

Glasnik Sai vibrionike

www.vibronics.org

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

...Sri Sathya Sai Baba

Sveska 11, broj 5

septembar/oktobar 2020

U ovom broju

☞ Iz pera dr. Jit K. Aggarwala	1 - 3
☞ Profilni praktičara	3 – 5
☞ Slučajevi s kombinacijama	5 – 11
☞ Kutak za odgovore	11 – 12
☞ Božanske riječi Vrhunskog Iscjelitelja	13
☞ Obavještenja	13
☞ Dodatak	13 - 20

☞ Iz pera dr. Jit K. Aggarwala ☞

Dragi praktičari

Prošli mjesec označio je početak blagdanske sezone u Indiji. Počeli smo s *Guru Purnimom*, nakon koje smo proslavili *Krishna Janmashtami* (rođenje Gospoda Krishne). Prije deset dana smo proslavili *Ganesh Chaturthi* (Ganesha je Onaj koji uklanja prepreke), a upravo jučer je završio prekrasni praznik *Onam* koji se slavi u Kerali. Ovo je uistinu prekrasan dio godine – ispunjen s mnogo radosti, pozitivnih vibracija i božanske energije. Uprkos tome što je pandemija spriječila velika okupljanja i masovne proslave svuda, pa i u Prashanti Nilayamu, ovo je zaista vrijeme kojem se možemo radovati. Nema boljeg trenutka od sadašnjeg da uronimo u Njegov rad. Swami kaže: "*Poruka Onama je da Gospoda možemo osvojiti potpunim predavanjem ega. Kada je srce čisto, Bog boravi u njemu i čovjeka vodi k Sebi.*" – Božanski govor, Prashanti Nilayam, 7. septembar 1984. Zaista ne mogu zamisliti bolji način predavanja ega od uranjanja u nesebičnu, bezuvjetnu sevu ispunjenu ljubavlju i saosjećanjem kao što je vibrionika. Sretan sam što vam mogu mogu predstaviti novi broj Glasnika kroz koji ćemo podijeliti posljednje informacije i novosti u svijetu vibrionike.

Zadovoljstvo mi je podijeliti da smo digitalizirali našu obuku. To je ogroman korak jer sada možemo doseći mnogo veći broj potencijalnih kandidata te proširiti polje kontinuirane obuke u zabačena područja. Pomocu Microsoft platforme Teams organiziramo žive *online* radionice. Za početak smo organizirali obuku na engleskom, a nadam se vremenom i na drugim jezicima.

Pored toga što smo startali obnovljenu web stranicu, za koju se nadam da ste je posjetili, molim vas da pogledate nove funkcije i mogućnosti koji će pristup znanju i informacijama učiniti bržim i lakšim. Ove promjene namjeravamo implementirati do kraja septembra.

- ❖ Svi opisi slučajeva bit će svrstani i linkovani u 21 osnovnu kategoriju
- ❖ Svi članci o zdravlju objavljeni u Glasniku biće indeksovani i linkovani
- ❖ Korisničko sučelje za 'pametne telefone' za lakši pristup kad ste u pokretu

Kao što znate, razvoj djelotvornog lijeka za bilo koje oboljenje je kontinuiran proces. Naš istraživački tim ovisi o najnovijim podacima i slučajevima praktičara kako bi ažurirao lijekove. ([Za najnovije informacije, pogledajte 'Dodatak #3' ovog broja](#)). Proces razvoja visoko učinkovitog lijeka za COVID-19 nije izuzetak. Većina virusa su DNK virusi; međutim, COVID-19 je RNA virus koji brzo mutira i evoluiru. Stoga je izuzetno važno da od praktičara dobivamo informacije o iskustvima u tretiranju COVID-19 pacijenata, ma koliko kompleksni ili jednostavni njihovi slučajevi bili. Kako još uvijek postoji mnogo toga što ne znamo o ovom relativno novom virusu, iako se u nekim područjima pandemija povlači, u drugima postoje izvještaji o nadolazećem drugom talasu, potičem vas da se ne opuštate i nastavite primjenjivati sve preporučene

mjere predostrožnosti kako biste ostali sigurni. U vezi s tim, sretan sam što vas mogu obavijestiti da se Njegovom milošću naš projekat distribucije Lijeka za jačanje imuniteta nastavlja s velikim entuzijazmom, s porastom od 30%, dosegavši preko 180 000 osoba do danas, samo u Indiji. Ovo je nevjerojatno postignuće te koristim priliku da čestitam svim praktičarima na njihovom nesebičnom služenju.

Iako je za sve praktičare koji posjeduju kvalifikaciju VP i iznad obavezno da budu članovi Međunarodnog udruženja praktičara Sai vibrionike (MUPSV), mnogi se još nisu registrirali. Nedavno je **praktičar**¹¹⁵⁷³ iz regije Delhi-NCR u Indiji pokrenuo pilot projekat kako bi motivirao i pomogao kvalificiranim praktičarima da postanu članovi. Zadovoljstvo mi je obavijestiti vas da se inicijativa pokazala izuzetno uspješnom – u roku od mjesec dana svi VP-i u Delhiju su postali članovi MUPSV-a! Trebamo iskoristiti trenutak i potruditi se da svi kvalifikovani praktičari širom svijeta postanu članovi MUPSV-a do 23. novembra 2020 – Swamijevog rođendana.

Podsjećam sve članove MUPSV-a da bi u svom e-mail potpisu trebali navoditi "Član/ica MUPSV-a" (na kraju e-maila) odmah iza imena. Također, sa željom da uspostavimo jedinstvene standarde u cijeloj organizaciji, sekretar MUPSV-a je u procesu slanja standardizirane vizit-karte putem e-pošte svim članovima MUPSV-a. Ako još uvijek niste dobili dizajn posjetnice, molimo vas da zahtjev uputite direktno sekretaru na iasvp@vibrionics.org.

Praktičar treba biti primjer svojim pacijentima. Treba ih inspirirati i motivirati da njeguju zdrav način života – mentalno, fizički, emotivno i, iznad svega, duhovno. Pozivam sve praktičare da donesu svjesnu odluku da će živjeti sretan i zdrav život, oslobođen stresa. Siguran sam da će u tom smislu mnoštvo članaka o zdravom načinu života u rubrici "Dodatak" biti izuzetno korisni. Pozivam vas da dijelite poveznice na ove vrlo informativne i praktične članke sa svojim pacijentima, priateljima i članovima porodice. Tako neće samo imati priliku da uživaju u člancima, već i da putem web sadržaja istražuju malo više o vibrionici. Također, molim sve praktičare da s uredničkim timom Glasnika putem e-maila (news@vibrionics.org) podijele bilo kakve savjete, misli i sugestije koje se odnose na zdravlje, a za koje smatraju da bi ih tim trebao uzeti u razmatranje.

Ne sumnjam da smo već kročili u Zlatno doba. Pandemija nam je pružila obilje prilika da služimo onima oko sebe te da se usmjerimo ka unutra kako bismo otkrili i iskusili božanskost koja zrači u nama. Prihvativimo izazov i učinimo svaki dan duhovno ispunjenim kako bismo zajedničkim snagama doveli do masovne transformacije i ogromne promjene u cijelokupnoj svijesti našeg živog planeta, Majke Zemlje, kupajući je u čistoj i nesebičnoj ljubavi! Svima vam želim dobro zdravlje i obilje prilika da volite i služite putem vibrionike.

U služenju Saija s ljubavlju,

Jit K. Aggarwal

¤ Profili praktičara ¤

Praktičarka 00814...Croatia je po struci apotekarka s preko 40 godina iskustva. Uvijek se zanimala za alternativne sisteme liječenja te je završila formalnu obuku iz homeopatije. Za Sri Sathya Sai Babu je saznala 1989. pročitavši knjigu 'Sai Baba čudesnik'. Počela Mu se iskreno moliti i On joj se nekoliko puta pojavio u snu. Kasnije, 1991, postala je aktivna članica Sai organizacije i počela učestvovati u *bhajanima*. Rat za nezavisnost Hrvatske od 1991. do 1995. je doveo do brojnih poteškoća, ali i pružio dragocjenu mogućnost da služi putem Sai organizacije, a također i kao SSE (Bal Vikas) učiteljica. Godine 1994, tokom svoje prve posjete Indiji, imala je priliku da mjesec dana služi u Swamijevoj opštoj bolnici u Whitefieldu.



Za vibrioniku je prvi put čula 1997. od jedne poklonice iz Hrvatske, za vrijeme jedne od prvih posjeta Puttapparthiju. Nakon kratke obuke, od dr. Aggarwala je iste godine dobila SRMP. Međutim, u naredne dvije decenije, uslijed posla i porodičnih obaveza, nije bila u prilici da prakticira. Najveće čudo je da je, kako tvrdi, Baba nije zaboravio. Iako je zanemarila vibrioničku praksu, On joj je u septembru 2019. dao drugu priliku u vidu vibrioničke radionice u Hrvatskoj koju su, nakon pauze od 20 godina, vodili g. i gđa Aggarwal. Ona je to prepoznala kao Božiji znak. Aplicirala je za obuku i radionicu obnavljanje znanja,

učestvovala na radionici, dobila 108CC kutiju i ponovo počela prakticirati. Od tada nije bilo gledanja unazad.

Praktičarka prijavljuje kako je na povratku kući našla svoju prvu pacijentku na autobuskoj stanici – bila je to njezina prijateljica koja je došla da je sačeka i koja je imala užasan bol u koljenu nakon odmora u inostranstvu; fizioterapija od mjesec dana joj nije pomogla. Praktičarka joj je na licu mesta dala **CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.4 Muscles and Supportive tissue**, iz 108CC kutije koju je netom dobila, da uzima **TDS**. Do sljedećeg dana bol je bio najmanje 50% manji. To je njezinu prijateljicu nadahnulo da konsultira praktičarku u vezi s brojnim drugim problemima. Poslije toga je praktičarka tretirala nekoliko članova svoje porodice i kolege.

