

## Biuletyn Wibroniki Sai

[www.vibrionics.org](http://www.vibrionics.org)

„Kiedykolwiek widzisz chorą, przygnębianą, strapioną, zniechęconą osobę, to tam znajduje się pole do twojej bezinteresownej służby” ... Sri Sathya Sai Baba

Tom 3 Wydanie 6

Listopad/grudzień 2012

### ☪ Z biurka dr Jit K. Aggarwala ☪

Drodzy praktycy wibroniki,

W Prasanthi Nilayam spędzamy radośnie czas od uroczystości celebrujących 87 urodziny Swamiego. Jest to również czas bardzo gorący dla praktyków wibroniki z Puttaparthi, którzy już czwarty raz z rzędu zorganizowali obóz medyczny na stacji kolejowej w Prasanthi Nilayam (patrz dołączone zdjęcie). Przyjęli oni ponad tysiąc pacjentów, wysiadających z pociągów, w których wielu podróżowało godzinami, by uczcić urodziny Swamiego w miejscu Jego narodzin. Niewidzialna dobrotliwa dłoń Swamiego działała w sposób oczywisty, co było widać w każdym, nawet najmniejszym detalu, o który zadbał. W pewnym momencie healerom prawie zabrakło buteleczek, gdyż nie spodziewali się tak wielkiego tłumu potrzebujących. Za chwilę jednak niespodziewanie przybył na miejsce pewien healer z wystarczającym zapasem butelek, a obóz mógł dalej obsługiwać potrzebujących pełną parą!

Na tegorocznym obozie byliśmy świadkami wielu cudów, między innymi przypadku sewaka, który poważnie poparzył sobie stopę. Zazwyczaj wyleczenie takiego poparzenia zajmuje przynajmniej tydzień. Nasi healerzy zastosowali na ranę środek wibroniczny przygotowany na oliwie z oliwek z pierwszego tłoczenia oraz dali pacjentowi buteleczkę z kulkami cukrowymi do zażywania doustnego. W ciągu godziny sewak mógł już normalnie chodzić bez bólu czy śladu rany! Oto zasługa naszego ukochanego Pana!

W październiku tego roku przeprowadziliśmy warsztaty dla początkujących praktyków wibroniki w Hartford, Connecticut, w USA (zobacz zdjęcie). Dwudziestu jeden wielbicieli z całych Stanów i Columbii w Południowej Ameryce uczestniczyło w dwudniowych warsztatach w Centrum Atma i szczęśliwie ukończyło kurs. Miło mi również ogłosić, że przyjęliśmy do grona wykładowców w Stanach w pełni wykwalifikowanego nauczyciela wibroniki, który może poprowadzić następne warsztaty dla wielbicieli, którzy są zainteresowani oferowaniem swej bezinteresownej służby poprzez uzdrawiającą energię Swamiego w formie remediów wibronicznych. Zgłaszać się można do Susan na adres mailowy: [trainer1@usa.vibrionics.org](mailto:trainer1@usa.vibrionics.org).

Dzięki łasce Pana, wibronika rozwija się i zawsze jest okazja dla tych, którzy pragną wykonywać bezinteresowną służbę dla potrzebujących. Jeśli jesteś zainteresowany i chcesz zostać koordynatorem wibroniki w swoim kraju, lub chciałbyś wziąć udział w kursie dla nauczycieli wibroniki, wyślij mi email z informacjami.

24 listopada healerzy z Trichur Dist z Kerali w Indiach, otworzyli stałą klinikę wibroniki z dzienną służbą, by pomagać chorym ludziom w ich środowisku. Podjęli oni wspaniały krok wielkiej służby dla lokalnej społeczności, szczególnie dla tych, którzy nie mogą sobie pozwolić na leczenie. Mamy nadzieję, że inne stany w Indiach zostaną zainspirowane tym przedsięwzięciem i wkrótce będzie więcej takich ośrodków w Indiach i z pewnością na całym świecie.

25 listopada w Bangalore, w szpitalu Chord Road Hospital, odbyło się seminarium na temat Alternatywnych Metod Leczenia Nowotworów. Sześciu ekspertów omówiło dogłębnie różne rodzaje leczenia nowotworów energią. Nawet trzech chirurgów z tamtego szpitala podzieliło się osobistymi wspaniałymi doświadczeniami z leczenia energetycznego i opowiedziało, jak skorzystali z tego ich pacjenci. Zostałem poproszony o wystąpienie na tym seminarium na temat leczenia wibroniką. Mówiłem do pacjentów z nowotworami i lekarzy. Przedstawiłem sześć przypadków różnych nowotworów, które zostały całkowicie wyleczone przy pomocy wibracji. Dzięki łasce Swamiego moje wystąpienie zostało bardzo ciepło przyjęte.

Od czasu do czasu healerzy pytają mnie, czy Swami wspominał coś o 21 grudnia 2012 r. Nie słyszałem, aby Swami cokolwiek mówił na ten temat, ale z pewnością stoimy u progu ważnych zmian i znacznego etapu rozwoju w historii ludzkości.

