

Biuletyn Wibroniki Sai

www.vibrionics.org

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

Tom 4 wydanie 2

Marzec/kwiecień 2013

☪ Z biurka dra JIT K. Aggarwal ☪

Drodzy healerzy,

Znów przyszedł ten moment w roku, gdy tęsknimy za fizyczną obecnością naszego ukochanego Pana Sai. Jednak zamiast myśleć o tym, że nas zostawił, powinniśmy zanurzyć się w Jego miłości, wykonując Jego pracę. Mamy wspaniałą sewę w postaci wibroniki Sai – narzędzia do leczenia nas samych i innych, dzięki której możemy odczuwać Jego łaskę i troskę.

Z pewnością ucieszycie się z tego, że od poprzedniego miesiąca jesteśmy już oficjalnie zarejestrowani. The International Association of Sai Vibronics Practitioners (IASVP) – Międzynarodowe Stowarzyszenie Healerów Wibroniki Sai jest oficjalnie zarejestrowane i zapraszamy wszystkich, którzy zaangażowani są w leczenie pacjentów i regularnie wysyłają miesięczne sprawozdania, aby wystąpili o członkostwo. Można to będzie zrobić pobierając formularz, który niedługo pojawi się na naszej stronie internetowej. Zarejestrowani członkowie otrzymają certyfikat upoważniający ich oficjalnie do leczenia przy pomocy wibroniki Sai oraz kartę identyfikacyjną. W zamian pobrana zostanie opłata roczna w wysokości 100 rupii na pokrycie kosztów administracyjnych. Członkowie będą musieli przestrzegać zasad postępowania określonych przepisami IASVP i za odstępianie od tych przepisów będą pozbawieni członkostwa.

Nasza rodzina wibroniki Sai działa już w 80 krajach świata i chcielibyśmy zarejestrować stowarzyszenia takie jak IASVP w krajach, gdzie istnieje duża liczba praktykujących healerów. Dzięki temu uzyskamy oficjalną pozycję odpowiednią do praktykowania i nauczania tego systemu. Bez waszej pomocy tego nie zrobimy. Zapraszamy wszystkich aktywnych healerów w innych państwach do podjęcia inicjatywy w tym zakresie u siebie w kraju.

Dzięki informacjom otrzymywanym od was widzimy, że wibronika stale się rozwija. Niektórzy mogą pamiętać czasy, gdy mówiliśmy "NIE" kawie i musieliśmy trzymać kuleczki z dala od telewizji czy telefonów komórkowych itd. Nadeszła wówczas informacja o potrzebie ochrony kuleczek przed różnymi źródłami promieniowania. W roku 2007, gdy Swami pobłogosławił pierwszy zestaw 108 Codziennych Kombinacji, wszystkie remedia zawierały ochronę przed promieniowaniem. Zabezpieczenie to jednak było krótkotrwałe i miało na celu ochronę w sytuacjach, w których przez niedopatrzanie remedia zostały pozostawione blisko źródła promieniowania na krótki czas. Otrzymaliśmy wiele pozytywnych ocen dotyczących skuteczności tych kombinacji. Objęły one dodatkowe 300 chorób i po kilku poprawkach stworzyliśmy nowy zestaw pobłogosławiony przez Swamiego w marcu 2008 roku (obrazek w środku waszej książki 108CC). Dodanie następnych 200 chorób i dalsze poprawki zaowocowały ostatnim modelem zestawu 108 Codziennych Kombinacji, który został złożony u lotosowych stóp Swamiego w sierpniu 2011 roku. Kiedykolwiek dostajemy użyteczną informację nasza aktywna grupa badawcza studiuje i bada ją. Dopiero po testach ich wyniki są przekazywane do wszystkich praktykujących healerów.

Podczas, gdy ruch wibroniki nabiera tempa, aktywnie poszukujemy wolontariuszy, aby pomogli nam w tym procesie. Niektórzy z praktykujących healerów w Indiach zaferowali swoją pomoc w sprawach administracyjnych i kierowniczych – dziękujemy wszystkim! Obyłem spotkaniem z różnymi stanami, które odpowiadają za wibronikę w kraju i jesteśmy teraz w trakcie dzielenia stanów indyjskich na strefy i wyznaczania podkoordynatorów, którzy zajmą się poszczególnymi strefami. Do tej pory stany wiodące wykonały wspaniałą pracę organizując warsztaty doskonalenia, które są użyteczne nie tylko dla praktykujących healerów wibroniki, ale również wspomagają tych, którzy nie praktykują wibroniki regularnie. W innych krajach należałoby uczynić to samo.

Tak więc apeluję do wszystkich aktywnie praktykujących healerów, aby zgłosili się i podjęli dzieło szerzenia wiedzy o wibronice w swoim kraju. To jest praca Swamiego – rozpoczęta pod bezpośrednim fizycznym kierownictwem naszego ukochanego Pana – to nasz obowiązek w stosunku do Niego, nie tylko utrzymać wibronikę na obecnym poziomie, ale rozprzestrzenić ją na cały świat. Widzieć Jego postać w swoim sercu i mieć energię, aby kochać wszystkich i służyć wszystkim,

W służbie Sai

Jit K. Aggarwal

☯ WAŻNE DLA WSZYSTKICH HEALERÓW ☯

W miarę rozszerzania się pracy przy wibronice Sai, zaistniała potrzeba stworzenia jednolitych numerów rejestracyjnych dla wszystkich healerów na świecie. W tym celu wszystkie numery rejestracyjne muszą mieć pięć cyfr. Wszystkie poprzednie numery pięciocyfrowe rozpoczynały się cyfrą 0 i to zero teraz zastąpione zostało cyfrą 1. Wszystkie poprzednie czterocyfrowe numery zostały poprzedzone cyfrą zero, aby zamienić je w pięciocyfrowe.

