

SAI VIBRONIČKI GLASNIK

www.vibrionics.org

Kad god vidite nesretnu, bolesnu ili potištenu osobu,
to je polje vašeg služenja, seve..." Sri Sathya Sai Baba

Svezak 4, broj 1

siječanj/veljača 2013

☪ Iz pera Dr Jit Aggarwala ☪

Dragi praktičari

Za početak vam želim veoma sretnu i svetošću ispunjenu 2013!

Swamijevom beskrajnom milošću, u godini koja je za nama, Vibrionika je napravila ogromne korake. Uspješno smo izveli potpunu rekonstrukciju nastavnog programa. Kako bismo unaprijedili kvalitetu programa za obuku, na svim razinama uspostavili smo dopisne tečajeve u trajanju 6-10 nedjelja. Kako bi se dobila kvalifikacija vibropraktičara, potrebno je proći i praktičnu obuku u trajanju od 2-5 dana. Tijekom prošle godine obučeno je mnogo novih praktičara, mnogi postojeći praktičari su stekli više zvanje a nekolicina njih postali su certificirani učitelji. Zahvaljujući posvećenosti i neumornim naporima naših učitelja i mentora sve ovo rezultiralo je brzim rastom vibrioničkog pokreta. Želimo srdačnu dobrodošlicu svim praktičarima koji su se pridružili našoj vibrioničkoj obitelji!

Kako se naš rad širi, ovo je trenutak koji zahtijeva da se aktivni praktičari Vibrionike dobrovoljno uključe u rad koordinacije kako bi pomogli pri administraciji i upravljanju. Ukoliko biste na bilo koji način željeli biti u prvoj liniji vibrioničke seve, u svojoj državi ili zemlji, molimo vas da nam pošaljete e-mail sa vašim imenom, kvalifikacijom i iskustvom. Ukoliko uspijemo imenovati dovoljan broj koordinatora, u nastavku godine namjeravamo održati sastanak svih dužnosnika u Prashanti Nilayamu.

Praktičari konstantno *verbalnim putem* izvještavaju o nevjerojatnim izlječenjima koja postižu ali su izrazili nemogućnost da iste i zapišu. Kako bismo omogućili zapisivanje takvih slučajeva, odredili smo jedan broj dobrovoljaca koji su se ponudili da putem telefona bilježe cijele slučajeve, koji će potom biti predati nama na objavljivanje. Ukoliko biste željeli koristiti ovu uslugu, pošaljite nam e-mail na 99sairam@vibrionics.org i mi ćemo vam dati kontakt-podatke dostupnog dobrovoljca. Isto tako, ako imate mnogo izuzetnih slučajeva koje biste željeli objaviti radi dobrobiti drugih, možemo ih u nekom od narednih brojeva objaviti kao Poseban dodatak o određenom praktičaru. Stoga, počnite odmah sa prikupljanjem i sređivanjem svojih izuzetnih slučajeva!

U prosincu prošle godine organizirali smo dvije posebne radionice obnavljanja znanja – jednu u Mumbaiju, durgu u Kerali, Indija (slike će uskoro biti na našoj web stranici). Na radionici u Mumbaiju prisustvovalo je **108 praktičara** iz indijske države Maharashtra & Goa. Zahvalni smo višim dužnosnicima, uključujući državnog predsjednika i sveindijskog zamjenika predsjednika Sai Organizacije, koji su nam pružili čvrstu potvrdu svoje kontinuirane i bezuvjetne potpore Vibrionici. Radionici u Kasaragoda području u Kerali prisustvovao je 51 praktičar. Državni predsjednik obratio se učesnicima inspirativnom telefonskom porukom, kako nije mogao osobno prisustvovati. Praktičari ovog distrikta organizirali su poseban projekat pomoći žrtvama Endosulfanske tragedije – jedne od najvećih svjetskih katastrofa s korištenjem pesticida. Posjetili smo zahvaćeno područje i uvidjeli da je rad naših praktičara vrijedan poštovanja.

Još jednom bih želio napomenuti važnost slanja mjesečnih izvještaja. Jako nam je bitno da znamo da li ste aktivni praktičar. Samo u tom slučaju potencijalnim pacijentima u vašoj regiji možemo dati vaše kontakt podatke. To nam također pomaže u sređivanju obimne statistike za godišnji izvještaj. Vaša povratna informacija u vezi sa iskustvima i slučajevima pomaže nam da knjige održavamo aktuelnim. Molimo vas da nastavite slati svoje izvještaje na vrijeme svakog mjeseca.

