

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 Μπάμπα

Τόμος 13 Τεύχος 4

Ιούλ./Αυγ. 2022

Σε αυτό το Τεύχος

☞ Από το Γραφείο του Δρ. Jit K Aggarwal	1 - 2
☞ Προφίλ Θεραπευτών	2 – 5
☞ Ιστορικά Περιπτώσεων με τη χρήση Combos	5 – 10
☞ Η Γωνιά των Απαντήσεων	10 – 11
☞ Θεία Λόγια από τον Υπέρτατο Θεραπευτή	12
☞ Ανακοινώσεις	12
☞ Συμπληρωματικά	12 – 18

☞ Από το Γραφείο του Δρ. Jit K Aggarwal ☞

Αγαπητοί Θεραπευτές

Μπαίνουμε τώρα σ' έναν από τους πιο ιερούς μήνες του χρόνου - την Ashada - που φέρνει μαζί της το ευοίωνο φεστιβάλ του Guru Purnima, ένα φεστιβάλ που κατέχει μια πολύτιμη θέση στις καρδιές όλων των θεραπευτών, όπως την ημέρα που ο Σουάμι μας πλημμύρισε με αγάπη σε φυσική μορφή, κόβοντας την τούρτα που προσέφερε η ομάδα δονητικής και αποδεχόμενος την προσφορά μας prasadam για τρία συνεχόμενα χρόνια.

Στην ομιλία του για το Guru Purnima το 1969, ο Σουάμι είπε: “Το σημερινό φεστιβάλ ονομάζεται Guru Purnima. Είναι ένα όνομα γεμάτο νόημα. Purnima σημαίνει η λαμπερή πανσέληνος. Γκουρού σημαίνει (Γκου-άγνοια, Ρου-καταστροφείας) αυτός που αφαιρεί το σκοτάδι και την αυταπάτη από την καρδιά και τη φωτίζει με Ανώτερη Σοφία”. Η πανσέληνος αντιπροσωπεύει το μυαλό όταν είναι γεμάτο αγάπη. Και, λέει ο Σουάμι, ο μόνος τρόπος για να γεμίσουμε τις καρδιές μας με αγνή, αμόλυντη αγάπη είναι να συμμετάσχουμε στο sadhana (πνευματική πρακτική), μια από τις πιο εύκολες μορφές της οποίας, στην Περίοδο Καλί, είναι το seva (υπηρεσία).

Το Seva είναι το ίδιο το πνεύμα πίσω από την Σάι Δονητική που προσπαθεί να διαδώσει το ρεύμα της Θείας Αγάπης με τη μορφή θεραπευτικών δονήσεων. Με την απέραντη χάρη του Σουάμι, είμαι στην ευχάριστη θέση ν' αναφέρω, ότι η αποστολή μας έχει αυξηθεί τους τελευταίους μήνες. Οι καταυλισμοί και οι φυσικές κλινικές, που είχαν ανασταλεί λόγω της πανδημίας, ξεκίνησαν ξανά σε πλήρη κίνηση. Αυτά πραγματοποιούνται τόσο στους αρχικούς όσο και στους νέους χώρους από ομάδες αφοσιωμένων θεραπευτών. Μπορείτε να ανατρέξετε στην ενότητα "Συμπληρωματικά" για μια σύντομη αναφορά των δραστηριοτήτων μας.

Μ' αυτήν την επιτάχυνση στις δραστηριότητες του seva, πλημμυρίζουμε από ερωτήσεις από ασθενείς που ζητούν στοιχεία επικοινωνίας με τον πλησιέστερο θεραπευτή τους. Όλα αυτά τα αιτήματα διεκπεραιώνονται από μια αφοσιωμένη ομάδα υπό την πτέρυγα του IASVP και μπορείτε να επικοινωνήσετε στη διεύθυνση practitionerInfo@vibrionics.org. Ζητώ απ' όλους τους θεραπευτές που ασχολούνται με τέτοιου είδους αιτήματα να λαμβάνουν αναφορές από τους ασθενείς σχετικά με το εάν ο θεραπευτής είναι ενεργός και τα τελευταία στοιχεία επικοινωνίας του, προκειμένου να διατηρείται η βάση δεδομένων μας ενημερωμένη.

Είμαι στην ευχάριστη θέση ν' αναφέρω καλή πρόοδο από τότε που ανακοίνωσα τη θεσμοθέτηση της Σάι Δονητικής με επίσημη και δυναμική οργανωτική δομή μόλις πριν από δύο χρόνια (τόμος 11, Τεύχος 2: Μάρτιος/Απρίλιος 2020). Στο πλαίσιο των προκλήσεων και των ευκαιριών που μας παρουσίασε η πανδημία, μια ομάδα senior θεραπευτών, που ανέλαβε την ευθύνη για τη λειτουργία του οργανισμού,

δημιούργησε μια “δεξαμενή σκέψης” προκειμένου να εξετάσει και ν’ αναλύσει τη λειτουργία του οργανισμού. Η ομάδα θα αξιολογήσει τις δραστηριότητες όλων των πτερυγών και θα διαμορφώσει ένα περιεκτικό σχέδιο δράσης για την εκπλήρωση των επιδιώξεων και των στόχων της Σάι Δονητικής και να το μεταφέρει στο μέλλον.

Και ενώ στο θέμα της προώθησης της δονητικής και της δημιουργίας ενός σημαντικού αντίκτυπου, η απόκτηση αξιοπιστίας στην παγκόσμια σκηνή είναι υψίστης σημασίας. Αυτό απαιτεί πολύ μεγαλύτερη συνεισφορά, αποτελεσματικό συντονισμό και αυξημένη συνεργασία μεταξύ των θεραπευτών μας για την παραγωγή και παρουσίαση των επιτυχιών τους μέσω δημοσιευμένων ιστορικών περιπτώσεων.

Προκειμένου να διατηρήσουμε το ρεπερτόριο των ιστορικών περιπτώσεων, προτρέπω θερμά όλους τους RCs και τους μέντορες να διασφαλίσουν ότι κάθε θεραπευτής (AP, AVP ή SVP) μας στέλνει τουλάχιστον ένα χρόνιο ιστορικό περιπτώσεων κάθε τρίμηνο στη διεύθυνση: casehistories@vibrionics.org.

Μην ανησυχείτε εάν δεν έχετε μια σωστά τεκμηριωμένη περίπτωση. Απλά συμπληρώστε τα απαιτούμενα δεδομένα από τα αρχεία ασθενών σας στο πρότυπο εγγράφου excel ή word που θα σας παρέχουμε, κατόπιν αιτήματος.

Η ομάδα ιστορικών υποθέσεων θα χρησιμοποιήσει στη συνέχεια τα μη επεξεργασμένα δεδομένα για να ξαναγράψει την περίπτωση σας σε μορφή που μπορεί να δημοσιευτεί. Φροντίστε να συμπεριλάβετε τον αριθμό εγγραφής σας σε όλες τις επικοινωνίες.

Το Guru Purnima είναι μια ευκαιρία για ν’ αφιερωθούμε ξανά στο να ζούμε κάθε μέρα σύμφωνα με τις διδασκαλίες του πνευματικού μας δασκάλου, ο οποίος μέσα από τη Θεία ζωή και τις διδασκαλίες Του μας δίδαξε το αληθινό νόημα της Αγάπης και της Υπηρεσίας. Στην ομιλία Του για το Guru Purnima το 1998, ο Σουάμι είπε: “*To Seva είναι η υψηλότερη μορφή λατρείας και η καλύτερη εξομολόγηση. Το Seva είναι η πιο σημαντική μορφή απαγγελίας του ονόματος του Κυρίου*”. Ας προχωρήσουμε με ευγνωμοσύνη και ταπεινότητα στο μονοπάτι που φώτισε για μας ο Sadguru Sai.

Στην υπηρεσία αγάπης του Σάι

Jit K Aggarwal

ω Προφίλ Θεραπευτών ω

Η Θεραπεύτρια ^{11618...lvδία} έχει μεταπτυχιακό ως Πολιτικός Μηχανικός και εργάστηκε ως μηχανικός λογισμικού από το 1995 έως το 2000. Από το 2003 έως το 2017 συνέβαλε καθοριστικά στην ίδρυση και τη διαχείριση μιας ΜΚΟ, την Premalayam, που υιοθέτησε πέντε κυβερνητικά σχολεία από τις φτωχογειτονίες του Χαϊντεραμπάντ για να βοηθήσει φτωχά και άπορα παιδιά. Η ΜΚΟ εστίασε στην υγεία, την εκπαίδευση, τις προοπτικές απασχόλησης και τα προγράμματα ανάπτυξης της προσωπικότητας τους και τους παρείχε συμβουλές για να ξεπεράσουν τις αναστολές, με στόχο να γίνουν καλύτεροι πολίτες. Επί του παρόντος είναι νοικοκυρά και ενεργή θεραπεύτρια δονητικής. Αυτοαποκαλείτο άθεη από την παιδική της ηλικία, καθώς δεν ήταν σε θέση να δικαιολογήσει τα βάσανα των φτωχών ανθρώπων και ως εκ τούτου, έδειξε έντονο ενδιαφέρον για το seva. Συμμετείχε σε δραστηριότητες υπηρεσιών κατά τη διάρκεια φεστιβάλ ως μέλος Προσκόπων και Οδηγών και συμμετείχε σε προγράμματα seva για τη νεολαία της αποστολής Ramakrishna.



Το 1996 παντρεύτηκε έναν πρώην μαθητή από το ινστιτούτο του Σουάμι αλλά αυτός δεν την επηρέασε να γίνει οπαδός. Την ίδια χρονιά άρχισε να βιώνει μια πνευματική σύνδεση με τον Σίρντι Σάι Μπάμπα. Μετακομίζοντας στις ΗΠΑ το 2000, είδε από πρώτο χέρι τις δραστηριότητες παροχής υπηρεσιών της οργάνωσης Σάι και συμμετείχε ενεργά σ’ αυτές. Το 2001 επισκέφτηκε το Πουταπάρτι με τον σύζυγό της και είχε τον πρώτο της ντάρσαν του Σάτσα Σάι Μπάμπα. Θυμάται ακόμα τη συζήτηση που έκανε ο Σουάμι εκείνη την ημέρα για την αγάπη και το να κάνει seva με αφοσίωση. Τα λόγια του Σουάμι απάντησαν σε όλες τις ερωτήσεις της και καθάρισαν όλες τις αμφιβολίες της. Ταυτόχρονα, είδε τις πρωτοβουλίες και τους θεσμούς της υπηρεσίας του Σουάμι και είδε πιστούς να εκτελούν seva με αγάπη και ενθουσιασμό. Τα εμπόδια άρθηκαν και τελικά μπήκε στο ποίμνιο του Σάτσα Σάι.

Η θεραπεύτρια ανέπτυξε έντονο ενδιαφέρον για τις φυσικές μεθόδους θεραπείας και έγινε πιστοποιημένη δασκάλα γιόγκα το 2005. Το 2012 ξεκίνησε το διδακτορικό της στη Γιόγκα σχετικά με την επίδραση των κραδασμών από το άσμα των beejaksharas (μάντρα σπόρων) στα τσάκρας στο ανθρώπινο σώμα και τον ρόλο τους στη θεραπεία ασθενειών. Αλλά δεν κατάφερε να το ολοκληρώσει καθώς έπρεπε να μετακομίσει ξανά στις ΗΠΑ με τον σύζυγό της για ακόμα έξι χρόνια. Εκεί, ανακάλυψε τη Σάι Δονητική ενώ έψαχνε για

πληροφορίες σχετικά με τους κραδασμούς και τις συχνότητες. Θεωρώντας αυτό ως πρόσκληση του Σουάμι έκανε αίτηση και ολοκλήρωσε την εκπαίδευση AVP το 2018-19 και πιστοποιήθηκε ως VP τον Απρίλιο του 2020.

Σύντομα αφότου έγινε AVP, θεράπευσε ένα μέλος της οικογένειας της που υπέφερε από πόνους στην κοιλιά τους τελευταίους εννέα μήνες. Ο πόνος γινόταν αφόρητος. Του έδωσε **CC4.3 Σκωληκοειδίτιδα + CC4.10 Δυσπεψία + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις**. Μέσα σε μια εβδομάδα ήταν 90% καλύτερα και τελείως καλά σ' ένα δεκαπενθήμερο.

Σ' ένα απίστευτο περιστατικό, μια 22χρονη γυναίκα που έπασχε από ιογενή πυρετό για 15 ημέρες πήγε στο σπίτι της όταν η θεραπεύτρια έλειπε. Ένιωθε ζαλάδα και έπρεπε να ξαπλώσει. Η αδερφή της θεραπεύτριας της έδωσε μία δόση από το μοναδικό ίαμα που είχε μαζί της - **CC9.2 Οξείες λοιμώξεις + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό**. Όταν η θεραπεύτρια επέστρεψε σπίτι της, δύο ώρες αργότερα, η ασθενής ως εκ θαύματος είχε αναρρώσει!

Η θεραπεύτρια αφηγείται μια καταπληκτική περίπτωση μιας 35χρονης κυρίας που έπασχε από υποθυρεοειδισμό για 18 χρόνια και έπαιρνε δισκία Eltroxin των 100 mcg. Της χορηγήθηκε **CC6.2 Υποθυρεοειδισμός + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό** και μετά από πέντε ημέρες, ο γιατρός τη συμβούλεψε να σταματήσει τα αλλοπαθητικά δισκία!

