

## Glasnik Sai vibrionike

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

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

...Sri Sathya Sai Baba

Sveska 11, broj 4

juli/avgust 2020

### U ovom broju

☞ <a href="#">Iz pera dr. Jit Aggarwala</a>	1 - 2
☞ <a href="#">Profili praktičara</a>	2 - 5
☞ <a href="#">Slučajevi s kombinacijama</a>	5 - 11
☞ <a href="#">Kutak za odgovore</a>	12 - 12
☞ <a href="#">Božanske riječi Vrhunskog Iscjelitelja</a>	13
☞ <a href="#">Obavještenja</a>	13
☞ <a href="#">Dodatak</a>	13 - 19

## ☞ Iz pera dr. Jit K. Aggarwala ☞

Dragi praktičari,

Imam privilegiju da vam se obratim u vrijeme *Guru Purnime*, dana posebnog za sve Sai poklonike. Ovaj dan u nama budi nostnjaalgična sjeća. Dok je Swami bio u fizičkom tijelu, na *Guru Purnimu* Mu bismo ponudili godišnji izvještaj i tortu koji bi On s ljubavlju zasijekao kako bismo je podijelili praktičarima kao



**Guru Poornima 2010 - Swami cutting the cake**

*prasadam*. Dok je u Prashanti Nilayamu na snazi stroga primjena odluke o održavanju fizičke razdaljine, intenzitet molitvi je drastično porastao tokom ovih kriznih vremena. Poklonici iz cijelog svijeta se uz pomoć internet konferencijskih platformi kao nikada prije udružuju kako bi organizirali molitve i interaktivne diskusije. Swami je rekao: "Ponavljajte ime

*Božije iz dana u dan. Samo će to biti vaša zaštita u svim okolnostima. Baš kao što je zrak sveprožimajući, Bog je prisutan u tebi, s tobom, oko tebe, ispod tebe, iznad tebe. Stoga, trebate biti u*

stalnom dodiru s Božanskim"... Sathya Sai Baba, govor za Guru Purnimu, 21. juli 2005, Prashanti Nilayam. Ovaj citat je vrlo važan za sve praktičare i pacijente, posebno u ovim vremenima.

Kao što znate, Covid-19 hara svijetom dovodeći do rasula na svim nivoima – ličnom, društvenom, ekonomskom i političkom. Nažalost, oni koji su najviše pogođeni pandemijom jesu siromašne zajednice koje nemaju pristup osnovnoj zdravstvenoj njezi i pogodnostima. Iako je praktičarima otežano da se uživo susreću s pacijentima, sretan sam što mogu izvijestiti da su naši SVP-i podigli napore odašiljanja na daljinu za iscjeljivanje planeta i svih onih pogođenih Covidom-19 na višu ravan; također, mnogi praktičari sada pacijentima šalju lijekove poštom.

Zadovoljstvo mi je podijeliti da je trenutna situacija u kojoj su mnogi praktičari prisiljeni ostati kod kuće rezultirala značajnim povećanjem učestalosti virtualnih susreta. Uzmite primjer Karnatake gdje se praktičari susreću *svake druge sedmice* kako bi podijelili, podržali, unaprijedili i obogatili svoje znanje i praksu raspravljajući o slučajevima iz prethodnih izdanja Glasnika i lijekovima iz 108CC knjige. Prema mišljenju **koordinatora** <sup>12051</sup>, pokazalo se da su ovi redovni *online* susreti izvrstan forum za razmjenu mišljenja koji omogućava temeljito izučavanje svake oblasti te proučavanje tema iz različitih uglova.

Snažno podstičem praktičare da razmisle o strategiji udruživanja i uparivanja kako bi se suočili s trenutnom krizom, kao i generalno o uzajamnom jačanju i nadopunjavanju vještina i sposobnosti. Naprimjer, praktičari koji govore francuski iz Francuske i Gabona uparuju one koji posjeduju dobre komunikacijske vještine s onima čije su jezičke/administracijske vještine slabe. Francuska koordinatorka je povećala učestalost *online* susreta na jednom mjesečno u odnosu na ranije kada su se susreti odvijali svaka tri mjeseca.

Ohrabrujuće je dobivati izvještaje od praktičara širom svijeta o tome kako pacijenti sa simptomima Covid-19, kao i o oni čiji su nalazi bili pozitivni, bivaju oslobođeni od simptoma unutar nekoliko dana nakon što počnu uzimati vibrioničke lijekove. Zahvaljujem svima na iskrenim i posvećenim naporima u okviru programa za distribuciju Lijeka za jačanje imuniteta (Immunity Booster). Proaktivni pristup svih praktičara i podrška SSS Seva organizacije su nam omogućili da, samo u Indiji, distribuiramo 345 000 remedia za jačanje imuniteta do kraja zadnjeg mjeseca što je donijelo dobrobit 103 500 ljudi – povećanje od 40% u protekla dva mjeseca. Bliže kući, u *ashramu*, **praktičarka** <sup>11604</sup> je dijelila lijekove *seva dal* dobrovoljcima, starijim osobama koje borave u *shedovima* i drugim stanovnicima *ashrama*. Ona slijedi stope svog oca **praktičara** <sup>00759</sup> koji je preminuo 27. maja 2020. u dobi od 98 godina. On je bio vrlo posvećen i aktivan praktičar do svojih poznih godina. Prisjećamo ga se s ljubavlju jer je preko 20 godina tretirao veliki broj pacijenata u Puttaparthiju.

Čuo sam da će sljedeća dva mjeseca biti ključna jer virus konstantno mutira, a žarišta se smjenjuju. Moramo osigurati djelotvoran i blagovremen odgovor kako bismo zaustavili širenje i tretirali one koji su pogođeni. Moram dodati da naš istraživački tim pomno prati razvoj u odnosu na mutaciju i širenje virusa. To rade na osnovu slučajeva i povratnih informacija praktičara iz cijelog svijeta. Iskreno molim sve praktičare da nastave slati ažurirane podatke o rezultatima svojih slučajeva, ma koliko jednostavni slučajevi bili.

Ostavljam vas s uzbudljivim novostima da na ovaj posebni dan *Guru Purnime*, 5. juli, pokrećemo novu i unaprijeđenu verziju naše centralne web stranice <http://vibrionics.org>. Izuzetno cijenimo naporan rad, kreativnost i posvećenost **praktičara** <sup>03518</sup> koji je blisko sarađivao s **praktičarom** <sup>11964</sup>, uz tehničku pomoć i podršku **praktičara** <sup>03560 & 03531</sup>.

U služenju Saija s ljubavlju,

Jit K Aggarwal

\*\*\*\*\*

## ☞ Profili praktičara ☞

**Praktičarka** <sup>11975...India</sup>, magistrica političkih nauka, domaćica s dvoje male djece. Rođena u Sai obitelji i nadahnuta primjerom svojih roditelja, od malih nogu se uključila u aktivnosti služenja. Njen darežljivi otac, koji je dobio nekoliko osobnih blagoslova od Swamija, učio ju je da služi nesebično i živi skromno. Pomagala je majci u *Balvikas* nastavi, a kasnije postala *Balvikas* učiteljica kako bi pomagala siromašnoj djeci u blizini. Aktivna u lokalnom Sai centru, rijetko je propuštala godišnju *seva* posjetu Puttaparthiju ili priliku da služi u Superspecijalističkoj bolnici u Bengaluruu.

U aprilu 2012. je iskusila čudo vibrionike kada joj je jedna doza vibrolijeka izliječila nasljednu astmu od



koje je patila 12 godina. Praktičar iz njenog Sai centra (fizioterapeut po zanimanju) ju je posjetio i vidio kako pati od teških bronhijalnih napada. Odmah joj je napravio lijek i stavio prvu dozu u usta. Ona je samo spustila bočicu ispred Swamijeve slike na oltaru zaboravivši na nju. Sljedećeg dana praktičar ju je pitao kako se osjeća, a ona je izrazila oduševljenje rekavši da diše normalno i da joj lijek više ne treba. Ali, na njegovo insistiranje, uzimala ga je **OD** još sedam dana. Problem se više nikada nije vratio, a taj događaj joj je osigurao ulaz u vibrioniku. Uz pomoć ovog praktičara je otišla u Kerala da završi obuku i u julu 2012. postala AVP. Tek nakon učešća u radionici obnavljanja znanja u Karnataki, u februaru 2020, ova vrijedna praktičarka, koja služi tiho i s velikom poniznošću, se osjetila ponukanom da aplicira za VP obuku, koju je završila u junu 2020.

Tijekom proteklih osam godina tretirala je preko 1000 pacijenata s širokim spektrom bolesti u koje spadaju česta akutna oboljenja kao što su želučani poremećaj, prehlada i kašalj, glavobolja, zubobolja, krajnici i svrab; i hronične bolesti kao što su rak, proširene vene, problemi sa srcem, dijabetes, hipotireoza, neplodnost, gubitak kose, HIV, poremećaji bubrega, prostata, Downov sindrom, epilepsija, vrtoglavica, astma, artritis, vitiligo i ekcem. Sretna je da je oko 80% pacijenata potpuno izliječeno jer su, kako vjeruje, lijekove uzimali po svim propisima. Drugima su se simptomi značajno popravili, ali su prestali dolaziti. Većina pacijenata potiče iz siromašnih sredina; onima koji nisu u prilici da dođu do nje lijekove šalje poštom. Impresivno je da je tretirala 100 osoba oboljelih od 12 vrsta raka, od kojih su neki bili u uznapredovalom stadiju. Njih pedeset je potpuno izliječeno, kako potvrđuju nalazi, i nastavljaju uzimati dozu za održavanje. Pet starijih pacijenata je mirno preminulo. Ostali su se značajno oporavili i nastavljaju uzimati vibrioničke lijekove. Također ima dobre rezultate s dijabetičarima. Od 10 osoba koje su bile ovisne o inzulinu, pet je u roku od 6-8 mjeseci prestalo uzimati inzulin, a ostalih pet su bili u stanju da prepolove unos. Od preostalih 15 pacijenata, troje je prestalo uzimati alopatske lijekove prema savjetu liječnika jer im se šećer normalizirao. Nastavljaju uzimati dozu za održavanje **OW**. Preostalih 12 pacijenata su se popravili do tačke kad im je nivo šećera stabilan na pola doze alopatskog lijeka. Imala je stoprocentni uspjeh kod 15 parova koje je tretirala za neplodnost. Tri žene su začele za 1-2 mjeseca, a ostale u roku od godinu dana. Svih 15 žena su imale normalan porod i rodile zdrave vibro bebe; dvije majke su imale san u kojima Swami ne samo da ih je blagoslovio prije poroda, već im je i dao imena za bebe.

Dijeli zanimljiv slučaj tretiranja susjedove krave u decembru 2019. sa **CC1.1 Animal tonic + CC8.1 Female tonic + CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic**. Nakon mjesec dana, krava koja je davala 4 litre mlijeka dnevno počela je davati 7-8 litara, a mlijeko je postalo masnije i slađe; to traje do danas. U drugom slučaju, gospodin (60) koji je 20 godina patio od epileptičnih napada, 10 godina od visokog pritiska i 8 godina od nesаницe, nije osjećao gotovo nikakvo olakšanje od alopatskih lijekova. Unutar dvije sedmice nakon što je počeo uzimati vibrioniku napadi su prestali, pritisak mu se stabilizirao i počeo je dobro spavati; stoga mu je doktor ukinuo tablete za spavanje i smanjio doziranje lijeka za pritisak. Postepeno je smanjio lijek za epilepsiju na minimum.

