

Glasnik Sai Vibrionike

www.vibrionics.org

“Kad god vidite nesretnu, bolesnu ili potištenu osobu, to je polje vašeg služenja, *seve*.”

...Sri Sathya Sai Baba

Sveska 8, broj 6

novembar/decembar 2017

U ovom broju

☞ Iz pera dr. Jit K. Aggarwala	1 - 2
☞ Profili praktičara	2 - 6
☞ Slučajevi s kombinacijama	6 - 8
☞ Kutak za odgovore	8 - 9
☞ Božanske riječi Vrhunskog Iscjelitelja	10
☞ Obavještenja	10
☞ Dodatak	10 - 14

☞ Iz pera dr. Jit K. Aggarwala ☞

Dragi praktičari,

Osjećam se uistinu blagoslovljenim što imam priliku da vam se obratim povodom 92. rođendana našeg voljenog Gospoda Sri Sathya Sai Babe. Njegove riječi nose tako moćne iscjeljujuće vibracije – da samo to što ih čitamo/slušamo može rezultirati velikom transformacijom našeg sveukupnog blagostanja. Stoga, zamislite koliko smo samo blagoslovljeni time što imamo priliku širiti Njegove iscjeljujuće vibracije u obliku Vibrionike – uistinu vrlo posebna privilegija!

U ovom broju fokusiramo se na Francusku te predstavljamo profile četiri praktičara koji su s beskrajnom radošću i poniznošću podijelili svoja iskustva. Siguran sam da će njihove biografije poslužiti kao inspirativno podsjećanje na motivaciju i ostvarenje više svrhe u životu. To se bar meni desi svaki put kada pročitam profil kolege praktičara. Molim praktičare širom svijeta da iz ovih biografija povuku nadahnuće te da i sami naprave korak te prilože svoje profile svojim regionalnim/nacionalnim koordinatorima.

S velikom tugom vas obavještavam da je naš draga sestra **Anna** ^{02554...Italy} početkom ovog mjeseca krenula na svoje nebesko putovanje. Ona se nije samo hrabro borila sa bolešću, već je nastavila služiti pacijentima i obavljati druge administrativne dužnosti sve do kraja. Njen doprinos Vibrionici je izuzetan. Nekoliko godina je sa suprugom bila koordinatorica za Italiju. Organizirala je nekoliko radionica u Italiji, podučavala Vibrioniku na maternjem jeziku te s nama podijelila brojne slučajeve nevjerovatnih izlječenja. Njen odlazak je ostavio osjetnu prazninu u našoj misiji u Italiji. Danas, na Njegov rođendan, molimo Swamija da se njena duša stoji s Njim!

Kao i uvijek, na organizacijskom frontu marširamo naprijed konstantno iznalazeći kvalitetnije načine rada/saradnje. Zadovoljstvo mi je izvijestiti vas da smo u nastojanju da osnažimo sigurnost i privatnost naših online izvora znanja implementirali neke promjene na oba naša sajta, <http://vibrionics.org> i <https://praktičars.vibrionics.org>. Od ovog trenutka stare šifre više ne važe i svi korisnici moraju promijeniti šifru (ukoliko to niste uradili u zadnjih mjesec dana) kako biste pristupili svom prostoru. Šifru ćete promijeniti tako što ćete kliknuti na "Forgot Password?" ispod "Login", a zatim slijediti instrukcije. Preporučujemo da napravite istu šifru za obje stranice.

Znamo da vrijeme nikoga ne čeka. Zbog toga je važno živjeti 'ovdje i sada' i učiniti svaki trenutak važnim. To kažem jer se sve svjetske tradicije mudrosti slažu u tome da nikada nije bilo važnijeg trenutka od 'sada' kako bismo svoju svijest uskladili s kreativnim snagama univerzuma tj. kako bismo dopustili Univerzumu da radi kroz nas. Kada služimo u toj svijesti i sa stavom potpune predanosti, obnavljamo svoju unutrašnju ravnotežu. Tada smo u skladu sa našim bezvremenim Sebstvom i osjećamo najviši oblik ispunjenosti. To je tajna blaženstva koje se postiže putem vibrioničkog ili bilo kojeg drugog oblika nesebičnog služenja. To je istinska svrha ljudskog života!

Povodom Njegovog rođendana upućujem Swamiju iskrenu molitvu da nas sviju blagoslovi da slijedimo Njegovo učenje "Voli sve – služi svima". Neka sva bića svih svjetova budu sretna!

U služenju Saija s ljubavlju
Jit K Aggarwal

☞ Profili praktičara ☞

Praktičar ^{03527...France} se prvi put susreo sa Sai Babom 1995. godine kada je proveo dvije sedmice u Prashanti Nilayamu. Prijeća koliko je bilo prekrasno to iskustvo. Posljednjih nekoliko decenija bio je duboko zainteresiran za brojne alternativne oblike liječenja, iako nije bio siguran koji da izabere. Upoznao se sa sistemom čakri i meridijana te želio da se obuči u prakticiranju nekog oblika alternativnog liječenja. Imao je snažne stavove u vezi štetnih posljedica alopatskih lijekova i njihove organičenosti na tretiranje simptoma umjesto korijenskih uzroka bolesti. Stoga je, kada ga je francuski **koordinatore** ⁰¹⁶²⁰ upoznao s Vibrionikom, istog trenu bio privučen njenim temeljnim principima univerzalnog duhovnog sistema alternativnog liječenja.



S nama dijeli iskustvo u liječenju osobnog problema s kičmom. U januaru 2014. pregled je pokazao degenerativnu artrozu i iskliznuće diska u L4-L5. Neurohirurg mu je savjetovao operaciju; međutim, on je u maju 2015. odlučio da neće ići tim putem već da će probati vibrionički tretman kod **praktičara** ⁰¹⁶²⁰. Čim je završio obuku i dobio AVP certifikat u junu 2015. počeo se liječiti sljedećom kombinacijom:

CC18.5 Neuralgia + CC.20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine...TDS u vodi

Dvije godine kasnije, sljedeći pregled kičme je pokazao da je propadanje potpuno zaustavljeno. Praktičar vjeruje da proces iscjeljenja još uvijek traje i da je od operacije spašen zahvaljujući konzistentnom i kontinuiranom vibrioničkom tretmanu te, iznad svega, Swamijevoj ljubavi.

Smatra da je za praktičara od prijeke važnosti razviti samopouzdanje te s pacijentima komunicirati s osjećanjem samouvjerenosti kako bi se kod njih razvio osjećaj povjerenja. Samo kada se osoba osjeća dovoljno slobodnom da se povjeri praktičaru može dobiti lijek koji će joj pomoći da povratu ravnotežu u svom umu, srcu i u životu. Praktičar naglašava da je to od suštinske važnosti jer, kako Swami kaže, sve bolesti imaju svoj izvor u mentalnom i emotivnom dijelu bića. Praktičar je primijetio da zahvaljujući porastu vibracija na našem planetu ovih se dana sve više ljudi osjeća nepostojano, deprimirano i pate od nesanice. To se dešava zbog toga što porast vibracija na planetu dovodi do pojačanog dejstva naših unutarnjih negativnih tendencija. On predlaže dva dodatna lijeka za sve pacijente:

Za mir i spokoj:

CC15.1 Mental & Emotional tonic ili **CC15.2 Psychiatric disorders**, u ovisnosti od intenziteta stanja... po jednu dozu svakih deset minuta jedan ili dva sata dok se ne osjete bolje.

Za dobar san:

CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.6 Sleep disorders

S tim u vezi praktičar dijeli slučaj djevojke (28) koja ga je našla na internetu preko foruma za prirodnu medicinu kako bi joj pomogao s problemom hroničnog bola u leđima. Tokom kursa tretmana, pacijentica se otvorila i otkrila praktičaru da ima vrlo težak odnos sa majkom; zbog toga je 6-7 godina provela na psihijatriji. Kad se vratila, majka ju je izbacila iz kuće. Nakon što je saslušao njenu tužnu priču, praktičar joj je dao dvije gorenavedene kombinacije. Devet mjeseci kasnije, pacijentkinja je izjavila da "nikada nije mogla ni sanjati da bi se njeno zdravlje moglo povratiti za samo jedan dan."

