

Ann Wigmore loi perustan nykyajan elämäntapamuutoksille (Elävän ravinnon ystävä 4/2009)

Ann Wigmorea kutsutaan elävän ravinnon äidiksi. Luin kesällä hänen omaelämäkertansa *Why suffer* ensimmäistä kertaa. Kunnioitukseni ja ymmärrykseni häntä kohtaan kasvoivat.

Wigmore oli inspiroiva ihminen, jonka voimakas intuitio auttoi vaikeuksien läpi kohti hänen päämääräänsä palvella ihmiskuntaa. Wigmoren elämä ei ollut helppoa, mutta vaikeudet tekivät hänestä lopulta hyvin vahvan ja terveen.

Wigmore syntyi maalaiskylässä Liettuassa 100 vuotta sitten 17.3.1909. Hän eli koko lapsuutensa sodassa ja köyhyydessä. Hänen vanhempansa lähtivät paremman elämän toivossa Yhdysvaltoihin ja jättivät sairaalloisen lapsen mummon kasvatettavaksi Liettuaan.

Mummo oli vahva ihminen, joka antoi Wigmorelle hyvät eväät elämään ja vaikeuksiin, joita tämä oli kohtaava. Mummo vakuutti tytölle, että tällä oli tärkeä tehtävä elämässä.

Luonnon parantava voima

Eläessään mummonsensa kanssa Wigmore oppi ymmärtämään luonnon parantavan voiman. Mummo hoiti haavoittuneita ja sairaita luonnon yrteillä ja hauteilla sekä tuoreella vuohenmaidolla, jossa on paljon parantavia entsyymejä. Mummo oli kylässä kunnioitettu auktoriteetti, jota kuunneltiin. Hänellä oli vahva intuitio, jonka ansiosta hän tuntui tietävän muita useammin, mitä tuli tehdä.

Koska Wigmore oli pieni sairaalloinen lapsi, mummo upotti hänet kerran suohon turvehoitoon kaulaa myöten koko päiväksi. Tytön kunto vahvistui mineraalien imeytyttyä ihon läpi kehoon.

Wigmore ymmärsi vihreiden kasvien voiman ensimmäisen kerran bunkkerissa pommitusten aikana. Vesi ja ruoka olivat loppuneet, ja ihmiset alkoivat voida pahoin. Mummo uskaltautui ulos hakemaan ruohoa, jota ihmiset sitten imeskelivät ja pureskelivät. Sen voimalla he jaksoivat pommitusten läpi.

Eriytynyt suhde eläimiin

Wigmore osasi jo lapsena kommunikoida eläinten kanssa. Pikkutyttönä hän joutui vastuulliseen tehtävään paimeneksi. Hän joutui viettämään koko päivän yksin vuohien ja koiransa kanssa metsässä ja suolla.

Wigmore kertoo kirjassaan, kuinka hän tutustui metsän eläimiin. Hän jakoi evänsä eläinten kanssa ja sai näistä uskollisia ystäviä, jotka luottivat häneen ja jopa suojelivat häntä.

Kerran yksi vuohista katosi, ja Wigmore yritti löytää sitä huolissaan. Kesyksi tullut korppi ja paimenkoira, jotka eivät pitäneet toisistaan, koska olivat mustasukkaisia työstä, huomasivat tämän huolen. Silloin ne päättivät tehdä yhteistyötä. Korppi lensi taivaalle etsimään vuohia, ja koira ryntäsi metsään korpin perässä. Parivaljakko löysi vuohen ja ilmoitti Wigmorelle, mistä sen löytää. Vuohi oli juuttunut suohon eikä päässyt ylös. Kerran tyttö itse juuttui suohon, jolloin koira juoksi sairastuvalle mummon luokse hälyttämään apua.

Elämänmuutos

Nuorena tyttönä Wigmore lähti Yhdysvaltoihin isänsä ja äitinsä luokse, mutta olot siellä olivat hänelle kurjat. Isä oli ankara ja sydämetön ihminen, joka kohteli häntä kuin palvelustyttöä. Äiti taas oli heikko ja nujerrettu.