Kad je tek počela s praksom, srce joj nije bilo toliko otvoreno za patnju pacijenata, ali je potom doživjela nekoliko posebnih iskustava zbog kojih je bila prisiljena razviti saosjećanje. Jednog dana se pitala zašto se neki pacijenti toliko žale na migrenu. Već sljedećeg dana je razvila tešku glavobolju koja je trajala cijeli dan tako da je shvatila koliko bolna migrena može biti. Drugom prilikom se pitala kako ljudi mogu razviti probleme sa štitnom žlijezdom. U roku od sedam dana dobila je na težini i počela bivati pospana i usporena po cijeli dan. Kad je testirala štitnu, njen TSH je bio 13-14 ml u/l, dok normalni iznosi 0.4-4.0. Trebalo joj je dva mjeseca da normalizuje razinu TSH. Nasreću, niti jedan od problema se nije vratio. U sljedećem primjeru je u sebi bila kritički nastrojena spram svoje majke i svekrve koje su bolovale od dijabetesa, iako ih je izvana s ljubavlju savjetovala da paze šta jedu i da redovno hodaju. Uskoro je počela patiti od povratne infekcije mokraćnih puteva te je prema savjetu liječnice uradila niz testova. Bila je šokirana saznajući da joj je nivo glukoze skočio na preko 300 mg/dl. Savjetovano joj je da uzima inzulin sedam dana skupa s drugim lijekovima. Umjesto toga, ona se oslonila na vibrioniku te joj se nakon dvije sedmice šećer prije jela spustio na 90 m/dl, a nasumični na 140-160 mg/dl. Njena liječnica nije mogla vjerovati da joj se šećer mogao spustiti tako brzo; otada je uvijek bio normalan.

U početku je pacijente primala u tačno određeno vrijeme. U januaru 2015. su se na povrtaku u Karnataku ona i obitej izgubili u ruralnom dijelu Kerale. To je bila oblast iz koje dolaze mnogi njeni pacijenti. Shvativši koliko je teško ljudima, koji putuju po 200-300 km autobusom, stići u tačno u određeno vrijeme, odlučila je da će primati pacijente u **svako** doba dana. Njen muž je aktivno podržava u praksi. On čini da



se pacijenti osjećaju ugodno i pravi bilješke dok ona postavlja pitanja. Također pomaže oko kućanskih poslova kako bi ona mogla primati pacijente. Čak i njena djeca pomažu tako što čine da se pacijenti i njihova djeca osjećaju prijatno. Liječi preko 100 pacijenata u domu za stare udaljenom 56 km. Kako nije u prilici da ih posjećuje više od jednom u tri mjeseca, svakog mjeseca šalje lijekove poštom ili putem dobrovoljaca. Pored toga, služi u godišnjim medicinskim kampovima koje organizira lokalni Sai centar.

Praktičarka tvrdi da Sai vibrionika igra ogromnu ulogu u njenom životu i pruža joj neizmjereno zadovoljstvo. Osjeća se blagoslovljenom što je Swami vodi iznutra kad god ne zna koji lijek treba da da. Kada, iz osjećanja zahvalnosti i ljubavi neki pacijenti dovedu svoju "vibro" djecu da je upoznaju, ona oko njih osjeća posebnu energiju. Praksa ju je učinila smirenom i pozitivnom. Dolaze joj pacijenti različitih vjera; neki u početku oklijevaju, ali ona ih podstiče da uzimaju lijek moleći se bilo kojem liku Gospoda kojeg štiju. Neki pacijenti kršćanske vjere su joj se povjerali da su u Sathya Sai Babi ugledali Isusa! Vjeruje da će, ako praktičaru budu poticali svoje pacijente da vibrioničke lijekove uzimaju s potpunom vjerom, rezultati biti čudesni.

### Slučajevi koje dijeli:

- [Neploidnost](#)
- [Rak usta](#)
- [HIV](#)

+++++

**Praktičarka** <sup>03508...France</sup>, uspješna sestra anesteziolog, posjeduje brojne kvalifikacije u oblasti njege i anestezijske reanimacije, uključujući magisterij iz anesteziologije. Posjeduje ogromno iskustvo u radu u operacijskoj sali, intenzivnoj njezi i hitnoj pomoći koje je stekla u protekle četiri decenije i nastavlja se baviti time s punom posvećenošću. Savladala je nekoliko stranih jezika te stekla čak i licencu privatnog pilota za rad u inostranstvu s humanitarnim organizacijama.



Još od djetinjstva, zahvaljujući majci koju smatra svojim prvim guruom, kročeći stazom duhovnosti 15 godina je provela učeći i prakticirajući borilačke vještine i budističku filozofiju. To joj je dalo duhovnu snagu neophodnu za profesiju koju je odabrala kako bi se prema pacijentima i njihovoj patnji odnosila s razumijevanjem, ljubavlju i brigom.

Njen prvi nezaboravni *darshan* sa Swamijem desio se u novembru 1990. u Puttaparthiju kad joj je On prišao i uputio intenzivan pogled koji joj je istopio srce i ispunio je radošću. Stoga je donijela odluku da će intenzivirati svoje raznovrsne aktivnosti služenja. Godine 1993.

svjedočila je tome kako se dijete od 12 godina, za koje su rekli da će umrijeti ili cijeli život ostati teški invalid, nakon povrede glave i tri mjeseca kome, čudesno izliječilo uz pomoć *vibhutija* i intenzivne molitve. Ovaj događaj je potakao praktičarku da počne tražiti alternative za alopaciju i stekne dublje razumijevanje procesa iscjeljivanja. Njena majka je imala težak reumatoidni artritis i nekoliko mjeseci je bila prikovana za krevet. Godine 1995, za vrijeme remisije, praktičarka ju je dovela u *ashram* gdje je majka primila Swamijev blagoslov, prošla ayurvedski tretman i bila izliječena. To je produbilo praktičarkinu želju da istražuje energetski aspekt različitih oblika liječenja.

Tokom posjete Puttaparthiju u novembru 2013. iznutra je pitala Swamija: "Kad je sve Tvoja energija, zašto onda u Tvom *ashramu* ne postoji energetska medicina?" Kako slučajnosti ne postoje, uskoro je sreća poklonika koji je posjećivao kliniku dr. Aggarwala u *ashramu*. To je bio njezin prvi susret s vibrionikom, samo 48 sati prije nego što je morala krenuti nazad. Za vrijeme sljedeće posjete, u novembru 2014, završila je AVP obuku u Puttaparthiju, a pet godina kasnije SVP obuku u Francuskoj.

Praksu je započela na sebi, članovima svoje porodice, prijateljima i kolegama, kao i na njihovim životinjama, biljkama, vrtovima i kućama. Većina njenih pacijenata živi daleko i konsultiraju je telefonom. Na poslu je uspješno tretirala različita oboljenja brojnih kolega i članova njihovih porodica. Oni koji su propisno slijedili protokol su se potpuno izliježili te i dalje dolaze po lijekove. Oni s jakim ovisnostima se nisu mogli pridržavati preporučenih mjera načina života te su joj se prestali obraćati uprkos tome što su iskusili dobrobiti vibrionike. Naprimjer, imala je izuzetan slučaj kolegice kojoj je psorijaza pokrivala 90% kože, a kojoj su nakon tretmana ostali samo plakovi na laktovima. Ona je prekinula tretman jer nije bila u stanju promijeniti način života. Međutim, praktičarka je primijetila da joj se ni nakon tri godine nije vratilo stanje u kojem bi velike površine kože bile prekrivene psorijazom!

Godine 2015. je zamolila Swamija da joj pomogne da integrira vibrioniku s radom u bolnici. Osjetila je snažan poriv da pročisti svoje radno okruženje. Tako je počela da pršće iscjeljujuće vibracije u prostorima s većom koncentracijom ljudi – recepciju i sobe za oporavak, prostorije za osoblje, presvlačenje i operacijske sale. Prskala bi noću nakon što bi tehničari za površine završili čišćenje. Otkrila je da je kombinacija koju je koristila, **CC10.1 Emergencies + CC17.2 Cleansing**, vrlo djelotvorna. Međutim, među članovima osoblja je uočila simptome iscrpljenosti, stresa i sagorijevanja te je primijenila drugu kombinaciju: **CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.2 Psychiatric disorders**. Zatim je svakih mjesec dana prskala po jednu od ove dvije kombinacije te specifične kombinacije u ovisnosti o stanju mjesta i pojedinaca, npr. **CC9.2 Infections acute** kako bi osjetljive pacijente zaštitila od bakterija i virusa.

Vidljive pozitivne promjene u ponašanju i simptomima pacijenata potaknuli su praktičarku da nastavi s ovom praksom, njenim najimpresivnijim iskustvom s kombinacijama. Pršće svaki dan prije nego što započne anesteziju u operacijskoj sali kako bi smirila i stabilizirala i osoblje i pacijente. Impresivno je da je između 2015. i 2019. godine preko 1000 pacijenata doživjelo blagodat od iscjeljujućeg spreja. Praktičarka također koristi sprej da zaštiti i pročisti sebe, svoj dom i vrt, te kad putuje na važne sastanke.

Prema njenom iskustvu kao SVP, korištenje moćnog sistema kartica je izuzetno zahvalno jer dozvoljava preciznost u liječenju. Korištenjem znanja o tome kako različiti alopatski lijekovi djeluju na različite nivoe bola, potencirala je alopatske analgetike i napravila komplet remedia kako bi tretirala nivoe bola na skali od 1 do 10. Pokazalo se da su vrlo djelotvorni i praktični. U slučaju duboke depresije koja prati simptome odvikavanja, uspješno je koristila **CC15.5 ADD & Autism**. Slijedi savjete više **praktičarke**<sup>02499</sup> s kojom dijeli mnogo toga i s kojom radi na teškim slučajevima. Preporučuje ovu vrstu udruživanja za dobrobit pacijenata, ali i praktičara.

Uvjereni su da vibrionika nije zatvoreni sistem liječenja, već onaj koji se konstantno razvija. Vibrionika vibrira s potpunom slobodom, i dozvoljava različite puteve koji ovise od pojedinca i uzroka bolesti. Čak i kad se čini da ne djeluje, nikada nije promašaj jer djeluje na nama nevidljivom nivou gdje je sjeme iscjeljenja već posađeno! Ponekad su jednostavne kombinacije vrlo djelotvorne. Najvažnije je održati povezanost sa 'izvorom' što čini srž prakse; kada dopustimo Swamiju da djeluje, Njegovo nepogrešivo vodstvo nam je zagarantovano. On je Onaj koji iscjeljuje.

Praktičarka se osjeća vrlo počastvovanom i poniznom jer je primila i svjesno prihvatila misiju služenja čovječanstvu ublažavanjem patnje. Osjeća veliku odgovornost da pacijentima prenosi božanske vibracije koje je blagoslovio sam Sri Sathya Sai Baba. Kaže da ju je ova seva vratila temeljnim vrijednostima u životu i da je štiti od egoizma i sebičnosti. Na kraju kaže: "Izliječiti pacijenta znači izliječiti sebe".

