

Anthony William

TERVEYS-  
MEEDIO  
AUTTAA

Totuus sairauksista ja kuinka  
niistä voi parantua

Tammi

Anthony William

TERVEYS-  
MEEDIO  
AUTTAA

Totuus sairauksista ja kuinka  
niistä voi parantua

Esipuhe Alejandro Junger, M.D.

Suomentanut Heidi Tihveräinen ja Lauri Sallamo

Kustannusosakeyhtiö Tammi  
Helsinki

Kirjassa esitetyt tiedot, neuvot ja mielipiteet eivät perustu tieteellisesti tutkittuun tietoon vaan siihen, mitä kirjailija Anthony William kokee henkien hänelle kertoneen. Kirjaa ei ole tarkoitettu lääketieteelliseksi ohjekirjaksi, eikä sitä pidä käyttää sellaisena. Keskustele kaikista terveyteen tai sairauksien hoitoon liittyvistä asioista aina lääkärin tai lääketieteen ammattilaisen kanssa. Kirjailija, kustantaja ja suomenkielisen laitoksen julkaisija eivät vastaa kirjassa esiintyvistä virheellisistä, puutteellisista, vääristä tai harhaanjohtavista tiedoista eivätkä kirjassa esitettyjen neuvojen ja ohjeiden noudattamisen aiheuttamasta aineellisesta tai aineettomasta, suorasta, epäsuorasta, satunnaisesta, välittömästä tai välillisestä vahingosta taikka kirjassa esitettyjen neuvojen ja ohjeiden noudattamisen aiheuttamasta haitasta tai vahingosta terveydelle.

Englanninkielinen alkuteos *Medical Medium* ilmestyi 2015

### **MEDICAL MEDIUM**

Copyright © 2015 by Anthony William

Originally published in 2015 by Hay House Inc., USA

Suomenkielinen laitos

© Kustannusosakeyhtiö Tammi, 2016

Suomentanut Heidi Tihveräinen ja Lauri Sallamo / Lingustin Ay

Taitto Jukka Iivarinen / Vitale Ay

ISBN: 978-951-31-9047-7

Painettu EU:ssa

# SISÄLLYS

Esipuhe.....	7
Johdanto .....	11

## OSA 1: MITEN KAIKKI ALKOI

LUKU 1: Terveysmedion synty.....	19
LUKU 2: Totuus selittämättömistä sairauksista .....	39

## OSA 2: PIILEVÄ EPIDEMIA

LUKU 3: Epstein-Barr-virus, krooninen väsymysoireyhtymä ja fibromyalgia .....	53
LUKU 4: MS-tauti.....	75
LUKU 5: Nivelreuma .....	81
LUKU 6: Kilpirauhasen vajaatoiminta ja Hashimoton tauti .....	89

## OSA 3: MUIDEN SELITTÄMÄTTÖMIEN SAIRAUKSIEN AIHEUTTAJAT

LUKU 7: Aikuistyyppin diabetes ja hypoglykemia .....	101
LUKU 8: Lisämunaisten uupumus.....	111
LUKU 9: Candida-hiivasieni .....	121
LUKU 10: Migreeni .....	129
LUKU 11: Vyöruusu – koliitin, leukanivelen toimintahäiriön, diabeettisen neuropatian ja muiden sairauksien todellinen syy.....	141
LUKU 12: Aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö sekä autismi.....	153
LUKU 13: Posttraumaattinen stressihäiriö .....	167

LUKU 14: Masennus .....	181
LUKU 15: Kuukautisia edeltävä oireyhtymä ja menopaussi .....	193
LUKU 16: Lymen borrelioosi .....	209

#### OSA 4: PARANTUMISEN AVAIMET

LUKU 17: Toimiva ruoansulatus.....	233
LUKU 18: Myrkkujen poistaminen aivoista ja kehosta .....	255
LUKU 19: Vältettävät ruoka-aineet .....	273
LUKU 20: Hedelmäkammo .....	283
LUKU 21: 28 päivän puhdistuskuuri .....	297
LUKU 22: Meditaatiot ja menetelmät sielun parantamiseen .....	307
LUKU 23: Tärkeimmät enkelit .....	319

Jälkipuhe .....	331
Viitteet.....	333
Kiitokset .....	335

# ESIPUHE

Mistä kaikki tietosi ovat peräisin?

Olet oppinut suurimman osan tietämistäsi asioista perheeltäsi, ystävil-  
täsi, koulussa, kirjoista ja elämäkokemusten kautta. Nämä ovat asioita,  
jotka tiedät tietäväsi.