Praktičar kaže da ako su pacijenti otvoreni za ovu vrstu sugestije, bilo bi korisno preporučiti im da, kako bi reprogramirali vlastitu podsvijest da kontinuirano trućanje negativnih misli/um zamijene pozitivnim afirmacijama, počnu svakodnevno ponavljati "iscjeljujuću mantru" koja glasi kao ova: *"Iako me moje tijelo, moj mozak, moj um navode da mislim drukčije, ja sam sretan i savršenog zdravlja; ništa ne može zaustaviti ovaj proces samoizlječenja dok ne doživim potpunu obnovu svoje božanske savršenosti"*. On smatra da u šta god pacijenti vjerovali, kakvo god bilo njihovo vjerovanje, religija ili uvjerenje, bilo bi dobro savjetovati im da rade duhovnu praksu koja će im pomagati na putu kroz život te za vrijeme procesa iscjeljenja.

S velikim uspjehom koristi sljedeći moćan analgetik: **NM59 Pain + SR348 Cortisone + nozod paracetamola...učestalo** u vodi sve dok je potrebno ili dok bol ne prestane. To je nešto što bi praktičari trebali nositi sa sobom kao kombo za hitne slučajeve. Osim što je tretirao životinje i biljke, stekao je dosta iskustva u uspješnom liječenju cijelog niza akutnih i hroničnih bolesti kao što su putna mučnina, upale pluća, infekcije usta i zuba, dijabetes, varikozni ulcer, kancerozne ciste, bolesti grudi, vensko krvarenje, konstipacija, zatajenje bubrega, inkontinencija, problemi s cirkulacijom i uremija.

Dijeli slučaj 63-godišnjeg dijabetičara (koji je bolovao od dijabetesa preko 6 godina) koji je od svoje osamnaeste godine patio od kožne alergije i ekcema. U proteklih nekoliko godina imao je ulcer na vanjskom dijelu donjeg dijela lijeve noge koji je bezuspješno tretiran alopatskim putem. Liječnik je propisao medicinsku posjetu vaki drugi dan kako bi mu se promijenio zavoj. Čak i nakon 17 mjeseci tretmana gnoj je nastavio curiti iz inficirane rane kada se pacijent obratio praktičaru 8. oktobra 2016.

Dobio je: **CC3.7 Circulation + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.3 Skin allergies + CC21.11 Wounds and Abrasions...TDS** u vodi. Ranu su čistili koloidnim srebrom sedam dana, a nakon toga sa: **CC21.11 Wounds and Abrasions** u vodi.

24. oktobra gnoj je prestao curiti, a sestra koja ga je posjećivala je 1. novembra potvrdila da je došlo do najmanje 50% oporavka (vidi sliku).



novembra 2016



februar 2017



maj 2017

12. novembra praktičar je počeo tretirati dijabetes za koji je pacijent uzimao Novonorm alopatske tablete; tako da je gornjoj kombinaciji dodat **CC6.3 Diabetes**. Nakon dva mjeseca, **CC10.1 Emergencies** je isključen. U sljedeća četiri mjeseca, dok mu se nivo šećera u krvi polako spuštao, doktor mu je do maja 2017. postepeno smanjio Novonorm na nulu. Šećer mu je otada unutar granica normale, ali sada nastavlja uzimati vibrice **TDS**. Što se tiče varikoznog ulcera, infekcija se povukla do februara 2017. (vidi sliku). Rane se nisu povukle još do maja 2017. kada su potpuno iscijeljene formiranjem ožiljaka (vidi sliku) iako je noga još uvijek bila crvena.

Zato mu je za nogu dao **CC3.7 Circulation + CC21.3 Skin allergies** pripremljene u sezamovom ulju. Slika napravljena u augustu 2017. pokazuje potpuno izliječenu nogu.

U aprilu 2016. Praktičar je dobio kvalifikaciju VP. Od tada želi steći SVP obuku kako bi mogao koristiti i mašinicu. Kako je nekad predavao engleski, osjeća se uistinu blagoslovljenim što je dobio priliku da služi kao jedan od prevoditelja vibrioničkog glasnika na francuski. Također predstavlja veliku podršku francuskom koordinatorskom na drugim zadacima prevodjenja te za vrijeme radionica. Visak smatra vrlo korisnim sredstvom kada ga koristi u duhu potpune predanosti i kada moli Boga da mu pomogne izabrati pravu kombinaciju.

Završava svoji prilog sljedećim riječima, "mi smo mikrokosmos u makrokosmosu, svi smo međusobno povezani. Kada jedna ćelija oboli, to se odrazi na cijeli makrokosmos. Naša je dužnost da radimo na tome da povratimo opštu harmoniju, najprije u sebi samima, jer će to utjecati na i povratiti harmoniju cijelog Univerzuma. *Samastha Loka Sukhino Bhavantu*".



+++++

Praktičarka 03528...France



je optičarka, akustičarka za slušna pomagala i poduzetnica, u mirovini. Prvi put je posjetila Prashanti Nilayam 1985. kada je ostala četiri mjeseca kupajući se u božanskoj ljubavi. Do dana današnjeg prisjeća se tog vremena koje smatra najljepšim razdobljem svog života. Prvi put se susrela s Vibrionikom 2012. godine kada je došla u *ashram* kako bi se oporavila od hroničnog umora usljed iscrpljivanja na poslu. Imala je poteškoća s kretanjem i bila na štakama kada ju je prijateljica upoznala s Vibrionikom koja joj je pomogla da se u Francusku vrati bez štaka!

U to vrijeme se bližila mirovini i uzimala brojne alopatske lijekove za svoje hronične probleme. Prisjeća se da je tek kad je naletila na svoju prijateljicu **praktičarku 01620** počela radije uzimati vibrioniku. To joj je pomoglo da se u potpunosti oporavi od dva teška problema – lom u desnoj butnoj kosti i postoperativni problemi koji su uslijedili nakon duge operacije za vrijeme koje je pretrpjela zatajenje srca. Samo

nekoliko mjeseci kasnije doživjela je još jedan lom, ovog puta u lijevoj butnoj kosti. Kako je osobno iskusila nevjerojatno iscjeljujuće iskustvo, bila je izuzetno motivirana da se obuči u Vibrionici. Ne samo da je u junu 2015. uspješno završila AVP obuku u Francuskoj, dok je još liječila lom, već je u aprilu 2016. postala i VP.

Imala je fenomenalne uspjehe na životinjama, biljkama i ljudima kada je sa 108CC tretirala depresiju, anksioznost i različite akutne bolesti (kada bi tretman počeo ubrzo nakon prve pojave simptoma), kao i nuspojave pacijenata koji su išli na hemoterapiju.

Za tretiranje hroničnih slučajeva predlaže da se najprije prskanjem **CC17.2 Cleansing** (3 globule u 100ml) jednom sedmično pročisti dom te da se prema uputama u Glasniku temeljno promijeni način ishrane. Praktičarka vjeruje da promjena ishrane smanjuje zadržavanje vode u organizmu, jača srce, jetru i žuč, smanjuje kiselost, uklanja kandidu, obnavlja hormonalni balans, pojačava imunitet i vitalnost te samopoštovanje i samopouzdanje.

Nakon toga propisuje kombinaciju koju naziva "Blagostanje": **CC3.1 Heart tonic + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.10 Indigestion + CC8.1 Female tonic (ili CC14.1 Male tonic) + CC12.1 Adult tonic + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC15.2 Psychiatric disorders...TDS** u vodi. Pored toga, s velikim uspjehom koristi lijek za 'nervozu, depresiju i anksioznost' koji je predložio **praktičar 01180...Bosnia** u Glasniku iz mjesko-junskog broja 2016.

Praktičarka slijedi protokol za remisiju raka za sve pacijente koji prolaze alopatski tretman što ih također štiti od nuspojava: **CC2.1 Cancers-all + CC2.3 Tumours & Growths + lijek za specifičan dio tijela...OD** četiri sedmice, nakon čega ide: **CC2.1 Cancers-all...** jedna doza mjesečno šest mjeseci, zatim jedna doza svaka tri mjeseca godinu dana i konačno jedna doza godišnje sedam godina. Nadalje, gornja kombinacija donosi obilje mentalnog i emotivnog mira. Međutim, pacijenti moraju jesti zdravo, biti aktivni te njegovati pozitivne misli, riječi i djela.