Jeżeli stary numer rejestracyjny miał pięć cyfr (np.00287) lub cztery cyfry (np. 2874), wasz nowy numer będzie teraz zmieniony na 10287 lub 02874. Naturalnie, ta zmiana wymagała modyfikacji procedury logowania się na naszą stronę internetową. Wasz nowy numer identyfikacyjny do logowania to właśnie 5-cyfrowy numer rejestracyjny niczym nie poprzedzony. Biorąc powyższe przykłady nowy numer identyfikacyjny to 10287 lub 02874. Hasło do logowania zostaje bez zmian, np. SaiRam-10287 lub Sairam-02874. Osoby, które wpisywały literę S przed numerem rejestracyjnym będą mogły przez jakiś czas zalogować się w ten sposób.

☯ Przykładowe historie uleceń przy użyciu 108 Kombinacji ☯

1. Krwawienia kobiety po urodzeniu dziecka ^{10211...Indie}

Od czasu, gdy pacjentka urodziła dziecko 14 lat wcześniej, cierpiała z powodu bardzo obfitych comiesięcznych menstruacji, jak również sporadycznych krwawień w pozostałym czasie. Przyjmowała drogie leki alopacyjne, jednakże nie było poprawy. Podczas okresów menstruacyjnych kobieta była tak anemiczna, że musiała mieć robione transfuzje krwi. W tym czasie zaraziła się także gruźlicą, co jeszcze bardziej ją osłabiło, zmuszając do spędzania większości czasu w łóżku. Healer podał jej:

CC8.7 Częste menstruacje + CC19.3 Chroniczne infekcje klatki piersiowej/płuc...TDS.

Zaledwie po jednym miesiącu jej krwawienia kompletnie ustały, nie było również śladu gruźlicy. To wspaniałe uzdrowienie niezmiernie ją uszczęśliwiło. Na prośbę pacjentki nadal przyjmuje ona leki w celu zabezpieczenia się przed ewentualnymi nawrotami objawów.

+++++

2. Białaczka ^{11993...Indie}

72- letniemu mężczyźnie postawiono diagnozę - rak krwi w ostatnich fazach rozwoju. Mężczyzna cierpiał, zmagając się z chorobą od dwóch lat, chorując także na cukrzycę i będąc przykutym do łóżka. Lekarze przewidywali, że nie będzie żył dłużej niż dwa tygodnie. Podano mu:

#1. CC2.1 Wszystkie rodzaje nowotworów + CC3.1 Tonik na serce...TDS

#2. CC6.3 Cukrzyca + CC12.1 Tonik dla dorosłych + CC15.1 Tonik mentalno-emocjonalny...TDS

Leczenie zaczęto 28 września 2011r. Miesiąc później jego synowie lekarze, sprawdzili jego krew i

okazało się, że wyniki są o 50% lepsze. Trzy miesiące później były już 75% lepsze, a po kolejnych trzech miesiącach w kwietniu 2012r. wyniki krwi były dobre w 100% . Po tym całkowitym wyleczeniu pacjent przestał przyjmować wibracje. W listopadzie miał nawrót choroby i umarł spokojną śmiercią, żyjąc rok dłużej niż przewidywali jego lekarze.

Notatka: Po wyleczeniu pacjenci zazwyczaj kontynuują przyjmowanie swoich kombinacji w zmniejszonej dawce, szczególnie gdy są osobami starszymi.

+++++

3. Ból pleców/kręgosłupa ^{02854...UK}

Mężczyzna 44-letni od 22 lat cierpiał z powodu bólu pleców/kręgosłupa, spowodowanego urazem sportowym. Podano mu:

CC15.1 Tonik mentalno-emocjonalny + CC20.5 Kręgosłup...BD

Po 3 tygodniach przyjmowania wibracji pacjent czuł się o 50% lepiej, a pod koniec drugiego miesiąca nie odczuwał już żadnego bólu pleców/kręgosłupa. Nadal przyjmuje powyższą kombinację OD.

+++++

4. Biegunka i wymioty u psa ^{02871...USA}

Mały 1½ roczny piesek cierpiał z powodu biegunki i wymiotów. Healer przygotował mu:

CC1.1 Tonik dla zwierząt + CC4.8 Nieżyt żołądka i jelit...5 kuleczek należy dodać do 200 ml wody. 5 ml z tak sporządzonej mikstury podawać co 10 minut przez pierwsze 2 godziny, następnie TDS.

Piesek powrócił do zdrowia już po pierwszej dawce. Bardzo chętnie pił swoje lekarstwo, które przyjmował jeszcze przez 3 dni TDS, po czym zredukowane zostało do BD, aż w końcu do OD w ciągu tygodnia w celu uniknięcia nawrotów.

