

SAI VIBRONIČKI GLASNIK

www.vibrionics.org

“Kad god vidite nesretnu, bolesnu ili potištenu oobu,
to je polje vašeg služenja, *seve*.”...Sri Sathya Sai Baba

Svezak 5, broj 3

svibanj/lipanj 2014

IZ PERA DR JIT K aggarwala

Dragi Praktičari

Dok ovo pišem, mogu zamisliti kako ove riječi dopiru do vas. To mi je lako jer poznajem gotovo svakoga od vas osobno. Imao sam privilegiju obučavati vas ili vas upoznati na neki drugi način za vrijeme vaše prakse.

Ali ne mogu reći da sam ikoga od vas odabrao da bude praktičar Sai Vibrionike. To je bilo Swamijevo djelo. On vas je vlastoručno izabrao da obavljate specijalni posao, posao koji zahtijeva znanje, vještinu i suosjećanje. I svatko od vas je, kad ste postali vribropraktičarom, dao zavjet Swamiju, ne meni. Ako čitate ovu poruku sada, vjerojatno ste svoj zavjet ispunili ili to još uvijek nastojite.

Među ostalim, dali ste obećanje Swamiju da ćete sve pacijente liječiti s ljubavlju, nudeći najmanje jedan sat *seve* dnevno, te da ćete izvještavati o broju pacijenata koje tretirate svakog mjeseca, kao i o slučajevima vrijednim pažnje. Podsjećam vas na vaš zavjet zbog toga što je došlo vrijeme za svakoga od vas pojedinačno da počnete dijeliti svoja iskustva u većoj mjeri nego ste činili dosad. Kako bismo ispunili naš zavjet da ćemo pacijentima pružati najbolju moguću skrb te kako bismo služili veći broj pacijenata koji trebaju našu pomoć, svi moramo podijeliti jedni s drugima ono što znamo.

Kad govorimo o služenju pacijenata, možda ćete najprije pomisliti na svoje pacijente – pacijente koje vi liječite u odnosu na one koje tretira neki drugi praktičar. Ali ne možemo istinski pacijente razdvajati na tak način. Iako je istina da nam Swami kao pojedinačnim praktičarima šalje različite pacijente, svi su pacijenti “naši.” To je zbog toga što naše polje *seve* ne skončava na našem pragu. “Kad god vidite nesretnu, bolesnu ili potištenu oobu, to je polje vašeg služenja, *seve*,” Baba nas uči. Drugim riječima, naše polje *seve* ne poznaje geografska ograničenja. Što će reći, vaše polje *seve* nije ograničeno na selo, grad, državu ili regiju u kojoj prebivate.

Upravo sada postoje pacijenti u vašem polju *seve* koje možda nikada nećete sresti a koji bi mogli imati koristi od vašeg znanja, iskustva i ljubavi. To je stoga što, kad je izabrao vas i dao vam podršku u vašoj praksi, Swami vam je također prenio znanje ili iskustvo koje bi moglo biti od koristi drugim praktičarima i pacijentima, ukoliko se isto s njima podijeli. Misli drukčije je čisti ego.

Pročitavši sve ovo, možda se pitate, Kako se to odnosi na mene? Svjestan sam da neki od vas smatraju da nemaju što podijeliti s drugima te je vaš prvi impuls da ostanete tiho. Neki možda smatraju kako je njihov iscjeljujući rad suviše važan kako bi ga prekinuli e da bi objasnili drugima ono što su saznali. Ili možda smatrate da su informacije do kojih ste došli samo vaše a ne dar koji treba prenijeti drugima. Ako bilo što od navedenoga vrijedi za vas, zamolio bih vas da razmislite o mjeri svoje predanosti našem Gospodu.

Vjerujem da nam je Swami pokazao put naprijed u Vibrionici time što je stavio naglasak na važnost jedinstva. Međunarodna Sai Vibrionička Konferencija dala nam je najgovještaj kako moćna takva saradnja može biti. Bez obzira na to da li ste bili u mogućnosti da budete dio Konferencije ili ne, vjerojatno ste čuli kakva je to nadahnjujuća razmjena informacija i iskustava za iscjelitelje bila. Mnogi su otišli s obnovljenom posvećenošću za vibrioničku *sevu*. Swami mora da je to imao na umu kad je donio odluku da se održi jedna takva Konferencija.

Naš je plan da na temelju tog iskustva gradimo dalje. Također želimo blagoslove s Konferencije proširiti na brojne praktičare koji nisu bili u prilici prisustvovati istoj. Smatramo da je to jedna od najvažnijih stvari koje možemo učiniti. Uvjereni smo da će se budući razvoji u Vibrionici desiti zahvaljujući većoj razmjeni informacija među praktičarima. Snaga počiva u brojevima. Udruživanjem našeg iskustva, uz Swamijevu milost, napredovat ćemo mnogo brže nego što bi to itko od nas mogao učiniti samostalno.