U martu ove godine na red je došao 'Projekat lavande'. Praktičarka, koja je uvek osjećala veliko saosjećanje za ljude, životinje i biljke, je primijetila da su u eko oblasti njenog grada, u kojoj se nalazi oko 850 grmova lavande i oko 100 maslina, biljke generalno, a naročito lavanda, u lošem stanju. Pristupila je lokalnim vlastima s molbom da joj dopuste da tretira i brine se o grmlju. Bila je iznenadena kad su joj lokalne vlasti ne samo dale dozvolu, već i obezbijedile četiri volontera da pomažu u projektu!

Praktičarka je pripremila **CC1.2 Plant tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.7 Fungus**. Najprije je rastopila 8 globula lijeka u 1 litri vode. To je stavila u 50 l vode, a zatim je cijeli tim prskao grmlje lavande (vidi sliku) jednom dnevno. Kasnije je, radi lakše pripreme, stavljalas po 8 kapi svake od tri CC u litru vode, a zatim bi to pomiješala s 50 litara vode. Tretman je započeo 8. marta 2020., i trajao tri sedmice, do 27. marta, kada su morali obustaviti radove zbog proglašenja pandemije. Praktičarka je bila vrlo razočarana zbog toga, ali je to prihvatile kao Swamijevu volju. Kada je ukinuta zabrana kretanja, tim je posjetio eko oblast i bio vrlo iznenaden vidjevši da je grmlje lavande u punom cvatu i da djeluje vrlo zdravo (vidi slike). Lokalne vlasti su bile vrlo zadovoljne rezultatom te su donijele odluku da za 3-4 mjeseca sličan tretman primijene i na masline. Praktičarka tvrdi da je tek početnik i da na biljkama lavande nije koristila



Lavender bushes before treatment



Team with spray bottles



Lavender bushes after treatment

nikakvu posebnu formulu, tek običnu kombinaciju. U svojoj praksi stiče znanje čitanjem Glasnika, prateći šta rade drugi praktičari te razgovarajući sa svojim mentorom i kolegama.

Kaže da joj je ovo prvi put u životu da je našla na istinski timski rad.

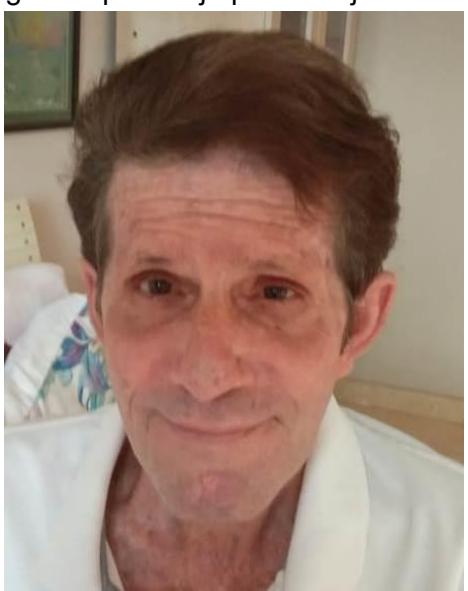
Osjeća duboko zadovoljstvo dok pomaže ljudima, životinjama i biljkama, i tvrdi da je prakticiranje Sai vibrionike ispunilo mnogo više nego sve godine koje je provela radeći kao apotekarka.

Slučajevi koje dijeli

- [Nesanica](#)
- [Kronova bolest](#)

Praktičar 02444...India iz SAD. Završivši dvije godine arhitekture na kalifornijskom univerzitetu, 1971. je mobilisan i poslan u Mornaricu. Vijetnam je bio neizbjegljiva destinacija. Tamo je služio kao radio operater u helikopteru, ali uskoro su mu dijagnosticirali rak limfe, zbog čega je operisan 1973. Usljedilo je nekoliko ciklusa hemoterapije u bolnici, nakon čega su ga pustili rekavši mu da ima 30% šansi da će preživjeti. Dobio je penziju stoprocentnog invalida i da pet godina može letjeti na bilo koju destinaciju u svijetu. 1977. je u potrazi za izlječenjem oputovao u Nepal. Tamo mu je jedna nogu postala potpuno paralizirana. U Katmanduu je sreo svog prvog iscjelitelja, dr. Jhaa, vedskog *brahmanskog yogija*, koji je liječio nepalsku kraljevsku obitelj. Noga mu je bila izlječena u roku od mjesec dana! Nadahnut izlječenjem, sljedećih pet

godina proveo je proučavajući drevnu ayurvedsku medicinu liječenja na osnovu temperamenta, pomažući dr. Jhau u njegovoj klinici. Osjećajući se dovoljno kompetentnim, pružao je besplatan tretman brojnim pacijentima. Također je napisao knjigu *Liječenje na osnovu temperamenta uz pomoć homeopatskog dragog kamenja*. U međuvremenu mu se rak potpuno povukao!



U naredne dvije decenije intenzivno je putovao po Kalkuti, planinama Sjeverne Indije, Goi i Nepalu, liječeći besplatno i živeći asketski. Tih dvadeset godina isposničkog života ostavile su dubok trag u njegovom srcu. Naročito se prisjeća uvida koje je dobio u blizini *sadhua* (svetaca) u apsolutnoj tišini. Duhovnu praksu tišine nalazi vrlo bliskom i izuzetno blagotvornom. Prateći napredak svojih pacijenata, sticao je mudrost. Vidjevši kako mnogi pacijenti odbacuju loše navike kao što su pušenje, pijenje i prejedanje, i on je odbacio svoje ovisnosti kako bi živio ono što propovijeda. Pomaganje drugima da se izlječe pomoglo je njemu da iscjijeli sebe.

Godine 2001. je posjetio Varanasi kako bi učestvovao u Kumbha Meli, koju posjećuje oko 60 miliona ljudi, uključujući milione *sadhua*. Tamo, na obalama Gange, dijelio je besplatne homeopatske lijekove

i upoznao jednog Sai poklonika koji mu je rekao da u Puttapparthiju postoji izvjesni dr. Aggarwal koji radi sličnu sevu. Godine 2003. je stigao na njegovu kliniku u Babinom ashramu. Tu je pohađao časove vibrionike i nekoliko mjeseci pomagao u vrlo posjećenoj klinici da bi na kraju stekao kvalifikaciju praktičara. Iskustvo koje je tu stekao mu je otvorilo nove vidike. Shvatio je da su oba sistema liječenja, liječenje na osnovu temperamenta i vibrionika, kompatibilni i da djeluju putem snage vibracija, što je bilo u skladu s onim što je naučio proučavanjem svetih Veda.

Jednog dana, prema savjetu dr. Aggarwala, otišao je na Sai Babin *darshan* i u tom trenutku shvatio da ga je Baba suptilno pozivao cijeli njegov život, što je +kulminiralo njegovim prvim *darshanom*. Sjetio se

događaja koji se desio kada je imao samo četiri godine. Majka ga je odvela u zoološki vrt, a tamo je na zidu ugledao sliku Sai Babe koja ga je neodoljivo privlačila. Nije mogao prestati buljiti u to markantno lice uokvireno širokim aureolom tamne vune. Odjednom je slika oživjela, a Swami mu je namignuo! Praktičar tvrdi kako je dolazak Swamiju bila prekretnica u njegovom životu, ona koja mu je donijela duhovno preobraćenje. Uvjeren je da su ga samo Swamijeva milost i Njegova beskrajna ljubav nadahnuli da duhovnu teoriju primjeni u praksi. Prisjeća se kako mu je Swami bezbroj puta na ovaj ili onaj način pokazao da ga konstantno motri i potiče da nastavi sa svojom sevom kako bi preobrazio svoje srce. Godine 2004. je pripremio potpuno revidiranu i ažuriranu verziju knjige koju je prethodno napisao, ali kada ju je ponudio Swamiju na blagoslov, On ju nije primio!



Camp in local school



Camp at Railway Station

Pet godina, od 2006. do 2010., je svakog ljeta (dva do tri mjeseca) posjećivao Manikaran u Himalajima. Tu je organizirao medicinske kampove na kojima je tretirao po 20-30 pacijenata dnevno. U tom periodu je ponovo revidirao svoju knjigu, a Swami ju je 13. marta 2009. Blagoslovio. Bila je to prekretnica u njegovoj praksi. Praktičar osjeća živu Swamijevu prisutnost u svakodnevnom životu, a

vibrioniku smatra izuzetno djelotvornim sistemom liječenja s veličanstvenom budućnošću koju pod Swamijevim vodstvom ništa i нико не може zaustaviti. Sretan je što je dobio priliku da služi ljudima, naročito Swamijevim poklonicima. Uvijek je nadahnut dok posmatra kako pacijenti bivaju izlječeni na

čudesan način, znajući da je Swami taj koji liječi kroz njega. To što ga Swami koristi kao Svoj instrument daje mu izvjesnu potvrdu da je Bog zadovoljan njime.

Pored toga, bilo je trenutaka kada se na Babinim slikama u njegovom stanu konstantno materijaliziralo mnogo *vibhutija*. Pacijenti su uporedo s lijekovima dolazili po *vibhuti*, osjećajući da im i jedno i drugo donosi zdravlje i blagostanje. Odašiljanje lijekova na daljinu u njegovoj praksi također čini čuda. Kako uvijek najprije pita Swamija koji lijek da dâ, praktičar često osjeća Swamijevo vodstvo u odabiru kombinacija. Znalo se dešavati da se, kada otvorí poklopac 108CC kutije, bočica s odgovarajućom kombinacijom zalijepi za poklopac.

Koristeći znanja o liječenju na temelju temperamenta osobe, tretman započinje balansiranjem čakri pomoću vibracija dragog kamenja (**SR226 do SR234**) i metala (**SR273, SR359, SR383**, itd). Otkrio je da je **SR233 Ruby** naročito djelotvoran kod svih problema s vidom, niskog pritiska i probavnih problema.

Vjeruje da ne postoji potpuno beznadežan slučaj. Činjenica da ga je neko potražio dovoljan je razlog da osobu pažljivo sasluša i dâ sve od sebe da joj pruži odgovarajući tretman. Naprimjer, čovjek (45) koji je patio od raka crijeva je 2008. proglašen terminalnim slučajem nakon što su ga ljekari otvorili i ubrzo potom zatvorili; rekli su mu da će živjeti samo šest sedmica. Pored toga, jedna ga je osoba iz njegove familije, koja je željela da on svoju kuću prebaci na njeno ime, opržila užarenom peglom! Praktičar i njegova supruga, također **SVP** ⁰¹²²⁸ s mnogo iskustva (profil u Glasniku 7/1), tretirali su ga za rak i opekatine da bi gospodin danas, 12 godina kasnije, još uvijek bio živ, zdrav i zadovoljan!