+++++

5. Drzewa ^{00437...Indie}

W ramach eksperymentu healer i jego żona spryskali wszystkie rośliny w swoim ogrodzie **CC1.1 Tonik dla zwierząt + CC1.2 Tonik dla roślin** zmieszane z wodą. Efekty były cudowne, a rośliny, które słabo rosły przez ostatnie kilka lat, odżyły jak gdyby wstrzyknięto w nie nowe życie. Praktyk powiedział, że było to dla nich bardzo miłe doświadczenie.

Notatka: Była to dość nieoczekiwana kombinacja. Musiało zatem być coś w Toniku dla zwierząt, czego potrzebowały rośliny, a czego nie mogły pobrać one z ziemi. Możliwe, że była to wibracja **NM35 Robaki!**

+++++

6. Gangrena na złamanej nodze ^{11483...Indie}

22 - letni mężczyzna miał wypadek, wskutek którego lewa dolna kończyna została złamana. Był on hospitalizowany i w złamaną nogę włożono mu pręt. Cztery miesiące później, gdy zdjęto mu gips okazało się, że złamanie się nie zrosło i wdała się gangrena. Lekarz ortopeda, który był obecny na zgrupowaniu medycznym 6-go stycznia 2013r., do którego mężczyzna przyszedł po pomoc, prognozował zaledwie 50% poprawę i zasugerował operację. Przez następny miesiąc pacjentowi podawano:

NM3 Kość I + NM20 Wypadek/Uraz + NM25 Szok + NM59 Ból + SM15 Krążenie + SR264 Silicea 200C + SR271 Arnica 6C + SR293 Gunpowder + SR298 Lachesis 30C + SR325 Rescue + SR405 Ruta 6C + SR408 Secale corn...6TD przez jeden tydzień, a następnie TDS.

Podczas następczej wizyty w szpitalu 7-go lutego okazało się, że kość się zrastała, a rana leczyła. Lekarz w szpitalu powiedział, że operacja nie jest już potrzebna. Doradzono częste zmiany opatrunków na ranie. Pacjent zaczął chodzić po 3-4 dniach po wizycie. Po trzech dniach podczas zmiany opatrunku, praktyk zauważył, że skóra się leczyła, ale było jedno miejsce, w którym rana ropiała. Z tego względu do powyższej kombinacji zostało dodane **NM16 Wyciąganie**. Rana całkowicie się zagoiła, a pacjent powrócił do pełni zdrowia, jednakże nadal stosuje powyższą kombinację w mniejszej dawce.

+++++

7. Porzucony w miłości ^{11467...Indie}

25-letni nauczyciel był bardzo zestresowany i spięty. Nie był on w stanie uporać się z szokiem, po tym jak jego dziewczyna, którą miał zamiar poślubić, nagle zerwała ich związek dla kogoś innego. Miał nie tylko rozstrojone emocje, ale również pojawił się u niego ból karku i ramion. Healer podał mu:

SR258 Kali Phos + SR271 Arnica 30C + SR296 Ignatia 30C + SR311 Rhus Tox 200C + SR325 Rescue + SR405 Ruta 30C....TDS.

Już w trakcie przyjmowania kombinacji pierwszego dnia mężczyzna zaczął się czuć mentalnie dużo lepiej. Po kolejnych 6 dniach uwolnił się od rozczarowania, stresu i wszystkich fizycznych bólów.

+++++

8. Różnorodne problemy wyleczone przy użyciu nozodu z krwi ^{02836...Indie}

Starszy 64-letni mężczyzna cierpiał przez ostatnie 10 lat z powodu ostrego bólu w kolanie. Był otyły, miał zaparcia, cierpiał na bezsenność, był niespokojny, napięty, żył pod wpływem stresu. Nie radził sobie z interesami, które prowadził. Przez ostatnie 7 lat cierpiał z powodu dziedzicznych wyprysków na obu kostkach. Leczenie zaczęło się 30 listopada 2011r. przy użyciu nozodu z jego krwi o potencjale 200C. Podczas pierwszego tygodnia dawki były utrzymywane **OD** z powodu możliwości wystąpienia procesu oczyszczenia, **BD** przez drugi tydzień, a następnie **TDS** od 15 grudnia 2011r.

Rezultaty były wspaniałe: ból kolana został zredukowany w 90% w ciągu jednego tygodnia, a pacjent poczuł się bardziej szczęśliwy, lekki i miał więcej energii. 8 marca 2012r. zauważono 40% poprawę w występowaniu wyprysków na lewej kostce i 80% poprawę na prawej. Leczenie kontynuowano używając wyłącznie nozodu bez jakiegokolwiek pomocy leków alopatycznych, ajurwedyjskich czy jakichkolwiek innych leków alternatywnych.

Przed ósmym lipca 2012r. stan lewej kostki poprawił się w 80%, a prawej w 90%. Po tym dniu pacjent już nigdy nie przyszedł na dalsze leczenie, domyślać się więc można, że nastąpiło całkowite wyleczenie wszystkich wcześniejszych objawów.

Poniżej umieszczono zdjęcia wyprysków przed i po leczeniu.

Zdjęcie zrobione 08/03/2012r.