Praktičarka dijeli slučaj 62-godišnjeg muškarca koji je patio od limfoma limfnih čvorića vrata te svake tri sedmice išao na hemoterapiju. Nakon svake dvije takve sesije, nuspojave koje su ga najviše uznemiravale bile su povraćanje, bol u grudima i svrab na transplantiranom dijelu šake (zbog opekotine u dobi od 25 godina). Također je uzimao sredstvo za razrjeđivanje krvi. Za limfom je dobio: **CC2.1 Cancers-all + CC2.2 Cancer pain + CC2.3 Tumours & Growths + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic**, a za posljedice hemoterapije: **CC3.4 Heart emergencies + CC3.5 Arteriosclerosis + CC3.7 Circulation + CC4.1 Indigestion tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.2 Skin infections**, oba lijeka u vodi...**6TD** na dan kada primi hemoterapiju i dan poslije, a zatim **TDS**. Dvije sedmice kasnije bol u grudima mu se u potpunosti povukao. Nakon sljedeće hemoterapije, povraćanje i svrab mu se više nisu javili. Pacijent je potom prošao kroz još četiri sesije hemoterapije bez ikakvih nuspojava.

U drugom primjeru, žena (68) je od svoje četvrte godine patila od teških posljedica vakcine za tuberkulozu. Jetra joj je bila teško pogođena tako da je kontinuirano patila od hepatitisa koji se stalno vraćao, groznica i poliartritis. U dobi od 35 godina trebala je izvaditi žuč. 11. novembra 2015. dobila je **CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC12.4 Autoimmune diseases + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.3 Arthritis + CC20.5 Spine**. Za samo četiri sedmice jetra joj se popravila za 50% i po prvi put u životu je bila u stanju da uživa u božićnoj večeri koju prethodno njen probavni sistem nije mogao podnijeti! Sada je dobila i **CC4.1 Digestion tonic** i u naredna dva mjeseca jetra joj se oporavila u potpunosti te je mogla jesti sve što bi poželjela.

Praktičarka u vrtu drži nekoliko posuda u koje hvata kišnicu kojoj potom dodaje **CC1.1 Animal tonic**. Kaže kako mačke iz susjedstva piju vodu iz njih i dobrog su zdravlja što ona pripisuje konzumiranju tonika!

Izražava najdublju zahvalnost Sai Babi što joj je dao priliku da služi kao praktičarka jer joj je to dalo viši smisao u životu ("život je sad vrijedan življenja!") te je naučilo da bolje sluša i suosjeća s patnjom drugih. Za kraj nam poručuje, "Trebali bismo naučiti da mnogo više volimo svoje bližnje i da činimo dobro ne očekujući ništa zauzvrat. Budimo svjesni da šta god radimo drugima, činimo sebi. Ako pristanemo da činimo dobro, postajemo instrument u služnji Boga."

+++++

Praktičarka 03556...France



dolazi iz sjevernog dijela Francuske koji graniči s Belgijom. AVP je postala nedavno, u junu 2017. Nakon što se upoznala s izuzetnim gospodinom koji joj je oduševljeno govorio o Vibrionici, osjetila je potrebu da se pridruži vibrioničkoj zajednici. On joj je prenio želju da služi srcem i pomaže bolesnima i potrebitima. Upoznao ju je s francuskim **koordinatorem** ⁰¹⁶²⁰, kojeg smatra izvrsnim instruktorem. Naučila je tretirati pacijente s mnogo suosjećajnosti i ljubavi. Kaže, "Tražila sam jednostavan i djelotvoran način liječenja, za sebe, svoju porodicu i ljude oko sebe. Otkrila sam Vibrioniku."

Klima u pokrajini u kojoj živi je vrlo vlažna s malo ili nimalo sunca što dovodi do tmurnog raspoloženja kod većine ljudi; široko zastupljena depresija je više nego očigledna. Pored toga, ljudi su usljed prekomjernog korištenja postali ovisni o alopatskim lijekovima što dovodi do brojnih štetnih nuspojava, a neki su, usljed prekomjerne upotrebe, postali neučinkoviti! Praktičarka smatra da joj to predstavlja veliku priliku za služnje. Smatra se počastvovanom što ima priliku dotaći živote ljudi i ublažiti patnju potrebitih. Prema njenim riječima, "Osjećam se korisnom te imam osjećaj kao da sijem sitno sjemenje nade."

U nekoliko mjeseci prakse već je tretirala pacijente koji pate od različitih problema kao što su prehlada, fibromijalgija, alergije, multipla skleroza, ciste, nosni polipi, zubobolje, bolan menzes. Vična je korištenju viska te ga, ukoliko nije sigurna, koristi da odabere pravu kombinaciju. Zvali su je da liječi životinje, a rezultati su bili izvanredni i djelotvorni. Samo što je završila obuku tretirala je ukrasnu kokošku koju su pijetlovi maltretirali nekoliko sedmica. Ptica je izgubila volju za životom, prestala jesti te je samo ležala sklopljenih očiju. Dobila je **CC1.1 Animal tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...BD** u vodi. U roku od dva dana ponovo je počela jesti te se u narednih nekoliko sedmica počela miješati s drugim kokoškama. U drugom primjeru, neke kokoške stare sedam godina nisu polagale jaja. Praktičarka im je stavila **CC1.1 Animal tonic** u vodu kroz ogradu dvorišta. U roku od 15 dana vlasnik je izvijestio da svaki dan pokupi jedno do tri jaja po kokoški.

Sedmogodišnja jorkširska kuja patila je od astme te od prve godine života imala šum na srcu. Pored toga osjećala se napuštenom kad ju vlasnik ostavi samu kod kuće. Kad god je bila u krizi, dobivala je alopatski lijek s Respilom. U julu 2017. praktičarka joj je propisala: **CC1.1 Animal tonic + CC3.4 Heart emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.3 Chest infections...BD** u vodi. Nakon dva dana, uprkos rastu temperature koja bi obično pogoršala stanje, njezini su napadi astme nestali. Do posljednje kontrole, mjesec dana kasnije, nije imala niti jedan napad.

Praktičarka je također koristila vibrice za bilje koje uzgaja u vrtu sa zapanjujućim rezultatima. Prošle godine imala je samo jedan paradajz jer su sve sadnice zahvatili nametnici. Ove godine im je davala **CC1.2 Plant tonic...OD** nekoliko sedmica te požnjela 15 kg prekrasnog sočnog ploda!

Kaže, "Tako mi je drago da mogu pomagati srcem, a kada vidim rezultate moja vjera raste. U tim trenucima zaista osjećam kako postajem instrument u rukama Božijim."

+++++

Praktičarka 03546...France



ima 67 godina i u penziji je. Za Swamija je saznala 1982. godine. Iako je postala AVP tek u junu 2016., Vibrionika joj nije nepoznata. Prisjeća se kako se prvi put sreća s Vibrionikom kad joj je njena cimerica u *ashramu*, **praktičarka** ^{02667...UK}, koja je također učestvovala u ashramskom božićnom horu, dala vibrioničke lijekove za prehladu. Nekoliko godina prije nego što je postala praktičarka, svaki put kad bi posjetila Puttparthi, donosila bi u Francusku bočice vibrioničkih lijekova kako bi liječila svoje prijatelje poklonike od prehlade.

Priznaje da je mnogo godina ignorisala vibrice. Umjesto toga, oslanjala se na Swamijev *vibhuti*. Međutim, to se promijenilo 2015. kada je osjetila jak bol u truhu i doktor joj dijagnosticirao veliku cistu na jajniku. Za vrijeme neuspješne operacije, cistu nisu mogli naći! Daljnjim istraživanjem, doktori su pronašli vanjsku cistu na tankom crijevu i fibroidni tumor u maternici. Tako su joj preporučili još jednu operaciju. Nije bilo slučajno da

je u to vrijeme dobila e-mail od prijateljice koja je došla do knjige o Prvoj međunarodnoj vibrioničkoj konferenciji održanoj u Puttaparthiju. Užasavajući se od pomisli na još jednu operaciju, shvatila je taj e-mail kao znak od Swamija da se okrene Vibrionici. Odlučila je otputovati u Puttaparthi na liječenje. Tamo je njena bolest uspješno tretirana te je tako na čudesan način spašena od još jedne invazivne operacije. To iskustvo ju je potaknulo da završi obuku pod vodstvom dr. Aggarwala; međutim, to nije bilo moguće jer nije bila u stanju komunicirati na engleskom. Srećom, upravo u tom vrijeme je u *ashramu* srela francuskog koordinatora koji je uskoro trebao organizirati program obuke u Francuskoj.