U skladu s tim, upućujem vam direktni poziv da učestvujete u sljedećem nastojanju Sai vibrioničke zajednice:

Glasnik

U bliskoj budućnosti, ovaj Glasnik bit će redizajniran kako bi služio kao bolji kanal za razmjenu informacija među iscjeliteljima. Namjeravamo uključiti

- slučajeve koji odražavaju obično, svakodnevno iskustvo praktičara, kao i neobične slučajeve
- savjete koje bi praktičari voljeli podijeliti s drugima
- izvještaje o nadahnjujućim iskustvima i otkrovenjima
- kratke anegdote o tretmanima
- izvještaje o lokalnim vibrioničkim seva aktivnostima, projektima ili istraživanjima, i
- 'Profile praktičara'. U ovoj rubrici ćemo prikazivati sažete profile praktičara, s osobnom fotografijom. Praktičari će podijeliti nešto o sebi, koliko dugo i gdje prakticiraju svoju sevu, te u nekoliko rečenica dati uvid u kratka osobna razmišljanja.

Možete učestvovati na sljedeći način: Uspostavili smo operativnu grupu koja će nam pomoći prikupiti sve neophodne informacije. Ti dobrovoljci će služiti kao pomoćni urednici Glasnika. Ako vas neki od njih kontaktira i zamoli za doprinos, molim vas da date sve od sebe da im pomognete. Ali ne morate čekati da vas pozovu. Zapravo, i nadam se da nećete. Možete učestvovati i tako što ćete svoje informacije poslati direktno meni na sljedeću adresu 99sairam@vibrionics.org. Svaka pomoć bit će prepoznata, a mi ćemo vas po potrebi kontaktirati za daljnje informacije.

Istraživanje u oblasti poljoprivrede

Pored toga, organizirali smo još jednu operativnu skupinu koja će početi raditi na dugotrajnom istraživačkom projektu o primjeni Sai Vibrionike u poljodjelstvu, koji će slijediti neke uspješne pokuse u Delhiju i drugim mjestima tijekom zadnjih godina. Članovi ovog tima će skupljati informacije dostupne na internetu i drugim izvorima a koji se tiču primjene Vibrionike u poljoprivredi. **Ukoliko imate bilo kakve informacije vezane za ovaj zadatak, molim vas da me kontaktirate.** Za Sathya Sai Univerzitet u Puttaparthiju koji je pristao nadgledati Sai vibrioničku studiju o učincima Vibrionike na polja, urod i neplodno tlo, napraviti će se jedan preliminarni rad. Cilj je pomoći poljoprivrednoj zajednici. Ali je vjerojatno i da će dokazi o uspješnoj primjeni Sai Vibrionike u poljodjelstvu pomoći da se mnogi upoznaju s Vibrionikom. Kao što je bio slučaj s radionikom prije 100 godina, očekuje se da će istraživanje na biljkama biti učinkovit način da se demonstrira moć Sai Ram liječenja vibracijama jer biljke ne posjeduju mentalne komplikacije koje bi mogle zamagliti rezultate na ljudima.

Srdačno vam zahvaljujem za služenje na ovim projektima.

S ljubavlju u služenju Saiju,

Jit Aggarwal

☪ SLUČAJEVI S KOMBO-PREPARATIMA ☪

1. Atopijski dermatitis i hiperaciditet ^{10001...India}

U lipnju 2013 muškarac, 18, došao je radi liječenja akutnog atopijskog dermatitisa i hiperaciditeta. Od obje bolesti patio je od pete godine života. Po cijelom tijelu mogle su se vidjeti crne mrlje i čirevi, a naročito na objema šakama i stopalima. Lezije su svrbjele. Svrab se pogoršavao noću, što je dovelo do kroničnog nedostatka sna. Preporučio ga je pacijent koji je uspješno tretiran za visok krvni tlak i spondilitis.

Dobio je sljedeće:

#1. CC10.1 Emergencies...3 puta svaki sat, 2 dana

Nakon toga, dobio je sljedeće:

#2. CC4.1 Digestion tonic + CC4.10 Indigestion...TDS

#3. CC21.1 Skin tonic + CC21.3 Skin allergies + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.6 Sleep disorders...TDS

Nakon 15 dana, čirevi i mrlje, kao i svrab, povukli su se za 50%. Nakon mjesec dana, nestali su u potpunosti. Pacijent je zadobio miran i čvrst san.

Pet mjeseci kasnije (studeni 2013), pacijent se požalio na prehladu i kašalj, kao i ispućala stopala. Dobio je sljedeće:

#4. CC9.2 Infections acute + CC19.6 Cough chronic...6TD

#5. CC21.1 Skin tonic + CC21.3 Skin allergies + CC21.5 Dry Sores...TDS

Nakon sedam dana, kašalj i prehlada povukli su se za 100%, kao i pukotine na stopalima. Osjećao se dobro.

Sad je nastavio s liječenjem hiperaciditeta:

#6. CC4.1 Digestion tonic + CC4.10 Indigestion + CC21.3 Skin allergies + CC15.1 Mental & Emotional tonic...BD

Od ožujka 2014, pacijent je postigao 70% napretka u aciditetu i nastavio je s liječenjem. Pacijent je jako sretan da mu je koža sad potpuno normalna i da može putovati zbog obiteljskog posla.