Sisälläsi on kuitenkin toisenkinlaista tietoa. Sinulla on esimerkiksi tieto  
siitä, että olet olemassa ja että sinä olet sinä. Tämä tieto on synnynnäistä.

On olemassa myös sellaista tietoa, josta on vaikeaa puhua sen takia,  
että useimmat pitävät sitä itsestäänselvyyttenä. Kehosi tietää, kuinka sen  
pitää toimia. Vaikket olisikaan sydänlääkäri, sydämesi osaa pumpata  
verta. Vaikket olisikaan gastroenterologi, vatsasi osaa sulattaa ruokaa ja  
käyttää sitä hyväkseen.

On myös tietoa, joka ilmenee tunteena, aavistuksena tai intuitionä.  
Tämä on korkeamman tason tietoa, joka tuntuu melkein pä maagiselta.  
Sen avulla voit ymmärtää asioita, joita et ole nähnyt tai joista et ole ennen  
kuullutkaan – ja se voi jopa pelastaa henkesi. Tällaiseen tietoon neuvo-  
taan luottamaan, mutta mistä se on peräisin? Kuinka se pohjimmiltaan  
toimii? Ja kuka päättää, milloin tieto lopulta välittyy sinulle?

Työskennellessäni tieteiden parissa minulle on teroitettu, että saan  
luottaa ainoastaan niihin asioihin, jotka voin havaita, mitata, testata ja  
toisintaa. Minulla on myös perhe, enkä voi mitenkään mitata rakkautta,  
jota tunnen vaimoani ja lapsiani kohtaan – ja siltikin se rakkaus on todell-  
lisempi ja monin verroin tärkeämpi kuin jokin mikroskoopilla tutkimani  
solu.

Aikojen alusta on kerrottu ihmisistä, joilla on ollut erityislaatuisia  
kykyjä – erilaista tietoa, joka tuntuisi melkein täyttävän ihmeen tunnus-  
merkit. Neroja, jotka oivaltavat uusia asioita tehokkaammin kuin tieto-  
koneet. Huippulahjakkuuksia kaikilla inhimillisen toiminnan alueilla,  
kuten esimerkiksi musiikissa, taiteessa ja urheilussa.

Olen hiljattain saanut kuulla henkilöistä, jotka kommunikoivat tuon-  
puoleiseen siirtyneiden kanssa. Näiden meedioiden sanotaan välittävän

kiehtovia viestejä, jotka eivät asiakkaiden kertoman mukaan voi olla peräisin muualta kuin heidän kuolleilta läheisiltään. Yksi kaikkien aikojen suosikkikirjoistani on Brian Weissin *Many Lives, Many Masters*. Tri Weiss hypnotisoi potilaitaan, jotka palaavat aiempiin elämiinsä ja jopa elämien välisiin tiloihin, joissa henkioppaat välittävät ainutlaatuisia viestejä. Näillä istunnoilla on potilaisiin valtavan tervehdyttävä vaikutus.

On myös parantajia. On miehiä ja naisia – jotkut heistä ovat kuuluisiakin – joilla sanotaan olevan kyky palauttaa sokeille näkönsä, vammautuneille liikuntakykynsä ja sairaille terveytensä. Tällaiset parantajat kiehtovat minua kaikkein eniten. Kenties hieman kateudenkin takia. Olisin ikionnellinen, jos pystyisin parantamaan muita pelkällä kosketuksella. Ryhtyisin parantamaan ihmisiä oikein urakalla ja aloittaisin lastensairaaloista.

Kun kuulen henkilöstä, jolla on erityinen parantamisen lahja, haluan heti tavata hänet ja verkostoitua hänen kanssaan. Haluan kokea hänen kykynsä itse, ohjata potilaita hänen luokseen ja toivottavasti oppia saman kyvyn itsekin. Tällä tavalla olen saanut tutustua Anthony Williamiin.

Muutama vuosi sitten minulla oli päivittäin kipuja vatsan seudulla, ja ultraäänitutkimuksessa maksassani havaittiin kasvain. Magneettikuvauksessa asia varmistettiin, ja lisäksi löydettiin turvonneita imusolmukkeita nivusten alueelta. Hätäännyin ja varasin ajan näytepalan ottoon, ja toimintepäivää odotellessani minulle annettiin Anthonyn numero. Sain sovitua nopeasti tapaamisen, mutta olin tuskin ehtinyt avata suutani, kun hän jo kertoi minulle maksastani – ja ennusti oikein biopsian tuloksetkin. Mikä tärkeintä, hän määräsi minulle ravintolisiä ja ruokia, joilla vatsakipuni loppuivat heti – kivut eivät olleetkaan liittyneet millään tavalla maksan kasvaimeen, joka olikin vanha hyvänlaatuinen kysta, jota ei vain ollut aiemmin löydetty.

