

TRADITSIOONILISE TIIBETI MEDITSIINI ja

KuNye massaaži- ja väliste teraapiate jätkukursuse õppekava sügis 2020

Kevadkursuse õppekava maht kokku 60 ak/h

Kestvus: Õpe kestab 15 päeva ja algab 04.09.20.- 04.10.2020.

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 põhimõtteid ja terapeudid kes soovivad mitmekesistada oma teadmisi ja õppida ära KuNye massaaž ja erinevad välised teraapiad, toitumine ja kogu tervise käsitus preventioonist kuni ravini! Kuna Tiibeti KuNye massaaži teostamiseks on vaja teada Tiibeti Meditsiini baasteadmisi siis on see ühendukurusena eriti tõhus sest toetub teineteisel.

AJAKAVA

Toimumisaeg: 04.09.20.- 04.10.2020

R: 17.00-20.00

L: 10.00-13.00

P: 10.00-13.00

Hind: kevadkursuse hind 750 eurot kuni 1.08.20, peale seda 900 eurot (võimalik maksta kahes osas).

Võimalik loengutel osaleda ka päeva kaupa.

1 päev 60 eurot

Soodushind: neile kes on Nyingma Budismi Kogodus 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: sügiskursuse 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 ommassaaž.ee koolituskalender: <https://ommassaaž.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,

Tõend – kui õppija ei saavutanud õpiväljundit/deid.

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 %.

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, üsioloogiat, 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 tuvuda allpool.

KURSUSE SISU:

Kursus edasijõudnutele sügisel: september, oktoober 2020: Tiibeti Traditsiooniline meditsiin- KuNye massaaž,- teraapiad ja diagnoosimine.

Sellel kursusel käsitletakse väliseid kehateraapiaid ja uuritakse diagnoosimise põhialuseid: Diagnoosimise põhimõtted, sealhulgas pulsilugemise, keele- ja uriinivaatluse ning haiguste sümptomite baasteadmised, keha tundma õppimine, meeletundite tundma õppimine. Ps! Õpetaja liigub ajaliselt vastavalt grupi võimekusele, seetõttu jätame endale vabaduse otsustada teemade ja toimumiskuupäevade muutmist kursuse jooksul. Need teemad mis allolevalt on

loetletud võetakse läbi järjekorras, kui mõnene teemani ei jõua, jätkub kursus taas kevadel/sügisel 2021,2022 aastal.

Teemade kaupa:

1.1. Erinevad diagnoosimise liigid:

Uriinianalüüs

Pulsilugemine

Akupunktuuri ehk nõelravi alused.

Energiate tasakaalustamine, ravi, kaitse süsteemid jpm

1.2. Sapi, tuule ja lima õpetus

1.3. Vee analüüs

1.4. Kanalite analüüs

1.5. Kanalite paneeli analüüs

1.6. Tervise ja haiguste peamised printsiibid

1.7. Pulsi lugemise-, keele-, uriini ja haiguste sümptomite peamised analüüsimise printsiibid

1.8. Toidu ja eluviisiga teostatavad ravialused

1.9. Ravimtaimede abinõu printsiibid

1.10. Sisemiste teraapiate abinõud

Välimate kehateraapiate selgitus: Tiibeti Meditsiinis on kasutusel erinevaid väliseid teraapiaid. Välised teraapiad põhinevad energiade süsteemil (kuum, külm ja vibratsioonid jm). Õpetaja teeb ise valiku vastavalt õpilaste valmisolekule ja võtab läbi nii palju kui jõuab kevadisel kursusel, edasi läheme septembris 2020. Õpetatakse kuidas kasutada massaaži abivahendina tsoonide mõjutamiseks kive, teokarpe, oksi jm. Erinevad massaažitehnikad, punktide mõjutamine erinevatel eesmärkidel, leotamised, kompressid jm.