Neki od naših praktičara u Delhiju-NCR, Indija, napravili su pokuse na biljkama koristeći Tonik za biljke (Plant tonic). Rezultati su fascinantni! Detalje o njihovim nalazima objavit ćemo u sljedećem broju u cijelosti.

Konačno, želim vam fantastičnu godinu pred nama... Neka Swami ispuni naša srca ljubavlju, a naša tijela energijom kako bismo nastavili praktimirati odabrani oblik seve s radošću i udvostručenim naporima.

U služenju Saiju s ljubavlju,

Jit Aggarwal

SLUČAJEVI S KOMBO-PREPARATIMA

1. Strah i konstipacija ^{2854...UK}

Praktičaru je došla majka sa sinom starim skoro 3 godine koji je patio od konstipacije 2 godine. Bio je povučen i bojao se ljudi, uključujući vlastitog oca. Naročito se plašio kad je trebao na toalet. Kada je praktičar razgovarao s njim, izgledao je prestrašeno i držao se za majku. Imao je slab apetit. Dobio je sljedeće:

CC4.4 Constipation + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC12.2 Child tonic...TDS

Roditelji su saopćili praktičaru da se već nakon prve doze desilo nešto predivno. Dječak je izrazio želju da spava s ocem dok je prije želio biti **samo** uz majku! A nakon nekoliko dana, dijete se više nije bojalo čak i kad je išlo na toalet, što se sad dešavalo svaki dan. Također je sad opušteniji i prijateljskiji. Praktičar je primijetio da dječak ne prianja uz majku kao prije. Trčkarao je okolo kao druga zdrava djeca njegova uzrasta. Nastavlja uzimati lijek BD naredna dva tjedna, a zatim OD dok ne završi.

Ukoliko koristite Sai Ram mašinu za potenciranje: NM6 Calming + NM13 Constipation + NM69 CB8 + NM75 Debility + NM90 Nutrition + BR2 Blood Sugar + BR4 Fear + BR8 Constipation + SM5 Peace & Love Alignment + SM9 Lack of Confidence.

2. Neredovan menzes ^{2799...UK}

Jedna medicinska liječnica iz Engleske, 33, obratila se praktičaru jer je patila od neredovne menstruacije još od doba puberteta. Njena mjesečnica kasnila je generalno od 35 do 45 dana umjesto uobičajenih 28. Također je bila vrlo rijetka. Uzimala je alopatske lijekove, ali bez uspjeha. Dobila je sljedeće:

CC8.1 Female tonic + CC8.8 Menses irregular + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic...TDS za 2 mjeseca.

U periodu od 2 mjeseca njena se mjesečnica potpuno regulirala. Savjetovano joj je da nastavi s uzimanjem lijeka naredna 3 mjeseca TDS a zatim da smanji na BD. Mjesečnica nastavlja biti sasvim uredna svakih 28 dana i traje 5 dana, ali ona još uvijek ne želi smanjiti na OD jer je patila tako dugo.

Ukoliko koristite Sai Ram mašinu za potenciranje: NM23 Menses Irregular + OM24 Female Genital + BR16 Female + SR309 Pulsatilla 30C + SR515 Ovary + SR537 Uterus.

3. Mentalni poremećaj ^{2799...UK}

U pitanju je djevojka, 23, diplomirana psihologinja koja posljednje tri godine pati od ozbiljnog mentalnog poremećaja. Kada su je roditelji doveli praktičaru, bila je agresivna, suicidalna i vikala je. Roditelji su rekli da alopatski lijekovi nisu pomogli i da je patila od njihovih nuspojava. Dobila je sljedeće:

#1. CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC17.3 Brain & Memory tonic...QDS za dva tjedna a zatim smanjiti na TDS.

Nakon mjesec dana, bila je 50% bolje. Kako se sada počela žaliti na nesanicu, dobila je sljedeće:

#2. CC15.6 Sleep disorders...1 globulu pola sata prije odlaska na spavanje; ako još uvijek nije zaspala, 1 globulu nakon pola sata. Ukoliko je bilo potrebno, mogla je uzeti još jednu pilulu tijekom noći. Nakon 15 dana roditelji su nazvali da kažu da normalno spava i da postupno smanjuju alopatske lijekove. Nastavila je uzimati gornje dvije kombinacije još 5 mjeseci nakon čega je prestala s alopatskim lijekovima. Pacijentkinja je sada 100% normalna i našla je novi posao. **#1** lijek je smanjen na BD ali nastavlja uzimati lijek za spavanje uz isto doziranje.