Uzbuđena što će uskoro ostvariti svoj san da postane praktičarka vratila se u Francusku. Inspirisala je snahu koja je bila trudna po drugi put da pokuša uz pomoć Vibrionike dijete roditi normalnim putem; ona je bila zabrnuta jer je prvi put rodila na carski. Njihova babica, koja se tim poslom bavi preko 30 godina, smatra čudom to što je žena bila u stanju roditi normalnim putem. Impresionirana rezultatima, snaha je uzela vibrice za dojenje. Uspjela je dojiti drugo dijete čitavih 18 mjeseci dok je kod prvog djeteta morala odustati već petnaestog dana zbog intenzivne patnje!

Ova čudesna iskustva iscjeljenja načinila su od cijele porodice (djece i unuka) prave ambasadore Vibrionike u njihovoj zajednici. Ona je presretna što nekoliko prijatelja i njihova djeca preferiraju vibrice u odnosu na antibiotike i nema više odlazaka zubaru i bolnog rasta zuba uz irtiabilno crijevom! Oni govore o Vibrionici s radošću i vjerom. Ona Vibrioniku smatra posrednikom koji povezuje njezine pacijente s Božanskim.

Kod djece je uspješno tretirala upale zuba, prehlade, vaške, ujede, dječije bolesti, depresiju, genetske bolesti i buloznu epidermolizu; a kod odraslih depresiju, konjuktivitis, prehladu, dijabetes, vrtoglavicu, probleme s crijevima, pretilost, psorijazu, ciste, mucanje, gubitak kose, lipome te probleme s bubrezima i prostatom. Obzirom da se Vibrionika pruža besplatno, praktičarka smatra da je mnogi ne cijene ili ne shvataju dovoljno ozbiljno. Kako je Francuska socijalistička država, građani ne moraju izdvajati mnogo za zdravstvenu brigu zbog čega su skloni prekomjernoj upotrebi alopatskih lijekova. Samo kada uvide negativne nuspojave ili počnu patiti od istih počinju se okretati alternativnim oblicima liječenja.

Praktičarka je vegetarijanka i govori svojim pacijentima o beskrajnim blagodatima vegetarijanske prehrane. Iskreno vjeruje da je Vibrionika medicina budućnosti te izražava beskrajnu zahvalnost Swamiju koji ju je uputio na ovaj put jer joj je to pomoglo da sazrije i da se razvije na više načina, uključujući osnaživanje unutarnjih osjetila i sveukupne svjesnosti.

Slučajevi za podijeliti:

- [Lymeova bolest, trauma iz djetinjstva](#)
- [Lumbago](#)

☞ Slučajevi s kombinacijama ☜

1. Lymeova bolest, trauma iz djetinjstva 03546...France

Dana 22. maja 2017. čovjek (43) se obratio praktičarki zbog Lymeove bolesti. U protekle četiri godine imao je sve simptome, tj. gubitak pamćenja, glavobolju, bolove u grlu i želucu. Bolovi u zglobovima bili su mu tako jaki da je bio prisiljen boraviti kod kuće. Međutim, nalaz krvi nije potvrdio dijagnozu te su doktori kazali da bi problem mogao biti psihosomatski.

Praktičarka je pacijentu ponudila dvije opcije. Mogao je ili uzeti lijek za čišćenje s mogućnošću izbacivanja toksina ili lijek na osnovu simptoma. Praktičarka je znala da je pacijent bio neželjeno dijete, da su ga često tukli te da je u djetinjstvu svjedočio pokušajima samoubistva roditelja. Stoga su odlučili da bi čišćenje bio bolji izbor. Dobio je:

1. CC17.2 Cleansing...TDS

Praktičarka ga je zamolila da je svakodnevno izvještava o razvoju situacije. U prva dva dana simptomi su se pogoršali, ali pacijent je odlučio nastaviti uzimati lijek **TDS**. Sljedećeg dana počeo se oporavljati, a njegovi bolovi nestali su u potpunosti u roku od sedam dana. Međutim, doziranje je nastavljeno još četiri sedmice.

Dana 27. juna praktičarka je odlučila tretirati traumu iz djetinjstva te mu je dala:

2. CC12.1 Adult tonic + CC15.2 Psychiatric disorders...TDS

U naredne dvije sedmice, osjećao je manjak daha i umor i teško je zaspivao. Praktičarka je smatrala da su ti simptomi posljedica izbacivanja toksina te je nastavila tretman. Za kratko vrijeme svi su mu simptomi nestali. Od oktobra 2017. pacijent se osjeća dobro i s velikim oduševljenjem govori o svom vibro iskustvu.

+++++

2. Lumbago UK ^{03546...France}

Žena (57) je od januara 2017. patila od lumbaga. Godine 2011. i 2016. operisala je butnu arteriju zbog nasljednog problema s krvnim sudovima, a sada je patila od strašnog bola u lumbalnom dijelu kičme. Osam mjeseci se liječila esencijalnim uljima, ali bez uspjeha. Nije imala drugih problema sa zdravljem.

Prvog septembra 2017. posjetila je praktičarku koja joj je pripremila sljedeće:

CC12.1 Adult tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC18.5 Neuralgia + CC20.2 SMJ pain + CC20.4 Muscles & supportive tissue...6TD tri dana, zatim **TDS**

Nakon sedam dana osjećala se 70% bolje, a nakon dvije sedmice bol je u potpunosti nestao. Nastavila je uzimati lijek **TDS** još sedam dana, zatim je naredne sedmice postepeno smanjila na **BD** te je konačno uzimala lijek **OD** tri dana.

Od kraja oktobra 2017. pacijentica je i dalje sretna i potpuno oslobođena bola.

+++++

3. Ekcem ^{11585...India}

Praktičarkina **prva** pacijentica bila je njena 16-godišnja kćerka koja je godinu i pol dana patila od jakog svraba, tamnih mrlja i sitnih papula na nogama. Mrlje su se širile od butina sve do zglobova. Godinu dana je uzimala homeopatske lijekove, ali bez rezultata. Stoga je konsultirala doktora koji joj je dijagnosticirao ekcem te propisao tablete i masti. Uzimala je tretman tri mjeseca, ali su simptomi opstali. Moguće je da su alopatski lijekovi spriječili širenje tamnih mrlja na druge dijelove tijela. 22. marta 2017. je prestala s uzimanjem alopatskih lijekova te umjesto toga dobila:

#1. CC12.1 Adult tonic + CC21.3 Skin allergies + CC21.6 Eczema...TDS

#2. CC21.6 Eczema u mješavini *vibhutija* i kokosovog ulja za vanjsku primjenu na zahvaćene dijelove tijela.

U roku od sedam dana došlo je do poboljšanja od 25%. Svrab se smanjio, a mrlje na koži postale svjetlije. Za četiri sedmice došlo je do 100%-nog poboljšanja. Djevojka je bila presretna što se za tako kratko vrijeme izliječila od tamnih mrlja, papula i svraba. Svi članovi njene porodice bili su zaprepašteni jer na njenom tijelu više nije bilo tragova bolesti.

Doziranje je u periodu od tri mjeseca postepeno smanjivano sa **TDS** na **OD**. Nastavila je uzimati lijek **OD** mjesec dana i nije doživjela relaps. Stoga je doziranje dalje smanjeno na **OW** mjesec dana nakon čega je svedeno na nulu.

Od oktobra 2017. djevojka se i dalje osjeća potpuno dobro. Praktičarka je zahvalna svom voljenom Gospodu i Vibrionici za ovo čudesno izlječenje.