### Slučajevi koje dijeli:

- [Bilateralni kalcificirani tendonitis, acne rosacea, opekotina na licu](#)
- [Lezija koljenične hrskavice, ozljeda kvadricepsa](#)

\*\*\*\*\*

## ☞ Slučajevi s kombinacijama ☞

### 1. Neplodnost <sup>11975...India</sup>

**17. maja 2018**, žena (32) i muž (35) su se obratili praktičarki jer u osam godina braka nisu uspjeli dobiti dijete. U dobi od 20 godina žena je počela imati neredovan menstrualni ciklus, jednom u 2-3 mjeseca, što je vremenom spalo na jednom godišnje. Četiri godine ranije su odlučili konsultirati liječnika. Ženi je dijagnosticirana policistična bolest jajnika, a muž je imao nizak broj spermija. Oboje su četiri godine uzimali propisane lijekove, gotovo bez rezultata. Godinu dana ranije, 2017, suprug je počeo da se po cijeli dan osjeća letargičnim. Stoga je otišao na pregled i dobio dijagnozu hipotireoze (TSH 12 ml u/l, normalan raspon od 0.4 do 4.0). Nije uzimao nikakav lijek, već je počeo tražiti alternativni sistem liječenja. Kada je godinu dana kasnije saznao za vibrioniku, njegov TSH je i dalje bio 12. Dobili su:

Za suprugu:

**#1. CC8.1 Female tonic + CC8.4 Ovaries & Uterus + CC8.8 Menses irregular + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...6TD**

Za supruga:

**#2. CC6.2 Hypothyroid + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC14.3 Male infertility + CC15.1 Mental & Emotional tonic...6TD**

U roku od tri dana žena je dobila menstruaciju (nakon pauze od godinu dana), koja je naredna dva mjeseca bila redovna. Osjećajući da je supruga možda trudna, par je posjetio praktičarku 20. jula kako bi im dala lijek za sigurnu trudnoću. Stoga je **#1** zamijenjen sa:

### **#3. CC8.2 Pregnancy tonic + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...QDS**

Kako je nivo TSH kod supruga postao normalan (3 ml u/l) za manje od mjesec dana uzimanja lijeka i kako je počeo osjećati da ima više energije, doziranje **#2** je smanjeno na **QDS**.

Trudnoća je potvrđena u avgustu 2018, a 15. aprila 2019. par je dobio zdravu djevojčicu. Doziranje **#3** je prekinuto nakon dva mjeseca. Kako je nivo TSH kod supruga i dalje bio normalan, doziranje **#2** je postepeno smanjivano i prekinuto 20. juna 2019. Prema posljednjim informacijama iz juna 2020. žena je i dalje u kontaktu s praktičarkom i trenutno uzima lijek za opadanje kose.

+++++

## **2. Rak usta** <sup>11975...India</sup>

Muškarac (40) je u februaru 2013. dobio dijagnozu raka usta (3. stadij), prošao je hemoterapiju, a zatim je 24. aprila 2013. operisan. Kako je rak uznapredovao do konačnog stadija, rečeno mu je da vjerovatno neće živjeti duže od 6 mjeseci. Ne želeći da podlegne jer je imao troje djece o kojoj je morao brinuti na osnovu skromnih sredstava, 23. avgusta 2013. je posjetio praktičarku. On je bio njen prvi pacijent koji je bolovao od raka, šest mjeseci nakon što je postala AVP. Mogla je osjetiti da je u velikim bolovima; nije mogao spavati noću, iz usta mu je curio gnoj i nije mogao razgovjetno govoriti. Bila je dodatno potresena saznajući da je četiri godine ranije pacijent izgubio nogu u saobraćajnoj nesreći i da koristi vještačku nogu. Utješila ga je i dala mu sljedeće lijekove uz iskrenu molitvu:

### **#1. CC2.1 Cancers-all + CC2.2 Cancer pain + CC2.3 Tumours & Growths + CC10.1 Emergencies + CC11.5 Mouth infections + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...6TD**

### **#2. CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.6 Sleep disorders...OD** noću prije odlaska na spavanje

Pacijent je prestao uzimati sve alopatske lijekove i počeo uzimati vibrioniku. U narednih 48 sati supruga je nazvala praktičarku da kaže da je njenom mužu gnoj prestao curiti, da je bol podnošljiv i da sad može da spava. Tri sedmice kasnije bio je oslobođen bola i razgovjetnim riječima objasnio kako mu se vratila vjera u Boga. Kako je spavao dobro, **#2** je prekinut 23. oktobra 2013, a on je želio nastaviti uzimati **#1 6TD**. Šest mjeseci kasnije, 30. aprila 2014, doziranje je smanjeno na **QDS**, a nakon još godinu dana, 8. jula 2015, na **TDS**, kada je godišnji pregled pokazao da je izliječen od raka. Dana 20. decembra 2018, nakon što se završio period remisije, pacijent je s velikim olakšanjem potvrdio da se rak nije vratio; stoga je doziranje smanjeno na **OD** prije nego što je prestao u aprilu 2019. Kada ga je praktičarka kontaktirala 24. juna 2020, potvrdio je da se rak nije vratio, da je dobrog zdravlja i da kod kuće održava redovne *bhajane* u znak zahvalnosti Saiju. Prema savjetu praktičarke pristao je preventivno uzimati **#1 OW**.

+++++

## **3. HIV** <sup>11975...India</sup>

Žena (55) je bila prikovana za krevet, a težina joj se za četiri mjeseca prepolovila sa 80 na 40 kg. Dana 25. novembra 2016. brat ju je odvezao u bolnicu jer je imala kašalj, temperaturu te je patila od ekstremne iscrpljenosti. Tamo su je dijagnosticirali kao HIV pozitivnu, a njen CD4\* je iznosio samo 77. Virus joj je prenio suprug koji je umro od HIV-a 6. novembra 2016. U bolnici su joj dali antibiotike te su joj se temperatura i kašalj smanjili, ali ju je vijest o tome da je HIV pozitivna pokosila. Uprkos lijekovima, patila je od povraćanja, dizenterije, ranica u ustima te, svake druge sedmice, od gripe s upalom grla. Kako je bila frustrirana, prestala je uzimati lijekove te poderala sve preskripcije i nalaze kako niko ne bi saznao za njenu bolest. Njen brat je duboko vjerovao u vibrioniku jer su on i supruga bili uspješno tretirani za neplodnost. Kad su je uvjerali u potpunu povjerljivost podataka, pristala je da uzima vibrioničke lijekove pod uvjetom da neće posjetiti praktičarku.

Stoga joj je brat **16. januara 2017.** donio sljedeći lijek:

### **CC8.1 Female tonic + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC12.3 AIDS - HIV + CC15.1 Mental & Emotional tonic...6TD**

U roku od 15 dana pacijentica je počela dobivati na snazi te je bila u stanju da se kreće po kući. Jedan od njenih bliskih rođaka, liječnik u kojeg je imala potpuno povjerenje, je redovito testirao njezin CD4 kako bi pratio učinak vibrionike te kako bi joj nadu održavao živom.

Postepeno su joj se svi simptomi popravili. U oktobru 2018, na njeno olakšanje, rođak je rekao da joj se stanje popravlja jer joj je razina CD4 mnogo viša, ali i dalje ispod 200. Do januara 2019. je bila oslobođena svih simptoma uz CD4 iznad 200, što je ukazivalo na to da više nije u životnoj opasnosti. Težina joj se popravila na 69 kg. Od tada više nije bilo gledanja unazad. Do januara 2020. se osjećala potpuno zdravom. 20. marta 2020. joj je rečeno da je potpuno izliječena jer joj je CD4 sada bio 375. Čak i tada nije željela smanjiti doziranje. Iako povremeno telefonom razgovara s praktičarkom kako bi joj izrazila zahvalnost, i dalje nije spremna da je sretne uživo ili odgovara na njena pitanja o zdravlju. Brat nastavlja da joj svakog mjeseca donosi lijek. Zbog vanrednih okolnosti nije bila u prilici da se testira u junu 2020, ali je brat potvrdio da je njegova sestra opet ona vesela, energična osoba kakva je uvijek bila, spremna da se uhvati ukoštac sa životom.

\***Nivo CD4** odražava stanje imunog sistema. Kod zdrave odrasle osobe, nivo CD4 varira od 500 do 1200 ćelija/mm<sup>3</sup> krvi. Ako je CD4 niži od 200, osoba dobiva dijagnozu AIDS-a.

+++++

#### **4. Bilateralni kalcificirani tendonitis, acne rosacea, opekotina lica** <sup>03508...France</sup>

Žena (47) je patila od intenzivnog bola u objema rukama koji se radijalno prostirao od vrata do ručnih zglobova, što je 2011. dijagnosticirano kao obostrani tendonitis. Propisali su joj paracetamol i tramadol. U decembru 2014. je razvila bol u oba koljena, vjerovatno zbog toga što je na poslu bila prisiljena dugo stajati. Do februara 2015. stanje se pogoršalo. Nije mogla spavati na boku niti podizati ruke, što joj izuzetno otežavalo rad na poslu. Stoga joj je doktor propisao ibuprofen, 400 mg **BD** i kortizon, 10 mg **OD**, te počeo fizioterapiju. Završila je 40 sesija terapije ultrazvukom, no bez ikakvog značajnijeg poboljšanja.

Pored toga, na licu su joj se pojavile crvene kvržice, a na tim mjestima koža ju je pekla i gulila se, što je 2012. dijagnosticirano kao acne rosacea. Povremeno bi se kvržice upalile. Koristila je kortizonsku mast i uzimala *curacne* 10 mg OD. Uprkos tome što se tri godine liječila alopatskim putem, nije bilo gotovo nikakvog poboljšanja.

Pacijentica je patila od hroničnog stresa u svim sferama života, uključujući probleme u porodici, na poslu i šok nakon što joj je majka preminula prije 25 godina. Kako taj stres nikad nije adresiran, činila se depresivnom i očajnom kada je 20. septembra 2015. posjetila praktičarku koja joj je dala:

#### **Za stres i akne:**

**#1. CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.2 Skin infections...TDS**

#### **Za bolan tendonitis:**

**#2. CC20.1 SMJ tonic + CC20.2 SMJ pain + CC20.4 Muscles & Supportive tissue...QDS**

Nastavila je uzimati sve propisane alopatske lijekove uporedo s vibrionikom.

30. oktobra 2015. izvijestila je da joj se stres smanjio za 50% i da se osjeća iznutra bolje. Svi bolovi bili blaži za 30%. Osjećala je 40% olakšanja kod simptoma akni.

26. novembra 2015. je uradila radiografski i ekografski test koji su pokazali **kalcifikaciju zglobova** za koju nije ranije znala. Četiri dana kasnije, 30. novembra, izvijestila je da nije bilo daljnjeg poboljšanja osim da su akne nešto bolje. Pored toga, osjećala se iscrpljenom te se požalila na bol u vratu koji je trajao od početka novembra.

Zbog umora i iscrpljenosti **#1** je pojačan na:

**#3. CC3.1 Heart tonic + #1...TDS**

Kako bi joj se olakšao bol u zglobovima, **#2** je pojačan na:

**#4. CC18.5 Neuralgia + CC20.3 Arthritis + CC20.5 Spine + #2...QDS;** i u bademovom ulju...**BD** za vanjsku primjenu po vratu, ramenima i rukama

5. februara 2016. pacijentica je izvijestila da je potpuno oslobođena bolova u vratu, da su se simptomi akni popravili za 60%, da su joj se bol u rukama i koljenima, kao i mentalno stanje, popravili za 70%. Sad je mogla podizati ruke, ali ne u potpunosti; stoga je počela ići i na fizioterapiju.