Ako koristite Sai Ram mašinu za potenciranje: NM6 Calming + NM64 Bad Temper + NM69 CB8 + SM1 Removal of Entities + SM2 Divine Protection + SM4 Stabilising + SM5 Peace & Love Alignment + SR268 Anacardium 50M + SR273 Aurum Met CM + SR410 Stramonium 1M + SR458 Brain Whole.

Za spavanje: NM28 Sleep + SM5 Peace & Love Alignment + SM8 Insomnia.

+++++

4. Bolnički virus, kronična alergija na hranu i lateks ^{2802...UK}

Bolnički zubar, 25, obratio se praktičaru jer se nije mogao osloboditi virusa kojim se zarazio na poslu. To je izazivalo dijareju i iscrpljenoast s osjećajem težine u glavi. Također je imao alergiju na orahe i slanutak. Pored toga, lateks rukavice koje je morao nositi na poslu izazivale su mu svrab na rukama. Praktičar mu je poštom poslao sljedeće kombinacije:

#1. CC9.2 Infections acute + CC4.6 Diarrhoea + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.5 Sinusitis....6TD za virus.

#2. CC21.3 Skin allergies + CC4.10 Indigestion + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS za kronične alergije.

Ove je dvije kombinacije trebalo uzimati odvojeno tijekom dana. Dva mjeseca kasnije, mladić je izvijestio da su pilule nevjerojatne: što se dijareje tiče, bio je bolje već nakon tri dana i uskoro je skroz prestala. Probava mu je sada bila mnogo bolje i mogao je jesti slanutak. Njegove ruke više nisu bile toliko alergične na rukavice. Praktičar mu je poslao još 3 bočice s **#2** kombinacijom i rekao mu da smanji doziranje kad stanje bude stabilno. Praktičar izvještava da je pacijent sada gotovo potpuno zdrav.

Ukoliko koristite Sai Ram mašinu za potenciranje: #1. NM36 War + NM62 Allergy-B + NM80 Gastro + BR13 Allergy + BR14 Lung + BR15 Sinus. #2. NM27 Skin-D + NM29 SUFI + NM102 Skin Itch + BR9 Digestion + SR528 Skin

+++++

5. Neplodnost ^{01476...India}

Žena u dobi od 33 godine nije mogla začeti 8 godina iako je pokušala različite vještačke alopatske metode. Kada se obratila praktičaru u listopadu 2011, bila je napeta i uzrujana. Uzimala je alopatske lijekove za dijabetes 6 godina i za hipotireozu 3 godine. Dobila je sljedeće:

#1. CC6.2 Hypothyroid + CC6.3 Diabetes + CC8.1 Female tonic + CC8.4 Ovaries & Uterus...TDS

Začela je u roku od 10 dana. Praktičarka je bila u redovnom telefonskom kontaktu s njom kao podrška jer se žena jako bojala za sigurnost djeteta zbog svojih zdravstvenih problema. Kombinacija je zamijenjena sljedećom:

#2. CC6.2 Hypothyroid + CC6.3 Diabetes + CC8.2 Pregnancy tonic + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

Uzimala je ovu kombinaciju tijekom cijele trudnoće, i jedan mjesec nakon toga. Pažljivo je nadgledala šećer i razinu hormona štitnjače te je nastavila s uzimanjem alopatskih lijekova. Međutim, tijekom 5. mjeseca uzela je insulinske injekcije iz pumpice. Dijete se trebalo roditi 10. kolovoza. Umjesto toga, putem carskog reza, 17. srpnja rodila se djevojčica teška 2.7 kg. Danas ima pet mjeseci. Majka više nema dijabetes. Tiroida je stabilna a lijek za štitnjaču je smanjila sa 50 mg na 25 mg. Dijete se hrani samo dojenjem.

Ako koristite Sai Ram mašinu za potenciranje: Za neplodnost: OM24 Female Genital + BR8 Stress + BR16

Female + SM1 Removal of Entities + SM2 Divine Protection + SM4 Stabilising + SM5 Peace & Love Alignment + SM6 Stress + SR261 Nat Mur 200C + SR313 Sepia 200C + SR398 Nat Carb + SR515 Ovary + SR537 Uterus. For Diabetes: NM74 Diabetes + BR2 Blood Sugar + SM17 Diabetes + SR516 Pancreas. Za hipotireozu: SR225 Throat Chakra + SR230 Moonstone + SR261 Nat Mur + SR280 Calc Carb 30C + SR308 Pituitary Gland + SR319 Thyroid Gland + SR320 Thyroidinum + SR568 Hypothyroidism.