Zdjęcie zrobione 08/07/2012r.



Ważne przypomnienie

Otrzymujemy informacje, jak silnie leczniczo działającym narzędziem jest nozod zrobiony przy użyciu maszyny Sai Ram. Dostajemy też informacje o cudownych wyleczeniach, które następują dzięki wykorzystaniu zestawu 108 Codziennych Kombinacji i maszyny. Prosimy o pomoc dla wszystkich healerów i przyszłych pacjentów na całym świecie poprzez przesyłanie własnych historii udanych wyleczeń do publikacji w naszych przyszłych biuletynach.

☯ CO NOWEGO? ☯

EKSPERYMENTY Z ROŚLINAMI

Cały czas kontynuujemy pracę związaną z eksperymentem na roślinach, o której wspominaliśmy w ostatnim biuletynie. Do tej pory, na podstawie sprawozdań healerów można stwierdzić, że wpływ wibroniki na rośliny, w porównaniu z grupą kontrolną był widoczny w postaci szerszych liści lub większego rozmiaru kwiatów, wyższych roślin, nowych pędów i zdrowszego wyglądu. W związku z tak pozytywnym wynikiem zalecamy, aby wszyscy healerzy zajmujący się roślinami używali toniku do roślin CC1.2 i innych kombinacji oraz aby opisali swoje doświadczenia (z obrazkami i pomiarami), po to, by sporządzić całościowy raport na temat tych wyników. Następnym ważnym odkryciem było stwierdzenie, że posadzone nasiona, które były zanurzone w roztworze wibroniki (w przeciwieństwie do nasion z grupy kontrolnej, które były zanurzone w zwykłej wodzie) przez 24/28 godzin wypuszczały dłuższe korzenie pokryte wieloma kosmkami korzonków na każdym pędzie korzenia. Nasiona te od góry miały pęknięcia, w których pojawiały się zaczątki korzenia i liści. W przypadku grupy kontrolnej, prawie żadne nasionko nie miało pęknięć na górze.

☯ PORADY ZDROWOTNE ☯

Wibronika Sai oferuje informacje zdrowotne i artykuły jedynie dla celów edukacyjnych; ta informacja nie stanowi porady medycznej. Poinformuj swoich pacjentów, aby skontaktowali się ze swoim lekarzem w celu uzyskania oceny swojego zdrowia.

Telefony bezprzewodowe i komórkowe a zdrowie



Pola magnetyczne (EMF) to obszary energii utworzonej wokół wszystkich przyrządów i urządzeń elektrycznych oraz wokół stacji przekaźnikowych i linii wysokiego napięcia. To prawda, że pola elektromagnetyczne utworzone przez te urządzenia mogą powodować problemy zdrowotne i każdy powinien starać się o jak najmniejszy z nimi kontakt. Nasze ciało jest wrażliwe na impulsy elektryczne (niektóre funkcje ciała faktycznie zależne są od prądu elektrycznego) i jest to oczywiste, jaki wpływ na nasze organizmy mają pola elektromagnetyczne emitowane przez telefony komórkowe, komputery, kuchenki mikrofalowe, telewizję i inne urządzenia elektryczne. Czy istnieje urządzenie najgorsze? Jedno urządzenie używane codziennie, które może nam szkodzić? Tak. Badania udowodniły, że telefony bezprzewodowe mogą być sto razy bardziej niebezpieczne niż ich odpowiedniki – telefony komórkowe.

Telefony bezprzewodowe

Naukowcy Lennart Hardell, Michael Carbery i Kjell Hasson Mild z Uniwersytetu Szwedzkiego twierdzą, że posiadanie telefonu bezprzewodowego jest tak samo szkodliwe dla zdrowia, jak zainstalowanie stacji przekaźnikowej w swoim mieszkaniu. Z tym stwierdzeniem zgadzają się inni eksperci medyczni. „Zalecałbym osobom posiadającym telefon bezprzewodowy, aby wymienili go na telefon przewodowy” – potwierdza dr David Dowson, healer z ulicy Harley w Londynie.

Telefony komórkowe

Nie korzystaj z telefonu komórkowego do prowadzenie długich rozmów, albo spraw, by inni rozmawiali przez telefony komórkowe nie dłużej niż jest to konieczne. „Nawet 2 minutowa rozmowa może już zmienić naturalną aktywność elektryczną mózgu na okres godziny po przeprowadzeniu rozmowy” – opiniuje szwedzki raport z roku 2007. Dr Lennart Hardell udowodnił, że użytkownicy telefonów komórkowych są podatni na ryzyko złośliwego guza, który zaczyna się w mózgu lub w kręgosłupie.

Osoby, których praca wymaga długich rozmów telefonicznych powinny spożywać specjalne suplementy zdrowotne (za poradą eksperta d/s zdrowia). Call Centres powinny zainstalować naukowo potwierdzone ekrany ochronne przed polem elektromagnetycznym, aby zapewnić dobry stan zdrowia pracowników. „Dzisiaj dostępne są zaawansowane technologie, które wzmacniają pole bioenergetyczne i system immunologiczny przed działaniem pola elektromagnetycznego” – twierdzi dr Bajpayee.