5. aprila 2016, pacijentica, tehničarka za čišćenje površina u bloku za operacije u bolnici, slučajno se izložila agresivnim isparenjima Saniclera, sredstva za dezinfekciju, što je rezultiralo opekotinama prvog stepena na koži lica i crvenilom. Nije otišla doktoru niti je koristila alopatske lijekove.

8. aprila 2016. **#3** je prekinut, a ona je dobila:



### Za kožu:

**#5. CC3.7 Circulation + CC21.1 Skin tonic + CC21.2 Skin infections + CC21.3 Skin allergies + CC21.4 Stings & Bites...TDS** i u bademovom ulju...**BD** za vanjsku primjenu. Prestala je uzimati kortikoidnu mast za akne jer joj je ona pogoršavala pekuću senzaciju.

### Za mentalno stanje i fizičku snagu:

**#6. CC3.1 Heart tonic + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS**

### Za tendonitis i pokretljivost zglobova, #4 je pojačan:

**#7. CC20.7 Fractures + #4...TDS**

U roku od mjesec dana došlo je do 90% poboljšanja svih bolova i sad je mogla s lakoćom podići ruke uvis do kraja. Njen fizioterapeut je bio zapanjen rezultatima te he prekinuo terapiju. Također ju je potaknuo da nastavi uzimati vibrice! Sad je mogla spavati na boku bez problema. Došlo je do 80% poboljšanja kod opekotina lica i akni, kao i kod stresa i depresije.

Nastavila je uzimati sva tri lijeka **#5, #6 i #7 TDS** još tri mjeseca. 30. jula 2016. je izvijestila da se osjeća potpuno izliječenom od svih simptoma. Za vrijeme smanjivanja doziranja, **#5, #6, #7** su prekinuti, a među njima su izabrani lijekovi kako bi se napravila nova kombinacija **#8**.

**#8. CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine + CC21.2 Skin infections + CC21.3 Skin allergies...BD** tri mjeseca, zatim **OD** dva mjeseca.

U međuvremenu, njen ljekar joj je u septembru 2016. ukinuo sve alopatske lijekove, osim kortizona 10 mg koji je prekinut tek u januaru 2017. U tom trenutku je doziranje **#8** smanjeno na **OW**.

Prilikom pregleda, u maju 2019, svi zglobovi su joj bili jaki i mogla je s lakoćom podizati teške predmete. Lice joj je zračilo, a koža lica bila lijepo tonirana. Uvrstivši vibrioniku u svoju dnevnu rutinu brige o zdravlju osjećala se izvrsno na tjelesnom i mentalnom nivou. U martu 2020. je potvrdila da nije bilo povrata simptoma, ali da nastavlja uzimati **#8...OW**.

### Svjedočenje pacijentkinje:

Prije četiri godine ispričala sam kolegici o svojim problemima s tendonitisom. Imala sam velikih poteškoća s podizanjem ruku uvis. Danas, zahvaljujući vibrioničkim kombinacijama, mogu micati rukama kao da nikada nisam patila od bolova. Bila sam vrlo impulsivna, a kombinacija za mentalno stanje me je smirila. Zaista se osjećam bolje. Kombinacija je izliječila kožu mog lica, zbog koje sam se osjećala vrlo posramljenom. Hvala vama koji ste prema meni bili strpljivi i susretljivi, i znate kako dati savjet. Osjećam se ispunjenom, mirnom i sretnom što mogu ponovo koristiti svoje ruke. Hvala vam na svemu.

+++++

### 5. Lezija koljениčne hrskavice, ozljeda kvadricepsa <sup>03508...France</sup>

Godine 2012, sportista (25) je razvio blagu bol u lijevom koljenu. Kako je bio fudbaler, od sedme godine života je intenzivno koristio oba koljena. Pregled magnetnom rezonancom je otkrio leziju na hrskavici. Do novembra 2015. je počeo šepati jer mu se bol pogoršala. Liječnik mu je propisao paracetamol 1g **TDS** i tramadol 50 mg **BD**. Analgetici su mu pružali samo privremeno olakšanje. Išao je na fizioterapiju dva mjeseca i uzeo tri termina osteopatije, ali bez rezultata. Stoga je bio prisiljen prestati igrati fudbal. **15. maja 2016**, kad je posjetio praktičarku, šepao je i patio od teških isprekidanih bolova.

Dobio je:

**#1. CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.1 SMJ tonic + CC20.2 SMJ pain + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue...QDS** sedam dana, zatim **TDS**

**#2. CC18.5 Neuralgia + CC20.1 SMJ tonic + CC20.2 SMJ pain + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.7 Fractures...BD** u bademovom ulju za masažu

Nastavio je uzimati analgetike uporedo s vibricama. Nakon mjesec dana, osjećao je 50% olakšanja kod bola i šepanja, a nakon još mjesec dana osjećao se sasvim dobro. Stoga je 20. jula doziranje **#1** smanjeno na **BD**, kao **#2**. Oba analgetika su smanjena na **OD**, a mladić je nastavio igrati fudbal iako je u početku u koljenima osjećao ukočenost. Postepeno je, do 31. avgusta, prestao uzimati analgetike. U septembru je počela fudbalska sezona, a on je uživao u sportskim aktivnostima bez ikakvih bolova. 30. septembra doziranje **#1 & #2** je smanjeno na **OD**.

Zahvaljujući nezgodi koja mu se desila na terenu u novembru, pukao mu je lijevi kvadriceps; bedro mu je oteklo, praćeno ostrim akutnim bolom. Trener je na licu mjesta ohladio i previo ranu te naložio potpuno



mirovanje. 11. novembra doziranje #1 je povećano na **6TD** tri dana, zatim na smanjeno na **QDS** tri dana, potom na **TDS**, dok je doziranje #2 povećano na **BD**. Nije uzimao druge lijekove. Nakon mjesec dana, otok je nestao, a on je bio 80% bolje po pitanju bola i pokretljivosti. Stoga je 15. decembra 2016. doziranje #1 smanjeno na **BD**.

17. januara 2017, kad je bol potpuno nestala, doziranje #1 i #2 je smanjeno na **OD**, a nakon mjesec dana #2 je prekinut. 17. marta je počelo smanjivanje doziranja #1 prije nego što je prekinuto 10. maja 2017.

Od decembra 2019. nije bilo relapsa niti jednog od simptoma. Mladić svaki dan trči sat vremena i nastavlja strastveno igrati fudbal.

+++++

## 6. Covid-19 <sup>00512...Slovenia</sup>

Zbog manjka osoblja, **zubnu tehničarku** (45) su poslali u dom za umirovljenike radi pružanja **opštih** zdravstvenih usluga. U roku od dva dana, bilo je šest osoba zaraženih Covidom-19. Četrnaestog aprila 2020, nakon što je radila po 13 sati četiri dana zaredom uz samo jedan dan odmora, bila je vrlo iscrpljena i do popodneva nije imala snage, leđa su je boljela i bilo joj je hladno, ali ni tada joj nije palo na um da je bolesna. Uveče joj temperatura bila 37.6°C.

15. aprila se ispostavilo da je pozitivna na Covid-19. To ju je uplašilo i zbog stigme koju zaraza nosi. Bila je izolirana u hotelu u blizini doma u kojem borave sestre. Uveče joj je kolegica, koja je od početka izbijanja pandemije uzimala preventivni vibrionički lijek, predložila da učini isto. Ali kako je pacijentica bila u stanju panike, odbila je. Postala je suicidalna i otišla psihologu koji joj je propisao Lexaurin, alopatski lijek za anksioznost i napade panike.

Sljedećih šest dana su bili noćna mora, dnevno joj je temperatura rasla do 38°C. Većinu vremena je provela u krevetu. Imala je glavobolju i teške bolove u mišićima i gušila se s osjećanjem da joj neko sjedi na prsima. Izgubila je osjećaj mirisa i ukusa. 23. aprila je i dalje imala groznicu, gušila se i kašljala, iako su joj pritisak i zasićenost kisikom bili normalni.

Narednih 11 dana je imala visoku temperaturu, bolove u zglobovima, otežano disanje, bolno grlo, kašalj, gubitak apetita i gubitak glasa. Drugi test koji je uradila 4. maja je također bio pozitivan. Sada je bila u još većoj panici te je odlučila konsultirati praktičarku.

Povezavši se sa Swamijem viskom, praktičarka je otkrila vrlo visok nivo zasićenosti virusom i 5. maja 2020. joj je dala:

**NM2 Blood + NM6 Calming + NM45 Atomic Radiation + NM76 Dyspnoea + NM90 Nutrition + NM113 Inflammation + NM116 Malaria Extra Strength + OM15 Kidneys + OM17 Liver-Gallbladder + BR4 Fear + BR14 Lung + SM6 Stress + SM13 Cancer + SM14 Chemical Poison + SM26 Immunity + SM27 Infection + SM30 Life (AIDS) + SM31 Lung & Chest + SM40 Throat + SM41 Uplift + SR264 Silicea + SR270 Apis Mel + SR301 Mercurius + SR302 Nux Vomica + SR306 Phosphorus + SR385 Eupatorium Perf + SR406 Sabadilla + SR424 Chicory + SR477 Capillary + SR505 Lung + SR507 Lymphatic Organ + SR535 Thymus Gland...6TD četiri dana, a zatim 4 OD\***

Sljedećeg dana pacijentica je bila potpuno mirna. Dan poslije, 7. maja, bila je vrlo raspoložena te je čak imala snage dvaput otići u šetnju. Napravili su još jedan test, i na njeno veliko iznenađenje, ovaj put je bila negativna. Testirala se još jednom sljedećeg dana i do večeri je rezultat potvrdio da je negativna. Na veliku radost njene obitelji iste večeri se vratila kući!

### **Svjedočenje pacijentkinje:**

Želim da se zahvalim što ste mi posvetili svoje vrijeme i zvali svaki dan da pitate kako se osjećam. Da nije bilo vas, mislim da bih završila u bolnici na cjevčicama i vjerovatno podlegla. Moja porodica i ja vam još jednom iz dubine srca zahvaljujemo na vašoj pomoći.

### **Komentar urednika:**

Praktičarka, koja je tretirala veliki broj slučajeva, je uvjerena da se slučajevi Covida-19 liječe vrlo brzo u samo dva dana.

\*One koji imaju kutiju 108CC molimo da koriste lijek za Covid-19 koji smo ranije objavili.

+++++

## 7. Covid-19 za vrijeme trudnoće <sup>03572...Gabon</sup>

Kada se žena (33), trudna četiri mjeseca, obratila praktičarki, bila je blijeda i potpuno iscrpljena. Imala je simptome Covida-19 – kratak dah i iscrpljenost. Nije mogla hodati 10 metara a da ne izgubi dah. Dan

ranije, njena mama je dobila pozitivan rezultat na Covid-19 i završila u bolnici. Bila je zabrinuta jer živi s majkom i s njom dijeli spavaću sobu. I ona je otišla u bolnicu, ali su je usljed manjka kapaciteta poslali kući. Osjećala se bespomoćnom.

24. maja 2020. praktičarka joj je dala sljedeći lijek:

**#1. CC4.1 Digestion tonic + CC4.8 Gastroenteritis + CC9.4 Children's diseases + CC10.1 Emergencies + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.6 Cough chronic + CC19.7 Throat chronic...**jedna doza svakih 6 sati, zatim **6TD**, i **TDS** kad dođe do poboljšanja.

