA:

Kevadkursuse õppekava maht kokku 60 ak/h

Kestvus: Õpe kestab 15 päeva ja algab 14.03.- 05.04.2020

Õppekeel: Loeng toimub Tiibeti keeles, tõlkega eesti keelde.

Õpetaja- Tiibeti Meditsiini arst Lopsang Tenzing Lama, sertifitseeritud koolitaja Nepaalist

Suurepärane võimalus Eestis kõigil omandada uudne Tiibeti ravimeetod autentsest algallikast otse Tallinna südames, soovituslik eriti terapeutidele, massööridele jm praktikutele kes soovivad teisi aidata ja olla osa iidse Tiibeti ravikunsti saladustest autentsetelt Tiibeti meditsiini arstidelt ja jooga praktikutelt! Mõeldud ka neile kes lihtsalt soovivad enda ravimiseks mõista Tiibeti Meditsiini alustalasid ja terapeutid kes soovivad mitmekesistada oma teadmisi ja õppida ära KuNye massaaž ja erinevad välised teraapiad, toitumine ja kogu tervise käsitus preventsiioonist kuni ravini! Kuna Tiibeti KuNye massaaži teostamiseks on vaja teada Tiibeti Meditsiini baastadmisi siis on see ühendukurusena eriti tõhus sest toetub teineteisel.

AJAKAVA

Aastas toimuvad loengud 2-4 kuu jooksul.

Toimumisaeg: 14, 15, 19,20, 21,22, 25,26,27,28,29 märts; 2, 3, 4,5 aprill. 2020.

K: 17.00-20.00

N: 17.00-20.00

R: 17.00-20.00

L: 10.00-13.00

P: 10.00-13.00

Hind: kevadkursuse hind 750 eurot (võimalik maksta kahes osas)

Võimalik loengutel osaleda ka päeva kaupa.

1 päev 60 eurot

Soodushind: neile kes on Nyingma Budismi Kogudus Ogyen Wodsal Choelingi liikmed (päeva hind 50 eurot, kogu kursus 700 eurot)

SIHTGRUPP

Tiibeti meditsiini ja Ku Nye massaažiõpe sobib kõigile, kes tunnevad huvi idamaade tervendamismeetodite vastu ja soovivad ka enda tervisest ja kehast rohkem teada saada.

Erinevaid TB ja KM teraapiaid sobib kasutada koos mõne teise teraapiaga ja on ka suurepärase iseseisev meetod oma pere aitamiseks ja toetamiseks. Kõik need kes huvituvad tervise hoidmisest, säilitamisest ja arendamisest mitmel eri tasandil: füüsilisel ja vaimsel tasandil, õppida tundma inimese energeetikat ja tõesti mõista haiguste tekkepõhjuseid siis olete väga oodatud!

LISAINFO:

Õpe toimub kooli ruumides Laki 19, Tallinn

KURSUSE MAHT: kevadkursuse maht 60 ak h.

ÕPETAJAD:

1. Lopsang Tenzing Lama, Tiibeti Meditsiini eraarst, terapeut. (Nepaali Tiibeti Meditsiini õppeasutuste litsentsid).

TOIMUMISE KOHT: OM Massaaž Tervise- ja Heaolu Keskus, Laki 19, Tallinn.

REGISTREERIMINE LOENGUTELE: registreerige kurusele kodulehel ommassaaz.ee koolituskalender: <https://ommassaaz.ee/koolitus/koolituskalender/>

ÕPPEKAVA RÜHMA NIMETUS: teraapia- ja taastusravi

Õppekava koostamise alus: Puudub

ÕPPEKESKKOND: Õppeklass on vaibaga, toolid, lauad, tahvel, projektor.

ÕPPEMATERJALIDE LOEND: - materjal on tiibeti keeles ja see võetakse läbi koos õpetajaga

LÕPETAMISE TINGIMUSED: Tunnistus väljastatakse koolitusel osalenuile soovi korral.

ÕPIVÄLJUNDID: Teoreetiline õpe. Õpilane teab Tiibeti Meditsiini baaspõhimõtteid, juurtantrat jm teoreetilisi ja praktilisi Tiibeti meditsiini oskusi vastavalt õppekavale. Oskab teha erinevaid väliseid teraapiaid, teab mis on pulsi- ja uriini diagnostika, algtasemel suudab mõista peamisi ravimeetodeid ja neid kasutada teraapiate tegemisel. Oskab analüüsida toitumist eri aastaaegadel. Oskab teha KuNye massaaži.

