

Sai Vibrionics Newsletter

www.vibrionics.org

“Όποτε βλέπετε έναν άρρωστο άνθρωπο, αποθαρρυσμένο, απαρηγόρητο ή ασθενή, εκεί ακριβώς είναι το πεδίο σας για προσφορά.” ...Σρι Σάττα Σάι Μπάμπα

Τόμος 11 Τεύχος 6

Νοέμβ./Δεκ. 2020

Σε αυτό το Τεύχος

☞ Από το Γραφείο του Dr Jit K Aggarwal	1 - 2
☞ Προφίλ Θεραπευτών	2 – 6
☞ Ιστορικά Περιπτώσεων με τη χρήση Combos	6 – 13
☞ Η Γωνιά των Απαντήσεων	13 – 14
☞ Θεία Λόγια από τον Υπέρτατο Θεραπευτή	14
☞ Ανακοινώσεις	15
☞ Συμπληρωματικά	15 – 21

☞ Από το Γραφείο του Dr Jit K Aggarwal ☞

Αγαπητοί θεραπευτές

Αυτή η έκδοση του newsletter σηματοδοτεί δύο σημαντικά ορόσημα - το πρώτο είναι τα 95α γενέθλια του αγαπημένου μας Σουάμι και το δεύτερο είναι μια συναρπαστική ανακοίνωση που σχετίζεται με τη δονητική. Είμαστε όλοι έτοιμοι να δημιουργήσουμε το δικό μας Κέντρο Έρευνας, Κατάρτισης και Ευεξίας Σάι Δονητικής στο Πουταπάρτι! Οι τροχοί σε αυτό το έργο ήταν σε κίνηση για λίγο αλλά στη συνέχεια το COVID ήρθε ως εμπόδιο καθώς ώθησε τα πράγματα πίσω κατά 10 μήνες. Ο Σουάμι λέει «Ας θεωρήσουμε ό, τι συμβαίνει σε εσάς ως κάτι που προορίζεται για το καλό σας» ... SSS τόμος XVII κεφάλαιο 15. Λίγο συνειδητοποιήσαμε ότι όλη αυτή η καθυστέρηση θα μας έδινε την ευκαιρία να επανασχεδιάσουμε το Κέντρο προκειμένου να μειώσουμε και να προσαρμόσουμε τα κτίρια στις τρέχουσες και μελλοντικές μας ανάγκες. Αυτό συμβαίνει επειδή τους τελευταίους μήνες έχουμε στραφεί σημαντικά στην εκπαίδευση των θεραπευτών μέσω εικονικής πλατφόρμας και σκοπεύουμε να το συνεχίσουμε. Αυτό προφανώς μείωσε την ανάγκη μας για περίπλοκο φυσικό χώρο.

Προβλέπουμε τώρα πως το Κέντρο Δονητικής θα διαρκέσει περίπου δύο χρόνια για να ολοκληρωθεί. Αυτό το Ινστιτούτο όχι μόνο θα προσφέρει στους θεραπευτές μας μια άκρως απαραίτητη μονάδα για έρευνα και ανάπτυξη αλλά θα διαδραματίσει καίριο ρόλο στην προώθηση της δονητικής, δημιουργώντας μια κεντρική ανεξάρτητη οργανωτική βάση για τη λειτουργία όλων των δραστηριοτήτων που σχετίζονται με τη δονητική - Τεχνολογία Πληροφοριών, δημοσιεύσεις, εκπαίδευση και πάνω απ' όλα τη θεραπεία ασθενών. Το βλέπω αυτό να διευθύνεται εξ ολοκλήρου από το θεραπευτικό μας εμπιστευμένο μέσω της βασικής του ηγετικής ομάδας, η οποία κάνει ήδη αξιόπαινη δουλειά. Η ίδρυση του Κέντρου είναι το πρώτο βήμα στη σταδιακή διαδικασία της μετάβασης των ευθυνών μου στα αφοσιωμένα μέλη της ομάδας-πυρήνα της δονητικής. Είμαι γεμάτος τεράστια ευγνωμοσύνη στον Σουάμι που μου έδωσε τη δύναμη και την ευκαιρία να συνεχίσω να προχωράω στη δονητική και ακόμη περισσότερο για την ευλογία της αποστολής μας στη δονητική με μια ισχυρή ομάδα αφοσιωμένων ατόμων που προέρχονται απ' όλα τα κοινωνικά στρώματα και όλες τις ηλικίες - από απόστρατους έως νοικοκυρές, από μηχανικούς λογισμικού έως ακαδημαϊκούς - από τριαντάρηδες έως τον επικεφαλής της έρευνάς μας που συνεχίζει να είναι δυνατός στα 87! Δέκα μήνες με την πανδημία, το COVID-19 βρίσκεται στο μυαλό μας καθώς συνεχίζει να προκαλεί χάος σε ολόκληρο τον πλανήτη. Αυτό οφείλεται κυρίως στο υψηλό επίπεδο ασυμπτωματικών μεταδόσεων και της συνεχώς μεταβαλλόμενης συμπεριφοράς. Υπενθυμίζω σε όλους μας να μην σταματάμε να προσέχουμε ούτε να αποθαρρύνουμε τους ασθενείς να ζητούν ιατρική βοήθεια. Ωστόσο, είμαι στην ευχάριστη θέση να μοιραστώ ότι έχουμε λάβει πολύ ενθαρρυντικά σχόλια από τους θεραπευτές. Η πλειοψηφία αυτών που έχουν λάβει το Ενισχυτικό Ανοσίας (IB) δεν έχουν προσβληθεί από καμιά λοίμωξη και ακόμη και οι λίγοι που έδειξαν ήπια συμπτώματα έχουν αναρρώσει γρήγορα με μια αύξηση της δοσολογίας του ίδιου

φαρμάκου. Μόνο στην Ινδία τους τελευταίους δύο μήνες είχαμε μια τεράστια αύξηση της ζήτησης για Ενισχυτικό Ανοσίας. Εκτός από τους 180.000 παραλήπτες που άρχισαν να το παίρνουν πριν από τον Αύγουστο του 2020 και συνεχίζουν να αναπληρώνουν το ίαμα, οι θεραπευτές μας έχουν διανείμει το Ενισχυτικό Ανοσίας σε 54.000 νέους παραλήπτες.

Μια άλλη συναρπαστική ενημέρωση είναι ότι από την έναρξη της ανανεωμένης ιστοσελίδας μας (<https://www.vibrionics.org>) φέτος, την ημέρα του Guru Purnima, έχουμε 4.000 επισκέπτες σε λιγότερο από τέσσερις μήνες. Ο αριθμός των ερωτήσεων από άτομα που ζητούν θεραπεία έχει επίσης αυξηθεί. Έχουμε επίσης ξεκινήσει τη Φάση-2 των βελτιώσεων του ιστότοπου που διαθέτει ένα πιο φιλικό προς το χρήστη Μενού, με συνδέσμους για τα Ιστορικά Περιπτώσεων ανά Κατηγορία, Μάντρας και μια νέα ενότητα Άρθρων. Έχουμε επίσης πραγματοποιήσει βελτιώσεις στην ιστοσελίδα του ιστότοπου Νέων (<https://news.vibrionics.org>) για τη λήψη της έκδοσης pdf των newsletters μας. Μπορείτε ν' αποκτήσετε πρόσβαση σ' αυτήν τη σελίδα απλά εισάγοντας "pdfs" στη γραμμή αναζήτησης σε οποιαδήποτε γλώσσα. Επίσης, στον ιστότοπο προστέθηκε υποστήριξη γλώσσας για Μαράθι. Ένα άλλο καλό νέο για τους θεραπευτές μας που μιλούν Ταμίλ είναι ότι το εγχειρίδιο AVP έχει μεταφραστεί στα Ταμίλ από τους **Θεραπευτές** ^{1579 & 11580} και θα προσφερθεί στα Λώτινα πόδια του Σουάμι, στις 23 Νοεμβρίου 2020.

Το ταπεινό μου αίτημα σε όλους είναι να στέλνετε τα άρθρα σας ευεξίας και τα πνευματικά σας άρθρα καθώς και μαρτυρίες ασθενών (ήχος, βίντεο ή γραπτές). Για αρχάριους, προσθέσαμε μια μαρτυρία βίντεο από τον **Θεραπευτή** ¹¹⁶⁰¹ στον ιστότοπο - ρίξτε μια ματιά. Για όλες αυτές τις συνεισφορές, συμπεριλαμβανομένου οποιουδήποτε ερωτήματος ή πρότασης σχετικά με τον ιστότοπο ή εάν συναντήσετε κάποιο σφάλμα στον ιστότοπο, γράψτε απευθείας στη διεύθυνση helpdeskIT@vibrionics.org για μια γρήγορη απάντηση.

Τελειώνοντας, θα ήθελα να σας αφήσω με το πολύ σημαντικό μάθημα του Σουάμι για την ευτυχία. Λέει: "Ό, τι κι αν κάνετε, κάντε το με shraddha (αφοσίωση). Το μυστικό της ευτυχίας είναι να μην κάνεις αυτό που σου αρέσει αλλά να σου αρέσει αυτό που κάνεις." Κάθε έργο που εμποτίζεται με αγάπη και αντιμετωπίζεται ως πνευματική προσφορά, μετατρέπεται αποτελεσματικά σε λατρεία. Ναι, βρισκόμαστε στη μέση μιας απρόβλεπτης και τραγικής πανδημίας. Ωστόσο, έχουμε τα λόγια του αγαπημένου μας Κυρίου Σάι να μας καθοδηγούν, την κοινότητά μας της δονητικής για να καταφύγουμε και αυτή την απίστευτη ευλογία του seva δονητικής που μας ενώνει. Ας αναδυθούμε όλοι στην άλλη πλευρά, πιο δυνατοί, ευγενικοί, πιο αφοσιωμένοι και πιο πνευματικά εξελισσόμενοι.

Στην υπηρεσία του Σάι με Αγάπη

Jit K Aggarwal

☪ Προφίλ Θεραπευτών ☪

Ο Θεραπευτής^{11621...lvδία} υπηρετεί ως Επίκουρος Καθηγητής στις Βιοεπιστήμες στο SSSIHL στο Μπρινταβάν από το 2014 και επί του παρόντος είναι επίσης συντονιστής του Πανεπιστημίου. Είχε το



πρώτο του darshan όταν ο Σουάμι επισκέφτηκε το Podanur samiti στο Coimbatore το 1989. Ήταν μέλος του συγκροτήματος Balvikas που έκανε ένα χορευτικό δράμα, μετά το οποίο ο Σουάμι τους ευλόγησε δημιουργώντας βιμπούτι και πόζαρε μαζί τους για μια ομαδική φωτογραφία. Εμπνευσμένος από τους γκουρού του Balvikas για να παραμείνει επικεντρωμένος στον Σουάμι, φιλοδοξούσε να γίνει Σάι μαθητής. Η επιθυμία του εκπληρώθηκε όταν έγινε μέλος του ινστιτούτου του Σουάμι, το 1996, ως προπτυχιακός και στη συνέχεια ολοκλήρωσε το μεταπτυχιακό του το 2001. Αργότερα, το 2008 έλαβε το διδακτορικό του από το JNCASR στην Μπανγκαλόρ. Κατά τη διάρκεια των φοιτητικών του ημερών, ο θεραπευτής απολάμβανε να κάνει Σάι seva - διεξάγοντας bhajans, να κάνει σύντομες ομιλίες και να οργανώσει satsangs. Σήμερα, ως μέντορας των νέων μαθητών του, διεξάγει γι' αυτούς μαθήματα επίγνωσης και εβδομαδιαίες συνεδρίες για την αυτο-ανάπτυξη.

Είναι επίσης υπεύθυνος για την ομάδα αυτοπεποίθησης της Γκαλερί τέχνης και την παραγωγή θεατρικών. Δυσανεστημένος με την αλλοπαθητική θεραπεία που δίνεται συνήθως σε φοιτητές ξενώνων του Μπρινταβάν, προσευχήθηκε για μια εναλλακτική λύση.

Στον μηνιαίο ιατρικό καταυλισμό στο Μπρινταβάν, ο εμπειρογνώμονας της αγιουρβέδας μπορούσε να αντιμετωπίσει για θεραπεία μόνο 1 ή 2 μαθητές καθώς κάθε εξέταση διαρκεί 20-30 λεπτά. Έτσι, ο

θεραπευτής σκέφτηκε να μάθει την τεχνική μόνος του αλλά θα χρειαζόταν πολλά χρόνια πλήρους φοίτησης. Ούτε μπορούσε να βρει έναν εξειδικευμένο ομοιοπαθητικό για να κάνει αυτό το seva. Μετά από μόνο 2 χρόνια προσευχής, ο ίδιος, μετά από μια ομαδική συνεδρία διαλογισμού, είδε με τα μάτια του τον θεραπευτή ¹¹⁵⁹⁵ που έδωσε ένα φιαλίδιο χαπιών σ' ένα άλλο μέλος της ομάδας. Έμαθε ότι αυτό ήταν Σάι δονητική με την καθοδήγηση του Σουάμι και αυτό που τον επηρέασε πραγματικά ήταν το σχόλιο του ασθενούς "Η δονητική λειτουργεί μαγικά και πάντα θεραπεύομαι πιο γρήγορα". Ενθαρρυσμένος περισσότερο από τον θεραπευτή, εξερεύνησε τον ιστότοπο, πέρασε τη διαδικασία εισαγωγής και έγινε δεκτός στο εκπαιδευτικό πρόγραμμα. Κατά τη διάρκεια των ηλεκτρονικών μαθημάτων, είχε από πρώτο χέρι την εμπειρία σχετικά με την αποτελεσματικότητα της δονητικής, όταν ο ίδιος ο θεραπευτής τον αντιμετώπισε για τις καθημερινές του περιόδους φταρνίσματος και των συχνών λοιμώξεών του στο λαιμό. Εντυπωσιασμένος από τη δική του θεραπεία, παρέπεμψε πολλούς από τους μαθητές του για τηλεφωνική συνεννόηση με τον θεραπευτή και ο ίδιος συνέλλεγε ιάματα γι' αυτούς.

Ολοκλήρωσε την εκπαίδευσή του ως AVP στο Πουταπάρτι το Νοέμβριο του 2019. Την ίδια μέρα, έφτιαξε το πρώτο του ίαμα **CC1.1 Τονωτικό για ζώα + CC1.2 Τονωτικό Φυτών + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό** ως προσφορά στον Σουάμι και το έβαλε στη δική Του εικόνα προσευχόμενος για Παγκόσμια ειρήνη! Το seva του στη δονητική με ασθενείς άρχισε δραματικά. Ενώ επέστρεφε στο σπίτι από το εργαστήριο, είδε από το ταξί του ένα ατύχημα όπου μια γυναίκα του χωριού είχε ανατραπεί στο δρόμο από το ποδήλατο του γιου της. Ήταν ημιαναισθητή, αιμορραγούσε και μουρμούριζε με πόνο. Ο θεραπευτής της έδωσε αμέσως το ίαμα Επείγουσες Καταστάσεις που φύλαγε στην τσέπη του (μια πρακτική που συνιστούν έντονα στα εργαστήρια) και στη συνέχεια τη μετέφερε με το ταξί του στο νοσοκομείο. Ένωσε βαθιά ευγνώμων προς τον Σουάμι που του έδωσε αυτήν την αυθόρμητη ευκαιρία για θεραπεία του πρώτου του ασθενούς.

Μόλις επέστρεψε στο Μπρινταβάν, ξεκίνησε την πρακτική του με τους μαθητές του ξενώνα. Πολύ σύντομα, πολλοί έμαθαν για τη δονητική και άρχισαν να πλησιάζουν τον θεραπευτή. Αυτό τον έκανε εξαιρετικά απασχολημένο, πράγμα το οποίο του παρείχε την ιδανική ευκαιρία να συμπεριλάβει μαθητές σε αυτό το seva. Εκπαίδευσε μια ομάδα 12 εθελοντών που ετοίμαζαν τα combos σε φιαλίδια και τα διένειμαν στους άπορους με οδηγίες για τη λήψη τους. Τα ιάματα παρασκευάζονταν σε πληθώρα για τις πιο συχνές ασθένειες στον ξενώνα, όπως διάρροια, δυσκοιλιότητα, ημικρανία, κεφαλαλγία, πυρετό καθώς και βήχα και κρουαλόγημα. Όποτε υπήρχε κατάσταση έκτακτης ανάγκης ή κάποιος αρρώσταινε, οι εθελοντές συμβουλευόνταν τον θεραπευτή μέσω τηλεφώνου και έδιναν την κατάλληλη θεραπεία στον ασθενή, βελτιστοποιώντας έτσι τη θεραπεία αυτών των κοινών παθήσεων.

