

Konsan Kartanon ohjelma, kevät 2022 (arkistoitu)

Tammikuu

Ma 24.1. klo 17.30-19.30 Hyvinvointi-ilta: Qigongia ja äänimaljarentoutus, Thea Mantsinen & Noomi Sakala

Hemmottele itseäsi Qigongilla ja äänimaljarentoutuksella Hinta 20 € Maksu: käteisellä tai Mobile Payllä paikan päällä (sis. Qigong-harjoituksia, niskahartia jumien itsehoitoa, äänimaljarentoutus, tee, alv) Paikka: Konsan kartanon Navetan vintti. Lisätiedot ja Hyvinvointi-iltaan ilmoittautuminen: p. 040 718 8864 / sähköposti: noomi.muru(at)gmail.com

Qigong – tie hyvinvointiin, jaksamiseen ja parempaan terveyteen

Qigong (kiinalainen terveysliikunta) on tuhansia vuosia vanhaa harjoitusmuoto Kiinasta, jossa yksinkertaisten harjoitusten avulla poistat tehokkaasti stressiä kehosta ja mielestä ja parannat keskittymiskykyä. Qigong edistää kokonaisvaltaista terveyttä ja hyvinvointia liikunta-, keskittymis- ja hoitomenetelmin. Qigong on oppi kehon energian ylläpidosta, vahvistamisesta ja elvyttämisestä. Harjoitukset ovat usein ulkoisesti yksinkertaisia, mutta vaikutuksiltaan syviä. Qigongia varten et tarvitse mitään varusteita. Tule sellaisena kuin olet. Vetäjä: Thea Mantsinen p. 050 413 8182 | <https://www.theamantsinen.fi>

Koe rentouttavien äänimaljojen värähtely

Uppoudu äänimaljojen lempeään sointiin, joka hoitaa kehoa ja mieltä. Äänimaljat värähtelevät taajuudella, joka auttaa sinua rentoutumaan ja hoitaa sinua solutasolla asti. Äänimaljat luovat upeita, nousevia ja laskevia ääniaaltoja, jotka auttavat aivojasi hidastamaan ja sinua pääsemään meditatiiviseen tilaan. Maljat myös vilkastuttavat aineenvaihduntaa ja rauhoittavat autonomista hermostoa. Voit ottaa mukaasi joogamaton ja viltin, jonka alla on mukava rentoutua kuunnellen rauhoittavaa äänimaljojen ääntä ja joiden avulla voit paeta hetkeksi arjen velvollisuuksia turvalliseen ja lämpöiseen rauhaan vailla huolia ja kiirettä. Vetäjä: Noomi Sakala, p. 040 718 8864

Helmi

Pe 11.2. klo 17.30-19.30 Hyvinvointi-ilta: Qigongia ja äänimaljarentoutus, Thea Mantsinen & Noomi Sakala

Hemmotelte itseäsi Qigongilla ja äänimaljarentoutuksella! **Hinta 20 €** Maksu: käteisellä tai Mobile Payllä paikan päällä (sis. Qigong-harjoituksia, niskahartia jumien itsehoitoa, äänimaljarentoutus, tee, alv) Paikka: Konsan kartanon Navetan vintti, Virusmäentie 9, Turku Ilmoittautuminen: p. 040 718 8864 | sähköposti: noomi.muru(at)gmail.com Qigongin vetää Thea Mantsinen ja äänimaljarentoutuksen Noomi Sakala (ks.tammikuun ma 24.1 hyvinvointi-illan esittely).

To 24.2. klo 18.30 Meditaatio on kultaa, Taavi Kassila

Meditaatio on kultaakin arvokkaampaa, sillä kaikki maallinen omaisuus jättää meidät kun kehomme kuolee, mutta energia, jota keräämme sieluamme meditaatiota harjoittamalla, seuraa mukana sielumme matkalla. Meditaatio tekee lisäksi jokaisesta päivästä onnellisemman, luovemman ja rakkaudellisemman. Samalla vaikutamme maailmaan hyvällä tavalla. Luento pohjautuu *Taavi Kassilan* uusimpaan teokseen ”*Meditaation kultainen kirja*”.

Turun henkinen keskus ry:n luentosarja. **Hinta: 6 € / 3 € jäsenet** (sis. yrttiteen). Paikka: Navetan vintti.

Maaliskuu

Ti 1.3. klo 17.30 - 18.30 Tutustuminen TimeLessBody -menetelmään, Merja Tuomola

Tunnin tutustuminen on ilmainen. Uusi kurssi alkaa ti 15.3. (ks. lisätiedot listasta alla) Ilmoittautumiset ja lisätiedot: merja.tuomola(at)amandum.fi tai p.040 565 7787.

