

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 10, broj 3

maj/juni 2019

U ovom broju

☞ Iz pera dr. Jit K. Aggarwala	1 - 2
☞ Profili praktičara	2 - 3
☞ Slučajevi	3 - 8
☞ Kutak za odgovore	8 - 9
☞ Božanske riječi Vrhunskog Iscjelitelja	9
☞ Obavještenja	9 - 10
☞ Dodatak	10 - 14

☞ Iz pera dr. Jit K. Aggarwala ☞

Dragi praktičari

Beskrajno sam zahvalan što imam priliku obratiti vam se neposredno nakon obilježavanja *Aradhana Mahotsavam* dana našeg voljenog Bhagavana Babe, koji se obilježava i kao Dan ljudskih vrijednosti. Cijeli mjesec uoči *Aradhana* dana, žarište duhovne prakse za koju su se poklonici opredijelili a koja je bila usmjerena na pročišćenje srca i vlastitu preobrazbu, bili su ljubav i praštanje. Središnja tema Swamijevog govora u Prashanti Nilayamu za vrijeme ovogodišnjeg *Aradhana* dana bila je razvijanje jednote u cilju vlastite preobrazbe. Mi vjerujemo da su ljubav i praštanje, kao i nesebično služenje, najvažnije osobine svakog praktičara vibrionike. Iznad svega, prakticiranje vibrionike pomaže svakom praktičaru da prevaziđe prividne razlike i ubrza proces vlastite preobrazbe. Swami kaže: “*Niti pokorom niti hodočašćem niti proučavanjem svetih spisa niti putem jape osoba može preći okean života. To se može postići samo putem služenja... Služite svima s uvjerenjem da Bog boravi u svemu.*”...Sathya Sai Speaks 35. Neka se ova poruka utisne u naša srca i umove.

Imali smo blagoslov raditi s nekoliko praktičara koji su služili u duhu ove Swamijeve poruke. S tugom u srcu vas obavještavam da su nas napustila dva nepokolebljiva praktičara – dr. Nand Agarwal ^{10608...India} 9. aprila 2019. i Zoja Mentus ^{01159...Croatia} 16. aprila 2019; oboje su bili važni lideri u našoj misiji. Dr. Nand Agarwal, koji je bio SP od 2012, je skupa sa suprugom ^{02817...India} održao nekoliko kurseva obuke u Bangaloreu i Mumbaiju. Također je pružao primjernu skrb sve većem broju pacijenata kod kuće i u redovnoj vibroklinici u Dharmakshetri, Swamijevom *ashramu* u Mumbaiju. Na ličnom nivou, izgubio sam bliskog prijatelja i iskrenog kolegu. Zoja Mentus, posvećena praktičarka od 1999., bila je nacionalna koordinatorica MSSO Hrvatske. Napustila nas je nakon hrabre bitke s rakom pankreasa. Jako će nam nedostajati njezina saosjećajnost i primjerno služenje kako Sai organizaciji, tako i vibrionici.

Primjećujem da broj lokalnih mjesečnih vibrioničkih sastanaka raste širom svijeta. Raduju me entuzijazam, polet i posvećenost praktičara koji iniciraju, prisustvuju i učestvuju u tim plodnim diskusijama. Tamo gdje nije moguće organizirati sastanke uživo, predlažem korištenje internet tehnologije (Skype ili druge alate za online susrete) za premoštavanje fizičke razdaljine. Dozvolite mi da predložim i da prije svakog sastanka praktičari izaberu temu o kojoj će diskutirati te pripreme relevantne slučajeve ili iskustva kako bi sastanke učinili produktivnijim. Nakon sastanka treba napraviti sažetak diskusije i zaključke kako bi se njihov sadržaj mogao podijeliti s vibrioničkom zajednicom u cjelini.

Još neki uzbudljivi trendovi koje sam primijetio držeći radionice jesu stalno rastuća strast za prakticiranjem vibrionike kao i žeđ za tehnikama samounapređenja (s ciljem samotransformacije). To je vrlo dobar znak. Iako smo svi svjesni suštine pozitivnog razmišljanja uz kvalitete praštanja, ljubavi, saosjećanja i trpeljivosti, to uglavnom ostaju negdje u pozadini naših umova. Ja istinski vjerujem da se, kada ove temeljne vrijednosti kombinujemo sa svjesnom prisutnošću te brigu o zdravlju pružamo s intenzivnim pozitivnim

osjećanjem zahvalnosti, dešavaju čuda. Čuveni budistički učitelj, Thich Nhat Hanh, kaže: "Najdragocjeniji dar koji možemo ponuditi drugima jeste naša prisutnost. Kada ova svjesnost obgrli one koje volimo, oni će se otvoriti poput latica cvijeta."

S Eswaramma danom koji nam stiže, prakticirajmo pružanje majčinske ljubavi i saosjećanja svakom biću koje sretnemo uključujući i sve one kojima odašiljemo vibracije. Neka svi budemo sretni i radosni!

U služenju Saija s ljubavlju,
Jit K Aggarwal

☞ Profili praktičara ☞

Praktičarka ^{10596...India} je završila historiju i krojački zanat, radila pet godina kao učiteljica, a zatim 18 godina kao nadzornica ispita u lokalnom koledžu. U Sai okrilje došla je 1999. nakon što je učestvovala u *Narayana sevi* u blizini svoje kuće. Od tada aktivno učestvuje u aktivnostima služenja Sai organizacije, tj. u *Prashanti sevi* dvaput godišnje, kada školsku djecu i žene u obližnjim siromašnim četvrtima i selima, u okviru programa "*Gram seva*", podučava jezicima i krojačkom zanatu. Također jednom sedmično služi u Sai pokretnoj klinici.



U dobi od 24 godine odlučila se posvetiti svom dječijem snu uzgojivši nekoliko ljekovitih biljaka kod kuće. Uz pomoć njih u proteklih 40 godina liječi sebe, porodicu, susjede i životinje. Naprimjer, pravi rijetku supu od domaćeg dugog bibera (pipali) za pomoć kod prehlade, kašlja i bolova u zglobovima, te pastu od kandvela (*Cissus quadrangularis* – vrsta vinove loze, prim. prev.) kod sindroma iritabilnog crijeva i preloma, te na pari kuha lišće petolisnog divljeg

bibera za zaštitu od komaraca i ublažavanje astme. Virusna groznica njene unuke s osipom nestala je u roku od jednog dana uz pomoć ove pare. Sretna je kad može podijeliti svoje poznavanje i iskustvo s ljekovitim biljkama kada je pozovu u susjedstvu, lokalnim školama i sastancima Samitija.

Za Sai Vibrioniku je saznala 2009. kada je medicinski kombi posjetio njihovo mjesto. Odmah je ugovorila termin sa obližnjim praktičarom za sina koji je patio od učestale respiratorne infekcije. Bila je sretna i iznenađena kada se njen sin uz pomoć vibrionike oporavio vrlo brzo. U aprilu 2009, kada je u Dahrmakshetri, u Mumbaiju, održana prva vibrionička radionica, postala je AVP. Kasnije, 2013. postala je VP.

Praksu je započela tako što je počela liječiti svoje proširene vene. Jednom mjesečno posjećivala je obližnji dom za stare kako bi pomagala njegovim stanarima. Kad je postala praktičarka, počela im je davati **CC3.1 Heart tonic + CC4.1 Digestion tonic + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC12.1 Adult tonic + CC13.1 Kidney & Bladder tonic...TDS** što je dovelo do toga da se osjećaju energičnijim i spokojnijim. To je također pomagalo prevenciji oboljenja izazvanih kontaminacijom vode i hrane u domu.