Κατά τη διάρκεια της Ετήσιας Αθλητικής Συνάντησης τον Ιανουάριο του 2020, όλοι οι μαθητές μετακόμισαν στο Πουταπάρτι. Πολλές ώρες επίπονης δουλειάς για την παραγωγή θεατρικών οδηγούσαν σε συχνούς τραυματισμούς και καταπόνηση και η δονητική ήρθε προς διάσωσή τους. **Το combo Ανακούφισης Πόνου, CC3.7 Κυκλοφορικό σύστημα + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC18.5 Νευραλγία + CC20.3 Αρθρίτιδα + CC20.4 Μύες & Ερειστικός ιστός + CC20.5 Σπονδυλική στήλη + CC20.7 Κατάγματα**, εξελίχθηκε κατόπιν συζήτησης με τον θεραπευτή **μέντορα** ¹¹⁵⁸³. Αυτό παρασκευάστηκε σε έλαιο μουστάρδας για εξωτερική εφαρμογή και χρησιμοποιήθηκε για μυϊκές κράμπες και τραυματισμούς. Αργότερα διανεμήθηκε σε χάπια για να διαλύεται σε νερό για να ψεκάζεται η πληγείσα περιοχή. Αυτό το combo χρησιμοποιείται από καιρό ξανά και ξανά και δεν απέτυχε ποτέ. Ο θεραπευτής αφηγείται την περίπτωση μιας ασθενούς που ξύπνησε περίπου στις 2 π.μ. με έντονο πόνο στον αστράγαλο. Στο παρελθόν όποτε είχε τέτοια επεισόδια, έπαιρνε παυσίπονο. Αυτή τη φορά όμως χρησιμοποίησε αμέσως το combo που είχε παρασκευαστεί σε μπουκάλι ψεκασμού μόλις το προηγούμενο βράδυ και ο πόνος εξαφανίστηκε σε δύο λεπτά! Εντυπωσιάστηκε τόσο πολύ με αυτήν τη γρήγορη ανακούφιση που χρησιμοποιεί το σπρέι τακτικά για να χαλαρώνει τα πόδια της και ποτέ δεν παίρνει παυσίπονα. Στην περίπτωση του ηλικιωμένου πατέρα του, αυτό το combo λειτούργησε σαν μαγικό, δίνοντάς του γρήγορη ανακούφιση στον πόνο στο γόνατό του.

Ο θεραπευτής έκανε ένα άλλο σημαντικό ίαμα που βρέθηκε να είναι ιδιαίτερα χρήσιμο για τους μαθητές του: Το **combo Ευεξία Αγοριών** ξεκίνησε λόγω της ταλαιπωρίας από χαμηλή αυτοπεποίθηση ενός τριτοετούς στο προπτυχιακό. Αυτό το αγόρι είχε αναπτύξει ευχέρεια στην κιθάρα, αρκετά ώστε να επιλεγεί ως μέλος μιας 15μελούς ομάδας σ' έναν διαγωνισμό ορχήστρας. Καθώς ήταν η πρώτη του φορά στη σκηνή, το αγόρι ρώτησε: "Φοβάμαι τόσο πολύ για την όλη κατάσταση που οι παλάμες και τα χέρια μου είναι ιδρωμένα και είναι δύσκολο για μένα να παίξω κιθάρα. Δεν θέλω τα λάθη μου να κοστίσουν σε ολόκληρη την ομάδα. Δεν θέλω ν' απογοητεύσω την ομάδα μου. Πώς μπορώ να λύσω αυτό το θέμα;" Ο διαγωνισμός επρόκειτο να πραγματοποιηθεί την Κυριακή και αντιμετωπίστηκε για τρομακτικό φόβο στη σκηνή από την Πέμπτη με **CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC17.3 Τονωτικό Εγκεφάλου & Μνήμης**. Έπαιξε τόσο καλά που η ομάδα του κέρδισε πραγματικά. Αυτό το ίαμα ήταν το

έμβρυο για το Combo Ευεξίας: **CC4.1 Τονωτικό της πέψης + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC14.1 Τονωτικό για άνδρες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC17.3 Τονωτικό εγκεφάλου και μνήμης** που συχνά το ζητούσαν τ' αγόρια πριν από τις εξετάσεις και τις ομαδικές παρουσιάσεις. Αργότερα αυτό το combo παρασκευάστηκε σε πληθώρα και ένα φιαλίδιο φυλάχθηκε σε καθένα από τα 28 δωμάτια του ξενώνα. Ο αρχηγός του δωματίου προετοιμάζει καθημερινά ίαμα σε νερό για κάθε αγόρι ώστε να λαμβάνει τουλάχιστον μία γουλιά καθημερινά.

Τον Απρίλιο του 2020, με το τέλος του ακαδημαϊκού έτους να πλησιάζει και τους μαθητές να ετοιμάζονται να επιστρέψουν στην πατρίδα τους, το COVID-19 εξαπλωνόταν ήδη γρήγορα. Ένας μεγάλος αριθμός φιαλιδίων του στάνταρτ μας Ενισχυτικού Ανοσίας προετοιμάστηκε και δόθηκε σε μαθητές για τις οικογένειές τους. Θυμάται ένα συγκινητικό περιστατικό όπου ένα φιαλίδιο μεταφέρθηκε στον πατέρα ενός μαθητή με συμπτώματα COVID-19 - πυρετό, απώλεια μυρωδιάς και γεύσης, γενικό αίσθημα αδιαθεσίας. Έκανε ομοιοπαθητική θεραπεία την οποία ο γιος του συμβούλεψε να σταματήσει. Πήρε το Ενισχυτικό Ανοσίας σε δοσολογία SOS, μία γουλιά κάθε 10 λεπτά για δύο ώρες εκείνο το βράδυ και μία ώρα το επόμενο πρωί. Μέσα σε διάστημα 12 ωρών, ο πατέρας ανέρρωσε πλήρως και μάλιστα είπε ότι μπορούσε να μυρίσει καμφορά στο δωμάτιο! Η ευγνώμων μητέρα του αγοριού συγκινήθηκε με δάκρυα ενώ διηγείτο την ιστορία στον θεραπευτή μέσω τηλεφώνου. *Ενισχυτικό Ανοσίας* δόθηκε σε πολλούς για πρόληψη και διέφυγαν από τη νόσο. Κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσής του, ο θεραπευτής είχε μάθει ότι η δονητική μπορεί να θεραπεύσει ασθένειες που δεν είναι γνωστές στην ανθρωπότητα, με την κατάσταση COVID, το είδε σαφώς σε δράση.

Κατά τη διάρκεια της περιόδου του lockdown όταν ο θεραπευτής δεν μπορούσε να προμηθεύσει φιαλίδια και χάπια, άλλοι ντόπιοι θεραπευτές εμφανίστηκαν με τις προμήθειες, οπότε η εργασία δεν σταμάτησε ποτέ. Και τα ιάματα συνεχίζουν να στέλνονται ταχυδρομικώς ακόμη και σήμερα, ενώ η διδασκαλία έχει μετατοπιστεί σε μια εικονική πλατφόρμα. Τώρα συνεργάζεται με άλλους θεραπευτές που μπορούν να στέλνουν τα ιάματα στους ασθενείς του, στις περιοχές τους. Έχει επίσης εισαγάγει τη δονητική στην οικογένεια, τους φίλους και τους συναδέλφους του.

Παρατηρώντας στενά τις δυστυχίες και τις ασθένειες των άλλων, ο θεραπευτής καταλαβαίνει την τεράστια ευλογία που είναι η καλή υγεία και έχει γίνει ολιστικά πιο ενσυνείδητος στην υγεία. Έχει γίνει πιο προσεκτικός παρακολουθώντας τις σκέψεις, τα λόγια και τα έργα του. Αυτό του δίνει τη δυνατότητα να τελειοποιήσει την προσωπική του sadhana, καθώς αισθάνεται ότι τα ιάματα λειτουργούν καλύτερα όταν ένας θεραπευτής ζει σε αρμονία με τον αληθινό του Εαυτό, ενεργώντας ως θεϊκό κανάλι.

Ο θεραπευτής συνιστά να διαβάζετε συχνά τα λόγια του Σουάμι "... Υπηρετείτε γιατί ενθαρρύνεστε από την Αγάπη..." στην πρώτη σελίδα του βιβλίου των 108CC, επικοινωνώντας με αγάπη που βοηθά την υπηρεσία μας και την αυτοεξέταση. Θεωρεί την Σάι δονητική μια ιδιαίτερη χάρη που του αποδόθηκε από τον Σουάμι. Έχοντας προσευχηθεί με τη σύζυγό του για μια "ζωή με επίκεντρο τον Σάι", αισθάνεται ευλογημένος που τη ζει, υπηρετώντας τους μαθητές του Σουάμι σε όλες τις πτυχές του σώματος, του νου και του πνεύματος, ενθαρρύνοντάς τους να είναι ολοκληρωμένοι ηγέτες καθώς και υπόδειγμα της δονητικής θεραπείας για τις μελλοντικές γενιές.

Περιπτώσεις να μοιραστούμε:

- [Πονοκέφαλος, ιγμορίτιδα, αλλεργία](#)
- [Οδονηρά έμμηνα](#)

+++++

Η θεραπεύτρια ^{11597...lvδία} είναι μια επιτυχημένη ακαδημαϊκός που αποσύρθηκε αφού διετέλεσε διευθύντρια τριών σχολείων υψηλού κύρους. Κατέχει πτυχίο Bachelor στην Εκπαίδευση και μεταπτυχιακό φιλοσοφίας στην αγγλική λογοτεχνία. Η βοήθεια για την παροχή εκπαίδευσης σε μειονεκτούντα παιδιά είναι πολύ κοντά στην καρδιά της. Η πρώτη της δουλειά ήταν ως συντονίστρια ενός βραδινού προγράμματος με μια ΜΚΟ που ασχολείτο με την εκπαίδευση των μειονεκτούντων παιδιών. Αυτό αργότερα εξελίχθηκε σε καθημερινή διδασκαλία σε κανονικά σχολεία και οδήγησε σε μια σταδιοδρομία διδασκαλίας που κράτησε σχεδόν τέσσερις δεκαετίες. Με την πάροδο των ετών έχει προσφερθεί εθελοντικά στην ASHA Ινδίας, στον τομέα της εκπαίδευσης, προσέφερε βοήθεια στο Olcott Memorial School και συνέβαλε στον εμπλουτισμό του προγράμματος σπουδών του Balwadi (για παιδιά προσχολικής ηλικίας). Όλα αυτά τα ιδρύματα υπηρετούν στερημένα παιδιά και κατοίκους φτωχογειτονιών. Ένα αξέχαστο περιστατικό της συνέβη ως νεαρή διευθύντρια το 1984 όταν, κατά τη διάρκεια μιας σχολικής λειτουργίας, η Μητέρα Τερέζα την κάλεσε απροσδόκητα και την ευλόγησε βάζοντας την παλάμη της στο μέτωπό της. Το 2013, η συμβολή της στον τομέα της εκπαίδευσης αναγνωρίστηκε από το Rotary club με το βραβείο 'Nation Builder'.

Έχει ασχοληθεί με το seva από μικρή ηλικία όταν επισκεπτόταν τακτικά γηροκομεία. Αργότερα, ως σύζυγος αξιωματικού του στρατού, ηγήθηκε των 'κέντρων κοινωνικής πρόνοιας' για τους στρατιώτες. Συμμετείχε για λίγο στο έργο Vidya Vahini το 2014 αλλά η συνεισφορά της ήταν σποραδική λόγω του τότε φορτωμένου προγράμματος εργασίας της. Επί του παρόντος, εργάζεται εθελοντικά με μια πνευματική οργάνωση για την οικοδόμηση των δεξιοτήτων επικοινωνίας των ενοίκων του Άσραμ.



Ο σύζυγος της θεραπεύτριας, ένας υποδειγματικός αξιωματικός του στρατού, ήταν πιστός λάτρης του Shirdi Baba και τον συνόδευε στις τελετουργίες. Το 2004, ο σύζυγός της έπεσε σε κωματώδη κατάσταση και αυτή η τραγωδία έφερε μια απροσδόκητη ροή από τους λάτρεις του Σάτια Σάι στη ζωή της. Εκείνη, μαζί με τη μικρότερη κόρη της, κατάφερε να επισκεφτεί το Prashanthi Nilayam κατά τη διάρκεια του Guru Purnima 2004 και έκτοτε αισθάνεται τα

θεικά χέρια του Σουάμι γύρω απ' αυτήν και την οικογένειά της, συνεχώς, οδηγώντας τους προς την πρόοδο και την ευημερία τόσο επαγγελματικά όσο και πνευματικά.

Η σωματική ταλαιπωρία, ο πόνος και η αδυναμία που υπέστη και της οποίας έγινε μάρτυρας, η οποία τελείωσε με την τραγική απώλεια του συζύγου της το 2006, άνοιξε την καρδιά της για ν' ανακουφίσει τα δεινά και τον πόνο των άλλων. Ωστόσο, σε εκείνο το σημείο, ήταν απασχολημένη προσπαθώντας να σταθεροποιήσει το δικό της σπιτικό και να υποστηρίξει τα παιδιά της.

Ήταν Σεπτέμβριος του 2015, μετά την μετακόμισή της στο Μπανγκαλόρ, όταν μια επιγραφή έξω από την κλινική Δονητικής στο Brindavan, Whitefield, τράβηξε την προσοχή της. Ήταν απλώς μια φευγαλέα εισαγωγή και το ταξίδι της με τη δονητική ξεκίνησε πραγματικά το 2017 όταν η ιστοσελίδα δονητικής παρουσιάστηκε κατά λάθος στην ίδια. Έγινε AVP τον Φεβρουάριο του 2018 λίγο πριν από τη συνταξιοδότησή της και VP 13 μήνες αργότερα. Μέχρι στιγμής, έχει αντιμετωπίσει πάνω από 1000 ασθενείς μ' ένα τεράστιο φάσμα ασθενειών, εκτός από την παροχή διοικητικής βοήθειας όταν απαιτείται, όπως μεταγραφές. Βοηθά τακτικά τον **Θεραπευτή**¹¹²¹⁰ στη διαδικασία των εγγράφων στην κλινική Ευεξίας, στο νοσοκομείο του Whitefield και συμβάλλει στην ενότητα 'Συμπληρωματικά' των newsletters δονητικής.

Αφού έγινε μέλος του IASVP τον Μάρτιο του 2019, συνεργάστηκε με τον **Θεραπευτή**¹⁰³⁵⁴ για τη θεραπεία ασθενών στον ιατρικό καταυλισμό σε έναν ναό Shirdi Baba στην Μπανγκαλόρ. Παρατήρησε ότι πολλοί ασθενείς με δερματικά και πεπτικά προβλήματα βελτιώνονται με τη δονητική αλλά στη συνέχεια προκύπτει κάποιο άλλο πρόβλημα. Πιστεύει ότι αυτό οφείλεται στην κακή υγιεινή και στις εγκαταστάσεις υγιεινής στην περιοχή γύρω από τον καταυλισμό. Εκμεταλλεύεται κάθε ευκαιρία για να εκπαιδεύσει αυτούς τους ασθενείς σ' αυτό το θέμα και επίσης παρέχει προληπτικά ιάματα, ειδικά όταν οι ασθένειες που μεταδίδονται μέσω του νερού είναι ανεξέλεγκτες. Σύμφωνα με την εμπειρία της, μόνο το ένα τρίτο των ασθενών που υποβάλλονται σε θεραπεία σε καταυλισμούς ακολουθούν τη συνταγογραφούμενη δοσολογία, λαμβάνουν τις κατάλληλες προφυλάξεις και ανατροφοδοτούν τα φιαλίδια εγκαίρως, αυτοί είναι που ωφελούνται περισσότερο. Για παράδειγμα, δύο ασθενείς με χρόνια ψωρίαση παρουσίασαν τεράστια βελτίωση εκεί όπου άλλες θεραπείες δεν είχαν βοηθήσει.

Η θεραπεύτρια έχει ακόμη να κατανοήσει τη διαδικασία μέτρησης της ανάρρωσης. Μερικές φορές υπάρχει μια ορατή αλλαγή προς το καλύτερο αλλά πολύ συχνά ο ασθενής έχει άλλες θετικές αλλαγές στη ζωή του οι οποίες μπορεί να βοηθήσαν στη θεραπεία. Λέει ότι οι περισσότερες ασθένειες οφείλονται σε μπλοκάρισμα του κυκλοφορικού συστήματος και η εμπειρία της δείχνει ότι η προσθήκη του **CC3.7 Κυκλοφορικό σύστημα** στα περισσότερα ιάματα επιτυγχάνει ταχύτερες θεραπείες. Διατηρεί λεπτομερή αρχεία ασθενών που τη βοηθούν να δράσει αμέσως σωστά κατά τη διάρκεια επισκέψεων παρακολούθησης, ειδικά σε περιπτώσεις όπου υπάρχει αποκάθαρση, πράγμα που διαπιστώνει ότι συμβαίνει στο 8% των ασθενών της.