+++++

4. Usni herpes i akutno povraćanje ^{02802...UK}

Žena (45) koja je imala groznicu dva dana i dobila veliki herpes na lijevoj strani gornje usnice kontaktirala je praktičarku 16. juna 2017. Boljela su je cijela usta, a jezik je bio prekriven bijelim slojem. Također je cijeli jedan dan povraćala. Sedam dana ranije uklonili su joj cistu na grudima. Operacija je dobro prošla i rana je lijepo zacijelila. Nije mogla objasniti zbog čega se odjednom počela osjećati tako loše. Izgubila je apetit i snagu. Za temperaturu je uzimala paracetamol. Dobila je sljedeći lijek:

CC4.6 Diarrhoea + CC4.10 Indigestion + CC8.3 Breast disorders + CC9.2 Infections acute + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC11.5 Mouth infections + CC11.6 Tooth infection + CC21.7 Fungus + CC21.8 Herpes...6TD

Nije uzimala nikakve druge lijekove. Bila je presretna kad je u roku od dva dana osjetila 100%-no olakšanje kod svih simptoma. Smanjila je doziranje na **TDS** dva dana, **OD** još tri dana a nakon toga je **prestala**. Od oktobra 2017. nije imala povrata niti jednog od simptoma te se i dalje osjeća dobro.

5. Hronična astma ^{11577...India}

Mladić (22) koji je 12 godina patio od hronične astme kontaktirao je praktičara 5. marta 2016. Noću je teško disao, po danu puno lakše. Astma bi mu se pogoršala usljed prehlade ili kašlja, a ponekad bi mu se javila i bol u prsima. Uprkos tome što je proteklih 12 godina koristio alopatske lijekove uključujući inhalator, astma je istrajavala. Smatralo se da je pokreću alergeni poput prašine i polena. Dobio je:

CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.4 Asthma attack...TDS

Nije uzimao nikakve alopatske lijekove osim inhalatora po potrebi. Drugog dana došlo je do agravacije, koja je potrajala oko dvije sedmice. Međutim, pacijent je ostao ustrajan. Postepeno se učestalost napada smanjila te je uočen napredak. Krajem osme sedmice, na pacijentovo zaprepaštenje, došlo je do potpunog oporavka. Nastavio je uzimati lijek još dvije sedmice a zatim prestao. I dalje se osjećao dobro. Prilikom zadnje kontrole se ispostavilo da mu inhalator više nikad nije zatrebao jer nikad više nije dobio napad.

+++++

6. Bol u koljenu ^{02799...UK}

Muškarac (55) je posljednjih pet godina patio od jakih bolova u koljenu. Kontaktirao je praktičara 29. maja 2016. Posjetio je specijaliste a 2013. imao laparoskopsku operaciju koja nije pomogla. Koljeno mu je bilo natečeno i nije ga mogao saviti. Penjanje mu je bilo vrlo bolno. Uzimao je alopatske analgetike. Dobio je:

#1. CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC10.1 Emergencies + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.2 SMJ pain + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.7 Fractures...QDS

#2. NM36 War + NM45 Atomic Radiation + NM113 Inflammation + SM2 Divine Protection + SM5 Peace & Love Alignment + SM6 Stress + SR324 X-Ray + SR348 Cortisone...QDS

Prestao je uzimati sredstva protiv bolova prije nego što je počeo liječenje. Nakon dvije sedmice oteknuće lijevog koljena je potpuno nestalo. Bol se smanjila za 75%. Doziranje #1 i #2 je smanjeno na TDS. Nakon četiri sedmice, 28. juna 2016., oporavak je bio potpun; čovjek je mogao normalno da se kreće i savija koljeno bez ikakvih bolova. Zatim su krenuli sa smanjivanjem doziranja, oba lijeka su smanjena na BD mjesec dana, zatim na OD sljedeći mjesec i tako dalje. Pacijent se danas osjeća dobro.

+++++

7. Kamenac u bubregu ^{03522...Mauritius}

Mladić (27) je dvije godine patio od bolova u leđima, problema s probavom i aciditeta. Ovi su mu se simptomi javili nakon što mu je preminula majka. Zbog toga nije bio u stanju da se koncentrira na posao te je često uzimao bolovanje. Liječnik mu je propisao alopatske lijekove, ali oni su mu pružali samo privremeno olakšanje. Nakon teškog napada bolova u krstima, otišao je u bolnicu te su mu u decembru 2014. dijagnosticirali bubrežni kamenac. Stavili su ga na listu čekanja za litotripsiju (medicinski postupak razbijanja velikih komada kamenca zvučnim valovima). U međuvremenu je dobio paracetamol i Brufen za ublažavanje bola. Nakon trećeg posjeta bolnici i dalje je bilo na listi za litotripsiju jer je zadnji pregled ultrazvukom potvrdio prisustvo kamenca. Osjećajući se bespomoćno, mladić se 27. maja 2015. obratio praktičarki koja mu je dala: **CC4.10 Indigestion + CC13.5 Kidney stones + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS**

Nakon mjesec dana vibrica uporedo s alopatskim analgeticima, pacijent je izjavio da osjeća 50%-no poboljšanje svih simptoma. Bio je sretan da mu se bol u leđima smanjila i urijedila. Nastavio je uzimati isti lijek te krajem trećeg mjeseca više nije imao problema s probavom niti je patio od aciditeta. Bol u leđima je također nestao. Prilikom sljedećeg ultrazvučnog pregleda nisu otkrili nikakav kamenac. Prestao je uzimati analgetike, ali je nastavio uzimati vibrice TDS još šest mjeseci nakon čega je smanjio na OD. Od oktobra 2017. nije doživio relaps, a kako bi spriječio razvoj kamenca, nastavlja uzimati kombinaciju OD.

☞ Kutak za odgovore ☞

1. *Pitanje:* Moja pacijentica koristi Vibrioniku na sebi s izvrsnim rezultatima. Strastvena je vrtlarka i odlučna u tome da Vibrioniku koristi i za svoje biljke. Želi znati postoje li još neki lijekovi za zaštitu od štetočina osim Tonika za biljke.

Odgovor: Da, **SR264 Silicea** je uspješno korištena za nametnike i zdrav rast biljaka; pogledajte Glasnik 2013-07 sveska 4, broj 4 za više informacija.

+++++

2. *Pitanje: Koja je procedura za smanjivanje doziranja kada nekoga tretiramo odašiljanjem vibracija na daljinu?*

Odgovor: Slijedite uobičajenu proceduru opisanu u priručnicima za praktičare.

3. *Pitanje: Da li djeca doživljavaju reakciju izbacivanja toksina?*

Odgovor: Da, djeca mogu doživjeti reakciju jer možda u sebi imaju toksine koje su naslijedili ili akumulirali usljed vakcinacija.

4. *Pitanje: Da li moja pacijentica treba nastaviti uzimati lijek dok posti?*

Odgovor: Da, trebala bi nastaviti s normalnim doziranjem jer će to brže eliminirati toksine.

5. *Pitanje: Uvijek prvu dozu lijeka stavljam u usta pacijenta. Da li trebam isto tako prvi put utrljati kremu na kožu kada je riječ o vanjskoj primjeni?*

Odgovor: Ne, praktičaru nije dozvoljeno dodirivati pacijenta koji bi trebao aplicirati kremu lično. Ako ne može dosegnuti odgovarajući dio tijela, onda skrbnik ili bližnji to može obaviti za njega/nju. Preporučujemo da za kremu koristite špatulicu kako ne biste cijeli zalihu kontaminirali prstima. Ako osoba boluje od zarazne bolesti, onda ni skrbnik ne bi trebao rukama direktno aplicirati kremu već bi trebao poduzeti posebne mjere zaštite kao npr. koristiti rukavice.

6. *Pitanje: Jedan praktičar je u glasniku spomenuo kako CC11.2 nije pomoglo djetetu za alopeciju, ali je nozod jako pomogao rast kose. Molim vas da mi kažete kako mogu napraviti nozod?*

Odgovor: Kako biste napravili nozod morate koristiti mašinu koju imaju svi SVP. Predlažem da težite višem stepenu obuke. Ako želite da napredujete do nivoa SVP praktičara, molim vas da kontaktirate svog nacionalnog koordinatora. Kako biste dobili lijek za pojedinačnog pacijenta, kontaktirajte SVP u svojoj regiji.

7. *Pitanje: Postoji li neka preporučena molitva dok čekamo da nam se lijek napravi u SRHVP ili dok tresemo bočicu s globulama u obliku broja osam, kao što su molitva iscjeljenja ili Gayatri mantra?*

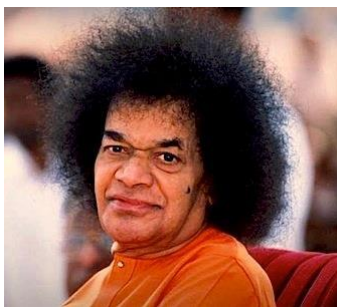
Odgovor: Ne, možete izreći bilo koju molitvu ili mantru, samo ostanite fokusirani na Božansko iznutra.