Zapewne wszystko, co zostało powiedziane na ten temat powinno stanowić dla nas jakby dzwonek alarmowy. Niektórzy wierzą, że jakieś spektakularne, kosmiczne, 8 minutowe wydarzenie nastąpi między 21 a 23 grudnia 2012 r. Podczas tych 8 minut zostaną wysłane w eter energie o bardzo wysokiej częstotliwości. Ci z nas, którzy są otwarci na subtelne energie, będą mogli doświadczyć całkowitej świadomości i wiedzy, która przekracza wszystko, czegokolwiek do tej pory doznali. Więcej informacji zostanie przesłanych na wasze adresy mailowe wkrótce, więc nie zapomnijcie zalogować się na naszej stronie [www.vibrionics.org](http://www.vibrionics.org).

W kochającej służbie Sai

Jit Aggarwal

## ☪ Historie przypadków z użyciem 108 Kombinacji ☪

### 1. Grypa typ H1N1 – świńska grypa <sup>01205J...Indie</sup>

Kobiecie w wieku 54 lat zdiagnozowano świńską grypę i powiedziano, że musi udać się do szpitala na leczenie. Ona jednak skontaktowała się z praktykiem wibroniki, aby zapytać, czy jest wibracja na świńską grypę. Otrzymała:

**CC9.2 Ostre infekcje + CC9.3 Choroby tropikalne + CC19.1 Tonik na klatkę piersiową + CC19.2 Alergie układu oddechowego + CC19.3 Chroniczne infekcje klatki piersiowej + CC19.6 Chroniczny kaszel.**

Kobieta miała to zażywać co godzinę tego wieczoru i następnego dnia rano, aż do umówionej wizyty u lekarza o godzinie 11. Kiedy lekarz zbadał ją, stwierdził poprawę w 80%, więc nie było już potrzeby zabierać jej do szpitala. Była leczona jako pacjent dochodzący, otrzymała niską dawkę antybiotyku. Nadal zażywała też powyższe wibracje przez następne 2 tygodnie: TDS przez pierwszy tydzień i BD przez drugi tydzień, po czym całkowicie wyzdrowiała.

*Praktycy stosujący maszynkę Sai Ram mogą podać: NM8 Klatka piersiowa + NM18 Ogólna gorączka + NM30 Gardło + NM31 Migdały i węzły chłonne + NM63 Wzmocnienie + NM70 CB9 + NM79 Grypa + SM41 Podniesienie.*

+++++

### 2. Porażenie mózgowe <sup>2640...Indie</sup>

Na obóz medyczny matka przyniosła na rękach 2,5-letniego syna. Nie mógł chodzić, ani stać, jego oczy nie były skupione, powiększona głowa nie była stabilna, nie mógł też podnosić rąk. To był tak tragiczny widok, że wszystkie nasze serca od razu się na nim skupiły. Otrzymał:

**CC12.2 Tonik dla dzieci + CC18.1 Uszkodzenia mózgu + CC20.1 Tonik SMJ (mięśnie, stawy) + CC20.3 Artretyzm + CC20.5 Kręgosłup ...QDS przez 3 miesiące.**

Na obozie trzy miesiące później, sąsiad owej kobiety powiedział, że stan zdrowia dziecka znacznie się poprawił, chłopiec mógł już stać, siedzieć, lekko podnosić ręce, jego wzrok był teraz stabilny i nawet się uśmiechał. Wszyscy odczuliśmy wielkie szczęście słysząc te wieści. Teraz modlimy się do Swamiego o dalszą poprawę, podaliśmy też więcej buteleczek z kulkami.

*Przy użyciu maszynki Sai Ram można byłoby przygotować i podać: NM4 Mózg + NM5 Mózg TS + NM25 Szok + NM90 Odżywianie + OM20 Porażenie wiotkie + OM21 Porażenie spastyczne + SM12 Mózg i paraliż + SR356 Ołów + SR458 Mózg cały + SR459 Mózg obszar Broca + SR460 Mózg (móźdzek) + SR461 Mózg (rdzeń, szpik) + SR462 Mózg (most) + SR463 Nerwy czaszkowe + SR532 Układ nerwowy współczulny + SR546 Baryta Carb.*

### 3. Zapalenie cysty łojotokowej <sup>01389J...Indie</sup>

Syn healera ciągle drapał się w głowę i miał łupież. Dopiero kiedy zgolono mu włosy, odkryto powód podrażnienia. Cała jego głowa pokryta była zlepionymi krostami. Były to nabrzmiące, zapalne, oleiste cysty, które formowały się z wydzieliny gruczołów łojowych głowy. Gdyby ich nie leczono, mogłyby spowodować zatkanie tych gruczołów i dużą infekcję. Chłopiec zaczął stosować:

**CC14.1 Tonik dla mężczyzn + CC15.1 Tonik na emocje + CC21.3 Alergie skóry + CC21.7 Grzybica - 6 razy między 5 a 11 wieczorem i 2 razy następnego dnia rano.**

Gdy healer oglądał głowę o 11.00 następnego dnia, zauważył, że 95% opuchlizny zniknęło. Chłopiec kontynuował zażywanie powyższych kombinacji TDS przez 10 dni. Nadal tworzyły się małe cysty na głowie, ale już nie swędziały. Kombinację zmieniono na:

**CC11.1 Tonik na włosy + CC11.2 Problemy z włosami + CC14.1 Tonik dla mężczyzn + CC15.1 Tonik na emocje TDS przez dalsze 10 dni.**

Suchy łupież nadal tworzy się, ale infekcja jako taka zniknęła. Nie zastosowano już żadnego innego leczenia oprócz stosowania leczniczego szamponu przeciwłupieżowego.