Kako nije poznato na koji način virus utiče na trudnoću, u znak predostrožnosti praktičarka joj je napravila kombinaciju za pomoć tokom trudnoće:

**#2. CC3.1 Heart tonic + CC8.2 Pregnancy tonic + CC8.9 Morning sickness + CC12.1 Adult tonic...TDS**

Dva dana kasnije, 26. maja, pacijentica je izvijestila da se više ne osjeća umornom i da ne pati od kratkog daha. Kako bi bili sigurni, savjetovano joj je da nastavi uzimati **#1** do kraja juna i da smanji na **OD** dok se pandemija ne povuče, i da **#2** uzima do poroda.

+++++

## 8. Covid-19 <sup>02799...UK</sup>

Oko 12. marta 2020, žena (50) je počela da osjeća vrlo jako glavobolju koja je bila praćena suženjem iz očiju. U naredna tri dana je razvila daljnje simptome: bol u tijelu, blagu groznicu, suhi kašalj, gubitak apetita, mirisa i okusa, te ekstremnu iscrpljenost. Kako je od djetinjstva patila od astme, bila je na bronhodilatatorima jer vrlo lako 'pokupi' prehladu i kašalj. Znajući da su ovo simptomi Covid-19 i da za njih nema lijeka, nije otišla doktoru. Umjesto toga, prateći informacije na društvenim medijima, uzela je paracetamol koji joj je smanjio temperaturu; također je svako jutro pila vruću vodu s limunom te čaj s začinima i medom cijeli dan. Uskoro je i suprug počeo pokazivati slične simptome te mu se 16. marta temperatura popela na 39.4°C. Strah im se usadio u kosti. Osjećala se vrlo loše, te je prema preporuci prijateljice pozvala praktičarku. U naredna 24 sata na vrata su joj bile dostavljene dvije bočice s globulama.

Za prevenciju Covid-19:

**#1. CC9.2 Infections acute + CC9.3 Tropical diseases + CC9.4 Children's diseases + CC10.1 Emergencies + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC19.1 Chest tonic + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.6 Cough chronic + CC19.7 Throat chronic...6TD**

Za upalu:

**#2. Prednisolon potenciran na 10M & CM...QDS**

Počela je uzimati lijekove čim ih je dobila, 17. marta 2020. Do sljedećeg jutra se osjećala bolje u svakom pogledu. Do 24. marta se osjećala barem 80% bolje jer su svi simptomi gotovo nestali. Ostali su samo blagi povremeni suhi kašalj, nešto glavobolje i iscrpljenosti. Nisu joj se vratili osjet ukusa ili mirisa. Do 5. aprila 2020. bila je 100% bolje, 10. aprila doziranje **#1** i **#3** smanjeno na **TDS**, a lijekovi završeni za dvije sedmice.

**Svjedočenje pacijentkinje:** Ne možemo dovoljno zahvaliti praktičarki za to što nam je lijekove poslala odmah unutar 24 sata.

**Komentar urednika:** Poslije tretiranja Covid-19, treba nastaviti uzimati preventivnu kombinaciju **OD** sve dok virus ne iščezne iz datog područja.

+++++

## 9. Kašalj – poslije Covid-19 <sup>11613...India</sup>

Žena (55) je od 29. aprila 2020. patila od simptoma kašlja, glavobolje, groznice i gubitka osjeta okusa. U roku od tri dana, uz pomoć alopatskih lijekova, bila je oslobođena svih simptoma osim gubitka okusa i opšteg osjećanja nelagode. Kada je njena oboljela susjeda o kojoj je brinula dobila pozitivan rezultat na Covid-19 i sama je otišla na testiranje te 6. maja proglašena pozitivnom. Odmah je smještena u karantinu u praznu kuću i data joj je terapija antibioticima i protuvirusnim sredstvima od pet dana. Pored toga, počela je uzimati suplemente za zdravlje i odvarak od začina i džagritija, dva puta dnevno. 11. maja i

dalje je imala kašalj, uglavnom uveče, i blagu desnostranu glavobolju, za koju je njen suprug zatražio vibrionički tretman. Praktičarka joj je dala standardni lijek za prevenciju, tj.:

**CC4.1 Digestion tonic + CC4.8 Gastroenteritis + CC9.4 Children's diseases + CC10.1 Emergencies + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.6 Cough chronic + CC19.7 Throat chronic...po jednu dozu svakih 10 minuta dva sata, zatim 6TD četiri dana**

Već od sljedećeg dana nije kašljala i osjećala se savršeno dobro. Test od 15. maja je bio negativan. Stoga je doziranje smanjeno na **TDS** četiri dana, zatim na **BD** dok se situacija s Covidom-19 ne dovede pod kontrolu.

+++++

## 10. Plantarni fasciitis, konstipacija <sup>11613...India</sup>

Žena (44) je od 2009. godine patila od teške konstipacije. Alopatski lijek joj je pružao privremeno olakšanje. Godinama je uzimala ayurvedski lijek (*triphalā*) kako bi olakšala pražnjenje, ali uzalud. Također je protekle četiri godine osjećala bol u petama, naročito u jutarnjim satima. U protekla četiri mjeseca bol je postala tako jaka da više nije mogla normalno hodati. Liječnik je to dijagnosticirao kao plantarni fasciitis. Kako je bol postala vrlo uporna, praktičar joj je 6. oktobra 2019. dao:

**Za plantarni fasciitis:**

### #1. CC20.4 Muscles & supportive tissue...TDS

Nakon dvije sedmice, došlo je do 20% poboljšanja bola u peti; nakon još četiri sedmice, poboljšanje se popelo na 50%. 16. novembra 2019, radi bržeg oporavka, praktičar joj je dao **#1...BD** u maslinovom ulju za vanjsku primjenu. Za oralnu primjenu **#1** je pojačao na:

### #2. CC3.7 Circulation + CC15.1 Mental & Emotional tonic + #1...TDS

U isto vrijeme je izvijestila da joj se u proteklih nekoliko dana konstipacija znatno pogoršala. Dobila je:

**Za konstipaciju:**

### #3. CC4.4 Constipation...6TD tri dana, a zatim TDS

20. decembra 2019, kod oba simptoma je došlo do olakšanja od 80%, a do 18. januara 2020. oba su potpuno nestala. Stoga je doziranje **#3** svake sedmice smanjivano na **OD**, **3TW**, **2TW**, **OW** i prekinuto 15. februara, dok su **#1** & **#2** smanjivani svake druge sedmice i prekinuti 14. marta. Prema informacijama iz juna 2020, nije bilo povrata bola u peti niti konstipacije.

\*\*\*\*\*

## ☞ Kutak za odgovore ☞

*Pitanje 1. Neki ljudi u mojoj zajednici žele uzimati vibrioniku za prevenciju Covida, ali već uzimaju homeopatski lijek koji je lokalno distribuiran. Da li mogu uzimati oboje?*

**Odgovor 1:** Vibrionička kombinacija za prevenciju se pokazala djelotvornom jer smo imali izvrsne povratne informacije. Tako da ako osoba želi, može početi uzimati vibrioniku tri dana nakon što prestane uzimati homeopatski lijek. Za više informacija, pogledajte Glasnik 10, broj 4. Nije preporučljivo uzimati oboje u isto vrijeme. Također, trebate slijediti ostale smjernice iz Glasnika 11, broj 2 (mart-april 2020).

+++++

*Pitanje 2. Lijek za jačanje imuniteta se preventivno daje OD. Mogu li na prvi dan propisati po jednu dozu svakih deset minuta sat vremena, a zatim OD, kako bih pomogao pacijentima koji su eventualno oboljeli od Covida-19 a nemaju simptoma?*

**Odgovor 2:** Dodatne doze na prvi dan nisu nužne ukoliko nema simptoma.

+++++

*Pitanje 3. Koji je najbolji način za pravljenje Lijeka za jačanje imuniteta u velikoj količini?*

**Odgovor 3:** Kako biste napravili bilo koji lijek, stavite 15 kapljica kombinacije u paket (0.5 kg) globula u nemetalnu posudu (ne preko dvije trećine) i protresite na uobičajen način u obliku broja osam. Za distribuciju, stavite lijek u male bočice bez da dotičete globule.

+++++



*Pitanje 4. Za liječenje nadaljnu, nakon što napravim lijek i odašiljem ga jednoj osobi, mogu li isti lijek upotrijebiti za drugu osobu koja pati od potpuno istog problema?*

*Odgovor 4:* Da, ukoliko drugoj osobi odašiljete **potpuno** isti lijek. Ako je lijek koji ste napravili nozod, njega naravno nećete odašiljati jer je nozod specifičan za svakog pacijenta. Upamtite, kada se lijek stavi u *Sample well* (udubljenje za uzorak), njegova se potencija mijenja i tada je pogodan SAMO za odašiljanje nadaljnu ili za pravljenje njegove kopije.

*Pitanje 5: Ako osoba ima samo jedan bubreg, mogu li joj savjetovati vibrioniku za jačanje drugog bubrega?*

*Odgovor 5:* Da, vibrionika će sigurno pomoći jačanju preostalog bubrega, ali će aktivirati i fantomski bubreg, tj. suptilni aspekt nedostajućeg bubrega. Usput govoreći, jedan zdrav bubreg može filtrirati dovoljno krvi kako bi osoba imala normalan život.

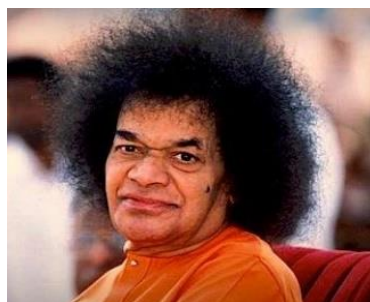
*Pitanje 6. Kakav savjet ili utjehu možemo ponuditi roditeljima autistične djece? Trebamo li im reći: "Samo imajte vjere i molite se"?*

*Odgovor 6:* Naravno s roditeljima treba komunicirati blago i suosjećajno, ali najprije trebate detaljno zabilježiti simptome djeteta razgovarajući s njima na telefon. Zatim proučite slučaj i upoznajte se s različitim aspektima autizma prije nego što se nađete s roditeljima kako biste im mogli dati odgovarajuće upute. Roditelji trebaju razumjeti da što se prije počne s tretmanom, to će brži i bolji biti napredak. Čak i ako nismo u stanju da izliječimo autizam, uvijek možemo pomoći oko brojnih simptoma koji dolaze s njim, kao što su konstipacija, epilepsija, nesanica, hiperaktivnost, alergije, infekcije i sl. Konačno, roditeljima treba reći da oni nisu u toj situaciji slučajno, već da za to postoji razlog. Postoje životne lekcije koje moraju naučiti i stoga moraju razviti pristup koji nije suportivan samo u odnosu na dijete, već i u odnosu na njihov emotivni život. Možete tretirati i njih kako biste im dali snagu da se bore sa situacijom te ako je potrebno uputiti ih savjetniku/stručnjaku u tom polju.

*Pitanje 7. Da li smijemo na osnovu simptoma odrediti dijagnozu i preporučiti alopatski tretman uporedo s vibrionikom?*

*Odgovor 7:* Ne, kako nismo kvalificirani medicinski praktičari, ne smijemo davati dijagnoze. Trebamo tretirati vibro lijekovima na osnovu simptoma. Ako vam osoba donese medicinske nalaze, to može pomoći u odabiru najbolje kombinacije. Ako sumnjate na ozbiljnu bolest, zamolite osobu da se posavjetuje s alopatskim liječnikom.