Tokom proteklih 17 godina, živeći u Puttaparhiju, praktičar je imao priliku da među brojim hodočasnicima iz cijelog svijeta tretira veliki broj pacijenata. Trenutno mu liječnik iz opšte bolnice redovno dovodi pacijente, naročito one koji ne osjećaju poboljšanje uz alopatiju, dok su mnogi od njih iscrpili druge sisteme liječenja. Osjeća veliko zadovoljstvo kada vidi kako se ti pacijenti oporavljaju uz pomoć vibrionike. Skupa sa suprugom održava medicinske kampove na željezničkoj stanicu (vidi sliku), u domovima za stare i u selima. Također su na Swamijev rođendan prije 10 godina inicirali godišnji medicinski kamp na željezničkoj stanicu (vidi sliku), koji održavaju i danas. Tretirali su veliki broj djece s brojnim crijevnim parazitima. Zajedno su tretirali preko 30 000 pacijenata – kakva nevjerojatna seva! Praktičar je vremenom shvatio da je svakome na svijetu potrebno iscjeljenje, bilo ono fizičko ili mentalno.

I suprug i supruga izvještavaju da svi njihovi pacijenti osjećaju poboljšanje! Sada kada je Covid-19 virus dospio i u Puttaparthi, sve više ljudi preventivno uzima Covid-19 preparat za jačanje imuniteta, zbog čega naš par ima više posla nego inače. Praktičar se osjeća izuzetno blagoslovljenim što ima priliku da prakticira Sai vibroniku jer vjeruje da je to savršena seva koja vodi ka prosvjetljenju. Svoja razmišljanja zaključuje Swamijevim riječima: "Voli sve, služi svima".

Slučajevi koje dijeli

- [Neplodnost](#)
 - [Hernija](#)
 - [Konstipacija](#)
-

¤ Slučajevi s kombinacijama ¤

1. Nesanica 00814...Croatia

Žena (65), koju je praktičarka dugo poznavala, zatražila je pomoć za nesanicu. Preko godinu dana je spavala manje od dva sata noću. Činila se nesretnom, nervoznom i nemirnom što je bilo neobično jer je vodila vrlo zdrav način života; nije imala volju za životom. **10. septembra 2019.** je dobila:

#1. CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

#2. CC15.6 Sleep disorders...pola sata prije spavanja

Prije nego što je te večeri otišla na spavanje uzela je tri doze **#2** u razmaku od 10 minuta i spavala 8 sati u komadu. Sljedeće noći nije mogla zaspasti uopšte. Treće noći je zaspala na kauču gledajući televiziju, a da nije ni uzela lijek. Nakon samo dva dana, njen ritam spavanja se vratio u normalu! Prilikom sljedeće posjete, dvije sedmice kasnije, izgledala je bolje, iako je i dalje bila nervozna. Mogla je pomalo razgovarati o svom stresu, ali nije bila u stanju da govori o tome što ga je prouzrokovalo. Praktičarka je zaključila da je mentalno bila oko 60% bolje. Nakon prva dva dana nije više uzimala **#2**, ali je svake noći dobro spavala. Rečeno joj je da nastavi uzimati **#1** i da ponovo počne uzimati **#2**. Nakon još mjesec dana, 20. oktobra, mentalno se osjećala 80% bolje, tako da je **#1** smanjen na **BD**. Kada su se ponovo srele, 19. decembra

2019, gospođa je izgledala posve normalno i mogla je razgovarati o uzroku svog stresa (porodični problem), tako da je doziranje #1 smanjeno na **OD**. Vratila joj se 'volja za životom', a tako i njene stare ambicije, tako da je u dobi od 65 godina otvorila novu apoteku. I #1 i #2 su prekinuti 1. marta 2020. Prema informacijama iz jula 2020, gospođa se i dalje osjeća vrlo dobro.

2. Kronova bolest 00814...Croatia

Muškarac (47) se požalio na učestalu krv u stolici i bolove u stomaku. Prije 23 godine, nakon jednog raskida i smrti najboljeg prijatelja, obolio je od Kronove bolesti. Imao je dvije uzastopne operacije, jednu za perianalnu fistulu, a zatim za puknuće tankog crijeva. Doktor mu je propisao Salazopyrin (protuupalni lijek za crijevne bolesti). Uzimao ga je 15 godina a zatim prestao, jer mu nije pomagao. Međutim, nastavlja uzimati enteralne nutritivne suplemente zbog toga što osobe oboljele od Kronove bolesti općenito pate od nedostataka u ishrani. **23. decembra 2019.** praktičarka mu je dala:

#1. CC4.6 Diarrhoea + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

Stanje mu se brzo popravilo. Nakon smo dvije sedmice došlo je do oko 50% poboljšanja u svim simptomima. Kako u narednih mjesec dana nije bilo napretka, **1. februara 2020.** praktičarka je odlučila #1 pojačati na:

#2. CC12.1 Adult tonic + CC14.1 Male tonic + #1...TDS

Za manje od mjesec dana bio je 80% bolje. Učestale krvave stolice su bile zamijenjene jednom normalnom, bol se povukao, a stvari su se popravile čak i na privatnom planu. Stoga je doziranje #2 smanjeno na **OD**. Pacijent želi nastaviti uzimati suplemente (koji su jeftiniji od normalne hrane) kako bi održao uravnotežen unos hrane. Od jula 2020. lijek uzima **OD**. Ako mu se desi da propusti dozu, počne osjećati nelagodu.

3. Neplodnost 02444...India

Suprug (35) i supruga (32) su za 14 godina braka uspjeli ostati bez djece, uprkos tome što su po dvije-tri godine posvetili ayurvedskom, homeopatskom i alopatskom tretmanu kao i psihološkom savjetovanju. Vodili su malu radnju na plaži u Goi gdje su se upoznali s praktičarom koji se tamo zadesio na odmoru. **14. septembra 2017.** on im je dao sljedeće:

Suprug:

SR232 Pearl + SR343 Argent Nit + CC14.1 Male tonic + CC14.3 Male infertility + CC15.1 Mental & Emotional tonic...BD

Supruga:

SR232 Pearl + SR343 Argent Nit + CC8.1 Female tonic + CC8.4 Ovaries & Uterus + CC 15.1 Mental & Emotional tonic...BD

Oboje su dobili zalihe u velikim bočicama za četiri mjeseca, ali nisu kontaktirali praktičara kad su potrošili lijek. Za vrijeme njegovog sljedećeg odmora u Goi, u novembru 2018, praktičar je opet sreo isti par. Upoznali su ga sa svojim tromjesečnim sinom i potvrdili da su uzimali samo Sai vibrioničke lijekove koje im je on dao! Izražavajući oduševljenje i zahvalnost, s radošću su ga izvjestili da je supruga opet trudna!!!

Ako koristite kutiju 108CC, suprugu treba dati: CC14.1 Male tonic + CC14.3 Male Infertility + CC15.1 Mental & Emotional tonic

Ako koristite kutiju 108CC, supruzi treba dati: CC8.1 Female tonic + CC8.4 Ovaries & Uterus + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.4 Eating disorders

4. Hernija 02444...India

Muškarac (47) iz Francuske je dvije godine patio od bolne hernije veličine 2.5 cm u predjelu donje lijeve slabine. Primjetivši kako hernija izbjiga poput nezgrapnog balona, doktori su mu savjetovali operaciju koju je on odbio. Pacijent je **11. juna 2020.** posjetio praktičara i dobio:

NM96 Scar Tissue + SR356 Plumbum Met + CC4.9 Hernia + CC14.1 Male tonic...6TD u vodi

Nakon tri dana je izvijestio da ne osjeća bol i da mu se hernija smanjila. Desetog dana je posjetio praktičara koji je zabilježio da je hernija u potpunosti nestala i da mu se bol nije ponovo javila. Potpuno izlječen, pacijent je ostao u Indiji još sedam dana prije nego što se vratio u Francusku.

Ako koristite kutiju 108CC, trebate dati: CC4.9 Hernia + CC14.1 Male tonic + CC21.1 Skin tonic

5. Konstipacija 02444...India

Irac (60) je od djetinjstva patio od hronične konstipacije. Imao je pražnjenje jednom u dva-tri dana, i to uz mnogo napora i naprezanja. Pokušao je s alopatijom godinu dana, homeopatijom dvije godine i ayurvedskim tretmanom pet godina, ali uzalud. Kada je došao u Indiju u kratku posjetu, problem se pogoršao uslijed putovanja i promjena u ishrani. Sada nije imao stolicu ni nakon tri dana. Stoga se **12. februara 2019.** obratio praktičaru i dobio:

SR356 Plumbum Met + CC4.4 Constipation + CC14.2 Prostate + CC15.1 Mental & Emotional tonic...BD

Pacijent je u Indiji boravio u blizini praktičarova stana tako da su se sretali skoro svaki dan. Već sljedećeg dana uzbudeni Irac mu je saopštio da je imao stolicu bez ikakvih problema! Tri dana kasnije, došao je da mu kaže da zahvaljujući vibrionici prvi put u nekoliko godina ima redovnu stolicu! Zatražio je veliku zalihu lijeka jer je sljedećeg dana putovao nazad za Irsku. Praktičar se oprostio od svog razdražanog pacijenta dajući mu u velikoj bočici zalihu za pola godine.