*Przy użyciu maszynki Sai Ram można byłoby podać: NM12 Kombinacja-12 + NM36 Wojna + NM72 Oczyszczenie + NM84 Tonik na włosy + NM114 Zapalenie + BR17Narządy męskie + SR250 Psorinum + SR264 Silicea (30C) + SR280 Calc Carb + SR292 Graphites + SR294 Hepar Sulph (30C) + SR351 Kali Carb + SR546 Baryta Carb.*

+++++

### 4. Ostry ból ucha z wysoką gorączką <sup>1150...Chorwacja</sup>

Do healera wibroniki przyprowadzono 5-letniego chłopca z 40-stopniową gorączką, ostrym bólem ucha, bólem gardła i głowy. Dostał od lekarza dwie serie antybiotyków, ale nie przyniosło to poprawy. Lekarz zlecił badanie krwi, które wykazało, że chłopiec ma bardzo niski poziom białych ciałek krwi. Lekarz był bardzo zmartwiony, ale obawiał się podać jeszcze jeden lek i zlecił lek homeopatyczny Belladonnę! Healer podał następujące wibracje:

**#1. NM86 Odporność + OM1 Krew...TDS; #2. NM113 Zapalenie...TDS  
#3. NM114 Eliminacja...OD.**

W ciągu dnia gorączka spadła, w ciągu tygodnia dziecko jadło, spało i czuło się dużo lepiej. Tydzień później lekarz sprawdził krew i tym razem wynik okazał się prawidłowy. Wibracje #2 i #3 były kontynuowane z dodatkiem **NM49 Tonik na klatkę piersiową...TDS**, aby przyspieszyć powrót do zdrowia .

*Z zestawu 108 Codziennych Kombinacji CC9.4 Choroby dziecięce powinny zadziałać podobnie.*

+++++

### 5. Bezpłodność <sup>2799...UK</sup>

36-letnia kobieta była mężatką już od 11 lat i nie mogła urodzić dziecka z powodu problemów z układem odpornościowym i z chromosomami. Trzy razy dokonywano sztucznego zapłodnienia in vitro, ale bez rezultatu. Ktoś podpowiedział jej, że powinna adoptować dziecko, ale kobieta uparła się, żeby urodzić własne. Healer podał jej:

**NM7 CB7 + OM24 Narządy kobiece + BR7 Stres + BR16 Narządy żeńskie + SM6 Stres + SM29 Napięcie + SR255 Calc Sulph (200C) + SR262 Nat Phos 200C + SR537 Macica + SR544 Aletris far...TDS.**

oraz mężowi:

z zestawu 108 Codziennych Kombinacji **CC14.3 Bezpłodność mężczyzn...TDS.**

Oboje stosowali kombinacje przez 5 miesięcy, a w szóstym kobieta zaszła w ciążę. Aby upewnić się, że dziecko będzie się zdrowo rozwijało i prawidłowo zagnieździ się w macicy, pacjentka poinformowała swego lekarza dopiero po dwóch miesiącach. Informacja bardzo zdziwiła lekarza. Dopiero po wykonaniu USG i stwierdzeniu, że dziecko jest zdrowe i że poród może być normalny, uwierzył, że rzeczywiście to może się udać. Dziecko ma się urodzić lada dzień i cała rodzina łącznie z dziadkami i przyjaciółmi czeka z niecierpliwością na bezpieczny poród.

Z zestawu 108CC: na kobiecą bezpłodność: CC8.1 Tonik dla kobiet. Z maszynki Sai Ram: na męską bezpłodność: OM22 Narządy męskie + SR216 Witamina-E + SR254 Calc Phos (200C) + SR262 Nat Phos (200C) + SR522 Przysadka płąt tylni + SR534 Jądra.

+++++

## 6. Zapalenie gardła, kaszel i zapalenie zatok <sup>1176...Bośnia</sup>

75-letnia kobieta przyszła po pomoc do healera z powodu ostrego zapalenia gardła, ostrego kaszlu z wydzieliną i zapalenia zatok, na które cierpiała od kilkunastu dni. Otrzymała:

1. NM36 Wojna + NM70 CB9 + NM71 CCA + NM113 Zapalenie... TDS
2. SM26 Odporność + SM27 Infekcja + SM31 Płuca i klatka piersiowa + SM35 Zatoki + SM40 Gardło... TDS

Kiedy pacjentka przyszła do healera ponownie, czuła się tylko o 20% lepiej. Po zadaniu jej dalszych pytań healer odkrył, że mając 15 lat zaraziła się świerzbem. Od tamtego czasu regularnie miewała zapalenie oskrzeli. 20 lat później zaczęła też mieć problem z zatokami i już od lat cierpiała na alergiczne reakcje na rozmaite antybiotyki, które przypisywali jej lekarze. Aby wyleczyć te chroniczne problemy i wiedząc o jej pogorszeniu zdrowia po infekcji świerzbu, healer postanowił podać jej miazmat Psorinum w następujących dawkach:

1. SR250 Psorinum 10M, 1M, 200C, 30C, 6C... pojedyncza dawka każdej potencji co godzinę zaczynając od najwyższej potencji 10M.