## ☞ Božanske riječi Vrhunskog Iscjelitelja ☜



***"Isposnički orijentirani tražitelji općenito na hranu gledaju i prema njoj se odnose kao prema nečemu što ne zaslužuje pažnju. Ali kako su tijelo i um izuzetno povezani, hranu ne smijemo zanemarivati. Kakva hrana, takav um; kakav um, takva misao; kakva misao, takvo djelo. Hrana je važan faktor koji određuje budnost i tromost, zabrinutost i smirenost, bistrinu i tupost."***

... Sathya Sai Baba, "Hrana i zdravlje", Božanski govor, 21. septembar 1979.  
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume14/sss14-31.pdf>

*“Služenje treba proisticati iz svijesti o tome šta osoba duguje društvu. Ime i ugled, sve udobnosti u kojima uživa, proizlaze iz društva. U društvu osoba nalazi ispunjenje. Kad je tome tako, ako čovjek ne služi društvu, kome će služiti? Sam princip zahvalnosti od njega zahtijeva da služi društvu koje je izvor svih blagodeti u kojima uživa. Ljudi bez zahvalnosti su gori od divljih životinja.”*

... Sathya Sai Baba, “Duh služenja”, Božanski govor, 21. novembar 1988.  
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume21/sss21-31.pdf>

\*\*\*\*\*

## ☞ Obavještenja ☞

### Predstojeće radionice\*

- **Indija Puttapparthi:** Virtuelna AVP radionica, sedmični susreti **septembar-novembar 2020.** (učesnici će biti upoznati sa svim detaljima), kontaktirati Lalithu na [elay54@yahoo.com](mailto:elay54@yahoo.com) ili telefonom na: 8500-676-092
- **UK London:** UK Nacionalni godišnji virtuelni seminar obnavljanja znanja **20. septembar 2020**, kontaktirati Jerama Patela na [jeramjoe@gmail.com](mailto:jeramjoe@gmail.com)
- **SAD Richmond VA:** Virtuelna AVP radionica, sedmični susreti **septembar-novembar 2020.** (učesnici će biti upoznati sa svim detaljima), kontaktirati Susan na [saivibrionics.usa.can@gmail.com](mailto:saivibrionics.usa.can@gmail.com)
- **Indija Puttapparthi:** AVP radionica\*\* **25. novembar - 1. decembar 2020**, kontaktirati Lalithu na [elay54@yahoo.com](mailto:elay54@yahoo.com) ili telefonom na: 8500-676-092
- **Indija Puttapparthi:** SVP radionica\*\* **3-7. decembar 2020**, kontaktirati Hem na [99sairam@vibrionics.org](mailto:99sairam@vibrionics.org)

\* AVP i SVP radionice su namijenjene samo onima koji su prošli prijemni proces i elektronsku obuku. Seminari obnavljanja znanja su namijenjeni postojećim praktičarima.

\*\*Podložno promjeni

\*\*\*\*\*

## ☞ Dodatak ☞

### 1. Savjeti za zdravlje

**Oči su dragocjene: Vodite brigu o njima**

**“Ne gledaj zlo; vidi samo dobro. Samo će tako vaše oči steći svetu moć kojom će moći ugledati kosmički božanski oblik.”... Sathya Sai Baba<sup>1</sup>**

**“Vjerujem da vid, od svih osjeta, donosi najviše radosti... Jedino gore od sljepoće jeste imati vid a nemati viziju”...Helen Keller (slijepogluha američka spisateljica i aktivistkinja)**

#### 1. Upoznajte svoje oči

**1.1** Najdelikatniji, najkompleksniji i najosjetljiviji osjetilni organ u ljudskom tijelu – oči, daju nam dragocjeni vid, osjećaj za svjetlo, boju, oblik i pokret te održavaju biološki sat tijela. Očne jabučice su smještene u očnim dupljama, a spolja ih štite očni kapci, obrve i tanka prevlaka od suza. Svako oko pokreće šest mišića pripojenih na jabučice. Zraci svjetlosti koji ulaze kroz zjenicu se pomoću rožnjače i leća stvaraju žarište kako bi stvorili sliku na mrežnjači.

Mrežnjača sadrži milione foto-osjetljivih ćelija koje pretvaraju sliku u uzorak nervnih impulsa. Impulsi se potom prenose duž optičkog živca do mozga gdje prolaze kroz proces obrade kako bi stvorili cjelovitu sliku.<sup>2-4</sup>

**1.2 Šta je normalan vid?:** “Oštrina od 20/20” (u stopama) ili “6/6” (u metrima) označava normalan, ali ne i savršen vid. Prvi broj (gornji) označava udaljenost na kojoj svi rade očni test uz Snellenovu očnu mapu. Drugi broj govori koliko dobro osoba može čitati slova na mapi s udaljenosti od 6m. Ako oštrina vida iznosi 6/9, to znači da osoba može tek na 6m vidjeti sve ono što osoba s normalnim vidom vidi na 9m.<sup>5,6</sup>

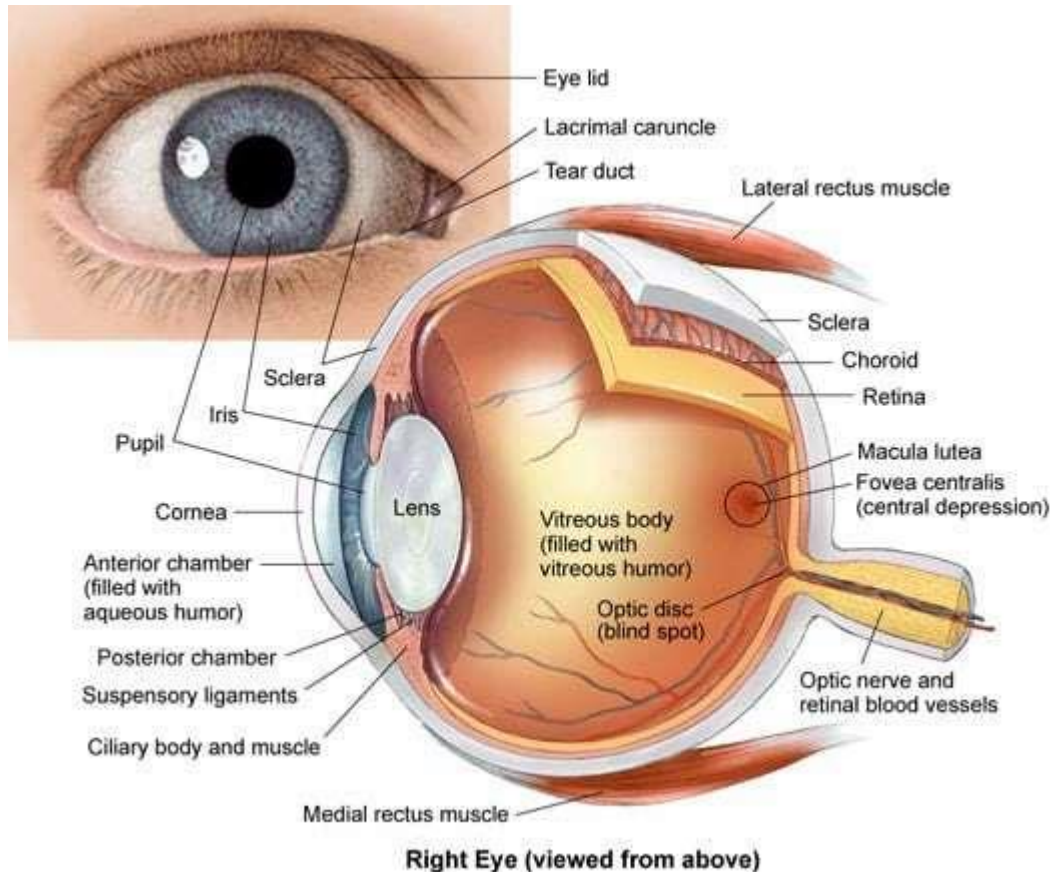
**1.3 Šta je normalan očni pritisak?:** Očni pritisak – koji se još naziva i intraokularni pritisak ili IOP – je mjera pritiska tekućine u oku. Dok prosječan IOP iznosi 15 mmHg, raspon normalnog očnog pritiska je mnogo viši, između 10 i 21 za oko 90% ljudi. Očni pritisak ovisi o brojnim faktorima kao što su dob, krvni pritisak, puls i refraktivna pogreška. IOP iznad 21 se generalno smatra rizičnim faktorom.<sup>7,8</sup>

**1.4 Očni problemi mogu biti izazvani infekcijama, genetskim poremećajima ili prilikom rođenja, usljed nemara ili nezgode, te usljed pogrešne upotrebe ili zloupotrebe očiju.**

## 2. Očne infekcije

**2.1** Do infekcija dolazi kada štetni mikroorganizmi (bakterije, gljivice ili virusi) ili strane čestice napadnu bilo koji dio oka ili njegovih tkiva.<sup>9-13</sup>

**2.2 Zarazne infekcije:** najčešća infekcija jeste *konjunktivitis* (ružičasto oko): obično je virusna, ali može biti i bakterijska. Uobičajeni simptomi koji se najčešće javljaju iznenada su crvenilo, svrab, osjetljivost na



svjetlo, pečenje, ljepljiv iscjedak, osjećaj da se u oku nalazi zrno prašine ili pijeska, curenje iz očiju, oteknuti očni kapci (ponekad bolni) i mutan vid. *Trahoma* spada u visoko zarazne bakterijske infekcije, ali se javlja sporadično.<sup>9-12</sup>

**2.3 Nezarazne infekcije** mogu biti izazvane alergenima kao što je polen, hemikalijama, štetnim isparenjima, bilo kojim nadražajnim sredstvom ili korištenjem kontaktnih leća kroz duži vremenski period. U slučaju alergijskog konjunktivitisa, upala,

svrab i curenje iz očiju mogu biti intenzivni, praćeni kihanjem i vodenastim iscjetkom iz nosa. Gljivične infekcije su rijetke. U ostale moguće infekcije spadaju *keratitis* (upala rožnjače izazvana bakterijama, virusima ili parazitima iz vode); *uveitis* (kojeg izazivaju određeni virusi kao što je herpes, ali je češće povezan sa autoimunim oboljenjima kao što su reumatoidni artritis ili lupus); *infekcija očnih kapaka* ili kože kapaka u koje spada *ječmir* (bolna izraslina koja podsjeća na bubuljicu) i *chalazion* (nakupina izlučevina, obično bezbolna); te *ulcera rožnjače* usljed bakterijske, virusne ili gljivične infekcije.<sup>9,10,13</sup>

## 3. Problemi s očima/oštećenja

**3.1 Uobičajene refrakcijske pogreške:** miopija – nesposobnost da se vide predmeti u daljini koja najčešće počinje u djetinjstvu; hiperopija – nesposobnost da se vide predmeti u blizini zbog kratke očne jabučice; astigmatizam – deformacija predmeta u daljini i blizini usljed nepravilno zakrivljene rožnjače; prezbiopija – poteškoće da se vidi ili čita na udaljenosti dužine ruke nakon 40. godine.<sup>14,15</sup>