Ako koristite kutiju 108CC, treba dati: CC4.4 Constipation + CC4.10 Indigestion + CC14.2 Prostate + CC15.1 Mental & Emotional tonic

6. Respiratorne alergije, erektilna disfunkcija 11964...India

U protekle četiri godine muškarac (31) je patio, skoro cijelu godinu, od curenja iz nosa, kihanja i grlobolje, zbog čega je bio konstantno iscrpljen. Simptomi bi mu se pogoršali s promjenom temperature. Počeo je uzimati anithistamine, kao što su Cetirizin ili Allegra, koji bi mu pomagali samo privremeno. Dana **24. septembra 2016.** se obratio praktičaru koji mu je dao:

#1. CC9.2 Infections acute + CC10.1 Emergencies + CC12.4 Autoimmune diseases...TDS

Odmah nakon toga je pacijent morao otpustovati. Kada se vratio pet mjeseci kasnije, požalio se na težak kašalj, kongestiju pluća, začepljenje sinusa i povremenu grozničavost, što mu se sve pojavilo relativno nedavno. Potvrđio je da je gornji lijek **#1** djelovao tako dobro da je osjećao gotovo potpuno olakšanje tokom cijelog perioda odsustva. Dana 2. marta 2017. praktičar je odlučio da mu tretira respiratornu alergiju te mu dao:

#2. CC9.2 Infections acute + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.5 Sinusitis + CC19.6 Cough chronic...QDS

U roku od dvije sedmice pacijent se oporavio u potpunosti, ali uslijed pritiska na poslu nije slijedio propisani postupak smanjivanja te je samo naglo prestao uzimati lijek. Zbog toga su se dva mjeseca kasnije vratili svi simptomi osim groznice. 15. maja mu je rečeno koliko je važno strogo se pridržavati uputa za uzimanje lijeka te slijediti proceduru postepenog smanjivanja. Pacijent je obećao da će slijediti instrukcije i dobio:

#3. CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.6 Cough chronic...TDS

Nakon 12 dana, 27. maja 2017, izvijestio je da se osjeća 100% bolje. Doziranje **#3** je nastavljeno **TDS** još sedam dana, a zatim u naredna dva mjeseca postepeno smanjivano prije nego što je prekinuto. Simptomi mu se nikada nisu vratili!

Potaknut ovim izlječenjem, pacijent je odlučio potražiti pomoć za ostale zdravstvene probleme: erektilnu disfunkciju, zakašnjeli iscijedak i nizak broj spermija. Bio je oženjen dvije godine, a različiti alopati, ayurvedski i homeopatski lijekovi bi mu pomagali samo privremeno. 27. jula 2017. se osjećao bespomoćnim i potištenim. Prestao je koristiti sve druge lijekove za svoje seksualne probleme, a praktičar mu je dao:

#4. CC14.1 Male tonic + CC14.3 Male infertility + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

3. septembra je izvijestio da nema neke primjetne promjene tako da je **#4** zamijenjen sa:

#5. CC17.2 Cleansing...TDS

Nakon tri sedmice, 23. septembra, bio je manje stresiran, ali nije bilo drugih promjena. Zato je praktičar odlučio da ga tretira mijazmom. Dobio je jednu dozu:

#6. SR249 Medorrhinum 1M

Nakon mjesec dana, 23. oktobra, osjetio je poboljšanje od 25% i primio drugu dozu na višoj potenciji od **50 M**, koju je 22. novembra slijedila treća mjesecna doza od **CM**. Sada je poboljšanje bilo 100%, a presretni par je drugi medeni mjesec proslavio u Goi. Pacijent je posjetio praktičara u aprilu 2018. kad je njegova žena bila u šestom mjesecu trudnoće! Dana 31. decembra 2018. je na svijet donijela zdravog dječaka.

19. avgusta 2017. supruga (27) se požalila na konstantnu blagu groznici od koje je patila 10 godina, osjećaj težine u očima i učestale glavobolje. Konsultirala je brojne liječnike, uradila veliki broj testova, uključujući i CT, ali uzalud; nije čak dobila ni dijagnozu. Kada se obratila praktičaru, bila je prestala sa svim lijekovima i jednostavno se pomirila sa sudbinom. Dobila je:

CC8.1 Female tonic + CC9.2 Infections acute + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

Unutar osam sedmica, njena groznica je nestala, kao i glavobolje i osjećaj težine u očima. Doziranje je u naredna četiri mjeseca postepeno smanjivano prije nego što je prestala s lijekom u decembru 2017. Do danas nije bilo povrata simptoma.

Svjedočenje pacijenta od 13. avgusta 2018. (parafrazirano):

Želio bih ispričati neka od svojih prekrasnih iskustava s vibrionikom. Imao sam alergije na promjene klime i mnoge druge stvari zbog čega sam 3-4 godine gotovo cijelu godinu patio od curenja iz nosa, grlobolje i sličnih simptoma. Uzimao sam brojne lijekove, uključujući velike doze antibiotika te sam primio vakcine za alergije. A zatim sam saznao za praktičara vibrionike. Učinak njegovih globula na mene je bio čudesan i brzo sam se izlječio. Simptomi mi se više nisu vratili. Ipak, držim njegove lijekove pri ruci čak i ako mi se javi blagi svrab u grlu i djeluju svaki put. Također sam za samo nekoliko mjeseci izlječen od dugogodišnjih seksualnih problema, a moja supruga je danas u šestom mjesecu trudnoće. Ona je skoro 9-10 godina imala problem konstantne blage groznice (37°C) i umora. Konsultirala je brojne liječnike, uradila cijeli niz testova uključujući i CT, ali niti jedan doktor nije bio u stanju da je izlječi. Vibrionika ju je izlječila u potpunosti.

Iskreno bih želio da vam se zahvalim za vašu nesebičnu pomoć. Vi i supruga ste na toliko načina istinski promijenili naš i živote mnogi drugih. Vaš neprekidni rad na spašavanju života nije ništa manje od čuda, i i pritom još besplatno. Zahvaljujem vam na vašoj učinkovitoj analizi i lijekovima. U suprotnom, nikada ne bih bio u mogućnosti da nastavim živjeti životom punim blaženstva!

7. Urinarna inkotinencija 11624...India

Gospodin (82) je četiri godine patio od mokraćne inkontinencije, a liječnik je to dijagnosticirao kao uvećanje prostate. Dao mu je Dynapres koji mu je djelomično pomagao, ali ga je zbog nuspojava, nakon tri mjeseca, prestao uzimati. Uspijevao je živjeti s dijagnozom uprkos blagom pogoršanju od prije pet mjeseci. Stanje mu se znatnije pogoršalo u zadnjih mjesec dana kada se učestalost mokrenja povećala na 7-8 puta dnevno i 5-6 puta noću, što mu je remetilo san. Nije mogao kontrolirati mjehur a mokraća je curila na putu prema kupatilu, te je ponekad mokrio u krevet.

Prije deset godina je operisao prelom kuka te je u protekle četiri godine patio od bolova u koljenu. Bio je emotivno pogoden zbog svoje kao i bolesti svoje supruge. Imao je slab apetit te u mjesec dana izgubio 2 kg. Praktičar je odlučio najprije tretirati najvažniji problem, mokraćnu inkontinenciju. **29. februara 2020.** pacijent je dobio:

#1. CC13.3 Incontinence + CC14.2 Prostate + CC18.5 Neuralgia...6TD

Tri dana kasnije, njegova kćerka je izvijestila da otac može zadržavati mokraću do kupatila i da ne mokri u krevet, ali da se osjeća umorno. Doziranje #1 je smanjeno na **TDS** a za umor i mentalno stanje je dobio:

#2. CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental and Emotional tonic...TDS

U roku od sedam dana, 9. marta, kćerka je izvijestila da su inkontinencija i mokrenje u krevet u potpunosti nestali. Otac je počeo dobro da jede jer mu se apetit popravio. Stoga su #1 i #2 smanjeni na **BD** dvije sedmice, zatim na **OD** dvije sedmice; pacijent je odlučio prestati uzimati lijek 7. aprila 2020.

Kćerka održava redovan kontakt s praktičarom jer sada svi članovi njezine porodice uzimaju vibrioničke lijekove. Prema informacijama iz avgusta 2020, pacijent se osjeća energičnim, ima dobar apetit, dobro spava i ne pati od inkontinencije.

8. Laringitis 11561...India

Žena (38) se obratila praktičarki zbog promuklosti i grlobolje. Simptomi su se prvi put pojavili krajem 2011. kad je počela ići na časove pjevanja. Problem se otada stalno vraćao, naročito kad bi pretjerala s korištenjem glasa. Njen otorinolaringolog je putem laringoskopije dijagnosticirao laringitis, za koji je dobila alopatske lijekove, i savjetovano joj je potpuno odmaranje glasnica; to joj je pomoglo samo privremeno kao i domaći lijekovi koje je uzimala nekoliko mjeseci. Stoga nije mogla pjevati. Godine 2015. je posjetila ayurvedskog liječnika koji joj je dao lijekove, savjetovao odgovarajuće promjene u ishrani te mirovanje glasnica. Pacijentica je slijedila protokol osam mjeseci. Iako joj je to pomoglo, kad je nastavila pjevati, promuklost se vratila. Također je slijedila savjete svoje učiteljice pjevanja, ali je na kraju oporavak bio samo djelomičan.

16. oktobra 2017, u trenutku kada se odlučila za vibrioniku, dva dana je patila od jake promuklosti i grlobolje, osjećala se potištenu jer joj je bilo zabranjeno da pjeva, godinu dana je imala slab apetit te je bila zabrinuta za zdravlje svog djeteta. Praktičarka joj je savjetovala da se opusti, da polako piše vodu kad se osjeća anksiozno te joj preporučila *pranayamu*. Dala joj je:

#1. CC4.1 Digestion tonic + CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.7 Throat chronic...6TD

Nakon sedam dana, pacijentica je osjetila 10% olakšanja samo kod grlobolje. Nakon 16 sedmica, 3. februara 2018, osjećala je poboljšanje od 50% po pitanju glasa i 70% olakšanja kod grlobolje. Kako se činilo da napredak ide sporo, praktičarka je pokušala saznati nešto više o njezinoj povijesti. Saznala je da je tokom djetinjstva pranje kose kod pacijentice izazivalo osjećaj težine u glavi kao i dosta šlajma u plućima. Pored toga, njen ayurvedski doktor je također dijagnosticirao alergije na prašinu i laktozu, koje su dovodile do kiselog refluksa, koji je zauzvrat mogao dovesti do promuklosti. Lijek je promijenjen kako bi adresirao bilo kakve ostatke njenih problema iz prošlosti:

#2. CC4.10 Indigestion + CC9.2 Infections acute + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infection chronic + CC19.5 Sinusitis + CC19.7 Throat chronic...6TD

Nakon pet sedmica, pacijentica je došla radosna jer je grlobolja nestala, a kod promuklosti, kiselosti i slabog apetita došlo je do poboljšanja od 80%. Do 23. aprila 2018. bila je potpuno oslobođena svih simptoma, a doziranje je smanjeno na **TDS**. Bila je vrlo sretna što može nastaviti s časovima pjevanja i javnim nastupima.