Το να παρακολουθεί τους μέντορές της σε δράση, έχει διδάξει την θεραπεύτρια ότι υπηρετώντας με αφοσίωση, διατηρώντας μια ήρεμη συμπεριφορά κατά τη διάρκεια των επισκέψεων και το να είναι 100% παρούσα στη στιγμή, βοηθάει κάποιον να συνδεθεί με τον ασθενή σε βαθύτερο επίπεδο. Θα ήθελε ν' αναπτύξει περαιτέρω και να καλλιεργήσει τη στάση της για να της επιτρέψει να γίνει πιο συμπνευτική απέναντι στους ασθενείς. Είναι ένα καλό πρότυπο για τους ασθενείς της, καθώς διατηρεί την φόρμα της ασκούμενη καθημερινά και τρώγοντας μια ισορροπημένη διατροφή και δίνοντας τον καλύτερο εαυτό της σε κάθε αποστολή. Βλέπει τον εαυτό της περισσότερο ως προπονητή ζωής παρά ως θεραπεύτρια, επομένως η συμβουλευτική των ασθενών της έρχεται φυσικά. Σύμφωνα με αυτό, προτείνει αλλαγές προς

έναν υγιεινό τρόπο ζωής σε εκείνους τους ασθενείς της που πιστεύει ότι είναι ψυχολογικά έτοιμοι (περίπου 10%) για να κάνουν τη βουτιά.

Η προσωπική αντίληψη της θεραπεύτριας είναι ότι υπάρχουν ασθενείς απ' όλα τα στρώματα της κοινωνίας που είναι δυσαρεστημένοι με την αλλοπαθητική θεραπεία, καθώς γνωρίζουν τις παρενέργειες και τις επιπλοκές της, επομένως η «Δονητική» είναι σίγουρα το 'φάρμακο' το πλέον απαραίτητο στην εποχή μας.

Περιπτώσεις να μοιραστούμε:

- [Πόνος στη δεξιά πλευρά, αναπνευστική αλλεργία](#)
- [Άγχος](#)

ω Ιστορικά Περιπτώσεων με τη Χρήση Combos ω

1. Πονοκέφαλος, ιγμορίτιδα, αλλεργία ^{11621...lvδία}

Ένας 41χρονος άντρας, ο ίδιος ο θεραπευτής, υπέφερε από πονοκέφαλο κάθε μέρα για πάνω από 20 χρόνια. Είχε αλλεργία στη σκόνη και τη γύρη και φταρνιζόταν επί 10-12 συνεχόμενες φορές κατά το ξύπνημα ενώ οι ρινικοί του κόλποι του γίνονταν τόσο φλεγμονώδεις που είχε δυσκολία στη ρινική αναπνοή. Το 1998 η χειρουργική επέμβαση για αποκλίνον ρινικό διάφραγμα δεν έκανε τίποτα για να βοηθήσει το ρινικό του μπλοκάρισμα ή τους πονοκεφάλους του, αν και βοήθησε στο συριγμό που είχε κληρονομήσει από τη μητέρα του. Με τα χρόνια, οι γιατροί είχαν συνταγογραφήσει ρινικές σταγόνες, αντιισταμινικά, αντιφλεγμονώδη και παυσίπονα αλλά τίποτα δεν έδινε διαρκή ανακούφιση. Έτσι, η λήψη αυτών, τουλάχιστον δύο φορές την εβδομάδα, είχε γίνει ο κανόνας. Γινόταν παρανοϊκός όταν ήταν να βραχεί το κεφάλι του. Απέφευγε να βρέχεται στη βροχή ή να πηγαίνει στην πισίνα, αφού η παραμονή στο νερό για μισή ώρα του προκαλούσε πονοκέφαλο που ανακουφιζόταν μόνο από ένα δυνατό παυσίπονο.

Στις 25 Νοεμβρίου 2019, άρχισε να λαμβάνει:

#1. CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC19.2 Αναπνευστικές αλλεργίες + CC19.5 Ιγμορίτιδα...μια δόση κάθε 10 λεπτά για μια ώρα και ακολούθως 6TD

Μετά από δύο ημέρες, παρατήρησε μια οριακή μείωση στον συνεχή πονοκέφαλο, ένα συναίσθημα που είχε πάντα αλλά η μπλοκαρισμένη μύτη καλυτέρευσε κατά 50%. Σε μια εβδομάδα, υπήρξε μείωση κατά 30% στον πονοκέφαλο, η ρινική συμφόρηση είχε σχεδόν εξαφανιστεί και τα πρωινά φταρνίσματα είχαν φύγει εντελώς. Πήγε σ' ένα ησυχαστήριο, κατά τη διάρκεια του οποίου βρισκόταν στη θάλασσα, στην πισίνα και επίσης κάτω από το ντους για περισσότερες από τέσσερις ώρες και ως εκ θαύματος η αναμενόμενη μπλοκαρισμένη μύτη δεν εμφανίστηκε.

Μετά από ένα μήνα, στις αρχές Ιανουαρίου 2020, σημειώθηκε μείωση κατά 80% στον πονοκέφαλο, με αποτέλεσμα πολύ λιγότερη ανάγκη για αλλοπαθητικά φάρμακα και όλα τ' άλλα συμπτώματα είχαν εξαφανιστεί. Κατά τις 8-14 Ιανουαρίου υπήρχε υπερβολική πίεση στην εργασία του που συνεχιζόταν και μετά τα μεσάνυχτα και ο πονοκέφαλος επανεμφανίστηκε.

Για τέτοιες περιπτώσεις, έφτιαξε ένα ίαμα **Έκτακτης Ανάγκης**:

#2. CC4.10 Δυσπεψία + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC11.3 Πονοκέφαλοι + CC11.4

Ημικρανίες + CC19.5 Ιγμορίτιδα...κάθε 10 λεπτά για μέχρι δυο ώρες (SOS δοσολογία), το οποίο πήρε σε μόνον δυο περιπτώσεις.

Μέχρι την 1η Μαΐου, ο πονοκέφαλός του εξαφανίστηκε μια και κοιμόταν σωστά, οπότε η δοσολογία του **#1** μειώθηκε σε **OD** και σταμάτησε μετά από ένα μήνα. Μόνο όταν υπάρχει υπερβολικός φόρτος εργασίας που εκτείνεται μετά τα μεσάνυχτα ή αν χάσει ένα γεύμα, ο πονοκέφαλος επανεμφανίζεται και μία ή δύο δόσεις του **#2** επιλύουν την κατάσταση. Μια φορά που παρέλειψε τη λήψη του **#2**, ο πονοκέφαλος έγινε σοβαρός και διήρκεσε περισσότερο από μισή ημέρα! Τώρα δεν παίρνει κανένα ρίσκο. Μόλις αισθανθεί ότι πρόκειται να εμφανιστεί πονοκέφαλος, παίρνει μια δόση του **#2** και ο πονοκέφαλος δεν εμφανίζεται. Από την 1η Ιουνίου 2020, λαμβάνει το Ενισχυτικό Ανοσίας για Covid.

Από τον Οκτώβριο του 2020, δεν υπήρξε επανάληψη άλλων συμπτωμάτων.

+++++

2. Οδυνηρά έμμηνα ^{11621...lvδία}

Μια 32χρονη γυναίκα υπέφερε από οδυνηρά έμμηνα από το 2013 και δεν μπορούσε να τα καταφέρει χωρίς να πάρει κάποιο φάρμακο. Παντρεύτηκε μέσα σε μια ορθόδοξη οικογένεια, όπου κατά τη διάρκεια της εμμήνου ρύσεως δεν μπορούσε να συμμετέχει σε ορισμένες θρησκευτικές λειτουργίες. Έτσι, άρχισε να παίρνει στεροειδή φάρμακα το 2013 για να αναβάλει το μηνιαίο κύκλο της σε τέτοιες περιπτώσεις, συνήθως μία ή δύο φορές το χρόνο. Ανησυχώντας για τις παρενέργειές τους, σταμάτησε να παίρνει τα στεροειδή μετά από τέσσερα χρόνια, το 2017. Τότε ήταν που οι εμμηνορροϊκοί πόνοι επιδεινώθηκαν και άρχισε να πάσχει από σοβαρές κράμπες που μπορούσαν να διαρκέσουν έως και πέντε ημέρες. Η ασθενής απέδωσε τους πόνους της στα στεροειδή που έπαιρνε πριν. Επειδή δεν ήθελε να πάρει παυσίπονα, άντεχε τον πόνο πηγαίνοντας για ύπνο και ξεκουραζόταν όσο το δυνατόν περισσότερο.

Την **1 Δεκεμβρίου 2019**, συμβουλευτήκε τον θεραπευτή που της ταχυδρόμησε το ακόλουθο ίαμα:

CC8.4 Ωοθήκες & Μήτρα + CC8.8 Ακανόνιστη έμμηνος ρύση + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC15.4 Διαταραχές ορέξεως...TDS, το τελευταίο combo **CC15.4** το συμπεριέλαβε γιατί ήταν λίγο υπέρβαρα επειδή έτρωγε πολλά τηγανιτά (λόγω ληγούρας) και σε ακατάστατες ώρες.

Μέχρι το τέλος Δεκεμβρίου, η ασθενής παρατήρησε μείωση κατά 10-20% στον πόνο και στις κράμπες της περιόδου. Σ' έναν ακόμα μήνα, σημειώθηκε βελτίωση 30-40%, η οποία αυξήθηκε στο 80% μέχρι τα τέλη Φεβρουαρίου. Την 1η Απριλίου, η ασθενής ανέφερε ότι ο πόνος και οι κράμπες ήταν πράγματα του παρελθόντος, οπότε η δοσολογία μειώθηκε σε **OD**. Στις 11 Μαΐου 2020, το ίαμα σταμάτησε καθώς ξεκίνησε θεραπεία για το επιπλέον βάρος και τη λαχτάρα για φαγητό. Από τον Οκτώβριο του 2020, οι πόνοι δεν έχουν επιστρέψει ούτε έχει εναλλαγές διάθεσης (ένα μπόνους έκπληξη) που συνήθιζε να έχει λίγο πριν από τα έμμηνα αλλά δεν το είχε αποκαλύψει στον θεραπευτή!

+++++

3. Πόνος στη δεξιά πλευρά και Αναπνευστική αλλεργία ^{11597...lvδία}

Μια 40χρονη γυναίκα υπέφερε για τέσσερις μήνες από έντονο πόνο στη δεξιά πλευρά της, από τον ώμο έως τα πόδια. Ο πόνος διατάρασσε τον κύκλο ύπνου της. Ο ορθοπεδικός της έδωσε παυσίπονα αλλά της προκαλούσαν πρωινή υπνηλία πράγμα που την εμπόδιζε να κάνει δουλειές στο σπίτι. Συνολικά συνέχισε την αλλοπαθητική θεραπεία για τρεις μήνες χωρίς καμία επιτυχία. Αποφάσισε να αντιμετωπίσει τον πόνο μέσα από διάφορες σπιτικές θεραπείες.

Ούτε αυτές βοήθησαν, έτσι στις **3 Μαρτίου 2018**, τελικά συμβουλευτήκε την θεραπεύτρια που της έδωσε τα ακόλουθα ιάματα:

Για τον έντονο πόνο:

#1. CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC18.5 Νευραλγία + CC20.5 Σπονδυλική στήλη...TDS

Για τη διαταραχή του ύπνου:

#2. CC15.6 Διαταραχές ύπνου...πριν να πέσει για ύπνο και σε περίπτωση ανάγκης επανάληψη κάθε 10 λεπτά μέχρι να αποκοιμηθεί.

Στις 9 Μαρτίου η ασθενής ανέφερε 70% ανάρρωση στον πόνο στο δεξί της χέρι και στον ώμο αλλά ο πόνος στο δεξί της πόδι συνεχίστηκε. Ένωθε αμβλύ πόνο και μούδιασμα γύρω από την περιοχή του ισχίου. Εξηγώντας το φαινόμενο της αποκάθαρσης (pullout), η θεραπεύτρια τη διαβεβαίωσε ότι τέτοια συμπτώματα πρέπει να λαμβάνονται ως θετικό σημάδι ότι η θεραπεία λειτουργεί. Ένωσε ενθαρρυντικά και συνέχισε να παίρνει τα ιάματα. Μια εβδομάδα αργότερα, στις 17 Μαρτίου, ανέφερε ότι είχε έναν καλό και υγιή ύπνο, το μούδιασμα είχε φύγει αλλά ο πόνος είχε βελτιωθεί μόνο οριακά.

Έτσι το **#1** ενισχύθηκε όπως παρακάτω:

#3. CC15.1 Ψυχικό & Συνασθηματικό τονωτικό + CC20.1 Τονωτικό SMJ + CC20.3 Αρθρίτιδα + #1...TDS

Μετά από μια εβδομάδα, στις 25 Μαρτίου, το **#2** διακόπηκε. Μετά από 5 εβδομάδες στις 20 Απριλίου, η ασθενής ανέφερε 100% ανάρρωση από τον πόνο. Στις 5 Μαΐου 2018, ήταν ακόμη χωρίς πόνο οπότε η δόση μειώθηκε σε **OD** για ένα μήνα και στη συνέχεια σε **OW** για άλλον ένα μήνα. Από τότε δεν πονάει.

Στις **9 Αυγούστου 2018**, η ασθενής πήγε στην θεραπεύτρια επειδή υπέφερε για τρεις μέρες από υπερβολικό φτέρνισμα και δυσκολία στην αναπνοή ενώ την άνοιξη είχε κάνει καθαρισμό του σπιτιού της. Αυτό ήταν ένα πρόβλημα ηλικίας 8 χρόνων αλλά δεν είχε αναφερθεί σε προηγούμενες συναντήσεις επειδή μπορούσε να το διαχειριστεί με αντιισταμινικά δισκία.

Της δόθηκε:

#1. CC19.1 Τονωτικό στήθους + CC19.2 Αναπνευστικές αλλργίες + CC19.4 Κρίση άσθματος...κάθε 10 λεπτά για μια ώρα και επανάληψη ακόμα μια ώρα εφόσον χρειαζόταν και κατόπιν 6TD

Το επόμενο πρωί, προς ευχάριστη έκπληξη της, δεν φταρνίστηκε ούτε μια φορά! Στις 25 Αυγούστου η ασθενής ανέφερε ανακούφιση κατά 80% στο φτέρνισμα. Μπορούσε ν' αναπνεύσει πιο εύκολα αλλά ένιωθε ακόμα μια αίσθηση πίεσης στο στήθος της. Στις 3 Οκτωβρίου σημειώθηκε βελτίωση κατά 100% στην αναπνοή. Έτσι η δόση μειώθηκε σε **TDS**.

Στις 14 Οκτωβρίου η ασθενής κάλεσε να πει ότι δεν είχε πλέον συμπτώματα. Η δοσολογία μειώθηκε σε **OD**. Στις 5 Νοεμβρίου 2018, η ασθενής ανέφερε ότι δεν είχε αλλεργική αντίδραση, φτέρνισμα ή αναπνευστικά προβλήματα και είχε μετακομίσει από την κατοικία της. Άφησε στον θεραπευτή μια αναφορά.

Από τον Αύγουστο του 2020, κανένα από τα συμπτώματά της δεν έχει επανεμφανιστεί.

Μαρτυρία ασθενούς:

Θα ήθελα να προσφέρω μια βαθιά προσευχή από την καρδιά μου για όλους τους θεραπευτές της Δονητικής για τη μεγάλη τους υπηρεσία. Η ακατανίκητη μου ευγνωμοσύνη είναι για το Σουάμι και τη Δονητική θεραπεία. Είμαι πολύ ευγνώμων που σταμάτησα να παίρνω παυσίπονα, απίστευτο ότι τους τελευταίους 8 μήνες δεν έτρεξα στον φαρμακοποιό ν' αγοράσω κάποιο αντιισταμινικό ή ένα αντιφλεγμονώδες φάρμακο. Η ίδια η σκέψη ότι το σύστημά μου είναι απαλλαγμένο από χημικές ουσίες με ζαλίζει. Ευχαριστώ. Ευχαριστώ!

+++++

4. Άγχος 11597...lvδία

Στις **5 Μαΐου 2018**, μια 47χρονη γυναίκα συμβουλευτήκε την θεραπεύτρια για να ξεπεράσει τη συνήθεια της συνεχούς ανησυχίας. Όποτε ήταν συναισθηματικά διαταραγμένη, παρατηρούσε ένα ασταθές βάδισμα και αισθανόταν βάρος στην καρδιά. Αυτά τα συμπτώματα ανησυχίας και άγχους ξεκίνησαν τον Δεκέμβριο του 2017. Παρόλο που ο εμμηνορροϊκός της κύκλος ήταν ακανόνιστος για τρεις μήνες, δεν ένιωθε την ανάγκη να ξεκινήσει θεραπεία γι' αυτό το ζήτημα. Έπαιρνε μόνο συμπληρώματα ασβεστίου τα οποία συνέχισε.

Της δόθηκε:

#1. CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC18.5 Νευραλγία...TDS

Στις 15 Μαΐου η ασθενής είπε ότι ήταν πιο χαλαρή, χαρούμενη και ενεργητική. Ένιωθε 70% βελτίωση στην ικανότητά της να παραμένει στο παρόν.