Uporedo s tri AVP-a u dva obližnja hrama prakticira svakog drugog četvrtka i subote, a dva volontera im pomažu tako što označavaju bočice i pune ih globulama. Bila je u prilici dosad pomoći preko 11 000 pacijenata, uglavnom siromašnih. Pored različitih akutnih oboljenja, uspješno je tretirala hronična oboljenja kao što su proširene vene, astma, artritis te oboljenja kože kao što su psorijaza i ekcem. Naročito je bila uspješna kod brojnih poremećaja spavanja izazvanih visokim nivoom stresa života u Mumbaiju.

Kaže da joj je timski rad bio izvor velike radosti i učenja te osnažio njezin osjećaj jedinstva s drugima, iznutra i izvana. Vrlo je zahvalna Swamiju što joj je podario ovu zlatnu priliku da služi. Beskrajno je sretna kada posmatra radosna lica pacijenata koji dožive izlječenje.

Redovno ažurira svoje znanje putem Glasnika. Porođične obaveze su je spriječile da u protekle tri godine posjeti Puttappathi, ali nikada ne propusti priliku da prisustvuje seminarima obnavljanja znanja u Mumbaiju. Bila je vrlo sretna kad je na nedavno održanom seminaru saznala da se bolesti mogu spriječiti ako se **CC12.1 Adult tonic i CC17.2 Cleansing** uzimaju godinu dana svakog mjeseca naizmjenično. Počela je predlagati i davati ove kombinacije svojim pacijentima, uključujući i sebe.

Practiciranje vibrionike podstaklo je njezino samopouzdanje pomogavši joj da se svakodnevnim problemima nosi bez suvišnog opterećenja. Uvjerena je da pomoću vibrioničke prakse osoba može postići čistoću koja vodi ka božanskosti. Smatra do oni koji žive u nagužvanim i velikim gradovima poput Mumbaija trebaju završiti obuku i postati praktičari za vlastito dobro te kako bi povelu brigu o porodici,

susjedima, prijateljima te društvu u cjelini! Vrlo je zahvalna što joj je vibrionika pomogla u njenoj preobrazbi. To njenoj porodici, koja je nalazi vrlo uzemljenom, predstavlja veliku radost.

Slučajevi koje dijeli:

- [Leukoreja](#)
- [Fleke na dlanovima](#)
- [Hronično začepljenje sinusa](#)



Praktičar ^{02836...India}



je diplomirao poljoprivredu, povukao se u mirovinu 2007. kao viši službenik Odjeljenju za parkove i vrtove pri vladi Maharashtre. Naslijedio zanimanje za prirodu i prirodne načine liječenja od djeda naturopata. Osnove homeopatije naučio je za vrijeme službovanja u Vladi od prijatelja homeopata te je iz hobija tretirao porodicu, prijatelje i kolege na poslu. Nakon što je ranih 80-ih došao u Swamijevo okrilje, uključio se u različite duhovne aktivnosti Sai organizacije. Godine 2009, za vrijeme jednog *bhajan* sastanka četvrtkom koji se održavao njegovoj kući, saznao je da će se u Mumbaiju održati vibrionička radionica. Istog trena se suprugom prijavio. U maju 2009. postali su AVP, a u januaru 2011. VP. Poslije toga je u Prashanti Nilayamu u oktobru 2011. završio obuku za SVP.

S punom vjerom u proteklih 10 godina tretirao je preko 4000 pacijenata u svojoj kući. U slučajeve koje je uspješno tretirao spadaju leukemija, srčani i probavni problemi, tinitus, hipotireoza, opadanje kose, glavobolja, ulceri u ustima, bubrežni kamenac, psihološki poremećaji, bolovi u zglobovima i kožne infekcije, uporedo s čestim oboljenjima kao što su prehlada, kašalj, groznica i sl. Postigao je uspjeh u svih pet slučajeva gubitka govora; jedan takav je naveden pod '*Slučajevi*'.

Kako bi pacijentima koji boluju od hroničnih oboljenja pružio brzu pomoć, daje lijekove samo na osnovu simptoma i ne troši mnogo vremena na analizu ili pokušaj otkrivanja uzroka. Nalazi da s tim pristupom prilikom prvog pregleda, nakon jedne ili dvije sedmice, većini pacijenata bude bolje, što im pomaže da izgrade povjerenje u njega i vjeru u vibrioniku. U onim slučajevima gdje se pokaže da je napredak spor, pokušava prepoznati uzrok i načiniti odgovarajući lijek koristeći 108CC kutiju ili SRMP prema potrebi.

Prema njegovom mišljenju, uzevši u obzir savremeni način života koji podrazumijeva visok nivo stresa te izvore zagađenja i zračenja u životnoj okolini, svakom pacijentu treba dati kombinaciju za smirenje uma i jačanje imuniteta. Prema njegovom iskustvu, dodavanje **CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.1 Brain disabilities** postojećoj kombinaciji pomoglo je velikom broju njegovih pacijenata da se osjećaju energičnije te ubrzalo proces iscjeljenja.

Zapanjuje ga koliko je različitih bolesti pokriveno sa 108 uobičajenih kombinacija. Divi se čudesnom učinku vibrionike i tome kako biljke, životinje i ljudi prime odgovarajući vibraciju i postignu izlječenje. Ispunjen je zahvalnošću Bogu na ovoj jedinstvenoj prilici da liječi, naročito siromašne koji sebi ne mogu priuštiti skupe medicinske tretmane.

Slučajevi koje dijeli:

- [Gubitak govora](#)
- [Napadi crne magije](#)



☪ Slučajevi ☪

1. Leukoreja ^{10596...India}

Žena (38) je proteklih šest godina patila od bijelog iscjetka neprijatnog mirisa. To ju je učinilo preslabom da obavlja dnevne zadatke te je postala vrlo depresivna. Nije pokušala ni sa kakvim drugim tretmanima jer ih nije mogla priuštiti. 17. novembra 2017. je dobila:

CC3.7 Circulation + CC8.1 Female tonic + CC8.5 Vagina & Cervix + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.3 Skin allergies...TDS

U roku od pet dana iscjedak i slabost su se smanjili za 25%, a u roku od mjesec dana iscjedak i neprijatan miris su u potpunosti prestali. Više se nije osjećala niti slabom niti depresivnom. 17. decembra 2017. doziranje je smanjeno na **BD**, a dva mjeseca poslije na **OD**. Pacijentica nastavlja uzimati lijek **OD** jer ne želi dalje smanjivati dozu. Simptomi se nisu vratili od aprila 2019.



2. Fleke na dlanovima ^{10596...India}

Žena (51) je proteklih godinu dana imala debele crne fleke na dlanovima praćene svrabom. Potrošila je veliku količinu novca na alopatski tretman, ali bez rezultata. Stanje kože činilo ju je vrlo depresivnom. Pretpostavila je da je možda alergična na sapun za ruke. 9. septembra 2016. je dobila:

CC3.7 Circulation + CC10.1 Emergencies + CC21.2 Skin infections + CC21.3 Skin allergies...TDS da uzima oralno i u ulju za vanjsku primjenu.

U roku od dvije sedmice svrab je prestao, a fleke na oba dlana postale su svjetlije za 25%. U sljedeće dvije sedmice posvijetlile su dalje. Nakon 14 sedmica, 21. decembra 2016., fleke su u potpunosti nestale. Žena nije mogla vjerovati da je tako djelotvoran i posvećen tretman moguć bez naplate i stoga je bila vrlo zahvalna. Više se nije osjećala depresivnom. Doziranje je u naredna dva mjeseca smanjeno na **OD**, a zatim prekinuto. Gospođa je kasnije izvijestila da bez problema koristi sapun čak i dva mjeseca nakon što je prestala uzimati lijek.