**3.2 Katarakta** je postepeno zamućivanje očne leće kada oko s godinama postaje manje fleksibilno, manje transparentno i gušće, što dovodi do slabljenja vida u jednom ili oba oka. Boje postaju blijede ili žuće, javljaju se zamagljenost ili dupli vid, učestale promjene u naočalima, viđenje oreola oko izvora svjetlosti, nelagoda usljed jakog osvjetljenja i poteškoće s čitanjem, vožnjom ili jasnim viđenjem noću. Osim godina, kataraktu mogu uzrokovati nedostaci u ishrani, genetski poremećaji, medicinska stanja kao što su dijabetes ili ranija operacija oka, izloženost zračenju, dugotrajna upotreba steroida, trauma ili ovisnosti.<sup>16</sup>



**3.3 Glaukom** je stanje kod kojeg vidni živac propada i biva oštećen usljed osjetljivosti ili manjka opskrbljenosti krvlju. Češće se javlja zbog povišenog očnog pritiska koji je izazvan pretjeranom proizvodnjom tjelesne vodenaste tekućine ili kada dolazi do zadržavanja tekućine usljed začepljenja. Do oštećenja dolazi postepeno bez ikakvog znaka upozorenja. Najčešći simptom su slijepe mrlje koje se često javljaju u oba oka te, u uznapredovalim fazama, tunnelski vid. U nekim slučajevima dolazi do primjetnog zamućenja vida, privida krugova duginih boja oko jakih izvora svjetlosti, teškog bola u oku s glavoboljom, crvenila, mučnine ili povraćanja te iznenadnog gubitka vida. Kako se vid u tom slučaju ne može povratiti liječenjem ili operacijom, to je jedan od vodećih uzroka sljepila kod osoba starijih od 60 godina.<sup>17,18</sup>

**3.4 Poremećaji mrežnjače:** U osnovne poremećaje mrežnjače spadaju *makularna degeneracija* i *odignuće mrežnjače*. U simptome spadaju: brojne *mušice* (končaste crne tačke ili mrlje), iznenadna i *brza bljeskajuća svjetla* na rubovima vidnog polja, izobličen vid, i ponekad siva zavjesa koja ometa vid. Odignuće mrežnjače je bezbolno, ukoliko nije nastalo usljed ozljede, i javlja se spontano u trajanju od nekoliko sati ili dana. Ljudi s nestabilnim i visokim šećerom mogu razviti *dijabetsku retinopatiju*.<sup>19,20</sup>

**3.5 Drugi poremećaji oka:** Neki rijetki/genetski poremećaji su *noćno sljepilo* i *sljepilo na boje* kada osoba ne razlikuje crveno-zelene, a ponekad i plavo-žute nijanse.<sup>19,21</sup>

*Razrokost* je oštećenje kod kojeg oči nisu usklađene i gledaju u različiti smjerovima; ne mogu gledati u istu tačku u isto vrijeme. Tačan uzrok nije poznat. Može dovesti do *lijenog oka* jer mozak ignoriše signale iz zahvaćenog oka.<sup>22</sup>

*“Suhe oči”* se javljaju kada suze ne mogu da ovlaže oči na pravilan način; pogoršava se s godinama. Također može biti posljedica autoimune bolesti ili nekog lijeka kao što je anihistamin te izloženosti dimu ili vjetru. Uobičajeni simptomi su bockanje i pečenje, ružičasto oko, stalna nelagoda u oku ili suženje iz očiju.<sup>23</sup>

*“Suzenje”* nas treba brinuti samo kada iz oka svakodnevno teče previše suza praćenih bolom, kad se javljaju promjene u vidnom polju ili postoji osjećanje da nešto u oku ne prolazi.<sup>24</sup>

Neki problemi kao što su trzanje kapcima, otečene oči i podočnjaci su posljedica manjka odmora, stresa ili neodgovarajuće prehrane i načina života.<sup>25,26</sup>

**3.6 Digitalno naprezanje oka – novi zdravstveni problem:** Preko 90% korisnika digitalnih uređaja osjećaju naprezanje očiju. Najčešći okularni simptomi su suženje, umor očiju, suho oko i zamućen vid, pekuća senzacija, crvenilo i dupli vid. Najčešći neokularni simptomi su ukočen vrat, opšta slabost, glavobolja i bol u leđima. Stopa treptanja se sa normalnih 10-16 puta u minuti spusti na 5-9.<sup>27-29</sup>

## 4. Zaštitite oči od ozljede

**4.1 Ozljede oka:** Moguće ozljede su: ogrebotina (abrazija rožnjače) uzrokovana bilo kakvim instrumentom ili od strane kućnog ljubimca; strana čestica u oku; povreda uzrokovana kiselinom ili lužinom ili opekotine izazvane direktnom izlaganju pari, isparenjima ili radijaciji; modro oko ili otok usljed udarca ili posjekotine. Uobičajeni simptomi su bol unutar ili iza oka, grčenje očnih kapaka, kontinuirano curenje suza, smanjen ili izmijenjen vid ili čak gubitak istog, krv vidljiva u oku ili krvarenje oko oka.<sup>30</sup>

**4.2 Prva pomoć i medicinska njega:** Odmah trebate posjetiti očnu kliniku, ali prije toga nekoliko jednostavnih koraka prve pomoći mogu biti od pomoći.<sup>31-33</sup>

- Treptanje može ukloniti male čestice prašine ili pijeska.
- Blago otvorite očne kapke i isperite oči čistom vodom kako biste izbacili bilo kakvo strano tijelo. Prevucite gornji kapak preko donjeg kako biste blago izbacili bilo kakvu stranu česticu.
- U slučaju da se u oku nađu neke hemijska sredstva, odmah uklonite kontaktne leće. Nagnite glavu na stranu zahvaćenog oka kako za vrijeme ispiranja očiju rastvorena hemijska supstanca ne bi prešla na drugo oko ili na lice. Nakon ispiranja od 15-20 minuta, preko oka treba staviti čistu gazu dok osobu vodite u bolnicu.
- U slučaju posjekotine, rane ili ubodne rane, **ne ispirajte** oči vodom. Umjesto toga, nježno i bez pritiskanja stavite nešto kao što su gaza ili zavoj preko oka da ga zaštitite.
- U slučaju udarca, nježno i bez pritiskanja stavite mali ledeni oblog ili kompresu kako biste smanjili oticanje i bolove.

**4.3 Ono što ne smijete raditi nakon ozljede:** Izbjegavajte pokrete glavom i kruženje očima, oči nemojte trljati ili dodirivati prstom ili štapićem za uši. Ne uzimajte lijekove na svoju ruku.<sup>31-33</sup>

## 5. Preventivne mjere za zdrave oči

**5.1** Dobre higijenske navike kao što su često pranje ruku, netrljanje očiju i korištenje čistih ručnika će pomoći u sprječavanju infekcija.<sup>10-13</sup>

**5.2 Ojačajte oči:** Neki od načina da opustite i njegujete oči su:<sup>26,34-40</sup>

- Stavite dlanove na oči i blago pritisnite. Neka oči budu potpuno zaklonjene od svjetla, sjedite udobno i koncentrišite se na disanje i opuštajte 5-10 minuta dva puta dnevno ili nekoliko puta po 1-2 minute.<sup>34,36-38</sup>
- *Blago pritisnite* oči sa sva četiri prsta, držite nekoliko sekundi, a zatim polako otpustite. Trepnite i otvorite oči na nekoliko sekundi, ponovite pet puta; blaga masaža obrva također pomaže.<sup>36-38</sup>
- *Sunčanje* zatvorenih očiju, 5-10 minuta u rano jutro ili uveče kad je sunce blago i nije suviše vruće.<sup>34,36,37</sup>
- *Micanje očima* gore-dole, desno-lijevo, a zatim kruženje očnom jabučicom, *fokusiranje* mijenjanjem fokusa s daljine na blizinu i obratno, *normalno treptanje* svako malo, i *usporeno treptanje* gledanjem pravo u prazan zid<sup>36-39</sup>.
- Blaga masaža uljem od povrća ili bademovim uljem preko podočnjaka, ako ih imate, prije odlaska na spavanje.<sup>26</sup>
- *Hladna obloga* nakon očnih vježbi ili kad se osjećate napeto. Možete koristiti ohlađene kriške krastavca ili sirovog krompira ili čajne vrećice.<sup>26</sup> *Prskanje* kapaka hladnom vodom, dok su vam usta puna vode, po mogućnosti ujutro, će popraviti cirkulaciju.<sup>40</sup>
- *Plivanje, hodanje, yoga asane*, i vođene vježbe vrata i ramena će popraviti cirkulaciju i nahraniti oči.

**5.3 Ishrana dobra za oči:** Uravnotežena ishrana bogata vitaminima A, C, D i E, omega-3 masnim kiselinama i cinkom, mineralom u tragovima, održava zdravlje očiju. To u izobilju nalazimo u svježem voću, povrću, naročito zelenolisnatom povrću, orašastim plodovima i sjemenkama.<sup>35,41-43</sup>

## 6. Savjeti za njegu očiju: nikada nije kasno da popravimo vid

**Aktivan način života, dovoljno odmora, uravnotežena ishrana, unos ogdovarajuće količine vode, uspravno sjedenje, naročito dok koristimo digitalne uređaje, redovna tjelovježba, osobna higijena, svjež zrak, te iznad svega, opušteno stanje tijela i uma su ključ za prevenciju očnih problema.**<sup>17,34-40,44-45</sup>

- Svakih nekoliko godina trebate otići na detaljan pregled očiju uz širenje zjenica. Za djecu, u dobi od 6 mjeseci, 3 godine, a zatim svake godine od 6. do 17. godine. Za odrasle, svakih 5-10 godina do 40. godine, svake 2-4 godine do 54. godine, a poslije toga češće. Rana dijagnoza je jedini način za sprečavanje sljepila.<sup>17,44,45</sup>
- Saznajte svoju porodičnu historiju i rizike, nosite zaštitne naočale tamo gdje je potrebno, odmah reagujte na promjene u vidnom polju i posavjetujte se s oftalmologom. Ljudi s miopijom, dijabetesom, srčanim problemima ili moždanim udarom, kao i osobe s kontaktnim lećama, trebaju voditi naročitu brigu.<sup>17,44</sup>
- ***Kako biste spriječili digitalno naprezanje oka:*** *Napravite pauzu svakih 20 minuta i gledajte u nešto udaljeno 20 stopa (6m), 20 sekundi. Skinite aplikaciju za njegu očiju da vas podsjeća!* Također, pobrinite se da imate ispravno osvjtljenje kako biste refleksiju sveli na minimum te podesite postavke ekrana na digitalnim napravama.<sup>46-48</sup>

## Reference i linkovi:

1. Sathya Sai Baba, Božanski govor o "Ti i Ja smo jedno", Guru Purnima, 5. juli 2001, SSS 34, 13. poglavlje, str. 182 <http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume34/sss34-13.pdf>
2. <https://www.merckmanuals.com/home/eye-disorders/biology-of-the-eyes/structure-and-function-of-the-eyes>
3. Struktura oka: <https://byjus.com/biology/structure-of-eye/>
4. <https://kidshealth.org/en/kids/eyes.html>
5. Vid 20/20: <https://www.allaboutvision.com/en-in/eye-exam/2020-vision/>
6. Vid 20/10: <https://www.nvisioncenters.com/lasik/20-10-vision/>
7. Normalan očni pritisak: <https://www.brightfocus.org/glaucoma/pitanje/what-considered-normal-eye-pressure>
8. Studija o intraokularnom pritisku: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5957383/>
9. Očne infekcije: <https://www.allaboutvision.com/en-in/conditions/eye-infections/>
10. Konjunktivitis i prevencija: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/pink-eye/symptoms-causes/syc-20376355>
11. Crvenilo oka i prevencija: <https://www.allaboutvision.com/en-in/conditions/conjunctivitis/>