Πέντε εβδομάδες αργότερα, στις 20 Ιουνίου, προστέθηκε η θεραπεία για ακανόνιστα έμμηνα:

#2.CC8.1 Τονωτικό για γυναίκες + CC8.8 Ακανόνιστη έμμηνος ρύση + #1...TDS

Στις 20 Ιουλίου η ασθενής ανέφερε ότι συνέχισε να αισθάνεται ήρεμη και δεν ζήτησε καμία αλλαγή στο ίαμα ή τη δοσολογία του. Κάθε μήνα ξαναγεμίζει το φιαλίδιο αλλά δεν δίνει μια εκτίμηση της ποσοστιαίας βελτίωσης. Καθώς δίστασε να δηλώσει πλήρη ανάρρωση, η θεραπεύτρια συνειδητοποίησε ότι μπορεί να έχει εξάρτηση από τη θεραπεία. Η θεραπεύτρια ήθελε η ασθενής να γίνει ψυχικά ισχυρή και παρατηρώντας τα φυσικά ταλέντα της, την συμβούλεψε να συμμετάσχει σε μαθήματα μουσικής ή τέχνης. Αυτό άρεσε στην ασθενή που εγγράφηκε αμέσως για μαθήματα μουσικής.

Με πίστη και συνέπεια, συνέχισε το **#2** και μόλις στις 7 Νοεμβρίου βρήκε το θάρρος ν' αναγνωρίσει 100% βελτίωση στην ψυχική της κατάσταση, τη σωματική ευεξία και την αντοχή της. Το πρόβλημα της εμμήνου ρύσεως συνέχισε όπως πριν. Ήταν πεπεισμένη ότι υπέστη φυσικές σωματικές αλλαγές λόγω της εμμηνόπαυσης, οπότε δεν ήθελε άλλα φάρμακα για ακανόνιστα έμμηνα. Κατά τις επόμενες 5 εβδομάδες, η δοσολογία μειώθηκε σταδιακά και στη συνέχεια σταμάτησε στις 10 Δεκεμβρίου 2018. Η ασθενής έκτοτε συμβουλευτείκε την θεραπεύτρια για όλα τα θέματα υγείας της. Από τον Οκτώβριο του 2020, η ασθενής είναι πολύ δραστήρια και έχει καλή υγεία, χωρίς επανάληψη προηγούμενων συμπτωμάτων.

+++++

5. Δυσπεψία, πονοκέφαλος 11606...lvδία

Λίγο μετά την πιστοποίηση, η θεραπεύτρια αντιμετώπισε την 32χρονη οικιακή βοηθό της που υπέφερε από αέρια και παλινδρόμηση οξέος με αίσθημα καύσου και ήπιο πόνο στο στομάχι κάθε δεύτερη μέρα, τα τελευταία τέσσερα με πέντε χρόνια. Καθώς η ασθενής έπρεπε να εργάζεται σε πολλά νοικοκυριά για να

συντηρήσει τα τέσσερα παιδιά της, δεν έδινε προσοχή στην υγεία ή τη διατροφή της και δεν έλαβε καμία θεραπεία για τις ασθένειές της. Πριν από δύο μήνες, καθώς η κατάσταση στο σπίτι της επιδεινώθηκε λόγω του μεθυσμένου συζύγου της, άρχισε να έχει πονοκεφάλους σχεδόν κάθε μέρα. Μερικές φορές ολόκληρο το κεφάλι περιστρεφόταν και άλλες φορές, μόνο στη μία πλευρά.

Στις **12 Μαρτίου 2019**, η θεραπεύτρια έδωσε το παρακάτω ίαμα:

#1. CC4.10 Δυσπεψία + CC11.3 Πονοκέφαλοι + CC11.4 Ημικρανίες + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες+ CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό...TDS

Ζητήθηκε από την ασθενή να πίνει περισσότερο νερό, να περιλαμβάνει λαχανικά και φρούτα στη διατροφή της, ν' αποφεύγει το τηγανητό φαγητό και να διατηρεί όσο το δυνατόν περισσότερο τα γεύματα της σε τακτά διαστήματα. Μετά από μία εβδομάδα ανακουφίστηκε λίγο αλλά όταν πήγε στο σπίτι της θεραπεύτριας για δουλειά, άρχισε να ζαλίζεται και έπρεπε να σταματήσει τη δουλειά.

Της δόθηκε αμέσως:

#2. CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις...μια δόση κάθε 10 λεπτά για 1 ώρα. Μετά απ' αυτό επανήλθε στο φυσιολογικό, έτσι το **#2** σταμάτησε.

Μία εβδομάδα αργότερα, η ασθενής ανέφερε 100% ανακούφιση από τα αέρια, την παλινδρόμηση οξέος και το αίσθημα καύσου αλλά μόνο 80% ανακούφιση στον πονοκέφαλο. Μετά από άλλη μια εβδομάδα, ο πονοκέφαλος εξαφανίστηκε επίσης. Στις 12 Απριλίου 2019, η δοσολογία μειώθηκε σε **OD**. Η ασθενής δεν ήθελε να μειώσει αργά τη δόση, συνεπώς συνέχισε **OD** για 2 μήνες πριν από τη διακοπή. Τον Ιούνιο του 2019 η θεραπεύτρια μετακόμισε σε άλλη περιοχή, οπότε η ασθενής δεν εργαζόταν πλέον γι' αυτήν. Από τον Ιούνιο του 2020, η ασθενής διατηρείται υγιής, χωρίς υποτροπή συμπτωμάτων.

+++++

6. Παγωμένος ώμος ^{11620...Ivδία}

Τον Ιούνιο του 2019, ένας 53χρονος άνδρας άρχισε να έχει πόνο στο αριστερό του χέρι. Τους επόμενους μήνες, ο πόνος αυξήθηκε και επιδεινώθηκε τόσο που δεν μπορούσε να σηκώσει το χέρι του. Στις 11 Οκτωβρίου 2019, συμβουλευτήκε έναν νευρολόγο που διέγνωσε παγωμένο ώμο. Δεδομένου ότι οι διαβητικοί ασθενείς διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο για παγωμένο ώμο, διέταξε εξετάσεις σακχάρου στο αίμα - HbA1C και FPG (Fasting Plasma Glucose/σάκχαρο νηστείας). Και οι δύο εξετάσεις επιβεβαίωσαν ότι το σάκχαρο του αίματος ήταν εντός του φυσιολογικού εύρους. Του δόθηκε ένα παυσίπονο που πήρε μόνο για μια εβδομάδα καθώς αυτό έδωσε μόνο προσωρινή ανακούφιση. Ακόμη και η φυσιοθεραπεία που έκανε για 3 μήνες δεν βοήθησε.

Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου, ολοκλήρωσε την εκπαίδευσή του στη δονητική και έγινε ο ίδιος θεραπευτής και στις **2 Φεβρουαρίου 2020**, έκανε το ακόλουθο ίαμα:

CC20.3 Αρθρίτιδα + CC20.4 Μύες & ερειστικός ιστός...TDS

Δεν πήρε άλλο φάρμακο και μέσα σε δύο εβδομάδες σημείωσε βελτίωση κατά 75% στον πόνο του, οπότε κατάφερε να ανυψώνει το αριστερό του χέρι χωρίς μεγάλη δυσκολία. Μέχρι τις 22 Φεβρουαρίου ο πόνος είχε εξαφανιστεί και μπορούσε να μετακινεί το βραχίονα ελεύθερα. Η δοσολογία μειώθηκε σε **OD** για μια εβδομάδα και σταμάτησε την 1η Μαρτίου. Από τις 31 Ιουλίου 2020, ο ώμος του είναι απαλλαγμένος από πόνο.

+++++

7. Στοματοφαρυγγική δυσφαγία ^{11613...Ivδία}

Μια 57χρονη γυναίκα είχε δυσκολία στην κατάποση, καθώς κάθε μπουκιά της προκαλούσε αίσθηση πνιγμού. Στις 12 Μαρτίου 2019, αφού υπέφερε για 10 ημέρες, συμβουλευτήκε έναν γιατρό που διέγνωσε την κατάστασή της ως στοματοφαρυγγική δυσφαγία και συνταγογράφησε αλλοπαθητικά δισκία. Καθώς είχε επίσης πληγές στο στόμα της, ένα διαγνωστικό τεστ στις 5 Απριλίου 2019 το επιβεβαίωσε ως στοματική λειχήνα, μια αυτοάνοση διαταραχή οπότε της δόθηκαν φάρμακα και γι' αυτήν την πάθηση. Μετά από 5 μήνες, οι πληγές στο στόμα της θεραπεύτηκαν και τα φάρμακα, για την ίδια αιτία, σταμάτησαν στις 25 Σεπτεμβρίου 2019. Μια και η δυσφαγία συνεχιζόταν, έκανε ενδοσκόπηση στις 26 Νοεμβρίου 2019. Αυτή αποκάλυψε μια καλοήγη ανάπτυξη με τη μορφή μιας λεπτής μεμβράνης στη διασταύρωση της αναπνευστικής οδού και του οισοφάγου. Συστήθηκε χειρουργική επέμβαση για την αφαίρεση αυτής της μεμβράνης. Ωστόσο, η ασθενής επέλεξε τη δονητική και σταμάτησε να παίρνει όλα τα φάρμακα. Όταν συμβουλευτήκε τον θεραπευτή στις **27 Νοεμβρίου 2019**, φαινόταν πολύ ανήσυχη για την υγεία της.

Της δόθηκε:

CC4.10 Δυσπεψία + CC12.4 Αυτοάνοσες ασθένειες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC18.4 Παράλυση...6TD για μια εβδομάδα και ακολούθως **TDS**

Καθώς η κίνηση της τροφής στον οισοφάγο ήταν αργή, πιθανώς λόγω ασθενών μυών, συμπεριλήφθηκε το **CC18.4 Παράλυση**. Μετά από 2 εβδομάδες, στις 12 Δεκεμβρίου, η ασθενής ανέφερε ότι η αίσθηση πνιγμού είχε εξαφανιστεί εντελώς. Στις 5 Ιανουαρίου 2020, η δοσολογία μειώθηκε σε **OD** για ένα μήνα και μειώθηκε σταδιακά στο μηδέν στις 5 Μαρτίου 2020. Επίσης, τέθηκε σε κύκλο **CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες** και **CC17.2 Κάθαρση**, εναλλάξ μηνιαίως. Από τον Σεπτέμβριο του 2020, δεν υπήρξε υποτροπή.

+++++

8. Αγχώδης διαταραχή ^{03576...HB}

Στις 15 Μαρτίου 2019, ένας 48χρονος άνδρας ήρθε σε επαφή με την θεραπεύτρια για να την ρωτήσει αν θα μπορούσε να τον βοηθήσει. Τους τελευταίους έξι μήνες, υπέφερε από σοβαρές κρίσεις άγχους, κόπωση και αλλαγές στη διάθεση. Μια εξέταση αίματος αποκάλυψε επίπεδο TSH 6,8 mIU / L (φυσιολογικό εύρος 0,4 έως 4,0) που θα μπορούσε να οδηγήσει σε υποθυρεοειδισμό στο μέλλον. Ο γιατρός δεν έδωσε κανένα φάρμακο αλλά του ζήτησε να παρακολουθεί τη λειτουργία του θυρεοειδούς κάθε χρόνο.

Μια εβδομάδα αργότερα επισκέφθηκε την θεραπεύτρια και της είπε ότι κατά καιρούς, ένιωθε αρκετά πεσμένος και είχε ένα αίσθημα κενού μέσα. Είχε έλλειψη αυτοπεποίθησης και δεν μπορούσε να επικοινωνήσει με τους ανθρώπους όπως στο παρελθόν. Σε υλικό επίπεδο, έχει τα πάντα, μια στοργική οικογένεια, μια επιτυχημένη επιχείρηση και έναν πολυτελή τρόπο ζωής. Τώρα, ένιωθε άγχος, ανήσυχος και ευερέθιστος, πράγμα που επηρέαζε την καθημερινή του ρουτίνα και την κοινωνική και επαγγελματική του ζωή. Δεν είχε βιώσει ποτέ αυτό το συναίσθημα στη ζωή του, ακόμη και όταν η αδερφή του στα σαράντα της πέθανε πριν από τρία χρόνια, ακριβώς την ημέρα πριν από το γάμο της. Αγχωνόταν με το γεγονός ότι δεν μπορούσε να καταλάβει τη δραστική ψυχική, συναισθηματική και σωματική αλλαγή που τον επηρέαζε τώρα και ανησυχούσε πολύ ότι η κατάστασή του θα έθετε σε κίνδυνο την επιχείρησή του. Η θεραπεύτρια ανακάλυψε ότι ο ασθενής είχε ακόμα κάποια ανεπίλυτα ζητήματα σχετικά με το θάνατο της αδερφής του. Αυτό επηρέαζε πιθανώς την ψυχική του κατάσταση αν και δεν είχε παρουσιάσει συμπτώματα μέχρι πριν από έξι μήνες. Δεν έπαιρνε φάρμακα εκτός από δισκία πολυβιταμινών.

Στις **23 Μαρτίου 2019**, του δόθηκε:

CC6.2 Υποθυρεοειδισμός + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC15.2 Ψυχιατρικές διαταραχές...TDS

Μετά από τρεις ημέρες, ο ασθενής ένιωσε ότι υπήρχε βελτίωση κατά 60% στην κατάστασή του. Μετά από άλλες δύο εβδομάδες, στις 10 Απριλίου, ενώ ήταν σε οικογενειακές διακοπές, ανέφερε βελτίωση κατά 90%, λέγοντας ότι ένιωθε το ίδιο όπως και πριν από την έναρξη των συμπτωμάτων του. Μια εβδομάδα αργότερα, στις 19 Απριλίου, ήταν ενθουσιασμένος αναφέροντας ότι είχε αναρρώσει πλήρως και ήταν σε θέση να συνεχίσει την κανονική του επαγγελματική και κοινωνική ζωή. Στις 17 Μαΐου, η δοσολογία μειώθηκε σε **BD** και στη συνέχεια σταδιακά μειώθηκε στο μηδέν, στα μέσα Ιουλίου. Στις 23 Ιουλίου 2019, το επίπεδο TSH του είχε μειωθεί στα 4 mIU / L, το οποίο ο γιατρός του θεώρησε αποδεκτό, υποδηλώνοντας μια αποκατεστημένη λειτουργία του θυρεοειδούς.

Από τον Σεπτέμβριο του 2020, ο ασθενής αισθάνεται εντελώς καλά με τον εαυτό του και έχει καλή διάθεση.

+++++

9. Οστεοαρθρίτιδα στα γόνατα ^{03527...Γαλλία}

Μια 72χρονη γυναίκα, πρώην δασκάλα φυσικής αγωγής και εθνική παίκτρια βόλεϊ της χώρας έπασχε από οστεοαρθρίτιδα στα γόνατα για τουλάχιστον 15 χρόνια (ο μηνίσκος στο δεξί γόνατο είχε ήδη χειρουργηθεί πριν από 7 χρόνια). Έπαιρνε επανειλημμένα αντιφλεγμονώδη φάρμακα καθ' όλη τη διάρκεια της καριέρας της για να ανακουφίζει τον πόνο της αλλά σταμάτησε να τα παίρνει πριν από 5-6 χρόνια επειδή αυτά είχαν αρχίσει να βλάπτουν τα νεφρά της. Απέφευγε να παίρνει παυσίπονα όσο το δυνατόν περισσότερο αλλά λάμβανε συμπληρώματα διατροφής - Silicea, κολλαγόνο και κουρκουμίνη. Το Νοέμβριο του 2017 ο πόνος στο αριστερό γόνατό της ήταν τόσο βασανιστικός που δεν μπορούσε ούτε να περπατήσει ούτε να οδηγήσει. Σκεφτόταν, επίσης, να κάνει χειρουργική επέμβαση και στο αριστερό της γόνατο.

Απελπισμένη, όταν τελικά συμβουλευτήκε τον θεραπευτή στις **31 Μαΐου 2018**, το πνεύμα της ήταν πολύ πεσμένο και της δόθηκε:

#1. NM2 Blood + NM3 Bone Irregularity + NM12 Combination-12 + NM20 Injury + NM22 Liver + NM40 Knees + NM59 Pain + NM63 Back-up(Booster) + NM86 Immunity + BR18 Circulation + BR21 Injury + SR348 Cortisone + SR573 Osteoporosis + δυναμοποιημένη Codeine-Doliprane 200C...6TD σε νερό

Μέχρι τις 4 Σεπτεμβρίου υπήρξε βελτίωση κατά 20% καθώς ο πόνος ήταν πλέον ανεκτός. η δοσολογία του #1 μειώθηκε σε TDS. Είπε στον θεραπευτή ότι είχε πίστη σ' αυτήν τη θεραπεία. Την συμβούλεψε να πάρει επιπλέον συμπληρώματα - βιταμίνες C, D και K2, καθώς πίστευε ότι οι περισσότεροι ηλικιωμένοι στη Γαλλία έχουν υψηλή ανεπάρκεια σ' αυτά. Μέχρι τον Ιανουάριο του 2019 βελτιώθηκε κατά περίπου εν τρίτον.