3. Hronično začepljenje sinusa ^{10596...India}

Gospodin (82), slijepi stanovnik doma za stare u Mumbaiju, proteklih osam godina patio je od bolnog začepjenja nozdrva i sinusa što je rezultiralo poremećajem sna. Uzimao je alopatski lijek, ali bez rezultata. Prestao ga je uzimati nakon što je od januara 2019. počeo živjeti u domu za stare. Bio je vrlo nesretan zbog svog stanja i očajnički trebao pomoć.

19. januara 2019. je dobio:

CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.5 Sinusitis...TDS

Kada je nakon mjesec dana praktičar posjetio dom za stare, pacijent je izvijestio da je nakon tri dana uzimanja počeo dobro spavati. Začepljenje nozdrva i sinusa je također počelo da se smanjuje i do tog trenutka je potpuno nestalo, kao i bol. 19. februara doziranje je smanjeno na **OD**. Kako mu je lijek pomogao da bolje spava, nije htio smanjivati dozu. Od aprila 2019. nije bilo povrata simptoma; pacijent je sretan i nastavlja uzimati lijek **OD**.

4. Gubitak sposobnosti govora ^{02836...India}

Muškarac (32) je na svoj užas u ranim jutarnjim satima 30. marta 2010. shvatio da je izgubio moć govora i uskoro zatim izgubio svijest. Vrlo brzo je primio alopatski tretman, ali mu to nije pomoglo. Nakon gotovo tri mjeseca, njegov nadređeni na poslu je saznao za vibrioniku i zamolio praktičara da ga tretira.

20. juna 2010. pacijent je dobio:

#1. CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.1 Brain disabilities...TDS

#2. CC19.7 Throat chronic...TDS

Pacijent je povratio govor u roku od osam dana. Lično je telefonirao praktičaru kako bi mu prenio dobre vijesti. Savjetovano mu je da nastavi lijek uzimati **TDS**. Nakon dva mjeseca, osjećao se potpuno izliječenim te na svoju ruku prestao s uzimanjem. Četiri godine kasnije slučajno je naletio na praktičara i rekao mu da se otada osjeća sasvim dobro i da se problem nikada nije vratio.

5. Napadi crne magije ^{02836...India}

Ženu (35), snažnu i krupne građe, praktičaru je 15. septembra 2010. doveo njezin suprug. U posljednjih deset godina patila je od napada negativnih energija. Ušlo joj je u naviku da vrišti, koristi prostačke riječi i tuče sina i ćerku u tinejdžerskom uzrastu, pa čak i muža, svaki drugi dan. Bila je na alopatskom tretmanu protekle tri godine, ali bez uspjeha.

Praktičar joj je pripremio sljedeći lijek:

#1. CC15.2 Psychiatric disorders...TDS

Zamolio je pacijenticu da neko vrijeme sjedi mirno, a zatim joj je stavio prvu dozu u usta. Zamolio ju je da duboko diše zatvorenih očiju i da se pet minuta koncentriše na ritmično disanje dok se on moli za nju. Uskoro je ugledao crnu sjenu, dužine otprilike 10 cm, kako izranja s desne strane njenog lica i kreće se ka lijevoj. Žena je počela da jeca i plače, a zatim se nakon nekoliko minuta smirila.

Nakon tri dana su izvijestili praktičara da je žena nešto mirnija, iako je nastavila da ih verbalno napada. Kako nije dobro spavala, #1 je pojačan sa:

#2. CC15.6 Sleep disorders + #1...TDS

Nakon sedam dana, pacijentkinja je sa suprugom posjetila praktičara i podijelila s njim svoje viđenje toga kako su napadi počeli. Jednog dana još dok je bila tinejdžerica, dok je plivala u rijeci, osjetila je kako joj nešto dodiruje tabane. Podigla je predmet i shvatila da se radi o slatkoj statui koju je potom donijela kući. Otrpilike 10 godina kasnije počela je dobivati napade. Jedan učenjak koji je dobro upoznat s okultnim znanjima joj je rekao da baci lutku tamo gdje ju je našla, što je ona i učinila. Ali to nije zaustavilo ispade. Međutim, u roku od mjesec dana uzimanja vibrica, osjetila se spokojnijom, a intenzitet ispada spao je na minimum. Stoga je dobrovoljno prestala uzimati alopatske lijekove.

Uzimala je #2 ukupno tri mjeseca za vrijeme kojih su njeni ispadi nasilja i verbalne agresije potpuno prestali. Posljednji kontakt sa praktičarom desio se nekad 2017. godine kada mu je pacijentica izrazila zahvalnost potvrđi da se napadi više nikada nisu ponovili.

6. Lupus ^{03571...Thailand}

U junu 2018. kolegica (26) praktičara je dobila osip po rukama i licu te razvila crvenilo s unutrašnje strane ušiju. Ne samo da joj je lice bilo otečeno, već su joj i fleke po licu bile istaknute i veličine oko 4 cm (zbog čega nije željela da se slika). Dermatolog joj je propisao antialergijski lijek (cetirizin) dva puta dnevno. Kad joj je praktičar predložio da uzme vibrionički lijek, ona nije htjela jer joj je doktor rekao da ne uzima niti jedan drugi lijek. Pored toga, uradila je biopsiju kože samo dva dana ranije i iščekivala rezultat. Kada joj je praktičar opisao blagodeti vibrionike i činjenicu da ona ne izaziva nuspojave, pristala je da je koristi za vanjsku primjenu.

25. avgusta 2018. praktičar joj je dao:

CC8.1 Female tonic + CC21.2 Skin infections + CC21.3 Skin allergies + CC21.7 Fungus...TDS u ekstradjevičanskom kokosovom ulju za vanjsku primjenu

Nakon tri dana praktičar je primijetio da je osip na rukama i licu izbljedio; crvenilo na ušima je gotovo nestalo. Za manje od dvije sedmice nije bilo traga osipu, crvenilu ili otečenosti lica. Nakon još dvije sedmice prestala je uzimati cetirizin, ali je nastavila koristiti vibrionički lijek još mjesec dana, do 20. oktobra 2018, kad je prestala s uzimanjem jer je imala osjećaj da se izliječila. Kako se preselila na drugu lokaciju, praktičar je nije imao priliku vidjeti, ali mu je pacijentica poručila da je biopsija pokazala da je prethodno imala lupus koji je nestao uz pomoć vibrioničkog tretmana. Do 30. aprila 2019. je prošlo više od šest mjeseci od pojave osipa, a problem se nije vratio.

7. Erlihioza, panosteitis kod psa ^{03571...Thailand}

Praktičar se upravo vratio kući nakon što je u julu 2018. stekao zvanje AVP-a. Otišao je kod prijatelja u komšiluku da uzme svog dvogodišnjeg psa Brownija i bio šokiran kada ga je zatekao u paralizovanom stanju (vidi sliku).



Brownij je je kao vreća kostiju i mesa bez duha. U trenutku kad ga je podigao da ga pomiluje, pas je pao licem na tlo bez postojanosti ili osjećaja ravnoteže. Izgledao je iscrpljeno i izgubio je 4 kg.

Praktičar mu je 6. avgusta 2018. dao sljedeći lijek u zdjelu s vodom:
1. CC1.1 Animal tonic + CC18.4 Paralysis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine + CC20.7 Fractures...6TD

Nakon tri dana, kako nije bilo znakova poboljšanja, odveo ga je obližnjem veterinaru. Dijagnoza je glasila erlihioza, zarazna bolest koja se širi ugrizom krpelja; propisani su mu antibiotici i analgetici.

U isto vrijeme, praktičar mu je 9. avgusta 2018. počeo davati novu kombinaciju #2:

#2. CC9.4 Children's diseases + CC10.1 Emergencies + CC17.2 Cleansing + CC18.5 Neuralgia + CC21.4 Stings & Bites + CC21.11 Wounds & Abrasions + #1...6TD, najprije u zdjelu s vodom, a

kasnije u usta pomoću šprice jer je Brownny prestao da pije vodu iz zdjele.