Ένας 39χρονος άνδρας είχε τραυματιστεί σοβαρά στο κεφάλι σε δυστύχημα. Μετά από 40 ημέρες παραμονής στη ΜΕΘ, όταν πήρε εξιτήριο, είχε: **α.** μειωμένη όραση λόγω θρόμβων στον εγκέφαλο και ως εκ τούτου του συστήθηκε χειρουργική επέμβαση στα μάτια. **β.** κατεστραμμένα νεφρά και ως εκ τούτου σύντομα θα ξεκινούσε αιμοκάθαρση. Του έδωσε **CC3.2 Αιμορραγικές διαταραχές + CC3.7 Κυκλοφορικό σύστημα + CC7.6 Τραυματισμός ματιού + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC18.5 Νευραλγία και CC7.6 Τραυματισμός ματιού + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις** ως οφθαλμικές σταγόνες σε απεσταγμένο νερό για τα μάτια του. Επίσης, **CC4.2 Τονωτικό του Ήπατος και της Χοληδόχου κύστης + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC13.2 Λοιμώξεις νεφρού και ουροδόχου κύστης + CC13.4 Ανεπάρκεια νεφρών + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό** για τα νεφρά του. Μετά από δύο εβδομάδες ο ασθενής πήγε στο νοσοκομείο για την εγχείρηση των ματιών του αλλά του είπαν ότι ο γιατρός την ακύρωσε καθώς δεν χρειαζόταν πλέον χειρουργείο! Και τα επίπεδα κρεατινίνης είχαν βελτιωθεί σε βαθμό που δεν χρειαζόταν αιμοκάθαρση!!

Η θεραπεύτρια διαπιστώνει, σε περιπτώσεις αναπνευστικών αλλεργιών, ότι η προσθήκη **CC19.6 Βήχας χρόνιος + CC19.7 Λαιμού χρόνια προβλήματα** στο **CC19.2 Αναπνευστικές αλλεργίες** προσφέρει ταχύτερη ανακούφιση. Σε χρόνιες περιπτώσεις, συνταγογραφεί **CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC17.2 Κάθαρση...TDS** για μια εβδομάδα πριν από την έναρξη της κανονικής θεραπείας και διαπιστώνει ότι αυτό επιταχύνει τη διαδικασία επούλωσης.

Αυτά τα υπέροχα αποτελέσματα βοήθησαν να τονωθεί η αυτοπεποίθηση της θεραπεύτριας και πιστεύει ότι, με αγάπη και ειλικρίνεια, ακόμη και οι πιο περίπλοκες περιπτώσεις μπορούν να θεραπευτούν. Κατά τη διάρκεια της πανδημίας, συμμετείχε ενεργά στη συσκευασία και διανομή **IB**. Τώρα, συμμετέχει με ενθουσιασμό σε καταυλισμούς δονητικής. Θεωρεί ότι τα διαδικτυακά εργαστήρια και συναντήσεις είναι πολύ ωφέλιμα για την κατανόηση της δονητικής και για την ενημέρωση για τις εξελίξεις. Ελπίζει να συμβάλει στην ανάπτυξη της δονητικής κάνοντας έρευνα σε αγροτικές καλλιέργειες

Από την αρχή της πρακτικής της, η θεραπεύτρια έχει διατηρήσει υψηλότερα επίπεδα δόνησης. Νιώθει ότι ο Σάι την καθοδηγεί στην επιλογή των θεραπειών της και Τον ευγνωμονεί για την ευκαιρία να μοιραστεί την αγάπη Του με τους άπορους.

Περιπτώσεις να μοιραστούμε:

- [Ρινορραγία, Ιγμορίτιδα](#)
- [Πόνος στο στήθος σε θηλάζουσα μητέρα](#)
- [Πόνος στο σαγόνη](#)
- [Άσθμα, αδενοειδείς εκβλαστήσεις και πόνος στο αυτί](#)

+++++

Η Θεραπεύτρια ^{11603...lvδία}



είναι πτυχιούχος εμπορικών σπουδών και σήμερα νοικοκυρά. Εκτός από την εξάσκηση στη δονητική, της αρέσει να τραγουδά, ειδικά τα bhajans, να διαβάσει πνευματικά βιβλία και ν' ακούει πιστούς του Σάι ν' αφηγούνται τις εμπειρίες τους με τον Σουάμι. Έχοντας γεννηθεί σε μια οικογένεια αφοσιωμένη στον Σάι Μπάμπα, το να βοηθάει τους άλλους είναι φυσικό για εκείνη. Από την παιδική της ηλικία, η θεραπεύτρια ασχολείται με δραστηριότητες Sai samiti και υπηρέτησε ως γκουρού των Bal Vikas για πέντε χρόνια. Συμμετέχει με ενθουσιασμό στο Narayana seva όποτε της παρουσιάζεται ευκαιρία.

Είχε θεία έμπνευση να μάθει τη δονητική αφού παρακολούθησε μια ομιλία ευαισθητοποίησης που δόθηκε από έναν θεραπευτή στο τοπικό της κέντρο Σάι και εντάχθηκε στο μάθημα AVP αμέσως μετά. Αν και δυσκολεύτηκε να χρησιμοποιήσει τους υπολογιστές που απαιτούνται για το μάθημα, με αποφασιστικότητα και υποστήριξη από την οικογένεια και τους μέντοράς της, μπόρεσε να ολοκληρώσει την πιστοποίηση AVP τον Ιούλιο του 2018 και στη συνέχεια έγινε VP τον Μάιο του 2019. Συμμετέχει ενεργά σε όλα τους καταυλισμούς δονητικής.

Νιώθει ότι το κουτί των 108CC είναι ένα Θείο δώρο και είναι ευγνώμων που έχει επιλεγεί ως όργανό Του γι' αυτό το seva. Βιώνοντας τη δύναμη της δονητικής θεραπείας στον εαυτό της, έδωσε μεγάλη ώθηση στην εμπιστοσύνη της σ' αυτό το σύστημα. Τα τελευταία επτά χρόνια πάθαινε κρίσεις ιλίγγου 2-3 φορές την εβδομάδα. Η λήψη μιας δόσης **CC18.1 Εγκεφαλικές αναπηρίες + CC18.7 Ίλιγγος** της έδινε πλήρη ανακούφιση μέσα σε μια ώρα. Από τότε που έγινε θεραπεύτρια, η οικογένειά της, οι φίλοι και οι συγγενείς της στρέφονται πάντα στη δονητική ως το κύριο θεραπευτικό τους σύστημα. Πάντα κουβαλάει μαζί της το Kit Ευεξίας και έχει διαπιστώσει ότι αυτό βοηθάει πολύ τον εαυτό της και τους άλλους σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης.

Στην εξάσκηση της έχει βιώσει ότι σε οποιαδήποτε αγχωτική κατάσταση, το **CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC18.1 Εγκεφαλικές αναπηρίες** που λαμβάνονται κάθε 10 λεπτά, δίνουν υπέροχα αποτελέσματα μέσα σε 30 έως 60 λεπτά. Σε αγροτικούς καταυλισμούς πολλοί εργάτες φάρμας παραπονιούνται για σκελετικό και μυϊκό πόνο και βρίσκει το **CC3.7 Κυκλοφορικό σύστημα + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC18.5 Νευραλγία + CC20.3 Αρθρίτιδα + CC20.4 Μύες & ερειστικός ιστός + CC20.5 Σπονδυλική στήλη + CC20.6 Οστεοπόρωση** ότι είναι είναι πολύ αποτελεσματικό όταν λαμβάνεται και από το στόμα σε νερό και εφαρμοζόμενο εξωτερικά σε λάδι καρύδας. Σύμφωνα με την εμπειρία της, το **CC9.2 Οξείες λοιμώξεις + CC19.2 Αναπνευστικές αλλεργίες** σε 30 ml απεσταγμένου νερού λειτουργεί ως εξαιρετικές ρινικές σταγόνες για μια βουλωμένη μύτη.

Η θεραπεύτρια έχει μερικές ενδιαφέρουσες περιπτώσεις που θα ήθελε να μοιραστεί μαζί μας. Ένας άνδρας 54 ετών, ο οποίος υπέφερε από σοβαρό πόνο στο αυτί και πρήξιμο στο πίσω μέρος του δεξιού αυτιού του για δύο ημέρες, του δόθηκε **CC5.1 Μολύνσεις αυτιών**. Ο πόνος και το πρήξιμο μειώθηκαν κατά 90% εκείνη την ημέρα και θεραπεύτηκε πλήρως τις επόμενες τρεις ημέρες. Σε μια άλλη περίπτωση ένα ζευγάρι ήθελε να κάνει κι άλλο παιδί. Προσπαθούσαν ανεπιτυχώς για 3 χρόνια. Σύμφωνα με τον γιατρό η γυναίκα δεν μπορούσε να συλλάβει λόγω Συνδρόμου Πολυκυστικών Ωοθηκών. Η θεραπεύτρια έδωσε **CC8.4 Ωοθήκες & Μήτρα + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό** στη γυναίκα και **CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC14.3 Ανδρική στειρότητα + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό** στον σύζυγό της. Η ασθενής δεν έλαβε καμία άλλη θεραπεία και έμεινε έγκυος τους επόμενους τέσσερις μήνες. Το ζευγάρι είναι ευλογημένο μ' ένα υγιέστατο αγοράκι.

Επίσης, σημείωσε μεγάλη επιτυχία στη θεραπεία μιας 22χρονης που είχε εμφανίσει κοκκινωπές κηλίδες



Before treatment



After treatment

και στα δύο πόδια της από τους μηρούς μέχρι τα δάχτυλα των ποδιών λόγω αποτρίχωσης και επίσης υπέφερε από δυσπεψία. Η θεραπεύτρια της έδωσε **CC4.10 Δυσπεψία + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC21.3 Δερματικές Αλλεργίες** και μέσα σε έξι ημέρες, η νεαρή γυναίκα απαλλάχθηκε και από τις δύο καταστάσεις. Την επόμενη φορά που η ασθενής έβαλε κεριά, οι κηλίδες επανεμφάνιστηκαν. Αυτήν τη φορά η θεραπεύτρια τη συμβούλεψε να ταμπονάρει το ίαμα με νερό στις πληγείσες περιοχές κάθε 10 λεπτά για μία ώρα. Μέσα σε λίγες ώρες οι κηλίδες μειώθηκαν γρήγορα σε μέγεθος και εξαφανίστηκαν εντελώς μέσα σε τρεις ημέρες. Την επόμενη φορά, η

ασθενής ξεκίνησε τη θεραπεία δύο ημέρες πριν την αποτρίχωση. Προς μεγάλη της ανακούφιση, δεν εμφανίστηκαν σχεδόν καθόλου κηλίδες.

Της αρέσει να δουλεύει με άλλους θεραπευτές και συμβουλεύει όλους, είτε είναι AVP, VP είτε SVP, να συμβουλευονται τακτικά με τον μέντορά τους καθώς μπορεί κανείς να εισαχθεί σε μια διαφορετική οπτική και επίσης να λάβει ανεκτίμητη καθοδήγηση σε περιπλοκές περιπτώσεις. Η θεραπεύτρια ενισχύει συνεχώς τις γνώσεις της σχετικά με την καλή διατροφή, την άσκηση και τον τρόπο ζωής και, ως εκ τούτου, είναι σε θέση να παρέχει τις κατάλληλες συμβουλές στους ασθενείς της, όποτε είναι απαραίτητο. Είναι εξαιρετικά ευγνώμων γι' αυτήν την ευκαιρία για σενα που την έκανε ν' αναπτύξει ενσυναίσθηση και καλοσύνη προς τους άλλους και να βιώσει την ενότητα με όλα τα όντα.

Περιπτώσεις να μοιραστούμε:

- [Άγχος και πόνος στην κοιλιά](#)
- [Αιμορροΐδες, δυσκοιλιότητα και οξύτητα](#)

☞ Ιστορικά Περιπτώσεων με τη χρήση Combos ☞

1, Ρινορραγία, Ιγμορίτιδα ^{11618...lvδία} Ένα 10χρονο αγόρι είχε ρινορραγία 2 με 3 φορές την εβδομάδα από την παιδική του ηλικία. Η φυσική καταπόνηση, η έκθεση σε ρύπανση και ξηρές καιρικές συνθήκες, ειδικότερα, πυροδοτούσε αυτό το σύμπτωμα. Σε κάθε επεισόδιο έχανε τουλάχιστον δύο ουγγιές αίμα και ένιωθε αδύναμος για τις επόμενες δύο ημέρες. Ο γιατρός συνταγογράφησε μια αλοιφή που δεν βοήθησε. Επιπλέον, υπέφερε από φτάρνισμα, καταρροή και βουλωμένη μύτη σε καθημερινή βάση τον τελευταίο ένα χρόνο. Πριν από τρεις μήνες ο γιατρός είχε προειδοποιήσει ότι το παιδί ήταν στα πρόθυρα άσθματος και του είχε συνταγογραφήσει έναν νεφελοποιητή. Αλλά οι γονείς ήταν απρόθυμοι να χρησιμοποιήσουν περισσότερα αλλοπαθητικά φάρμακα και αποφάσισαν να πάρουν δονητική. Στις **9 Ιανουαρίου 2022**, δόθηκε στο παιδί:

#1. CC9.2 Οξείες λοιμώξεις + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC12.2 Τονωτικό παιδιών + CC19.2 Αναπνευστικές αλλεργίες + CC19.3 Χρόνιες λοιμώξεις θώρακος + CC19.5 Ιγμορίτιδα...TDS

#2. CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC 19.4 Κρίση άσθματος...κάθε δέκα λεπτά για μια ώρα αν τα συμπτώματα είναι σοβαρά, ακολουθούμενο από **6TD**

#3. CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC19.5 Ιγμορίτιδα... BD σε αλατούχο νερό ως ρινικές σταγόνες (δεν ήταν διαθέσιμο απεσταγμένο νερό).

