

## ŞİFA BULMA YOLUNDA

ALANINDA UZMAN İSİMLERLE SAĞLIKLI BESLENMENİN YANI SIRA KİŞİSEL VE ZİHİNSEL BAKIM PROGRAMLARI SUNAN, BODRUM THE SPA AT MANDARIN ORIENTAL; 2 - 15 EKİM TARİHLERİ ARASINDA DÜNYACA ÜNLÜ GELENEKSEL ÇİN TIBBİ UZMANI CLAIR BEARDSON'U AĞIRLIYOR.



Mandarin Oriental Bodrum, ambiyansıya, misafirlerine huzur vadediyor.



**G**eleneksel Çin tıbbi ve akupunktur konularında uzman olan Clair Beardson, doğu ve batı tıbbını bir araya getirerek, özel olarak hazırladığı terapileri sunmak için 2 - 15 Ekim tarihleri arasında Mandarin Oriental Bodrum'da olacak. Ege Denizi'nin eşsiz manzarasına sahip, üç kata yayılan The SPA at Mandarin Oriental Bodrum'da, üç günlük Glowing from Within programında, sağlıklı yaşam danışmanlığı ve visia cilt analizi bulunuyor. Ayrıca yüz veya genel akupunktur uygulaması, Mandarin Oriental imza SPA terapisi, Doğu hamamı ritüeli ve geleneksel Çin tıbbi workshop'u da yer alıyor. Altı günlük Wellness Through TCM programı ise sağlıklı yaşam danışmanlığı, visia cilt analizi, vücut

kompozisyonu analizi, yüz veya genel akupunktur uygulaması, Mandarin Oriental imza SPA terapisi, doğu hamamı ritüeli, aromaterapi yüz bakımı ve Geleneksel Çin Tıbbi workshop'unu kapsayan zengin bir içeriğe sahip. Clair Beardson, Çin tıbbi konusunda 25 yıldan fazla deneyime sahip. Beardson, London Academy of Oriental Medicine'den mezun ve kendisinin Çin bitkisel tıbbi, akupunktur ve moksibüsyon konularında diplomaları bulunuyor. Ayrıca, beslenme ve sağlık konularında seminerler ve uzmanlık dersleri vererek deneyimlerini dünya çapında pek çok kişiyle paylaşıyor. Clair Beardson, batı ve doğu tıbbi uygulamalarının birlikte kullanıldığında, hastalar üzerinde



# Sağlık

olumlu etkileri olduğunu deneyimleyen bir isim. Çin tıbbını kamu sağlığı programlarına dâhil etmek için Afrika ve Orta Doğu'daki çeşitli hükümetlere de danışmanlık yapıyor.

**Clair Beardson cevaplıyor...**

**Tıbbı merakınız nasıl başladı?**

Batılı tıp uygulamalarını kullanan doktor bir ailenin çocuğuyum fakat bitkiler ile çalışmayı tercih ettim. Bitkisel ilaçlar ve bitkisel tıp, hayatımda her zaman ön planda oldu. 'Doğu tıp bilimi'nin varlığını ilk nasıl keşfettiniz, anlatabilir misiniz?

1989 yılında Tibet'teyken, geleneksel tıbbı tanıma fırsatım oldu. Bu alanda uzmanlaşabileceğimi hissettim çünkü bütünsel şifa ve şifalı otlara karşı çok büyük bir ilgi duymuştum ve bu merakımı bastıramadım.

**İnsanların doğu tıbbına olan ilgisi hakkında ne düşünüyorsunuz? Bu tıbbı olan ilgide son 20 yılda herhangi bir artış olduğunu düşünüyor musunuz?**

Çin tıbbına olan duyarlılık gün geçtikçe artıyor. İnsanlar gerek yiyecek, gerekse antibiyotik olarak vücutlarına aldıkları gıdalarda daha hassas olmaya başladılar. Asyalılar ilk önce hasta olup sonra doktora gitmekten ziyade, vücutlarını en baştan korumaları gerektiğini öğreniyorlar. Asya'da her zaman doğu tıbbı üzerine önemli bilgiler mevcut ama şu anda bu

**GELENEKSEL ÇİN TIBBINDA BİTKİLER ŞİFALI ETKİLERE SAHİP. HAZIRLANIŞ ŞEKİLLERİNE GÖRE FARKLI SONUÇLAR YARATTIYORLAR.**

bilgilere erişim ve anlayışta daha büyük bir ilgi olduğunu görüyoruz. İnsanlar daha açık bir şekilde rahatsızlıklarını ve buldukları çözümleri tartışıyorlar. Örneğin horlamak gibi önemli bir sorun, akupunktur tedavisi ile önlenabiliyor. Çin tıbbının şifa verici olduğu bilimsel olarak kanıtlandı. Ayrıca, antibiyotik ilaçlara karşı direnç küresel olarak daha ciddi bir hâle geldi. Geleneksel Çin tıbbı, cazip bir alternatif çünkü vücudun ilaçlara karşı direncini değiştirecek herhangi bir yan etkisi yok.



Geleneksel Çin tıbbı uzmanı Clair Beardson, bu alanın artık çoğu insan tarafından keşfedildiğini ve gücüne inancın arttığını düşünüyor.



Bir akupunktur tedavisi sırasında...

**Size doğu ve batı tıbbının bir arada kullanımının önemi nedir?**

Batı tıbbının sorunları düzeltmek için kullanıldığı söylenebilir. Çin tıbbı ise şifa bulmak için kullanılır. Örneğin batı tıbbı kanserli hücreleri vücuttan çıkarmak için çalışır. Çin tıbbı ise kanserin oluş nedenini bulmayı ve tüm vücudu iyileştirmeyi hedefler. Dolayısıyla her iki yaklaşımı birleştirmek önemli. Doğu ve batı tıbbının birleşimi ile bilimsel, kanıt dayalı ve bütünsel şifa sağlayabilirsiniz. **Doğu tıbbı kişinin hayatında nasıl bir değişiklik yaratıyor?**

Doğu tıbbı tekniklerini kullanarak kişinin güçlü ve zayıf yanlarını görebiliyorsunuz. Doktor ile çalışmak vücudunuzu nasıl dengeleyebildiğinizi size gösterir. Vücudun dengesini ise gıdalar ve bitkisel çaylar ile yaşama uygun şekilde sağlayabiliyorsunuz. Hangi gıdaların sağlığa ve vücuda iyi geleceğini saptayabiliyorsunuz.

**Bu konuda insanlar arasında farkındalık yaratmak için neler yapılmalı?**

En değerli bilgi Çin tıbbının şifası ile gelecektir. İnsanların bu tıbbın önemini ve faydasını anlaması için deneyimlemesi gerekir. Mandarin Oriental Bodrum'da sağlıklı olmak için geliştirdiğimiz bu programlarla farkındalığı da artırmayı hedefliyoruz. **Neden The SPA at Mandarin Oriental Bodrum'u tercih ediyorsunuz?**

Böylesine güzel bir yerde, bu program dâhilinde yapacağımız görüşmeler ve şifa verici yöntemler sonucunda, misafirlerimizin kendi vücut özelliklerini daha iyi tanıyacaklarını düşünüyoruz. Bedenen ve ruhen daha çok rahatlayacaklarını, kendi sağlıklarını ve aileleri için daha çok sorumluluk alacaklarını umuyoruz. **mc**