+++++

6. Bol u leđima ^{1176...Bosnia}

Muškarac, 76, nazvao je praktičara žaleći se na veoma jake bolove u leđima, bol se protezao od donjeg dijela leđa sve do desnog koljena. Bio je tako jak da gotovo nije mogao ustati iz kreveta. Problem se javio prvi put prije 20 godina a zatim je iskrsavao s vremena na vrijeme. Čovjek je koristio jake analgetike za trenutni napad ali bez puno olakšanja. Dobio je sljedeće:

NM113 Inflammation + SR267 Alumina 30C + SR404 Picric Acid 1M da uzme čim bolovi počnu i da ponovi nakon pola sata.

Pacijent je iskusio trenutačno olakšanje. Kada se bol ponovo javila, ponovio je gornju preporuku. U roku od dva dana, pacijent je mogao ići uz i niz stepenice s mnogo manje poteškoća. Za dva tjedna, bio je bez bolova koji se nisu ponovili sada već deset mjeseci. Praktičar kaže da je tretirao najmanje 10 sličnih slučajeva s ovom kombinacijom, s jednakim uspjehom.

*Goreopisani tretman je zanimljiva alternativa za **NM97 Sciatica** (išijas), što je opis ovog stanja.*

Ukoliko koristite 108CC kutiju, dajte: CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue

+++++

7. Zaštita sadnica povrća ^{0002...India}

Neke povrtne sadnice kao što su one za zucchini, rajčicu, i francuski grah koje je u svom vrtu uzgajala ova praktičarka patile su od brašnjave plijesni ubrzo nakon prvog nicanja, a zatim bi propale i umrle, iako su redovno bile podsticane stajskim đubrivom i kompostom od glista, te tretirane rastvorom Neemovog ulja pomiješanog s čilijem i rastvorom sapuna.

Rečeno joj je da ubrzo nakon sađenja stavi jednu kapljicu **SR264 Silicea 6X u kantu za vodu** i da nastavi to činiti na tjednoj bazi tijekom perioda rasta. Ovaj jednostavni tretman je učinio čuda! Biljke koje su venule počele su da se oporavljaju i daju više uroda, dok su one tek zasađene izrasle u snažne, zdrave i vrlo produktivne.

Ova informacija je iz knjige Homoeopathy for Farm & Garden Vaikanthanatha Kaviraja. Također se preporučuje namakanje sjemena u Silicea 6x prije klijanja.

Drugi praktičar nam je pisao kako je jedan uzgajivač u Aurovilleu testira **Silicea 30C** na biljkama i dobija bolje rezultate u odnosu na druge organske pesticide.

Važna napomena:

U zadnje vrijeme nismo primili gotovo nijedan izvještaj o uspješnim izlječenjima praktičara koji koriste Sai Ram mašinu za potenciranje. Ipak, tu i tamo do nas dođe glas o čudesnim izlječenjima. Stoga vas molimo da pomognete svim praktičarima i budućim pacijentima širom svijeta tako što ćete nam slati svoje najbolje slučajeve za objavljivanje u narednim brojevima....

SAVJETI ZA ZDRAVLJE

Sai Vibrionika pruža informacije i članke o zdravlju samo u informativne svrhe, ne kao medicinski savjet. Savjetujte pacijentima da u vezi sa svojim specifičnim medicinskim problemom posjete liječnika.

OSAM ZNAKOVA UPOZORENJA SRČANOG NAPADA

Sljedećih 8 simptoma možemo shvatiti kao znak upozorenja i tako pokušati izbjeći katastrofalne posljedice:

1. Nelagoda u prsima

Najčešći znak srčanog napada jest nov, oštar, neočekivan osjećaj nelagode ili težine u prsima, kojeg prate kratak dah, znojenje, mučnina ili slabost. Ovaj osjećaj se također može javiti kao pekuća senzacija. Bol u prsima ili nelagoda tijekom aktivnosti koja prolazi dok se odmaramo. Nijedan od ovih simptoma ne treba uzimati olako, naročito ukoliko patite od oboljenja srca. Ako se ovo desi, trebete odjuriti svom liječniku ili u najbližu bolnicu. Ako se neko drugi žali na simptome, nemojte riskirati. Odmah ga/ju odvedite najbližem liječniku ili u bolnicu na pregled.