+++++

2. Epilepsija ^{01626...Greece}

Žena, 40, tražila je tretman za epilepsiju. Njeni simptomni počeli su kad joj je bilo 14 godina, nakon što je pretrpjela šok razvoda roditelja. Dobila je:

CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Emotional & Mental tonic + CC18.3 Epilepsy...TDS

Nakon što je prije otprilike 6 mjeseci počela uzimati vibrioničke lijekove, nije imala epileptičnih napada. Raspoloženje joj se popravilo, ima više energije i u stanju je praviti planove za budućnost. Liječenje se nastavlja. Od travnja 2014 planira nastaviti s vibro lijekovima do kraja života.

+++++

3. Rak jezika ^{10831...India}

Žena, 54, koja pati od raka na jeziku prolazila je kroz kemoterapiju i ostale alopatske tretmane. Kako nije bilo uočljivog poboljšanja odlučila se obratiti vibropraktičaru. Dobila je sljedeće:

#1. CC2.1 Cancers - all + CC10.1 Emergencies + CC11.5 Mouth infections + CC12.1 Adult tonic...TDS

Nakon što je uzimala lijek 4 mjeseca, stanje joj se blago poboljšalo. Kombinacija je promijenjena na:

#2. CC2.1 Cancers - all + CC 2.2 Cancer pain + CC3.1 Heart tonic + CC10.1 Emergencies + CC11.5 Mouth infections + CC12.1 Adult tonic + CC20.4 Muscles & Supportive tissue...TDS

Koncem trećeg mjeseca, izraslina na jeziku je potpuno nestala. Dobila je sljedeću kombinaciju za dugotrajnu upotrebu kako se rak ne bi vratio:

#3. CC2.1 Cancers - all + CC2.2 Cancer pain + CC3.1 Heart tonic + CC10.1 Emergencies + CC11.5 Mouth infections + CC12.1 Adult tonic.

Napomena: Kako je jezik sad bio zdrav, kombinacija za održavanje se mogla smanjiti na: CC2.1 Cancers - all + CC11.5 Mouth infections + CC12.1 Adult tonic.

+++++

4. Oštećenje bubrega ^{01339...USA}

U kolovozu 2013, praktičaru se obratio gospodin star 74 godine, koji je patio od oštećenja bubrega koje je graničilo sa zatajenjem kao posljedica dugogodišnjeg uvećanja prostate. Nefrolog ga je stavio na strogu dijetu u nadi da će tako spriječiti dijalizu. Pacijent nije znao ništa o liječenju energijom i bio je skeptičan, ali kako je poznao praktičarku i vjerovao joj, odlučio je iskušati vibrioniku. Dobio je:

CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC13.2 Kidney & Bladder infections + CC13.4 Kidney failure +CC14.2 Prostate...TDS

U prosincu 2013 uzimao je lijek ali je izvijestio da ga uzima samo BD. Nije osjećao veliku razliku ali je i dalje bio u stanju izbjegavati dijalizu. Od kolovoza je izgubio nešto kilograma. Obećao je da će uzimati lijek TDS. Rečeno mu je da uzima globule u vodi.

U travnju 2014, dobivši 7 kg, pacijent je otišao k liječniku na pregled. Liječnik je bio prijatno šokiran da ga vidi. Pacijentov rad krvi bio je izvrstan, njegovi bubrezi, iako su sadržavali neka odumrla tkiva,

ponovo su normalno funkcionirali, i mogao je nastaviti s normalnom prehranom. Pacijentu je rečeno da se za godinu dana vrati na kontrolu.

Pacijent je oduševljen i vjeruje da je vibrionika ta koja ga je izliječila. Nastavlja uzimati lijek BD.

+++++
5. Ovisnost o alkoholu ^{11210...India}

Mladić, 26 godina, pio je svaki dan 4 godine zbog toga što je bio mentalno stresiran usljed sukoba oko imetka u obitelji. 2011 krvni tlak mu je bio tako visok da je primljen u bolnicu. Nakon nekoliko testova i naknadnog tretmana tlak mu se spustio na normalu. U svibnju 2013, zamolio je majku da mu pomogne naći tretman za prekidanje ovisnosti. Ona je zamolila praktičara i mladić je dobio sljedeći lijek:

CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.3 Additions...TDS

U kolovozu 2013, nakon 3 mjeseca liječenja, obitelj je izvijestila da je njegovo potpuno prestalo. Zapravo, mladić nije mogao konzumirati čak niti lagana alkoholna pića, poput piva, u strahu od povraćanja.

+++++
6. Bik s astmom ^{11278...India}

Praktičar, s magistarskom diplomom iz veterine, zamoljen je da tretira bika s astmom, koji je nekoliko mjeseci patio od nedostatka daha, toplog jezika i slabog apetita. Bik je dobio sljedeće:

CC1.1 Animal tonic + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.6 Cough chronic + CC19.7 Throat chronic...TDS

Sathya Sai Babinom mилошću bik je izliječen u roku od 3 dana.