12. Trachoma: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/trachoma>
13. Sve očne infekcije i prevencija: <https://www.healthline.com/health/infected-eye>; <https://www.healthline.com/health/eye-health/home-remedies-for-eye-infection#overview>
14. Refrakcijske greške: <https://www.nei.nih.gov/learn-about-eye-health/eye-conditions-and-diseases/refractive-errors>
15. <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/what-is-a-refractive-error>
16. Katarakta: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/cataracts/symptoms-causes/syc-20353790>
17. Glaukom: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/glaucoma/symptoms-causes/syc-20372839>
18. <https://www.glaucoma.org/gleams/what-are-the-symptoms-of-glaucoma.php>
19. Poremećaji mrežnjače: <https://www.ccteyes.com/retina-problems-warning-signs-you-may-have-a-retinal-disease/>
20. Mušice u oku: <https://www.brightfocus.org/macular/article/what-causes-eye-floaters>
21. Sljepilo na boje: <https://www.aoa.org/patients-and-public/eye-and-vision-problems/glossary-of-eye-and-vision-conditions/color-deficiency>
22. Strabizam i slabovidnost: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/220429>
23. Suho oko: <https://www.aoa.org/patients-and-public/eye-and-vision-problems/glossary-of-eye-and-vision-conditions/dry-eye>
24. Suzne oči: <https://www.health.com/condition/eye-health/watery-eyes?slide=6f6f7ac5-f902-4822-ab25-fce2aad58c5a#6f6f7ac5-f902-4822-ab25-fce2aad58c5a>
25. Migovi: <https://www.allaboutvision.com/en-in/conditions/eye-twitching/>
26. Podočnjaci: <https://www.healthline.com/health/how-to-get-rid-of-dark-circles-permanently#remedies>; <https://www.mapsofindia.com/my-india/health/30-best-home-remedies-to-remove-dark-circles-naturally-and-permanently>
27. Coles-Brennan, C., Sulley, A., & Young, G. (2019), Management of digital eye strain (Kontroliranje digitalnog očnog naprežanja), Clinical and Experimental Optometry, 102, 18-29.
28. Muniraju, N. M., Amarnath, H. K., & Ashwini, M. J. (2018), A review on effects of electronic Gadgets on eye (Pregled utjecaja elektroničkih naprava na oko), Journal of Ayurveda Physicians & Surgeons, 5(1).
29. Digitalno naprežanje očiju: <https://medpharm.co.za/eye-strain-the-new-affliction-of-the-digital-generation/>
30. Očne ozljede: <https://www.allaboutvision.com/en-in/conditions/eye-injuries/>
31. Savjeti za prvu pomoć: <https://www.aao.org/eye-health/tips-prevention/injuries>
32. Savjetni za prvu pomoć: <https://www.stjohn.org.nz/first-aid/first-aid-library/eye-injuries/>
33. Ispiranje hemijskih sredstava iz očiju: <https://www.mayoclinic.org/first-aid/first-aid-eye-emergency/basics/art-20056647>
34. Vodič za očne vježbe i Batesov metod: <https://seeing.org/techniques/>
35. <https://www.bateseyeeercises.com/basicInformation.php>
36. Očne vježbe za savršen vid: [https://eyecare.sriarobindoashram.org/resources/School\\_For\\_Perfect\\_Eyesight.pdf](https://eyecare.sriarobindoashram.org/resources/School_For_Perfect_Eyesight.pdf)
37. Očne vježbe dr. Aggarwala: <https://www.slideshare.net/elsavonlicy/agarwal-the-complete-book-of-eye-care>
38. Vježbe za podmlađivanje očiju: <https://www.lenspore.com/articles/eye-exercises-alleviate-eye-strain>
39. Sprječavanje naprežanja očiju: <https://www.healthline.com/health/eye-health/eye-exercises>
40. Umivanje očiju s ustima punim vode: <https://www.youtube.com/watch?v=gs-x4tNIGbw>
41. Nutritivna ishrana za oči: <https://www.aoa.org/patients-and-public/caring-for-your-vision/diet-and-nutrition>
42. Ishrana pogodna za oči: [https://www.allaboutvision.com/nutrition/nutrition\\_summary.htm](https://www.allaboutvision.com/nutrition/nutrition_summary.htm); <https://www.allaboutvision.com/en-in/conditions/cataracts/>
43. Važnost cinka za vid: <https://www.aoa.org/patients-and-public/caring-for-your-vision/diet-and-nutrition/zinc>
44. Zaštite oči: <https://www.allaboutvision.com/en-in/vision-by-age/ways-to-protect/>
45. Sprječite sljepilo i briga za dojenčad: <https://www.healthline.com/health/blindness>
46. Sprječite digitalno naprežanje očiju: Slijedite pravilo 20-20-20, kaže istraživanje; <https://www.medicalnewstoday.com/articles/321536>
47. Kako sprječiti naprežanje očiju usljed korištenja elektroničkih uređaja: <https://gadgets.ndtv.com/laptops/features/how-to-prevent-eye-strain-when-using-a-computer-575879>
48. Sprječite digitalno naprežanje očiju: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/eyestrain/diagnosis-treatment/drc-20372403>

\*\*\*\*\*

## 2. Anekdote o Covidu-19

### #1. Inspirativno iskustvo pacijentice praktičarke <sup>00512...Slovenia</sup>

Ja sam medicinska sestra, radim u Domu za umirovljenike u Sloveniji i uzimala sam lijek za Covid-19. Dana 27. marta u Domu se pojavio prvi slučaj virusa i brzo je eskalirao zarazivši 53 rezidenta od kojih je 30 podleglo u roku od nekoliko sedmica. Uskoro nije bilo nikog od osoblja da mi pomogne! Došlo je do totalnog kolapsa. Pet slovenačkih centara za zdravlje i tri bolnice su nam priskočile upomoć. Čak su nam iz druga dva grada došli studenti medicine i medicinske njege. Nažalost, neki od njih su pokupili virus. Svima sam ponudila Lijek za jačanje imuniteta (koji sam ja uzimala). Neki od kolega su prihvatili i ubrzo se riješili virusa. Upravitelji na poslu, uprkos teškoj situaciji su, nažalost, odbili. Kako sam bila smještena u žarištu epidemije, odlučila sam da se izoliram od svojih kćerki, partnera i bližnjih te da boravim u obližnjem hotelu. Bilo je vrlo teško, ali sam viđala porodicu samo preko mobitela skoro osam sedmica. Morala sam raditi s liječnicima kako bih posjećivala sve rezidente. Iz svog hotela uveče sam nadgledala i vodila novo medicinsko osoblje telefonom, porukama i video pozivima. Morala sam nadgledati i njihove potrebe smještaja kao što su hrana i posteljina. Bilo je teško, stresno i iscrpljujuće, a raspored je bio neumoljiv.



Sve u svemu, bilo je to vrlo teško i nezaboravno iskustvo, ali sam preživjela zahvaljujući Lijeku za jačanje imuniteta koji me je štatio i podupirao moje zdravlje! Dok pišem ovo i prisjećam se svega kroz šta sam prošla, zahvalna sam praktičarki koju sam mogla pozvati u bilo koje doba dana da mi pomogne. "Hvala" jednostavno nije dovoljno "za sve što si učinila za mene! Volim te".

## #2. Email odgovor jedne starije poklonice iz Amerike

Čim sam uzela prvu dozu novog vibrioničkog lijeka za jačanje imuniteta za Covid-19, bila sam zatečena njegovim nevjerojatnim učincima. Osjetila sam sukcesivne senzacije, jednu za drugom, u svim dijelovima tijela koji su u posljednjih pet godina bili pogođeni bolešću ili povredom: kao najvažnije bih izdvojila mjehur, tanko crijevo i lokus povrede glave. Mogla sam tačno osjetiti kako lijek radi 'provodeći' po nekoliko minuta u svakom zahvaćenom dijelu tijela. Najfascinantniji je bio učinak na moju psihu, stanje uma. Iskusi sam dva snažna i duboka emotivna otpuštanja, za koja se nadam da su očistila posljedice starih trauma i bolnih iskustava. Samo će vrijeme potvrditi da li sam se izliječila u potpunosti; međutim, ispostavilo se da je kombinacija bila izuzetno precizna u lociranju svih mojih problema sa zdravljem.

+++++

## 3. Virtualna radionica obnavljanja znanja 8-12. maj, 2020 – inicijativa vibrioničkog tima iz Delhi-NCR

Ova dobro organizirana radionica, u kojoj je učestvovalo 40 praktičara, se pokazala kao ogroman uspjeh.

Prvog dana radionice, trener<sup>11422</sup> je napravio pregled cijelog vibrioničkog tečaja u obliku kviza zamolivši praktičare da prethodno pročitaju sve glasnike kako bi bili u toku s posljednjim dostignućima u ovoj oblasti koja se stalno razvija. Drugog dana, pod vodstvom trenera i koordinatora za Delhi-NCR<sup>02859</sup>, predstavljeni su uspješni slučajevi; kod svih izlagača je bilo prisutno osjećanje zahvalnosti vibrionici. Istaknuto je da slučajeve treba bilježiti u odgovarajućem formatu, fotografirati oboljele dijelove tijela gdje je moguće, slijediti postupak smanjivanja doziranja, itd. Trećeg dana, kojeg je vodila praktičarka<sup>11964</sup>, učesnici su dijelili svoja iskustva o tome na koji način ih je vibrionika preobrazila.



Također je dala na uvid detaljan spisak stvari na koje treba obratiti pažnju kada pravimo anamnez u, upoređujući historiju slučaja kakvu dobijemo za objavljivanje u Glasniku konačno objavljeno verzijom. Dr.

Aggarwal je proveo praktičare kroz put razvoja vibrionike pod budnim Swamijevim okom. Također je predstavio budući Sai vibrionički centar za istraživanje, obuku i blagostanje koji se u naredne dvije godine treba izgraditi u Puttaparthiju. Potaknuo je praktičare da redovno iščitavaju vibrioničke priručnike,

glasnike i konferencijski priručnik. Naglasio je da se moramo fokusirati na Swamija kako bismo mogli dati sve od sebe kao praktičari ovog sistema. Swamijevom milošću radionica se pretvorila u važno iskustvo učenja za sve učesnike. Kako je sastanak odmicao, moglo se osjetiti strahopoštovanje pred činjenicom da smo dio sistema koji je tolika srca ispunio poniznošću, ljubavlju i odgovornošću da se služi. Također se raspravljalo o teškim slučajevima. Četvrtog dana, učesnici su upoznati s organizacijskom strukturom vibrionike i putem koji stoji pred nama.

Učesnici su potaknuti da se učlane u IASVP (Međunarodno udruženje praktičara Sai vibrionike), što je odsad obavezno. I dr. Aggarwal i gospođa Hem su bili sretni da se pridruže posljednjoj sesiji održanoj petog dana. Gđa Hem je odgovarala na pitanja o Covidu19 i dijelila korisne savjete iz svog osobnog iskustva.

\*\*\*\*\*

**Om Sai Ram**

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