2. Kratak dah

Ako vam disanje postane otežano i gubite dah čak i nakon kratke šetnje, uspinjanja ili drugog oblika pokreta ili vježbe, trebete se dobro zabrinuti. Kratak daha koji NE PROLAZI usljed odmaranja. Čak i ako ovo stanje ne prati nelagoda u prsima treba ga shvatiti kao znak upozorenja. Brzo kucanje srca (preko 150 otkucaja u minuti) – naročito ako je prisutan kratak dah, isto tako.

3. Znojenje

Dok je znojenje neizbježno prilikom iscrpljujućih ljetnih vrućina, pretjerano znojenje u hladnim vremenskim uvjetima nije poželjno. Ukoliko ga uočite, odmah se posavjetujte s liječnikom.

4. Mučnina

Redovito osjećanje mučnine ili vrtoglavice mogu upućivati na početak srčanog napada. Nemojte ove simptome odbaciti tek kao znak umora. Oni mogu biti uzrokovani začepljenjem arterije. Također se može manifestirati kao višak stresa, zamor nakon malih pokreta ili vježbi, ili kao osjećaj slabosti uprkos zdravom apetitu i snu.

5. Obamrlost ruku

Iznenadna slabost ili paraliza ruku ili nogu. Ukoliko osjećate obamrlost u rukama i imate osjećaj kao da padaju niz stranu, uzrok može biti srčani problem.

6. Glavobolja ili vrtoglavica

Iznenadna, jaka glavobolja ili stalna vrtoglavica, ošamućenost, nemir i/ili iznenadna konfuzija su ostali mogući simptomi. Kad vodite brigu o srčanom bolesniku, ukoliko se javi nesvjestica uz gubitak svijesti, odmah potražite pomoć.

7. Odsustvo reakcije

Ukoliko određeni dijelovi vašeg tijela prestanu reagirati, nemojte to zanemarivati. Zahvaćeni dijelovi mogu biti ramena, ruke ili stražnji dio vrata.

8. Poteškoće prilikom izgovaranja

Poteškoće s izgovaranjem ne moraju nužno biti posljedica opijanja s prijateljima. U pitanju bi moglo biti nešto mnogo opasnije! Nemogućnost jasnog izgovaranja može upućivati na ozbiljan napad. Ako mislite da patite od toga, zamolite prijatelja ili člana obitelji da vam pomognu tako što ćete tražiti od njih da razumiju ono što govorite.

Srčani napad se može izbjeći ako se znaci upozorenja protumače ispravno i na vrijeme. Ukoliko uočite jedan ili više od gorenavedenih simptoma, odmah potražite stručnu pomoć. Ovi simptomi mogu biti posljedica začepljenja arterije. Čak i ako srčani napad ne uslijedi, definitivno treba otići na pregled! Budite oprezni!

7 rizičnih faktora srčanog napada i moždanog udara su gledanje televizije, hrkanje, bolest desni, psorijaza, migrene, nedostatak vitamina D, komplikacije kod trudnoće. Više o ovom možete saznati na:

<http://health.yahoo.net/experts/dayinhealth/7-hidden-heart-attack-stroke-risks>

Za informacije o bolestima srca, posjetite stranicu Američkog centra za kontrolu bolesti (CDC):

<http://www.cdc.gov/heartdisease/faqs.htm>

Izvori: WebMD.com i CDC.gov, Swanson Research Update



Ljekovite blagodeti kurkume



Turmerik (*Curcuma longa*) je žuti začín široko rasprostranjen Jugoistočnoj Aziji. Potiće iz Indije, i stoljećima se koristi kao hrana i kao lijek. Ovaj đumbirov rođak jedan je od osnovnih sastojaka curryja. Aktivni ljekoviti sastojak turmerika naziva se **kurkumin**, prirodni pigment koji turmeriku daje njegovu žutu boju.

U posljednjih nekoliko godina kurkumin je došao u žarište znanstvenih istraživanja. Na vodećim univerzitetima širom svijeta istražuju se njegove potencijalna ljekovita svojstva. Skupljaju se dokazi koji ukazuju na kurkumin kao potencijalnu supstancu za prevenciju širokog raspona oboljenja. Slijede neki od nalaza:

Turmerik i rak

Istraživanja o utjecaju turmerika na oboljenja raka otkrivaju da turmerik može potaknuti proces koji pokreće samouništenje kanceroznih i oštećenih stanica tijela. Obzirom na antibakterijska svojstva, turmerik je koristan u liječenju mnogih vrsta raka, evidentno najviše raka dojke, debelog crijeva, pluća i leukemije.