Olen kääntynyt tämän jälkeen Anthonyn puoleen myös vaimoni ja lasteni terveyshuolien vuoksi ja saanut aina hyödyllisiä neuvoja. Olen myös ohjannut monta uteliasta ja avomielistä asiakastani hänen vastaanotolleen ja saanut jokaiselta hyvin positiivista palautetta hänen työstään. Saat tehdä oman tulkintasi siitä, mistä hänen tietonsa on peräisin. Minä uskon, että se on peräisin samalta aaltopituudelta kuin intuitiokin, mutta signaali on vain voimakkaampi. Anthony itse asiassa kuvaileekin sitä äänenä, joka puhuu hänelle.

Kun Anthony kertoi kirjoittaneensa kirjan, en ollut pysyä nahoissani. Vihdoinkin joku parantamisen lahjan saanut henkilö puhui tarkemmin kyvystään, omasta menneisyydestään ja kokemuksistaan. Kirjan lukeminen

oli tajunnan räjäyttävä kokemus. Kirja on etevästi kirjoitettu, vilpitön, mielenkiintoinen, konstailematon ja kiehtova. Minun oli pakko suorastaan ahmia se, ja olen onnellinen puolestasi, sillä nyt sinä saat kokea saman. Pääset tutustumaan todellisen parantajan mieleen ja sieluun, mikä on huikeampaa kuin avaruusmatkailu.

Toivottavasti nautit tästä kirjasta yhtä paljon kuin minäkin.

Rakkaudella,

Alejandro Junger, M.D.

*New York Timesin* myydyimpien kirjojen listalle yltäneiden teosten *Puhdas keho* ja *Puhdas suolisto* kirjoittaja



# JOHDANTO

Tuntuuko ristiriitainen terveystieto hämmentävältä? Haluaisitko vain yhden selkeän oppaan?

Pelottaako sinua syövän kaltaisten tautien yleistyminen ja etsitkö tapoja niiden ehkäisemiseksi?

Haluatko pudottaa painoa? Haluatko näyttää nuoremmalta, voida paremmin ja olla energisempi? Haluatko auttaa oireilevaa läheistä? Haluatko huolehtia perheesi hyvinvoinnista?

Oletko kokeillut kaikenlaista, eikä vointisi ole siltikään niin hyvä kuin haluaisit? Haluatko varmistua, ettet ole kuvitellut tai aiheuttanut itse kärsimystäsi?

Haluatko tuntea olosi jälleen normaaliksi? Kaipaako elämääsi selkeyttä ja tasapainoa? Haluatko saada tukea henkimaailmasta ja hyödyntää sisäisiä voimavarojasi?

Haluatko kohdata uuden vuosituhannen haasteet rohkein mielin?

Siinä tapauksessa tämä kirja on sinua varten. Näitä vastauksia et löydä mistään muualta.

Kirjani lähestymistapa on täysin uudenvuorokainen. Siinä ei ole sitaatteja ja tutkimusviittauksia toisensa perään, sillä tämä tieto on aikaansa edellä ja peräisin suoraan taivaasta. Kun mainitsen numeroita ja muita tilastotiedoilta kuulostavia yksityiskohtia – esimerkiksi tietystä vaivasta kärsivien ihmisten määrän – tiedot ovat peräisin Hengeltä. Kerron lähteestäni tarkemmin luvussa 1 (”Terveysmeedion synty”). Niissä harvoissa tapauksissa, kun Henki on ohjannut minut hakemaan tietoja maallisista lähteistä, olen merkinnyt ne alaviitteisiin. Tieteessä on ymmärretty joitakin niistä asioista, joista tässä kirjoitan, mutta tieteellä on vielä paljon löydettävää. Kaikki näillä sivuilla jakamani tieto on peräisin korkeammalta taholta, myötätunnon syvimmästä olemuksesta, joka tahtoo jokaisen parantuvan ja hyödyntävän omia voimavarojaan kaikin tavoin.

Kirjassa paljastetaan monta Hengen suurimmista hyvinvoinnin salaisuuksista. Hengellä on vastaus jokaiselle, joka on saanut kärsiä kroonisesta

tai selittämättömästä sairaudesta, jota lääkärit eivät ole onnistuneet selvittämään.