La 5.3. klo 10-18 Vapaaksi kuoresta -päivä, Sanna Suutari ja Luke Hay

Päivän aikana tutustutaan käytännön kautta, mitä *Self Inquiry* on ja paneudutaan yleisesti kärsimyksen syihin. Erilaisten harjoitusten kautta opitaan, miten itseä koskevista tietoisista ja tiedostumattomista uskomuksista voi vapautua. Yhdessä tarkastellaan lisäksi eri pelkoja. Yleisesti päivä auttaa vapautumaan eri kärsimystä

tuottavista uskomuksista ja muistoista sekä niiden vaikutuksesta arkielämässä. Harjoituksilla on henkisen hyvinvoinnin lisäksi myös fyysisiä oireita parantava vaikutus. Sanna Suutari on itsetuntemus -ja ihmissuhdeohjaaja. Hän on teosten “Maailman lyhyin matka” ja “Kuoren läpi vapautteen” kirjoittaja. Luke Hay on sertifioitu *Living inquiry* -ohjaaja. Molemmilla on monen vuoden kokemus syvällisestä itsetuntemuksesta ja muiden tukemisesta tällä samaisella polulla.

Päivän aikana on lounastauko ja kahvitauko. Tuo mukanasasi lounasta (voi säilyttää ja lämmittää paikan päällä). Vaihtoehtona on syödä alakerran Navetta kortteliravintolassa. Talo tarjoaa kahvin/teen. Puhekieli on suomi. Osallistujamäärä on maks. 8 henkilöä ja ohjaajat (Sanna & Luke). Osallistumismaksu 95 €. Ilmoittautumiset: [sanna\(at\)vapaaksikuoresta.com](mailto:sanna(at)vapaaksikuoresta.com)

Jos sinulla on kysyttävää, otathan yhteyttä. ♥ Sanna & Luke
www.vapaaksikuoresta.com | www.freedomfromtheshell.com

Ma 14.3 klo 17.30-19.30 Hyvinvointi-ilta: Qigongia ja äänimaljarentoutus, Thea Mantsinen & Noomi Sakala

Hemmottele itseäsi Qigongilla ja äänimaljarentoutuksella! **Hinta 20 €**, maksu käteisellä tai Mobile Payllä paikan päällä (sis. Qigong-harjoituksia, niskahartia jumien itsehoitoa, äänimaljarentoutus, tee, alv). Paikka: Konsan kartanon Navetan vintti. Qigongin vetää Thea Mantsinen ja äänimaljarentoutuksen Noomi Sakala (Ks. tarkempi Hyvinvointi-illan esittely edellä 24.1.) Lisätiedot ja ilmoittautuminen: p. 040 718 8864 tai sähköpostilla [noomi.muru\(at\)gmail.com](mailto:noomi.muru(at)gmail.com)

Ti 15.3. klo 17.30–18.30 TimeLessBody -menetelmän peruskurssin aloitus, Merja Tuomola

Toiminnalista harjoittelua, kehonlinjausta - voimaa - elastisuutta
Virtaavat liikkeet tehdään lattialla niveliä kuormittamattomissa asennoissa. Koko keho päästä varpaisiin käydään läpi. Harjoitteluun yhdistyy hengitys, joka tehostaa liikettä. Aktivoidaan pienet ja suuret lihakset. Kimmoisuus ja elastisuus lisääntyvät jäsenissä. Niveliin saadaan voitelua. Ryhdin ja kehon linjaus kohenevat: tasapaino parantuu ja kehon kuuntelun taito kehittyy.

Peruskurssi pidetään tiistaisin 15.3.-12.4. klo 17.30-18.30. Paikka: Navetan vintti. hinta 70 €/ 5krt (sis ALV 10%) Myös Smartum ja Liikuntaseteli käyvät. Ilmoittautuminen ja lisätiedot: p.040 565 7787 | sähköposti: [merja.tuomola\(at\)amandum.fi](mailto:merja.tuomola(at)amandum.fi) . Jatkokurssi tiistaisin klo 18.40–19.55 (3.5. asti.) TimeLessBody- menetelmästä lyhyt esittely Sateenkaarisanomissa (nro 47, s.8).