Wigmore joutui onnettomuuteen, jossa hänen molemmat nilkkansa menivät poikki. Hän kieltäytyi jalkojen amputoinnista, joka oli ainut sairaalan tarjoama hoitomuoto. Isä raivostui, kun sai sairaan tytön kontoilleen. Tämä jätettiin unohduksiin mätänevien jalkojensa kanssa.

Eno sentään kantoi Wigmoren töihin mennessään pihalle, jossa tämä saattoi maata auringossa ruohikolla ainoana ruokanaan ympärillä kasvava ruoho. Naapurissa oli koiranpentu, joka alkoi nuolla Wigmoren jalkoja. Tämä toistui päivittäin. Kaikkien ihmeeksi jalat paranivat. Myös lääkärit olivat ihmeissään, sillä he olivat ennustaneet, että Wigmore kuolisi ilman amputointia. Paranemisen aiheuttivat lehtivihreä ja koiranpennun parantava sylki.

Muutettuaan Yhdysvaltoihin Wigmoren ruokavalio vaihtui yksinkertaisesta täysjyväleivästä, luonnonomukaisesti kasvaneista kasviksista ja tuoreesta vuohenmaidosta teolliseen valkoiseen jauhoon ja tehokasvatettuihin vihanneksiin. Hän huomasi eron hyvinvoinnissaan ruokavalion vaihdoksen myötä.

Vaikeuksista voittoon

Aikuistuttuaan Wigmore kävi läpi vielä monia vaikeita aikoja, muun muassa vaikean avioliiton. Hän piti mielessä mummolleen antamansa lupauksen seurata sydämensä ääntä ja tehdä, mitä hänet oli luotu tekemään tähän maailmaan. Hän kiinnostui opiskelemaan lisää lääketiedettä ja uskontoa.

Kun Wigmore sairastui paksusuolen syöpään, hän alkoi etsiä luonnollisia keinoja parantaa itsensä. Mummon antamat opit palasivat mieleen. Wigmore ei pelkästään parantanut itseään syövästä vaan nosti itsensä huippukuntoon. Hän olisi halunnut ilmoittautua maratoniin, mutta siihen aikaan naiset eivät saaneet osallistua. Hän juoksi kumminkin, mutta kilpailun ulkopuolella.

Elämän ravinnon elämäntapa muotoutuu

Wigmore pääsi suorituksiinsa syömällä villejä kasveja ja yrttejä. Parannettuaan itsensä hän halusi auttaa muita sairaita. Hän kehitti elävän ravinnon elämäntavan, jolla sai aikaan uskomattomia tuloksia. Moni nousi kuolinvuoteeltaan ja jatkoi elämäänsä, niin syöpä- kuin AIDS-potilaat.

Haasteena oli pitää ihmiset terveyden polulla, kun he palasivat kotiin. Jos ihminen ei ole valmis tekemään pysyviä muutoksia vaan palaa vanhoihin kaavoihin, niin sairaudet palaavat. Tämä on ongelma, josta Wigmore myös puhuu kirjassaan. Ympäristön tuki ja ymmärrys ovat välttämättömiä, jotta uudessa elämäntavassa voi pysyä.

Wigmoren aikaan maailma ei ollut vielä valmis suureen muutokseen, mutta hän loi sille perustan. Ann Wigmore -instituutti jatkaa elävän ravinnon elämäntavan kouluttamista Puerto Ricossa. Wigmoren innoittamana on syntynyt myös uusi raakaravintokulttuuri, joka keskittyy paremman elämänlaadun saavuttamiseen kaikille ihmisille luonnollisen ruokavalion avulla. Tieto elävästä ravinnosta leviää tällä tavoin suuren yleisen tietoisuuteen myös raakaravintokulttuurin kautta.

Olen erittäin innoissani mukana edistämässä luonnollisen terveyden ja elämäntavan leviämistä tavoitteena koko maapallomme hyvinvointi. Tunnen, kuinka muutosten energia on tänä päivänä käsin koskettavissa. Ann Wigmore katsoisi nyt suu hymyillen maailmaa.

Riina Verho
www.rverho.fi