Chociaż wymagane są dalsze badania, aby potwierdzić ryzyko dla zdrowia wywołane promieniowaniem, można poczynić odpowiednie kroki (np. poprzez użycie urządzeń emitujących mniej promieniowania niż inne), aby chronić naszych bliskich przed działaniem fal emitowanych w naszych domach. Chociaż wiele osób odeszło już od ziemnych linii, jeżeli jeszcze posiadasz telefon w domu, powinieneś poważnie się zastanowić, czy nie zamienić zestawu bezprzewodowego na model kablowy.

Pola elektromagnetyczne emitowane przez telefon bezprzewodowy mogą powodować wiele problemów zdrowotnych, np.:

- * zakłócenia w nauce
- * zmiany nastroju i zachowania
- * zakłócenia w funkcjonowaniu układu nerwowego
- * raka, łącznie z białaczką, raka piersi i guza mózgu.
- * bezsenność
- * bóle głowy

Linie ziemne od dawna były uważane za bezpieczniejsze od telefonów komórkowych i telefony przewodowe nadal są bezpieczniejsze. Bezprzewodowe linie ziemne mają moc emitowania fal elektromagnetycznych tak silnych jak sześć volt na metr – dwa razy silniejsze niż fale w odległości 100 metrów od masztów przekaźnikowych dla telefonów komórkowych. Dwa metry od przekaźnika promieniowanie jest nadal wysokie 2.5 volta na metr – 50 razy więcej niż poziom jaki naukowcy uważają za bezpieczny. W odległości 1 metra niebezpieczeństwo jest powiększone 120 razy – i dopiero spada do bezpiecznego poziomu 0.05 volta na metr, kiedy znajdujemy się 100 metrów od telefonu. Ze względu na to, jak pracują telefony bezprzewodowe, baza bez przerwy emituje promieniowanie z wielką siłą, nawet wtedy, gdy telefon nie jest używany – tak samo słuchawka, gdy znajduje się poza bazą.

Co robić, by zmniejszyć ryzyko?

Jeżeli posiadasz telefon bezprzewodowy, pomyśl jak można go zamienić na model przewodowy w celu ograniczenia emisji promieniowania elektromagnetycznego we własnym domu. Nie będzie już tak łatwo chodzić po domu rozmawiając, ale aby łatwiej się dostosować do takiej zmiany, postaraj się umieścić telefon przewodowy w pokoju, w którym często siedzisz i rozmawiasz. Zamiana na telefon przewodowy drastycznie zmniejszy nasycenie pola elektromagnetycznego w twoim domu i ułatwi wprowadzenie stylu życia opartego na większym poszanowaniu zdrowia.

Jeżeli nie możesz żyć bez telefonu bezprzewodowego, wybierz raczej ten o częstotliwości 900 Hz niż telefon o wyższej częstotliwości. Większość telefonów o parametrach stacji bazowych 2.4 GHz i 5.8 GHz stale transmituje fale, ale większość telefonów o parametrze 900 MHz tego nie robi. Dodatkowo, telefony przewodowe 900 MHz używają sygnału analogowego, telefony 2.4 GHz i 5.8 GHz używają pulsujących sygnałów cyfrowych, które biologicznie są bardziej szkodliwe. I jeszcze jedno, trzymaj telefon daleko od łóżka, aby nie było pola elektromagnetycznego wokół miejsca, w którym śpisz.

Chociaż WHO ma jeszcze potwierdzić to, że promieniowanie elektromagnetyczne ma zły wpływ na zdrowie, wpływ ten jest trudno wykrywalny przy obecnych metodach pomiarowych. Dlatego negatywne rezultaty są ogólnie mniej przekonujące niż pozytywne.

Źródła:

http://www.naturalnews.com/034078_cordless_phones_EMFs.html

<http://bodyecology.com/articles/little-known-dangers-of-emf.php>

<http://www.emf-health.com/reports-cordlessphones.htm>

<http://www.emfprotectionltd.com/pages/Cordless-Phones-and-Cell-Phones>

+++++

Wpływ szparagów na zdrowie



Szparagi to warzywa wiosenne różnorodne i wyjątkowo smaczne. Wiosna to najlepszy czas, aby poszukać roślin lokalnych, a najlepiej szparagów bio. Szparagi należą do grupy liliowatych. Łatwo je hodować w ogródkach domowych pośród kwiatów. Są wieloletnie i można je zbierać co roku. Szparagi można posiać lub sadzić przez cały rok.

2000 lat temu szparagi sadzono w celach spożywczych i medycznych. Grecy i Rzymianie wierzyli, że mają one właściwości lecznicze i medyczne. Dzisiaj szparagi uznawane są za szczególnie zdrowe warzywa dzięki wielu posiadanym składnikom odżywczym, witaminom i minerałom.

Szparagi to jedyne warzywo zawierające inulinę, która karmi dobre bakterie żyjące w jelicie grubym. Badania pokazują, że szparagi równoważą poziom insuliny, co oznacza, że mocno zapobiegają cukrzycy. Jedną z ważniejszych rzeczy, które możemy sami zrobić dla naszego zdrowia to utrzymanie stabilnych poziomów insuliny. Możemy dzięki temu żyć długo i cieszyć się dobrym zdrowiem. Wyjątkowy profil mineralny czyni ze szparagów naturalny środek moczopędny. Naturalne środki moczopędne ułatwiają powstawanie uryny w nerkach, pomagają w oczyszczaniu organizmu.