Istraživanja na štakorima na Univerzitetu Teksas ukazuju da kurkumin sprječava razvoj raka kože, melanoma i usporava širenje raka dojke na pluća. Istraživači s Univerziteta Južne Dakote su otkrili da prethodno tretiranje kurkuminom stanice raka čini podložnijim kemoterapiji i zračenju.

Turmerik i jetra

Jetra pomaže organizmu tako što proizvodnjom enzima oslobađa krv toksina. Ovi enzimi se razlažu i eliminiraju toksine u tijelu. Konzumiranje turmerika kao dodatka prehrani ili korištenje recepata s turmerikom pojačava proizvodnju ovih vitalnih enzima, potičući na taj način rad jetre. Čini se da kurkumin također odgađa oštećenje jetre koje može dovesti do ciroze, prema preliminarnim eksperimentalnim istraživanjima na Medicinskom univerzitetu Graz u Austriji.

Turmerik za artritis

Zahvaljujući antioksidantskim i protuupalnim svojstvima turmerika, njegova ljekovita svojstva omogućuju olakšanje onima koji pade od umjerenih do blagih bolova u zglobovima. Otkrilo se da ljudi koji pate od artritisa manje pate od jutarnjih i večernjih bolova u zglobovima kada koriste turmerik. To je sada postao prirodni lijek za one koji pate od artritisa jer omogućava značajno smanjivanje bola, te povećava brzinu hodanja kod pacijenata.

Turmerik i ozljede

Kao antibakterijski i protuupalni agens, turmerik pomaže iscjeljivanju rana, posjekotina i drugih ozljeda na koži. U tavi zagrijte ulje od kokosa do ključanja, dodajte malo turmerika, pomiješajte i skinite s vatre. Kada se smjesa dovoljno ohladi da je možete staviti na kožu, umočite vatu i aplicirajte. Ostatak možete sačuvati u hermetičnoj kutiji za buduću upotrebu.

Turmerik i Alzheimerova bolest

Smatra se da je oticanje mozga jedan od osnovnih uzroka Alzheimerove bolesti. Istraživanja pokazuju da je jedan od glavnih ljekovitih učinaka turmerika prevencija Alzheimerova. Njegova antioksidantska i protuupalna svojstva mogu pomoći u prevenciji ili odgađanju ove nemilosrdne bolesti. Vjeruje se da turmerik sprječava proizvodnju proteina IL-2 koji uništava zaštitnu ovojnicu nerava.

Epidemiolozi se bave pretpostavkom da upotreba turmerika, kao dio svakodnevne prehrane u Indiji, možda može objasniti nisku stopu Alzheimerove bolesti u toj zemlji. Kod ljudi starosne dobi između 70 i 79 godina, ta stopa je manja od ¼ u odnosu na onu u SAD.

Turmerik i kardiovaskularne bolesti

Nezdrava razina kolesterola je primarni uzrok većine kardiovaskularnih oboljenja. Kada kolesterol oksidira, taloži se na zidovima stanica. Turmerik sadrži vitamin B6, koji regulira razinu homocisteina. Homocistein je direktno odgovoran za oštećenje tjelesnih stanica. Putem interakcije s jetrom, turmerik snižava razinu kolesterola u tijelu što pomaže prevenciji većine kardiovaskularnih oboljenja.

Dnevna doza kurkumina može koristiti zdravlju krvožilnog sustava isto koliko tjelovježba koristi ženama u postmenopauzalnom razdoblju, na ovaj zaključak upućuju novi podaci kliničkog ispitivanja u Japanu. Prema istraživanjima objavljenim u magazinu *Nutrition Research*, zdravlje krvožilnog sustava, koje se mjerilo na osnovu FMD (protokom posredovane dilatacije), jednako se poboljšalo kod žena koje su dobivale suplement s kurkuminom i kod žena koje su se bavile aerobikom.