Καθώς ο θεραπευτής θεώρησε ότι η πρόοδος ήταν πολύ αργή, τροποποίησε το ίαμα:

#2. NM3 Bone Irregularity + NM40 Knees + NM59 Pain + OM5 Circulation + BR18 Circulation + SM28 Injury + SM36 Skeletal + SR348 Cortisone + SR573 Osteoporosis + δυναμοποιημένη Codeine-Doliprane 200C...TDS σε νερό

Μέχρι τον Απρίλιο σημειώθηκε βελτίωση κατά 80%. Μέχρι τα τέλη Ιουνίου, ο πόνος είχε εξαφανιστεί και τώρα μπορούσε να περπατάει και να οδηγεί κανονικά! Είχε αποφύγει τη χειρουργική επέμβαση και εξέφρασε την ευγνωμοσύνη της στην δονητική. Από τις 4 Ιουλίου, η δοσολογία μειώθηκε σταδιακά στο μηδέν έως τις 30 Σεπτεμβρίου 2019. Τον Μάιο του 2020 έστειλε μια κάρτα στον θεραπευτή λέγοντας: "Το γόνάτο μου είναι ακόμα εντάξει. Είμαι τόσο χαρούμενη!" Προς το τέλος του Σεπτεμβρίου 2020, όταν ο θεραπευτής κάλεσε την ασθενή για ενημέρωση, είπε ότι δεν υπήρξε επανάληψη του πόνου και ότι η θεραπεία της ήταν ένα θαύμα.

Ο θεραπευτής θέλει να γνωστοποιήσει ότι η δυναμοποίηση του παυσίπνου Codeine-Doliprane (παρακεταμόλη) δίνει πολύ καλά αποτελέσματα σε όλους τους ασθενείς που πάσχουν από πόνο.

Αν χρησιμοποιείτε το κουτί των 108CC, δώστε: CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες+ CC20.1 Τονωτικό SMJ + CC20.2 Πόνος SMJ + CC20.5 Σπονδυλική Στήλη + CC20.6 Οστεοπόρωση

+++++

10. Επώδυνες αιμορροΐδες 03592...Νότιος Αφρική

Μια 50χρονη γυναίκα υπέφερε από οδυνηρές αιμορροΐδες και δυσκοιλιότητα τα τελευταία 5 χρόνια. Ο γιατρός της συνέστησε χειρουργική επέμβαση, την οποία, λόγω του φόβου της για εγχειρήσεις, αρνήθηκε. Τα τελευταία 3 χρόνια, έπαιρνε αλλοπαθητικά φάρμακα για τον πόνο και τη δυσκοιλιότητα αλλά μόνο κατά διαστήματα όταν η κατάσταση ήταν σοβαρή. Αυτά δεν την βοήθησαν πολύ.

Αποφάσισε να επιλέξει τη δονητική και στις 10 Απριλίου 2020, συμβουλευτήκε τον θεραπευτή που έδωσε το ακόλουθο:

CC4.4 Δυσκοιλιότητα...TDS

Η ασθενής δεν έπαιρνε άλλα φάρμακα. Στις 29 Απριλίου υπήρξε ανακούφιση 25% τόσο στον πόνο όσο και στη δυσκοιλιότητα. Μετά από άλλες δύο εβδομάδες, στις 15 Μαΐου, η επούλωση είχε προχωρήσει στο 50%, οι αιμορροΐδες είχαν συρρικνωθεί στο μισό του αρχικού τους μεγέθους. Κατά τις επόμενες 2 εβδομάδες, σημειώθηκε μια περαιτέρω σταδιακή συρρίκνωση των αιμορροΐδων. Την 1η Ιουνίου, η ασθενής ένιωθε 100% καλά χωρίς πόνο, η δυσκοιλιότητα και οι αιμορροΐδες είχαν εξαφανιστεί εντελώς. Η ασθενής παρατήρησε επίσης ότι το παλιό της πρόβλημα με τις σοβαρές κοιλιακές κράμπες και τη βαριά αιμορραγία κάθε μήνα κατά τη διάρκεια της περιόδου της, είχε τελειώσει εντελώς! Ήταν ενθουσιασμένη με αυτό τη θεραπεία μπόνους, καθώς δεν είχε αναφέρει καν αυτό το ζήτημα νωρίτερα. Η δοσολογία μειώθηκε σε **BD, OD, 3TW, 2TW** για περίοδο 3 μηνών. Τέλος, η ασθενής αποφάσισε να σταματήσει τη θεραπεία στις 31 Αυγούστου 2020, καθώς τα οδυνηρά προβλήματα είχαν ξεθωριάσει ακόμη και από τη μνήμη της! Από τον Οκτώβριο του 2020, δεν υπήρξε υποτροπή.

+++++

11. Αιμορροΐδες, επαναλαμβανόμενες 11615...Ινδία

Μια 50χρονη γυναίκα είχε αίμα στα κόπρανα και σοβαρό πόνο στον πρωκτό και στο στομάχι τις τελευταίες τρεις εβδομάδες. Το πρώτο της επεισόδιο με αυτά τα συμπτώματα αλλά χωρίς αιμορραγία, συνέβη το 1996 και αργότερα διαγνώστηκε ως αιμορροΐδες και θεραπεύτηκε με ομοιοπαθητική θεραπεία που διήρκεσε 15 ημέρες. Τα ίδια συμπτώματα επανεμφανίστηκαν τον Ιούνιο του 2017 και η ομοιοπαθητική επανήλθε προς διάσωση. Όταν συνέβη την τρίτη φορά, τον Αύγουστο του 2019, δεν μπορούσε να επικοινωνήσει με τον προηγούμενο ομοιοπαθητικό της και συμβουλευτήκε έναν αλλοπαθητικό γιατρό που

πρότεινε χειρουργική επέμβαση την οποία ήθελε να αποφύγει. Έτσι, από μόνη της, πήρε την κύρια ομοιοπαθητική θεραπεία για αιμορροΐδες Aesculus 200, αλλά αυτό δεν βοήθησε.

Επισκέφτηκε τον θεραπευτή στις **24 Αυγούστου 2019** ο οποίος έδωσε:

#1. CC4.4 Δυσκοιλιότητα + CC4.6 Διάρροια + CC4.8 Γαστρεντερίτιδα + CC4.10 Δυσπεψία + CC8.1 Τονωτικό για γυναίκες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό...κάθε 10 λεπτά για 1 ώρα ακολουθούμενο από 6TD

Στις 26 Αυγούστου, καθώς η αιμορραγία δεν είχε μειωθεί και η περιοχή του πρωκτού πονούσε πολύ, αν και υπήρχε ανακούφιση στον πόνο στο στομάχι, το **#1** ενισχύθηκε σε:

#2. CC3.2 Αιμορραγικές διαταραχές + CC20.4 ψ + CC21.11 Πληγές & γδαρσίματα + #1...κάθε 10 λεπτά για 1 ώρα ακολουθούμενο από **6TD**

Δύο ημέρες αργότερα ανέφερε μείωση κατά 50% στον πόνο και όχι αίμα στα κόπρανα. Στις 2 Σεπτεμβρίου, καθώς ο πόνος της είχε μειωθεί κατά 90%, η δοσολογία μειώθηκε σε **TDS**. Κατά τις 20 Σεπτεμβρίου, καθώς η ασθενής είχε απαλλαγθεί απ' όλα τα συμπτώματα, η δοσολογία μειώθηκε σε **OD** αλλά στις 15 Οκτωβρίου, η ασθενής αποφάσισε να σταματήσει τη θεραπεία. Στις 3 Νοεμβρίου, πήγε στον θεραπευτή για άλλα προβλήματα - πόνος στην πλάτη, πόνος στο γόνατο, γενική αδυναμία και ακανόνιστα έμμηνα.

Έχοντας υπόψη ότι ήταν κοντά στην εμμηνόπαυση και είχε σταματήσει πρόωρα το **#2**, αυτό αντικαταστάθηκε από:

#3. CC3.2 Αιμορραγικές διαταραχές + CC4.4 Δυσκοιλιότητα + CC8.6 Εμμηνόπαυση + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC20.4 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC20.6 Οστεοπόρωση...TDS

Μέσα σε 16 ημέρες όλα τα συμπτώματά της είχαν εξαφανιστεί, οπότε στις 19 Νοεμβρίου η δοσολογία του **#3** μειώθηκε σε **OD** και σταδιακά σε **2TW** στις 4 Δεκεμβρίου. Δύο ημέρες αργότερα, ο πόνος στην πρωκτική περιοχή επανεμφανίστηκε, οπότε η δοσολογία αυξήθηκε σε **TDS**. Χρειάστηκε μια εβδομάδα για να είναι ξανά χωρίς πόνο. Αφού βεβαιώθηκε για ένα μήνα ότι κανένα από τα συμπτώματα δεν είχε υποτοπιάσει, η δοσολογία μειώθηκε σε **OD** στις 14 Ιανουαρίου 2020 και στη συνέχεια μειώθηκε για 5 εβδομάδες στη δόση συντήρησης **OW**. Στις 17 Φεβρουαρίου 2020 της δόθηκε επίσης **CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό... TDS** για ένα μήνα εναλλάξ με **CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC17.2 Κάθαρση** για ένα έτος, ενώ θα συνεχίζει το **#3** σε **OW**. Από τον Οκτώβριο του 2020, είναι εντάξει

+++++

12. COVID-19 ^{11613...Ivδία}

Ένας άνδρας 83 ετών με άσθμα για 28 χρόνια, που λάμβανε εισπνεόμενα και νεφελοποιητή, έπαιρνε επίσης imitinab * (φάρμακο χημειοθεραπείας που επιβραδύνει την ανάπτυξη καρκινικών κυττάρων) για καρκίνο του αίματος που διαγνώστηκε πριν από δέκα χρόνια. Στις 12 Ιουλίου 2020, εμφάνισε πυρετό 101° F και δύσπνοια, περισσότερο από το συνηθισμένο. Καθώς τα συμπτώματα συνεχίστηκαν για τέσσερις ημέρες, η οικογένειά του, χρησιμοποιώντας ένα παλμικό οξύμετρο, έλεγξε το επίπεδο οξυγόνου στο αίμα του που ήταν 89% (το φυσιολογικό επίπεδο είναι 95% - 100% αλλά ως ασθματικός, το φυσιολογικό του ήταν 92%). Εισήχθη αμέσως στο νοσοκομείο στις 16 Ιουλίου όπου του δόθηκε υποστήριξη οξυγόνου. Ένα τεστ επιχρίσματος που έγινε την ίδια ημέρα τον βρήκε θετικό στο Covid. Του δόθηκαν γι' αυτό δισκία βιταμίνης-C, Ψευδάργυρος και Ασβέστιο εκτός από τις καθημερινές IV ενέσεις, πιθανώς αντιηκικά, αν και δεν αποκαλύφθηκαν από το νοσοκομείο.

Μετά από τρεις ημέρες, στις 19 Ιουλίου 2020, ο πυρετός μειώθηκε στους 99,5° F αλλά το επίπεδο οξυγόνου μειώθηκε στο 84%. Αμέσως, ένα μέλος της οικογένειας επικοινωνήσε με τον θεραπευτή που έδωσε το τυπικό ίαμα ενισχυτικό Ανοσίας, δηλαδή:

CC4.1 Τονωτικό της πέψης + CC4.8 Γαστρεντερίτιδα + CC9.4 Παιδικές ασθένειες + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC13.1 Τονωτικό νεφρών + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC19.3 Χρόνιες λοιμώξεις θώρακος + CC19.6 Βήχας χρόνιος + CC19.7 Λαιμού χρόνια προβλήματα...μια δόση κάθε 10 λεπτά για 2 ώρες, ακολουθούμενη από 6TD

Την επόμενη μέρα, ο πυρετός μειώθηκε στους 99° F και το επίπεδο ενέργειας και η όρεξή του αυξήθηκαν σημαντικά. Μετά από 3 ημέρες, στις 22 Ιουλίου, το τεστ επιχρίσματος έδειξε ότι ήταν ακόμα θετικό και το επίπεδο οξυγόνου του παρέμενε στο 84%, οπότε συνέχισε να βρίσκεται σε υποστήριξη οξυγόνου. Ωστόσο, τέσσερις μέρες αργότερα στις 26 Ιουλίου, πολύ ανακουφισμένος, το τεστ βγήκε αρνητικό, το επίπεδο οξυγόνου του βελτιώθηκε στο 98% και πήρε εξιτήριο από το νοσοκομείο. Οι γιατροί εξεπλάγησαν ότι παρά το άσθμα και τον καρκίνο του αίματος, αυτός ο άνδρας 83 ετών ανέρρωσε σε μόλις 10 ημέρες.

Στις 5 Αυγούστου, η δοσολογία μειώθηκε σταδιακά σε **TDS, BD, OD** και ο ασθενής, χωρίς να αισθάνεται περαιτέρω ανάγκη για το ίαμα, το σταμάτησε στις 10 Σεπτεμβρίου 2020.

☞ Η Γωνιά των Απαντήσεων ☞

E1. Μπορεί η Ενίσχυση Ανοσίας (IB) για την πρόληψη του Covid να δοθεί σ' έναν ασθενή που πάσχει από αυτοάνοση ασθένεια όπως η ρευματοειδής αρθρίτιδα ή η ψωρίαση; Με τέτοιες διαταραχές, ο ασθενής μπορεί να παίρνει ένα ανοσοκατασταλτικό φάρμακο για να μειώσει την ανοσία του;

A. Ναι, αυτό μπορεί να δοθεί με ασφάλεια σ' αυτούς τους ασθενείς. Το Ενισχυτικό Ανοσίας έχει διαμορφωθεί για την αντιμετώπιση των συμπτωμάτων που προκαλούνται απ' αυτόν τον ιό. Έτσι, το Ενισχυτικό Ανοσίας εργάζεται για την ενίσχυση των οργάνων που είναι πιο ευαίσθητα στον ιό. Ναι, θα ενισχύσει την ανοσία του ατόμου σε αιθερικό επίπεδο, επιτρέποντάς του να καταπολεμήσει ιούς, συμπεριλαμβανομένων του Covid και των βακτηρίων. Επομένως, το Ενισχυτικό Ανοσίας δεν παρεμβαίνει στη χορήγηση ανοσοκατασταλτικής θεραπείας σε φυσικό επίπεδο. Έχει αναφερθεί από ορισμένους θεραπευτές που θεραπεύουν τη ρευματοειδή αρθρίτιδα ότι έχουν δώσει Ενισχυτικό Ανοσίας χωρίς καμία δυσμενή επίδραση στη θεραπεία αυτής της νόσου.

E2. Θα μπορούσε το Ενισχυτικό Ανοσίας (IB) για το Covid να προκαλέσει αποκάθαρση (pullout);

A. Ναι, θεωρητικά, θα μπορούσε επειδή αυτός ο συνδυασμός είναι σαν οποιαδήποτε άλλο ίαμα. Ωστόσο, η εμφάνιση αποκάθαρσης (pullout) είναι σπάνια σε οξεία προβλήματα όπως το Covid. Εάν το Ενισχυτικό Ανοσίας χορηγείται για πρόληψη, η αποκάθαρση (αν και απίθανη) μπορεί να έχει τη μορφή κεφαλαλγίας ή/και κόπωσης και αναμένεται να διαρκέσει δύο ημέρες αλλά συνεχίστε το Ενισχυτικό Ανοσίας **OD**.

E3. Έχω το κουτί των 108CC μου για πάνω από δύο χρόνια και πρέπει να επαναφορτιστεί. Δεν υπάρχουν θεραπευτές πουθενά κοντά μου. Τι πρέπει να κάνω;

A. Είναι δυνατόν να διατηρήσετε τις δονήσεις ενεργές για άλλα δύο χρόνια. Κρατήστε κάθε φιαλίδιο με το σταγονόμετρο στο δεξί σας χέρι και πιέστε κόντρα στην παλάμη του αριστερού χεριού εννέα φορές, ενώ προσεύχεστε. Οι δονήσεις που μπορεί να είναι αδρανείς θα έχουν την ευκαιρία να επανενεργοποιηθούν και αυτό θα επεκτείνει τη φόρτιση κατά έξι μήνες. Αυτή η διαδικασία μπορεί να επαναληφθεί κάθε έξι μήνες έως και 4 φορές. Προσέξτε ιδιαίτερα διατηρώντας το κουτί σας μακριά από πηγές ακτινοβολίας και διασφαλίζοντας ότι τα φιαλίδια δεν στεγνώνουν. Ελέγξτε κάθε φιαλίδιο τουλάχιστον μία φορά κάθε τρεις μήνες και συμπληρώστε τυχόν φιαλίδιο που τελειώνει.

E4. Συνήθιζα να παίρνω οινόπνευμα για να συμπληρώνω τα φιαλίδια των 108CC, μέσω των πιστών που επισκέπτονται την Ινδία. Δεδομένου ότι ορισμένα φιαλίδια στεγνώνουν και οι άνθρωποι δεν ταξιδεύουν, δεν ξέρω τι να κάνω;

A. Χρησιμοποιούμε αιθυλική αλκοόλη καθαρότητας > 96%. Σε ορισμένες χώρες, διατίθεται **αλκοόλη με κόκκους** υψηλής καθαρότητας. Εάν δεν είναι δυνατόν να προμηθεύσετε αυτή τοπικά, τότε μπορεί κανείς να χρησιμοποιήσει καθαρό ποτό όπως τζιν ή βότκα (περιεκτικότητα σε αλκοόλη περίπου 45%) ως προσωρινό μέτρο. Το πρόβλημα με αλκοόλη χαμηλότερης καθαρότητας είναι ότι, όταν προστίθεται σε χάπια, δεν εξατμίζεται αρκετά γρήγορα. Έτσι τα χάπια γίνονται υγρά ειδικά όταν προσθέτουμε πολλές σταγόνες διαφορετικών CC σ' ένα φιαλίδιο. Για ν' αποφύγετε αυτό το πρόβλημα, προσθέστε μία σταγόνα από κάθε CC που απαιτείται σε ένα άδειο φιαλίδιο. Χρησιμοποιήστε μία σταγόνα αυτού του μείγματος για να προετοιμάσετε το ίαμα σε χάπια. Δείτε παρόμοια ερώτηση στα Νέα Σεπ/Οκτ 2014, τόμος 5#5.1.