Μετά από μια εβδομάδα η μητέρα ενημέρωσε ότι υπήρχε μόνο ένα επεισόδιο αιμορραγίας και 50% βελτίωση στη ρινορραγία, το φτάρνισμα, την καταρροή και τη βουλωμένη μύτη του παιδιού. Στις 28 Ιανουαρίου, ανέφερε με ευχαρίστηση 100% βελτίωση σε όλα τα συμπτώματά του, οπότε το **#3** σταμάτησε. Το **#2** δεν χρειάστηκε ποτέ και το **#1** συνεχίστηκε **TDS** για δύο μήνες και μειώθηκε σε **OD** για δύο μήνες, πριν σταματήσει στις 30 Μαΐου 2020. Από τον Μάιο του 2022, το αγόρι συνεχίζει να τα πάει καλά.

Σχόλιο Εκδότη:

Οι ρινικές σταγόνες μπορούν να παρασκευαστούν σε απεσταγμένο νερό ή βρασμένο νερό που θα κρυώσουμε.

2. Πόνος στο στήθος σε θηλάζουσα μητέρα ^{11618...lvδία} Μια 30χρονη γυναίκα πλησίασε την θεραπεύτρια παραπονούμενη για έντονο πόνο στο στήθος της. Πριν από τέσσερις μήνες είχε γεννήσει ένα μωρό και ένα μήνα αργότερα άρχισαν οι πόνοι για τους οποίους της συνταγογραφήθηκαν παυσίπονα. Μετά από ένα μήνα ο πόνος είχε επιδεινωθεί σε τέτοιο βαθμό που έπαιρνε 5 ταμπλέτες παρακεταμόλης την ημέρα μαζί με άλλα συνταγογραφούμενα παυσίπονα, χωρίς ανακούφιση. Ο πόνος ήταν τόσο έντονος που τρομοκρατείτο στη θέα του μωρού της και ήθελε να σταματήσει το θηλασμό αλλά συνέχισε να το αναβάλλει φοβούμενη ότι το μωρό δεν θα λάβει επαρκή διατροφή. Αν και το μωρό θηλαζόταν αποκλειστικά, η μητέρα παρήγαγε περίσσεια γάλακτος που φαινόταν ότι είχε προκαλέσει αρκετούς σβόλους στο στήθος της. Τις τελευταίες δύο ημέρες η ασθενής είχε επίσης παρουσιάσει δυσκοιλιότητα με σκληρά και αιματηρά κόπρανα. Στις **16 Αυγούστου 2019**, η θεραπεύτρια έδωσε:

#1. CC2.3 Όγκοι & Νεοπλασμάτα + CC3.7 Κυκλοφορικό σύστημα + CC8.3 Διαταραχές μαστών + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC20.4 Μύες & Ερειστικός ιστός...BD σε λάδι για μασάζ στην πληγείσα περιοχή, ακολουθούμενο από ζεστές κομπρέσες.

#2. CC4.4 Δυσκοιλιότητα + CC4.10 Δυσπεψία + CC8.1 Τονωτικό για γυναίκες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC18.5 Νευραλγία + #1...6TD για τρεις ημέρες ακολουθούμενο από TDS.

Επιπλέον, στην ασθενή δόθηκε η συμβουλή να πίνει πολύ νερό για να ανακουφίσει τη δυσκοιλιότητα.

Μετά από τέσσερις ημέρες, στις 20 Αυγούστου, υπήρξε 50% ανακούφιση από τον πόνο καθώς και από τη δυσκοιλιότητα. Στις 26 Αυγούστου η ασθενής σταμάτησε οικειοθελώς να παίρνει όλα τα παυσίπονα καθώς ο πόνος ήταν διαχειρίσιμος. Στις 30 Αυγούστου, το #1 διακόπηκε. Στις 17 Σεπτεμβρίου ανέφερε 100% ανακούφιση απ' όλα τα συμπτώματα, επομένως η δόση του #2 μειώθηκε μέχρι που τελικά σταμάτησε στις 18 Δεκεμβρίου 2019. Συνέχισε να θηλάζει το μωρό της για ενάμιση χρόνο και το πρόβλημά της δεν επανεμφανίστηκε ποτέ!

+++++

3. Πόνος στο σαγόι ^{11618...lvδία} Μια 50χρονη γυναίκα πήγε στον θεραπευτή με έντονο πόνο στην αριστερή γνάθο που επανεμφανιζόταν κάθε 1 με 2 μήνες τα τελευταία δύο χρόνια. Κάθε επεισόδιο, που διαρκούσε 10 έως 14 ημέρες, ξεκινούσε με ήπιο πόνο που σταδιακά αυξανόταν σε διάστημα μιας εβδομάδας, δυσκολεύοντάς την να ανοίξει πλήρως το στόμα της ή να μασήσει τροφή. Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου μπορούσε να λαμβάνει μόνο υγρά ή ημιστερεά. Πήρε συνταγογραφούμενα παυσίπονα και χρησιμοποιούσε προστατευτικό στόματος που της έδινε μόνο προσωρινή ανακούφιση. Όταν επισκέφτηκε την θεραπεύτρια, στις **10 Αυγούστου 2020**, είχε έντονο πόνο που είχε αρχίσει ως ήπιος πόνος πριν από μια εβδομάδα, της χορηγήθηκε:

CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC11.6 Λοιμώξεις δοντιών...6TD

Το επόμενο πρωί, με χαρά ανέφερε ότι υπήρχε 70% ανακούφιση από τον πόνο και ότι μπορούσε να ανοίξει το στόμα της και να μασήσει κανονικά την τροφή της! Μετά από δύο ημέρες η δόση μειώθηκε σε TDS και συνεχίστηκε για δύο εβδομάδες. Στις 25 Αυγούστου, καθώς ανέφερε 100% βελτίωση, η δόση μειώθηκε σε OD για δύο εβδομάδες και μετά σταμάτησε. Αισθάνθηκε ανακούφιση καθώς δεν χρειαζόταν παυσίπονα μετά την έναρξη της θεραπείας. Όταν η θεραπεύτρια επικοινωνήσε με την ασθενή, στις 20 Μαΐου 2022, είπε ότι ο πόνος της γνάθου δεν είχε υποτροπιάσει.

Σχόλιο Εκδότη:

Είναι πιθανό αυτή η ασθενής να είχε τρισμό, μια επώδυνη κατάσταση που δυσκολεύει την ομιλία, το φαγητό ή τη διατήρηση της στοματικής υγιεινής. Αυτό είναι τις περισσότερες φορές προσωρινό αλλά αν γίνει μόνιμο ή οφείλεται σε τέτανο, μπορεί να είναι απειλητικό για τη ζωή. Το σοβαρό μπλοκάρισμα μπορεί να επηρεάσει την κατάποση και ακόμη και να αλλάξει την εμφάνιση του προσώπου.

+++++

4. Άσθμα, αδеноειδείς εκβλαστήσεις, & πόνος στο αυτί ^{11618...lvδία} Ένα 11χρονο κορίτσι υπέφερε καθημερινά από ρινική καταρροή, ευερέθιστο λαιμό με βήχα, δυσκολία στην αναπνοή, συριγμό και πόνο στο αυτί από την πρώιμη παιδική ηλικία. Η κατάστασή της επιδεινωνόταν κατά την αλλαγή του καιρού και όταν εκτίθετο στη ρύπανση. Έπαιρνε αλλοπαθητικά φάρμακα και χρησιμοποιούσε νεφελοποιητή όταν τα συμπτώματα ήταν σοβαρά αλλά αυτά παρείχαν μόνο προσωρινή ανακούφιση.

Είχε, επίσης, ρινική απόφραξη λόγω αδеноειδών εκβλαστήσεων που μεγάλωναν και προκαλούσαν πόνο από το αυτί μέχρι τη γνάθο. Ο γιατρός συμβούλεψε χειρουργική επέμβαση. Στις **13 Αυγούστου 2019**, η μητέρα της πήγε το κορίτσι στην θεραπεύτρια, η οποία έδωσε:

#1. CC5.1 Μολύνσεις αυτιών + CC9.2 Οξείες λοιμώξεις + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC12.2 Τονωτικό παιδιών + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC19.2 Αναπνευστικές αλλεργίες + CC19.3 Χρόνιες λοιμώξεις θώρακος + CC19.5 Ιγμορίτιδα...TDS

Και για επείγουσες καταστάσεις:

#2. CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC19.4 Κρίση άσθματος...κάθε δέκα λεπτά για μία ώρα και αν δεν υπήρχε βελτίωση, για άλλη μία ώρα, κατόπιν 6TD για τρεις ημέρες και, εάν χρειαζόταν TDS για τρεις ημέρες και OD για τρεις ημέρες.

Συστήθηκε στην ασθενή να διατηρεί το περιβάλλον της καθαρό και να αποφεύγει την έκθεση στη ρύπανση, να ασκεί τακτικά γυμναστική και να αποφεύγει τη λήψη κρύου νερού, παγωμένων τροφών φαγητών και γλυκών.

Μετά από δύο εβδομάδες υπήρξε 30% βελτίωση στην καταρροή, τον ευερέθιστο λαιμό, τον βήχα, την απόφραξη της μύτης και τον συριγμό και 40% βελτίωση στον πόνο στο αυτί. Σε άλλες δύο εβδομάδες η

βελτίωση ανέβηκε στο 60% και 50% αντίστοιχα. Μετά την έναρξη της παραπάνω θεραπείας δεν πήρε αλλοπαθητικά φάρμακα αλλά χρησιμοποίησε τον νεφελοποιητή μερικές φορές.

Μετά από έναν ακόμη μήνα υπήρξε ανακούφιση κατά 90% σε όλα τα συμπτώματά της. Πήρε το #2 μόνο τον πρώτο μήνα, στη συνέχεια δεν χρειάστηκε.

Την τρίτη εβδομάδα του Νοεμβρίου, η μητέρα ενημέρωσε με ευχαρίστηση ότι η κόρη της δεν χρησιμοποίησε τον νεφελοποιητή τον τελευταίο ένα μήνα και εξεπλάγη ευχάριστα που η κατάστασή της ήταν υπό έλεγχο ακόμη και τη χειμερινή περίοδο.

Τον Ιανουάριο του 2020, πέντε μήνες μετά την έναρξη της θεραπείας, ήταν 100% απαλλαγμένη απ' όλα τα συμπτώματα. Στις 22 Φεβρουαρίου, η δόση του #1 μειώθηκε σε **BD** για ένα μήνα και στη συνέχεια μειώθηκε στο μηδέν κατά τις 20 Αυγούστου. Από τις 20 Μαΐου 2022 δεν υπήρξε υποτροπή.

+++++

5. Άγχος και πόνος στην κοιλιά ^{11603...Ινδία} Μια 53χρονη γυναίκα επισκέφτηκε την κόρη της στις ΗΠΑ για τρεις μήνες με σχέδια να επιστρέψει στην Ινδία τον Μάρτιο του 2020 αλλά αναβλήθηκε επ' αόριστον λόγω της πανδημίας. Αυτό την αναστάτωσε και άρχισε να έχει πόνο στην αριστερή πλευρά της κοιλιάς της που γινόταν χειρότερος μετά το φαγητό, αίσθημα καύσου στο λαιμό, χαλαρές κινήσεις, άγχος, μοναξιά και αϋπνία σε καθημερινή βάση. Όλα τα συμπτώματα συνεχίστηκαν για τους επόμενους πέντε μήνες. Διαχειρίστηκε τα πεπτικά της προβλήματα με αντιόξινα.

Επισκέφτηκε έναν γιατρό αμέσως μετά την επιστροφή της στην Ινδία τον Ιούλιο, πήρε φάρμακα για μια εβδομάδα αλλά πήρε προσωρινή ανακούφιση μόνο για τις χαλαρές κινήσεις. Έτσι, αποφάσισε να λάβει δονητική θεραπεία. Στις 6 Αυγούστου 2020, της δόθηκε:

#1. CC4.2 Τονωτικό του Ήπατος & της Χοληδόχου Κύστης + CC4.6 Διάρροια + CC4.10 Δυσπεψία + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό...6TD

Επιπλέον, η ασθενής συνέχισε την πρακτική της στο pranayam. Στις 17 Αυγούστου υπήρξε 20% βελτίωση στον κοιλιακό πόνο και 30% βελτίωση στην αίσθηση καψίματος και στις χαλαρές κινήσεις. Το ίαμα ενισχύθηκε σε:

#2. CC4.11 Ήπαρ & Σπλήνα + #1...6TD

Μέσα σε μια εβδομάδα, εκτός από το άγχος και την αϋπνία, είχε 70% βελτίωση σε όλα τ' άλλα συμπτώματα. Μετά από 20 ημέρες ένιωθε καλά εκτός από κάποιους ήπιους, διαλείποντες πόνους στην κοιλιά κατά το φαγητό. Δεδομένου ότι το άγχος φαινόταν να είναι η βασική αιτία της αϋπνίας, η θεραπεύτρια θεώρησε ότι θα μπορούσε να επιλυθεί καθαρίζοντας το σύστημα της. Την 1η Οκτωβρίου το #2 ενισχύθηκε σε:

#3. CC17.2 Κάθαρση + #2...6TD

Στις 21 Νοεμβρίου είχε 95% βελτίωση στο άγχος, την κατάθλιψη και την αϋπνία και ο κοιλιακός πόνος είχε, επίσης, εξαφανιστεί. Ένιωθε χαλαρή και χαρούμενη. Η δόση μειώθηκε σε **TDS** και καθώς ήταν εντελώς καλά μέχρι τις 31 Δεκεμβρίου 2021, η θεραπεία σταμάτησε. Από τον Ιούνιο του 2022, συνεχίζει να είναι καλά.