VAŽNO: POZOR SVIM PRAKTIČARIMA

Neki od slučajeva koje nam pošaljete su fantastični, ali ih često ne možemo podijeliti s drugima jer nam nedostaju bitne informacije koje možemo dobiti samo od praktičara. Stoga vas MOLIMO da prilikom slanja svojih slučajeva, u izvješće uključite sljedeće:

Dob pacijenta, spol, datum početka tretmana, detaljan spisak svih akutnih simptoma, detaljan spisak svih kroničnih simptoma, trajanje svakog od simptoma, mogući uzrok svakog kroničnog simptoma, bilo koju drugu vrstu prethodnog/aktuelnog tretmana, preparat koji ste dali i doziranje, praćenje napretka u postocima poredano po datumu, konačno stanje, bilo koju drugu relevantnu informaciju.

Ove informacije pomoći će nam da vaše slučajeve objavimo u narednim brojevima Glasnika.

SAVJETI ZA ZDRAVLJE

Vibrionika donosi informacije i članke o zdravlju samo u informativne svrhe; ponuđene informacije ne vrijede kao savjet liječnika. Savjetujte pacijentima da u vezi sa specifičnim medicinskim problemom posjete svog liječnika.

Repa/cvekla: Šest dobiti za zdravlje



Repa/cvekla je drevna, prahistorijska hrana koja je prirodno rasla duž obala Sjeverne Afrike, Azije i Europe. U početku se konzumiralo samo njeno lišće. Slatki crvenkasti korijen koji se danas najčešće smatra "repom/cveklom" nije se uzgajao sve do doba starih Rimljana.

Do 19. stoljeća, pak, prepoznata je prirodna slatkoća ove biljke kad se počela koristiti kao izvor šećera (Navodno je Napoleon proglasio repu osnovnim izvorom šećera nakon što su Britanci ograničili pristup šećernoj trski).

Kako je u pitanju korjenasto povrće, crvenkasti i gomoljasti dio biljke raste ispod zemlje dok se lisnati dio vidi iznad nje. Raste i u tropskim i u predjelima s umjerenom klimom, i treba joj otprilike 2 mjeseca da dosegne zrelost. Iako se zbog hranjivih vrijednosti uzgaja već tisućama godina, tek odnedavno su se počele istraživati njezine dobrobiti za zdravlje.

Danas je šećerna repa uobičajena sirovina za proizvodnju šećera, ali mnogi u svakodnevnoj prehrani ne konzumiraju repu u njenom cjelovitom obliku. Zapravo, današnja istraživanja pokazuju da ne samo da je bogata korisnim nutrijentima, repa može izuzetno osnažiti i vaše zdravlje. Ona sadrži cijeli niz nutrijenata koji podupiru zdravlje a koje ne možete naći nigdje drugdje. Osim toga, vrlo je ukusna!

Repa balansira mentalno zdravlje

Betain, sastojak koji praktičari koriste u liječenju depresije uz određene metode, nalazimo u cvekli. Repa također sadrži triptofan za kojeg se pokazalo da stvara osjećaj blagostanja i opušta um. Također, konzumiranje repe je izvrstan način za smanjivanje tlaka što može pomoći u suprotstavljanju učincima stresa na tijelo.

Repa povećava energetske razine

Kako se šećer iz repe u tijelu otpušta lagano, čak iako posjeduje visoku razinu šećera, repa pomaže u održavanju stabilne razine energije. U usporedbi s namirnicama kao što je čokolada čije šećere tijelo procesira brzo, repa, koja također sadrži vrlo malo kalorija, čini da njen energetski poticaj traje mnogo dulje.

Repa je bogata vitaminima i mineralima

Kako je bogata vitaminom B i željezom, repa je naročito korisna trudnicama. Vitamin B i željezo su nužni za rast novih stanica kao i za obnavljanje razine željeza koja često opada u ovom životnom razdoblju. Pored toga, repa je bogata sljedećim vitaminima i mineralima: vlaknima, fosforom, kalijem, foličnom kiselinom, beta-karotenom, vitaminom A, magnezijem, vitaminom C i betacijaninom.

Repa pomaže u čišćenju tijela

Repa pomaže i čisti jetru. Također može pročistiti krv te se pokazalo da može pomoći u sprječavanju nekih oblika raka. Konzumiranje repe također može ukazati na nisku razinu želučane kiseline, ukoliko mokraća postane ružičasta.

Dodavanje repe ishrani nije teško. Mnogi ljudi jednostavno u svoje *smoothije* dodaju pasiranu i kuhanu repu. Još jedan način da je pripremite jeste da je isječete na tanke kriške prije nego je pospete maslinovim uljem i ispečete u remini.

Repa za upravljanje krvnim tlakom

Istraživači već neko vrijeme znaju da sok od repe može pomoći u smanjivanju krvnog tlaka ali su 2010 znanstvenici iz Velike Britanije otkrili da je nitrat specijalni sastojak u repi koji smanjuje krvni tlak i koji pomaže u borbi sa srčanom bolesti.

U istraživanju koje je sproveo Queen Mary University iz Londona, zdravi ispitanici trebali su popiti čašu soka od repe dok su drugi pili lažno (placebo) piće. Kod ljudi koji su popili sok od repe, tlak se smanjio u roku od 24 sata. Istraživanje je finansirala British Heart Foundation i objavljeno je online u magazinu American Heart Association-a *Hypertension*.