Προειδοποίηση! Για τη θεραπεία δεν πρέπει να χρησιμοποιούμε μετουσιωμένη αιθυλική αλκοόλη ή μεθυλική αλκοόλη κοινώς γνωστή ως αλκοόλ για τρίψιμο, καθώς και τα δύο είναι δηλητηριώδη εάν λαμβάνονται εσωτερικά. Χρησιμοποιήστε μόνο αιθυλική αλκοόλη, που ονομάζεται επίσης αιθανόλη.

E5. Μπορώ να χρησιμοποιήσω νερό αντί για αιθυλική αλκοόλη για ν' αναμίξω τα θρυμματισμένα φάρμακα ή τα αλλεργιογόνα πριν τα ενεργοποιήσω;

A. Ναι, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε νερό αλλά θα πρέπει να είναι καθαρό, π.χ. εμφιαλωμένο ή βραστό και μετά να κρυώσει. Σημαντικό είναι να βεβαιωθείτε ότι η ουσία που ενεργοποιείται πρέπει είτε να αγγίζει

τον πυθμένα του δοχείου είτε να διαλύεται τουλάχιστον εν μέρει σε νερό/αλκοόλ. Εάν δεν διαλύεται αλλά επιπλέει, χρησιμοποιήστε την ουσία μόνη της.

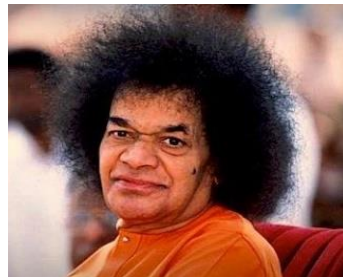
+++++
Ε6. Ο ασθενής μου έχει τη συνήθεια να εισπνέει Vicks VapoRub. Μπορεί να το χρησιμοποιήσει ενώ παίρνει δονητικά ιάματα;

Α. Το Vicks VapoRub, που χρησιμοποιείται επίσης από μητέρες για εφαρμογή στο στήθος των παιδιών για την ανακούφιση του βήχα και του κρυολογήματος, περιέχει καμφορά, μενθόλη και έλαιο ευκαλύπτου. Τέτοια συστατικά, με έντονη μυρωδιά, έχουν την ικανότητα να αντιδοτούν πολλές δονήσεις. Γι' αυτό είναι καλύτερο να αποφεύγετε το VapoRub και άλλα παρόμοια βάλσαμα (π.χ. amrutanjana στην Ινδία, επίσης τέτοια προϊόντα που πωλούνται σε πολλές χώρες με διαφορετικά εμπορικά σήματα) ενώ λαμβάνετε ιάματα. Εάν ένας ασθενής πρέπει να το χρησιμοποιήσει, ας αφήσει ένα κενό τουλάχιστον μιας ώρας πριν και μιας ώρας μετά από τη λήψη του ιάματος.

+++++
Ε7. Για πόσο καιρό είναι αποτελεσματικές οι δονήσεις σε μέσα όπως λάδι καρύδας, βαζελίνη, ελαιόλαδο, βιμπρούτι και σκόνη καλαμποκιού;

Α. Ακριβώς όπως στα σφαιρίδια ζάχαρης, οι δονήσεις σε αυτά τα μέσα θα παραμείνουν αποτελεσματικές για έξι μήνες υπό την προϋπόθεση ότι το ίαμα διατηρείται καλά, π.χ., μακριά από πηγές ακτινοβολίας.

Ω Θεία Λόγια απόν Υπέρτατο Θεραπευτή Ω



“Η υγεία και η ευτυχία πάνε μαζί. Η ευτυχία είναι ένα μάταιο όνειρο εάν απουσιάζει η υγεία. Τα Shruthis (ιερές γραφές) δηλώνουν ότι η υγεία είναι μια πολύ βασική ποιότητα για τον άνθρωπο, αφού χωρίς αυτή δεν μπορεί να συνειδητοποιήσει κανέναν από τους τέσσερις στόχους της ζωής, τη σωστή πράξη, τη σωστή επιθυμία, το σωστό κέρδος και την τελική απελευθέρωση. Ένα υγιές μυαλό χρειάζεται ένα υγιές σώμα. Το ένα αντιδρά στο άλλο. Ο κόσμος θεωρείται ότι είναι μόνο η προβολή του νου, όταν ο νους δεν λειτουργεί κατά τη διάρκεια του βαθύ ύπνου, ο κόσμος είναι επίσης ανενεργός και ανύπαρκτος. Το μυαλό πρέπει επίσης να είναι υγιές.”

...Σάτια Σάι Μπάμπα, “The Doctor’s Profession” Ομιλία, Σεπτέμβριος 1980
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume14/sss14-53.pdf>

+++++
“Το Seva χαρακτηρίζεται ως ένα από τα εννέα βήματα προς την Πραγμάτωση. Πρέπει λοιπόν να είστε ειλικρινείς γι' αυτό και να καλωσορίσετε όλες τις πιθανότητες να υπηρετείτε τους ηλικιωμένους, τους άρρωστους, τα άτομα με ειδικές ανάγκες, τους ασθενείς και τους στενοχωρημένους. Το να κρατάτε ένα φρούτο στο χέρι είναι μόνο ένα πρώτο βήμα. Πρέπει ν' ακολουθήσει το φαγητό και η πέψη, ώστε να είστε υγιείς και ευτυχισμένοι. Επίσης, το να φοράτε μαντήλι και κονκάρδα στο λαιμό δεν είναι παρά μια ένδειξη της χαράς που μπορείτε να φτάσετε όταν υπηρετείτε. Το Seva σας θα Κριθεί με αναφορά στην ψυχική στάση που τη συνοδεύει. Έτσι, όποια εργασία παρέχετε, κάντε τη με θέρμη, κατανόηση και σεβασμό. Στο seva δεν μπορεί να υπάρχει ψηλά ή χαμηλά, γιατί ο Σάι είναι παντού. Ο Σάι λαμβάνει το seva σας, σε όποιον μπορείτε να το προσφέρετε.”

...Σάτια Σάι Μπάμπα, “No Bumps, No Jumps”, 3rd All India Conf. of SSS Seva Dal, 14 Νοεμβρίου 1975
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume13/sss13-18.pdf>

☞ Ανακοινώσεις ☜

Προσεχή Εργαστήρια*

- ❖ **ΗΠΑ: Εικονική Επανεκπαίδευση AVP** 16-17 Ιανουαρίου 2021, δύο μισές ημέρες,** (οι λεπτομέρειες θα γνωστοποιηθούν στους συμμετέχοντες) επικοινωνήστε με την Susan στο Saivibrionics.usa.can@gmail.com
- ❖ **ΗΠΑ: Εικονικό Εργαστήριο AVP** εβδομαδιαίες συνεδρίες Απρ.-Ιούνιος 2021** επικοινωνήστε με την Susan στο Saivibrionics.usa.can@gmail.com
- ❖ **Ινδία Πουταπάρτι: Εικονικό Εργαστήριο AVP** εβδομαδιαίες συνεδρίες **Ιαν.Μάρτιος 2021** τελειώνοντας μ' ένα **εργαστήριο πρακτικής στο Πουταπάρτι στις 13-14 Μαρτίου 2021** (οι λεπτομέρειες θα γνωστοποιηθούν στους συμμετέχοντες), επικοινωνήστε με την Lalitha στο elay54@yahoo.com ή τηλεφωνικά στο 8500-676-092
- ❖ **Ινδία Πουταπάρτι: Εργαστήριο AVP** 25-31 Ιουλίου 2021** επικοινωνήστε με την Lalitha στο elay54@yahoo.com ή τηλεφωνικά στο 8500-676-092
- ❖ **Ινδία Πουταπάρτι: Εργαστήριο AVP** 25 Νοεμ.-1 Δεκ. 2021** επικοινωνήστε με την Lalitha στο elay54@yahoo.com ή τηλεφωνικά στο 8500-676-092
- ❖ **Ινδία Πουταπάρτι: Εργαστήριο SVP** 3-7 Δεκ. 2021** επικοινωνήστε με την Hem στο 99sairam@vibrionics.org

*Τα εργαστήρια AVP και SVP είναι μόνο για όσους έχουν υποβληθεί στη διαδικασία εισαγωγής και στο ηλεκτρονικό μάθημα. Τα σεμινάρια επανεκπαίδευσης είναι για υπάρχοντες θεραπευτές.

**Με επιφύλαξη αλλαγής

☞ Συμπληρωματικά ☜

1. Συμβουλές υγείας

Τα αυτιά είναι πολύτιμα: Προσέξτε τα

“Τα αυτιά χρειάζονται επίσης καθαρό φαγητό. Αυτό σημαίνει ότι πρέπει ν' ακούμε μόνο ιερά λόγια και αναφορές που σχετίζονται με το Θείο. Ας ακούμε πάντα καλά και ευχάριστα πράγματα για τους άλλους. Με αυτόν τον τρόπο, πρέπει να προστατέψουμε τα αυτιά από το να μολυνθούν ακούγοντας κακά πράγματα. Μόνο έτσι μπορούμε να διασφαλίσουμε την κατανάλωση satvic τροφής από τα αυτιά”...Σάτια Σάι Μπάμπα¹

“Είθε τα αυτιά μου να είναι υγιή για να ακούω θεϊκούς ήχους... Είθε να ακούω άφθονα με τα αυτιά μου ώστε έτσι να μπορώ να μάθω.” (Βεδική προσευχή)²

1. Μάθετε τ' αυτιά σας

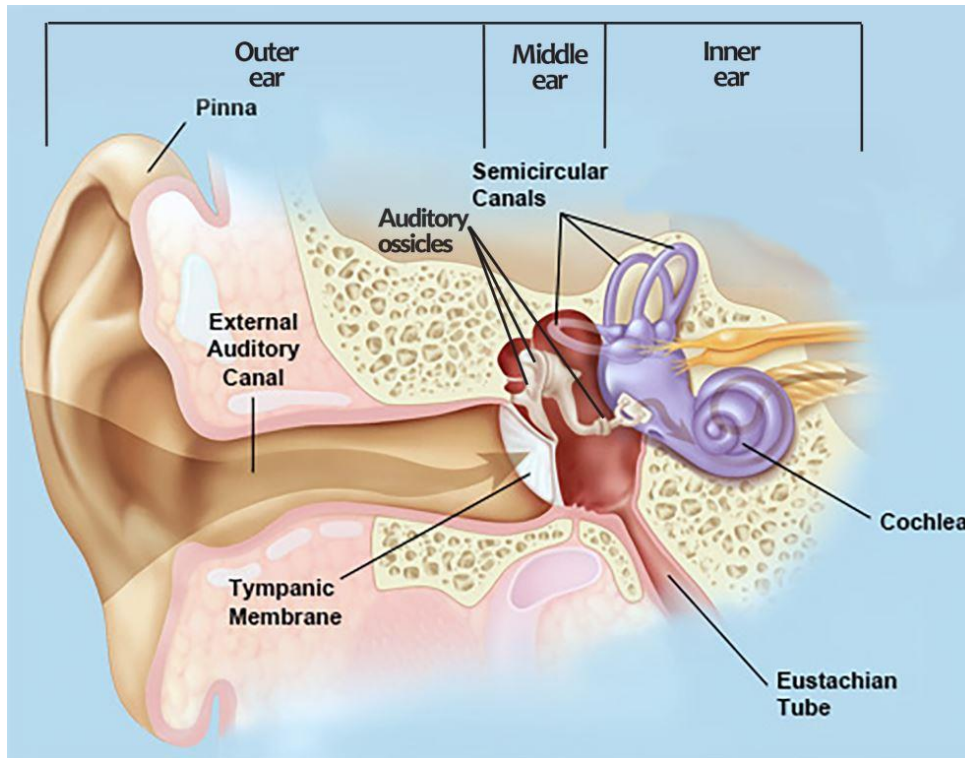
1.1 Τα αυτιά είναι ισχυρά και ευαίσθητα: Υπολογίζουν τον τόνο, την ένταση, την κατεύθυνση του ήχου και τις αποχρώσεις της συναισθηματικής προσωδίας. Ακόμα και πριν από τη γέννηση, τα βρέφη ανταποκρίνονται στον ήχο. Τα αυτιά μπορούν να πιάσουν ήχο στον ύπνο, αυτοκαθαρίζονται (μέσω του κεριού του αυτιού), μεταδίδουν σήματα γεύσης στον εγκέφαλο (το νεύρο του προσώπου για γεύση διατρέχει το μεσαίο αυτί) και βοηθούν στη διατήρηση της ισορροπίας του σώματος.³⁻⁶

Το εξωτερικό αυτί σε σχήμα χοάνης (pinna) είναι ο δέκτης ήχου που ταξιδεύει κάτω από το ακουστικό κανάλι στο τύμπανο (τυμπανική μεμβράνη) και το δονεί. Στηριζόμενα σε αυτό είναι τρία μικροσκοπικά ευαίσθητα οστά (οσάκια) που λειτουργούν σαν ενισχυτές. Ο ευσταχιανός σωλήνας συνδέει το μεσαίο αυτί που είναι γεμάτο αέρο με το πίσω μέρος του λαιμού, εξισώνει την πίεση και αποστραγγίζει τη βλέννα. Ένας σπειροειδής σωλήνας (κοχλίας) στο εσωτερικό αυτί, με τη βοήθεια τριών ημικυκλικών καναλιών γεμάτων με ρευστά (λαβύρινθος), μεταδίδει τα ηχητικά κύματα και τις πληροφορίες σχετικά με την ισορροπία και τη θέση στον εγκέφαλο.⁶

1.2 Φυσιολογικό εύρος ακοής: Ένα υγιές ανθρώπινο αυτί μπορεί ν' ακούσει ένα ευρύ φάσμα συχνοτήτων από πολύ χαμηλά 20 Hz (χαμηλότερο πεντάλ σε πνευστό όργανο) έως πολύ υψηλά 20 kHz (η ικανότητα ακρόασης των ανώτερων συχνοτήτων αρχίζει να φθίνει με την ηλικία). Η ακοή μας είναι πιο

ευαίσθητη στους ήχους που κυμαίνονται από 1,5 έως 5,0 kHz, το εύρος συχνοτήτων των περισσότερων ανθρώπινων λόγων. Αυτό σημαίνει ότι ο ήχος σε αυτό το εύρος γίνεται πιο αισθητός απ' αυτόν στα 0,5 kHz ή 10 kHz.^{3,7-9}

1.3 Ασφαλή και μη ασφαλή επίπεδα ντεσιμπέλ (dB): Το κανονικό εύρος ακουστικής ακρόασης είναι από 0 έως 180 dB. Ένας ήχος είναι επιβλαβής εάν πονάει στ' αυτιά ή προκαλεί κουδούνισμα. Μερικοί ασφαλείς ήχοι είναι - η φυσιολογική αναπνοή (10 dB), το τιτίβισμα και το θρόισμα των φύλλων, ο χτύπος του ρολογιού (20 dB), ο απαλός ψίθυρος (30 dB), το βουητό του ψυγείου (40 dB), οι κανονικές συνομιλίες (60 dB) και το πλυντήριο ρούχων (70 dB). Ανεπιθύμητες είναι - η βαριά κυκλοφορία στην πόλη (80-85 dB μέσα στο αυτοκίνητο), τα ηλεκτρικά εργαλεία, τα σεσουάρ (90dB), οι κόννες, οι αθλητικές εκδηλώσεις, (100-110 dB), η σειρήνα του ασθενοφόρου (120-130 dB), η ζωντανή ροκ μουσική (130 dB), η απογείωση



αεροπλάνων, οι κροτίδες (130-160 dB) και η εκτόξευση πυραύλων (180 dB). Πάνω από 85 dB θεωρείται επιβλαβές, η συνεχής έκθεση μεταξύ 80-90 dB για χρόνια ή 90 dB για μια ώρα μπορεί επίσης να προκαλέσει ζημιά. Η έκθεση πάνω από 110 dB για λιγότερο από ένα λεπτό ή πάνω από 130 dB για λιγότερο από ένα δευτερόλεπτο, αρκεί για να προκαλέσει ανεπανόρθωτη ζημιά.^{3, 8-12}