Z tego powodu szparagi są wspaniałe, chronią organizm przed rozrostem drożdży i wspomagają system trawienny i funkcjonowanie żołądka.

Istnieje wiele korzyści z jedzenia szparagów. Poniżej wymieniamy siedem:

1. Detoksykacja – szparagi zawierają 288 miligramów potasu na filiżankę. Potas znany jest z tego, że redukuje tłuszcz na brzuchu. Szparagi również zawierają 3 gramy błonnika, który czyści układ trawienny. Praktycznie nie zawierają naturalnego sodu i w czasie syndromu przedmiesiączkowego napięcia kobiety nie odczują nabrzmienia, nie mają tłuszczu i cholesterolu i jedna filiżanka ma tylko 40 kalorii. Według dietetyka klinicznego w centrum medycznym UCLA, USA, szparagi są najlepszym warzywem odtruwającym organizm.

2. Zapobieganie starzeniu się – szparagi zawierają dużo potasu, witaminy A i kwasu foliowego. Mają wysoką zawartość glutationu – tripeptydu o właściwościach przeciwutleniających, który stanowi środek opóźniający proces starzenia. Glutation (GSH) to antyoksydant, który chroni komórki przed toksynami takimi jak wolne rodniki. Inną ważną funkcją przeciw starzeniu organizmu jaką pełni to smaczne wiosenne warzywo jest wspomaganie mózgu w walce z obniżeniem się funkcji kognitywnych (poznawczych). Podobnie jak zielone warzywa liściaste, szparagi dostarczają kwasu foliowego, który wraz z witaminą B12 znajdującą się w rybach, drobiu, mięsie i produktach nabiałowych – zapobiega zaburzeniom kognitywnym. Badania prowadzone na uniwersytecie Tufts University, USA, udowodniły, że starsi ludzie z dobrym poziomem kwasu foliowego i B12 lepiej wypadają na testach, gdzie trzeba udzielić szybkiej odpowiedzi i szybko kojarzyć. Jeżeli masz ponad 50 lat, zapewnij sobie odpowiednie poziomy witaminy B12 – wraz z wiekiem spada jej przyswajalność.

3. Ochrona przed rakiem – szparagi mają dużo kwasu foliowego znanego też z tego, że chroni organizm przed nowotworem. Uwaga: kwas foliowy jest naturalnym składnikiem zielonych liściastych warzyw i owoców cytrusowych. Przypominamy, że największe korzyści zdrowotne uzyska się jedząc zdrową nieprzetworzoną żywność.

4. Zmniejszenie bólu i stanów zapalnych - to właśnie kwas foliowy pomaga zredukować stan zapalny.

5. Zapobieganie osteoporozie i zapaleniom kostno-stawowym – szparagi zawierają witaminę K, która jak zbadano, zapobiega osteoporozie i zapaleniom kostno-stawowym. Witamina K pomaga w formowaniu kości i ich regeneracji. Jest również potrzebna do syntezy osteokalcyny. Osteokalcyna to białko tworzące tkankę kostną. Szparagi są największym źródłem witaminy K.

6. Redukcja ryzyka choroby serca - to kwas foliowy, jak udowodniono, redukuje ryzyko choroby serca.

7. Zapobieganie wadom wrodzonym – dla kobiet w ciąży lub planujących ciążę niezwykle ważne jest dostarczenie odpowiedniej dawki kwasu foliowego (lekarze często zalecają jego suplement). Stan niedoboru folianów jest związany ze zwiększonym ryzykiem wad cewy nerwowej czyli rozszczepem kręgosłupa oraz bezmózgowiem. Foliany pomagają regulować proces formowania embrionalnych i płodowych komórek nerwowych oraz mogą chronić przed przedwczesnym porodem.

Dodatkowo, badania wykazały, że jedzenie szparagów może pomóc w infekcjach układu moczowego i kamieniach nerkowych. Podsumowując, szparagi są bogate w potas, witaminę A, foliany, glutation i witaminę K. Mają dużo błonnika, nie zawierają sodu, są niskokaloryczne, nie mają ani cholesterolu, ani tłuszczu.

Najbardziej powszechny rodzaj szparagów to szparagi zielone, jednakże w supermarketach i restauracjach możemy znaleźć też dwa inne rodzaje: białe, bardziej delikatne i trudne do zbierania oraz różowe, mniejsze i bardziej owocowe w smaku. Możecie zaobserwować, że niektóre łodygi szparagów są grubsze, inne cieńsze. Grubsze są najlepsze do pieczenia i gotowania na parze; gotowanie na parze jest najbardziej wskazane i szybkie. Cienkie szparagi są idealne do grillowania lub przygotowania potraw sauté. Uwaga: niektórzy doradcy zdrowotni nie zalecają mieszania szparagów z karczochami i szpinakiem w tym samym posiłku, ponieważ ich soki wzajemnie się wykluczają.