Repa za mozak i demenciju

Pijenje soka od repe povećava dotok krvi u mozak kod starijih osoba, što može pomoći u borbi s napredovanjem demencije, sugerira studija iz 2010. Repa sadrži visoku koncentraciju nitrata, koje bakterije u ustima pretvaraju u nitrite. Nitriti pomažu u otvaranju krvnih sudova u tijelu, što povećava protok krvi i dotok kisika na mjestima gdje kisika nedostaje.

Prethodne studije su pokazale da nitriti šire krvne sudove, ali američki znanstvenici koji pišu u *Nitric Oxide: Biology and Chemistry*, magazin Nitric Oxide Society-ja koji pregledaju kolege znanstvenici, kažu da su oni otkrili da nitriti povećavaju dotok krvi u mozak.

Izvori:

<http://www.webmd.boots.com/healthy-eating/guide/beetroot-benefits?page=2>

<http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2014/01/25/beets-health-benefits.aspx>

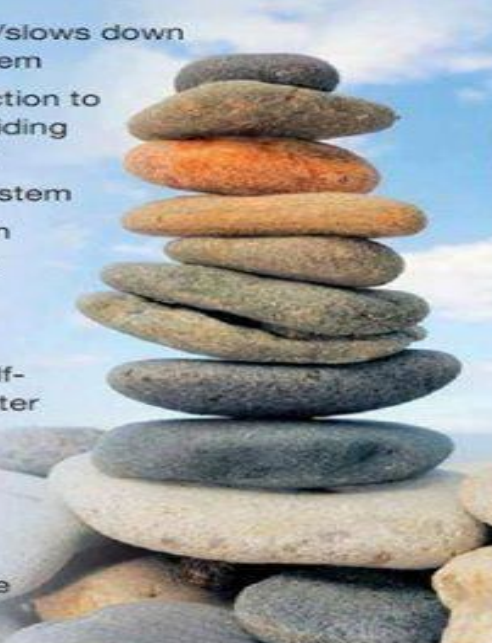
http://www.naturalnews.com/044774_beetroot_healthy_vegetables_increase_energy.html#ixzz2zSgdhvhL

+++++

Ohrabrite svoje pacijente da svakodnevno meditiraju

Benefits of meditation

- Lowers blood pressure/slow down the cardiovascular system
- Restores balanced function to the digestive system, aiding absorption of nutrients
- Relaxes the nervous system
- Relieves muscle tension
- Diminishes intensity of headaches/migraines
- Relieves insomnia
- Frees the mind from self-doubt and internal chatter
- Releases fears
- Reduces anxiety
- Improves depression
- Generates optimism, self-esteem, confidence and motivation.



+++++

Chakre i unapređenje njihovog zdravlja



Riječ **chakra** dolazi iz Sanskrita – drevnog, svetog jezika Indije – i označava “kotač koji se vrti”. Odnosi se na energetske centre koji se konstantno vrte a koji su dio vašeg suptilnog ili energetskog tijela. Yogiji i vidioci (ljudi koji mogu vidjeti energiju i aure) opisuju chakre kao ventilatore koji se vrte, lotosove cvjetove, ili sunca svjetlosti poredana duž tijela.

Iako nisu dio fizičkog tijela, *chakre* odgovaraju određenim mjestima, organima, hormonima i aktivnostima u tijelu. One također utiču na, i na njih zauzvrat utiču, vaše misli, osjećanja i područja života. Njihov zadatak je da procesiraju životnu energiju (koju znamo kao *prana* ili *chi*) kako bi proizvele cjelovit osjećaj blagostanja.

Svaka je *chakra* povezana s određenim funkcijama u tijelu kao i specifičnim životnim problemima i načinom na koji se suočavamo s njima, kako u sebi, tako u našim interakcijama sa svijetom. Energetske centre, *chakre*, možemo zamisliti kao mjesta na kojima primamo, apsorbiramo i distribuiramo životne

energije. Putem vanjskih situacija i unutrašnjih navika, kao što su dugotrajna fizička napetost ili ograničavajući koncepti o sebi, *chakra* može postati ili deficijentna ili prejaka – i stoga debalansirana.

Kratak pogled na sedam chakri

Chakra 7 – Krunska chakra

Njena boja je ljubičasta i smještena je navrh glave. Povezana je s moždanom korom, središnjim živčanim sustavom i hipofizom. Odnosi se na informacije, razumijevanje, prihvatanje i blaženstvo. Kaže se da je to mjesto vaše povezanosti s Bogom, *chakra* Božanske svrhe i osobne sudbine. Blokiranost se može manifestirati u psihološkim problemima.

Chakra 6 – Treće oko

Boja ove *chakre* je indigo (kombinacija crvene i plave). Smještena je u središtu čela, malo iznad nivoa očiju. Ovu *chakru* koristimo za ispitivanje duhovne prirode života. To je *chakra* ispitivanja, percepcije i znanja. Bavi se unutrašnjom vizijom, intuicijom i mudrošću. U njoj počivaju vaši snovi za ovaj život i sjećanja na sve prethodne živote. Blokiranost se može očitovati kao odsustvo vizije, mentalna rigidnost, 'selektivno' pamćenje i depresija.