9. avgusta 2018. bila je oduševljena što je mogla bez problema izvesti cijeli jednosatni program u Gis skali. Zahvalila je vibrionici cijelim srcem. Praktičarka je postepeno smanjivala dozu u narednih pet mjeseci prije nego što joj je prestala davati lijek u januaru 2019. Dana 27. februara 2019, pacijentica je stavljena na **CC12.1 Adult tonic** koji je godinu dana svakog drugog mjeseca smjenjivava sa **CC17.2 Cleansing**. Prema informacijama iz juna 2020. nije bilo povrata simptoma, a pacijentica nastavlja posjećivati praktičarku zbog zdravlja svoje kćerke.

9. Hronično podrigivanje, osjećaj pečenja u jednjaku 11603...India

Muškarac (37) je protekle tri godine patio od cjelodnevног podrigivanja i osjećanja pečenja u jednjaku, naročito noću, što mu je remetilo san. Uzimao je ayurvedski tretman dva mjeseca, ali bez koristi. **13. novembra 2018.** se obratio praktičarki i dobio sljedeće:

CC4.10 Indigestion + CC15.1 Mental & Emotional tonic...6TD

Nakon tri dana došlo je do 90% poboljšanja kod podrigivanja i kod pečenja te je počeo bolje spavati. Stoga je doziranje smanjeno na **TDS**. Nakon još dvije sedmice, 30. novembra, pacijent je bio potpuno oslobođen oba simptoma. Stoga je doziranje smanjivano najprije na **OD** dvije sedmice, zatim na **3TW** sedam dana, na **OW** sedam dana, a zatim je 28. decembra 2018. prekinuto.

Nakon tri mjeseca, 25. marta 2019, pacijent je počeo ponovo podrigivati, iako ovog puta rjeđe, no bez pekuće senzacije. Praktičarka mu je dala isti lijek - **TDS**. Nakon dvije sedmice podrigivanje je prestalo,

tako da je doziranje smanjeno na **OD**, a pacijent je odlučio nastaviti uzimati lijek još nekoliko mjeseci prije nego što je prestao 21. oktobra 2019. Nakon sedam mjeseci, kada je 29. maja 2020. posjetio praktičarku kako bi uzeo lijek za jačanje imuniteta, potvrdio je da mu se simptomi nisu nikada vratili.

10. Svrab 11561...India

Djevojčica (11) je prvi put osjetila jak svrab po cijelom tijelu, koji je rezultirao smećkasto-ružičastim osipom. Uzrok je bio nepoznat, ali je liječnik to dijagnosticirao kao gljivičnu infekciju za koju je djevojčica dvije sedmice uzimala alopatski lijek. Međutim, kako nije bilo poboljšanja, prestala je. Djevojčica je bila emotivno jaka i fizički zdrava. Imala je osip mjesec dana kada ju je majka **21. septembra 2017.** odvela praktičarki koja joj je dala:

#1. CC21.3 Skin allergies + CC21.6 Eczema + CC21.7 Fungus + CC21.10 Psoriasis...TDS u djevičanskom kokosovom ulju za vanjsku primjenu

Praktičarka je znala da svrab može biti uzrokovani crijevnim parazitima; saznala je od majke da je rok lijeka za parazite njezine kćeri istekao. Stoga je odlučila uvrstiti i lijek za parazite (**CC4.6**) te joj je dala:

#2. CC4.6 Diarrhoea + #1...6TD da uzima oralno

Kako je djevojčica pila manje od jednog litra vode dnevno uprkos tome što se mnogo znojila, praktičarka joj je savjetovala da počne piti 2-3 litra vode dnevno. Majka je bila u svakodnevnom kontaktu s praktičarkom. U roku od 24 sata svrab se smanjio za 40%, ali nije bilo primjetne promjene u osipu.

Sljedećeg dana, svrab je bio manji za 90%, a osip za 50%. Nakon još tri dana, svrab je potpuno nestao, a osip je bio 70% bolje, tako da je doziranje **#2** smanjeno na **TDS** tri dana, a zatim na **OD**. Do 3. oktobra, osip je također nestao, stoga je doziranje **#2** smanjeno na **OW** mjesec dana, a zatim prekinuto, dok je **#1** nastavljen dok se ulje nije potrošilo. Prema informacijama od maja 2020, nije bilo povrata simptoma.

11. Povratna artralgija - poslije Chikungunya groznice 11622...India

Žena (32) se **12. marta 2020.** obratila praktičarki s teškim bolovima u zglobovima i tijelu, glavoboljom, groznicom i iscrpljenošću. Četiri godine ranije bovala je od Chikungunya groznice sa simptomima bolnih otečenih zglobova, groznice, glavobolje, a liječila se alopatski. Godinu dana kasnije, oboljela je od tifusa s visokom temperaturom, zbog kojeg je bila hospitalizirana. Od tada je svakog mjeseca imala simptome. Kad bi uzela alopatski lijek, osjećala bi olakšanje nekoliko dana, ali se problem uvijek vraćao. Stoga se odlučila za vibrioniku. Praktičarka je primijetila da je pacijentica pored toga i depresivna i da pati od niskog samopouzdanja. Dobila je sljedeću kombinaciju:

CC9.2 Infections acute + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.2 SMJ pain...TDS

Nakon dvije sedmice, pacijentica je osjećala 80% olakšanja od svih simptoma te je djelovala vedro. 2. aprila je izvijestila da se osjeća potpuno oslobođenom svih bolova i da je puna energije. Doziranje je smanjeno na **BD** sedam dana, zatim na **OD**. Dana 16. aprila 2020, kako je mogla bez problema obavljati svoj posao, prestala je uzimati lijek.

Prema informacijama iz jula 2020, niti jedan od simptoma se nije vratio, a pacijentica je sretna što joj se kvalitet života znatno popravio.

12. Psihijatrijski poremećaji 11592...India

Godine 2017, kada je žena (40) posjetila praktičarku, bila je iznimno uznemirena uslijed nepoznatih strahova, konstantne tuge i plakanja bez razloga. Zadrhtala bi od straha kad god bi čula da je neko umro, a zvuk kola hitne pomoći ju je plašio. Osjećala je napetost u živcima u gornjem dijelu glave što je rezultiralo teškom glavoboljom. Patila je od potpunog odsustva samopuzdanja. Njeni problemi su počeli 2006, ali uzrok im je bio nepoznat. Kad bi simptomi bili jaki, osjećala bi se slabom ali je uspjevala da obavlja svoje svakodnevne dužnosti.

U avgustu 2006. neurohirurg je uradio CT mozga, ali nalaz nije pokazao nikakav poremećaj. Za glavobolju i osjećaj slabosti su joj propisali lijekove koje je uzimala dvije godine, bez rezultata. Čak i privremeno olakšanje koje je osjećala bilo bi zasjenjeno nuspojavama alopatskih lijekova. U julu 2008. je počela osjećati bol u desnoj strani želuca, gasove i podrigivanje uvečer i noću. Također je razvila tinitus u

desnom uhu, zbog čega bi joj u uhu zujalo 3-4 puta sedmično. Nije htjela otici otorinolaringologu bojeći se nuspojava lijekova, ali je počela uzimati homeopatski lijek za psihičko stanje i zujanje u uhu. Kako nije bilo poboljšanja, prestala je nakon dva mjeseca. U oktobru 2008. liječnik je njeno stanje dijagnosticirao kao depresiju i propisao joj Placidu, koju je uzimala sve dok vlada Indije nije u julu 2014. zabranila njenu upotrebu. Tokom tih šest dugih godina, Placida ju je činila pospanom i letargičnom po cijeli dan. Za tinitus nije uzimala lijekove.

Nakon što je prestala uzimati Placidu, mentalno stanje joj se toliko pogoršalo da je u avgustu 2014. bila prisiljena posjetiti psihijatra koji joj je dao MDD-XR 100 mg **OD** za depresiju i Happi-D tablete za probleme sa želucem. Ako bi propustila samo jednu dozu, stanje bi se jako pogoršalo. Dvije godine nakon što je počela uzimati MDD-XR, zbog nuspojava lijeka, razvila je nevoljni pokret nogama šutanja u prazno. Psihijatar nije znao mjere koje bi to izlječile, samo ju je upozorio da ne prestane uzimati lijek jer bi posljedice mogle biti teške. Stoga je nastavila uzimati oba alopatska lijeka. **30. novembra 2017**, pacijentkinjin muž je kontaktirao praktičara (svog prijatelja), koji joj je dao:

#1. CC3.7 Circulation + CC4.10 Indigestion + CC5.3 Meniere's disease + CC12.1 Adult tonic + CC15.2 Psychiatric disorders...TDS

Nakon mjesec dana, žena je osjećala 50% olakšanja od svih simptoma – straha, melanholijskog plakanja bez razloga, nemirnih nogu, tinitusa i želučanih problema. Nakon još mjesec dana, problemi sa želucem i tinitusom su potpuno nestali, dok su drugi simptomi postepeno postajali blaži. Nakon još 10 mjeseci, do kraja novembra 2018., bila je potpuno izlječena. Nije se više osjećala slabom i povratila je samopouzdanje u potpunosti. Stoga joj je psihijatar ukinuo Happi-D te prepolovio MDD-XR na 50 mg, a nakon dvije sedmice na 25 mg, da bi ga konačno ukinuo 10. januara 2019. Dana 16. januara 2019. osjetila je djelomični (oko 30%) relaps straha, glavobolje i šutanja nogama. Stoga je prema savjetu **višeg praktičara** #1 zamijenjen sljedećim:

Za smirenje:

#2. NM6 Calming + NM25 Shock + NM95 Rescue Plus...TDS

Za glavobolju:

#3. NM44 Trigeminal Neuralgia + NM85 Headache-BP...TDS

U roku od dvije sedmice njen strah je nestao, a ona je osjećala 50% olakšanja od šutanja i glavobolje. Nakon što je nastavila uzimati lijekove još mjesec dana, krajem februara je opet bila oslobođena svih simptoma. Doziranje #3 je smanjeno na **OD**. Kako nije uzimala nikakve alopatske lijekove, #3 je nakon samo tri mjeseca, krajem maja, smanjen na **OD**. Doziranje #3 je do juna smanjeno na **OW** prije nego što je prekinuto krajem avgusta 2019. Međutim, pacijentica i dalje uzima #2 **OD**, a prema informacijama od juna 2020, nije bilo nikakvog relapsa.