Brownnyjevo stanje je počelo da se popravlja. U roku od sedam dana počeo je polako da hoda iako je i dalje hramao na prednju desnu nogu. Nakon još sedam dana, ozdravio je i ostao takav tri sedmice. Praktičar je njegov brzi oporavak pripisao oporavak korištenju vibrionike uporedo sa alopacijom.

Međutim, noge su mu počele da se koče i u roku od sedam dana, 18. septembra 2018, ponovo je postao paralizovan te počeo ječati od bola. Bilo je bolno posmatrati ga u tom stanju. Praktičar ga je ponovo odveo veterinaru koji ga je nekoliko dana tretirao antibioticima i protuupalnim injekcijama. Stanje u kojem se nalazio zove se panosteitis i podrazumijeva pomjeranje bola od jednog ekstremiteta ka drugom. Erlihioza se smatra uobičajenim uzrokom bolesti. Kako u njegovom stanju nije bilo nikakvog poboljšanja, veterinar mu je savjetovao da odvede Brownnyja u bolnicu u Bangkoku kako bi mu provjerili cerebralnu tekućinu.



24. septembra 2018, pomolivši se Swamiju, praktičar je odlučio da neće Brownnyja voditi nikuda, prekinuo je alopatski tretman i dao mu potpuno novu kombinaciju:

#3. CC3.7 Circulation + CC9.1 Recuperation + CC9.4 Children's diseases + CC10.1 Emergencies + CC20.7 Fractures + CC21.11 Wounds & Abrasions... 6TD u vodi pomoću šprice u usta

Brownny je počeo postepeno da se oporavlja te je do 25. oktobra 2018. Potpuno ozdravio (vidi sliku).

Počeo je da jede i normalno trči te je povratio težinu. Stoga mu je doziranje smanjeno na **TDS**. Nažalost, sudbina je htjela da izgubi život u saobraćajnoj nesreći kada je počeo unezvjereno da trči te je izjurio na cestu u pokušaju da pobjegne od buke koju su stvarale petarde noć uoči Nove godine 2019.

8. Hronični kašalj ^{11573...India}

Dječak (16) je od treće godine patio od učestalih napada kašlja (jednom mjesečno) i groznice, koje su povremeno pratile prehlada i grlobolja. Učestalost napada se povećavala i s najmanjom promjenom klime. Svaki put bi zahvaljujući alopatskim lijekovima osjetio poboljšanje u trajanju od 5-6 dana, ali samo privremeno. Majka ga je dovela praktičaru jer je i sama probala vibrioniku i doživjela olakšanje. Dječak je u protekla dva dana imao blagu prehladu i kašalj. Ovoga puta nije uzimao alopatski lijek.

5. avgusta 2018. je dobio:

#1. SR218 Base Chakra...OD sedam dana

Nije bilo reakcije izvlačenja, već mu se stanje popravilo. Nakon razmaka od tri dana, 15. avgusta 2018, dobio je mijazam:

#2. SR252 Tub-Bac...jednu dozu

Već sljedećeg dana je izvijestio da se osjeća vrlo dobro i da nema simptome ni prehlade niti kašlja. Kako nije bilo reakcije, 30. avgusta 2018. je dobio drugu dozu **#2**. Nakon tri sedmice je izvijestio da se i dalje osjeća dobro. Kako ni ovoga puta nije bilo reakcije, nije bilo potrebe za sljedećom dozom **#2**.

Dječak je nastavio da se osjeća dobro. Izgledao je zadovoljnije i nije imao novih pritužbi s promjenom klime, čak i tokom cijele zime 2018-19. Dana 17. aprila 2019, iako nije bilo povrata simptoma, praktičar ga je uvjerio da godinu dana naizmjenično uzima **CC12.1 Adult tonic** i **CC17.2 Cleansing TDS**, svaki mjesec po jedan, kako bi osnažio svoj imuni sistem.

Praktičari koji nemaju SRMP trebaju se posavjetovati s višim praktičarom (SP).

9. Gljivična infekcija ušiju ^{11602...India}

Žena (48) je prije četiri godine razvila svrab u ušima kad joj je dijagnosticiran vanjski gljivični otitis, a pomogli su joj antibiotici i kapi za uši protiv gljivica. Stanje se vratilo prije dvije godine i smirilo uz sličan tretman. Svrab se ponovo vratio prije tri sedmice. Ovoga puta pacijentica je doživjela samo djelimično olakšanje uz pomoć alopatskih lijekova i kapi za uši.

Stoga je prestala uzimati oralni alopatski lijek i 20. januara 2019. posjetila praktičara koji joj je dao:
#1. CC5.1 Ear infections + CC12.1 Adult tonic + CC21.7 Fungus...jedna doza svakih 10 minuta sat vremena, a zatim 6TD

Za vrijeme prvog sata nije osjetila nikakav svrab, a kasnije tokom dana, samo blagi. Sljedećeg dana, ohrabrena rezultatima, prestala je uzimati i alopatske kapi za uši, a praktičar joj je umjesto njih napravio vibro kapi:

#2. CC5.1 Ear infections + CC21.7 Fungus...TDS u ekstradjevičanskom maslinovom ulju, po **jednu kap** u svako uho

Iako je u početku oklijevala da ulje koristi kao kapi za uši, na kraju je pristala da proba. Već sljedećeg dana je izvijestila da se svrab smanjio za 90%. Trećeg dana, 23. januara '19, nije bilo svraba. Doziranje **#1** je smanjeno na **TDS**. 15. februara, doziranje **#1** i **#2** je smanjeno na **OD**. Dana 1. marta 2019, specijalista za uši je otkrio da joj je ušni kanal zdrav bez traga gljivičnoj infekciji. Stoga je **#2** prekinut nakon dvije sedmice, a **#1** je u periodu od tri sedmice postepeno smanjivan sa **OD** na **OW**. Od aprila 2019. nije bilo povrata simptoma, ali pacijentica nastavlja uzimati **#1 OW**.

+++++
10. Išijas 11603...India

Žena (68) je, prema dijagnozi liječnika, prije deset godina patila od išijasa. Osjećala je jaku bol koja se pružala od leđa niz desnu nogu do gležnja. U početku je, dva mjeseca, uzimala homeopatski lijek koji joj je pružio samo djelomično olakšanje. Alopatski lijek koji je uzimala nekoliko mjeseci joj je pružio potpuno olakšanje. Bol se vratila prije dva mjeseca; kad je posjetila praktičara, nije mogla hodati kako treba. Također je u protekle dvije godine patila od pekuće senzacije u stopalima. Željela je uzeti vibrionički lijek jer je mjesec dana ranije svjedočila njegovom čudesnom učinku kad je u kasnim večernjim satima iznenada osjetila snažnu slabost, počela se obilno znojiti i gotovo se onesvijestila. Njen muž, koji je pomagao praktičarima u njihovoj vibro sevi i svjedočio učincima vibrionike, potražio je lijek kod obližnjeg praktičara. Na njihovo prijatno iznenađenje, gospođa se oporavila u roku od nekoliko minuta te tako izbjegla potrebu da je hitno vode u bolnicu te noći.

28. septembra 2018. je dobila:

#1. CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine + CC20.6 Osteoporosis...TDS

#2. CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine...BD u kokosovom ulju za vanjsku primjenu

Nakon sedam dana izvijestila je da osjeća znatno olakšanje od bola i pekuće senzacije. Sljedeće sedmice, njene pritužbe su skoro u potpunosti nestale. Nakon još dvije sedmice, 30. oktobra 2018, izvijestila je da se osjeća potpuno izliječenom od pekuće senzacije i išijasa. Doziranje **#1** i **#2** je u naredna dva mjeseca smanjeno na **OD**, zatim je još dva mjeseca postepeno smanjivano do **OW** prije nego što je 27. februara 2019. prestala uzimati lijek. Kada je kontaktirana zadnji put, 17. aprila 2019, potvrdila je da nije bilo povrata simptoma.