Największe korzyści zdrowotne uzyskamy jedząc szparagi na surowo. Przed jedzeniem łukowaty koniec należy uciąć zarówno z cienkich, jak i grubych szparagów. Przed gotowaniem obieraj tylko grube szparagi. Warzywa te mają wspaniały smak, gdy je drobno pokroimy i dodamy do sałatek, przyrządzimy grillowane z musztardą lub ugotujemy delikatnie na parze. Bez względu na to, jakie szparagi wybierzemy, jest to smaczne i wielorakie warzywo, które można przyrządzać na wiele sposobów lub spożywać na surowo w sałatkach.

źródła:

http://www.naturalnews.com/023368_asparagus_benefits_food.html

<http://bkcreative.hubpages.com/hub/10-Super-Health-Benefits-of-Asparagus>

http://www.eatingwell.com/blogs/health_blog/5_powerful_health_benefits_of_asparagus_you_probably_didn_t_know

<http://www.google.co.in/url?sa=t&rct=j&q=asparagus%20benefits&source=web&cd=6&cad=rja&sqi=2&ved=0CFYQFjAF&url=http%3A%2F%2Fwww.pureinsideout.com%2Fasparagus-extraordinary-health-benefits.html&ei=YxQUbbyGpLU8wTAnYDgCw&usq=AFQjCNFoSkx5Z9cnFfTksP09Kvx9UloJw&bvm=bv.44158598,d.eWU>

<http://www.juicing-benefits-toolbox.com/health-benefits-of-asparagus.html>

<http://www.juicing-benefits-toolbox.com/health-benefits-of-asparagus.html>

☞ Kącik odpowiedzi ☞

1. Pytanie: *Jak długo można trzymać lekarstwo zrobione w wodzie? Czy należy je wstawić do lodówki? Czy dodać do wody wibhuti?*

Odpowiedź: Lekarstwo powinno się trzymać do 7 dni w zamkniętej butelce, ale nie zaleca się trzymania go w lodówce. Nie trzeba dodawać wibhuti.

+++++

2. Pytanie: *Jeżeli osobie pracującej trudno jest wziąć dawkę po południu, czy można ją wziąć podwójnie rano i w nocy zamiast zwykłego TDS?*

Odpowiedź: Branie lekarstwa dwa razy dziennie ma lepsze efekty niż nie branie wcale. Najlepsze rezultaty daje TDS.

3. Pytanie: *Czy możemy brać lekarstwo bezpośrednio po myciu zębów; czy szczotkowanie zębów z pastą traktuje się jak jedzenie? Czy należy unikać pasty do zębów o smaku miętowym, ponieważ może zakłócać wibracje w pastylkach?*

Odpowiedź: Nie, najlepiej poczekać co najmniej 20 minut po myciu zębów, smak miętowy jest bez znaczenia, wszystkie pasty mają swoje wibracje.

4. Pytanie: *Kiedy podaję lekarstwo dzieciom, nawet po 20 minutach od zakończenia jedzenia, dzieci mają jeszcze resztki jedzenia w buzi. Czy w takich sytuacjach można podawać wibracje?*

Odpowiedź: Najlepiej jest wyplukać dobrze usta i wypić wodę, tak aby nie pozostały w ustach resztki jedzenia. Nadal jest lepiej podać lekarstwo przynajmniej 20 minut przed posiłkiem.

5. Pytanie: *Czy potrząsamy fiolką 9 razy po każdej kropli, kiedy dajemy więcej niż jedną kombinację do buteleczki z pigułkami?*

Odpowiedź: Po każdej kropli kombinacji delikatnie potrząśnij buteleczką. Po ostatniej kropli potrząśnij 9 razy na planie płaskiej cyfry 8. Niektórzy healerzy wolą dać wszystkie krople do pustej fiołki, dodają pigułki i potrząsają tak jak zwykle.

6. Pytania o krem do skóry.

a. Pytanie: *Pacjent wciera krem w skórę; czy należy krem wyjąć z pudełka przy pomocy plastikowej łyżki, tak aby nie pobrudzić całego kremu wibracją palca?*

Odpowiedź: Tak, to jest najlepszy sposób.

b. Pytanie: *Czy dotykamy pacjenta kładąc po raz pierwszy krem na skórę, podobnie kiedy wkładamy pierwszą pigułkę do ust pacjenta? Co się dzieje, gdy infekcja skóry jest zaraźliwa?*

Odpowiedź: Nie, nie dotykamy pacjenta. Pacjent samodzielnie wmasowuje sobie krem.

c. Pytanie: *Czy dawka TDS – jest taka sama jak dla pigułek? Czy pacjent powinien sam wmasować sobie krem? Czy powinien użyć bandaża lub opatrunku, aby zakryć skórę?*

Odpowiedź: Tak, dawka to TDS. Zależy to od skóry i w jakim jest stanie, i czy można wmasować krem czy nie. W przypadku otwartej rany nałóż krem, użyj bandaża lub opatrunku. Jeżeli skóra jest w lepszym stanie, można wmasować krem. Czasami wystarczy zrobić wibracje w wodzie i nałożyć na skórę przy pomocy wacika.

d. Pytanie: *Jak mieszamy krople CC dodając je do kremu czy galaretki, czy podgrzewamy galaretkę, tak aby była płynna i wtedy dodajemy krople CC do środka i mieszamy wszystko plastikową łyżeczką?*