8. *Pitanje: Pacijenti koji su ovisni o velikim količinama kafe žele znati dali je u redu piti kafu bez kofeina?*

Odgovor: Zapravo, problem nije u kafeinu već u radijaciji koju kafa sadrži! Međutim, treba spomenuti da su mnoge namirnice kao što su banana, mrkva, krompir, lima grah i brazilski orah (na vrhu liste), koje sadrže visok nivo kalija i radija, također radioaktivne. Zapravo, i ljudsko tijelo je blago radioaktivno. Naša ranija preporuka izbjegavanja kafe temeljila se na homeopatskom naslijeđu koje zabranjuje konzumiranje kafe. Međutim, baveći se Vibrionikom skoro 25 godina te zahvaljujući povratnim informacijama brojnih praktičara zaključili smo da se, što se radijacije tiče, ispijanje kafe ne razlikuje od jedenja bananje. Sve dok slijedimo pravilo da ništa ne jedemo i ne pijemo 20 minuta prije i poslije uzimanja lijeka, sasvim je u redu piti kafu bez straha od smanjivanja djelotvornosti vibrica.

9. *Pitanje: U pravilu u bočicu s globulama stavljamo samo jednu kapljicu uobičajene kombinacije (CC). Kako u bočici ima oko 60 globula, nalazim da kap upije svega 10 globula. Ne vidim kako jedna kapljica može dospjeti do preostalih 50 globula uprkos treskanju koje radimo s osmicom.*

Odgovor: U pravu ste kad kažete da jedna kapljica ne može doći u doticaj sa svim globulama, ali recimo da kapljicu ušije 10 globula na vrhu bočice. Kada tresete bočicu crtajući figuru broja osam u zraku u horizontalnoj ravni, vibracije iz ovih 10 globula će se instantno prenijeti na 20 globula koje su u dodiru s njima, a zatim po istom principu na ostale globule koje su u dodiru s tih 20, itd. Za nekoliko trenutaka sve će globulice biti natopljene iscjeljujućim vibracijama.



☪ Božanske riječi Vrhunskog Iscjelitelja ☪

“Ptice i zvijeri ne pate od srčanih i probavnih problema kojima je čovjek sklon. Uzrok tome je prirodna hrana koju životinje konzumiraju, za razliku od ljudskih bića koja usljed robovanja jeziku konzumiraju sve vrste pržene i kuhane hrane. Savremeni čovjek konzumira mnoge vještačke namirnice i cijeli niz alkoholnih pića koji su štetni po zdravlje. Ptice i zvijeri vode prirodan način života, dok vještački stil života današnjeg čovjeka ostavlja velike posljedice na njegovo zdravlje. Kada se čovjek pridržava principa umjerenosti u ishrani može izbjeći većinu bolesti. U cijelom rasponu Božijeg stvaranja samo čovjek posjeduje sposobnost razlučivanja. Ta ga sposobnost razlikuje od životinja. Čovjek bi trebao primjenjivati slobodu odlučivanja te koristiti razbor kad je riječ o njegovim prehrambenim navikama.”

...Sathya Sai Baba, “Hrana, srce i um” govor, 21. januar 1994
<http://www.ssbpt.info/ssspeaks/volume27/sss27-03.pdf>

+++++

“Trebali bismo biti spremni služiti drugima umjesto da biramo da drugi služe nas. Osim toga, nema ničega naročito pohvalnog u služenju onima koji su iznad nas, jer su oni u poziciji da zahtijevaju usluge od posluge. Služiti onima koji su u istom položaju kao i mi također nije pohvalno. Služiti treba onima kojima je teže nego nama i na koje je svijet zaboravio.”

...Sathya Sai Baba, “Rođen da služe” govor, 19. septembar 1987
<http://www.ssbpt.info/ssspeaks/volume20/sss20-26.pdf>

☪ Obavještenja ☪

Predstojeće radionice

- ❖ **Indija Puttaparthi:** SVP radionica 24-28. novembar 2017, kontaktirati Hem na 99sairam@vibrionics.org
- ❖ **Indija Puttaparthi:** AVP radionica 17-21. februar 2018, kontaktirati Lalithu na elay54@yahoo.com ili putem telefona na 8500-676 092
- ❖ **Indija Puttaparthi:** AVP radionica 22-26. juli 2018, kontaktirati Lalithu na elay54@yahoo.com ili putem telefona na 8500-676 092
- ❖ **Indija Puttaparthi:** AVP radionica 18-22. novembar 2018, kontaktirati Lalithu na elay54@yahoo.com ili telefonom na 8500-676 092
- ❖ **Indija Puttaparthi:** SVP radionica 24-28. novembar 2018, kontaktirati Hem na 99sairam@vibrionics.org

☪ Dodatak ☪

Savjeti za zdravlje

Upoznajte svoj krvni pritisak (KP) i uživajte normalan pritisak do kraja života!

1. Mehanizam vitalnog pritiska¹⁻⁵: Svaki put kada srce napravi otkucaj, ono pumpa krv obogaćenu kisikom u arterije. To se naziva sistolični krvni pritisak i tad je pritisak najveći. Kada srce odmara između dva otkucaja, pritisak u krvi opada. To se naziva dijastolični pritisak. Tijelo ima mehanizme pomoću kojih

srce, vene, bubrezi itd. promptno sarađuju kako bi u skladu s potrebama tijela modulirali ili održali pritisak i protok krvi u tijelu. *Bez protoka krvi tijelo ne bi dobilo kisik koji mu treba kako bi preživjelo.*

Krvni pritisak se obično izražava brojem gdje se sistolični pritisak prikazuje ispred ili iznad dijastoličnog. Generalno se smatra da 120/80 (mm Hg) predstavlja normalan pritisak. U medicinskom govoru 119/79 ili niže je normalan krvni pritisak. 140/90 se naziva visoki krvni pritisak ili hipertenzija. Sistolični između 120 i 139 i dijastolični između 80 i 89 nazivaju se predhipertenzijska faza što znači da osoba može oboljeti od visokog krvnog pritiska ako nešto ne poduzme.

Visok krvni pritisak se dešava kada je sila koja pritišće zidove krvnih sudova konzistentno visoka. To dovodi do napornijeg rada srca koje se izlaže riziku od moždanog udara, srčanog napada, bolesti bubrega, problema s vidom, pa čak i smrt ukoliko se ne otkrije na vrijeme. Može uzrokovati opadanje kognitivnih funkcija, demenciju i Alzheimerovu bolest.

2. Simptomi visokog pritiska³⁻¹²: Jedna od opasnosti visokog pritiska jeste da osoba može biti nesvjesna da ga ima. U većini slučajeva visok pritisak ne proizvodi simptome. Jedan od početnih znakova bi mogla biti vrtoglavica koju osjetimo kada spustimo glavu. Ne mora se bolovati od glavobolja ili krvarenja iz nosa kako se općenito vjeruje. Osoba može imati zastrašujuće simptome kao što su teška glavobolja, zamućenje vida, intenzivna iscrpljenost ili konfuzija, kratkoća daha, bol u prsima, neredovni otkucaji srca, lupanje u prsima, vratu, ušima ili krv u mokraći usljed nekog pozadinskog medicinskog stanja koje može dovesti do vrlo visokog pritiska. Iako je etiketirana kao *tih ubica bez simptoma*, hipertenzija se može spriječiti i liječiti.

3. Očigledni uzroci visokog pritiska³⁻¹³: Visok pritisak se može pripisati prirodnoj posljedici starenja, ali istraživanja tvrde da je visok pritisak posljedica dugogodišnjeg konzumiranja hrane bogate zasićenim životinjskim proizvodima, ulja, rafiniranog šećera, procesirane hrane i soli. Naslage koje sadrže kolesterol počinju da se talože na zidovima arterija, zbog čega se vremenom arterije sužavaju i gube elastičnost. To dovodi do nezdravog porasta pritiska u krvi.