Pierwsze objawy procesu oczyszczania zaczęły się dzień później, to znaczy wszystkie objawy pogorszyły się. Ale po dwóch dniach pacjentka poczuła się znacznie lepiej. Po trzech dniach otrzymała:

2. SR294 Hepar Sulph Calc 10M, 1M, 200C, 30C, 6C... ta sama procedura i dawka jak poprzednio.

Dwa dni później dostała:

3. SR318 Thuja 10M, 1M, 200C, 30C, 6C... ta sama procedura i dawka jak poprzednio.

Po pięciu dniach kobieta poczuła się bardzo dobrze. Nie kaszłała, gardło i zatoki były czyste. Wydzieliną z płuc zniknęła po tygodniu, a jej zdrowie było w 100% w porządku.

*To jest przykład użycia miazmatu i 2 pojedynczych wibracji, by zlikwidować chroniczne problemy ze zdrowiem w sposób dość wyjątkowy.*

\*\*\*\*\*

## ☞ Wskazówki zdrowotne ☞



### Trochę faktów o bananach

Zazwyczaj zapominamy o zwykłych bananach, gdy mówimy o wartościach odżywczych pożywienia. Jednakże banany mają mnóstwo do zaoferowania, ponieważ zawierają bogate ilości witamin A, B, C, E i G oraz minerałów takich jak potas, wapń, magnez, fosfor i selen.

**Banan**, zawierający trzy naturalne cukry - sacharozę, fruktozę i glukozę, połączone z błonnikiem daje natychmiastowy i konkretny zastrzyk energii. Badania udowodniły, że zjedzenie dwóch bananów dostarcza wystarczająco dużo energii do wyczerpującej 90-minutowej pracy. Nic dziwnego, że banan

jest owocem numer jeden wśród wiodących na świecie lekkoatletów. W pełni dojrzały banan produkuje substancję zwaną TNF (czynnik martwicy nowotworów), który ma zdolność zwalczania patologicznych komórek. Nie zdziwcie się więc, gdy w sklepach nagle zabraknie bananów! Gdy banany dojrzewają, zaczynają mieć ciemne plamy na skórce. Im więcej ciemnych plam, tym większa jest jego zdolność podwyższania naszej odporności.

Japończycy mają ważny powód, by uwielbiać banany, gdyż to według japońskich badań naukowych, banany zawierają TNF, który ma antynowotworowe właściwości. Stopień efektu antyrakowego odpowiada stopniowi dojrzałości owocu, to znaczy im bardziej dojrzały banan, tym lepsze antyrakowe działanie. W eksperymencie dokonany na zwierzętach, przeprowadzonym przez profesora z Uniwersytetu w Tokio, porównywano rozmaite korzyści zdrowotne różnych owoców, między innymi bananów, winogron, jabłek, arbuza, ananasa, gruszki i śliwy daktylowej. Odkryto, że banany dawały najlepsze rezultaty. Zwiększały liczbę białych ciałek krwi, podnosiły odporność ciała i produkowały antyrakową substancję zwaną w skrócie TNF.

Tak więc zaleca się jeść 1 do 2 bananów dziennie, aby zwiększyć odporność na choroby takie jak przeziębienie, grypa i inne. Według japońskiego profesora banany z żółtą skórką z ciemnymi plamami są 8 razy bardziej skuteczne w zwiększaniu właściwości białych komórek krwi niż te z zieloną skórką.

Ale to NIE jest jedyny sposób, w jaki banany mogą nam pomóc utrzymać dobre zdrowie. Mogą nam pomóc zwalczyć wiele chorób i dolegliwości lub im zapobiec, stają się więc **nieodzowne w naszej codziennej diecie**.

**Depresja:** Według przeprowadzonej ostatnio przez organizację MIND ankiety wśród osób chorych na depresję wielu z nich poczuło się lepiej po zjedzeniu banana, a to dlatego, że zawierają one tryptofan, rodzaj proteiny, którą ciało zamienia na serotoninę znaną z tego, że pozwala nam odpocząć, zrelaksować się, poprawić nastrój i ogólnie sprawić, że czujemy się bardziej szczęśliwi.

**Zespół napięcia przedmiesiączkowego (PMS):** Zapomnij o pigułkach - zjedz banana. Witamina B6, którą zawiera banan reguluje poziom glukozy we krwi, która może poprawić ci nastrój.

**Anemia:** Bogate w żelazo banany mogą stymulować produkcję hemoglobiny we krwi, co pomaga w przypadku anemii.

**Wysokie ciśnienie krwi:** Ten wyjątkowy owoc tropikalny jest wyjątkowo bogaty w potas, ale ubogi w sól, co pomaga obniżyć wysokie ciśnienie krwi. Jest to prawdziwe do tego stopnia, że the US Food and Drug Administration (Amerykańska Administracja ds. Żywności i Leków) oficjalnie zezwoliła przemysłowi bananowemu publicznie głosić, że owoc ten ma właściwości zmniejszenia ryzyka nadciśnienia i zawału.

**Sprawność mózgu:** 200 uczniów w szkole w Twickenham (hrabstwo Middlesex w Wielkiej Brytanii) spożywało w czasie egzaminów banany na śniadanie, podczas przerwy i na lunch po to, by wzmocnić pracę mózgu. Badania wykazały, że owoc zawierający sporo potasu może pomóc w uczeniu się, poprawiając kondycję umysłową uczniów.

**Zaparcia:** Zjadając banana, który jest bogaty również w błonnik, możemy odbudować normalny ruch robaczkowy jelit, unikając tym samym używania środków przeczyszczających.