Σχόλιο Εκδότη:

CC15.6 Διαταραχές ύπνου την ώρα του ύπνου θα μπορούσε να βοηθήσει στην επίλυση της αϋπνίας πολύ νωρίτερα. Κανονικά το **CC17.2 Κάθαρση** χορηγείται σε ξεχωριστό φιαλίδιο και ιδανικά μόνο του, αλλά όταν συνδυάζεται με ένα μεγάλο combo, τότε το pullout είναι λιγότερο πιθανό να συμβεί.

+++++

6. Αιμορροΐδες, δυσκοιλιότητα & οξύτητα ^{11603...Ινδία} Μια 38χρονη γυναίκα υπέφερε από δυσκοιλιότητα, αιμορροΐδες με σκληρά και αιματηρά κόπρανα και φαγούρα στον πρωκτό από τον Μάιο του 2011. Είχε λάβει αγιουρβεδική θεραπεία για έξι μήνες το 2017 αλλά δεν είχε σχεδόν καμία βελτίωση. Το 2018 υποβλήθηκε σε χειρουργική επέμβαση αιμορροΐδων και πήρε αλλοπαθητικά φάρμακα για τρεις μήνες και ανακουφίστηκε απ' όλα τα συμπτώματά της αλλά αυτά επαναλήφθηκαν εντός λίγων ημερών μετά το τέλος της θεραπείας. Είχε, επίσης, καούρα και ναυτία τον τελευταίο ένα μήνα όταν συμβουλευτηκε την θεραπεύτρια στις 5 Νοεμβρίου 2019. Της δόθηκε:

#1. CC4.4 Δυσκοιλιότητα + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες...TDS

#2. CC4.2 Τονωτικό του Ήπατος και της Χοληδόχου Κύστης + CC4.10 Δυσπεψία...TDS, αυξημένο

σε **6TD** για 1 ή 2 ημέρες εάν τα συμπτώματα γίνονταν σοβαρά.

Μέσα σ' ένα μήνα η ασθενής ανέφερε 40% βελτίωση στη δυσκοιλιότητα, την αιμορραγία και την φαγούρα στον πρωκτό και 50% στην καούρα και στη ναυτία. Είχε πάρει το **#2** σε **6TD** για ένα μήνα καθώς τη βοηθούσε. Στη συνέχεια, η βελτίωση ήταν αργή αλλά σταθερή, έτσι συνέχισε με το **#1 & #2** για άλλους τρεις μήνες **TDS**. Στις 13 Μαρτίου 2020 υπήρξε 80% ανακούφιση απ' όλα τα συμπτώματα. Τα **#1 & #2** αντικαταστάθηκαν από:

#3. CC4.4 Δυσκοιλιότητα + CC4.10 Δυσπεψία + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες...TDS

Μετά από αυτήν την επίσκεψη η ασθενής δεν επικοινωνήσε με την θεραπεύτρια αλλά συναντήθηκαν σε μια τελετή δύο χρόνια αργότερα, στις 22 Μαρτίου. Η ασθενής, ενώ λυπόταν που δεν είχε επικοινωνήσει μαζί της, είπε ότι όλα τα συμπτώματά της είχαν εξαφανιστεί τον ίδιο τον Απρίλιο του 2020 και στη συνέχεια είχε διακόψει τη θεραπεία.

+++++

7. Υποθυρεοειδισμός ^{11623...Ινδία} Σε μια 39χρονη γυναίκα που διαγνώστηκε με οριακό υποθυρεοειδισμό τον Μάιο του 2020, της συστήθηκε να υποβληθεί σε επανέλεγχο μετά από τρεις μήνες, αλλά το αγνόησε. Τους επόμενους έξι μήνες, πήρε 10 κιλά, ανέπτυξε συνήθεια υπερφαγίας και υπέφερε από μια πληθώρα συμπτωμάτων όπως ρίγη σώματος, μυϊκές κράμπες, μούδιασμα, αϋπνία, εναλλαγές της διάθεσης, κόπωση και απώλεια μαλλιών. Το τεστ της, τον Φεβρουάριο του 2021, αποκάλυψε υποθυρεοειδισμό (TSH - 6,0 μIU/ml). Δεν ήθελε να πάρει αλλοπαθητικά φάρμακα και αποφάσισε αντ' αυτών να πάρει δονητικά. Στις **10 Φεβρουαρίου 2021** της δόθηκε:

#1. CC3.7 Κυκλοφορικό σύστημα + CC6.2 Υποθυρεοειδισμός + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC15.4 Διαταραχές ορέξεως...TDS

Στις 20 Απριλίου η ασθενής είπε ότι η καταναγκαστική διατροφή της είχε σταματήσει και είχε χάσει 4 έως 5 κιλά. Οι μυϊκές κράμπες και το μούδιασμα είχαν εξαφανιστεί εντελώς και είχε 50% ανακούφιση από τα ρίγη του σώματος, την απώλεια μαλλιών και την αϋπνία. Αλλά δεν υπήρξε βελτίωση στην κόπωση και παρέμεινε κουρασμένη και αδύναμη όλη την ημέρα. Η θεραπεία της ενισχύθηκε σε:

#2. CC12.4 Αυτοάνοσες ασθένειες + #1...TDS

Μέχρι τις 25 Ιουνίου είχε χάσει 10 κιλά και είχε υιοθετήσει υγιεινές διατροφικές συνήθειες. Οι εναλλαγές της διάθεσης και η απώλεια μαλλιών της ήταν 100% καλύτερα και η ρίγη και η κούραση του σώματος ήταν 90% καλύτερα. Το τεστ της τον Ιούνιο αποκάλυψε φυσιολογικά επίπεδα θυρεοειδούς (TSH - 3,3 μIU/ml). Μέχρι την 1η Ιουλίου ένωθε 100% καλά και ένωθε υγιής, ενεργητική και χαρούμενη, επομένως η θεραπεία μειώθηκε σε **OW** και στη συνέχεια σταμάτησε στις 30 Οκτωβρίου 2021. Από τον Απρίλιο του 2022 τα επίπεδα του θυρεοειδούς της είναι σταθερά και δεν υπήρξε υποτροπή σε κανένα από τα συμπτώματα.

+++++

8. Αϋπνία ^{03605...Γαλλία} Από τον θάνατο του συζύγου της, πριν από δέκα χρόνια, μια 76χρονη υπέφερε από αϋπνία. Είχε δυσκολία ν' αποκοιμηθεί και κοιμόταν διακεκομμένα όλη τη νύχτα. Ήταν ανήσυχη και νευρική στη σκέψη και μόνο ότι δεν θα ξεκουραζόταν καλά. Είχε, επίσης, έντονο άγχος για τον 40χρονο γιο της με βαριά αναπηρία που εισήχθη σε ειδικό ίδρυμα. Δεν έπαιρνε καμία θεραπεία και, όταν άκουσε για τη δονητική από τον θεραπευτή που ήταν και γείτονας της, ήταν χαρούμενη να τη δοκιμάσει.

Στις **10 Δεκεμβρίου 2021** της δόθηκε:

CC15.6 Διαταραχές ύπνου... μια δόση **μια ώρα** πριν ξαπλώσει και εφόσον δεν κοιμόταν **κάθε ώρα** και ξανά στη μέση της νύχτας εάν ξυπνούσε.

Την επόμενη κιόλας μέρα η ασθενής ανέφερε ότι ένωθε χαλαρή μετά την πρώτη δόση αλλά δεν υπήρξε βελτίωση στην ποιότητα του ύπνου της. Δύο μέρες αργότερα η ασθενής ένωθε καλά καθώς οι αρνητικές σκέψεις που την στοίχειωναν πριν τον ύπνο είχαν εξαφανιστεί. Αποκοιμήθηκε μετά το δεύτερο χάπι και κοιμήθηκε καλύτερα. Πήρε άλλο ένα χάπι μόλις ξύπνησε στη μέση της νύχτας και μετά κατάφερε ν' αποκοιμηθεί ξανά και ένωθε ξεκούραστη το πρωί. Συνέχισε να παίρνει το ίαμα όπως συνταγογραφήθηκε και τον Ιανουάριο του 2022 ενώ ζήτησε να ξαναγεμίσει το φιαλίδιο, μετέφερε στον θεραπευτή ότι κοιμόταν καλά από τότε που ξεκίνησε τη θεραπεία! Πέντε μήνες αργότερα, τον Μάιο του 2022, η ασθενής ανέφερε ότι αποκοιμιόταν αμέσως μετά τη λήψη του πρώτου χαπιού και σπάνια χρειαζόταν δεύτερη δόση. Τώρα αισθάνεται πολύ χαλαρή, άνετη και θεραπευμένη και συνεχίζει με τη θεραπεία.

+++++

9. Πέτρες στα νεφρά ^{03601...Νεπάλ} Μια 17χρονη κοπέλα έπαιρνε τέσσερα διαφορετικά αλλοπαθητικά φάρμακα για αναιμία, προβλήματα εμμήνου ρύσεως και συσώρευση νερού στον τράχηλο της μήτρας για δύο χρόνια. Αν και τα εμμηνορροϊκά της προβλήματα ομαλοποιήθηκαν μετά από επτά μήνες λήψης αυτών των φαρμάκων, εμφάνισε άλλα συμπτώματα όπως πόνο στην κοιλιά όταν σήκωνε αντικείμενα, ζάλη, έμετο (νωρίς το πρωί όταν ξυπνούσε) και συχνή διάρροια. Έπαιρνε τα φάρμακα κατά διαστήματα και συνέχιζε να υποφέρει από τα παραπάνω συμπτώματα.

Τον Μάρτιο του 2021, όταν ο πόνος στην κοιλιά επιδεινώθηκε κατά τη διάρκεια του εμμηνορροϊκού της κύκλου για τρεις ημέρες, συμβουλευτήκε έναν άλλο γιατρό. Συνέστησε τομογραφία που αποκάλυψε μια πέτρα 4 έως 5 mm σε κάθε νεφρό. Ο γιατρός απέδωσε την αιτία στα αλλοπαθητικά φάρμακα και συνταγογράφησε άλλη σειρά φαρμάκων. Τα πήρε για δύο μήνες με κάποια ανακούφιση αλλά τα σταμάτησε καθώς η οικογένειά της δεν μπορούσε να τ' αντέξει πια. Άρχισε να παίρνει ένα σπιτικό φάρμακο και δεν βελτίωσε την κατάστασή της. Στη συνέχεια, η οικογένειά της επέλεξε τη δονητική και στις **22 Αυγούστου 2021** της δόθηκε:

CC8.1 Τονωτικό για γυναίκες + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC13.2 Λοιμώξεις νεφρού και ουροδόχου κύστης + CC13.5 Νεφρολιθίαση...TDS

Ο πόνος στην κοιλιά εξαφανίστηκε σε δύο ημέρες και μετά από άλλη μια εβδομάδα, ανέφερε ότι όλα τα άλλα συμπτώματα είχαν εξαφανιστεί επίσης! Ο θεραπευτής τη συμβούλεψε να μειώσει τη δόση αλλά προτίμησε να συνεχίσει **TDS**. Όταν ήρθε για ξαναγέμισμα στις 15 Νοεμβρίου, της συστήθηκε να κάνει τομογραφία την οποία έκανε την επόμενη μέρα. Έδειξε ότι το μέγεθος της πέτρας είχε μειωθεί και στους δύο νεφρούς σε 2,5 mm και 2,1 mm. Όντας αυτό εντός του αποδεκτού εύρους, δεν συνταγογραφήθηκε αλλοπαθητικό φάρμακο. Το ίαμα μειώθηκε στη δοσολογία συντήρησης **OD**. Από τον Ιούνιο του 2022 δεν υπήρξε υποτροπή.

+++++

10. Εν τω βάθει φλεβική θρόμβωση (DVT) ^{10940...Ινδία} Μια 33χρονη, δασκάλα στο επάγγελμα, επισκέφθηκε τον θεραπευτή παραπονούμενη για επώδυνες κράμπες και ακαμψία στους μύες της δεξιάς γάμπας τους τελευταίους τρεις μήνες. Είχε πόνο ενώ στεκόταν, περπατούσε ή καθόταν. Η δουλειά της απαιτούσε πολύωρη ορθοστάσια που επιδείνωνε την κατάστασή της. Συμβουλευτήκε έναν ορθοπαιδικό γιατρό, ο οποίος διέγνωσε ότι ήταν εν τω βάθει φλεβική θρόμβωση μετά από φυσική εξέταση και της συνταγογράφησε φάρμακα. Η ασθενής δεν τα πήρε και επέλεξε αντ' αυτών τη δονητική. Στις **28 Οκτωβρίου 2015**, της δόθηκε:

CC3.1 Τονωτικό καρδιάς + CC3.4 Καρδιάς επείγουσα κατάσταση + CC20.4 Μύες & Ερειστικός ιστός...TDS

Η ασθενής έκανε επίσης τις ασκήσεις που της πρότεινε ο γιατρός της. Στις 9 Νοεμβρίου υπήρξε βελτίωση κατά 60% στις κράμπες καθώς και στην ακαμψία και η δόση μειώθηκε σε **BD**. Στις 2 Δεκεμβρίου είχε 95% βελτίωση στον πόνο και τη δυσκαμψία και η δόση μειώθηκε σε **OD**. Μέχρι τα τέλη Δεκεμβρίου ήταν καλά και η θεραπεία σταμάτησε. Ήταν χαρούμενη που μπορούσε να στέκεται πολλές ώρες, να κάθεται ή να περπατά χωρίς καμία ενόχληση. Από τον Ιούνιο του 2022 δεν υπήρξε υποτροπή.

