

Teoksen kirjoittaja ***Tohtori Artour Rakhimov***

Tohtori Rakhimov on terveystekniikan opettaja ja hengitystekniikan opettaja. Hän on luennoinut yliopistoissa, terveydenhoitoalan ammattilaisille ja yhteisöille ympäri maailmaa mm. Kanadassa, Yhdysvalloissa, Irlannissa, Isossa-Britanniassa ja Alankomaissa. Artour Rakhimov suoritti tohtorin tutkintonsa fysiikasta ja matematiikasta Moskovan yliopistossa. Hän valmistui sekä lukiosta että Moskovan yliopistosta kiitettävien arvosanojen kanssa.

1990-luvulla ja sen jälkeen Artour Rakhimov on työskennellyt tutkijana mm. VTT:llä Tampereella sekä tutkijana ja yksityiskoulun opettajana Kanadassa. Viimeiset neljä vuotta hän on myös opettanut Buteyko-menetelmää.

Artour Rakhimovin artikkeleita on julkaistu *Journal of Applied Physics* ja *Journal of Materials Science Letters* -julkaisuissa sekä opiskelijalehti *Fulcrumissa* Ottawan yliopistossa. Hän on kirjoittanut julkaisun *Developing Endurance*, joka julkaistiin *Canadian Cross-Country Resource Packagessa* ja myöhemmin sen venäläinen käännös voitti Venäjän kansallisen tieteellisten ja metodologisten urheilujulkaisujen kilpailun vuonna 1998.

Tohtori Rakhimovin kiinnostus ratkaista terveysongelmia lääkkeettömin keinoin juontaa juurensa hänen äitinsä opetuksista. Hänen äitinsä oli vuosia erään suuren kaupunginsairaalan johtava lääkäri, mutta huolimatta lääketieteellisestä taustastaan, aina innokas luonnollisten elämäntapojen kuten liikunnan, terveellisen ravinnon, raittiin ilman, hyvän hygienian, ryhdin ja rentoutumisen puolestapuhuja.

Kouluvuosinaan Artour Rakhimov voitti useita alueellisia kilpailuja matematiikassa, shakissa ja urheilusuunnistuksessa. Hän oli Moskovan yliopiston hiihtosuunnistusjoukkueen kapteeni ja maastohiihtojoukkueen jäsen; kaikki Neuvostoliiton parhaita yliopistojoukkueita. Hän toimi myös henkilökohtaisena valmentajana Neuvostoliiton (Venäjän) ja Suomen maajoukkueiden urheilijoille, jotka voittivat kulta- ja hopeamitaleja hiihtosuunnistuksen maailmanmestaruuskisoissa.

Teini-iässä hän suoritti tutkinnon musiikkiopistossa ja soittaa yhä mielellään klassista pianomusiikkia kuten Chopinia, Bachia, Beethovenia ja Tshaikovskia. Muita kiinnostuksen kohteita, joita hän tutkii ja joista hän kirjoittaa ovat yksilöllinen, ryhmä- ja sosiaalipsykologia, rauhansolmimisen psykologia, anteeksianto, väkivallattomuus, konfliktinratkaisu, motivaatio, oppiminen, järkeily, tunteet ja luovuus.