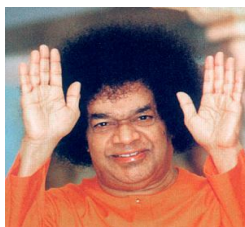
Odpowiedź: Nie, podgrzewanie nie jest konieczne. Po prostu dodaj jedną kroplę i dobrze zamieszaj drewnianą/plastikową szpatułką. Następnie dodaj jeszcze jedną kroplę i zamieszaj; może trzeba będzie powtórzyć procedurę 3-4 razy (jeżeli galaretka jest gęsta) aż do momentu, gdy jesteście przekonani, że krople CC zmieszały się dobrze z galaretką lub kremem.

e. Pytanie: *Czy zalecane jest robienie kropli do oczu lub uszu i jak je zrobić?*

Odpowiedź: Dobrym sposobem jest zastosowanie dwuetapowego podejścia w przypadku oczu, uszu lub problemów skórnych. Aby zrobić krople do oczu dodaj 1 kroplę kombinacji do 200 ml wody różanej/destylowanej. Potem wlej do butelki z dozownikiem 20/30 ml. Krople do uszu – należy dodać jedną kroplę CC do 20/30 ml oliwy extra virgin i dobrze potrząsnąć.

Ostrzeżenie: *Jeżeli dodasz jedną kroplę bezpośrednio do 20/30 ml wody, może to spowodować pieczenie w oku! Dodatkowo, nie powinniśmy używać dozownika CC bezpośrednio do ust pacjenta.*

Healerzy: czy macie pytania do dra Aggarwala? Jeśli tak, wyślijcie je na adres: news@vibrionics.org



☪ BOSKIE SŁOWA OD NAJWIĘKSZEGO HEALERA ☪

„Ciało jest jak łódź, służy do przepłynięcia morza urodzin i śmierci, na które zasłużyłeś sobie przez wiele pokoleń. Przepłynięcie morza to urzeczywistnienie Boga w twym sercu, gdzie On zamieszkuje. Celem ciała (deha) jest urzeczywistnienie istoty mieszkającej w środku (dehi). A więc, gdy ciało jest silne i prężne, intelekt jest rozwinięty, a umysł w pogotowiu trzeba zrobić każdy wysiłek, aby odszukać istotę zamieszkującą w środku. Utrzymuj ciało sprawne i wolne od trosk. Tak jak łódź musi być odpowiednio skonstruowana, by mogła przepłynąć morze, tak samo ciało powinno być sprawne, aby spełnić swój cel. Musicie się o nie dobrze troszczyć.”

Sathya Sai Baba, Boskie dyskursy 3 sierpnia, 1966 r.



„Nie ulegaj cynizmowi krytyków – krytyka powinna tylko dać ci moc. Zbadaj błędy, które być może leżą w tobie ukryte i szczerze pracuj, by się ich pozbyć. Nie ograniczaj się do przemówień na temat wagi takich przymiotów jak praca charytatywna, posługa, sympatia, równość, sekularyzm, itd. Zejdź z podium i przynajmniej praktykuj szczerze kilka ideałów. Gdy twój sąsiad poważnie zachoruje, niech cię nie ogarnie poczucie, że ty jesteś szczęśliwie od tego wolny. Nie jesteś wolny nawet jeśli tylko jedna osoba cierpi lub jest czymś ograniczona”. Pamiętaj, że jeśli dajesz pożywienie jakiemuś człowiekowi to tak, jakbyś dawał je Najwyższemu. Służba, jaką wykonujesz gdziekolwiek na świecie napetnia Pana radością”.

Sathya Sai Baba, boski dyskurs z 25 lutego 1964 r.



„Cały ból i przyjemności, jakich doświadczasz, są rezultatem twoich własnych poczynań, a nie wolą Najwyższego”.

Sathya Sai Baba, Radio Sai 18 lutego 2013 r.



☪ KOMUNIKATY ☪

Najbliższe warsztaty

- ❖ **Polska Sulistowiczki** koło Wrocławia: Warsztaty dla zaawansowanych healerów, 13-15 września 2013r. kontakt Dariusz Hebisz +48 606 879 339 lub email wibronika@op.pl
- ❖ **Indie Puttaparthi**: Warsztaty AVP, 15-20 lipca 2013r. kontakt Hem: 99sairam@vibrionics.org
- ❖ **Indie Puttaparthi**: warsztaty AVP 23-27 lipca 2013r. kontakt Hem: 99sairam@vibrionics.org
- ❖ **Grecja Ateny**: Warsztaty JVP i przypominające 21-23 września 2013r. kontakt Vasilis: saivasilis@gmail.com lub telefonicznie +30-697-2084 999.

Do wszystkich instruktorów: Jeśli macie zaplanowane warsztaty, proszę wysłać szczegółową informację na adres: 99sairam@vibrionics.org

UWAGA:

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

Healerzy, możecie przysłać ten biuletyn swoim znajomym i przyjaciołom. Próbujcie odpowiadać na ich pytania. Dziękuję za waszą współpracę.

Możesz odwiedzić naszą stronę internetową pod adresem: www.vibrionics.org aby się zalogować potrzebujesz swój indywidualny numer rejestracyjny, aby mieć pełny dostęp do portalu dla healerów.

Jai Sai Ram!

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