Σχόλιο εκδότη: Ίδανικά, η δοσολογία **TDS** έπρεπε να συνεχιστεί έως ότου η ασθενής να είναι 100% απαλλαγμένη από τα συμπτώματα.

+++++

11. Αναπνευστική αλλεργία ^{11633...Ινδία} Μια 37χρονη γυναίκα υπέφερε από σοβαρή αναπνευστική αλλεργία, κατά μέσο όρο για εννέα μήνες το χρόνο από την παιδική της ηλικία. Είχε φτάρνισμα, υγρά μάτια, διαρκώς βουλωμένη μύτη και δυσκολία στην αναπνοή, ειδικά όταν ήταν ξαπλωμένη. Επίσης, τα πόδια της ήταν πολύ κρύα και έπρεπε πάντα να φοράει κάλτσες. Αυτό που την ενοχλούσε περισσότερο ήταν η ρινική συμφόρηση που επιδεινωνόταν από τις έντονες μυρωδιές, το λούσιμο, την κατανάλωση φρούτων ή λαχανικών (εκτός από μελιτζάνες και μπάμιες) ή δημητριακά. Αυτό της δυσκόλευε τη ζωή και ήταν πολύ πιεσμένη. Δεν έπαιρνε καμία θεραπεία.

Το 2018 η παράλυση του συζύγου της προστέθηκε στα βάσανα της. Τα συμπτώματα χειροτέρεψαν και έγινε επιθετική και έκανε σκέψεις αυτοκτονίας. Συμβουλευτήκε έναν γιατρό που συνταγογράφησε ρινικές σταγόνες Betnesol και δισκία Okacet. Τα έπαιρνε κάθε δύο ή τρεις μέρες. Κάθε φορά ένιωθε καλύτερα για δύο μέρες. Καθώς αυτά τα φάρμακα προκαλούσαν αύξηση βάρους και πόνο στην πλάτη, τα διέκοψε μετά από ένα χρόνο. Στη συνέχεια πήρε ομοιοπαθητικά για ενάμιση χρόνο αλλά σταμάτησε καθώς δεν υπήρξε βελτίωση. Τον Ιανουάριο του 2021, όταν τα συμπτώματα έγιναν αφόρητα, πήρε ξανά τα προηγούμενα

αλλοπαθητικά φάρμακα που παρείχαν μόνο προσωρινή ανακούφιση. Στις 27 Σεπτεμβρίου 2021, συμβουλευτήκε τον θεραπευτή που της έδωσε:

CC4.10 Δυσπεψία + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC19.2 Αναπνευστικές αλλεργίες + CC19.5 Ιγμορίτιδα...TDS

Την επόμενη κιόλας μέρα η ασθενής είχε βουλωμένη μύτη με αποτέλεσμα να έχει δυσκολία στην αναπνοή. Αλλά μπορούσε να τα καταφέρει χωρίς τα αλλοπαθητικά φάρμακα. Μετά από τρεις μέρες, είχε πλήρη ανακούφιση απ' όλα τα συμπτώματα! Μετά από μια εβδομάδα ενθουσιάστηκε όταν ανέφερε ότι είχε φάει γκουάβα μετά από τρία χρόνια χωρίς να παρουσιάσει καμία αλλεργική αντίδραση. Μετά από άλλες 20 ημέρες ανέφερε ότι ακόμη και μετά από το λούσιμο και την κατανάλωση φρούτων, δεν υπήρχε κανένα ίχνος συμπτωμάτων!

Στις 8 Νοεμβρίου, η δοσολογία μειώθηκε σε **BD** για δύο εβδομάδες και στη συνέχεια σε δοσολογία συντήρησης **OD** την οποία η ασθενής συνεχίζει. Η επιθετικότητά της και οι αυτοκτονικές σκέψεις της είχαν φύγει επίσης. Ένωθε χαλαρή και ήταν σε θέση να χειριστεί οποιοδήποτε άγχος με ήρεμο μυαλό. Από τον Μάρτιο του 2022 τα πάει καλά και απολαμβάνει με χαρά φρούτα, λαχανικά και δημητριακά.

+++++

12. Οξύτητα, πόνος στο πόδι ^{11633...lvδία} Μια 60χρονη γυναίκα πλησίασε τον θεραπευτή αναζητώντας θεραπεία για την οξύτητα που προκαλούσε ρέψιμο, ενόχληση στο στομάχι και έντονη πείνα που είχε τα τελευταία δέκα χρόνια. Είχε ένταση λόγω της εργασίας της μέχρι τη συνταξιοδότησή της, πριν από δύο χρόνια. Από τότε είχε πάρει 5 κιλά. Ένωθε, επίσης, βάρος στα πόδια συνοδευόμενο από πόνο στους μύες της γάμπας τους τελευταίους πέντε μήνες και αυτό την ενοχλούσε περισσότερο. Επιπλέον, είχε 4 έως 5 κενώσεις την ημέρα και κούραση τους τελευταίους τέσσερις μήνες. Δεν έπαιρνε καμία φαρμακευτική αγωγή εκτός από ένα αντιόξινο που έπαιρνε όταν η οξύτητα ήταν έντονη.

Στις 26 Αυγούστου 2021 της δόθηκαν τα ακόλουθα ιάματα:

Για τον πόνο στο πόδι:

#1. CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC13.1 Τονωτικό νεφρών + CC20.3 Αρθρίτιδα + CC20.4 Μύες Ερειστικός ιστός &...TDS

Για την οξύτητα:

#2. CC4.2 Τονωτικό του Ήπατος & της Χοληδόχου Κύστης + CC4.10 Δυσπεψία + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό ...TDS

Καθώς η ασθενής έμενε σε ένα μακρινό μέρος της δόθηκε και το **#1** και το **#2** με οδηγίες να ξεκινήσει το **#2** αφού θα έχει υπάρξει 50% βελτίωση στον μυϊκό πόνο της γάμπας.

Μετά από δέκα ημέρες, στις 5 Σεπτεμβρίου, είχε 80% βελτίωση στο βάρος στα πόδια, στον πόνο στους μύες της γάμπας και 50% στο ρέψιμο, τη δυσφορία στο στομάχι και στο αίσθημα πείνας. Οι κενώσεις της μειώθηκαν σε μία ή δύο φορές την ημέρα, ακόμη και πριν ξεκινήσει το **#2**! Καθώς η κατάστασή της βελτιωνόταν, ένιωθε χαλαρή και ενεργητική. Το **#2** ξεκίνησε στις 21 Σεπτεμβρίου. Στις 23 Σεπτεμβρίου, αποκάλυψε ότι είχε πληγές στα χείλη της τον τελευταίο ένα μήνα. Της δόθηκε ένα πρόσθετο ίαμα:

#3. CC11.5 Στοματικές λοιμώξεις + CC21.11 Πληγές & Γδαρσίματα &...TDS

Μέσα σε μια εβδομάδα οι πληγές της είχαν επουλωθεί πλήρως, μετά την οποία το **#3** μειώθηκε και σταμάτησε. Την 1η Νοεμβρίου ενημέρωσε ότι όλα τα προβλήματά της είχαν λυθεί. Στις 18 Νοεμβρίου το **#1** και το **#2** μειώθηκαν και σταμάτησαν στις 15 Δεκεμβρίου. Από τον Ιούνιο του 2022 συνεχίζει να είναι καλά.

☞ Η Γωνιά των Απαντήσεων ☞

E1. Φροντίζω μια έγκυο αγελάδα, που θα γεννήσει το πρώτο της μοσχάρι σε περίπου ένα μήνα. Η αγελάδα είναι ενεργή και ο κτηνίατρος της έχει πιστοποιήσει μια καλή κατάσταση υγείας. Σκέφτηκα να συνταγογραφήσω **CC1.1 Τονωτικό για ζώα + CC8.2 Τονωτικό εγκυμοσύνης**. Είναι αυτό το σωστό combo;

A. Ναι, το combo είναι τέλειο και πρέπει να συνεχιστεί για ένα μήνα μετά την γέννα. Περαιτέρω, για καλή παραγωγή γάλακτος, μπορείτε να δώσετε **SR554 Lac Can**. Όταν αυτό το ίαμα χορηγήθηκε σε 400 αγελάδες, η παραγωγή γάλακτος αυξήθηκε κατά μέσο όρο 25% σε μόλις δύο εβδομάδες.

+++++

E2. Θα μείνω στο εξωτερικό για αρκετούς μήνες και θέλω να πάρω μαζί μου το κουτί του 108CC για να συνεχίσω το seva μου. Ανησυχώ για τον εκτελωνισμό στην άλλη άκρη.

A. Εκατοντάδες θεραπευτές έχουν πάρει κουτιά των 108 CC στο εξωτερικό και υπήρξαν μόνο λίγες περιπτώσεις όπου ανακρίθηκαν στο τελωνείο, πιο πρόσφατα στις ΗΠΑ. Κατά την παραπομπή των αξιωματικών στον κύριο ιστότοπο της δονητικής, ήταν ικανοποιημένοι ότι το υγρό στα φιαλίδια με σταγονόμετρο περιείχε μόνο αλκοόλ και καμία άλλη ουσία οποιουδήποτε είδους, έτσι το κουτί των 108CC απελευθερώθηκε. Στο παρελθόν είχαμε λάβει πιστοποιητικά από εργαστήρια τόσο στον Καναδά όσο και στην Ινδία. Αυτά μαρτυρούσαν ότι οι θεραπείες μας δεν περιείχαν καμία άλλη φυσική (βιολογική, χημική ή φυτική) ουσία παρά μόνο ευλογίες με τη μορφή θεραπευτικών δονήσεων.

+++++

E3. Μια ασθενής έχει ένα μικρό θραύσμα στον τελευταίο γομφίο της, επειδή δάγκωσε ακούσια ένα μικρό βότσαλο στο φαγητό της. Το συγκεκριμένο δόντι είναι πλέον αιχμηρό και η τροφή κολλάει ανάμεσα στους γομφίους. Στο κουτί των 108CC το **CC11.6 Λοιμώξεις δοντιών** φαίνεται να είναι το μόνο combo που σχετίζεται με τα δόντια, θα είναι αυτό αρκετό για ν' αποτρέψει την επίσκεψη στον οδοντίατρο;

A. Όχι, καθώς το κενό μεταξύ των γομφίων απαιτεί σφράγισμα από τον οδοντίατρο. Στο μεταξύ, καλό θα είναι να παίρνει το παραπάνω ίαμα καθώς αυτό θ' αποτρέψει οποιαδήποτε μόλυνση και θ' αποφύγει οποιαδήποτε τερηδόνα. Επίσης, είναι σημαντικό να διατηρείται καλή στοματική υγιεινή. Πείτε στην ασθενή ότι το αιχμηρό δόντι θα μπορούσε να προκαλέσει τραυματισμό στον μαλακό ιστό του στόματος.

+++++

E4. Μπορούν να διατηρηθούν τα φιαλίδια με τα ιάματα στο πορτμπαγκάζ της μοτοσυκλέτας; Παράγει μια μοτοσυκλέτα ακτινοβολία όταν ο κινητήρας της είναι αναμμένος;

A. Το πορτμπαγκάζ είναι ένας αποθηκευτικός χώρος που τοποθετείται πίσω από το κάθισμα. Οι περισσότερες μοτοσυκλέτες έχουν μπαταρία και ηλεκτρικά εξαρτήματα που βρίσκονται ακριβώς κάτω από το κάθισμα του αναβάτη. Λόγω της ροής ρεύματος στον κινητήρα, θα παράγεται ηλεκτρομαγνητική ακτινοβολία αλλά θα είναι πολύ αδύναμη για να επηρεάσει τα ιάματα. Σε κάθε περίπτωση το πορτμπαγκάζ είναι αρκετά μακριά από τον κινητήρα. Προτείνουμε να μην αφήνετε τα ιάματα στο πορτμπαγκάζ περισσότερο απ' όσο χρειάζεται.

+++++

E5. Υπάρχει κάποιο ίαμα για τους εργασιομανείς;

A. Εάν χρησιμοποιείτε το μηχάνημα SRHVP, δώστε **SR280 Calc Carb 30C + SR298 Lachesis 30C + SR302 Nux Vom 30CTDS**. Εάν ο ασθενής είναι εργασιομανής από φόβο αποτυχίας, έντασης ή άγχους, προσθέστε **NM6 Calming**. Εάν χρησιμοποιείτε το κουτί των 108CC χρησιμοποιήστε το **CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό**.

+++++

E6. Στις μέρες μας πολλά παιδιά είναι εθισμένα στη χρήση smartphone για να παίζουν βιντεοπαιχνίδια, χρησιμοποιώντας τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Αυτό επηρεάζει την απόδοσή τους στις σπουδές και τα κρατά να μένουν σε εσωτερικούς χώρους, καθιστώντας τους σωματικά ανενεργούς. Υπάρχει κάποια θεραπεία δόνησης που θα μπορούσε να προκαλέσει απεξάρτηση από ηλεκτρονικά γκάτζετς;

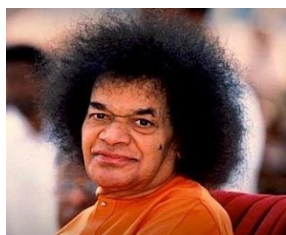
A. Έχουμε πολλές θεραπείες όπως το **CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό**, **CC15.3 Εθισμοί**, **CC17.3 Τονωτικό εγκεφάλου & μνήμης** ή εάν χρησιμοποιείτε το μηχάνημα SRHVP το **SM5 Peace & Love Alignment**, **SM6 Stress** που μπορεί να βοηθήσει τα παιδιά να ξεπεράσουν τον εθισμό στα ηλεκτρονικά γκάτζετς. Αλλά για να είναι αποτελεσματικές οι θεραπείες δονητικής, πρέπει ν' αντιμετωπίσουμε τη βασική αιτία του προβλήματος. Ένα στοργικό περιβάλλον στο σπίτι, οι γονείς να περνούν ποιοτικό οικογενειακό χρόνο με τα παιδιά, τουλάχιστον ένα μέρος τους στην ύπαιθρο και οι ίδιοι να μένουν μακριά από την υπερβολική χρήση αυτών των γκάτζετς, θα βοηθήσει πολύ στην αντιμετώπιση αυτής της κοινωνικής απειλής που έχει λάβει διαστάσεις επιδημίας.