**Sposób na kaca:** jednym z najszybszych sposobów wyleczenia kaca jest przygotowanie koktajlu mleczno-bananowego osłodzonego miodem. Banan uspokaja żołądek, a miód odbudowuje uszczuplony poziom cukru we krwi, podczas gdy mleko łagodzi i nawadnia organizm.

**Zgaga:** Banany wywołują w sposób naturalny efekt zmniejszenia wydzielania kwasów żołądkowych, więc jeśli masz problem ze zgagą, spróbuj zjeść banana, aby złagodzić tę dolegliwość.

**Poranne mdłości:** Zjedzenie banana między posiłkami pomaga utrzymać właściwy poziom cukru we krwi i uniknąć porannych mdłości.

**Ugryzienia komarów:** Zanim sięgniesz po krem na ugryzienia owadów, spróbuj potrzeć ugryzione miejsce wewnętrzną skórką banana. Wiele osób uważa to za wspaniały sposób na zmniejszenie uczucia swędzenia i opuchlizny.

**Nerwy:** Banany są bogate w witaminę B, która pomaga wyciszyć układ nerwowy.

**Nadwaga i praca:** Badania w Instytucie Psychologii w Austrii wykazały, że napięcie w pracy prowadzi do objadania się smakołykami takimi jak czekolada i chipsy. Przyglądając się 5000 pacjentów w szpitalu badacze stwierdzili, że najbardziej otyłe osoby były też najbardziej narażone na stres i napięcie w pracy. Raport wnioskuje, że aby uniknąć niekontrolowanego jedzenia w wyniku strachu czy napięcia, musimy kontrolować poziom cukru we krwi, jedząc wysokowęglowodanowe przekąski co dwie godziny, wówczas poziom cukru będzie stabilny.

**Wrzody:** Banany można jeść jako pożywienie dietetyczne w dolegliwościach układu pokarmowego z powodu ich miękkiej i gładkiej konsystencji. Banan wyscielając śluzówkę żołądka redukuje podrażnienia i neutralizuje również nadkwasotę.

**Kontrola temperatury:** Wiele różnych kultur postrzega banana jako owoc "wychładzający", który może obniżyć zarówno fizyczną, jak i emocjonalną temperaturę kobiety w ciąży.

**Sezonowe zaburzenie afektywne (SAD):** Banany mogą pomóc i w tym przypadku, ponieważ zawierają naturalny „poprawiacz” nastroju – tryptofan.

**Palenie:** Banany mogą pomóc również osobom pragnącym rzucić palenie. Witaminy B6, B12, które zawierają, jak również potas i magnez pomagają organizmowi wrócić do zdrowia po zaprzestaniu zatrucia organizmu nikotyną.

**Stres:** Potas jest żywotnym minerałem, który pomaga znormalizować bicie serca, wysyła tlen do mózgu i reguluje gospodarkę wodną w organizmie. Kiedy jesteśmy zestresowani, nasz metabolizm zwiększa się i jednocześnie redukuje poziom potasu. Można to zrównoważyć zjedzeniem banana, który zawiera dużą ilość potasu

**Zawał:** Według badań, których wyniki opublikowano w *The New England Journal of Medicine*, "jedzenie bananów, jako część regularnej diety, może obniżyć ryzyko śmierci z powodu zawału aż o 40%!".

**Brodawki:** Osoby, które stosują alternatywne sposoby leczenia, są przekonane, że jeśli chcesz pozbyć się brodawki, posmaruj wewnętrzną stronę dojrzałego banana chore miejsce, a najlepiej przymocuj go plastrem.

Jak widzimy, banany są naturalnym środkiem na wiele dolegliwości. Pamiętajmy jednak, żeby nie wkładać bananów do lodówki! Gdy porównamy je z jabłkami, zauważymy, że mają cztery razy więcej protein, dwa razy więcej węglowodanów, trzy razy więcej fosforu, pięć razy więcej witaminy A i żelaza i dwa razy więcej innych witamin i minerałów. Są również bogate w potas i ogólnie są jednym z najbardziej wartościowych dostępnych rodzajów żywności. Więc może czas sparafrazować znane angielskie powiedzenie "Jeśli zjesz banana dziennie, nie będziesz musiał wydawać pieniędzy na lekarzy!". (Angielskie powiedzenie: „An apple a day keeps a doctor away!” – jedno jabłko dziennie trzyma lekarza z daleka)

[http://www.naturalnews.com/031308\\_bananas\\_health\\_benefits.html](http://www.naturalnews.com/031308_bananas_health_benefits.html)

[http://www.naturalnews.com/028206\\_bananas\\_health.html](http://www.naturalnews.com/028206_bananas_health.html)

[http://www.naturalnews.com/034151\\_bananas\\_nutrition\\_facts.html](http://www.naturalnews.com/034151_bananas_nutrition_facts.html)

<http://healthmad.com/nutrition/10-health-benefits-of-bananas/>

[http://www.naturalnews.com/026376\\_selenium\\_cancer\\_thyroid.html](http://www.naturalnews.com/026376_selenium_cancer_thyroid.html)

[http://www.naturalnews.com/026368\\_calcium\\_magnesium\\_vitamins.html](http://www.naturalnews.com/026368_calcium_magnesium_vitamins.html)

<http://www.nutritiondata.com/facts/fruits-and-fruit-juices/1846/2>

<http://health.learninginfo.org/banana-nutrition.htm>

<http://news.bbc.co.uk/2/hi/health/264552.stm>

[http://www.medicinenet.com/ace\\_inhibitors/article.htm](http://www.medicinenet.com/ace_inhibitors/article.htm)

<http://www.todayfoundout.com/index.php/2010/09/15-facts-you-probably...>

<http://www.whfoods.com/genpage.php?tname=foodspice&dbid=7>

## Sześć rodzajów pożywienia pomocnych w cukrzycy

Istnieją dwie formy cukrzycy – typ 1 i typ 2. Obydwa typy charakteryzują się nierównowagą cukru we krwi i insuliny. Insulina jest hormonem, który przekształca glukozę w komórkową energię, która jest potrzebna komórkom do przyswajania składników odżywczych.

