



OMAN HEVOSEN ÄÄNIMALJAHOITO -MINIOPAS

NÄIN PÄÄSET ALKUUN

Olen hirmuisen kiittollinen, jos nyt luet tätä ja olet kiinnostunut hevosten äänimaljahoidosta. Olet tärkeiden asioiden äärellä. Tunnetaidot, läsnäolo ja hevosen kuunteleminen on osa uuden ajan hevosmiestaitoja. Olet viemässä tätä äärimmäisen tärkeää asiaa omalta osaltasi eteenpäin. Kiitos siitä!

- ☎ 045 7835 6506
- 🌐 www.aanimaljahoito.com
- 📍 Toijala, Akaa
- ✉ aanimaanhoiva@gmail.com

KUKA MINÄ OLEN?

Olen Äänimaan Annukka. Olen koulutettu äänimaljahoitaja, hevosten äänimaljahoitaja, Suomen Energiahoitajien kouluttama Bodymind Energy Balancing harjoittelijahoitaja sekä Helmi Healing energiahoitaja. Tunnen halua parantaa ihmisten ja eläinten henkistä ja fyysistä hyvinvointia ja energiahoidoista sekä äänimaljoista löysin oman tapani vaikuttaa. Tapani ei ole perinteinen, vaan monelle uusi ja vieras. Haluan omalta osaltani olla viemässä eteenpäin ihmisten tietoisuutta vaihtoehtoisista hoitomuodoista osana sairauksien hoitoa, yhdessä länsimaisen lääketieteen kanssa, luomatta vastakkainasettelua. Olen itse saanut apua käyttämästäni hoitomuodoista herkälle keholle ja mielelle stressin säätelyyn ja purkamiseen. Hevosten äänimaljahoitajien lisäksi hoidan ihmisiä energia- ja äänimaljahoidoilla hoituhuoneellani Toijalassa Etelä-Pirkanmaalla.

Huom! Opas perustuu omiin ja kursseilla oppimiini näkemyksiin, miten hevosten äänimaljahoittoa tulisi tehdä. Tässäkin asiassa on yhtä monta tapaa ja mielipidettä kuin on tekijöitä. Äänimaljahoidolla ei ole tarkoitus parantaa mitään sairauksia vaan parantaa yleistä hyvinvointia ja yhteyttä hevosen kanssa. Jos epäilet hevosellasi sairautta tai kipuja, ota aina yhteys eläinlääkäriin.

SEURAA MINUA SOMESSA

Instagram:
@aanimaanhoiva
Facebook:
Äänimaan Hoiva



045 7835 6506



www.aanimaljahoito.com



Toijala, Akaa



aanimaanhoiva@gmail.com

SEURAA MINUA SOMESSA

Instagram:

@aanimaanhoiva

Facebook:

Äänimaan Hoiva

Yhdellä äänimaljalla pääset hyvin alkuun oman hevosesi äänimaljahoitamisessa. Lisää maljoja voi hankkia myöhemmin, jos siltä tuntuu. Hyvä ensimmäinen malja on pieni kehomalja, jonka paino on n. 850–1300 g. Se on kehon hoitamiseen tarkoitettu. Maljaa soitetaan pehmeäpäisellä iskimellä.

Äänimaljojen vaikutus perustuu äänen värähtelyyn ja ääniaaltojen kykyyn kuljettaa energiaa. Ei siis mihinkään yliluonnolliseen asiaan. Ääniaallot etenevät paineen vaihteluna väliaineessa, johon ne kulloinkin törmäävät. Paineen vaihtelu aiheuttaa värähtelyä, joka tuntuu kehossa fyysisenä värähtelynä. Hevonen on hyvin herkkä eläin ja aistii siksi voimakkaasti äänimaljasta lähtevän värähtelyn. Se sekä kuulee sen että tuntee. Ääniaaltojen tuottama värähtely kehossa aiheuttaa syvää rentoutumista sekä hermoston toiminnan tasapainottumista.

HEVOSEN ÄÄNIMALJAHOITO

Hevosten äänimaljahoito on uusi asia Suomessa, joten jos nyt luet tätä miniopasta, olet kokeilunhaluinen ja edelläkävijä hevosten hyvinvoinnin edistämiseksi. Äänimaljahoito mahdollistaa hevoselle olla hetken ihmisen kanssa, jossa siltä ei pyydetä tai vaadita mitään. Hevonen oppii läsnäoloa ja rauhoittumista ihmisen seurassa. Hevosen oma ääni vahvistuu, kun sen pieniäkin eleitä kuunnellaan ja niihin reagoidaan. Hevosen parasympaattinen eli palautumishermosto aktivoituu ja stressitaso laskee. Tällä on monipuolisia terveyteen vaikuttavia vaikutuksia. Äänimaljahoidossa myös sinä saat läsnäolohetken oman hevosesi kanssa tarkkaillen sen eleitä ja yhteytenne vahvistuu.