Chakra 5 – Grlo

Boja ove *chakre* je plava ili tirkizna i smještena je u grlu. To je *chakra* komunikacije, kreativnosti, samoizražajnosti i prosudbe. Povezana je s vratom, ramenima, rukama, šakama, štitnom i paraštitnim žlijezdama. Odnosi se na osjetila unutrašnjeg i vanjskog sluha, stvaranje ideja, iscjeljivanje, transformaciju i pročišćenje. Blokiranost se može manifestirati kao kreativna blokada, nepoštenje ili opšti problemi u komunikaciji vlastitih problema s drugima.

Chakra 4 – Srce

Boja ove *chakre* je zelena a smještena je unutar vašeg srca. To je središte ljubavi, suosjećanja, harmonije i mira. Ova je *chakra* povezana s plućima, srcem, rukama, šakama i timusom. Zaljubljujemo se putem naše srčane *chakre*, a zatim se to osjećanje bezuvjetne ljubavi pomiče u emotivni centar poznat kao solarni pleksus. Blokiranost se može manifestirati u problemima s imunim sustavom, plućima i srcem, ili kao nehumanost, nedostatak suosjećanja ili neprincipijelno ponašanje.

Chakra 3 – Solarni pleksus

Boja ove *chakre* je žuta, a smještena je 5-10 cm iznad pupka, u predjelu solarnog pleksusa. Ova *chakra* obuhvata vaš probavni sustav, mišiće, pankreas i nadbubrežne žlijezde. Predstavlja sjedište vašeg emotivnog života. S ovim centrom su povezana osjećanja osobne moći, smijeha, radosti i ljutnje. U njoj su pohranjeni vaša osjetljivost, ambicija i sposobnost da postizete. Blokiranost se može manifestirati kao ljutnja, frustracija, nedostatak usmjerenja ili u osjećaju da ste žrtva okolnosti.

Chakra 2 – Sakralna ili pupčana chakra

Boja ove *chakre* je narančasta a smještena je između korijena kičme i pupka. Povezana je s donjim dijelom trbuha, bubrezima, mjehurom, krvotokom te reproduktivnim organima i žlijezdama. Ova je *chakra* zadužena za emocije. Predstavlja želju, zadovoljstvo, seksualnost, prokreaciju i kreativnost. Blokiranost se može manifestirati u emotivnim problemima, kompulzivnom ili opsesivnom ponašanju i osjećaju krivice u pogledu seksualnosti.

Chakra 1-- Bazna ili korijenska chakra

Crvene je boje i smještena je perineumu (međici) – u korijenu kralježnice. To je *chakra* najbliža zemlji. Zadužena je za uzemljenje i fizički opstanak. Povezana je s nogama, stopalima, kostima, debelim crijevom i nadbubrežnim žlijezdama. Kontrolira vašu bori se-ili-bježi reakciju. Blokiranost se može manifestirati kao paranoja, strah, odugovlačenje i obrambeni stav.

Što uzrokuje blokade u chakrama?

Ako osoba konzumira pogrešnu vrstu hrane (sve što primamo putem pet osjetila smatra se hranom), neodgovarajuća vibracija te hrane će dospjeti do jedne od *chakri* i izbaciti ju iz stanja ravnoteže. Vremenski raspon između izbacivanja *chakre* iz stanja ravnoteže i manifestacije toga u vidu fizičkog simptoma na nekom organu može biti veoma dug – i do 10 godina za ozbiljnu bolest poput raka ili svega nekoliko sati ili dana za akutnu bolest kao što je gripa. Ukoliko se ne intervenira, i druge *chakre* počinju ispadati iz ravnoteže jer su sve *chakre* povezane. To dovodi do širenja bolesti u tijelu i u konačnici, problem postaje kroničan.

Uzroci također mogu biti sjećanja na traumu iz djetinjstva ili zlostavljanje duboko zakopana u podsvjesni um, naučeni restriktivni sustav vjerovanja ili emotivne ozljede koje nisu zaboravljene. Čak i obični

nedostatak pozornosti može dovesti do zatvaranja *chakre*. Učestalo poricanje, osjećaj krivice, potiskivanje ili emocije koje nisu prošle kroz nas, dovode do skupljanja napetosti u nekoj od *chakri*. Sedam pobrojanih *chakri* sadrže sve dobre i loše misli, djela i postupke koje ste počinili u svim životima ovdje na zemlji. Potiskivanje emocija dovodi do bola, patnje i bolesti.

Prihvatanje vaših odbačenih osjećanja...kad ste u stanju da ih proživite duboko te opraštanje predstavljaju ključ iscjeljenja.

Oprost je jedan od najvažnijih načina za iscjeljivanje blokada u *chakrama*:

Što mislite kuda odlaze sve emocije kojima niste dopustili da prođu kroz vas? One ostaju s vama i nakupljaju se, ne ostavljajući prostora za bilo što novo. Zahvalite tim ljudima, pa makar i u tišini, oni su vaši učitelji.