Kursuse läbimisel väljastatav dokument:

Tunnistus- kui õppija on läbinud hindamise ja saavutanud õpiväljundi/d,

KURSUSE LÕPETAMISE TINGIMUSED TUNNISTUSE

SAAMISEKS: Koolituse lõpus väljastatakse tunnistus neile, kes on osalenud vähemalt 80% tundidest ja tasunud õppemaksu täies ulatuses. Praktikatundides viibimine tuleb täita 100 %.

Tõend – kui õppija ei saavutanud õpiväljundit/deid.

Tiibeti Traditsioonilise meditsiini algkursuse tutvustus

KUS: OM Massaaž Tervise- ja Heaolu Keskuses, Laki 19, Tallinn.

MIS: Kursus on sissejuhatus Tiibeti Meditsiini baasõppesse ja tutvustab Tiibeti Meditsiini peamisi alustalasid ja põhimõtteid, annab ülevaate ajaloost ja peamistest õppesuundadest ja ravivõimalustest. Õpetab kõik vajaliku selleks kuidas teha kliendile terviklik teraapia, massaaž vm protseduur tervise parandamiseks.

Seda ravisüsteemi kutsutakse Tiibeti keeles: Sowa Rigpa ja 6000 aastat vana ravisüsteem toimib edukalt ka tänapäeval sest selgitab välja haiguste algpõhjuseid mida seeläbi on võimalik ka juuretasandil ravida ja mõista. Õpetus on äärmiselt kallihinnaline ja väärtuslik mis kantud õpetajalt õpilasele edasi iidsetest aegadest. Õpetus hõlmab sügavat teadmist inimese kehast ja meelest ja energiatega tasakaalust ja tasakaalutusest. Juthok Jõnten Gompo õpetus neljast tantrast on alustekst mille alusel õpitakse süsteemi tänapäevani. See õpetus hõlmab anatoomiat, füsioloogiat, Patoloogiat, embrüoloogiat, toitumisest, eluviisist, välistest ja sisemistest raviviisidest. Juurtantra on õpetuse esimene osa, mis annab ülevaate inimese ja tema ümbritseva omavahelisest seosest ja põhjustagajärg seaduspärasustest, meditsiin on lahutamatu seotud ka budistlike meetoditega läheneda kehale kui tervikule mille juhtivaks jõuks on inimese meel millest oleneb kas inimene on terve või haige. Sellele õppele lisanduvad praktilised õpitoad ja KuNye massaaži õppimine ja väga erinevate keha väliste teraapiate loeteluga saate tutvuda allpool.

Alates eriolukorra kehtestamisest 16.03-01.05.2020 meie riigis teostame Tiibeti Meditsiini terapeudi õppe veebi vahendusel!

Kõik Tiibeti Meditsiini huvilised, meie koolitus toimub vaatamata kriisiolukorrale interneti abiga. Kes soovib loengust osa saada siis tuleb alla laadida telefoni app Zoom või avada arvutis zoom.us, logida sisse, valida ülevalt Join a meeting, lisada sinna ülekande ID kood.. Enne loengut vähemalt 2 päeva enne registreerida ennast loengule info@ommassaaz.ee ja tasuda loengupäeva eest 30 eurot (aa: EE472200221066538586; Kolm Kalliskivi OÜ) ja Sulle edastatakse salasõna. Proovi see kõik enne loengu algust ära teha 30 min enne sest muidu võtab olulise aja loengust kui kõik alles hakkavad ennast sättima loengu alguse ajal. Loengupäevi saab võtta eraldiseisvana, kolmapäeval toimub järjelt seitsmes loeng 15nest kuid kuna teemad on iga päev erinevad ja väga huvitavad siis saab liituda igal ajal. Praktikapäev on 50 eurot. Oled väga oodatud liituma meiega.

Kursuse kestvus: 15 päeva, 60 ak/ h

Toimumisaeg: 14, 15, 19,20, 21,22, 25,26,27,28,29 märts; 2, 3, 4,5 aprill 2020.

KURSUSE SISU:

Tiibeti terapeudi õpitoa sissejuhatav programm: 1-15 päev

1. Keha moodustumine:

Anatoomia

1. Keha moodustumise põhjused
2. Tingimused mis abistavad arengut
3. Sündimise märgid
- 6 vitaalset organit
- 6 organit

Psühholoogia

Siseorganite süsteem

2. Kanalite- ja vereringe süsteem

3. Haavatavad punktid

4. Seedesüsteem, väljutus.

5. Definiitsioon

6. Keha ülesehitus, organid

7. Keha tuule, sapi, lima süsteem

8. Kolme kehaenergia omadused, liigid ja funktsioonid- tuul, lima sapp spetsiifiliselt. Keha koostisosade funktsioonid: 25.03.2020, Zoom keskkonnas kell 17.00-20.00.