+++++

E7. Βρήκα ότι για την ανακούφιση του σκελετικού πόνου, οι θεραπείες που εφαρμόζονται εξωτερικά χρησιμοποιώντας μπουκάλια ψεκασμού νερού, είναι εξαιρετικά αποτελεσματικές. Άρα θα πρέπει κανείς να παίρνει και ιάματα από το στόμα;

A. Τα ιάματα είναι εξίσου αποτελεσματικά όταν εφαρμόζονται εξωτερικά, είτε με ψεκασμό είτε με ταμπονάρισμα. Αυτό θα πρέπει να συμπληρώνεται με την από του στόματος λήψη ιαμάτων για ταχύτερη θεραπεία. Και να έχετε κατά νου ότι κανένα ίαμα δεν πρέπει να χορηγείται με οινόπνευμα.

☞ Θεία Λόγια από τον Υπέρτατο Θεραπευτή ☞



“Ο άνθρωπος είναι θύμα πολλών πόνων. Για όσους ταυτίζονται με το σώμα, η ζωή είναι μια σειρά από προβλήματα και δυστυχία. Αλλά για όσους γνωρίζουν ότι το σώμα δεν είναι παρά ένα όχημα, αυτά δεν μπορούν να προκαλέσουν άγχος... Η σωματική υγεία είναι σημαντική, γιατί η κακή υγεία επηρεάζει την ψυχική ισορροπία και τη συγκέντρωση. Όταν το σώμα είναι σε φόρμα, οι ψυχικές λειτουργίες λειτουργούν ομαλά. Όταν το σώμα υποφέρει, το μυαλό επίσης ταράζεται. Έτσι, αυτή η σχεδία που ονομάζεται σώμα και είναι το μόνο μέσο για να περάσεις τη θάλασσα της samskara (κοσμική ζωή) πρέπει να διατηρείται σε καλή κατάσταση.”

...Σάτια Σάι Μπάμπα, “Η ανθρώπινη σχεδία” Ομιλία, 14 Δεκεμβρίου 1994
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume04/sss04-46.pdf>

“Για να αξίζει το ιερό όνομα, Seva, η δραστηριότητα πρέπει να έχει απαλλαγεί από κάθε προσκόλληση στον εαυτό και να βασίζεται στη σταθερή πίστη στον Θεό κάτοικο κάθε ύπαρξης. Το Seva πρέπει να θεωρηθεί σαν λατρευτικό της μορφής που έχει πάρει ο Θεός για να δώσει στον Sevak (αυτόν που υπηρετεί) την ευκαιρία της λατρείας. Όταν σ' έναν πεινασμένο Nara (άνθρωπο) σερβίρουν ένα χορταστικό γεύμα, αυτό που γίνεται είναι Narayana (Θεός) Seva, γιατί, Nara είναι μόνο “μια μορφή και ένα όνομα” που προβάλλεται από το Maya (ανθρώπινη άγνοια) στο Narayana.”

...Σάτια Σάι Μπάμπα, “Εξοπλισμός για Υπηρεσία” Ομιλία, 21 Νοεμβρίου 1986
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume19/sss19-25.pdf>

☞ Ανακοινώσεις ☞

Προσεχή Εργαστήρια*

- **Ινδία Πουταπάρτι:** Εικονικό AVP Πρακτικό Εργαστήριο 6-22 Ιουλίου 2022** ακολουθούμενο από πρόσωπο με πρόσωπο εργαστήριο στο Πουταπάρτι 28-30 Ιουλίου 2022**
- **ΗΒ Λονδίνο:** Virtual Ετήσιο Σεμινάριο Επανεκπαίδευσης 18 Σεπτεμβρίου 2022**, επικοινωνήστε με τον Jeram Patel στο jeramjoe@gmail.com
- **Ινδία Πουταπάρτι:** Εικονικό AVP Πρακτικό Εργαστήριο 2-20 Νοεμβρίου 2022** ακολουθούμενο από πρόσωπο με πρόσωπο εργαστήριο στο Πουταπάρτι 25-27 Νοεμβρίου 2022
- **Ινδία Πουταπάρτι:** Εργαστήριο AP (Ταμίλ) 29-30 Νοεμβρίου & 1 Δεκεμβρίου 2022**

*Όσοι έχουν υποβληθεί στη διαδικασία εισαγωγής και στο ηλεκτρονικό μάθημα μπορούν να επικοινωνήσουν με την Lalitha στο editor1@vibrionics.org για τα παραπάνω εργαστήρια στο Πουταπάρτι. Τα σεμινάρια επανεκπαίδευσης είναι για υπάρχοντες θεραπευτές.

☞ Συμπληρωματικά ☞

1. Συμβουλές Υγείας

Πρόληψη της Αρθρίτιδας και της Εξέλιξης της

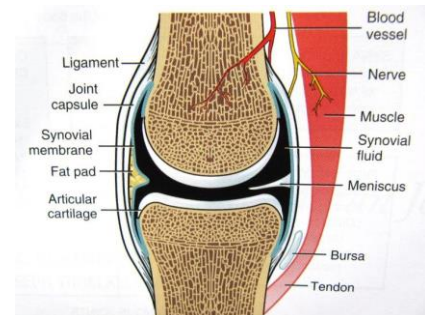
“Αν εισπνεύσετε τον καθαρό αέρα του Σάτια, του Ντάρμα, του Σάντι, του Πρέμα, το μυαλό σας θα είναι απαλλαγμένο από κακούς βράκιλλους και θα είστε διανοητικά εύρωστοι και σωματικά δυνατοί. Όπως έλεγε και ο Βιβεκανάντα, πρέπει να έχεις νεύρα από ατσάλι και μύες σιδήρου.

Δηλαδή να έχεις την ελπίδα και τη χαρά ως ακλόνητη επίλυση, όχι την απόγνωση και την απόρριψη”...Σάτια Σάι Μπάμπα¹

1. Τι είναι η αρθρίτιδα;

Είναι μια κοινή διαταραχή που προκαλείται από φλεγμονή ή εκφύλιση των αρθρώσεων που καθιστά δύσκολη την κίνηση ή το να παραμένετε δραστήριοι, κυρίως επώδυνη.²

2. Γνωρίστε τις αρθρώσεις σας!



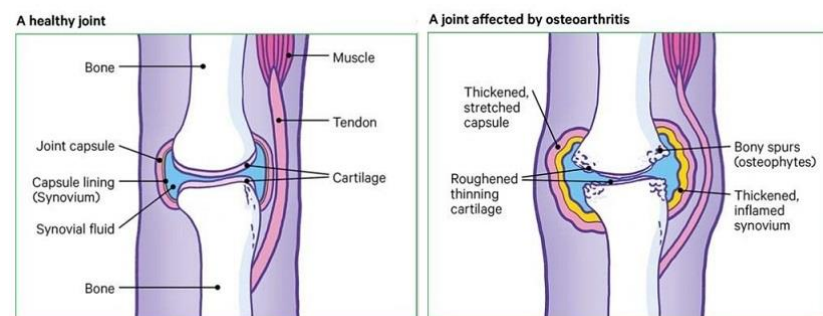
Οι αρθρώσεις είναι συνδέσεις μεταξύ των οστών για να παρέχουν δομική σταθερότητα, ευλυγισία και κίνηση του σώματος. Ταξινομούνται σε τρεις τύπους με βάση την κινητικότητά τους – ελεύθερα κινούμενες “αρθρικές αρθρώσεις” στο ισχίο, τον ώμο, τον αγκώνα, τον καρπό και το γόνατο. Λιγότερο κινητές “χόνδρινες αρθρώσεις” στους μεσοσπονδύλιους δίσκους της σπονδυλικής στήλης και τις λιγότερο κινητές “ινώδεις ή σταθερές αρθρώσεις” στο κρανίο. Οι αρθρώσεις καλύπτονται και υποστηρίζονται από μαλακούς συνδετικούς ιστούς και χόνδρους (απορροφητές κραδασμών), τένοντες που συνδέουν τους μύες με τα οστά και συνδέσμους που συνδέουν τα οστά με άλλα οστά. Η αρθρική μεμβράνη, μια γεμισμένη θήκη υγρού που καλύπτει τις αρθρώσεις,

λιπαίνει τις αρθρικές αρθρώσεις. Ο αρθρικός χόνδρος και οι θύλακες (μικροί σάκοι γεμάτοι με αρθρικό υγρό) εξασφαλίζουν την ομαλή κίνησή τους χωρίς τριβή. Παρά τη συντονισμένη σκελετική δομή των αρθρώσεων για την εξασφάλιση ομαλής κινητικότητας του σώματος, πολλοί πάσχουν από αρθρίτιδα σ’ όλο τον κόσμο.^{2,3,4}

3. Τύποι Αρθρίτιδας - Συμπτώματα και αιτίες

Υπάρχουν περισσότεροι από 100 τύποι αρθρίτιδας, οι περισσότεροι από αυτούς εμπίπτουν στο φάσμα της οστεοαρθρίτιδας ή της ρευματοειδούς αρθρίτιδας. Τα συμπτώματα μπορεί να διαφέρουν ως προς τη φύση και την ένταση ανάλογα με την ηλικία, το φύλο, το σωματικό βάρος, τον τρόπο ζωής, τη φύση του επαγγέλματος, την έκθεση στο στρες, τις καιρικές συνθήκες ιδιαίτερα την υγρασία και το κρύο, το οικογενειακό ιστορικό, τη γενική υγεία ή οποιοδήποτε τραυματισμό.^{2,5}

(i) Οστεοαρθρίτιδα



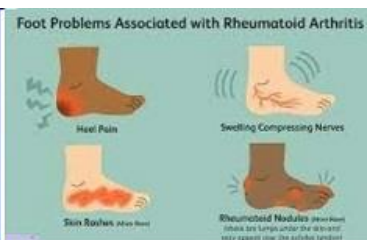
Αν και γνωστή ως αρθρίτιδα “φυσιολογικής φθοράς”, είναι μια προοδευτική ασθένεια ολόκληρης της άρθρωσης που χαρακτηρίζεται από διάσπαση του χόνδρου, οστικές αλλαγές των αρθρώσεων και φθορά των τενόντων και των συνδέσμων. Τα συμπτώματα που συσσωρεύονται με την πάροδο του χρόνου μπορεί να είναι ήπιος έως έντονος πόνος που επιδεινώνεται με τη δραστηριότητα και ανακουφίζεται από

την ανάπαυση, αίσθημα καύσου, ευαισθησία, πρήξιμο, αραίωση των μυών γύρω από την άρθρωση, δυσκαμψία (συνήθως τις πρώτες πρωινές ώρες διαρκεί 30 λεπτά και επαναλαμβάνεται για κάποιο χρονικό διάστημα μετά από μια περίοδο αδράνειας), θόρυβος από σπασίματα ή τρίξιμο με την κίνηση των αρθρώσεων και μειωμένη λειτουργία συνήθως στη σπονδυλική στήλη, το ισχίο, τα γόνατα, τις αρθρώσεις των χεριών και τα μεγάλα δάχτυλα των ποδιών. Συνήθως, ξεκινά με μια απομονωμένη άρθρωση. Μια κύρια αιτία αναπηρίας σε ηλικιωμένους, εμφανίζεται λόγω επαναλαμβανόμενου στρες και βιοχημικών αλλαγών στο σώμα, κυρίως λόγω υπερβολικής χρήσης, προηγούμενου τραύματος ή σκελετικής ανωμαλίας, παχυσαρκίας, καθιστικής ζωής, μετά την εμμηνόπαυση στις γυναίκες ή κληρονομικότητας. Μπορεί ν’ αναπτυχθεί γρήγορα μετά από τραυματισμό.^{2,5-9}

(ii) Ρευματοειδής αρθρίτιδα (ΡΑ)

Μια αυτοάνοση φλεγμονώδης διαταραχή όπου το σώμα επιτίθεται κατά λάθος στους δικούς του ιστούς των αρθρώσεων όπως ο αρθρικός υμένας που στη συνέχεια απελευθερώνει βλαβερές χημικές ουσίες. Η ρευματοειδής αρθρίτιδα εξελίσσεται σε τέσσερα στάδια κατά τα οποία η δυσκαμψία, ο πόνος και το πρήξιμο σταδιακά επιδεινώνονται. Η κλασική ρευματοειδής αρθρίτιδα μπορεί να ξεκινήσει με

πολλές μικρές αρθρώσεις των χεριών και των ποδιών με συμμετρικό τρόπο τις πρώτες πρωινές ώρες που



διαρκεί 1-2 ώρες και βελτιώνεται με την κίνηση. Αυτό μπορεί να έρχεται και να φεύγει που και που. Μπορεί κανείς να τείνει να το παραμελεί. Μερικές φορές μόνο

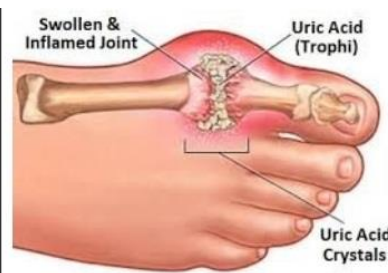
μία άρθρωση μπορεί να επηρεαστεί με πόνο και πρήξιμο. Σταδιακά τα επεισόδια θα γίνουν συχνά και μεγαλύτερης διάρκειας. Στο δεύτερο στάδιο οι αρθρώσεις αρχίζουν να διογκώνονται. Ρευματοειδή οζίδια (ανώδυνα εξογκώματα) μπορεί ν' αναπτυχθούν στον αγκώνα. Άλλα όργανα όπως οι πνεύμονες, τα μάτια και το δέρμα μπορεί να φλεγμονωθούν και η καρδιά μπορεί, επίσης, να επηρεαστεί. Η ρευματοειδής αρθρίτιδα είναι γνωστό ότι προκαλεί αναιμία.