To 17.3. klo 18.30 Bioresonanssiterapia – tasapainon lähteillä, Pirjo Haapakoski

Menetelmä on energialääketieteen suuntaus, josta on apua elimistön puhdistamisessa ja tasapainottamisessa. Siitä voi saada apua esimerkiksi suoliston ja vatsavaivoihin sekä allergioihin. Menetelmällä voidaan myös tarkistaa vitamiinien ja hivenaineiden tasapainotila, sekä mitata parhaiten soveltuvia ruoka-aineita. Turun henkinen keskus ry:n luentosarja. Hinta: 6 € / 3 € jäsenet (sis. yrittiteen). Paikka: Navetan vintti. Lisää aiheesta: <https://vaivaton.info>

Su 20.3.klo 12–18 Kevään joogajuhla, Henriikka Konki & Annika Symanowski

Pian koemme vuodenajan muutoksen talvesta kevääseen. Kevään Joogajuhlassa juhlistamme kevättä ja siihen liittyviä muutoksia jooga- ja meditaatioharjoitusten sekä luomistyön ja keskustelujen kautta. Tapahtumassa luot henkilökohtaisen unelmakartan, joka auttaa sinua lähitulevaisuuden unelmien ja tavoitteiden kirkastamisessa sekä muistuttaa sinua niistä tapahtuman jälkeenkin. Yhdessä vahvistamme unelmien toteutumista jakamispiirissä sekä voimaannuttavan rumpuseremonian avulla.

Osallistumismaksu 40 €/ hlö (sis. ohjaus, hedelmiä, välipalaa, teetä, unelmakarttamateriaalit, alv), maksetaan tilisiirrolla ohjeiden mukaan. Lisätiedot ja ilmoittautuminen: [henriikkakonki\(at\)gmail.com](mailto:henriikkakonki@gmail.com). Jos tapahtuma peruuntuu koronarajoitusten vuoksi, palautamme koko osallistumismaksun.

To 24.3 klo 18.30 Teosofinen ihmiskuva – osa 1, Irmeli Aijaskave

Irmeli Aijaskave luennoi teosofisesta ihmiskuvasta. Ensimmäisen osan aihe on *“Ihmisen rakenne ja tehtävä maailmassa”*. Turun henkinen keskus ry:n luentosarja. Hinta: 6 € / 3 € jäsenet (sis. yrittiteen). Paikka: Navetan vintti.

To 31.3. klo 18.30 Teosofinen ihmiskuva – osa 2, Irmeli Aijaskave

Irmeli Aijaskaven jatkoluento teosofisesta ihmiskuvasta. Toisen luennon aiheena on *“Kohtalo, kehitys, ryhmätyö”*. Turun henkinen keskus ry:n luentosarja. Hinta: 6 € / 3 € jäsenet (sis. yrittiteen). Paikka: Navetan vintti.

Huhtikuu

Su 3.4. klo 17.00–18.30 Kristalliäänimaljarentoutus, Satu Kekäläinen / Sagastina

Aluksi laulamme vokaalilaulua saadaksemme yhteyden itseemme ja toisiimme. Sitten kristalliäänimaljasoittoa ja lopuksi keskustelua äänihoitokokemuksista. Tuo mukanaesi vesipullo, alusta ja mahdollisesti tyyny ja peitto, että voit makoilla soiton ajan rentoutuen. Osallistumismaksu 20 €. Ilmoittautuminen 2.4. mennessä tekstiviestillä, p. 040 705 5774.

To 7.4. klo 18.30 Jälleensyntyminen ja kohtalo, Pentti Paakkola

Pentti Paakkolan luento ikiaikaisesta aiheesta, jälleensyntymisestä ja kohtalosta. Turun henkinen keskus ry:n luentosarja. Hinta: 6 € / 3 € jäsenet (sis. yrittiteen). Paikka: Navetan vintti.

Su 10.4. klo 10–16 Tarot-kurssi, Tuula Huhtala

Voit olla vasta-alkaja tai jo vähän Tarot-kortteihin tutustunut. Saat avuksesi kirjallisen materiaalin, mutta kurssilla aloitamme heti parityöskenteleyn. Näin asiat jäävät paremmin mieleen. Opit käyttämään intuitiota, värejä, symboleja ja oppikirjan sanomaa. Olen pitänyt Tarot-kursseja vuodesta 1997 lähtien. Käytän Tarot, sielun peili -kirjaa (Aleister Crowley'n Tarot-opas-kirjaa) sekä Crowley'n Thoth Tarot- kortteja. Voit opiskelupäivänä lainata minulta korttipakan, jos et vielä ole hankkinut omaa.