Tämä kirja ei kuitenkaan ole pelkästään sairaita varten. Se on tarkoitettu kaikille maailman ihmisille.

Terveysvillityksiä tulee ja menee. Suosituin niistä vetoaa kerralla hyvin suureen joukkoon ihmisiä. Sitten tulee uuden suuntauksen vuoro, vanha hiipuu, ja olemme liian humaltuneita uutuudenviehätyksestä tajutaksemme, että uudessa villityksessä toistetaan kaikki samat väärinkäsitykset kuin vanhassakin. Vuosikymmenten vierieissä unohdamme edellisten sukupolvien virheet, ja historia toistaa itseään.

Muut terveysoppaat keksivät tarttuvia nimiä iänikuisen vanhoille teorioille ja myyvät niitä uusissa kansissa, mutta näillä sivuilla on annettu parannusoppi, jonka Henki paljastaa ensimmäistä kertaa.

## HERÄÄMINEN

Henki kutsuu nykyistä ajanjaksoamme *Heräämiseksi*. Yhteiskunta ei ole koskaan aiemmin muuttunut yhtä nopeasti.

Teknologia on mullistanut käytännössä koko elämämme. Elämme ajassa, jossa hurjimmatkin unelmat voivat toteutua.

Tässä ajassa piilee myös vaara. Aina kun olemme saaneet käsiteltyä jonkin uutisen, tieto on jo vanhentunutta. Meillä on niin kova kiire, että koemme tarvetta olla aina ajan hermolla. Ajantasaista tietoa on aina saatavilla, ja se tuo mukanaan entistä suurempia vaatimuksia, velvollisuuksia ja terveysuhkia. Salamannopean kehityksen käänköpuolena on joskus ennalta arvaamaton haavoittuvuus.

Nämä muutokset vaikuttavat koko ihmiskuntaan, ja naiset joutuvat erityisesti kärsimään niistä. Nykypäivänä suurimmat odotukset kohdistuvat naisiin, ja heidän kehonsa joutuvat usein koetukselle. Kroonisista sairauksista puolestaan on tullut laaja-alainen ongelma niin naisille kuin miehillekin.

Jos emme patoa väärän tiedon tulvaa, pyri ymmärtämään esi-isiemme ja -äitiemme koettelemuksia ja muuta suuntaamme, tulevat sukupolvet joutuvat kärsimään turhaan. Pysyäksemme muutoksen aallonharjalla ja selviytyäksemme meidän täytyy sopeutua. Ainoa keino siihen on terveyden varjeleminen.

Tällä hetkellä terveysoppaissa neuvotaan lukijoita poistamaan inflammatoriset ruoka-aineet ruokavaliostaan – ja siinä se. Oppaat eivät selitä

autoimmuunisairauksien tai kroonisten vaivojen syitä eivätkä pyri selvittämään, kuinka ongelmien aiheuttajista voidaan päästä eroon. Tämän takia ihmiset eivät tervehdy.

Lääkäreitä hämmentäville sairauksille on kuitenkin olemassa aitoja selityksiä, ja on myös tehokkaita keinoja selvittää nykyajan meille asettamista haasteista.

Tämä kirja on opas, jonka avulla voit vihdoinkin vapautua. Olen kirjoittanut sen, jotta voisit todella parantua ja pysytellä loitolla terveyteen ja hyvinvointiin liittyvistä villityksistä, puolitotuuksista, vääristä tiedoista, epäolennaisuuksista sekä epärehellisyydestä. Olen kirjoittanut sen, jotta voisimme auttaa lapsia kasvamaan terveiksi aikuisiksi.

En ole millään tapaa tiedettä vastaan. En epäile sitä, että meidät on rakennettu atomeista, tai sitä, että maapallo on miljardeja vuosia vanha, tai tieteellisen menetelmän hyödyllisyyttä. On täysin varmaa, että ennen pitkää tiedeyhteisökin tunnustaa tietoni ja tämän kirjan sisältämät salaisuudet oikeiksi.

Jos joku perheenjäsenistäsi on kuitenkin sairas, onko sinulla aikaa odottaa vastauksia 20, 30 tai 50 vuotta? Haluatko katsella tyttäresi tai poikasi varttuvan ja kärsivän samoista terveysongelmista ja lääketieteen rajoituksista kuin sinäkin?

Sen vuoksi nyt on oikea hetki julkaista tämä kirja – jotta *sinä* saisit lukea sen heti.