Poznato je da namirnice bogate škrobom kao što su hljeb, pasta, kukuruz, bijela riža i krompir podižu nivo inzulina. To dovodi do retencije natrija i eliminacije magnezija iz tijela, što zauzvrat sužava krvne žile i podiže pritisak. Drugi faktori su: povišen nivo mokraćne kiseline, loša ishrana u djetinjstvu, izloženost olovu, konstantno zagađenje zraka i buka, alkohol, pušenje, poremećaji sna i *metabolični sindrom*, što znači da je osoba već unutar grupe rizičnih faktora odgovornih za oboljenje srca, dijabetes i moždani udar (blisko povezan s pretilošću, debljinom i manjkom fizičke aktivnosti). Ostali okidači mogu biti *konstantna anksioznost, stres i nervna napetost*. Nažalost, ovaj tako bitan faktor u prošlosti je većina liječnika u potpunosti zanemarivala.

4. Lažne uzbune^{3,11-16}: Očitanje krvnog pritiska može značajno varirati od dana do dana, čak i iz sata u sat. Stoga ne treba paničiti ako mjerenje ponekad ukazuje na visok pritisak. Kako bi se spriječilo pogrešno očitanje, treba odvojiti par trenutaka da se smirimo, duboko udahnemo i opustimo prije nego pristupimo mjerenju pritiska. Drugo mjerenje se može obaviti nešto kasnije kako bi se provjerilo da li je pritisak u međuvremenu spao. Napetost, nepravilna veličina manžete te neispravan položaj ruke (koja u slučaju ručnog aparata treba biti pod pravim uglom u odnosu na tijelo) može rezultirati očitanjem koje pokazuje pritisak veći za 10% što će proizvesti lažnu uzbunu. Idealno je izmjeriti pritisak po jednom na svakoj ruci. Istraživanja pokazuju da značajna razlika između lijeve i desne ruke može ukazivati na probleme s cirkulacijom. Postoje i istraživanja koja govore o djelovanju različitih položaja tijela na pritisak¹⁴.

Značajni problemi sa zdravljem mogu se javiti samo kada pritisak ostaje konzistentno i hronično visok, inače ne. Treba imati najmanje tri očitanja povišenog pritiska u rasponu od nekoliko sedmica prije nego što se zaista dijagnosticira hipertenzija. Međutim, za vrijeme akutne nelagode, bilo kakva indikacija visokog KP-a treba se trenutno tretirati. Također se treba upoznati s normama provjeranja i praćenja pritiska kod kuće¹⁶.

5. Visok KP nas upozorava na^{3,13}: Visok pritisak nas upozorava na oboljele arterije ili bolestan krvožilni sustav i treba ga tretirati bez odlaganja. S obzirom na to da se ne radi o bolesti već samo o indikatoru medicinskog stanja koje je u pozadini, lijekovi za KP mogu u najboljem slučaju površno tretirati simptome pružajući lažni osjećaj sigurnosti, dok u pozadini bolest možda napreduje.

6. Suptilniji aspekt KP-a^{18,41}: Za razliku od infekcije koja predstavlja spoljnji napad, hronično oboljenje kao što je KP nastaje unutar tijela. Kada je svaka stanica u tijelu temeljno programirana na zdravlje, možemo se zapitati zašto onda tijelo kreira bolest. To znači da je na ćelijskom nivou nešto temeljno ispalo iz ravnoteže. S obzirom na to da je problem NASTAO iznutra, RJEŠENJE se također nalazi unutra. Duhovni učitelji i sveti spisi nam govore da unutar svakoga od nas postoji dimenzija inteligencije i

kompetencije koja nam pomaže da 'popravimo' ćelije i povratimo zdravlje. Tome bi trebalo pristupiti kroz prirodne tijelo-um-dah energetske metode umjesto ovisnosti o hemijski supstancama koje tijelo mogu lišiti njegovih esencijalnih minerala. Sai Vibrionika je pomogla mnogim liječnicima da smanje ovisnost svojih pacijenata o lijekovima za pritisak tako što im je stabilizirala šećer i smanjila KP.

7. Nizak KP¹⁹⁻²⁰: 90/60 ili manje se naziva nizak krvni pritisak ili hipotenzija. Nizak pritisak bez simptoma ili signala nije nezdrav. Neki ljudi mogu imati KP 90/50 bez ikakvih simptoma. Ali oni sa visokim KP mogu razviti simptome niskog KP-a čak i ako im rezultat mjerenja glasi 100/60. Za razliku od visokog, nizak KP se prepoznaje po znacima slabog protoka krvi a ne prema specifičnom broju. Kada je protok krvi suviše slab da dopremi kisik i hranjive tvari vitalnim organima kao što su mozak, srce i bubrezi, to može uzrokovati privremeno ili trajno oštećenje.

8. Uzroci i simptomi niskog KP¹⁹⁻²⁰: Osoba može imati nizak KP nakon napada groznice, dijareje, povraćanja, pretjeranog gubitka krvi usljed menstruacije ili drugih stanja, što može biti privremena faza koju treba tretirati na odgovarajući način. Normalno je da pritisak varira u ovisnosti o tome šta osoba radi, nivou stresa, klimatskim uvjetima, ishrani i načinu života. Ako je KP konstantno nizak, treba utvrditi pravi uzrok za to. Uzroci mogu biti genetski, starost, lijekovi, dehidracija, anemija, loša ishrana, srčano oboljenje, neurološki poremećaj, hormonski problemi, povreda ili šok.

Simptomi kao što su nesvjestica, vrtoglavica, ošamućenost, generalno osjećanje slabosti ili mučnine, zamućenje vida, konfuzija, palpitacije, nestabilnost, pojačana žeđ, mučnina prilikom ustajanja ili stajanja ili promjene položaja tijela, ukazuju na to da mozak ne dobiva dovoljno krvi ili kisika što treba tretirati odmah.

9. Održavati KP normalnim na prirodan način ^{3,21-40}:

(i) Izbjegavajte sol i slane namirnice (bilo šta s visokim postotkom natrija)

Natrijum je neophodan za balansiranje tekućina u tijelu te normalno funkcioniranje živaca i mišića. Ali ishrana koja sadrži puno natrija privlači vodu u krvotok što može povećati zapreminu krvi i pritisak. Osnovni izvor natrijuma je obična sol koja može biti prisutna u višku hljeba, peciva, sira, brze hrane, sosova, preljeva za salate, začina, pikantnih turšija i kuhane hrane. Dovoljnu količinu prirodnog natrija možemo dobiti iz voća, povrća, mliječnih proizvoda i mahunarki bez straha da ćemo preći dozvoljenu količinu.

(ii) Balansirajte natrij kalijem

Kalij nalazimo u kokosovoj vodi, jogurtu, citrusnom voću, bananama, naru, indijskom ogrozdu (amla), kajsijama, grožđicama, hurmama, suhim šljivama, lisnatom povrću, mrkvi, slatkom krompiru, paradajzu, grašku, grahu i cjelovitim žitaricama. Hrana bogata kalijem smanjuje pritisak u zidovima krvnih sudova i izbacuje natrij putem mokraće. Ona također igra važnu ulogu u balansiranju svih važnih minerala vezanih za visok pritisak te smanjuje rizik od moždanog udara te problema sa srcem i bubrežima.

(iii) Dodajte prirodni magnezij i kalcij te vitamine B3, C, E, K, i D

Magnezijum pomaže regulaciji gotovo svih tjelesnih sistema uključujući pritisak, šećer i razvoj kostiju. Nalazimo ga u tamnozelenom lisnatom povrću, cjelovitim žitaricama i mahunarkama. **Kalcij** pomaže stezanju i opuštanju krvnih sudova kada je potrebno kontrolirati pritisak. Nalazimo ga u mliječnim proizvodima, tamozelenom lisnatom povrću, bademima i sjemenkama kao što su sjemenke sezama, maka, celera i chia sjemenkama.

Vitamin B3 kojeg nalazimo u zelenolisnatom povrću i cjelovitim žitaricama održava krvne sudove snažnim i fleksibilnim te smanjuje rizik od srčanog napada. **Vitamin C** sprječava stvaranje naslaga u arterijama. Nalazimo ga u velikim količinama u voću kao što su banane, avokado, guava, dinja, bobičasto i citrusno voće i šljive. Kupus, brokoli, paradajz, krompir i slatka crvena paprika su također bogati vitaminom C.