VÄLISTE TTM ja KUNYE MASSAAŽI TERAAPIADE LIIGID OSADE KAUPA

OSA 1 (sügiskursus)

- Kivimassaaž
- Moxa tehnikad ja punktid
- Moksibustsiooni ehk põletusteraapia 6 liiki
- Kuputeraapia, eri tüübid, märk, kuiv jne
- Bambuskepi teraapia
- Teokarpidega massaaž
- Kanalid ja energiakeskused (chakrad)
- Punktid kehal
- Kuumad ja külmad kompressid
- Erinevad veeteraapiad
- Astroloogia
- Diagnostika peamised alused

2. TTM ja Ku Nye Massaaž edasijõudnutele-puhastavad teraapiad osa 1

- Lühike sissejuhatus füüsilistele punktidele
- Sissejuhatus puhastavatele tehnikatele
- Üldine puhastus
- Praktiline puhastus
- Äge puhastus
- Pehme puhastus

3. Edasijõudnute TTM ja Ku Nye Massaaž - toitumine

- Traditsioonilise Tiibeti meditsiini süsteem toitumisest

4. Edasijõudnud: TTM ja Ku Nye Massaaž - Spetsiaalsed oksendamise teraapiad lima eemaldamiseks, osa 2

- Sissejuhatus TM oksendamise teraapiatesse
- Äge taimede baasil oksendamine
- Pehme oksendamine erinevate taimede abil

5. Edasijõudnud TTM ja Ku Nye Massaažis: nina tehnikad, teraapiad osa 3

- Nina teraapia ülevaade:
- Nina protseduuride kasulikkus
- Nina puhastustehnikad

6. Edasijõudnud TTM ja Ku Nye Massaaž- Metsa moxibutsioon, teraapiad osa 4

- Sissejuhatus moxibutsiooni ja punktide süsteemi
- Taime Moxa
- Puukepi moksha

7. Edasijõudnud TTM ja Ku Nye Massaaž- kuumad ja külmad kompressid, teraapiad osa 5

- Sissejuhatus külma- ja kuuma teraapiatesse
- Jääravi
- Soolaravi

8. Edasijõudnud TTM ja Ku Nye Massaaž – märjad teraapiad, leotamine (Lum), osa 6

- Sissejuhatus leotamise praktikasse (Lum)
- Naturaalne Lum

- Kunstlik Lum

9. Edasijõudnud TTM ja Ku Nye Massaaž- salviravi, teraapiad osa 7

- Sissejuhatus salviteraapiasse
- Erinevad õli salvitüübid

10. Edasijõudnud TTM ja Ku Nye Massaaž'kuputeraapia, osa 8

- Sissejuhatus kuputeraapiasse
- erinevad kupud
- sarvedega massaaž

11. Edasijõudnute TTM ja Ku Nye Massaaž, akupunktuur, teraapiad osa 9

- Sissejuhatus akupunktuuri ja punktide süsteemi
- Akupunktuuri tehnikad
- Tava nõel
- Kuldnõel

12. Edasijõudnute TTM ja Ku Nye Massaaž- Diagnostika peamised alused

Diagnoosimise alused, keha tundma õppimine, meeleelundite tundma õppimine.

Erinevad diagnoosimise liigid:

Uriinianalüüs

Pulsilugemine

Akupunktuuri ehk nõelravi alused.

Energiate tasakaalustamine, ravi, kaitse süsteemid jpm

Õpetaja: Lobsang Tenzing Lama hakkas 17 aastaselt 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 külates 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 (Meditiini 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 1. augustiks. Peale registreerumist saadetakse arve, mille õigeaegne tasumine garanteerib koha koolitusel. Kogu kursuse arve peab olema tasutud hiljemalt 1 kuu enne kursust. Õppemaks tagastatakse täies mahus, v.a 50 eurot registreerimise tasu, 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 registreerides ja tasudes kuni 01.08.2020, peale seda 900 eurot. Hind sisaldab koolitust 15 päeva (3h) päevas, 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 sügiskursusena või osana Tiibeti Meditsiini- ja KuNye Massaaži 3 aastasesest jätkukoolitusest. Saab osaleda ka päeva kaupa, päeva hind 50 eurot. 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.

ÕPPEMATERJALID: õpetaja materjalid mida vajadusel jagatakse kohapeal

ÕPIVÄLJUNDID:

Koolituse läbinu teab Tiibeti meditsiini peamisi suundi ja baastadmisi. Oskab kuruse lõpus teha KuNye massaaži ja tunneb erinevaid väliseid raviteraapiaid. Suudab oma klientidele pakkuda mitmekesist nõu toitumisest, tervsilikest eluviisidest ja abistada neid erinevate ravivõtetega.

Õppijale väljastatakse soovi korral tunnistus.