9. Surma märgid: 26.03.2020, Zoom keskkonnas kell 17.00-20.00.

10. Haiguse põhjused. Haiguse tingimused: 27.03.2020, Zoom keskkonnas kell 17.00-20.00.

Toit ja käitumine. 28.03.2020, Zoom keskkonnas kell 10.00-13.00.

11. Kuidas meid mõjutavad aastaajad ja kuidas vastavalt sellega arvestada tervise seisukohast: 29.03.2020, Zoom keskkonnas kell 10.00-13.00.

12. Tiibeti meditsiini üldine ravi, üksikasjalik ravi: Zoom keskkonnas 1.04.2020 kl 17.00-20.00.

13. Tibeti KuNye massaaži teooria ja selle põhiolemus on seotud Tiibeti budismiga, visualisatsiooni oskusega jpm, arst räägib mis töövahendeid kasutatakse, mida vaja meie kehale panna, õli, rasv jne. Zoom keskkonnas 02.04.2020 kell 17.00-20.00.

14. Tiibeti KuNye massaaži praktika, tehnikad jm: 03.04.2020 kell 17.00-20.00 (aeg võib muutuda).

15. Tiibeti KuNye massaaži loeng- meditatsioon, kuidas puhastada kanalid, ebapuhas tuul, kuidas ennast kaitsta ja puhastada peale teraapiat jne: Zoom keskkonnas 05.04.2020 kell 10.00-13.00.

Kunye osa loengutes käsitletakse järgmisi teemasid: Milliseid õlised ja miks kasutada, õlide hoidmine ja kasutamine

- Abistavad liigeste liigutamised
- Massaažitehnikad
- Rindkere, käte ja jalgade lihaste käsitlemine
 - Vere ringlemise ja hingamise tehnikad
 - Ebapuhta tuule puhastustehnikad
 - Kogu kanalite süsteemi puhatus
 - Massaaži teostamine
 - Töökoha ja töövahendite ettevalmistus

Kutse- eetika- ja tööohutuse õppimine
Massaaži võtete ja -tehnikate õppimine
Massaaži näidustused ja vastunäidustused

- Tiibeti Meditsiini ehk Sowa Rigpa tutvustus, elemendid ja elementide süsteem
- Tiibeti terminoloogia
- Tantristlik süsteem
- Viis elementi ja "tendrel" ehk põhjuse ja tagajärje seadus

– Kolm kehaenergiat ja kehatüüpi. Tuule – rLungi, sapi – mKrispha ning lima ehk Badkan energiatega jaotus, talitlus ning paiknemine kehas. Nende tasakaalutusest põhjustatud terviseprobleemidest

2. Juurtantra– Tervise ja haiguse põhimõtted

1.1. Sissejuhatus nelja tantrasse- Juurtantra, Selgitav Tantra, Suuliste Juhiste Tantra ja Lõpetav Tantra.

Selgitus:

- Juurtantra on nõ sissejuhatus tiibeti meditsiini ja selle lühikokkuvõtte.
- Selgitavas Tantras räägitakse embrüoloogiast, anatoomiast, füsioloogiast, haiguste põhjustest ja levikuteedest, sümptomitest, käitumisest ja toitumisest põhimõtetest, ravimitest, meditsiinilistest instrumentidest, ravimise üldpõhimõtetest, arsti eetikast ja muust.
- Suuliste Juhiste Tantra on kõige mahukam ja käsitleb patoloogiat: erinevate kehaenergiatega tasakaalutused, sisehaigused, palavikud, ülakeha haigused, elutähtsate- ja õõnesorganite haigused, suguorganite haigused, üldhaigused, lastehaigused, naistehaigused, nähtamatute jõudude poolt põhjustatud haigused (s.h. vaimuhaigused), traumatoloogia, toksikoloogia, geriaatria, viljatus ja muud.
- Lõpetav Tantra on kõige praktilisem ja sisaldab: pulsidiagnostika, uriinidiagnostika, erinevad ravimvormid ja nende valmistamine, välispidised teraapiad ja protseduurid.