Vitamin E, koji je neophodan za održavanje zdravlja krvnih sudova, nalazimo u orašastim plodovima kao što su bademi i lješnjaci, sjemenke suncokreta, zelenolisnato povrće, cjelovite žitarice, slatki krompir, avokado, papaja i borovnica. **Vitamin K1** koji je odgovoran za zdravo grušanje krvi nalazimo u zelenolisnatom povrću kao što su kelj, špinat, salata i mladi luk te cvjetastom povrću kao što su brokoli, kupus i karfiol, te u nekoj mjeri u fermentiranim mliječnim proizvodima, suhim šljivama, krastavcu, klicama, i sušenom bosiljku. **Vitamin K2** nastaje iz **K1** djelovanjem bakterija koje se nalaze u sluznici gastrointestinalnog trakta. **K2** održava kalcijum tamo gdje treba da bude te tako optimizira gustinu kostiju i sprječava osteoporozu.

Vitamin D je od izuzetno važan za apsorpciju kalcija u tijelu. Idealno je dobivati ga od sunca koje predstavlja jedini prirodan izvor vitamina D. Prema jednoj studiji obavljenoj u Indiji najbolje vrijeme za izlaganje suncu je između 11 i 14 sati kada se generira najveća količina vitamina D3. Jedno gledište kaže da ako se u ovom periodu dva ili tri puta sedmično izlažemo suncu 20 minuta s golim rukama, licem i

nogama, to će biti dovoljno da se proizvede dovoljna količina vitamina D. Ako niste u stanju dobiti dovoljno sunčeve svjetlosti, suplementi bi mogli biti jedini način za to, ali to bi moglo dovesti do povećane potrebe za K2.

(iv) Izbjegavajte kofein (u kafi naprimjer) u slučaju hipertenzije jer kofein stimulira nervni sistem i otpušta hormone kao što je adrenalin u krv što ubrzava puls i povećava pritisak.

(v) Pokušajte sa jedonstavnim kućnim lijekovima

Kašika **sirovog meda** u toploj vodi balansira krvni pritisak. Kažu da jedna čaša soka od **tikve sudovnjače** ili **vrga** dvaput dnevno liječi visok KP. Prema Ayurvedi, pola čajne kašike **cimeta u prahu** dnevno ili jedna čajna kašika **sjemenki korijandera** potopljenih preko noći svako jutro smanjuje krvni pritisak. **Blaga masaža kičmene moždine** kockama leda također pomaže smanjivanju pritiska. Pritiskanje kažiprsta nekoliko minuta djeluje kao prva pomoć.

(vi) Savjeti za KP

- Održavajte hidriranost organizma i naučite neku tehniku disanja, yogu, meditaciju i sl. od pouzdanih učitelja kako biste održali ravnotežu tijela, uma i daha. Također se uključite u neku grupnu aktivnost ili hobi koji volite ili u nesebično služenje kako biste savladali emotivni stres. Ako smo uvijek fokusirani na konačni cilj života, to će nam pomoći da ostanemo spokojni i usklađeni sa životom.
- Djeca koja gube živce dok igraju video igrice mogu u kasnijem uzrastu razviti visok pritisak. Roditelji bi trebali takvu djecu usmjeriti prema sportu ili drugim aktivnostima koje uključuju fizičku aktivnost. Djeca koja doje manje su sklona razvoju hipertenzije.
- Pazite na pretjeranu tjelesnu težinu i porodičnu historiju pritiska i povedite odgovarajuću brigu.

Za kraj, ključ leži u preventivnim mjerama⁴² kao što su promjena načina života u skladu sa prirodom, odgovarajuća ishrana koja podrazumijeva prirodne namirnice i redovni pregledi kako biste osigurali blagovremenu dijagnozu i odgovarajući tretman.

Reference i linkovi:

1. <https://medlineplus.gov/highbloodpressure.html>
2. <https://www.nlm.nih.gov/health-topics/topics/ms>
3. <http://media.mercola.com/assets/pdf/ebook/high-blood-pressure-special-report.pdf>
4. <https://wonderopolis.org/wonder/why-is-blood-pressure-important>
5. http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/AboutHighBloodPressure/What-is-HighBloodPressure_UCM_301759_Article.jsp#.Wd-xDCN97rk
6. <https://www.nlm.nih.gov/health/resources/heart/latino-hbp-html/learn>
7. http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/UnderstandSymptomsRisks/What-are-the-Symptoms-of-High-Blood-Pressure_UCM_301871_Article.jsp#.Wd86WCN97rk
8. <https://www.webmd.com/hypertension-high-blood-pressure/guide/hypertension-symptoms-high-blood-pressure>
9. <http://isha.sadhguru.org/blog/yoga-meditation/demystifying-yoga/is-honey-good-for-you/>
10. https://www.medicinenet.com/high_blood_pressure_symptoms_and_signs/symptoms.htm
11. <https://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2016/11/30/how-to-lower-blood-pressure.aspx>
12. <https://www.youtube.com/watch?v=Rjex2fLWWww>
13. <https://www.drcarney.com/blog/entry/high-blood-pressure-a-symptom-not-a-disease>
14. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1365-2702.2005.01494.x/abstract;jsessionid=68DE84D2914C89DEB51A0D9BD8415F1C.f02t01>
15. <https://www.health.harvard.edu/blog/different-blood-pressure-in-right-and-left-arms-could-signal-trouble-201202014174>
16. http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/KnowYourNumbers/Monitoring-Your-Blood-Pressure-at-Home_UCM_301874_Article.jsp#.WgAluCN97e0
17. <http://isha.sadhguru.org/blog/video/handle-chronic-ailments-like-diabetes-hypertension/>
18. <http://www.ishafoundation.org/us/blog/world-health-day-meditation-and-health/>
19. https://www.medicinenet.com/low_blood_pressure/article.htm
20. <https://www.webmd.com/heart/understanding-low-blood-pressure-basics#1>
21. <https://www.livestrong.com/article/482968-what-is-the-rda-of-sodium/>
22. <https://www.fda.gov/food/resourcesforconsumers/consumers/ucm315393.htm>
23. <https://newsinhealth.nih.gov/2016/01/blood-pressure-matters>
24. http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/MakeChangesThatMatter/How-Potassium-Can-Help-Control-High-Blood-Pressure_UCM_303243_Article.jsp#.WfGTFCN97v0
25. <https://www.drwhitaker.com/potassium-benefits-include-lower-blood-pressure>
26. <https://www.health.harvard.edu/heart-health/key-minerals-to-help-control-blood-pressure>
27. <https://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2012/12/16/vitamin-k2.aspx>
28. <http://www.nutritionalmagnesium.org/calcium-vitamin-k2-and-vitamin-d-must-be-balanced-with-magnesium/>
29. <https://draxe.com/top-10-vitamin-k-rich-foods/>
30. <https://www.vitaminadecouncil.org/about-vitamin-d/how-do-i-get-the-vitamin-d-my-body-needs/>
31. <https://timesofindia.indiatimes.com/life-style/health-fitness/health-news/Decoded-How-much-sun-you-need/articleshow/51406650.cms>
32. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3897581/>
33. <http://icmr.nic.in/ijmr/2008/march/0301.pdf>

34. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3942730/>
35. <http://clinical-nutrition.imedpub.com/vitamin-d-deficiency-in-indians-prevalence-and-the-way-ahead.pdf>
36. <https://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2009/10/10/vitamin-d-experts-reveal-the-truth.aspx>
37. <https://www.youtube.com/watch?v=498dM508orQ>
38. <https://www.youtube.com/watch?v=KHNk-gIIIMyc>
39. <https://www.youtube.com/watch?v=loLqad2EMjs>
40. <https://www.youtube.com/watch?v=x9Ui2tHOXg>
41. <https://www.sathyasai.org/organize/idealHealth.html>
42. <http://vibrionics.org/jvibro/newsletters/english/News%202012-05%20May-Jun.pdf>
43. <http://vibrionics.org/jvibro/newsletters/english/News%202012-07%20Jul-Aug.pdf>
44. <http://vibrionics.org/jvibro/newsletters/english/News%202014-01%20Jan-Feb-H.pdf>
45. <http://vibrionics.org/jvibro/newsletters/english/News%202014-07%20Jul-Aug%20H.pdf>

Om Sai Ram

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