Promijenite način razmišljanja i iscijelite potisnute emocije kako biste promijenili svoje iskustvo života:

Kako biste iscijelili posljedicu, otpustite uzrok. Da li je zadržavanje potisnutih negativnih emocija zaista vrijedno cijene koju plaćate? Time samo povrjeđujete sami sebe. Budite otvoreni za drukčije gledište koje ste dosad odbacivali. To će podmladiti vaše tijelo. Ali tu zaglavljenu energiju trebate otpustiti s uvjerenjem i ljubavlju.

Još neki od načina da pomognete u čišćenju *chakri* i unaprijedite iscjeljenje uma i tijela:

Vibrionički lijekovi: Vibracijski lijekovi djeluju na *chakre* i shodno tome na odgovarajuće organe ili dijelove tijela. Ovi se lijekovi daju u obliku malenih šećernih globula koje sadrže odgovarajuće vibracije i na taj način odgovarajuće *chakre* vraćaju u stanje ravnoteže.

Yoga pokreti: Yoga znači "*jedinstvo*" ili "*disciplinu*". Ona predstavlja istovremeno uprezanje uma, tijela i duše kako bi došlo do oslobođenja Istinskog Sopstva. Yoga je naročito učinkovita u otpuštanju negativnih energija. Kroz pokret i istezanje, energija nakupljena i zaglavljena u energetskim centrima se oslobađa. Često će, kako dođe do razbijanja neke blokade, problem isploviti na površinu svijesti. To služi tome da shvatite što je na prvom mjestu uzrokovalo blokadu, kako biste ju zatim mogli mentalno otpustiti.

Akupunktura/masaža/kiropraktika/reiki/i sl.: Ovi oblici iscjeljivanja također služe pokretanju energije. Ako neki problem nije riješen na mentalnom planu, on će se vratiti. Olakšanje može biti stalno ili privremeno, ovisno o spremnosti osobe da na prvom mjestu oprost i otpusti uzrok problema ili njegov otisak.

Tjelovježba: Ponovno, energija se pokreće, vjerojatno ne za stalno, putem fizičkog naprezanja.

Toplota: Toplota opušta mišiće, dopuštajući negativnosti da iscuri van tijela. Toplota može biti izazvana saunom, džakuzijem ili bilo kojim drugim trajnijim izvorom toplote.

Izvori:

Priručnik za početnike u Vibrionici, 2007

<http://www.flourishinglotus.com/what-are-chakras-anyways-a-simple-guide-to-your-complex-energy-centers>

<http://www.yogajournal.com/basics/898>

<http://www.zenlama.com/the-7-chakras-a-beginners-guide-to-your-energy-system/>

<http://www.2012-spiritual-growth-prophecies.com/seven-chakras.html>

☪ KUTAK ZA ODGOVORE ☪

1. Pitanje: *Želim se na našoj web stranici logirati na portal za praktičare. Molim vas da mi kažete moje korisničko ime i lozinku.*

Odgovor: Najprije saznajte ispravni osobni petocifreni Registracijski broj, koji uzgred možete naći u predmetnom polju emaila koji dobivate svaka 2 mjeseca s vašim primjerkom Glasnika. Zatim posjetite našu web stranicu: www.vibrionics.org. Naprimjer, ako vaš Registracijski broj glasi 01234, vaše korisničko ime glasit će 01234 a vaša lozinka SaiRam-01234. Kako je osjetljiva na veliko i malo slovo, mora se napisati precizno kako je naznačeno.

+++++

2. Pitanje: *Trebam li zamoliti pacijenta/kinju da zapišu svoje probleme prije nego dođu na prvi zakazani termin?*

Odgovor: Ne morate, ali neki pacijenti to preferiraju. Neki vole da zapišu svoje probleme dok su kod kuće gdje imaju dovoljno vremena na raspolaganju da detaljno razmisle o svim simptomima, njihovom

trajanju i mogućim uzrocima. Ovo je korisno, naročito u slučaju višestrukih kroničnih problema i može uštedjeti praktičarovo vrijeme za vrijeme konsultacije.

+++++

3. Pitanje: *Da li možemo iskoristiti lijek zaostao u napuknutoj CC bočici kako bismo napravili novu bočicu s lijekom? Ili trebamo pristupiti nekome tko ima Originalnu Kombo kutiju?*

Odgovor: Ukoliko lijek u napuknutoj bočici ne sadrži komadiće stakla, možete ga iskoristiti da napravite novu bočicu s lijekom. Ako niste sigurni u to, tad vam treba najmanje jedna kapljica iz druge Kombo-opreme kako biste spravili novu bočicu. Ta kapljica ne mora poticati iz Originalne Kombo kutije.

+++++

4. Pitanje: *Ako su neke od bočica (bez pukotina) gotovo prazne, mogu li ih samo napuniti alkoholom?*

Odgovor: Naravno da možete. Ali prije nego počnete koristiti ponovo napunjenu bočicu, trebate ju protresti 9 puta tako što ćete njenim dnom udarati o dlan druge šake.