Omat lounasevääät mukaan! Kurssin hintaan sisältyy alussa ja iltapäivällä kahvi / tee. Kurssin hinta on 89 €. Etumaksu 40 € maksetaan 5.4. mennessä (tilille FI27 3939 0020 9869 49 ja loput 49€ paikan päällä käteisellä). Ilmoittautuminen: p. 041 707 1920 / sähköposti: tuula.huhtala(at)windowslive.com | <https://www.tarot-tuula.wordpress.com> | Instagram: @tarottuula.

Ma 11.4. klo 17.30–19.30 Hyvinvointi-ilta – Qigongia ja äänimaljarentoutus, Thea Mantsinen & Noomi Sakala

Hemmottele itseäsi Qigongilla ja äänimaljarentoutuksella. Qigongin vetää Thea Mantsinen ja äänimaljarentoutuksen Noomi Sakala. (ks. edellä 24.1.) Paikka: Navetan vintti. Ilmoittautuminen: p. 040 718 8864 tai sähköpostilla: noomi.muru(at)gmail.com ; Hinta: 20 €, maksu käteisellä tai Mobile Payllä

paikan päällä (sis. Qigong-harjoituksia, niskahartia jumien itsehoitoa, äänimaljarentoutus, tee, alv).

To 21.4. klo 18.30 Vihreää voimaa ravinnoksi luonnosta, Pirkko Kanerva

Pirkko Kanerva kertoo villiyrtytien hyödyntämisestä voimaravintona. Turun henkinen keskus ry:n luentosarja. Hinta: 6 € / 3 € jäsenet (sis. yrttiteen). Paikka: Navetan vintti.

To 28.4. klo 18.30 Veeda-kulttuuri, bhakti ja elämän tarkoitus, Johannes Kurki

Johannes Kurki: *“Koulutus, media ja länsimainen kulttuuri ohjaavat elämäämme tiettyyn suuntaan. Mutta on hyvä pohtia, onko se ainut vaihtoehto – ja onko se edes elämän tarkoitus.”* Turun henkinen keskus ry:n luentosarja. Hinta: 6 € / 3 € jäsenet (sis. yrttiteen). Paikka: Navetan vintti.

Toukokuu

Ke 4.5. klo 18 BodyMind Energy Balancing ja Auratransformaatio™, Sari Piilinen

Kuinka vapautua mielen rajoitteista ja tunnelukoista? Kuinka löytää oma voimansa? Kuinka vapautua kontrollintarpeesta?

Illan aikana kuulet BodyMind Energy Balancing - energiahoidosta ja Auratransformaatiosta™. Näiden hoitojen avulla voi tehokkaasti käsitellä tunnelukkoja ja uskomuksia sekä vapautua rajoitteista ja kontrollista. Tavoitteena on tasapainon ja oman voiman löytäminen. Tarjolla teetä ja kahvia. Ilmainen sisäänpääsy. Lämpimästi tervetuloa! | <https://hyvinvoinninvirtaus.fi>

To 5.5. klo 18.30 Ihmisen olemus ja persoonallisuus, Reijo Oksanen (etäluento)

“Jumala kirjoittaa hengellisiä salaisuuksia sydämeemme, jossa ne hiljaa odottavat löytämistä.” - Jalal al-Din Rumi

Turun henkinen keskus ry:n luentosarja. Hinta: 6 € / 3 € jäsenet (sis. yrttiteen). Paikka: Navetan vintti.

To 12.5. klo 18.30 Henkinen opastus meidän aikanamme, Seija Aalto ja Seppo Ilkka

Seija Aallon ja Seppo Ilkan luento: *Löydämmekö ohjausta matkalle Vesimiehen aikaan?* Turun henkinen keskus ry:n luentosarja. Hinta: 6 € / 3 € jäsenet (sis. yrittiteen). Paikka: Navetan vintti.

La 21.5. klo 12–17 Kylvöjuhlat Konsan Kartanolla

Myyntitorilla tarjolla maan antimia ja käden tuotteita sekä musiikkia. Kortteliravintolasta voi ostaa herkkuja kotiin vietäväksi tai paikan päällä syötäväksi. Myyntipöytien (20 €) varaukset: p. 044 592 9324.

HUOM. Tulethan tapaamisiin vain koronasta vapaana ja flunssasta oireettomana! Konsan Kartanolla järjestettäviin tapahtumiin sovelletaan ajankohtaisia valtakunnallisia kokoontumis- ja hygieniasääntöjä. Viime tilanteen tiedot kurssinvetäjältä tai Konsan Kartanolta p.044 592 9324.