## LUKUOHJEITA

Sinulla voi olla tämän kirjan lukemiselle monia syitä. Olet saattanut saada lääkäritä diagnoosin ja haluat selvittää, mitä se todellisuudessa tarkoittaa. Sinulla saattaa olla oireita, joita et osaa nimetä, ja yrität löytää vastauksia. Kenties olet terveysalan ammattilainen tai sairastavan henkilön läheinen ja haluat oppia parhaan tavan auttaa. Tai ehkä olet vain ylipäättään kiinnostunut ihanteellisesta terveydestä ja hyvinvoinnista ja haluat oppia hyödyntämään voimavarojasi ja ymmärtämään elämäntarkoituksesi.

Tässä kirjassa on jokaiselle jotakin riippumatta siitä, mitä ruokavaliota, laihdutuskuuria tai ravitsemusnäkemystä noudattaa. Kirjasta on hyötyä jokaiselle, joka haluaa tutustua kehittyneimpään tietoon, jota parannuksesta on saatavilla.

Kirjan rakenne on seuraavanlainen: Osassa 1 ("Miten kaikki alkoi") kerrotaan taustastani ja pyrkimyksistäni. Selitän, millainen yhteysteni Henkeen

on, ja kerron elämäntyöstäni, jonka tarkoitus on auttaa ihmisiä toipumaan selittämättömistä oireista, parantumaan kokonaisvaltaisesti ja ehkäisemään muita vaivoja. Puhun myös *selittämättömistä sairauksista* ja kerron, miksi ne ovat paljon yleisempiä kuin kukaan ymmärtää.

Ymmärtäminen ja tieto ovat tehokkaimmat keinot toipumiseen, joten kirjan kaksi keskeisintä osaa on omistettu tositarinoille kymmenistä eri vaivoista ja niiden syistä.

Osa 2 (*"Piilevä epidemia"*) käsittelee Epstein-Barr-virusta. Se on liian usein huomiotta jätetty taudinaiheuttaja, joka salaa aiheuttaa useita vakavia sairauksia, kuten fibromyalgiaa, kroonista väsymysoireyhtymää, MS-tautia, nivelreumaa ja kilpirauhassairauksia. Epstein-Barr-viruksen eri kannat ja virusinfektion eri vaiheet vaivaavat ihmisiä – erityisesti naisia – niin monenlaisilla tavoilla, että sitä voidaan kutsua kaikkien selittämättömien sairauksien äidiksi.

Osassa 3 (*"Muiden selittämättömien sairauksien aiheuttajat"*) käsitellään muita väärinymmärrettyjä terveysongelmia ja kuvaillaan niiden yllättäviä erityyppisiä aiheuttajia. On korkea aika, että tämä tieto saadaan vihdoin laajemmin yleisön käsiin.

Olen lisännyt kummassakin osassa jokaisen luvun loppuun tarkoin räätälöityjä neuvoja paranemiseen, esimerkiksi sairauskohtaisia ruoka- ja ravintolisäsuosituksia. Keskustele ravintolisien annostuksesta erikseen lääkärisi kanssa.

Kirjan päättää osa 4 (*"Parantumisen avaimet"*), jonka neuvojen avulla alat hehkua terveyttä. Nämä tiedot ovat terveysalan palapelistä puuttuvat palaset. Osassa 4 käsitellään toipumista, vaivojen ehkäisemistä ja itse-tuntemusta. Löydät sieltä varmasti avun, oli tavoitteesi sitten sairaudesta toipuminen, hyvinvoinnin lisääminen tai omien voimavarojen löytäminen. Kerron muun muassa ruoansulatuksen parantamisesta, parantavasta puhdistuskuurista, piilevistä haitallisista ruoka-aineista, maapallon parantavimmista ruoista, erilaisista tavoista puhdistaa kehoa sekä hengellisistä tekniikoista, joiden avulla voit hoitaa sieluasi meditoimalla ja kutsumalla enkeleitä avukseksi.

Kirjastani löydät lukuisia kertomuksia siitä, kuinka asiakkaani ovat päässeet – joskus kirjaimellisestikin – takaisin jaloilleen kamppailtuaan terveydellisten ja hengellisten ongelmien kanssa. Vaikka olenkin muuttanut kaikki nimet ja tunnistettavat yksityiskohdat, jokaisen asiakkaani kokemuksen ydin on ennallaan. Toivon, että jokainen esimerkkitapaus lohduttaa, osoittaa, ettet ole yksin, ja valaa uskoa omaan kirikkaaseen tulevaisuuteesi.

Tämä *Heräämisen* aika ei merkitse pelkästään elämän rytmin kiihtymistä vaan myös uudelleensyntymää.