Μην αγνοείτε την αυξημένη δύσπνοια, την κόραση, τους ανεξήγητους πυρετούς, τα κόκκινα επώδυνα μάτια και τη χρόνια ξηροφθαλμία και ξηροστομία. Η εξέταση αίματος μαζί με απεικόνιση όπως ακτινογραφία, υπερηχογράφημα ή μαγνητική τομογραφία μπορεί να βοηθήσει στην ακριβή διάγνωση της ρευματοειδούς αρθρίτιδας σε αυτό το στάδιο. Τα συμπτώματα γίνονται εμφανή στο τρίτο στάδιο καθώς οι αρθρώσεις παραμορφώνονται προκαλώντας και νευρικό πόνο. Εάν δεν αντιμετωπιστεί σε αυτό το στάδιο, το τέταρτο στάδιο θα εμφανιστεί στο σημείο όπου οι αρθρώσεις συγχωνεύονται. Το κάπνισμα και τα βαριά χειρωνακτικά επαγγέλματα μπορούν να επιδεινώσουν την ασθένεια.^{2,6,10,11,12}

Ο Ρευματοειδής παράγοντας (RF) είναι ένα αντίσωμα ή πρωτεΐνη του αίματος, που μπορεί να επιτεθεί στα υγιή κύτταρα και βρίσκεται σε περίπου 80% των ασθενών με ρευματοειδή αρθρίτιδα, μερικές φορές αισθητή στο ίδιο το πρώτο στάδιο. Μια θετική εξέταση αίματος του ρευματοειδή παράγοντα υποδεικνύει ότι το σώμα παράγει υψηλότερη από τη μέση ποσότητα αντισωμάτων. Το φυσιολογικό εύρος είναι 0-20 μονάδες ανά χιλιοστόλιτρο αίματος (IU/ml). Τα υγιή άτομα μπορεί να είναι θετικά για ρευματοειδή αρθρίτιδα. Όσοι έχουν συμπτώματα μπορεί επίσης να είναι αρνητικοί. Μόνο πολύ υψηλό επίπεδο ραδιοσυχνότητας σχετίζεται με αυτοάνοση νόσο. Μπορεί επίσης να υποδεικνύει άλλες αυτοάνοσες διαταραχές όπως ο λύκος ή το σύνδρομο Sjogren που συχνά συνοδεύει την ρευματοειδή αρθρίτιδα. Ο Ρευματοειδής παράγοντας γίνεται ως μία από τις πολλές εργαστηριακές εξετάσεις για την ακριβή διάγνωση της ρευματοειδούς αρθρίτιδας.^{2,12,13}

(iii) Άλλοι τύποι αρθρίτιδας

Η αγκυλοποιητική σπονδυλίτιδα είναι η αρθρίτιδα της σπονδυλικής στήλης που προκαλεί φλεγμονή των ιερολαγόνιων αρθρώσεων μεταξύ της βάσης της σπονδυλικής στήλης και της λεκάνης. Τα συμπτώματα μπορεί να είναι ερυθρότητα, ζέστη, πρήξιμο, δυσκαμψία και πόνος στο κάτω μέρος της πλάτης και



και στους γλουτούς, στα πλευρά και στον αυχένα που εμφανίζονται αργά, επιδεινώνονται στο δεύτερο μισό της νύχτας και στο ξύπνημα το πρωί. Βελτιώνεται με την άσκηση και επιδεινώνεται με την ανάπαυση. Σε σοβαρές περιπτώσεις, επιπλέον κομμάτια οστού αρχίζουν ν' αναπτύσσονται γεφυρώνοντας το χάσμα μεταξύ των σπονδύλων και

τελικά τους συγχωνεύουν κάνοντας τη σπονδυλική στήλη να καμπυλωθεί περισσότερο προς τα εμπρός και να γίνει άκαμπτη (αγκύλωση).

Η ασθένεια ξεκινά συνήθως στην ηλικία των 17 έως 45 ετών, πιο συχνά στους άνδρες. Η ακριβής αιτία είναι άγνωστη. Μπορεί να οδηγήσει σε ραγοειδίτιδα, μια μορφή φλεγμονής των ματιών με πόνο και θολή όραση και επίσης ν' αυξήσει τον κίνδυνο καρδιακών παθήσεων.^{2,6,14,15}

Η Ουρική αρθρίτιδα είναι μια σύνθετη μορφή φλεγμονώδους αρθρίτιδας όπου, λόγω του επιπλέον ουρικού οξέος στο σώμα, σχηματίζονται αιχμηροί κρύσταλλοι στις αρθρώσεις, πρώτα στο μεγάλο δάχτυλο του ποδιού, ακολουθούμενοι από άλλα δάχτυλα των ποδιών, τον αστράγαλο και το γόνατο, συνήθως επηρεάζει μια άρθρωση τη φορά. Τυπικά συμπτώματα είναι οι ξαφνικές έντονες κρίσεις πόνου για 4 έως 12 ώρες με οίδημα, ζέστη, ερυθρότητα και εξαιρετική ευαισθησία. Οι εξάρσεις της ουρικής αρθρίτιδας μπορεί να διαρκέσουν ημέρες ή εβδομάδες ακολουθούμενες από μεγάλες περιόδους ύφεσης από

εβδομάδες έως χρόνια χωρίς συμπτώματα. Οι μεταγενέστερες προσβολές μπορεί να είναι πιο σοβαρές και να διαρκέσουν περισσότερο, επηρεάζοντας περισσότερες αρθρώσεις. σταδιακά η κινητικότητα μπορεί να επηρεαστεί. Η ουρική αρθρίτιδα μπορεί να διαγνωστεί από τα συμπτώματα, την φυσική εξέταση, την απεικόνιση και τις εργαστηριακές εξετάσεις.^{2,6,16,17}

Νεανική αρθρίτιδα: το ανοσοποιητικό σύστημα επιτίθεται στον ιστό γύρω από τις αρθρώσεις προκαλώντας δυσκαμψία, πόνο, οίδημα, ευαισθησία και προβλήματα όρασης. απαντάται συνήθως σε παιδιά ηλικίας 16 ετών και κάτω.²

Η ψωριασική αρθρίτιδα είναι φλεγμονή των αρθρώσεων λόγω ψωρίασης, μια αυτοάνοση διαταραχή, με συμπτώματα τυπικής αρθρίτιδας, μαζί με κηλίδες στο δέρμα, σκασίματα και αποκόλληση των νυχιών.²

Η αντιδραστική αρθρίτιδα προκαλείται από μια λοίμωξη στο σώμα που συνήθως οδηγεί σε πόνο και πρήξιμο των αρθρώσεων, των ματιών και του ουροποιητικού συστήματος.⁶

4. Άλλες διαταραχές που σχετίζονται με τις αρθρώσεις

Συμπτώματα παρόμοια με την αρθρίτιδα εμφανίζονται όταν επηρεάζονται άλλα στοιχεία των αρθρώσεων.

- Η αρθροθυλακίτιδα είναι φλεγμονή των θυλάκων που μπορεί να εμφανιστεί ξαφνικά σαν τραυματισμός και να διαρκέσει για μέρες ή εβδομάδες. Μεγάλες αρθρώσεις, όπως ο ώμος και το ισχίο, είναι κοινά σημεία για τις εξάρσεις της.¹⁸
- Η αρθρίτιδα είναι φλεγμονή του αρθρικού υμένα που σχετίζεται κυρίως με την ρευματοειδή αρθρίτιδα ή την ψωριασική αρθρίτιδα.¹⁹
- Η τενοντίτιδα είναι φλεγμονή των τενόντων, πιο συχνή μέσα και γύρω από τον ώμο, τον αγκώνα, τον καρπό, το γόνατο και τη φτέρνα, π.χ. ώμος του ρίππη, αγκώνας του τενίστα και γόνατο του άλτη. Προκαλείται από υπερβολική πίεση στους τένοντες λόγω επαναλαμβανόμενης κίνησης με την πάροδο του χρόνου, που συνήθως συναντάται σε αθλητές, νοικοκυρές, χρήστες γκάτζετ, που λειτουργούν για πολλές ώρες χωρίς ανάπαυση.²⁰
- Το σύνδρομο καρπιαίου σωλήνα προκαλείται από υπερβολική πίεση στο μέσο νεύρο και τους τένοντες στον καρπό, που βρίσκεται σε εκείνους των οποίων το επάγγελμα περιλαμβάνει επαναλαμβανόμενη χρήση δακτύλου. Τα πρώιμα συμπτώματα είναι μούδιασμα τη νύχτα, αδυναμία, μυρμήγκιασμα και/ή πόνος στα δάχτυλα και δυσκολία στη χρήση του χεριού για μικρές εργασίες. Η ρευματοειδής αρθρίτιδα και η ουρική αρθρίτιδα μπορεί επίσης να προκαλέσουν αυτήν την ασθένεια.²¹

5. Συμβουλές για την πρόληψη της αρθρίτιδας και την εξέλιξη της

- **Η κίνηση είναι φάρμακο για τις αρθρώσεις.** Μείνετε ενεργοί. Κάντε συνήθεια να βάζετε τις αρθρώσεις σας σε όλο το εύρος κίνησής τους αλλά μόνο μέχρι το σημείο που δεν προκαλεί περισσότερο πόνο. Προτείνονται ασκήσεις χαμηλού αντίκτυπου. Ελέγξτε με τον φυσιοθεραπευτή σας. Απαλό τέντωμα, ανύψωση και κατέβασμα των ποδιών από όρθια ή καθιστή θέση, καθημερινές βόλτες και χόμπι όπως η κηπουρική, μπορούν να βοηθήσουν. Ακούστε το σώμα σας και μην πιέζετε ποτέ πολύ. Φροντίστε για προθέρμανση και πριν και αποθέρμανση μετά, όταν ασκείστε. Ισοροπήστε περιόδους ανάπαυσης και δραστηριότητας όλη την ημέρα.^{2,5,8,9,22,23}
- **Αποφεύγετε τον τραυματισμό.** Παρακολουθήστε τη στάση σας, τις επαναλαμβανόμενες κινήσεις, καθώς και τα βήματά σας για να αποτρέψετε τις πτώσεις. Εάν χρειάζεται, μην διστάσετε να χρησιμοποιήσετε υποστηρικτικές συσκευές, όπως μπαστούνι ή πατερίτσα. Εάν παίζετε αθλήματα, προστατέψτε τις αρθρώσεις με τον κατάλληλο εξοπλισμό.^{2,5,9,22}
- **Διατηρήστε έναν υγιεινό τρόπο ζωής** με αρκετό ύπνο, ισοροπημένη αντιφλεγμονώδη διατροφή και υγιές βάρος. Πείτε **ΟΧΙ** στη ζάχαρη και στα προϊόντα καπνού.^{2,5,9,22}
- **Για να ανακουφίσετε τον πόνο, λάβετε φυσικές θεραπείες** όπως το τζίντζερ, το πράσινο τσάι και ο κουρκουμάς που καταναλώνονται με λίπος και μαύρο πιπέρι για καλύτερη απορρόφηση. ζεστή και κρύα θεραπεία ή ήπιο μασάζ με λάδι ή τζελ.²⁴⁻²⁷

Αναφορές & Σύνδεσμοι

1. Sathya Sai Speaks, volume 1, Chapter 28, "The Best Tonic", page 98: <https://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume01/sss01.pdf>
2. <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/12061-arthritis>
3. Types of Joints: [Types of Joints - The structure of Skeleton and Bones - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=dg-632yS6T4); youtube.com/watch?v=dg-632yS6T4
4. Bursae: <https://www.arthritis-health.com/types/bursitis/what-bursa#>
5. Types of arthritis: <https://byjus.com/biology/arthritis/>
6. <https://www.niams.nih.gov/health-topics/arthritis>

7. Osteoarthritis: <https://www.rheumatology.org/I-Am-A/Patient-Caregiver/Diseases-Conditions/Osteoarthritis>
8. Dealing with osteoarthritis: <https://www.uptodate.com/contents/osteoarthritis-treatment-beyond-the-basics>
9. Know and deal with osteoarthritis: <https://www.arthritis.org/diseases/osteoarthritis>
10. Rheumatoid arthritis: <https://creakyjoints.org/about-arthritis/rheumatoid-arthritis/ra-overview/rheumatoid-arthritis-stages-progression/>
11. <https://www.everydayhealth.com/rheumatoid-arthritis/guide/symptoms/>
12. <https://www.rheumatology.org/I-Am-A/Patient-Caregiver/Diseases-Conditions/Rheumatoid-Arthritis>
13. RA factor: <https://creakyjoints.org/diagnosis/what-is-rheumatoid-factor/>
14. Ankylosing spondylitis: <https://www.versusarthritis.org/about-arthritis/conditions/ankylosing-spondylitis/>
15. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/ankylosing-spondylitis/diagnosis-treatment/drc-20354813>
16. Gout: <https://www.cdc.gov/arthritis/basics/gout.html>
17. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/gout/symptoms-causes/syc-20372897>
18. Bursitis: <https://creakyjoints.org/living-with-arthritis/treatment-and-care/arthritis-vs-bursitis/>
19. Synovitis: <https://www.arthritis-health.com/glossary/synovitis>
20. Tendonitis: <https://www.differencebetween.com/difference-between-arthritis-and-vs-tendonitis/>
21. Carpal tunnel syndrome: <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/4005-carpal-tunnel-syndrome>
22. Healthy habits for dealing with RA: <https://creakyjoints.org/living-with-arthritis/healthy-habits-inflammatory-arthritis/>
23. Tips for warm-up: <https://www.arthritis.org/health-wellness/healthy-living/physical-activity/other-activities/7-dynamic-warm-ups>
24. Herbs and Supplements for relief: <https://www.arthritis.org/health-wellness/treatment/complementary-therapies/supplements-and-vitamins/5-ways-to-take-herbs-and-supplements-for-arthritis>
25. <https://www.healthline.com/health/osteoarthritis/herbs-arthritis-pain#eucalyptus>
26. Home remedies: <https://creakyjoints.org/living-with-arthritis/arthritis-home-remedies/>
27. Natural ways for relief: <https://www.verywellhealth.com/natural-remedies-for-arthritis-in-hands-5095949>
28. <https://www.healthline.com/health/osteoarthritis/herbs-arthritis-pain#eucalyptus>