Hoitofilosofiani on, että hoito tapahtuu aina hevosen ehdoilla. Hevonen on vapaana, ilman varusteita, koko hoidon ajan esimerkiksi karsinassa tai tarhassa. Sellaisessa paikassa, jossa hevonen tuntee olonsa turvalliseksi. Kuuntelen tarkasti hevosen eleitä ja ilmeitä koko hoidon ajan ja muokkaan hoidon kulkua hevosen käyttäytymisen perusteella.

En suosittele hevoselle äänimaljahoittoa mikäli se kärsii akuutista tulehdustilasta, syövästä (esim. kimosyöpä) tai on tiineenä.



045 7835 6506



www.aanimaljahoito.com



Toijala, Akaa



aanimaanhoiva@gmail.com

SEURAA MINUA SOMESSA

Instagram:

@aanimaanhoiva

Facebook:

Äänimaan Hoiva

HOIDON KULKU

1. Hoito alkaa aina äänimaljakylvyllä niin että hevonen saa rauhassa tottua maljan soitiin ja värähtelyyn kehossa. Jokainen hevonen reagoi eri tavalla hoitoon ja kaikenlaiset reaktiot ovat sallittuja.
2. Huolehdi, että olet turvassa koko hoidon ajan. Sinä huolehdit, että maljat ovat myös turvassa.
3. Älä lopeta heti, jos hevosen reaktio ei ole se, mitä olet odottanut. Malta edetä hitaasti ja muista, että sinä et ole epäonnistunut missään kohtaa, vaan etenemistahdin määrää aina hevonen.
4. Rauhoita ja maadoita itsesi hengityksen ja maljan soinnin avulla.
5. Etene hevosen reaktioiden ja omien tuntemuksiesi mukaan.
6. Hoito lopetetaan joko hevosen viestiin (esim. menee kauemmaksi maljasta) tai omaan tuntemukseesi, että hoito on valmis.

Kuvassa soitan äänimalja (iso kehomalja) hevosen hännän tyven päällä. Hevonen on tottunut jo äänimaljoihin hyvin, kun maljaa voi pitää näin lähellä sen kehoa.

Jos sinulla on koira, kissa tai muu eläin, voit alkaa soittaa äänimaljaa myös sille! Samat periaatteet pätevät myös muiden eläinten äänimaljahoitamisessa. Mitä pienempi eläin, sen pienempi malja, periaate päätee yleensä hyvin.

Hevosen äänimaljahoito on kokonaisvaltaista ja ennaltaehkäisevää hoitoa. Sillä ei ole tarkoitus parantaa mitään sairauksia. Jos epäilet hevosellasi jotain sairautta tai kipua, kehotan aina ottamaan yhteyttä eläinlääkäriin.

MITEN TÄSTÄ ETEENPÄIN?



045 7835 6506



www.aanimaljahoito.com



Toijala, Akaa



aanimaanhoiva@gmail.com

Kaikenlaisesta itsetuntemuksen ja intuition kehittamisestä on varmasti hyötyä. Mindfulness-tuokioiden harjoittaminen ensin yksin ja sitten hevosen kanssa hyödyttää varmasti. Voin suositella seuraavia kirjoja, jos aihe kiinnostaa sinua laajemmin: Intuutiolla, kirjoittanut Katja Frange. Ihmisen ja hevosen välisistä suhteista kertovat kirjat Hevonen on kuin ihmisen mieli, kirjoittanut Tiina Lepistö ja Tunnetaitoja hevosihmisille, kirjoittanut Katariina Alongi, Laura Mannila ja Sanni Airaksinen.

HALUAISITKO OPPIA TAI KOKEA LISÄÄ?

Voit hankkia minulta 23 sivuisen Oman hevosen äänimaljahoito-oppaan. Opas on pdf-muodossa ja saat sen heti luettavaksi verkkokaupastani. Oppaan hinta on 29 euroa. Voit tilata oppaan täältä: <https://holvi.com/shop/aanimaanhoiva/>

Verkkokaupasta löytyy myös pieniä määriä äänimaljoja.

Teen hevosten äänimalja- ja energiahoitoja tallikäynneillä noin 100 kilometrin etäisyydellä Toijalasta. Voin halutessasi myös opettaa sinua hoitamaan omaa hevostasi äänimaljalla. Myös pidemmät reissut onnistuu, kun kokoat porukan kasaan. Kysy rohkeasti lisää!

Voit tulla äänimalja- tai energiahoitooni Toijalassa. Ajanvaraus onnistuu viestillä.

SEURAA MINUA SOMESSA

Instagram:

[@aanimaanhoiva](https://www.instagram.com/aanimaanhoiva)

Facebook:

Äänimaan Hoiva

TOIVOTAN MERKITYKSELLISIÄ HETKIÄ SINULLE JA HEVOSYSTÄVÄLLESI!