Uusi maailma tekee tuloaan. Jos haluamme pysyä kyydissä joutumatta nopeaan muutokseen liittyvien vaarojen uhriksi, meidän on sopeuduttava.

Tämän kirjan jokaisen sanan tarkoitus on auttaa sinua siinä prosessissa.

Minun tehtäväni on auttaa ihmisiä parantumaan. Olen auttanut kymmeniä tuhansia ihmisiä parantumaan kokonaan vaivoistaan, ehkäisemään muita sairauksia sekä elämään täyttää elämää, ja nyt haluan jakaa neuvoni koko maailmalle.

Puhun kirjassani paljon ”terveysalasta”. Tarkoitan sillä sekä perinteistä että vaihtoehtoista lääketiedettä, mutta myös uudempia integratiivisen ja funktionaalisen lääketieteen haaroja. En pidä niistä mitään muita parempana enkä myöskään yritä syyllistää ketään. Tämän kirjan sisältämä tieto on neutraalia ja terveysalasta riippumatonta. Tärkeintä on, että alan ammattilaiset ja parantajat saavat tiedon käsiinsä ja oppivat auttamaan entistä useampia ihmisiä. Tärkeintä on, että *sinä* saat tämän tiedon käsiisi ja opit, kuinka voit parantaa itsesi. Tärkeintä on totuus.

Emmekö me kaikki etsi totuutta? Totuutta maailmasta ja maailman-kaikkeudesta. Totuutta itsestämme ja elämästä. Miksi me olemme täällä? Mikä meidän tarkoituksemme on?

Kärsiessämme sairaudesta alamme kyseenalaistaa itseämme. Tunnemme olevamme irrallamme elämästä ja siitä tarkoituksesta, joka meillä maan päällä on. Kyseenalaistamme perustavanlaatuisia totuuksia, kuten kehomme kyvyn parantua, koska emme vielä ole ymmärtäneet, mikä on todellisuudessa aiheuttanut sairautemme. Juoksemme lääkäriltä toiselle ja haemme vastauksia terveysalan kentän eri laidoilta. Menetämme uskomme elämään.

Tervehtyessämme epäily kuitenkin haihtuu. Olemme energisiä ja voimme keskittyä omaan tarkoitukseemme. Huomaamme muutoksen itsessämme ja alamme taas uskoa elämän hyvyyteen. Olemme jälleen kosketuksissa maailmankaikkeuden lakeihin, kuten uudistumiseen.

Totuus maailmasta, meistä itsestämme, elämästä ja sen tarkoituksesta pohjautuu lopulta aina parantumiseen.

Ja totuus parantumisesta on nyt sinun käsissäsi.

OSA 1

MITEN  
KAIKKI  
ALKOI

# Terveysmeedion synty

Paljastan tässä kirjassa totuuksia, joita et löydä mistään muualta. Lääkärisi ei tunne niitä, eikä niitä löydy sen paremmin muista kirjoista kuin netistäkään.

Nämä salaisuudet näkevät nyt päivänvalon ensimmäistä kertaa.

En ole lääkäri. En ole opiskellut lääketiedettä. Mutta siltikin osaan kertoa sinulle terveydestäsi asioita, joita muut eivät tiedä. Osaan selittää kroonisia ja selittämättömiä sairauksia, joita lääkärit usein diagnosoivat ja hoitavat väärin ja lokeroivat tiettyjen nimikkeiden alle, vaikkeivät he edes täysin ymmärrä oireiden aiheuttajia.

Tietojeni avulla olen auttanut ihmisiä parantumaan lapsuudestani lähtien. Nyt aion jakaa nämä salaisuudet sinun kanssasi.

Henki on kertonut minulle, että niin on tarkoitettu.

## ODOTTAMATON VIERAS

Tarinani alkaa, kun olin neljävuotias.

On sunnuntaiamu, ja kuulen herätessäni vanhemman miesäänen.

Hänen äänensä on hyvin kirkas, ja kuulen sen aivan oikean korvani vieressä.

Hän sanoo: ”Minä olen Korkeimman Henki. Minun yläpuolellani on vain Jumala.”

Hämmennyn ja hätäänny. Onko huoneessani joku? Avaan silmäni ja katselen ympärilleni, mutten näe ketään. *Ehkä joku puhuu ulkona tai kuuntelee siellä radiota, ajattelen.*

Nousen vuoteestani ja kävelen ikkunan luo. Ulkona ei näy ketään – on vielä liian varhainen aamu. Minulla ei ole mitään käsitystä, mitä on tekeillä, enkä ehkä haluaisikaan ymmärtää.