Typ I cukrzycy nazywa się czasem cukrzycą młodzieńczą, ponieważ zwykle występuje we wczesnych okresach życia. Trzustka nie produkuje wcale albo produkuje bardzo mało insuliny i zazwyczaj należy ją dostarczać z zewnątrz. To często oznacza zastrzyki insulinowe strzykawką ręczną, lub łatwiejszy w użyciu pen, insulinowe tabletki lub przenośną pompę insulinową.

W przypadku cukrzycy 2 typu, który zazwyczaj ujawnia się w późniejszym okresie życia, trzustka zazwyczaj funkcjonuje prawidłowo. Jednak organizm jest oporny na insulinę lub nie wytwarza jej wystarczająco dużo. Typ 2 cukrzycy można często kontrolować ćwiczeniami i dietą, jednocześnie monitorując poziom cukru we krwi.

Chronicznie wysoki poziom cukru we krwi jest wskaźnikiem w obu typach cukrzycy. Jednak również zdarza się niski poziom cukru (hipoglikemia), szczególnie w cukrzycy typu 2.

Wiele objawów cukrzycowych występuje z nadnerczowymi i tarczycowymi dolegliwościami, jak również z fibromialgią, więc najlepiej jest zrobić badania cukru we krwi, żeby się dowiedzieć, czy problemy zdrowotne są związane z cukrzycą, czy nie.

## Jedzenie dla diabetyków

Z pewnością przy cukrzycy należałoby unikać jedzenia o wysokim indeksie glikemicznym (GI), gdyż zawiera ono rafinowaną skrobię i węglowodany, a są to: cukier, syrop glukozowy z ziaren kukurydzy (HFCS), miód, syrop klonowy, cukierki/słodycze, ciasta i ciastka. Syntetyczne substytuty cukru "gotują" komórki twojego mózgu.

Niesłodzone soki owocowe są krótkoterminowym rozwiązaniem w przypadku niskiego poziomu cukru (hipoglikemii), ale powinno się ich unikać przy wysokim poziomie cukru, chyba że wymiesza się je z wodą.

Czy wiecie, że wiele rodzajów żywności pochodzącej z restauracji fast food i żywności przetworzonej z supermarketów zawiera cukier, nawet jeśli nie są one słodkie? Unikajcie ich wszystkich. Kupujcie tylko zdrową, nieprzetworzoną, niepakowaną żywność.

**(1) Warzywa, szczególnie zielone** są tym, co powinniśmy jeść codziennie. Warzywa na parze i surowe sałatki są odżywcze dla każdego i z pewnością również dla tych, którzy mają niski **indeks glikemiczny**. Unikaj jednak gotowych dressingów do sałatek, gdyż często zawierają cukier lub inne słodziki. Korzystajcie tylko z nieprzetworzonych, tłoczonych na zimno, warzywnych olejów i oliwy z pierwszego tłoczenia (oprócz sojowego) oraz octu i soku z cytryny lub limonki.

**(2) Wkrój plasterki awokado** do sałatki, aby urozmaicić smak i zwiększyć jej wartości odżywcze. Owoce awokado mają niski indeks glikemiczny oraz są bogate w kwasy omega-3, które przyczyniają się do leczenia chronicznych stanów zapalnych, co często występuje przy stanach cukrzycowych i prowadzi do innych poważnych chorób.

Owoce awokado są doskonałym źródłem roślinnych protein.

**(3) Orzechy włoskie** są również dobrym źródłem kwasów tłuszczowych omega-3. Możesz wrzucać je w kawałkach do sałatek lub warzyw. Większość innych niesolonych surowych orzechów jest również dobra dla diabetyków.

**(4) Surowe, dzikie ryby**, szczególnie tuńczyk lub łosoś są innym źródłem omega-3 o niskim indeksie glikemicznym.

**(5) Z ziarnami** sprawa jest trochę inna. Z pewnością należy unikać przetworzonych zbóż. Jednak niektóre pełne zboża mają wyższy indeks glikemiczny niż mógłbyś się spodziewać. Pełna pszenica jest jednym z nich. Komosa ryżowa i gryka stanowią dobre zamienniki.

Organiczny brązowy ryż może być dobrym składnikiem diety diabetyków, gdyż jest kompleksowym węglowodanem, który nie zamienia się gwałtownie w glukozę. Jednak większość ekspertów twierdzi, że brązowy ryż nie powinien stanowić codziennego pożywienia diabetyków.

**(6) Różne fasolki** można dodawać do dań z brązowym ryżem. Fasole są wysokoproteinowe i zawierają dużo błonnika i mają niższy indeks glikemiczny niż ziemniaki. Można je również mieszać z warzywami lub przygotowywać jako danie dodatkowe.

