

Olen sündinud 1970.aastal, olen pikaajases õnnelikus abielus ja kasvatame koos 3 imelist last. Pärast Jõgeva I keskkooli lõpetamist õppisin Viljandi Kultuurikoolis näitejuhtimist ja hiljem TPÜ-s telerežissööriks. Pärast ülikooli lõppu töötasin 10 aastat ETV-s (Rahvusringhäälingus) nii saatejuhina, toimetajana kui ka telerežissöörina.

Kundalini joogaga puutusin esmakordselt kokku 2001 aastal (Marika Blossfeldt). 2007 aastal lõpetasin Londonis Karam Kriya Rahvusvahelise Joogakooli I taseme ja 2016 aasta sügisel kundalini jooga õpetajate II taseme. Alates 2007 aasta augustist olen andnud regulaarselt joogatunde ning viinud läbi erinevaid enesearenguga seotud kursuseid. Olen lõpetanud Holistika Instituudi esimese lennu (Marina Paula Eberth) ja töötanud alates 2006 aastast ka holistilise regressiooniterapeudina; olen läbinud Sat Nam Rasayani (meditatiivne tervendamine) I taseme aastase väljaõppe (Gurudev Singh (Itaalia), Annika Akal (Rootsi), Fateh Singh(Hispaania) Soomes; õppinud 3 aastat Karam Kriya numeroloogiat (neist 2 viimast aastat numeroloogiliseks nõustajaks, juhendajad Hari Krishnan Singh (Holland), Meherbani Kaur(Itaalia), Ardas Singh (Hispaania), Sat Karam Singh (Rootsi)); täiendanud end Gordoni Perekoolis; 1-aastaselt vabastava hingamise kursusel(Lena Kristina Tuulse ,Rootsi); anatoomias ja füsioloogias (dr. Toomas Pöld ja Ege Johanson, FT, PhD). Puutunud kokku süsteemse pereteraapia, kognitiivse käitumisteraapiaga, psühhopatoloogiaga, psühhofarmakoloogiaga, perekonstellatsioonitehnikaga (Yena Maria Andersen, Taani), Viie Rütmi Tantsu meetodiga (Berit Hague, Rootsi/Norra), tantraga (Moses Maimon, Prem Santoshi(Hispaania, Cathryn Jiggins (GB); Theta Healing´uga (Nurit Nevo, Sigal GranotOved (Israel)) jne. Minu arengutee algus on oluliselt mõjutanud olnud budismist, transpersonaalsest psühholoogiast ja šamanismist. Mul on olnud õnnistus saada oma teekonnal juhatus vaimset õpetajalt Shiv Charan Singhilt. Olen Eesti Kundalini Jooga Õpetajate Ühingu üks asutajatest.

Sellest hetkest alates, kui teadlikult mõtlema hakkasin on mul olnud vastupandamatu tung teada saada kes ma olen, kust ma tulen ja kuhu lähen? Ma pole kunagi suutnud täielikult omaks võtta darwinismi põhiideed põlvnemisest ahvidest; ikka on olnud tunne ja teadmine, et on veel midagi... Läbi otsingute olen jõudnud isikliku kogemiseni ja teadmiseni, et oleme kõik seotud – mikrokosmos sisaldab makrokosmost ja vastupidi; et kui tahad oma elus midagi muuta, siis muuda enne endas; et sarnane tõmbab sarnast; see, mida me alla surume, kasvab meie sees ning imeb meid energiast tühjaks; et millestki vabaneda on vaja probleemiga silmitsi seista ja see transformeerida; et peegeldame oma sisereaalsust väljaspoole ning kohtame välismaailmas enese loodud projektsioone; et me ei saa kunagi muuta kedagi enesest väljaspool, vaid üksnes iseennast ja kui soovid olla vaba, vabane klammerdumisest ükskõik kelle või mille külge.

Inimese sünniõigus on olla õnnelik - mul on suur au olla sinu teejuhiks sel teel.