Juoksen alakertaan turvaan vanhempieni luo. En mainitse äänestä mitään. Päivän edetessä sisälläni kuitenkin kasvaa tunne, että minua tarkkaillaan.

Illan suussa asetun istumaan ruokapöydän ääreen. Seurassani ovat vanhempani, isovanhempani ja muutama muu sukulainen.

Syödessämme näen yhtäkkiä vieraan miehen seisomassa mummin takana. Hänellä on harmaat hiukset ja harmaa parta ja yllään ruskea kaapu. Oletan, että hän on joku perheen tuttava, joka on tullut syömään illallista kanssamme. Hän ei kuitenkaan istuudu vaan seisoo edelleen mummin takana... ja katselee vain minua.

Kun kukaan sukulaisistani ei reagoi mitenkään hänen läsnäoloonsa, alan hiljalleen tajuta, ettei kukaan muu näe häntä. Käännän katseeni kokeillakseni, katoaako hän sillä välin. Kun käännän taas pääni, hän tuijottaa minua edelleen. Hänen suunsa ei liiku, mutta kuulen hänen äänensä oikean korvani vieressä. Ääni on sama, jonka olin kuullut herätessäni. Tällä kertaa hän sanoo rauhoittavalla äänellä: "Olen täällä sinua varten."

Lopetan syömisen.

"Mikä hätänä?" äiti kysyy. "Eikö sinulla ole nälkä?"

En vastaa vaan katselen miestä, joka kohottaa nyt oikean kätensä ja viittilöi minua mummin luo.

Vaistoni käskee minua noudattamaan hänen ohjeitaan, joten nousen tuoliltani ja kävelen mummin viereen.

Mies tarttuu käteeni ja asettaa sen isoäidin rintakehän päälle hänen ruokaillessaan.

Isoäiti hätkähtää. "Mitä sinä oikein teet?" hän kysyy.

Harmaa mies katsoo minua. "Sano 'keuhkosyöpä'."

Olen ällikällä lyöty. Enhän edes tiedä, mitä keuhkosyöpä tarkoittaa.

Yritän lausua sanan ääneen, mutta suusta tulee pelkkää muminaa.

"Yritä uudelleen", mies käskee. "Keuhko."

"Keuhko", toistan.

"Syöpä."

"Syöpä", saan sanottua.

Koko perheeni tuijottaa nyt minua.

Minä katselen edelleen harmaata miestä.

"Sano nyt, että mummilla on keuhkosyöpä."

"Mummilla on keuhkosyöpä", sanon.

Kuulen, kun haarukka tipahtaa pöydälle.

Harmaa mies vetää käteni mummin rintakehältä ja asettaa lempeästi alas. Sitten hän kääntyy ja alkaa nousta portaita, joita ei vielä hetki sitten ollut.



Hän kääntyy katsomaan minua ja sanoo: "Tulet kuulemaan minut aina, muttet välttämättä enää näe minua. Älä turhaan murehdi." Hän jatkaa portaiden kiipeämistä ja astelee lopulta talon katon lävitse – ja sitten häntä ei enää näy.

Mummi tuijottaa minua. "Kuulinkohan äsken ihan oikein?"

Pöydän ympärillä vallitsee hätäntynyt tunnelma. Tapahtunut vaikuttaa monestakin syystä käsittämättömältä – esimerkiksi siksi, että mummilli ei tietääksemme pitäisi olla mitään vaivoja. Hän ei ole havainnut mitään terveysongelmia eikä myöskään ole käynyt viime aikoina lääkärillä.

Seuraavana aamuna herään... ja kuulen jälleen äänen: "Minä olen Korkeimman Henki. Minun yläpuolellani on vain Jumala."

Kuten edellisaamunakin, katselen ympärilleni mutten näe ketään.

Sen jälkeen sama on toistunut joka aamu, poikkeuksetta.

Sanani järkyttivät mummia. Vaikka hänellä onkin hyvä olo, hän päättää varata ajan terveystarkastukseen.

Muutaman viikon kuluttua hän käy lääkärin vastaanotolla – ja röntgenkuvista selviää, että hänellä on keuhkosyöpä.

## ÄÄNI

Salaperäisen vierailijan tervehtiessä minua joka aamu alan pikku hiljaa kiinnittää huomiota siihen, millainen hänen äänensä on.

Hänen kristallinkirkas äänensä on jossakin baritonin ja tenorin välimaastossa – matalahko, muttei kuitenkaan erittäin matala. Siinä on syvyyttä ja resonanssia. Vaikka hän puhuukin aivan oikean korvani vieressä, ääni tuntuisi tulevan kaikkialta.

