



Liz Mendel Lagrisin

אורנה אדריאנסן: נשימה בריאה שיטת בוטייקו

August 8, 2013 ·

אורנה היקרה עד מאוד

אני כותבת כאן בכדי שכולם יוכלו לראות את הניסים אותם את מחוללת בשקט בשקט אך בצורה הברורה ביותר לכן אכתוב מההתחלה בכדי שכל מי שחושב שישנה בעיה ידע שיש פתרון בידייך ובעזרתך!

אני ובעלי נמצאים ביחד כבר שש שנים וכמובן שישנה אהבה גדולה בינינו אך דבר אחד הפריע עד מאוד לאיכות חיינו והוא היה האף הסורר של בעלי מאז שהתחלנו לצאת המשפט העיקרי שאמרת לי היה: אולי מספיק כבר למשוך באף???? אתאר זאת כך זה היה כמו עינוי סיני איטי וממושך רעש בלתי נפסק של משיכות חזקות באף לאורך כל היום עד שאני כבר השתגעתי שלא נדבר עליו! האף הסתום לווה בלחצים בראש ובעירפול מרבית שעות היממה שגרר אחריו דברים רבים אותם לא יכולנו לבצע לא יכולנו להגיע למקומות קרים לא יכולנו להדליק מזגן גם לא מאוורר לא יכולנו להיות במקומות בהם יש אבק וכל פעם נוספו לרשימה עוד ועוד דברים שאי אפשר להשתתף בהם או מקומות ללכת אליהם וכבר הלכנו לבדיקות בבית החולים במחשבה על הגרוע מכל!!!

הזמן עבר והמצב התדרדר עד שפגשנו בך אורנה!

הצעת לבעלי להגיע אלייך לסדנא אומר בכנות שלקח לנו זמן רב להחליט אם הוא באמת ישתתף לבסוף הוחלט שזהו המוצא האחרון ושננסה בהתרגשות רבה צעד בעלי לשיעורים איתך בהם לימדת אותנו איך לנשום נשמע מצחיק אבל אכן כך היה בעלי תירגל לפי הוראותייך ואת היית שם תמיד בכדי לחזק ולענות על שאלות רבות.

עבר זמן די רב ובעלי המשיך לתרגל בקנאות שלא ראיתי כמוהו נראו סימנים של שיפור אך לא החלמה מלאה אני אומרת את זה כך בכדי להראות כמה חסרת אמונה הייתי כבר מול המצב הקשה ופתאום ביום אחד לאחר תרגולים רבים מצאתי עצמי יושבת בערב חם המזגן עבד והיה שקט לא היה רעש רקע של משיכות באף הרצתי את כל היום אחורה ופתאום ראיתי שלאורך כל היום היה שקט הסתובבתי אל בעלי והסבתי את תשומת ליבי לכך וצעקתי לו ניצחתם ניצחתם (אורנה ובעלי) ומאותו יום נעלם הכל כאילו לא היה אין לחצים בראש אין אף סתום אין עירפול ובעיקר בעיקר יש אוויר לנשימה!!!

רצינו להגיד תודה תודה תודה מקרב לב ואולי זה ישמע קצת דרמטי אבל הצלת אותנו! באמת הצלת אותנו מן המקום שבו כבר לא יכולנו להתמודד הכל נעלם כלא היה אין מילים להודות וכל זאת בזכות האמונה שלך בדרכך ובזכות האמונה הבלתי מתפשרת שלך בבעלי

אין מילים שיספיקו בכדי להודות לי ואבירם