+++++

2. Καταυλισμοί και Κλινικές

Μια ματιά στις δραστηριότητες και στις νέες πρωτοβουλίες στην Ινδία

Αμέσως μετά την άρση των περιορισμών που σχετίζονται με την πανδημία, ομάδες θεραπευτών εμφανίστηκαν με ανανεωμένο σθένος για να ξεκινήσουν πρόσθετες δραστηριότητες σενα. Μερικές κρατικά αξιόλογες πρωτοβουλίες είναι:

Αντρα Πραντές & Τελανγκάνα

Πουταπάρτι: Μια άτυπη διμηνιαία κλινική δονητικής στο γηροκομείο του Kammanavaripalli έχει γίνει τακτική από μια ομάδα θεραπευτών σε μηνιαία βάση, από τον Ιανουάριο του 2022. Στο άσραμ Πρασάντι, ο Θεραπευτής ¹¹⁶⁰⁴ εξυπηρετεί περισσότερους από 30 ηλικιωμένους ασθενείς, στο υπόστεγο ηλικιωμένων, με τεράστια επιτυχία. Αξίζει να αναφέρουμε ότι μια γυναίκα 74 ετών που έπασχε από ψωρίαση για 19 χρόνια θεραπεύτηκε πλήρως και τα ψυχιατρικά προβλήματα μιας 95χρονης γυναίκας επιλύθηκαν με επιτυχία.

Δύο ενθουσιώδεις θεραπευτές στο Χαίντεραμπάντ ^{11626 & 11632} επισκέπτονται τακτικά σχολεία 10 χιλιάμετρα μακριά. Κατά μέσο όρο 20 ασθενείς λαμβάνουν θεραπεία κάθε μήνα, συμπεριλαμβανομένων μαθητών, δασκάλων και ντόπιων σε τοπικό δημοτικό σχολείο από τον Φεβρουάριο του 2022. Σ' ένα άλλο σχολείο μόνο τον Απρίλιο, σε 100 κορίτσια χορηγήθηκαν ιάματα, συμπεριλαμβανομένης της ενίσχυσης μάθησης για 30 μαθητές της δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης. Ένα νέο κέντρο σενα εγκαινιάστηκε τον Ιούνιο σ' ένα Εργοστάσιο Χάλυβα στο Βιζαχαπατνάμ. Μια ομιλία ευαισθητοποίησης από τον **Senior Θεραπευτή** ¹¹⁵⁶⁷ ακολουθούμενη από μια συνεδρία Ερωτήσεων-Απαντήσεων και διανομή του **IB** παρακολούθησαν λάτρεις του Σάι, τοπικοί φορείς γραφείων samiti και το ευρύ κοινό. Αυτό οδήγησε σε μια τακτική εβδομαδιαία απογευματινή κλινική στον χώρο από τον **Θεραπευτή** ¹¹⁶³⁴, τέτοια είναι η αφοσίωσή του που την ίδια την ημέρα των εγκαινίων, παρά τη διακοπή της παροχής ρεύματος, η κλινική συνέχισε πέρα από τον προγραμματισμένο χρόνο έως ότου εξυπηρετηθούν όλοι οι ασθενείς.

Μαχαράστρα

Οι θεραπευτές από την Ναγκπούρ ξεκίνησαν τακτικά σενα δονητικής τον Μάιο του 2022 με την υπηρεσία Σάτια Σάι Ιατροφαρμακευτικής Περιθαλψής σε χωριά γύρω από την Ναγκπούρ. Τον ίδιο τον Μάιο, 750 ασθενείς από 19 χωριά εξυπηρετήθηκαν σε 36 καταυλισμούς. Σκοπεύουν να επεκτείνουν την περιοχή του σενα τους. Λόγω των αδιάκοπων προσπαθειών των **RC** ^{10014 & 02817}, ξεκίνησε η τακτική (κάθε Τετάρτη και Σάββατο) κλινική δονητικής τον Μάιο του 2022 στο Σάι Ιατρικό Κέντρο Dharmakshetra. Μια ομάδα οκτώ θεραπευτών εξασφαλίζει αδιάλειπτη εξυπηρέτηση στους ασθενείς με μέσο όρο 20 ανά συνεδρία.

Καρνατάκα

Τακτικές μηνιαίες κατασκηνώσεις πραγματοποιούνται σε χωριά κοντά στην Μπανγκαλόρ, όπου 80 ασθενείς έχουν εξυπηρετηθεί από δύο θεραπευτές τους τελευταίους δύο μήνες.

+++++

3. Ενδιαφέροντα Ανέκδοτα

3.1 Θεραπεία χρόνιας αλλεργίας χωρίς ίαμα ^{03604...ΗΠΑ}

Στις 24 Μαρτίου 2022 ακούγοντας για τη δονητική από τον φίλο του θεραπευτή, ένας 72χρονος ασθενής με αλλεργία αναφώνησε "Ουάου! Θα ήταν υπέροχο αν μπορούσα να θεραπευτώ πλήρως από, τουλάχιστον, μία πάθηση σ' αυτήν τη ζωή!". Ήταν αντίθετος στην χρήση αλλοπαθητικών φαρμάκων για την 37χρονη αλλεργία του με συμπτώματα: ρινική συμφόρηση, φλεγμονή των κόλπων, οπισθορινική καταρροή, φτέρνισμα και φαγούρα στα μάτια και εκτός των άλλων και από άγχος.

Ο θεραπευτής ταχυδρόμησε το ακόλουθο: **CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC19.2 Αναπνευστικές αλλεργίες + CC19.5 Ιγμορίτιδα**. Ο ασθενής κράτησε ένα μικρό πλαστικό μπουκάλι έτοιμο για να προετοιμάσει το ίαμα σε απεσταγμένο νερό. Στις 7 Απριλίου ο θεραπευτής τηλεφώνησε στον ασθενή για να λάβει τα σχόλιά του αλλά του είπε ότι το πακέτο δεν είχε φτάσει αλλά τα συμπτώματά του είχαν υποχωρήσει εντελώς λίγο μετά την πρώτη τους συνομιλία!! Ο θεραπευτής ενημερώθηκε, παρά τον αριθμό παρακολούθησης της αποστολής, ότι το πακέτο δεν μπορούσε να εντοπιστεί εντός του ταχυδρομικού συστήματος των ΗΠΑ, ούτε κατά την αποστολή ούτε κατά την λήψη. Είχε, προφανώς, εξαφανιστεί και δεν υπήρχε κανένα αρχείο καταγραφής του πακέτου!

Ο ασθενής, ένας πιστός λάτρης του Σουάμι, κατάλαβε ότι θεραπεύτηκε αμέσως όταν ο θεραπευτής προσευχήθηκε έντονα γι' αυτόν ενώ ετοιμάζε το ίαμα. Είναι ενδιαφέρον, τον Μάιο, το πακέτο επιστράφηκε στον θεραπευτή με μια τυπωμένη ετικέτα "Επιστροφή στον αποστολέα". Την 1 Ιουνίου 2022, στο τέλος της περιόδου αλλεργιών, ο ασθενής γράφει: "Φέτος για πρώτη φορά από το 1985 δεν έχω τα συνηθισμένα μου συμπτώματα και δεν χρειάστηκε να πάρω κανένα φάρμακο. Όταν ετοιμάσατε το φάρμακο, στείλατε μια ισχυρή πρόθεση. Σας ευχαριστώ για όλες τις προσπάθειές σας!!!!" Τέτοια είναι τα θαύματα και η δόξα του Κυρίου.

+++++

3.2 Ανάρρωση από τραυματισμό μέσα σε μια νύχτα ^{11117...lvδία}

Στις 19 Μαΐου 2022 η θεραπεύτρια έπεσε στη δεξιά της πλευρά κατά τη διάρκεια μιας στάσης ενώ βρισκόταν σε μακρύ οδικό ταξίδι. Αυτό είχε ως αποτέλεσμα ένα διάστρεμμα στον αστράγαλο και τραυματισμό στο γόνατο και στο κεφάλι με πολύ πόνο. Μετά την τρίωρη βόλτα πίσω στο σπίτι, διαπίστωσε ότι ο πόνος είχε αυξηθεί σημαντικά και υπήρχε πρήξιμο στο δεξιό γόνατο, δυσκολεύοντάς την να περπατήσει. Φάνηκε ότι αποκλειόταν να παρακολουθήσει το πρόγραμμα εκπαίδευσης Sevadal που είχε προγραμματιστεί για τις 21 Μαΐου. Ετοίμασε αμέσως **CC20.2 Πόνος SMJ + CC20.4 Μύες & Ερειστικός ιστός + CC20.7 Κατάγματα** σε βαζελίνη για να εφαρμόζει εξωτερικά κάθε ώρα. Ο πόνος εξαφανίστηκε το ίδιο βράδυ και το πρήξιμο εξαφανίστηκε την επόμενη μέρα. Μόνο αργότερα συνειδητοποίησε ότι δεν πήρε το ίαμα από το στόμα! Περιπτώ να ειπωθεί ότι το πρωί της 21ης, παρακολούθησε με χαρά το εκπαιδευτικό πρόγραμμα και μια εβδομάδα αργότερα πήγε στο Πουταπάρτι για κρατικό seva.

+++++

3.3 Βίωμα αναστάτωσης από το NM25 Shock ^{03518...lvδία}

Μια πρόσφατα πιστοποιημένη SVP αποφάσισε να δοκιμάσει, λόγω τραυματικών γεγονότων του παρελθόντος στη ζωή της, την επίδραση του **NM25 Shock** στον εαυτό της. Πήρε την πρώτη δόση το πρωί και μέχρι το απόγευμα είχε φούσκωμα και ενόχληση που ανακουφίστηκαν κάπως με βελονισμό και την κατανάλωση τσαγιού τζίντζερ. Την επόμενη μέρα, μετά τη λήψη της δεύτερης δόσης, το φούσκωμα αυξήθηκε εκθετικά και μέχρι το βράδυ είχε έντονο πόνο στο σώμα, υπερβολική ανησυχία, αίσθημα αναστάτωσης σε ολόκληρο το σώμα της και απώλεια πνευματικής διαύγειας και σωματικής ενέργειας. Η λήψη του **Eat Well** (Τρώω Καλά) και **Move Well** (Κινούμαι Καλά) της έδωσε κάποια ανακούφιση αλλά ήταν βραχύβια. Αφού πέρασε μια άγρυπνη νύχτα, ξαφνικά κατάλαβε ότι αντιμετώπιζε ένα rollout – μια εντυπωσιακή εικόνα για τη δύναμη των δονήσεων! Ήταν αφόρητο να σκεφτεί ότι θα περνούσε άλλη μια μέρα ταλαιπωρίας. Καθώς συνέχιζε να ψέλνει το Gayatri μάντρα, η ανάμνηση της ήρθε αστραπιαία – να μυρίσει καμφορά. Έκανε ακριβώς αυτό. Ιδού, ως δια μαγείας, οι αισθήσεις, ο στροβιλισμός και ο πόνος υποχώρησαν αμέσως!!! Αυτή ήταν άλλη μια απίστευτη στιγμή της εμπειρίας του πώς λειτουργούν οι δονήσεις. Σταμάτησε να παίρνει το ίαμα για ν' αφήσει το σώμα της ν' αναρρώσει. Τώρα περιμένει μια ήσυχη περίοδο, αφού το σώμα έχει αναρρώσει, για να δοκιμάσει την επόμενη δόση **NM25**.

+++++

4. Εις μνήμην

O Sri Shripad Narayan Lele ^{10087...Ινδία} από το Τάνε της Μαχαράστρα έφυγε για την παραδεισένια κατοικία του στις 5 Μαΐου 2022, σε ηλικία 74 ετών. Ασχολείτο με τη δονητική από το 2008. Ένας υποδειγματικός θεραπευτής, εκτός από τη διαχείριση μιας κλινικής από το σπίτι, είτε στην Ινδία είτε στο εξωτερικό με τα παιδιά του, έκανε seva δονητικής σε ναούς και δημόσιους χώρους, όπως το κύριο αμαξοστάσιο λεωφορείων. Τακτικός στις αναφορές του, έστειλε ακόμη και μία για τον Απρίλιο του 2022, λίγες μόλις ημέρες πριν πεθάνει λόγω καρδιακής προσβολής μετά από αγγειοπλαστική. Αναγνωρίζουμε με ευγνωμοσύνη την πολυετή υπηρεσία του στην δονητική.

Om Sai Ram

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