Praktičar joj je predložio da nastavi preventivno uzimati vibrioniku i dao joj da godinu dana naizmjenično uzima:

#3. CC12.1 Adult tonic + CC20.5 Spine + CC20.6 Osteoporosis...TDS i **CC17.2 Cleansing** svaki po mjesec dana kako bi s obzirom na historiju išijasa ojačala imunitet i koštani sistem. Također joj je savjetovao da se svaki dan izlaže najmanje pola sata suncu od 10 do 12h prije podne kako bi proizvela prirodni vitamin D.

+++++
11. Psorijaza 11580...India

Žena (61) je u protekle tri godine po šakama i stopalima imala crne fleke koje su izgledale kao nezacijeljene rane i svrbjele; to je bilo dijagnosticirano kao psorijaza. Liječila se alopatski godinu dana, a zatim je prestala jer nije bilo poboljšanja. Nije pokušala ni sa kakvom drugom medikacijom.

9. oktobra 2016. praktičar joj je dao:

#1. CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC12.4 Autoimmune diseases + CC21.10 Psoriasis + CC21.11 Wounds & Abrasions...TDS

Uzela je lijek s potpunom vjerom. U roku od mjesec dana, na njeno zaprepaštenje, crne fleke i svrab su se smanjili za gotovo 50%. U naredna dva mjeseca, sve crne fleke na šakama i stopalima su nestale, i više nije bilo svraba. Iako se osjećala izliječenom pacijentica nije željela smanjiti dozu ili prestati s uzimanjem

lijeka u žurbi te je nastavila uzimati lijek **TDS** još osam mjeseci, kada je doziranje smanjeno na **BD** devet mjeseci, potom na **OD** 6 mjeseci i konačno, u decembru 2018, na **OW**. Problem se nije vratio niti u jednom stadiju redukcije i gospođa osjeća kako je potpuno izliječena.

Iako i dalje nastavlja uzimati **#1 OW**, 25. aprila 2019. je inicirana u sljedeći ciklus za podizanje imuniteta u trajanju od godinu dana:

#2. CC17.2 Cleansing...TDS mjesec dana, a zatim naredni mjesec **#3. CC12.1 Adult tonic...TDS**.

☞ Kutak za odgovore ☞

1. *Pitanje: Da li je ijedan lijek koji se davao za vrijeme trudnoće pomogao prilikom poroda? I/ili rezultirao rođenjem izuzetno inteligentne ili duhovnosti naklonjene vibro bebe?*

Odgovor: Praktičari dijele iskustva u kojima su majke koje su uzimale vibrice za vrijeme trudnoće imale lagan porod i rađale zdravu djecu. To je bio slučaj čak i u situacijama u kojima su se očekivale komplikacije usljed historije pobačaja, mrtvorođenčadi, teškog poroda ili napada crne magije. U jednom slučaju, za vrijeme trosedmičnog ultrazvučnog pregleda pokazalo se da u maternici nedostaje jedan bubreg, i nakon tri mjeseca uzimanja vibrica, pregled je pokazao zdrav bubreg. Kasnije je u pravo vrijeme rođena zdrava i jaka beba (**Glasnik, sveska 8, broj 1, januar/februar 2017, slučaj #1**).

Što se tiče rađanja inteligentne/duhovne djece, nije napravljena niti jedna komparativna studija. Zna se da tonik za trudnoću donosi smirenost i jača imunitet kod majke. Zdrava i majka ispunjena mirom bi trebala povoljno uticati na dijete u maternici. Mnogi praktičari su izvijestili da su bebe koje se rađaju majkama koje su uzimale vibrioniku za vrijeme trudnoće naročito dobre naravi i inteligentnije u odnosu na očekivano. Nadamo se da će kako vibrionika raste i širi se više slučajeva izaći na vidjelo te da će neki praktičari poduzeti istraživanja kako bi se ustanovila djelotvornost vibrionike u tom smislu.

2. *Pitanje: Zadovoljstvo je tretirati veliki broj pacijenata za vrijeme kampova, ali praćenje slučajeva može biti teško. Koji je najbolji način za brigu o pacijentima u kampovima?*

Odgovor: U slučajevima velikih okupljanja kao što su Swamijev rođendan, **Samadhi** dan i **Guru Purnima** idealni su jednokratni kampovi. Kako biste mogli pratiti slučajeve, trebate pripremiti komadiće papira sa informacijom o tome kako kontaktirati praktičara. Jednokratni kampovi su pogodni i u urgentnim situacijama kao što su epidemije, izbijanje sezonske bolesti, prirodne katastrofe ili rat. U slučaju redovnih kampova bilo bi idealno kad bi se praktičari udružili i izabrali mjesto koje će posjećivati redovno svake ili svake druge sedmice, a najmanje jednom mjesečno, kako bi se omogućio sistematski pristup liječenju i praćenju.

3. *Pitanje: Da li hodanje u snu trebamo tretirati na isti način kao i nesanicu?*

Odgovor: Da, možete dati isti lijek, ali po jednu dozu svakih deset minuta naveče pred spavanje, do maksimalno šest doza, u ovisnosti od težine slučaja. Ako se čini da to ne pomaže, onda treba dati i **CC15.1 Mental & Emotional tonic ili SM6 Stress + SM39 Tension** prilikom jutarnjeg buđenja; to bi moglo pomoći u rješavanju pozadinskog stresa koji se nakupio tokom dana (npr. u školi ili na radnom mjestu) koji bi mogao biti uzrok. Ako ste odredili specifičan uzrok (npr. strah ili šok), onda trebate dati lijek u skladu s tim.

4. *Pitanje: Možete li nam dati kratak pregled procedure za davanje lijeka All Miasms djeci i odraslima?*

Odgovor: Za odrasle (one koji su prerasli doba puberteta): **SR560 All Miasms** se uvijek daje u dvije potencije **30C & 1M...OW**. Ukoliko se nakon bilo koje od doza javi reakcija izvlačenja, treba sačekati sedam dana dok se reakcija ne povuče prije nego što date sljedeću sedmičnu dozu. Nastavite tako koliko god je potrebno sve dok više nema vidljivog ili primjetnog izvlačenja nakon dvije uzastopne doze. Najbolje je lijek napraviti direktno u vodi uz pomoć SRMP. Ali prije nego što date bilo kakav mijazam, uključujući i **SR560 All Miasms**, preporučljivo je 3-7 dana noću davati **SR218 Base Chakra...OD** kako bi se aktivirali svi uspavani mijazmi; ne bi trebalo biti nikakvog izvlačenja. Sačekajte tri dana, a zatim dajte mijazam.

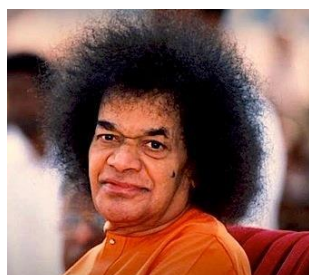
Za bebe (u starosti od 1 do 12 mjeseci): Najprije trebate dati dozu **SR218 Base Chakra** kako biste pomogli fizički rast. Jedna do dvije kapljice lijeka napravljenog u čistoj (npr. prokuhanoj i rashlađenoj) vodi

na jezik biće dovoljne. Mjesec dana nakon toga, ako je beba dobrog zdravlja, dajte joj dozu **SR252 Tub-Bac 200C**. Sačekajte minimalno dva mjeseca i ako je beba sada stara 12 mjeseci, dajte joj jednu dozu **SR560 All Miasms**. Novorođenčetu mlađem od mjesec dana ništa ne dajemo.

Za djecu između jedne godine starosti i puberteta: Počnite s jednom dozom **SR218 Base Chakra**. Nakon mjesec dana dajte dozu **SR252 Tub-Bac 200C**, a zatim nakon dva mjeseca dozu **SR560 All Miasms**.