+++++

5. Pitanje: *Nakon što načinimo lijek u vodi, bilo direktno u mašini ili iz Kombo kutije, koliko dugo će taj lijek trajati?*

Odgovor: Lijek može trajati od dva dana do dva tjedna, ovisno o okolini i temperaturi. Kako se lijek priprema u vodi koja je dovoljno dobra za piće, traje koliko i voda; općenito, sedam dana je u redu.

+++++

6. Pitanje: *Ako smo iskušali sve lijekove iz naše Kombo-kutije i ništa ne djeluje, da li u tom slučaju pacijenta šaljemo iskusnijem praktičaru?*

Odgovor: Ako ste već uspostavili prisnost s pacijentom, najbolje je sačuvati taj odnos i nastaviti s liječenjem. S iskusnijim praktičarom se možete posavjetovati. Ako to nije moguće i ako obavljate praksu van Indije, zamolite savjet na comboQueries@vibrionics.org, tako što ćete dostaviti sve podatke o detaljima liječenja do tog trenutka. Ako prakticirate unutar Indije, pišite na comboQueries@in.vibrionics.org.

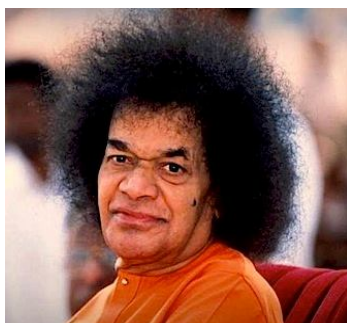
+++++

7. Pitanje: *Trebamo li i pacijentima reći da nešto mole ili recitiraju dok primaju lijek?*

Odgovor: Ako je pacijent sretan da to čini, to će sigurno biti od pomoći! Kako bi bila učinkovita, molitva mora biti snažna i poticati iz čista srca.

+++++

Praktičari: Imate li pitanja za Dr. Aggarwala? Pošaljite ih na news@vibrionics.org



☪ BOŽANSKE RIJEČI NAJVIŠEG MEĐU ISCJELITELJIMA ☪

“Djelovanje koje se učini kao ponuda Bogu, biva posvećeno. Takav čin postaje Anapeksha (čin bez želje). Svaki nesebični čin ljubavi prema Bogu biva čin oslobođen mrlje želje. Uma čvrsto ukorijenjenog u Bogu, čovjek bi se trebao uključiti u služenje.”

...Sathya Sai Baba, Knjižica u čast obilježavanja 80. Rođendana Sathya Sai Babe, 2005

+++++

“Trebali biste biti u stanju ustati od stola s istom lakoćom s kojom ste sjeli da objedujete. Ako sjednete za stol laki a osjećate se teškim i tromim nakon jela, uzeli ste više nego što vam je neophodno i to će u vama razviti Tamas kvalitete. Prostor u vašem želucu dijeli se na četiri dijela. Mladi se trebaju osjećati slobodnima da želudac napune s tri četvrtine hrane i jednom četvrtinom vode. Za odrasle se savjetuje dvije četvrtine hrane, jedna četvrtina vode i jedna četvrtina zraka. Ako sva četiri dijela ispunite hranom i ne ostavite mjesta čak ni za vodu, narušavate pravila probave! Nakon obroka se trebete odmoriti samo 10 minuta. To će pomoći cirkulaciju krvi od glave do vrhova nožnih prstiju. Noću, nakon večere, trebete prošetati. To je provjerena rutina za dobro zdravlje i razvijanje satvične prirode.”

...Sathya Sai Baba, Božanski govor, 'My Dear Students', Sv. 2, II poglavlje

☪ OBAVJEŠTENJA ☪

Predstojeće radionice

- ❖ **Italija Spinea u blizini Venecije:** AVP radionica 17-18 svibanj 14, kontaktirati Manolisa na monthlyreports@it.vibrionics.org
- ❖ **VB London:** Godišnji sastanak praktičara 18. svibanj 14, kontaktirati Jeram na jeramjoe@gmail.com
- ❖ **Poljska Wrocław:** Sastanak praktičara 31. svibanj 14, kontaktirati Dariusz Hebisz na wibronika@op.pl
- ❖ **SAD West Virginia:** AVP obuka 6-8 lipanj 14, kontaktirati Susan na trainer1@usa.vibrionics.org
- ❖ **Indija Cochin, Kerala:** AVP obuka 21-22 lipanj 14, kontaktirati Rajesh Ramana na trainer1.ker@vibrionics.org

Svim trenerima: Ako imate zakazanu radionicu, pošaljite podatke na: 99sairam@vibrionics.org

POZORNOST PRAKTIČARIMA

- ❖ Naša web stranica glasi www.vibrionics.org. Da biste se logirali na Portal za praktičare trebete Vaš registracijski broj. Ako promijenite e-mail adresu, molimo Vas da nas o tome blagovremeno obavijestite na news@vibrionics.org.
- ❖ Ovaj glasnik možete podijeliti sa svojim pacijentima. Njihova pitanja trebaju biti upućena Vama. Zahvaljujemo Vam na saradnji.

Jai Sai Ram!

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