Ako koristite kutiju 108CC, za #2 treba dati: CC15.1 Mental & Emotional tonic; #3: CC11.3 Headaches + CC11.4 Migraines

¤ Kutak za odgovore ¤

P1. Da li COVID-19 pozitivna majka smije dojiti dijete?

O. Majčino mlijeko pomaže izgradnji imuniteta važnog za zdravlje djeteta, stoga ne preporučujemo da se dijete odbija od sise. Umjesto toga, majci možete dati Lijek za jačanje imuniteta kako biste zaštitili i majku i dijete. U skladu s istraživanjima i testovima, SZO potiče dojenje kod COVID pozitivnih majki; u većini slučajeva, u majčinom mlijeku nije pronađen virus. Posjetite: <https://www.who.int/news-room/commentaries/detail/breastfeeding-and-covid-19>

P2. Prema savjetima iz Glasnika 7/2 voće i povrće sam prala u svježoj vodi nakon što bih ih 20 minuta držala u rastvoru sirčeta i soli. Da li u slučaju vanredne situacije COVIDA-19 trebam preuzeti dodatne mjere prilikom čišćenja voća, povrća i drugih namirnica?

O. COVID-19 se širi putem kontakta ili udisanjem kapljica zaražene osobe ili doticanjem kontaminirane površine. Izvan ljudskog tijela virus se raspada u rasponu od nekoliko sati do nekoliko dana, u ovisnosti od vrste površine. Ako su vam neko svježe voće ili povrće ili druge namirnice nedavno dostavljeni, ostavite ih po strani nekoliko sati. U svakom slučaju, nakon što ste rukovali dostavljenim/kupljenim namirnicama operite ruke sapunom. Utvrđeno je da se virus izvan tijela brzo raspada. Bez obzira na vrstu površine,

polovina virusnih čestica umire u roku od nekoliko sati, a ne dana. Također, treba imati na umu da kuhanje ubija virus u hrani. Za više detalja, pogledajte: <https://medical.mit.edu/covid-19-updates/2020/06/can-i-get-virus-grocery-delivery>

P3. Koja je važnost molitve u liječenju?

A. Važnost molitve počiva u zazivanju Božije milosti. Swami kaže da je Božija milost poput kiše koja sviju jednako obasipa. Ako je naša posuda okrenuta naopako, ne možemo primiti kišu. Molitva je poput izvrtanja posude na pravu stranu. Pacijent, uslijed mentalne uznemirenosti uzrokovane bolešću, možda nije u stanju da se usredotoči na molitvu. U toj situaciji, molitva praktičara/ke, s čvrstom vjerom i čistom ljubavlju za pacijentom postaje moćno sredstvo u procesu iscjeljenja. Tom prilikom stvara se trokut u kojem praktičar od Boga prima milost koja se zatim prenosi na pacijenta. Pacijentima treba savjetovati da se mole barem dok uzimaju lijek.

"Nemojte molitvu i meditaciju smatrati tek razbibrigom "čudaka i ludaka". Držite se čvrsto i jednog i drugog, jer vas samo molitva i meditacija mogu spasiti od propasti"...Sri Sathya Sai Baba, Božanski govor, 25. novembar 1964.

P4. Prije nego što sam se počeo baviti vibronikom prakticirao sam magnetnu terapiju. Smijem li držati magnete u istom kredencu u kojem držim 108CC kutiju?

O. Nemojte to dvoje držati skupa. Iako su svi lijekovi u kutiji 108CC zaštićeni od elektromagnetskog zračenja zbog dodatka **NM45 Atomic Radiation + SR324 X-Ray**, jako preporučujemo da ih štitite od dugotrajnog izlaganja zračenju moćnih magneta, električnih motora (kao u električnim ventilatorima koji koriste moćne elektromagnete), SRMP mašine (za potenciranje lijekova), televizora, mikrovalnih pećnica, kompjutera i mobilnih telefona. Također, pogledajte Glasnike 7/1 i 8/4.

P5. Može li se nozod* načinjen od voća, povrća i vitamina koristiti kao zamjena za fizičku hranu, jer su neke namirnice koje se preporučuju za dobro zdravlje prilično skupe?

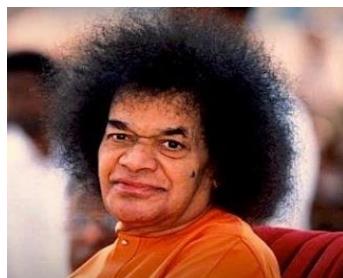
O. Voće i povrće potencirano u SRMP se može koristiti da se hranjive tvari u njima učine bioraspoloživim (da lakše dospijevaju u krvotok, prim. prev.) ili da se izlječe alergije na hranu. Potencirana verzija neke namirnice nosi njezin energetski potpis, a ne konkretnu hranjivu tvar potrebne tijelu. I dok se na taj način može uticati na ravnotežu energetskog tijela, fizičko tijelo treba hranjive tvari kako bi organi mogli funkcioništati. Važno je imati uravnoteženu prehranu, ali nije nužno jesti egzotično voće i povrće koje se promovira kao zdravo. Bog nas opskrbljuje neophodnim hranjivim tvarima koje se nalaze u **lokalno uzgojenom** sezonskom voću i povrću.

*Usput, ovo nije pravilna upotreba termina 'nozod'. Nozod je lijek načinjen potenciranjem oboljelog ljudskog ili životinjskog tkiva ili tjelesnog iscjetka.

P6. U Glasniku 11/2 piše da trebamo nositi rukavice kada rukujemo nekom bolesnom supstancom. Da li trebamo nositi rukavice i kada potenciramo hranu?

A. Generalno, trebamo savjetovati ljudima da sa sobom ponesu uzorak (bilo da su u pitanju hrana, alergen ili lijek) u čistoj/sterilnoj bočici koja je dovoljno mala kako bi stala u udubljenje SRMP. U tom slučaju neće doći do problema direktnog rukovanja supstancom; tako se izbjegava i bilo kakva unakrsna kontaminacija praktičarove energije. Bočica treba obavijena nekom vrstom plastičnog omota, kao što je prozirna folija, prije nego što se stavi u udubljenje za uzorak (*Sample well*). U tom slučaju rukavice neće biti potrebne.

¤ Božanske riječi Vrhunskog Iscjelitelja ¤



“Trenuno se vjeruje da lijek treba vrednovati zbog njegove uloge tokom bolesti i da njegova upotreba završava s izlječenjem. Međutim, to treba promijeniti. Lijek treba koristiti kako se osoba ne bi razboljela, a ne toliko da ju se digne nakon što padne, baš kao što je svrha istine živjeti tako da ne budete podvrgnuti ponovnom rođenju.”

...Sathya Sai Baba, “Liječnička profesija ” Božanski govor, septembar 1980.
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume14/sss14-53.pdf>

“Služenje koje činite vas treba nagraditi, ne samo vašim zadovoljstvom, već i zadovoljstvom i osjećanjem olakšanja onih kojima služite. Kada oni kojima služite ne osjećaju olakšanje i sreću zbog toga, od koje su koristi ushićenost i egzaltacija sevom za koju ste dobili priliku da je ponudite? Vaš cilj trebala bi biti radost onoga koji prima. Nemojte se samo udobno zavaliti u fotelju i govoriti o tome da ste učinili ono što se od vas očekuje, već pokušajte otkriti da li je vaš čin služenja zaista bio vrijedan, da li je pružen promišljeno i s punim poštovanjem specifičnih potreba osobe koja je trebala vašu pomoć.”

...Sathya Sai Baba, “Bez muke nema nauke”, Treća sveindijska SSS Seva Dal konferencija, 14. 11. 1975.
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume13/sss13-18.pdf>

¤ Obavještenja ¤

Predstojeće radionice*

- ❖ **Francuska (i Benin i Gabon):** Sedmična virtualna AVP radionica, **septembar-novembar 2020**, (učesnici će biti upoznati sa svim detaljima), kontaktirati Danielle na trainer1@fr.vibrionics.org
- ❖ **VB London:** Nacionalni godišnji seminar obnavljanja znanja, **20. septembar 2020**, kontaktirati Jeram Patela na jeramjoe@gmail.com
- ❖ **SAD Richmond VA:** Sedmična virtualna AVP radionica, **septembar-novembar 2020**, (učesnici će biti upoznati sa svim detaljima), kontaktirati Susan na sai.vibrionics.usa.can@gmail.com
- ❖ **Indija Puttaparthi:** AVP radionica** **25. novembar – 1. decembar 2020**, kontaktirati Lalithu na elay54@yahoo.com ili telefonom: 8500-676-092
- ❖ **Indija Puttaparthi:** SVP radionica** **3-7. decembar 2020**, kontaktirati Hem na 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

Povrće – jedite ka zdravlju!

“Koji su temeljni uzroci bolesti?...Kako bi udovoljio nepcu i drugim osjetilima, čovjek mijenja sastav i osobine tvari koje mu priroda pruža te kuhanjem, prženjem i miješanjem namirnica pravi mješavine koje u

sebi ne sadrže vitalnu energiju. "Pazite na svoje prehrambene navike... sirovo ili napola kuhan i zelenolisnato povrće su dobri za zdravlje."...Sathya Sai Baba¹

1. Šta je povrće?