Američki Nacionalni institut za zdravlje navodi 24 studije koje se trenutno bave učincima turmerika i njegovog glavnog aktivnog sastojka, kurkumina. Te studije za sobom povlače pitanje: Što je bolje: cijeli turmerik, koji se većinom koristi kao začinski prah u hrani; ili kurkumin, koji se obično uzima kao dodatak prehrani? Prema dr. Andrew Weilu, *“Pokazalo se da oboje koristi zdravlju, ali ukoliko nemate specifičnu bolest kao što je primjerice upala crijeva, predlažem upotrebu turmerika (naročito u kuhanju) umjesto kurkuminskih tableta. To odražava moje opće uvjerenje, dok se ne dokaže suprotno u direktnoj usporedbi učinaka obje supstance, da je cijela biljka obično bolji izbor od biljnih izolata. S druge strane, čini se da kurkumin ima brži i drastičniji učinak, i mogao bi biti bolji kao terapijsko (u odnosu na preventivno) sredstvo.”*

Izvori:http://www.huffingtonpost.com/andrew-weil-md/turmeric-health-have-a-happy-new-year_b_798328.html
<http://nccam.nih.gov>
<http://feelgoodtime.net/what-are-benefits-and-side-effects-of-curcumin-kurkumin-curcumin-for-cancer-and-dosage/>
<http://turmerichealthbenefits.org/>
<http://www.nutraingredients-usa.com/Research/Curcumin-may-match-exercise-for-heart-health-benefits-RCT-data>
<http://neovitin.com/curcumin.aspx>

☞ KUTAK ZA ODGOVORE ☜

1. Pitanje: *Mogu li se vibracije ubaciti u ayurvedsko ljekovito ulje za eksternu primjenu?*

Odgovor: U sadašnjem trenutku to ne preporučujemo jer vjerujemo da bi vibracija ayurvedskog lijeka mogla interferirati s vibracijskim lijekom. Mi koristimo ulja poput bademovog, hladnoprešanog maslinovog ili kokosovog jer su ona neutralna. Ipak, bili bismo zainteresirani za povratnu informaciju od onih koji bi željeli eksperimentirati stavljajući vibracije u ayurvedske lijekove.

+++++

2. Pitanje: *Na koji način alopatski lijekovi i vibracije mogu dopunjavati jedni druge za brže izlječenje?*

Odgovor: Dok alopatski lijekovi djeluju na fizičkoj ili gruboj razini, vibrionički djeluju na višim ili suptilnijim razinama što dovodi do bržeg izlječenja.

+++++

3. Pitanje: *U knjizi 108CC, u sastojcima uobičajenih kombinacija (CC) navodi se nekolicina homeopatskih preparata. Da li to znači da kombo-preparati sadrže homeopatske lijekove?*

Odgovor: Ne, uobičajene kombinacije (CC) sadrže samo **vibracije**, uključujući i vibracije nekih poznatih homeopatskih supstanci.

+++++

4. Pitanje: *Da li bi pacijent trebao nastaviti s dozom za održavanje za kroničnu bolest u trenutki kad počinje uzimati vibracije za drugu kroničnu/akutnu bolest?*

Odgovor: Za kroničnu bolest, da, ali pazite da bude razmak između uzimanja doze za održavanje i novog lijeka bude najmanje jedan sat. Kad pacijent pak pati od akutnog problema, s dozom za održavanje se može prekinuti tijekom kratkog razdoblja tretiranja akutne bolesti.

+++++

5. Pitanje: *Kako shvatam, SSS Seva Organizacija se distancira od vibronike, što je obeshrabrujuće, naročito sada nakon Samadhija! Molim vaše mišljenje.*

Odgovor: Zapravo, SSS Seva Organizacija je bila ta koja nam je pomagala u organizaciji radionica i drugih aktivnosti pod uvjetom da se njihovo ime ne spominje ni na kakvom plakatu na kampovima. Sjetite se da je Swami u brojnim prilikama od 1994 do 2011 fizički blagoslovio vibrionički sustav, u svim stadijima njenog razvoja.

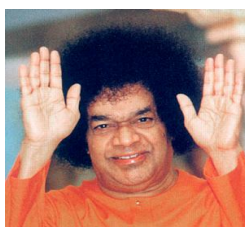
+++++

6. Pitanje: *Može li se vibronika koristiti kao zaštita od napasnika u zemljoradnji?*

Odgovor: U 108CC kutiji imate **CC1.2 Plant tonic** koji štiti biljke od štete uzrokovane vremenskim nepogodama kao što su mraz i oluje, od gljivica, insekata, zaraze, i sl. Kako biste napravili početni lijek, možete ukapati 5 kapi u litru vode. To kasnije možete umnažati u omjeru 1:10, što možete redovno koristiti za prskanje biljaka i zalijevanje.