On vaikeaa päätellä, minkä ikäinen hän on. Välillä hän kuulostaa poikkeuksellisen hyväkuntoiselta ja terveeltä 80-vuotiaalta, mikä sopisi-kin illallispöydässä näkemääni harmaaseen mieheen. Joskus taas hän kuulostaa tuhansia vuosia vanhalta.

Ääni on tavallaan rauhoittava, mutta en osaa tottua hänen läsnäoloonsa.

Muutkin meediat kuulevat toisinaan sisäisiä ääniä, mutta tämä ääni ei ole sisäinen. Ääni kuuluu aivan oikean korvani vieressä aivan kuin joku seisoi vieressäni. En pysty hiljentämään sitä tahdonvoimalla.

Voin kuitenkin vaimentaa ääntä fyysisesti. Kun asetan käteni korvan eteen, ääni vaimenee selvästi. Heti kun siirrän käteni pois, ääni kuuluu taas normaalisti.

Pyydän, ettei hän puhuisi enää minulle. Ensin pyydän kohteliaasti, sitten vähemmän kohteliaasti.

Toiveillani ei ole kuitenkaan väliä. Hän puhuu minulle aina kun haluaa.

## KORKEIMMAN HENKI

Alan puhutella ääntä Korkeimman Henkenä. Välillä kutsun häntä vain *Hengeksi*, välillä *Korkeimmaksi*.

Kun olen kahdeksanvuotias, Henki puhuu minulle jo aamusta iltaan. Hän kertoo minulle kaikista kohtaamistani ihmisistä, millainen heidän terveydentilansa on.

Missä ikinä olenkin tai mitä ikinä teenkin, Henki kertoo minulle kaikkien lähellä olevien kivuista, vaivoista ja sairauksista, ja hän kertoo minulle myös, mitä henkilön paraneminen vaatisi. Jatkuva ja armoton henkilökohtaisen tiedon tulva tuntuu todella raskaalta.

Pyydän Hengeltä, ettei hän kertoisi minulle asioita, joita en haluaisi tietää.

Hän kertoo yrittävänsä opettaa minulle mahdollisimman paljon ja ettei meillä ole paljon aikaa. Sanon, että hän on liian vaativa, mutta hän ei välitä.

Opin, että hänen kanssaan kuitenkin on mahdollista keskustella. Kun olen riittävän vanha kysyäkseni perustavanlaatuisia kysymyksiä, tiedustelen: "Kuka sinä olet? Mikä sinä olet? Mistä sinä olet peräisin? Miksi sinä olet täällä?"

Henki vastaa: "Ensin kerron sinulle, mikä minä en ole."

"Minä en ole enkeli. Enkä minä ole henkilö. En ole koskaan ollut ihminen. En ole myöskään 'henkiopas'."

"Minä olen *sana*."

Räpyttelen silmiäni, kun yritän ymmärtää kuulemaani. En keksi muuta, joten kysyn: "Mikä sana?"

Henki vastaa: "Myötätunto."

En tiedä, mitä sanoisin. Mutta minun ei tarvitsekaan puhua, sillä Henki jatkaa: "Minä olen sanan *myötätunto* ruumiillistuma. Minun paikani on Jumalan sormenpäissä."

"Henki, minä en ymmärrä. Oletko sinä Jumala?"



"En", ääni vastaa. "Jumalan sormenpäissä on sana, ja se sana on myötätunto. Minä olen se sana. Elävä sana. Sana Jumalaa lähinnä."

Pudistan päätäni. "Kuinka sinä voit olla pelkkä sana?"

# KANSAINVÄLISESTI TUNNETTU TERVEYSMEEDIO ANTHONY WILLIAM KERTOON, KUINKA JOKAINEN VOI PARANTAA OMAA TERVEYTTÄÄN!

Terveysmeedio Anthony William kykenee diagnosoimaan ällistyttävän yksityiskohtaisesti ihmisten sairauksia. Nyt hän antaa selkeitä neuvoja, joilla meistä jokainen voi elää terveemmin. Kirjassa kerrotaan, kuinka ruokavaliota ja elämäntapoja muuttamalla voi saada apua mm. migreeniin, ruoansulatusongelmiin, kilpirauhasen vajaatoimintaan ja posttraumaattiseen stressireaktioon.

Päälyksen suunnittelu: Anne Kragelund

<b>#kirja</b> WWW.KIRJA.FI	 9 789513 190477	
	KL 15   ISBN 978-951-31-9047-7	