2. Διαταραχές του αυτιού

2. Διαταραχές του αυτιού

2.1 Απώλεια ακοής: Εκτός από την απώλεια ακοής που σχετίζεται με την ηλικία (πρεσβυακουσία), μία από τις πιο συχνές αιτίες είναι η απόφραξη στο εξωτερικό κανάλι του αυτιού λόγω συσσώρευσης κεριού (κυψελίδα), αιματώματος ή ξένου σώματος και αυτό γενικά είναι ιάσιμο.¹² Άλλες αιτίες μπορεί να είναι ακουστικό τραύμα, βαρότραυμα (αλλαγές πίεσης του αέρα) που είναι συχνές στους δύτες, τραυματισμός στο κεφάλι, λοίμωξη του αυτιού, εκ γενετής, νόσος του Μενιέρ, όγκος στο ακουστικό νεύρο, χρόνιες ασθένειες ή φάρμακα.^{10,12}

Μερικοί δείκτες για την έναρξη της απώλειας ακοής είναι: δυσκολία στην ακρόαση μέσω τηλεφώνου, ζόρισμα προκειμένου κάποιος να κατανοήσει τις συνομιλίες ή να ζητά κάποιος από τους άλλους να επαναλάβουν αυτά που λένε, δυσκολία στην ακοή σε θορυβώδες περιβάλλον ή ανάγκη να αυξηθεί η ένταση της τηλεόρασης ή να αισθάνεται κάποιος εύκολα κουρασμένος (θεωρείται ότι οφείλεται στην ηλικία αλλά μπορεί να οφείλεται σε προβλήματα ακοής). Εάν ένα παιδί δεν ανταποκρίνεται στον ήχο, έχει καθυστερήσει την ανάπτυξη του λόγου, σκοντάφτει πολύ ή δυσκολεύεται να δώσει προσοχή στο σχολείο, μπορεί να οφείλεται σε απώλεια ακοής.¹³⁻¹⁴

Η έρευνα αποκαλύπτει ότι τα δεξιά και τα αριστερά αυτιά χειρίζονται τον ήχο διαφορετικά. Το δεξί ανταποκρίνεται περισσότερο στην ομιλία και τη λογική που επεξεργάζονται στο αριστερό ημισφαίριο του εγκεφάλου. Το αριστερό αυτί είναι πιο συντονισμένο με τη μουσική, το συναίσθημα και τη διαίσθηση που επεξεργάζονται στο δεξί ημισφαίριο. Έτσι, όσοι έχουν μεγαλύτερη απώλεια ακοής στο αριστερό αυτί μπορεί να έχουν προβλήματα στην κατανόηση των συναισθηματικών προβλημάτων και εκείνοι με απώλεια ακοής στο δεξί αυτί μπορεί να χάσουν μέρος της ικανότητάς τους να ταξινομήν πράγματα.¹⁵

2.2 Νόσος του Μενιέρ: Είναι μια διαταραχή του εσωτερικού αυτιού που συνήθως ξεκινά με ένα αίσθημα πίεσης ή συμφόρησης στο αυτί. Αυτό ακολουθείται από εμβοές (ένας ήχος κουδουνίσματος όπως ο συριγμός, ο βρυχηθμός, ο παλμός, το φύσημα, το τιτίβισμα, το σφύριγμα ή το κλικ), κυμαινόμενη απώλεια ακοής και ίλιγγος (ξαφνικά ζαλάδα, περιστροφή - σαν μια οριζόντια αίσθηση στροβιλίσματος, ή σπρώξιμο

από ένα αόρατο χέρι). Μερικοί άνθρωποι μπορεί να χάσουν την ισορροπία τους και να πέσουν και μπορεί επίσης να έχουν ναυτία, έμετο και οξεία μείωση της ακοής. Καθώς η ασθένεια εξελίσσεται, η εμβοή και η απώλεια ακοής μπορεί να αυξηθούν. Σε μεταγενέστερα στάδια, η ανισορροπία μπορεί να χειροτερέψει. Αν και δεν είναι θανατηφόρα, αυτή η ασθένεια μπορεί να αποδυναμώσει κάποιον. Η υποκείμενη αιτία είναι άγνωστη αλλά γενικά αποδίδεται σε ημικρανία, ιογενείς λοιμώξεις του εσωτερικού αυτιού, τραυματισμό στο κεφάλι, κληρονομική προδιάθεση ή αλλεργία.

Το Περιλεμφικό συρίγγιο, μερικές φορές εσφαλμένα, περνιέται για τη νόσο του Μενιέρ, είναι μια σπάνια κατάσταση που προκαλείται από την εκροή υγρού από το έσω αυτί στο μέσο αυτί (που περιέχει αέρα).¹⁶⁻²⁰

3. Λοιμώξεις του αυτιού

3.1 Δυσλειτουργία της ευσταχιανής σάλπιγγας: Αυτός ο σωλήνας διογκώνεται ή φράσσεται, γενικά λόγω κρυολογήματος, γρίπης, λοίμωξης ή από αλλεργίες και συσσωρεύεται υγρό στο μέσο αυτί. Αυτό οδηγεί σε αίσθημα κορεσμού στο αυτί, πνιχτό ήχο, πόνο, πυρετό κ.λπ. Ασκήσεις όπως η κατάποση, το μάσημα, το χασμουρητό ή η βαθιά αναπνοή βοηθούν ν' ανοίξει ο σωλήνας. Κανονικά διευθετείται χωρίς καμία θεραπεία. Σε σοβαρές περιπτώσεις μπορεί να προκαλέσει λοίμωξη στο μέσο αυτί. Καθώς η ευσταχιανή σάλπιγγα είναι κοντή, στενή και οριζόντια στην παιδική ηλικία και μεγαλώνει με την ηλικία, η λοίμωξη του αυτιού είναι συχνή σε μικρά παιδιά αλλά εξαφανίζεται γρήγορα. Η μόλυνση στο αυτί των ενηλίκων μπορεί να υποδηλώνει προβλήματα υγείας!^{21,22}

3.2 Λοιμώξεις εξωτερικού, μέσου και εσωτερικού αυτιού²²⁻³⁰

α. εξωτερική ωτίτιδα (αυτί του κολυμβητή): Συνήθως μια βακτηριακή λοίμωξη του εξωτερικού σωλήνα του αυτιού, προκαλείται από ξηρό δέρμα ή έκζεμα, ξύσιμο, υπερβολική χρήση δακτύλου ή μπατονέτες για τον καθαρισμό του αυτιού ή υπερβολική έκθεση στο νερό ή νερό που παγιδεύεται στο αυτί. Τυπικά συμπτώματα είναι η φαγούρα, η ευαισθησία, η ερυθρότητα, το πρήξιμο, ο ήπιος πυρετός και ο πόνος. Μερικές φορές μολυσμένο πύον από το μέσο αυτί μπορεί να στραγγίσει μέσα στο αυτί μέσω μιας τρύπας στο τύμπανο. Σπάνια, η λοίμωξη μπορεί να οφείλεται σε μύκητα ή ιό.^{22,23,24}

Λοιμώδης μυριγγίτιδα: ως επί το πλείστον βακτηριακή, είναι μια φλεγμονή του τυμπάνου με συμπτώματα μικρών φουσκαλών και έντονο πόνο.²⁵

β. οξεία μέση ωτίτιδα: Το μέσο αυτί φλεγμένει ή μολύνεται λόγω ιών ή βακτηριδίων και το υγρό παγιδεύεται πίσω από το τύμπανο. Κανονικά, η λοίμωξη προκύπτει από αναπνευστικό πρόβλημα. Μετά από οξεία μέση ωτίτιδα στα παιδιά, το υγρό συσσωρεύεται στο μεσαίο αυτί, αναστέλλοντας τη δόνηση του τυμπάνου και την επακόλουθη μετάδοση του ήχου στο έσω αυτί. Τα συμπτώματα περιλαμβάνουν πόνο στο αυτί, ερυθρότητα ή πρήξιμο στο αυτί, πονοκέφαλο, πυρετό, επίμονη αίσθηση πίεσης μέσα στο αυτί και απώλεια ακοής. Εάν υπάρχει έκκριμα με φλεγμονή (ωτόρροια), μπορεί να είναι διαυγές, γεμάτο πύον ή ματωμένο. Σε περίπτωση υπερβολικής συσσώρευσης φλέγματος ή βλέννας, συνήθως στους ρινικούς κόλπους και μερικές φορές στ' αυτιά και το λαιμό, είναι «καταρροή μέσου αυτιού» Εάν το οστό πίσω από το αυτί μολυνθεί και διογκωθεί είναι “*μαστοειδίτιδα*”.²⁶⁻²⁸

γ. Λοιμώξεις του έσω αυτιού: *Αιθουσαία νευρωνίτιδα* (φλεγμονή του αιθουσαίου νεύρου του έσω αυτιού), που προκαλείται κυρίως από ιογενή λοίμωξη, ξεκινά με ξαφνικό και δραματικό ίλιγγο. Άλλα εμφανή συμπτώματα είναι ζάλη, ναυτία και έμετος. Η λαβυρινθίτιδα (φλεγμονή τόσο του αιθουσαίου όσο και του κοχλιακού νεύρου) μπορεί να προκληθεί είτε από ιό είτε από βακτήρια και έχει επιπλέον συμπτώματα πόνου στο αυτί, εμβοές και απώλεια ακοής.

Ο *έρπηξ ζωστήρας* του αυτιού είναι μια ιογενής λοίμωξη του κοχλιακού νεύρου με συμπτώματα πόνου, ίλιγγο και φουσκαλών στο αυτί, το πρόσωπο και το λαιμό.^{24,25,29,30}

Οι λοιμώξεις του έξω και του μέσου είναι πιο ήπιες και διαρκούν 1-2 εβδομάδες, σε σύγκριση με αυτές του έσω αυτιού που μπορούν να διαρκέσουν περισσότερο.²⁹ Τα συμπτώματα μπορεί να επιδεινωθούν λόγω αλλαγών στο κλίμα ή το υψόμετρο.²⁹

4. Τραύμα στο αυτί / βλάβη:

4.1 Μικρόβιο στο αυτί! Ένα έντομο μπορεί να σέρνεται όταν ένα άτομο κοιμάται ή να πετάει προς το αυτί, εάν είμαστε έξω. Μπορεί να πεθάνει αμέσως ή να κινηθεί ή να βουίζει, ακόμη και να δαγκώσει ή να τσιμπήσει. Τα παιδιά μπορεί να μην το συνειδητοποιούν, έτσι μπορεί να τρίβουν ή να ξύνουν τ' αυτιά τους και να κλαίνε απ' τον πόνο. Τραβήξτε ήρεμα το αυτί, γείρετε και κουνήστε το κεφάλι για να απομακρυνθεί.

Ρίξτε μια μικρή ποσότητα χλιαρού λαδιού στο αυτί για να πνιγεί το έντομο και στη συνέχεια ξεπλύνετε με ζεστό νερό.

Προσοχή: Ποτέ μην χτυπάτε το αυτί ή βάζετε οποιοδήποτε αντικείμενο ή μπατονέτα καθώς μπορεί να σπρώξει το έντομο και να βλάψει το τύμπανο. Εάν το έντομο δεν βγαίνει ή υπάρχει ιστορικό λοίμωξης του αυτιού, συμβουλευτείτε έναν γιατρό.

Πρόληψη: Χρησιμοποιήστε ωτοασπίδες ή αποστειρωμένο βαμβάκι ενώ κοιμάστε, κάνετε πεζοπορία ή κάμπινγκ στην εξοχή ή στα βουνά. Η χρήση εντομοαπωθητικού θα μειώσει τον κίνδυνο. ^{31,32,35}

4.2 Τύμπανο, ρήξη/διάτρηση: Η λοίμωξη του αυτιού, το ακουστικό τραύμα, το βαρότραυμα, ο τραυματισμός στο κεφάλι, ένα χτύπημα ή ένα χαστούκι ή η εισαγωγή αντικειμένου ή νυχιού μπορεί να προκαλέσει σκίσιμο ή ρήξη, ιδιαίτερα στα παιδιά, καθώς τα τύμπανα τους είναι ευαίσθητα. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε αιμορραγία, πόνο, εμβοές, προβλήματα ακοής, κώφωση ή προβλήματα ισορροπίας. Συχνά, ένα διάτρητο τύμπανο αυτοθεραπεύεται αλλά μερικές φορές μπορεί να προκαλέσει επαναλαμβανόμενες λοιμώξεις που απαιτούν θεραπεία. ^{30,32,33-35}

4.3 Πρώτες βοήθειες σε περίπτωση τραυματισμού και αιμορραγίας από το αυτί: Επιδέστε ένα καθαρό επίθεμα σε ολόκληρο το αυτί και αφήστε τον ασθενή να ξαπλώσει προς αυτή την πλευρά έως ότου η ιατρική βοήθεια να το αντιμετωπίσει. Μπορεί να εφαρμόσει κρύες κομπρέσες πάνω από τον επίδεσμο. ^{30,35}

4.4 Τι δεν πρέπει σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης στο αυτί: Μην εμποδίζετε το έκκριμα που προέρχεται από το αυτί και μην καθαρίζετε το εσωτερικό. Μην βάζετε υγρό στο αυτί (**εκτός αν υπάρχει έντομο στο αυτί ή για να μαλακώσετε το κερί του αυτιού**). Μην προσπαθήσετε να αφαιρέσετε οποιοδήποτε αντικείμενο από μέσα με οποιοδήποτε εργαλείο. ^{30,35}

5. Συμβουλές για τη φροντίδα του αυτιού ^{12,30,34-51}

- Σταματήστε να χρησιμοποιείτε μπατονέτες ή δάχτυλα για να καθαρίσετε τ' αυτιά (αυτό θα μειώσει το κερί του αυτιού), αντ' αυτού σκουπίζετε το εξωτερικό αυτί με ένα πανί ή χαρτομάντιλο. Κρατάτε τ' αυτιά στεγνά. ^{30,35,36,37}
- Αφήστε το κερί του αυτιού. ³⁸ Το κερί που παράγεται στο κανάλι του αυτιού λιπαίνει και προστατεύει το αυτί από βρομιά και μόλυνση και βγαίνει φυσικά. Το μάρμαμα βοηθά σ' αυτήν τη διαδικασία. Εάν συσσωρευτεί, βάλτε 2-3 σταγόνες ελαιόλαδο ή συνταγογραφούμενες σταγόνες για να το μαλακώσετε και γενικά, θα φύγει. ^{30,38}
- Αποφύγετε την έκθεση σε δυνατούς θορύβους και χρησιμοποιήστε ωτοασπίδες. Η έρευνα αποκαλύπτει ότι τα αυτιά χρειάζονται 16 ώρες ησυχίας για ν' ανακάμψουν μετά από μια δυνατή νύχτα έξω! Τ' αυτιά δεν μπορούν ποτέ να συνηθίσουν στο θόρυβο. Σιωπηλά και σταδιακά θα προκληθεί ζημιά! Μόλις τα αισθητήρια κύτταρα, που ονομάζονται τριχοκύτταρα, στον κοχλία καταστρέφονται, δεν αναγεννιούνται. ³⁴⁻³⁷
- Κατά τη διάρκεια αεροπορικών ταξιδιών, καταπίνετε και χασμουρηθείτε συχνά κατά την απογείωση και την προσγείωση για εξισορρόπηση της πίεσης του αέρα στ' αυτιά. ^{30,34,35,37}
- Δοκιμάστε γνωστές οικιακές θεραπείες για πόνο και πρήξιμο, π.χ. ζεστή ή κρύα συμπίεση πάνω στα αυτιά ή ζεστό λάδι, το οποίο έχει εμποτιστεί με θρυμματισμένο σκόρδο, εφαρμόζεται στο κανάλι του αυτιού. ³⁹
- Πίνετε απλό τσάι τζίντζερ για τη ζαλάδα. ⁴⁰
- Ακολουθήστε έναν υγιεινό τρόπο ζωής με μια ισορροπημένη διατροφή, τακτικούς περιπάτους, άσκηση, γιόγκα, διαλογισμό και επαρκή ξεκούραση για χαλάρωση, βελτίωση της ακοής και αντιμετώπιση του ιλίγγου. ⁴¹⁻⁵⁰
- Μειώστε την πρόσληψη αλατιού. ^{49,50}
- Κάντε τακτικούς ελέγχους. Μην παραμελείτε τα προειδοποιητικά σημάδια και μην διστάζετε ποτέ να ζητήσετε ιατρική βοήθεια (η απώλεια ακοής που δεν αντιμετωπίζεται μπορεί να επηρεάσει τη γνώση, την υγεία και την ψυχική ευεξία). ^{37,46}
- Η Σάι Δονητική έχει βοηθήσει σε πολλές περιπτώσεις διαταραχών του αυτιού, όπως εμβοές και ιλίγγους, απώλεια ακοής, ωταλγίες και λοιμώξεις. ⁵¹

Αναφορές και Σύνδεσμοι:

1. Sathya Sai Speaks, Summer Showers Divine Discourse May-June 1990, Indian Culture and Spirituality, Sanctify the body, chapter 2, page 8: <http://www.sssbpt.info/summershowers/ss1990/ss1990.pdf>
2. Shanti mantra ("Bhadram karnebhih") and Taittiriya Upanishad, Shikshavalli, verse11
3. Ears are powerful: <https://courses.lumenlearning.com/physics/chapter/17-6-hearing/>
4. Nerve for taste runs through middle ear: https://en.wikipedia.org/wiki/Chorda_tympani
5. Facts on ears! http://www.fun-facts.org.uk/human_body/ears.htm; <https://www.neilsperlingmd.com/blog/2016/09/interesting-facts-about-the-human-ear/>
6. <https://www.webmd.com/cold-and-flu/ear-infection/picture-of-the-ear#1>
7. Taber's Cyclopedic Medical Dictionary, edition 20, page 656,938
8. Hearing range: www.nhc.com.au/blog/human-hearing-range
9. <https://global.widex.com/en/blog/human-hearing-range-what-can-you-hear>
10. Noise levels and hearing loss: https://www.cdc.gov/nceh/hearing_loss/what_noises_cause_hearing_loss.html
11. Noise levels: <https://pulsarinstruments.com/en/post/decibel-chart-noise-level>
12. Causes for hearing loss: https://www.emedicinehealth.com/hearing_loss/article_em.htm#what_causes_hearing_loss; <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/14428-ear-wax-buildup--blockage>
13. Indicators of hearing loss: <https://www.hear-the-world.com/en/knowledge/hearing-loss/hearing-loss-in-children-guide-for-parents/indicators-for-hearing-loss>
14. <https://www.nhs.uk/conditions/hearing-loss/symptoms/>
15. Hearing process: <https://www.healthyhearing.com/report/52549-Five-things-you-may-not-know-about-your-hearing>
16. Meniere's disease: <https://www.dizziness-and-balance.com/disorders/menieres/menieres.html>
17. Stages in Meniere's disease: <https://www.healthyhearing.com/help/tinnitus/menieres-disease>
18. Tinnitus: www.asha.org/public/hearing/Tinnitus/
19. Meniere's drop attacks: <https://www.nidcd.nih.gov/health/menieres-disease>
20. Perilymphatic fistula: <https://www.healthline.com/health/perilymph-fistula>
21. Eustachian tube dysfunction: <https://familydoctor.org/condition/eustachian-tube-dysfunction/>
22. Ear infections: <https://www.healthline.com/health/ear-infection-adults#causes>
23. Outer ear infections: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/swimmers-ear/symptoms-causes/syc-20351682>; <https://kidshealth.org/en/parents/swimmer-ear.html>
24. Outer, middle & inner ear infections: <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/conditionsandtreatments/ear-infections>
25. Middle ear infections: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/ear-infections/symptoms-causes/syc-20351616>
26. Otorrhea: Taber's Cyclopedic Medical Dictionary, edition 20, page 1551
27. Middle ear catarrh: <https://www.entuk.org/catarrh>
28. Inner ear infections: https://www.medicinenet.com/inner_ear_infection/article.htm
29. Vestibular neuritis & Labyrinthitis: <https://www.healthline.com/health/vestibular-neuritis>
30. All ear disorders: <https://www.firstaidforlife.org.uk/ear-problems/>
31. Bug in the ear! <https://www.medicalnewstoday.com/articles/322064#prevention>
32. Ear trauma: <https://www.healthline.com/health/bug-in-ear>
33. Eardrum rupture: <https://www.healthline.com/health/ruptured-eardrum#symptoms>
34. Ear injuries: <https://kidshealth.org/en/parents/ear-injuries.html>
35. First aid & List of Don'ts: <https://medlineplus.gov/ency/article/000052.htm>
36. Precautions: <https://www.earq.com/hearing-health/articles/9-ways-to-protect-your-ears>
37. Ear care: <https://my.clevelandclinic.org/health/articles/13076-ear-care-tips>
38. Leave earwax alone: <https://www.health.harvard.edu/blog/3-reasons-to-leave-earwax-alone-2017051711718>
39. Home remedies: <https://www.healthline.com/health/11-effective-earache-remedies>
40. Home remedy for dizziness: <https://homeremedyshop.com/20-tested-home-remedies-for-dizziness/>
41. Exercises for balance: <https://www.dizziness-and-balance.com/disorders/bppv/home/home-pc.html>
42. Exercises for vertigo: <https://www.healthline.com/health/exercises-for-vertigo>
43. <https://www.hopkinsmedicine.org/health/treatment-tests-and-therapies/home-eyley-maneuver>
44. Simple home exercises: <https://www.neuroequilibrium.in/vertigo-exercises-and-home-remedies/>

45. Gentle Yoga for better hearing: <https://www.captel.com/2018/12/gentle-yoga-exercises-to-promote-better-hearing-infographic/>
46. Improve hearing: <https://www.audicus.com/5-activities-to-improve-your-hearing/>
47. Nutrition for better hearing: <https://campaignforbetterhearing.ca/2016/03/five-foods-to-boost-your-hearing-health/>
48. <https://www.hearinghealthassoc.com/hearing-health-associates-va-blog/2017/3/15/nutrition-and-hearing-top-foods-to-consume-and-avoid>
49. <https://hearinghealthfoundation.org/blogs/how-nutrition-affects-our-hearing>
50. <https://www.hearingwellnessctr.com/nutrition/>
51. Sai Vibrionics Newsletters: <https://vibrionics.org>; cases related to ears at <https://www.news.vibrionics.org/en/subjects/5>

+++++

2. Εμπνευσμένα ανέκδοτα

a. Η πανάκεια της Θεϊκής Μητέρας ^{03572...Γκαμπόν}

Μια 33χρονη γυναίκα υπέφερε από οδυνηρό πόνο στην πλάτη, ο οποίος την βασάνιζε από την παιδική της ηλικία. Οι γονείς της ομολόγησαν πλήρη άγνοια ως προς την αιτία του. Δεν είχε λειτουργήσει ούτε η αλλοπαθητική ούτε η παραδοσιακή φυτική θεραπεία. Στις **20 Σεπτεμβρίου 2020**, επισκέφθηκε τον θεραπευτή. Ενώ ετοιμάζε τη θεραπεία, η ασθενής ένιωσε μια ισχυρή μυστηριώδη πίεση στο αριστερό της πόδι αλλά δεν το σκέφτηκε πολύ. Την ίδια νύχτα ονειρεύτηκε τον Κύριο Σάι να κάθεται σε μια καρέκλα. Είπε "Λυπάμαι που υπέφερες από αυτόν τον πόνο όλα αυτά τα χρόνια. Είσαι τόσο νέα! Μην φοβάσαι, θα σε φροντίσω. Ενώ το ίαμα ετοιμαζόταν για σένα, ήμουν εκεί δίπλα σου και άρχισα να λύνω το πρόβλημά σου. Αυτός είναι ο λόγος που αισθάνθηκες την πίεση στο αριστερό σου πόδι. " Ο Σουάμι υλοποίησε βιμπούτι και το πασπάλισε σε ολόκληρο το σώμα της. Δεν αποτελεί έκπληξη το γεγονός ότι ο πόνος εξαφανίστηκε εντελώς μέσα σε 2 ημέρες! Ιδιαίτερη διαβεβαίωση, όταν ένας θεραπευτής υπηρετεί ανιδιοτελώς με αγάπη, είναι Αυτός που είναι πραγματικά παρών σε αυτήν την υπηρεσία και Αυτός που κρύβεται πίσω από κάθε θεραπεία!

b. Το Οξυγόνο του Σουάμι εν δράσει ^{11601...India}

Ο θεραπευτής μοιράζεται ένα ισχυρό περιστατικό ανάρρωσης Covid-19 μιας πιστής οικογένειας του Shirdi - του πατέρα 73 ετών, της μητέρας 59 ετών και της κόρης τους. Στις **10 Σεπτεμβρίου 2020**, η μητέρα ξαφνικά είδε τον Shirdi Μπάμπα να στέκεται δίπλα της. Είπε: «Θα σε προστατέψω». Δεν κατάλαβε τι εννοούσε. Δύο ημέρες αργότερα και οι τρεις υπέστησαν το Covid-19 και εισήχθησαν σε νοσοκομείο. Μετά από 10 ημέρες, ο πατέρας και η κόρη ήταν ακόμα στο θάλαμο του νοσοκομείου αλλά η μητέρα είχε μεταφερθεί στη ΜΕΘ καθώς αγωνιούσε για ν' ανασάνει και έπρεπε να τεθεί σε μη επεμβατικό αναπνευστήρα. Το ίαμα Ενισχυτικό Ανοσίας για Covid στάλθηκε για όλους την ίδια μέρα, για λήψη σε δοσολογία **SOS**. Η κόρη και ο πατέρας ένιωσαν 80% καλύτερα μέσα σε επτά ώρες αλλά η κατάσταση της μητέρας επιδεινώθηκε καθώς το επίπεδο οξυγόνου της έγινε επικίνδυνα χαμηλό. Την επόμενη μέρα στις **23 Σεπτεμβρίου**, ο θεραπευτής πρόσθεσε το **SR304 Oxygen** στο προηγούμενο ίαμα και το έστειλε για τη μητέρα. Η κόρη κάθισε δίπλα στη μητέρα στη ΜΕΘ και της έδινε αυτό το ίαμα κάθε ώρα. Ως εκ θαύματος, τα επίπεδα οξυγόνου της μητέρας άρχισαν να αυξάνονται και της επιτράπηκε να καθίσει στη βεράντα για 30 λεπτά. Την επόμενη μέρα και οι τρεις ανέρρωσαν 100% και πήραν εξιτήριο από το νοσοκομείο, στις 25 Σεπτεμβρίου 2020. Ο Μπάμπα πράγματι εκπλήρωσε την υπόσχεσή Του προστατεύοντας όχι μόνο τη μητέρα αλλά και ολόκληρη την οικογένεια.

c. Όχι πόνος, μόνον όφελος ^{11621...Ivδία}

Μια νεαρή γυναίκα ηλικίας 33 ετών έπεσε στο σπίτι της στις 5 Μαρτίου 2015. Έπαθε αμφισφύριο συντριπτικό κάταγμα και εξάρθρωση του δεξιού αστραγάλου. Οι γιατροί πραγματοποίησαν χειρουργική επέμβαση που περιελάμβανε εσωτερική στερέωση με σωληνοειδή πλάκα και βίδες. Αν και μπορούσε να περπατήσει αρκετά άνετα, κάθε φορά που καθόταν σταυροπόδι στο πάτωμα για μεγάλο χρονικό διάστημα, ένιωθε πολύ μούδιασμα στο πόδι και ήπιο πόνο στον αστράγαλο. Μόλις σηκωνόταν, χρειαζόταν να στηρίξει τον εαυτό της κρατώντας κάτι για να περπατήσει. Χρειαζόταν ένα λεπτό περίπου για να επανέλθει στην ομαλότητα. Σταμάτησε όλα τα αλλοπαθητικά φάρμακα επειδή ήταν αναποτελεσματικά και είχε παραιτηθεί να ζει σ' αυτήν την κατάσταση. Τον Δεκέμβριο του 2019, όταν μιλούσε στον θεραπευτή για την οδυνηρή έμμηνο ρύση της, ανέφερε τυχαία τον πόνο στον αστράγαλο. Έτσι της έδωσε το **combo Ανακούφισης Πόνου** (δείτε το προφίλ του θεραπευτή)... **3-6 χάπια σε μισό κουβά με νερό** για να μουλιάζει τα πόδια για **20 λεπτά, τουλάχιστον μία φορά την ημέρα** και επίσης να κάνει μασάζ στην περιοχή με το ίαμα σε νερό. Το έκανε αυτό για μόλις τρεις ημέρες και όλα τα θέματα του αστραγάλου της, επίμονα για πάνω από 4 χρόνια, εξαφανίστηκαν εντελώς. Έχουν περάσει πάνω από 10 μήνες και έκτοτε είναι μια χαρά.

d. Θαύματα σε δράση στην κατοικία Του ^{11621...Ivδία}

Αυτά τα περιστατικά συνέβησαν στο άσραμ στο Prashanti Nilayam κατά τη διάρκεια της ετήσιας αθλητικής συνάντησης 2020. Μια ομάδα 40 μελών ετοιμάζε δραματικά σερ με κατασκευές, στηρίγματα και σκηνικά από τις 7 π.μ. έως τις 10 μ.μ. καθημερινά. Η δουλειά ήταν πολύ έντονη και η περιοχή πολύ σκονισμένη. Για να ενισχύσει την ενέργεια των εθελοντών των μαθητών, ο θεραπευτής ετοιμάσε ένα ίαμα*, 10 σταγόνες οι οποίες προστέθηκαν σε δοχείο νερού 20 λίτρων. Όταν οι sevadals ήπιαν αυτό το νερό, προς έκπληξή τους ό, τι γεύτηκαν ήταν τρυφερή καρύδα. Στη συνέχεια, οι μαθητές βίωσαν το ίδιο και το ίδιο και ο θεραπευτής που επιβεβαίωσε ότι τίποτα εκτός από το ίαμα δονητικής δεν προστέθηκε στο νερό. Όλοι ένιωθαν ότι ο Σουάμι έδωσε τις ιδιαίτερες ευλογίες Του για να τους ενεργοποιήσει.

Κατά τη διάρκεια της κατασκευής που συνεπάγεται συγκόλληση, ορισμένοι μαθητές παραπονέθηκαν για καταπόνηση των ματιών. **CC7.1 Τονωτικό ματιών + CC7.6 Τραυματισμός ματιού + CC10.1 Επείγουσες Καταστάσεις** προστέθηκαν σ' ένα μπουκάλι ψεκασμού και όταν εφαρμόστηκαν πάνω στα μάτια τους ένιωσαν αμέσως αναζωογονημένοι. Αυτό έγινε ο στιγμιαίος σωτήρας για τα κουρασμένα μάτια τους!

Τα ζώα βίωσαν επίσης την θεραπεία Του καθώς μερικά σκυλιά στην περιοχή που υπέφεραν από δυσπεψία έλαβαν **CC1.1 Τονωτικό για ζώα + CC4.8 Γαστρεντερίτιδα + CC4.10 Δυσπεψία** στο νερό και την επόμενη μέρα, ήταν όλα υγιή και ευδιάθετα..

***CC4.8 Γαστρεντερίτιδα + CC4.10 Δυσπεψία + CC9.2 Οξείες λοιμώξεις + CC10.1 Επείγουσες Καταστάσεις + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC14.1 Τονωτικό για άνδρες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC17.3 Τονωτικό εγκεφάλου & μνήμης**

3. Νεκρολογίες

Με μεγάλη καρδιά μοιραζόμαστε μαζί σας την είδηση του θανάτου έξι αφοσιωμένων θεραπευτών από την Ινδία τους τελευταίους δύο μήνες. Ήταν μια έμπνευση για την αδελφότητα της δονητικής και θα τους θυμόμαστε για την υποδειγματική τους υπηρεσία.

- **Dr Sham Lal Verma** ¹¹¹⁵⁶ 84 ετών, από την Panchkula Haryana, ήταν ενεργός μέχρι τις τελευταίες στιγμές του.
- **Sri Ramachandra Mengji** ¹⁰²⁴⁵ ηλικίας 80 ετών από το Solapur Maharashtra, εισήγαγε πολλά άτομα που είχαν στραφεί σε seva στη δονητική και διοργάνωνε εργαστήρια AVP & JVP το 2009.
- **Sri Albadly Rama Naik** ¹⁰⁶⁹⁵ 77 ετών, ήταν εξαιρετικά δραστήριος στο χωριό Puttur στη νότια Kanara. Ήταν σχολαστικός στην τήρηση αρχείων των ασθενών και ιδιαίτερα στην υποβολή των αναφορών του εγκαίρως.
- **Sri Loknatha Sankesha** ¹⁰⁶¹⁶ 69 ετών, από τον Thane Maharashtra, που ασχολήθηκε με αυτό το seva μέχρι την τελευταία του ανάσα, υπέβαλε ακόμη και την τελευταία του έκθεση τον μήνα του θανάτου του. Διεξήγαγε πολλούς καταυλισμούς και διένεμε kit ευεξίας σε sevadals.
- **Sri Prabhakar Naidu Maripi** ¹¹⁵⁸² ηλικίας 66 ετών, από το Jagdalpur, Chhattisgarh, υπηρέτησε με ενθουσιασμό ασθενείς ανάμεσα σε φυλές σε απομακρυσμένες περιοχές, διανέμοντας Ενισχυτικά Ανοσίας έως ότου πέθανε.
- **Dr Subrahmanya Bhatt P** ¹¹⁹⁷¹ 59 ετών, από το Idikudi Bantwal DK στην Καρνατάκα, υπέστη καρδιακή προσβολή μόλις δύο εβδομάδες μετά το θάνατο του γκουρού του, του Θεραπευτή¹⁰⁶⁹⁵ που τον ενέπνευσε ν' ασχοληθεί με τη δονητική. Σε μόλις επτά χρόνια πρακτικής, πραγματοποίησε 315 καταυλισμούς και αντιμετώπισε 72.320 ασθενείς μέσα και γύρω από το χωριό του. Η κόρη του Θεραπευτή ¹¹⁵⁸⁹ συνεχίζει να χτίζει πάνω στο seva του.

Om Sai Ram

Sai Vibrionics... προς την αριστεία με προσιτή ιατρική φροντίδα – δωρεάν για τους ασθενείς