Povrće je jestivi dio bilo koje biljke koja se može koristiti kao hrana, uz izuzetak onoga što uobičajeno smatramo voćem. Generalno govoreći, povrće nalazimo u obliku korijenja, gomoljika i lukovica; stabljika; glavica ili cvjetova; u obliku zelenolisnatog povrća; te u vidu botaničkog voća koje se smatra povrćem i konzumira tako, kao što su tikvenače, mahunasto povrće i neke vrste nezrelog voća.²

2. Blagodeti i upotreba povrća

Blagodeti: Istraživanja pokazuju da je skoro svu povrće niskokalorično, bogato vitaminima (A, K, B, i C), mineralima, dijetalnim vlaknima, fitohemijskim spojevima koji su korisni u liječenju bolesti te antioksidansima. U skladu s tim, povrće oslobađa tijelo toksina, jača i energizira sve vitalne organe i sisteme, podstiče imunitet te sprječava i liječi hronične i terminalne bolesti. Zahvaljujući povrću se bolesti od kojih strahujemo, kao što su visok pritisak, dijabetes, anemija i pretilost, mogu držati pod kontrolom, dok se rak, srčani napad, moždani udar, bolesti disajnih kanala, infekcije, itd., mogu sprječiti. Ukratko, povrće je najbolji prirodni lijek. Iznad svega, ono održava energiju, zdravlje i sjaj na licu!³⁻⁸

Upotreba: Kupujte lokalno uzgojeno sezonsko svježe povrće. Neko povrće je najbolje konzumirati samo u sirovom obliku, kao što je krastavac, a neko i u sirovom i u kuhanom obliku (radi bolje apsorpcije nekih nutrijenata), kao što su brokoli, mrkva, paradajz, paprika. Špinat i krompir je bolje jesti skuhane.

Održavajte vrijeme kuhanja, temperaturu i količinu vode na minimumu. Kuhajte na pari, blanširajte ili lagano kuhajte umjesto kuhanja u ključaloj vodi; pecite, grilujte ili dinstajte umjesto prženja. Sirovo povrće možda neće biti pogodno onima sa slabijom probavom.³⁻⁸

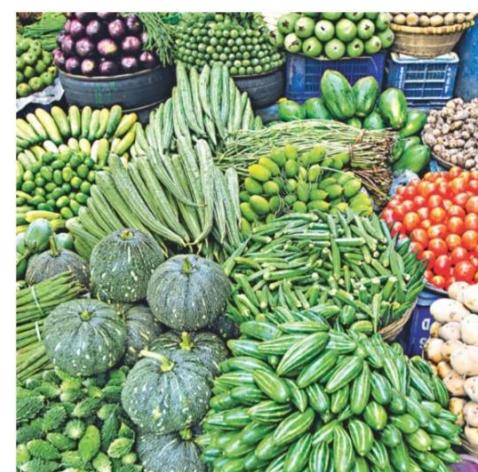
Preporučeni unos: 250-300 gm ili 2½ šolje povrća dnevno, uz razborit odabir različitog povrća – sirovog, blendiranog ili kuhanog. Pazite na ravnotežu; naprimjer, nemojte zajedno služiti rižu i slatki krompir; nemojte uvijek jesti isto korjenasto ili lisnato povrće. U redu je povremeno ugorditi nepcu i raspoloženju!³⁻⁹

Čišćenje je vrlo važno: Povrće koje nije oprano može dovesti do razvoja parazita. Najprije dobro operite ruke i isperite povrće u čistoj vodi kako biste s njegove površine uklonili potencijalno štetne tvari i klice.

Preporučuje se povrće potopiti 20 minuta u zdjeli vode sa sodom bikarbonom, ili solju i sirčetom, ili kurkumom i solju, a zatim ga temeljito isprati pod mlazom vode. Povrće s čvrstom grubom korom treba istrljati mekanom četkom.^{3,8,10}

Održavanje povrća svježim: Najbolje je kupovati povrće dok je svježe i kad nam treba. Nema potrebe paradajz, luk, krompir i slatki krompir, kukuruz ili tikvu držati u frižideru, već na hladnom i tamnom mjestu s dobrom ventilacijom.

Kad ne možete izbjegći frižider, zeleno povrće stavite u plastičnu kesu ili kutiju, paradajz u zdjelu obloženu papirnim ubrusom, lisnato povrće u papirni ubrus, a



zatim u plastičnu kesu; ukoliko djeluju uvelo, osvježite salatu i zeleno povrće ledenom vodom; neko se povrće može nasjeckati i zamrznuti.^{2,3,8,11}

Širom svijeta se uzgaja preko 1000 vrsta povrća. Mi ćemo ovdje opisati 50 uobičajenih vrsta, a njihovi indijski nazivi se nalaze u zagrada.

3. Korjenasto, lukovičasto i gomoljasto povrće

3.1 Cvekla (Chukandar): Duboke boje i slatkastog okusa izvrsna je za sportiste. Smanjuje krvni pritisak za nekoliko sati, naročito sistolički, i poboljšava kognitivne sposobnosti. Kada se koncentrirana tekućina, dobivena kuhanjem cvekle, stavi na vlastište, lječi ljušpanje i svrab. Lišće cvekle se može koristiti isto kao špinat.¹²

Upozorenje: Ne savjetuje se osobama sklonim bubrežnom kamencu i gihtu.¹²

3.2 Mrkva (Gaajar): Kao izvrstan izvor beta karotena i vitamina A, C i E, mrkva sprječava sljepilo kod djece i makularnu degeneraciju kod starijih; može zaustaviti napredovanje leukemije, rak pluća i debelog crijeva, poboljšava zdravlje zuba, kose i kože.¹³

Pastrnjak (Chukandar): Izgleda kao bijela mrkva i bogat je folatima; može spriječiti urođene mane i bolest desni.

Upozorenje: Izbjegavajte lišće, stabljiku i cvijeće, koji sadržavaju otrovni sok, koji može izazvati ozbiljne opekotine.¹⁴

3.3 Rotkvica (Mooli): Održava pH ravnotežu, čisti disajne kanale, lječi prehladu i kašalj, pomaže kod lječenja žutice, mokraćnih poremećaja i osteoartritisa, održava tijelo prirodno hidriranim te se koristi za tretiranje suhe kože, akni i osipa. Lišće je jestivo, a sjeme pomaže u lječenju leukoderma.¹⁵

Upozorenje: Može iritirati probavni trakt i dovesti do gasova i nadimanja. Izbjegavati u slučaju žučnog kamenca.¹⁵

3.4 Repa/celer (Shalgam): Mogu lječiti želučane ulcere, grlobolju, žuticu i hepatitis, te rastvarati sitni bubrežni kamenac.¹⁶

Švedska repa: Nastala ukrštanjem repe i kupusa, nešto veća i slađa od obične repe. **Meksički krompir:** sladi i orašastijeg okusa od repe.¹⁶

Upozorenje: Izbjegavati ako bolujete od problema sa štitnom žlijezdom.¹⁶

3.5 Slatki krompir (Shakarkand): Bogatiji vitaminom A od običnog krompira, izvrstan za oči. Brašnast i sladak, koristi se i u slanim i i u slatkim jelima.¹⁷

Upozorenje: Izbjegavati ako imate bubrežni kamenac, uzimati umjereno ako ste dijabetičar.¹⁷

3.6 Kewrompir (Aalu): Ukusna namirnica za svaku priliku, najzdraviji kad se konzumira s korom koja je bogata vlaknima i kad se ne prži u dubokom ulju. Osnažuje nervni sistem i kardiovaskularno zdravlje, učestvuje u izgradnji jakih kostiju i podstiče bolju sportsku izvedbu i izdržljivost.¹⁸

Manioka: Bogatija proteinima i kalorijama od krompira. Sadrži antinutrijente; zbog toga se, kako bi se iskoristile hranjive tvari, mora oguliti, potopiti i skuhati (otrovna u sirovom obliku).¹⁹

3.7 Smrdljivi ljiljan (Stopalo slona) (Suran/Jimikand): Ima tvrdu koru, smanjuje sluz i gasove, dok pojačava lučenje žuči i pomaže probavu; idealan za djecu u razvoju.²⁰

Upozorenje: Kada se isiječe, može nadražiti kožu i grlo, stoga ga treba potopiti u vodi i skuhati sa sirčetom, limunom ili tamarindom.²⁰

3.8 Taro krompir (Arbi): Veliki izvor hranjivih tvari, vlakana i otpornog škroba; korijen i lišće treba jesti u kuhanom obliku.²¹

3.9 Luk (Pyaaj): Jedna od najboljih povrćki za detoksifikaciju, sprječava grušanje krvi i koristi se za lječenje uboda insekata, bradavica, svraba uslijed promrzlini i bolesti disajnih organa kao što su prehlada i gripa. U poređenju sa žutim, crvenim i bijelim, slađe vrste kao što su **Vidalia** i **luk kozjak** sadrže manji procenat hranjivih tvari.²²

Upozorenje: Izbjegavati, naročito u sirovom obliku, u slučaju žgaravice i probavnih poremećaja.²²

3.10 Mladi luk (Pyaaj patta): Bolji izvor folata, vitamina i kalcija. Kako se koristi za garniranje, može se jesti sirov. Sličan **poriluku** (koji je veći i blažeg okusa s više vitamina A) i **luku vlascu** (koji je blaži, s manje hranjivih sastojaka, ali izvrstan izvor holina koji potpomaže metabolizam i razvoj fetusa).²³

4. Stabljičasto i cvjetasto povrće

4.1 Keleraba (Knolkhhol): Vrsta kupusnjače, po ukusu slična stabljici brokolija, ali blaža i slađa. Sve je jestivo osim stabljike. Šolja kelerabe može zadovoljiti 100% naše dnevne potrebe za vitaminom C.²⁴

4.2 Šparoga (Shatavari): Sadrži manje vitamina od brokolija, ali je bolji izvor željeza i bakra. Kao prirodni diuretik sprječava oticanje i infekciju mokraćnih kanala i ima smirujući efekat.²⁵

4.3 Kupus (Patta gobi): Zeleni kupus je zdraviji u dinstanom obliku. Crveni kupus, pogoodniji za salate, sadrži 10 puta više vitamina A i dva puta više željeza od zelenog kupusa, ali i duplo manje vitamina K.²⁶

Prokulice: Manje po veličini sa sličnim hranjivim sastojcima, ukus im se pojačava pečenjem ili dinstanjem. Neprijatnog mirisa kada se prekuhaju ili kuhanju u ključaloj vodi.²⁷

Raštika (Haak) & bok choy (kineski kupus): Bogati vitaminima, naročito dobri za detoksifikaciju, izgradnju kostiju i zdrav vid.²⁸