**Źródła:** [http://www.ehow.com/about\\_5372662\\_safe-foods-diabetics.html](http://www.ehow.com/about_5372662_safe-foods-diabetics.html)

Więcej na: [http://www.naturalnews.com/037217\\_diabetics\\_foods\\_glycemic\\_index.html#ixzz26kf3a5Ps](http://www.naturalnews.com/037217_diabetics_foods_glycemic_index.html#ixzz26kf3a5Ps)

\*\*\*\*\*

*Wibronika Sai oferuje informacje dotyczące zdrowia i artykuły edukacyjne; jednak informacje te nie mają na celu zastąpienia porady medycznej.*

\*\*\*\*\*

## ☞ Kącik pytań i odpowiedzi ☞

**1. Pytanie:** *Przyjaciółka wkrótce urodzi dziecko i chciałaby, żebym sporządziła nozod z łożyska. W jakim czasie po porodzie mogę zrobić nozod? Czy jest jakieś ograniczenie czasowe?*

**Odpowiedź:** Aby otrzymać właściwą wibrację z jakiegokolwiek części ciała (na przykład takiej jak łożysko), musi ona być całkowicie zdrowa. Jednak łożysko, jak każda inna żywa materia, mogłoby zostać zakażone bakteriami i mogłoby zacząć się psuć po pewnym czasie, szczególnie jeśli nie jest trzymane w lodówce. Dlatego najlepiej byłoby pobrać wibracje z łożyska najszybciej jak się da po porodzie.

*Wykorzystanie łożyska po porodzie zostanie opisane i wyjaśnione w jednym z następnym Biuletynów.*

\*\*\*\*\*

**2. Pyt.:** *Matka 6-tygodniowego dziecka, które karmi piersią, chce wiedzieć, w jaki sposób najlepiej podawać dziecku wibracje, jeśli dziecko nie pije z butelki nawet wody.*

**Odp.:** Najlepszym sposobem jest rozpuszczenie kilku kulek cukrowych w czystej wodzie i podanie kropli do ust dziecka lub umieszczenie kropli na sutku matki tuż przed karmieniem. Dobrze jest także wkropić kilka kropli do oleju organicznego: kokosowego, migdałowego lub z oliwek i wetrzeć w skórę dziecka. Wcieranie oleju w skórę dziecka to zawsze dobry sposób.

\*\*\*\*\*

**3. Pyt.:** *Moja matka ma 89 lat i choruje na Alzheimer'a. Jest bardzo słaba i przeważnie odmawia jedzenia i picia. Czy to możliwe, że umiera? A jeśli tak, to jak mogę jej pomóc?*

**Odp:** Remedium, które jest niezwykle pomocne w procesie odchodzenia to wibracja karty numer SR272 Arsen Alb (CM) – sprawia ona, że ostatnie chwile życia są spokojne i ciche. Kiedy wiesz, że moment śmierci się zbliża, podaj tę wibrację w wodzie – jedna kropla do jamy ustnej lub na usta...OD.

*Praktycy posiadający zestaw 108 Kombinacji mogą użyć CC15.6 Zaburzenia snu, która zawiera SR 272 Arsen Alb.*

\*\*\*\*\*

**4. Pyt.:** *Czy jest jakieś ograniczenie ilości kombinacji, które można wkropić do jednej buteleczki? Czy ogólny efekt leczniczy zmniejszy się, jeśli zmieszamy razem za dużo kombinacji? Czy jakieś kombinacje nie współgrają z innymi, których nie powinniśmy podawać razem w jednej buteleczce (za wyjątkiem tych na zaburzenia snu)?*

**Odp.:** Zalecamy, aby healerzy na początku swojej praktyki dodawali do jednej buteleczki tylko kombinacje na choroby pokrewne, przy czym do każdej kombinacji można podać następujące: CC10.1, CC12.1 (lub CC12.2), CC15.1 lub CC17.3. Po nabraniu doświadczenia możecie spróbować mieszać ze sobą kombinacje na różne problemy zdrowotne. Jednak najlepiej jest nie mieszać ze sobą więcej niż



4-5 kombinacji, inaczej można zaobserwować efekt rozpuszczenia, czyli że może to zmniejszyć efektywność każdej z użytych kombinacji.

\*\*\*\*\*

**5. Pyt.:** *W podręczniku do wibroniki wspomniane jest, że wibracje w buteleczce z kulkami cukrowymi są ważne 6 miesięcy, ale o ile pamiętam na warsztatach było mówione, że tylko 2 miesiące. Moje pytanie brzmi: jak długo ważne są wibracje w kulkach? Czy pacjent może ponownie reaktywować kulki uderzając buteleczką o dłoń 9 razy, jeśli kuleczki jeszcze tam są po tym czasie?*

**Odp.:** Wszystko zależy od pacjenta, czyli od tego, jak dbał o swoją buteleczkę z kulkami. Aby jednak być pewnym, że wibracje nadal tam są, mówimy o 2 miesiącach okresu ważności kulek. Jednak najlepiej jest uderzyć 2-3 razy buteleczką o dłoń drugiej ręki tuż przed ich zażyciem, aby pobudzić ich efektywność.