Õpetaja: Lobsang Tenzing Lama hakkas 17 aastaseks õppima Tiibeti Meditsiini oma õpetaja dr. Tshewang Dondrupi juures alustades 4 juurtantrast Nubri külas (Nepalis Tiibeti piiri lähedal asuv küla), peale õpetaja surma läks ta Tiibetisse õppima meditsiini oma arstist sugulase juurde mitmeks aastaks, ta käis seal suviti 3-6 kuud igal aastal. Ta praktiseeris meditsiini 23 eluaastast Tiibeti dr. Gelak Giatso juures 1,5 a tema Kliinikus Kathmandus. Peale seda aitas ta Nepaali külades igal aastal 2korda aastas vastu võtta 2000 patsienti tehes vabatahtlikku tööd. Kui

ta elas Nubri külas tegi ta kõik ravimid ise tehes seda tööd palju aastaid. Euroopa piirkonnast on käinud nt Venemaal 2 korda ja tegeles paljude patsientidega. Tal on töökogemust praktiseeriva ravijana 22 aastat. Ta on käinud koolides ja paljudel kursustel, siin mõned alljärgnevad: (Sertifikaadid) Sowa Rigpa Association Nepal; lõpetanud 5 aastase õppe Yuthok Sorig Medical Institute-is, Sowa Rigpa International College. Sowa Rigpa Association Nepali valitsus on andnud talle ka aukirja selle eest, et ta on aidanud paljusid inimesi heategevuslikus korras. Hetkel töötab: Phudrak Sorig Medical and Astrology Clinic (Meditstiini ja Astroloogia Kliinikus). Ta on auväärne ravitseja ja Tiibeti Meditsiini spetsialist kes on tulnud inimesi aitama oma teadmiste ja oskustega. Eravastuvõtu võimalus <https://lodeypemazhedpa.org/borneerimine/>.

Registreerimine koolitusele: palume registreerida koolitusele hiljemalt 21. veebruariks. Peale registreerumist saadetakse ettemaksuarve, mille õigeaegne tasumine garanteerib koha koolitusel. Kogu kursuse arve peab olema tasutud hiljemalt 1 kuu enne kursust, arve tasumine garanteerib koha õppegrupis.. Õppemaks tagastatakse täies mahus, kui osaleja teatab koolitusel mitteosalemisest 15 päeva või rohkem enne koolituse algust. Õppemaks tagastatakse 50% mahus, kui osaleja teatab koolitusel mitteosalemisest 14 päeva enne koolituse algust. Õppemaksu ei tagastata, kui osaleja teatab koolitusel mitteosalemisest 7 päeva enne koolituse algust, koolituse toimumise päeval või jääb teatamata koolitusele tulemata.

info@ommassaaz.ee

HIND: 750 eurot . Hind sisaldab koolitust, koolituseks vajalikke vahendeid ja teepause.

Koolitus on mõeldud kõigile terapeutidele, massööridele ja muudele idamaiste meditsiinisüsteemide huvilistele ja omab väga praktilist väärtust. Võib võtta iseseisvana nt kevad või sügiskursusena või osana Tiibeti Meditsiini- ja KuNye Massaaži 3 aastasest jätkukoolitusest. Kursuse läbinud saavad õppida edasi Tiibeti väliste teraapiate ja meditsiini jätkukursusel alates 2021/2022 aastal.

LISAINFO:

E-mail: info@ommassaaz.ee

Tel: 5518848

ommassaaz.ee

MUU INFO

ÕPPEKAVARÜHM: teraapia- ja taastusravi

ÕPPEKESKKONNA KIRJELDUS:

Ruumides toolid ja padjad istumiseks ning pabertahvel , toolid ja lauad, projektor.

ÕPPEMATARJALID: õpetaja materjalid mida vajadusel jagatakse kohapeal

ÕPIVÄLJUNDID:

Koolituse läbinu teab Tiibeti meditsiini peamisi suundi ja baastadmisi. Oskab kuruse lõpus teha KuNye massaaži .

Suudab oma klientidele pakkuda mitmekesist nõu toitumisest, tervsilikest eluviisidest.

Õppijale väljastatakse soovi korral tunnistus.

KURSUSE LÕPETAMISE TINGIMUSED TUNNISTUSE

SAAMISEKS: Koolituse lõpus väljastatakse tunnistus neile, kes on osalenud vähemalt 80% tundidest ja tasunud õppemaksu täies ulatuses. Praktikatundides viibimine tuleb täita 100 %.