

Labdien. Gribētu palūgt jūsu padomu attiecībā uz mugurkaula veselību. Esmu tikai 33 gadus vecs un pēdējos 4 gadus mani moka sāpes muguras lejas daļā. Nav bijušas traumas, neesmu sportists, darbs sēdošs, saspringts un nereti ar garām darba dienām. Magnētiskajā rezonansē secināts, ka ir nelielas diska protrūzijas (2-4 mm L3-S1 līmenī) ar nelielu ietekmi uz durālo maisu un iniciāla spondiloze. Neurologi saka, ka mūsdienās šāda veida problēmas ir sastopamas katram otrajam jauniešim. Patreizējā momentā ārstnieciskās vingrošanas sāpes nav mazinājušas, lai gan daudz vingrots gan pie fizioterapeitiem, gan mājās. Ari peldēšana jūtamu rezultātu nav devusi. Stāja uzlabojusies, muskuļi spēcīgāki, bet tik un tā sāpes izjūtu ļoti bieži. Tā kā ar slēdzi ieslēdzas un izslēdzas. Liekas, ka cīnos ar sekām, nevis cēloņiem. Bērībā, tāpat kā vēlāk ari manam brālim, secināja, ka ir skolioze, kuru internātskolā ar pamatīgu vingrošanu izlaboju. Mammai bērībā dēļ kifoskoliozes tika veikta ari smaga mugurkaula operācija.

Radās jautājums vai ari šādu problēmu cēloņi meklējami cilvēka raksturā? Ja jā, tad kādas rakstura īpašības jāmaina, lai atbrīvotos no šīm sekām?

Vai šī varētu būt ģimenes karma?

Kā lai izskaidro, ka šādas problēmas ir sastopamas tik daudziem jauniem cilvēkiem?

Vai ir ieteicams ārstēties ar fizioterapeitu, fizikālo terapiju, manuālo terapeitu, osteopātu, masāžu palīdzību?

Liels paldies. Veiksmi jums ceļā.

Rikardo

## Meža Darbu Melodija.

Jā, tie var būt meklējami Cilvēka raksturā – Cilvēka raksturs ir rīcībā novērojamā enerģētiskās darbības formula.

Jā, tā varētu būt ģimenes karma – ģimenes attiecības – raksturu saskarsmes formula ģimenē, tāpat kā tā varētu būt darba vietas karma – raksturu saskarsmes formula darba vietā.

Jā, ja šie “jaunie Cilvēki” ir kādā pazīmē – **attiecību disharmonijā** – dominances kārē – sevis izrādīšanā, neprasmē sadarboties, neuzticībā (*es zinu Cilvēkus, kuriem tieši tā sāp mugura laulātā neuzticības gadījumā*) līdzīgi, tad viņos izpaudīsies šī līdzīgā muguras sāpe. **Cilvēku sabiedrība ir kā Mežs.** Koki līdzās – stāvēšanā viens otru balsta – tur, kur vējš vientuļo nolauž, tur mežā visi paliek neskarti. Individuālisti kopā neturas – individuālisti viens otru apkaro – individuālisti ir kā vientuļi koki – vēl sliktāk – individuālisti “viens otram ir vējš”.

Individuālistus lauž visniecīgākā pūsma un arī bezvējš nomoka – brīžiem pat vairāk kā vējš, jo **Cilvēkam norma ir būt apmaiņās**, bet individuālists izskauž arī apmaiņas – vienaldzība, līdzjutības, līdzdalības trūkums ir savstarpēja vājināšana. **Kolektīva darbība un dzīve stiprina, bet individuālists novājina.**

Ar fizioterapiju, fizikālo terapiju, manuālo terapiju, osteopātiju un masāžu nevar ārstēt raksturu un sabiedrisko attiecību stāvokli sabiedrībā, darba vietā, pilsētas ielās, laukumos, transportā, domās vienam par otru (*sāpe ir arī domu barometrs*), ģimenes attiecības un sava stāvokļa – vietas – piederības vai antagonisma sajūtu – attieksmi tajā vietā.

Visām – arī Cilvēka mugurkaulāja slimībām, cēlonis ir viņa apziņa – viņa smalkajā ķermenī – viņa enerģētiskās darbības “zīmējuma” – tajā, kādas tajā ir atkāpes no normas. Kamēr tās ir tur, tikmēr tās tur arī ir labojamas, Tad, kad ir parādījušās to sekas nervu darbībā, fizioloģijā vai orgānu fiziskajā uzbūvē – ir notikušas izmaiņas materiālajā formā, tad nekādas darbības rakstura un karmas mainīšanā tur neko vairs līdzēt nevar.

Mugurkaulāja sāpes, stāvoklis, lielā mērā arī stāja ir atkarīga no Kundalīnī enerģijas stāvokļa, attīstības un plūsmas. Cilvēka Kundalīnī enerģija ir Arfas stīga Arfā. **Arfa ir**

**Sabiedrība.** Kāda melodija valda Arfā, tā tajā piedalās stīga. Ja tā ir pareizi noskaņota, tad ir pilnskanīga, ja nepareizi - tad spīdzina sevi un citus. Ja Arfā valda disharmonija, tad visām stīgām ir slikti. Ja strāva ir spēcīga un pilnskanīga, tā paceļ un tur skriemeļus. Ja strāva ir vāja, tad mugurkaulājs saplok un sevi uzrāda pat vissīkākie defekti.

Jūs rakstat, ka darbā ilgstoši sēžat. Nav svarīgi – cik ilgi sēžat. **Svarīgi ir kādēļ** – “par ko” **sēžat, uz ko sēdēšanas laikā vērsta apziņa, kā labā tas notiek – Jūsu vai sabiedrības (ar to nav domāta uzņēmuma) labklājībai.** Ir tāda Garīgā prakse – “sēdēšana”. Tā “sēžot” Cilvēks veic intensīvu iekšēju darbu, darbu caur savu smalko ķermeni smalkajā pasaulē. Tā “sēžot” Cilvēks atveseļo, harmonizē sevi un visi sev apkārt. Te, protams, neko nenozīmē sēdēšana (*kaut gan vertikālai pozai arī ir nozīme*), bet tikai un vienīgi tas, kā dēļ notiek “sēdēšana” – konkrētajam iekšējam darbam. Tāpēc, vienkārša fiziska sēdēšana darba vietā – par “darba tēmu” dod visdrīzāk nepatīkamu rezultātu, bet “sēdēšana” Augsta Darba “tēmā” dod pavisam citu “atveseļojošu” (*Kundalīnī attīstošu, mobilizējošu un darbā ceļošu*) rezultātu.

Jūsu veselībai vajadzīgs Mežs, Skaista Melodija un Darba Tēma.