\*\*\*\*\*

**6. Pyt.:** *W jakiej temperaturze powinien być przechowywany zestaw 108 Kombinacji? Czy jest odporny na bardzo niską lub bardzo wysoką temperaturę (oczywiście nie bezpośrednie działanie słońca) jeśli go np. przewożymy podczas podróży w bagażniku samochodu?*

**Odp.:** Najlepiej jest przechowywać zestaw 108CC w chłodnym i ciemnym miejscu. Nie polecamy wożenia go w bagażniku samochodu podczas upalnej pogody. W tej sytuacji najlepiej byłoby go przechowywać w izolowanej torbie, np. na mrożonki i lody.

*Użytkownicy wibroniki: Czy macie jakieś pytania do dra Aggarwala? Jeśli tak, wyślijcie je na adres: [news@vibrionics.org](mailto:news@vibrionics.org)*

\*\*\*\*\*



Warsztaty szkoleniowe dla młodszych użytkowników wibroniki

20-21 października 2012 r. w Hartford CT USA

\*\*\*\*\*



Obóz medyczny 21-23 listopada 2012 r. na stacji kolejowej Prasanthi Nilayam, Puttaparthi

\*\*\*\*\*



### ☪ Boskie słowa od healera wszystkich healerów ☪

*„Kiedy podejmujesz bezinteresowną służbę, może z czasem zauważysz, że nie służysz innym, ale najbardziej służysz sobie! Kiedy odczuwasz różnicę pomiędzy sobą a tą drugą osobą, która wydaje ci się obca, wtedy służba staje się patronatem; gdy traktujesz kogoś protekcjonalnie, wtedy twoja służba traci swój blask. Wtedy sprzyja egoizmowi. Osoba, której „służysz” również czuje się urażona, czuje, że jest kimś gorszym. Taka służba urąga sadhanie zwanej sewą.*

...Sathya Sai Baba, Sathya Sai Speaks, t. 10, rozdz. 20

### Dlaczego mamy dbać o utrzymanie naszego ludzkiego ciała?

*„Ciało jest jak łódź, jak narzędzie do przekroczenia oceanu narodzin i śmierci, jest czymś, co zarobiłeś dzięki swoim zasługom w wielu poprzednich wcieleniach. Przekroczenie oceanu to uświadomienie sobie, że istnieje Mieszkaniec zamieszkujący mieszkanie twego ciała. Celem posiadania ciała (deha) jest uświadomienie sobie jego mieszkańca (Dehi). Więc nawet, gdy masz silne i zręczne ciało, wyostrzony intelekt i przytomny umysł, powinieneś już wtedy podjąć każdy wysiłek, aby odszukać Mieszkańca serca. Więc dbaj o ciało, aby było zdrowe, silne i wolne od problemów. Tak jak łódź musi nadawać się do przepłynięcia morza, tak również twoje ciało musi być zdatne do wypełnienia swego celu. A więc musisz dobrze o nie dbać.”*

...Sathya Sai Baba – Boski dyskurs, 3 sierpnia 1966.

**Najbliższe warsztaty**

- ❖ **Polska, Wrocław.** Warsztaty dla młodszych praktyków wibroniki oraz kurs przypominający dla doświadczonych praktyków 27-28 kwietnia **2013 r.**
- ❖ **Polska** (miejsce jeszcze nie ustalone). Warsztaty dla starszych praktyków wibroniki 27-29 września **2013 r.**

Kontakt: Dariusz Hebisz +48 606 879 339 lub email [wibronika@op.pl](mailto:wibronika@op.pl) - w związku ze wszystkimi warsztatami w Polsce.

- ❖ **Indie, New Delhi:** Warsztaty dla asystentów healerów wibroniki 8-9 grudnia 2012 r. i Warsztaty dla starszych praktyków wibroniki 10-14 grudnia 2012 r.

Kontakt: Vinod Nagpal 011-2613 2389 lub email: [vinodknagpal@gmail.com](mailto:vinodknagpal@gmail.com)

- ❖ **Indie, Mumbai** (Dharmakshetra: Warsztaty dla asystentów healerów wibroniki 21-22 grudnia 2012 r. i warsztaty przypominające 23 grudnia 2012 r.

- ❖ **Jalgaon** Maharashtra Warsztaty dla asystentów healerów wibroniki 12-13 stycznia **2013 r.**

Kontakt: Sandip Kulkarni 9869-998 069 lub email: [sanket265@yahoo.co.in](mailto:sanket265@yahoo.co.in)

Uwaga: wszyscy koordynatorzy lub wykładowcy: jeśli macie w planach jakieś warsztaty, proszę przesłać informacje na adres: [99sairam@vibrionics.org](mailto:99sairam@vibrionics.org)

\*\*\*\*\*

**UWAGA:**

Jeśli w przyszłości zmieni się twój adres e-mailowy, proszę poinformuj nas wysyłając maila na adres: [news@vibrionics.org](mailto:news@vibrionics.org) tak szybko jak to możliwe. Prosimy przekazać tę informację innym healerom wibroniki.

Healerzy, możecie przesyłać ten biuletyn swoim znajomym i przyjaciółom. Próbuje odpowiadać na ich pytania. Dziękuję za waszą współpracę.

Możesz odwiedzić naszą stronę internetową pod adresem: [www.vibrionics.org](http://www.vibrionics.org)  
Potrzebujesz swojego przydzielonego numeru rejestracyjnego, aby mieć dostęp do Portalu dla Healerów.

**Jai Sai Ram!**

*Wibronika Sai* ... ku doskonałości w dostępnej opiece zdrowotnej – darmowej dla pacjentów