+++++
5. Pitanje: Da li možemo dati nozod odmah ili najprije trebamo tretirati slučaj s kombinacijama iz 108CC kutije, zatim pomoću SRMP i tek na kraju uz pomoć nozoda, tim redoslijedom?

Odgovor: Općenito, nozod se preporučuje kada za neku bolest nema odgovarajuće kartice ili kada smo probali više kartica bez uspjeha. U određenim situacijama nozod se može dati smjesta, kao npr. krvni nozod u slučaju leukemije ili nozod prepoznatog alergena u slučaju alergije. Međutim, neki praktičari su postigli izvrsne rezultate koristeći nozod pljuvačke za upalu pluća, kose za opadanje kose, pljuvačke sa usne ulcere, stolice za sindrom iritabilnog kolona, itd.



☞Božanske riječi Vrhunskog iscjelitelja ☞

"Liječnici se slažu u tome da je bolest uzrokovana pogrešnim prehrambenim navikama i ne baš pametnim načinima provođenja slobodnog vremena. Ali čini se da ne znaju da je hrana riječ koja podrazumijeva širi raspon onoga 'što unosimo u tijelo'. Svako iskustvo koje se putem bilo kojeg osjetila unosi kao 'hrana' utiče na zdravlje. Kažemo "hrana za misli"; šta god vidimo, čujemo, pomirišemo ili dodirnemo utiče na tijelo; bilo to dobro ili loše. Pogled na krv kod nekih ljudi izaziva nesvjesticu; loša vijest može dovesti do šoka. Alergiju potiču neprijatni mirisi ili kada dođemo u dodir ili okusimo nešto što nije iznutra dobrodošlo. Zdrav um je uvjet zdravog tijela; u zdravom tijelu počiva zdrav duh. Jedno ovisi o drugome. Zdravlje je od suštinske važnosti za sreću; sreća predstavlja sposobnost da se bude sretan. Šta god se desi je od suštinske važnosti i za fizičko zdravlje."

... Sathya Sai Baba, "Briga o vozilu", Božanski govor, 16. oktobar 1974
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume12/sss12-48.pdf>

+++++
"Sva bića u kreaciji žive služeći drugima i nijedno se ne može smatrati superiornijim u odnosu na drugo. Svaka osoba treba služiti u skladu s vlastitim mogućnostima i u oblasti svojih aktivnosti. U ljudskom tijelu postoje različiti udovi, ali ruke ne mogu činiti ono što noge mogu, niti oči mogu obavljati dužnosti ušiju. Ono u čemu uši mogu uživati, oči ne mogu. Isto tako, među ljudskim bićima postoje razlike. Njihove mogućnosti i sposobnosti se možda razlikuju, ali svako treba služiti u skladu sa svojim sposobnostima, mogućnostima i poljem djelovanja."

.. Sathya Sai Baba, "Rođeni da služe", Božanski govor, 19. novembar 1987
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume20/sss20-26.pdf>

☞Obavještenja ☞

Predstojeće radionice

- ❖ **Indija Jalgaon, Maharashtra:** AVP radionica obnavljanja znanja 22-23. juni 2019, kontaktirati Narayana B Kulkarnija na: +91 9404490768
- ❖ **Indija Puttaparthi:** AVP radionica 17-22. juli 2019, kontaktirati Lalithu na elay54@yahoo.com ili na: 8500-676 092

- ❖ **Indija Puttparthi:** SVP radionica obnavljanja znanja 24-25. juli 2019, kontaktirati Hem na 99sairam@vibrionics.org
- ❖ **Francuska Alès - Gard:** SVP radionica 20-24. oktobar 2019, kontaktirati Danielle na trainer1@fr.vibrionics.org
- ❖ **Francuska Alès - Gard:** AVP radionica & seminar obnavljanja znanja 26-28. oktobar 2019, kontaktirati Danielle na trainer1@fr.vibrionics.org
- ❖ **Indija Puttparthi:** AVP radionica 17-22. novembar 2019, kontaktirati Lalithu na elay54@yahoo.com ili na: 8500-676-092
- ❖ **Indija Puttparthi:** SVP radionica 24-28. novembar 2019, kontaktirati Hem na 99sairam@vibrionics.org

☞Dodatak☞

1. Kušajte život uz svježe voće kako biste upotunili zdravlje i sreću

“Za održavanje tijela potrebne su vam sve vrste proteina i vitamina... Jedite voće...i povrće koji vam mogu podariti svu snagu koja vam je potrebna”...Sri Sathya Sai Baba¹

1. Šta je voće?

Jedno od dragocjenih darova Majke Zemlje, voće je mesnati jestivi proizvod stabla ili biljke koje sadrži sjemenke. Primarna svrha ploda je zaštita i distribucija sjemena radi očuvanja ekološke ravnoteže. Milošću Božijom, ono je tu kako bi utažilo glad i žeđ ljudskih bića i kako bi im omogućilo da žive u skladu sa prirodom.²⁻⁴

Voće je obično slatko ili kiselo i može se jesti sirovo. U svakodnevnom govoru u voće spadaju: banana, mango, sapota, papaja, jabuka, kruška, guava, šipak, dinja, grožđe, ananas, narandža, grejpfrut, breskva, šljiva, višnja, kivi, smokva, marelica i bobičasto voće. Nauka kaže da poznate vrste povrća poput krastavaca, paradajza, paprike, tikve i patlidžana također spadaju u voće; mahunarke, neki začini, pa čak i cjelovite žitarice su zapravo sjemenke okružene tankim zidom voća. Orašasti plodovi također spadaju u voće s tvrdom ljuskom. Vrhovni sud SAD-a je 1893. godine okončao raspravu između toga šta je voće a šta povrće proglašivši paradajz povrćem jer su ga ljudi smatrali i koristili kao povrće, a ne kao voće ili desert.⁵⁻⁷

2. Blagodeti voća

U idealnom slučaju hrana koju unosimo treba sadržavati više vode od sadržaja vode u našem tijelu. Voće se sastoji od 90% vode i održava tijelo hidriranim i energiziranim. Jedna studija koja se temelji na drevnim indijskim spisima sugerira da je najbolje kozumirati vodu kroz voće te da se, ako 30% naše prehrane čini svježe lokalno sezonsko voće, nećemo razboljeti.⁸⁻⁹

Svaka voćka je cjelovita sama po sebi, vrlo hranjiva, a kako je lako probavljiva, ne opterećuje tjelesni sistem. Sadrži vrlo mali broj kalorija a visok udio minerala, vitamina i vlakana; također može zadovoljiti 10% naše dnevne potrebe za proteinima.^{5,8,9,10}

Svo voće je korisno jer tonira vitalne organe i sprječava bolesti poput dijabetesa, srčanih bolesti, probavnih poremećaja, uvećanja prostate, bubrežnog kamenca i raka; uravnotežuje hormone, smanjuje gubitak koštane mase s godinama, reguliše pritisak i izgrađuje imunitet. Svako voće nudi nešto posebno, stoga je najbolje da biramo raznoliko svježe voće s lokalne pijace umjesto zamrznutog, konzerviranog ili prerađenog voća. Sezonsko voće pomaže u zaštiti od poremećaja koji se obično javljaju sa svakim godišnjim dobom. Kada jedemo sa zemlje koja nas neposredno okružuje, otkrićemo da nam prava vrsta voća dolazi u pravo vrijeme, tj. najbolje što se može jesti u određeno vrijeme, npr. dinje i mango za vrijeme visokih temperatura. Potpunu blagodet voća iskusićemo ako ga uzimamo u njegovom prirodnom obliku bez odbacivanja sjemenki i kore, koliko god je to moguće, a ne u obliku voćnog soka.^{5,9,11}

