

Lähdin mukaan Tarja Kallion pilottiryhmään keväällä 2013. Toivoin EEG-avusteisen meditaation avulla saavani henkilökohtaisia neuvoja aivotoimintojeni parantamiseen ja sitä kautta yleisen hyvinvointini lisäämiseen. Omalla kohdallani parannettavaa on paljon: 40 vuoden työputki, lisäksi yli kymmenen vuoden iltaopiskelut samanaikaisesti, perhe ja oma yritys. Ne kaikki ovat vaatineet veronsa ikääntymisen lisäksi, olen nyt 57-vuotias.

Andrew ja Alexander Fingelkurtsit tekivät ensimmäiset EEG-mittaukset 27.3.2013. Seuraava mittaus tehtiin saman vuoden syksyllä ja viimeisin 4.4.2014. Tutkittavia mittauskohteita oli kahdeksan ja ne vaihtelevat sisäisen keskittymiskyvyn mittauksesta stressinsietokykyyn. Yksi mielenkiintoisimmista on aivojen kokonaisvoimavaroista kertova tulos.

Tulokset ovat olleet hämmästyttäviä: ensimmäisessä mittauksessa vain yksi kahdeksasta mittauskohteesta oli optimaalisella alueella, muut olivat ali- tai ylisuorituksen puolella. Keväällä 2014 tulokset olivat parantuneet jo huomattavasti: nyt lähes kaikki tulokset olivat optimaalisella alueella tai sen tuntumassa.

Olen nauttinut lisäravinteita lääkärin valvonnassa muutaman vuoden. Helmikuussa 2014 konsultoin myös Fingelkurtseja asiassa. He optimoivat lääkärin suosittelmien lisäravinteiden vaikutuksen jakamalla aineet nautittavaksi tasaisemmin pitkin päivää. He myös suosittelivat joitakin uusia ravinteita, joista osa on kuuriluonteisesti otettavia. Lisäksi sain henkilökohtaiset liikunta- ja ravintosuosituksukset.

Odotan mielenkiinnolla seuraavaa mittausta lokakuussa. Olen tehnyt suuria elämänmuutoksia viime vuoden aikana ja elämänlaatuni on parantunut merkittävästi. Suosittelen lämpimästi tätä henkilökohtaiselta tasolta lähtevää, yksilöllistä toimintatapaa. Mikäli on itse motivoitunut oman hyvinvointinsa lisäämiseen ja valmis tekemään työtä sen eteen, EEG-tutkimus on helppo tapa aloittaa muutos.