Ako koristite Sai Ram mašinu za potenciranje: *NM12 Combination-12 + NM20 Injury + NM25 Shock + NM91 Paramedic Rescue + SM2 Divine Protection + SM4 Stabilising + SM5 Peace & Love Alignment + SM6 Stress + SM14 Chemical Poison + SM26 Immunity + SM41 Uplift + SR315 Staphysagria + SR325 Rescue + SR327 Walnut + SR329 Crab Apple + SR360 VIBGYOR + SR428 Gorse + SR432 Hornbeam + SR437 Oak + SR438 Olive + SR566 Fungi-pathogenic*

Praktičari: Imate li pitanje za Dr. Aggarwala? Pošaljite ga na news@vibrionics.org



☪ BOŽANSKE RIJEČI ISCJELITELJA NAD ISCJELITELJIMA ☪

"Duhovna praksa (Sadhana) znači konstantno njegovanje dobrih misli i činjenje dobrih djela."
Sathya Sai Baba - Radio Sai 30. studeni, 2012

+++++

"Prihvatite uspone i padove u životu kao prirodne. One su dio svijeta sastojaka i dijelova. Kada je list banane prazan, vjetar ga može otpuhnuti u visine. Ali kad na njemu poslužite jelo, i hrana i list ostat će nepomični. Isto tako, ispunite svoj um i srce vrlinom vjere, postojane discipline, posvećenosti, nevezivanja i staloženosti – to su ponude na duhovnom jelovniku. Tada nećete sa svakim udarcem potonuti. Kada steknete istinsku mudrost, shvatit ćete da ne treba likovati nad dobrom srećom niti tugovati nad zlom. Pravi heroj se prema objema odnosi s jednakom odsustvom brige. Bol i dobitak su povjetarci i oluje koji ne mogu zahvatiti dubine oceana blaženstva u srcu istinskog poklonika."

Sathya Sai Baba – Divine Discourse, Oct 19, 1966

+++++

*"Posij djelo, požnjet ćeš sklonost. Posij sklonost, požnjet ćeš naviku,
Posij naviku, požnjet ćeš karakter, Posij karakter, i požnjet ćeš sudbinu."*

Ti si kovač svoje sudbine, Ti je možeš stvoriti ili rastvoriti."

Sathya Sai Baba, Govor prilikom 10. Konvokacije Sai Instituta, studeni 22, 1991

☪ OBAVJEŠTENJA ☪

Predstojeće radionice

- ❖ **India Bangalore** AVP i JVP radionica 23-24 Veljače 2013, kontaktirati Shekhar na rsshekhar@aol.in ili putem telefona +91-9741 498 008.
- ❖ **India New Delhi** JVP radionica 24 Veljače 2013, kontaktirati Sangeeta na trainer1.delhi@vibrionics.org
- ❖ **India Puttaparthi**: SVP radionica 1-5 Ožujak 2013, kontaktirati Hem na 99sairam@vibrionics.org
- ❖ **India Puttaparthi**: AVP radionica 9-10 Ožujak 2013, kontaktirati Hem na 99sairam@vibrionics.org
- ❖ **Poland, Wroclaw**: JVPs radionica & tečaj obnavljanja znanja za postojeće AVP 27-28 travanj 2013.
- ❖ **Poland (prostor tek treba izabrati)** Senior VP radionica 27-29 rujan 2013.
Kontaktirati Dariusz Hebisz +48 606 879 339 ili putem e-maila na wibronika@op.pl
- ❖ **Greece Athens**: JVP i radionice obnavljanja 11-13 listopada 2013, kontaktirati Vasilisa na saivasilis@gmail.com ili putem telefona na +30-697-2084 999.

Svi treneri: Ako imate zakazanu radionicu, pošaljite nam detalje na: 99sairam@vibrionics.org

PRAKTIČARI POZOR

Ako promijenite e-mail adresu, molimo Vas da nas o tome što prije obavijestite na news@vibrionics.org. Molimo Vas da ovu informaciju podijelite s drugim vibropraktičarima.

Ovaj glasnik možete podijeliti sa pacijentima.
Njihova pitanja trebaju biti upućena Vama. Zahvaljujemo Vam na saradnji.

Naša web stranica glasi www.vibrionics.org
Praktičari; kako biste pristupili Portalu za praktičare, trebat ćete svoj dodijeljeni registracijski broj.

Jai Sai Ram!

Sai Vibronika . . . na putu ka usavršavanju u *medicare* – zdravstvenoj skrbi dostupnoj svima