Ljudi koji boluju od dijabetesa će imati koristi ako uzimaju cjelovito sezonsko voće, a ne voćne sokove koji mogu strahovito povećati nivo šećera u krvi. Voće s niskim glikemijskim indeksom (**GI**) je siguran izbor. Jamun ili crna šljiva i jagode posjeduju protudijabetska svojstva. Mudrost leži u praćenju dijetetskih uputa za dijabetičare.¹²⁻¹⁵

Ekološki izbor: Jedenjem sirovih namirnica, a ne kuhanjem, smanjujemo emisiju ugljen-dioksida i pomažemo okolini. Voće dolazi s drveća a ne sa oranice i usjeva, tako da će u ekološkom smislu izuzetno doprinijeti zaštiti planete. Tako da jedući voće također služimo planeti!^{10,16}

3. Kako i kada treba uzimati voće

Čišćenje voća: Voće najprije temeljito isperite a zatim stavite u zdjelu dopola napunjenu vodom uz jednu supenu kašiku soli i dvije kašike sirćeta. Potopite ga 20 minuta a zatim ponovo isperite, poželjno pod mlazom vode kako biste uklonili moguće ostatke toksičnih tvari. U suprotnom, možete u svježju vodu staviti kap **CC17.2 Cleansing** ili **NM72 Cleansing** i u tome potopiti voće.¹⁷

Kora prirodno štiti antioksidantske vitamine unutar voćke. Idealno bi bilo voće pojesti odmah ili unutar 30 minuta otkad ga zasiječemo. Ako to nije moguće, treba ga odmah staviti u frižider; u suprotnom vitamini u njemu oksidiraju i postaju beskorisni.¹⁸

Najbolje vrijeme za jedenje voća: Nemojte se samo ravnati prema preciznosti sata, voće treba jesti na prazan stomak kako bi tijelo moglo spremno apsorbirati njegovu hranjivu vrijednost i organizam neometano osloboditi toksina. Voće je najbolja namirnica kojom možete započeti dan!¹⁹⁻²²

Za probavljanje voća nije potrebna želučana kiselina; ono jednostavno kroz želudac prolazi do crijeva. Zbog toga ga treba jesti zasebno, bez ikakvih dodataka, voćku po voćku. U skladu s tim, voće treba jesti najmanje 30 minuta do jednog sata prije obroka; ni u kojem slučaju kao dezert poslije jela.^{19,20}

Proces probave počinje s prvim zalogajem; ona ne čeka da završimo s obrokom. S izuzetkom voća i povrća, vegetarijanskoj hrani treba oko dva do dva i pol sata kako bi se probavila u želucu prije nego što stigne u tanko crijevo. Stoga uživanje voća između obroka treba biti najmanje dva sata nakon jela; u suprotnom, voće može fermentirati u tijelu umjesto da bude apsorbirano.¹⁹⁻²²

Prema jednom istraživanju, agrume je najbolje jesti između 10h i 15h, ne na prazan želudac. Slatko voće poput banane i manga nije dobro za pred spavanje jer može znatno povećati nivo energije i držati nas budnim.^{19,22}

Idealna količina: Ako naša dnevni unos hrane sadrži povrće i cjelovite žitarice, dva voćna obroka dnevno bit će dovoljna; svaki put po 150 g, tj. jedna voćka tipa jabuke, kruške, narandže ili banane srednje veličine ili šolja isjeckanog voća. Ako ste na voćnom postu, možete pojesti tri voćna obroka umjesto uobičajenog režima. Temeljno pravilo je "ničega previše", npr. dvije male banane će biti korisne, ali četiri će nas učiniti tupim.^{23,24}

Voćne kombinacije²⁵⁻²⁷: Uopšteno govoreći, voće možemo svrstati u tri kategorije: slatko, kiselo i slako-kiselo (polukiselo). Radi se o tome da različiti omjeri fruktoze, kiselosti, vitamina, proteina, celuloze i škroba svakoj voćki daju karakterističan ukus i određuju kategoriju kojoj pripada.

Banana, breskva, guava, grožđe, smokva, datule i sve vrste dinje (s visokim sadržajem vode) spadaju u slatko voće jer sadrže mnogo veću količinu fruktoze od kiselog voća.

Crna ribizla, malina i kivi spadaju u kiselo voće. Agrumi poput limuna, limete i grejpa su također kiseli, ali povremeno i gorki. Oni sadrže veliku količinu kiseline.

Nije svo voće samo slatko ili samo kiselo. Neke voćke, kao što su narandže, šipak, ananas, jabuka, mango, kruška, papaja, jagoda i kupina sadrže gotovo jednake količine fruktoze i kiseline što im daje i sladak i kiseo okus.

Voće koje spada u istu kategoriju probavlja se jednako dugo i stoga se može kombinirati. Slatko voće ne treba miješati sa kiselim. Međutim, slatko-kiselo voće se može kombinirati sa slatkim *ili* sa kiselim voćem.²⁵⁻²⁷

4. Savjeti upozorenja

Ayurvedska znanost tvrdi da za dobro zdravlje unos hrane treba biti kompatibilan sa pet elemenata – eterom, zrakom, vatrom, vodom i zemljom – koji su prisutni u svima. Pogrešne kombinacije hrane zbunjuju probavnu vatru u tijelu i dovode do poremećaja ravnoteže. U skladu s tim:¹⁹

- Možete ići na voćnu dijetu tako da ne uzimate ništa drugo, ali ne kada je želudac pun.
- Pijte vodu najmanje 30-60 minuta prije voća, ali ne brzo nakon toga, kako biste izbjegli probavne smetnje kao što su gasovi ili dijareja.
- Nemojte kombinirati vježe voće sa sirovim ili kuhanim povrćem.
- Čak ni slatko voće ne treba kombinirati ili uzimati uporedo s mlijekom jer naše tijelo, nakon uzrasta od 2-5 godina, ne proizvodi dovoljno enzima (laktaze) koji je potreban za probavljanje mliječnog proteina.²⁸ Kada se voće kombinira s mlijekom, nećemo samo izgubiti ono što je dobro u voću već ćemo utrti put bolesti tako preopterećenjem organizma.²⁹

5. Završna riječ!

Ponekad opšte upute možda ne vrijede za svakog pojedinca jer se tjelesne konstitucije razlikuju i svako ljudsko biće je jedinstveno. Važnije je obratiti pažnju na ono što jedemo i posmatrati kako to utiče na nas. Ako budemo poštivali signale tijela, znat ćemo šta je najbolje za nas te kada i koliko jesti.

Reference i linkovi:

1. Zdravlje, ishrana i duhovna praksa, Božanski govor, 8. oktobar 1983, Sathya Sai Baba govori o ishrani, Sri Sathya Sai Sadhana Trust, Publications Division, I izdanje, 2014, str. 56.
2. Šta je voće: <https://www.organicfacts.net/health-benefits/fruit>
3. <https://www.cropsreview.com/functions-of-fruits.html>
4. <http://www.uky.edu/hort/Ecological-importance-of-fruits>
5. Vrste voća: <https://www.nutritionadvance.com/healthy-foods/types-of-fruit/>
6. Paradajz je povrće: <https://www.livescience.com/33991-difference-fruits-vegetables.html>
7. https://en.wikipedia.org/wiki/Nix_v._Hedden
8. Uzimajte vodu kroz voće: <https://www.youtube.com/watch?v=gSYsI3GCbLM>
9. <https://isha.sadhguru.org/us/en/wisdom/article/fruit-diet-good-for-you-planet>
10. Voće sadrži proteine: <https://www.myfooddata.com/articles/fruits-high-in-protein.php>
11. <https://www.healthline.com/nutrition/20-healthiest-fruits>
12. Za dijabetičare: <https://www.everydayhealth.com/type-2-diabetes/diet/fruit-for-diabetes-diet/>
13. <https://diabetes-glucose.com/fruit-diabetes-diet/>
14. <https://www.onlymyhealth.com/health-slideshow/best-fruits-diabetics-eat-1271667125.html>
15. <https://drmohans.com/dos-and-donts-in-diabetes/>
16. Utjecaj na planetu: <https://www.independent.co.uk/life-style/health-and-families/veganism-environmental-impact-planet-reduced-plant-based-diet-humans-study-a8378631.html>
17. Pranje voća: Priručnik za iskusne vibropraktičare (SVP), 2018, poglavlje 9, A.6, str. 86; Glasnik, sveska 8, # 5, septembar/oktobar 2017, Savjeti za zdravlje, Uživanje u hrani na zdrav način, pasus 6, <https://news.vibrionics.org/en/articles/228>
18. Rezano voće: <https://www.verywellfit.com/fruits-vegetables-cut-nutrients-lost-2506106>
19. Ispravan pristup jedenju voća: <http://www.muditainstitute.com/articles/ayurvedicnutrition/secrettohealthyfruiteating.html>
20. <https://www.quora.com/Do-fruits-need-stomach-acids-to-get-digested>
21. <http://www.ibdclinic.ca/what-is-ibd/digestive-system-and-its-function/how-it-works-animation/>
22. <https://www.avurvedabansko.com/fruits-and-vegetables-in-ayurveda/>
23. Koliko jesti: <https://www.eatforhealth.gov.au/food-essentials/how-much-do-we-need-each-day/serve-sizes>
24. Koliko satvične hrane: <http://www.saibaba.ws/teachings/foodforhealthy.htm>
25. Kombinacije namirnica: <https://lifespa.com/fruit-ayurvedic-combining-guidelines/>
26. https://www.ehow.com/info_10056003_sweet-vs-sour-fruits.html
27. <http://www.raw-food-health.net/listoffruits.html#axzz5mXlWmuVw>
28. Nedovoljna količina laktaze kod odraslih za probavljanje mlijeka: <https://healthyeating.sfgate.com/milk-digestible-4441.html>
29. Znanost prehrane – jogički pogled: <https://www.kriyayoga-yogisatyam.org/science-of-nutrition>

2. AVP radionica u Puttaparthiju, Indija, 6-10. mart 2019.

Osam kandidata, šest iz Indije (uključujući dva medicinara koji sada rade vibro *sevu* u Opštoj bolnici u



Puttaparthiju), jedan iz Francuske i jedan iz Hrvatske stekli su AVP zvanje nakon intenzivne 5-dnevne obuke uključujući i simuliranu kliniku koju su organizovala dva iskusna **trenera** ^{10375 & 11422}. Radionici su prisustvovala i četiri praktičara kako bi obnovili svoje znanje. Prilozi dvojice liječnika obogatili su radionicu i učinili je vrlo živahnom i interaktivnom. Učesnici su dali prijedlog da sadržaj obuke bude praktičniji tako što će se više vremena odvojiti za simulirani/terenski klinički rad. Također se održala posebna sesija o tome kako pisati anamneze, uz praktične primjere, te

prednost pedantnog održavanja evidencije o pacijentima.

Učesnici su bili počašćeni inspirativnim obraćanjima dr. Aggarwala koji je podijelio s njima kako se ova moćna terapija razvila, kako ju je Swami u tijelu vodio na svakom koraku, kako se Njegovo vodstvo i dalje nastavlja te kako prakticiranje vibrionike ima sposobnost praktičarima promijeniti život.

3. Seminar podizanja svijesti o vibrionici i obnavljanja znanja, Cambrai, Francuska, 9. mart 2019.

U nastojanju da ažurira podatke o praktičarima, koordinatorica za Francusku ⁰¹⁶²⁰ je naišla na nekoliko



starih praktičara koji su imali samo SRMP a koji su iskazali spremnost da ponovo prođu obuku, naročito po pitanju upotrebe kutije 108CC. Ona je organizirala program podizanja svijesti o vibrionici u kući jedne od praktičarki; programu je prisustvovalo 9 učesnika. Za vrijeme obuke praktičari su upoznati s tim kako je vibrionika napredovala u zadnjih nekoliko godina, kako se razvija i dalje, te kako svako od njih može odigrati važnu

ulogu u tom procesu. Pokazala im je vibrioničku literaturu dostupnu u knjigama, uključujući knjigu s Prve međunarodne konferencije na našoj glavnoj web stranici. Među svima je bio primjetan polet da uče i aktivno učestvuju u misiji te da i druge prijatelje vrata u okrilje vibrionike. Neki od učesnika već su imali kutiju 108CC te su ovu priliku iskoristili da podijele svoja iskustva s drugima i re-energiziraju kutije.

4. SVP radionica i obnavljanje znanja, Perigueux, Francuska, 16-20. mart 2019

Koordinatorica za Francusku ⁰¹⁶²⁰ je u svojoj kući održala obuku za SVP praktičare. Naglasila je ulogu i



važnost postajanja SVP-om što su učesnici prepoznali. VP koji je uložio napor da dođe čak s Mauricijusa brilijantno se iskazao te je prilikom kvalifikacije za SVP na licu mjesta za kolegicu napravio lijek uz pomoć SRMP. Dvije SVP koje su stekle kvalifikaciju godinu dana ranije podijelile su svoja iskustva i slučajeve. I one su kazale kako ovu intenzivnu 5-dnevnu radionicu smatraju

neprocjenjivom. Obuka je završila informativnom sesijom pitanja i odgovora sa dr. Aggarwalom preko Skype-a.

5. Radionica obnavljanja znanja u New Delhiju, Indija, 23 mart 2019

Koordinator i trener za Delhi ⁰²⁰⁵⁹ organizirao je inspirativnu radionicu kojoj je prisustvovalo 19 praktičara koji su podijelili svoje uspješne i teške slučajeve. Dr. Aggarwal je podstakao učesnike da nastave prakticirati vibrioniku kao neprekidno nesebično služenje Gospodu u istinskom duhu zavjeta kojeg su dali Swamiju. Istražite u nastojanju da dosegnete sljedeći nivo, kontinuirano unapređujte svoje znanje i vještine, vjerujte u timski rad te preuzmite administrativne uloge kako bi se vibrionika mogla razvijati u pravom smjeru.

Radilo se na suštinskim i vitalnim aspektima vibrionike spomenutim u zadnjim brojevima glasnika, kao što su:



- Nužnost da se obave neophodne pripreme u smislu zbrinjavanja pacijenata ako praktičar odlazi na duže od **dvije sedmice**.
- Mjere predostrožnosti prilikom pripremanja lijeka kao što su kapi za oči u prokuhanoj i rashlađenoj vodi, i kapi za uši u čistom ulju/ghiju; djelotvornost korištenja vode kod kožnih problema radije nego ulja, kreme ili gela, te važnost fotografiranja u skladu sa

uputama u odnosu na ugao, udaljenost i zahvaćeno područje; te važnost re-energiziranja 108CC kutije svake **dvije godine**.

- Nadahnite i upućujte pacijente u smjeru zdravog načina života uključujući odgovarajuću prehranu, spavanje, tjelovježbu i duboko udisanje svježeg zraka.
- Dok vi pripremate lijek, neka vaši pacijenti čitaju glasnike/knjigu s konferencije kako bi osnažili svoju vjeru u **vibrioniku**.
- Postepeno smanjujte doziranje nakon što se simptomi povuku, a zatim pomozite jačanje imuniteta tako što ćete preventivno naizmjenično davati lijekove za čišćenje i jačanje imuniteta, a kasnije tretirati mijazme kako biste bolest iskorijenili iz **temelja**.
- Tehnika opraštanja kako bi se um oslobodio nepotrebnog tereta.

Om Sai Ram

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