Artičoka: Smatra se lijekom za jetru, a najhranjiviji dio je lišće.²⁹

4.4 Brokoli: Smatra se superhranom za prevenciju raka, jačanje kostiju i unapređenje zdravlja u svakom pogledu. Najhranjiviji je svjež, opran pred samo kuhanje na pari.³⁰

4.5 Karfiol (Phool gobi): Skladište vitamina i minerala, izvrstan za memoriju.³¹

Upozorenje: U slučaju problema s bubrežima ili gihtom, ili ako ste na lijekovima za razrjeđivanje krvi, izbjegavajte karfiol ili ga konzumirajte u malim količinama.³¹

5. Ljekovita povrće

5.1 Špinat (Palak): Jedan od najboljih izvora magnezija. Kuhanjem se pojačava hranjivost njegovih nutrijenata, ali se željezo i kalcijum nažalost ne mogu apsorbirati uslijed prisustva nekih antinutrijenata.³²

Salata (Salad patta): Relativno slab izvor hranjivih tvari, ali sadrži puno vode te održava tijelo hidriranim.³²

Rukola: Jedna od hranjivim tvarima najzasićenijih namirnica, izvrsna za zdravlje.³³

Potočarka: Bogata omega-3 masnim kiselinama, dobra za srce. Višegodišnja biljka koja raste pored izvora, potoka, i rijeka. Temeljito oprati prije upotrebe.³⁴

Gorušica (Sarson ka saag): Slična špinatu, ali ljuća.³⁵

Kelj (Karam saag): Po sadržaju hranjivih tvari sličan špinatu, ali bogatiji vitaminima. Najbolje ga je jesti sirovog, u frapeima, kuhanog na pari ili lagano dinstanog.³⁶

5.2 Moringa (Sahjan): Poznata kao čudesna bilja, sadrži dva puta više proteina od jogurta, tri puta više kalija od banana, četiri puta više vitamina A od mrkve i kalcijuma od kravljeg mlijeka te sedam puta više vitamina C od narandži. Ima široku upotrebu u kuhanju i tradicionalnoj medicini, pročišćava krv, koristi se protiv upale, balansira hormone, koristi se kod pothranjenosti i protiv starenja, sprječava anemiju, podstiče probavu, dovodi šećer u ravnotežu i liječi kožne probleme.³⁷

Upozorenje: Osobe na lijekovima se trebaju posavjetovati sa svojim liječnikom.³⁷

5.3 Lišće piskavice (Methi): Bogat izvor željeza i drugih minerala, pomaže probavu i kontrolira dijabetes, dodajući hrani aromu i ukus.³⁸

6. Voće koje se konzumira kao povrće, uključujući tikve, buče i mahune

6.1 Avokado: Namirnica bogata kalijem i masnoćama pogodnim za srce, izvrsna zaštita protiv hroničnih bolesti. Kad je isiječete, poprskajte je limunovim sokom kako bi je neko vrijeme održali svježom.³⁹

6.2 Paprika (Shimla mirch): Različitih boja i načina pripreme, jedna paprika srednje veličine zadovoljava dnevnu potrebu za vitaminima A i C te pomaže kod različitih oboljenja, od obične prehlade do raka. Idealna za trudnice, može se stavljati u salate ili dodati bilo kojem jelu.⁴⁰

6.3 Paradajz (Tamatar): Jedan sirovi paradajz dnevno može sprječiti rak debelog crijeva. Također je jedan od najboljih izvora likopena, fitonutrijenta koji poboljšava imunitet i zaustavlja širenje kanceroznih tumora. Likopen se bolje apsorbuje kada se paradajz skuha i konzumira s masnim namirnicama kao što su avokado, maslinovo ili kokosovo ulje, orašasti plodovi i sjemenke.⁴¹

Upozorenje: Izbjegavati u slučaju kiselog refluksa ili učestalih bolova u zglobovima i ili mišićima.⁴¹

6.4 Krastavac (Kheera): Pripada porodici tikvenjača. Sočan, hrskav, osvježavajući, najbolje ga je konzumirati u sirovom obliku. Kako posjeduje dijuretička svojstva, pomaže smanjivanju otečenosti očiju, prirodno usporava proces starenja, čisti i alkalizira krv, sprječava dehidraciju, konstipaciju i pretjerano zagrijavanje tijela. Kada se kriške krastavca stave preko očiju, opuštaju oči i čine ih osvježenim.⁴²

6.5 Bundeva (Sitaphal/Kaddoo): Ova vibrantna zimska buča je izvrsna za oči i sprječava pretilost. Njene sjemenke popravljaju kvalitet sna.⁴³

Zucchini (Turai): Ljetna tikvica bogata vitaminom C, s visokim udjelom vode, laka za probavu.⁴⁴

6.6 Zimska dinja/voštana buča (Pettha): Jedinstvena ljekovita dinja koja se najviše koristi u Indiji i Kini, pročišćava negativnu energiju iz okoline. Čaša soka ove dinje tijelo održava osvježenim, pobuđenim i energiziranim te osnaže intelektualne sposobnosti i smiruje živce. Liječi čireve, hemoroide i konstipaciju.⁴⁵

Upozorenje: Osobe sklone disajnim bolestima trebaju dodati med ili biber.⁴⁵

6.7 Gorka dinja/momordika (Karela): Može se koristiti u liječenju dijabetesa, gihta, žutice i bubrežnog kamenca te reguliše menzes. Također se koristi u liječenju i prevenciji malarije, virusnih oboljenja, HIV/AIDS-a i lepre, te pomaže u kontrolisanju autoimunih poremećaja uključujući reumatoidni artritis.⁴⁶

Upozorenje: Ne savjetuje se trudnicama i osobama na lijekovima za dijabetes, te nakon operacije do oporavka.⁴⁶

6.8 Sudovnjača/vrg tikva (Lauki): Visoko preporučljiva za zdravlje probavnih organa, koristi se za pripremanje slatkih i slanih jela. Ne treba je konzumirati ako je gorka.⁴⁷

6.9 Neke druge vrste tikvenjača sa sličnim blagodetima:

Bršljanolisna tikva (Kunduru); indijska tikvica (Tinda); šiljasta tikva (Parval) poznata kao povrće siromašnih, smatra se dobrom za anoreksiju; spužvasta tikva (Torai); i zmijasta tikva (Chichinda) koja može liječiti probleme sa žučnim mjehurom (loša probava, bolovi u želucu, konstipacija i pretjerano nadimanje).⁴⁸⁻⁵²

6.10 Patlidžan (Baingun): U svojoj ljubičastoj kori sadrži rijke antioksidant *nasunin* koji štiti membrane moždanih ćelija.⁵³

Upozorenje: Nije pogodan za osobe s niskom razinom željeza, bubrežnim problemima, gihtom ili alergijama. Lišće i gomoljika su otrovni i ne treba ih konzumirati.⁵³

6.11 Bamija (Bhindi): Bogata omega-3 i omega-6 masnim kiselinama, s visoko hranjivom sluzi, najbolje povrće za prevenciju migrene i poboljšanje pamćenja.⁵⁴

6.12 Mahune (Phaliyan): Bogate složenim ugljikohidratima, bjelančevinama i vlaknima, ali s niskim udjelom natrija, predstavljaju cijelovitu hranu i dobre su za dijabetičare. Istraživanja pokazuju da mogu inhibirati HIV.⁵⁵

Upozorenje: Izbjegavati u slučaju problema s mokraćnim kanalima.⁵⁵

6.13 Grašak (Matar): Bogat vlaknima i proteinima, ali uslijed prisustva antinutrijenata može dovesti do otežane probave, stoga ga treba jesti skuhanog.⁵⁶

6.14 Zelene chili papričice (Hari mirch): Važan sastojak u indijskoj, meksičkoj i tajlandskoj kuhini, bogate vitaminom C, željezom i kapsaicinom, potiču cirkulaciju i stimuliraju nepce.⁵⁷

6.15 Slatki kukuruz (Makka): Škrobasto povrće (botanički gledano voće, ali i žitarica), bogato vlaknima, hranjivim tvarima, ne sadrži gluten i korisno, **ukoliko** nije genetski modificirano.⁵⁸

Upozorenje: Ako osoba ima osjetljiv probavni sistem može fermentirati u želucu i izazvati bolove u stomaku.⁵⁸

6.16 Neke vrste nezrelog voća koje nude iste blagodeti kao povrće: Nangka (Kathal) za jačanje imuniteta i dobar san; **Papaja (Papita)** za probavno zdravlje, njegu kože, protiv infekcija i menstrualnih bolova; poznato je da lišće papaje liječi epidemische groznice, i **Plantana banane¹ (Kaccha kela)** **uključujući cvijet i stabljiku**, bogate vlaknima i izvrsne za mozak i bubrege, sprječavaju brojne bolesti.⁵⁹⁻⁶¹

6.17 Gljive (Chhatrak): Po prirodi korisne pripadnice *Fungi* carstva (iako se jedu kao povrće), predstavljaju moćno sredstvo u borbi protiv raka i jačanje imuniteta. Kao veliki izvor vitamina B dobre su za mozak i srce; mogu sprječiti poremećaje štitne žlezde.⁶²

Upozorenje: Kupujte od pouzdanih izvora jer neke vrste koje se beru u divljini mogu biti vrlo otrovne.⁶²

¹ Plantana banane – vrsta banana koje se koriste za kuhanje i ne konzumiraju se u sirovom obliku (prim. prev.)

Zaključak: Povrće treba biti važan dio naše dnevne ishrane, ali njegov višak može dovesti do probavnih smetnji. Kako bi bilo ljekovito, najbolje je uzimati ga umjereno, u skladu s drugim namirnicama, uz razumijevanje i svješt o potrebama i reakcijama vlastitog organizma.³⁻⁸

Reference i linkovi:

1. Sathya Sai nam govori, Dobro zdravlje i dobrota, 15. knjiga/21. poglavlj, 30. septembar 1981
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume15/sss15-21.pdf>
2. Šta je povrće: <https://www.britannica.com/topic/vegetable>
3. Blagodeti: https://www.myupchar.com/en/healthy-foods/vegetables?utm_medium=firstpost&utm_source=indian-green-leafy-vegetables
4. <https://www.eatforhealth.gov.au/food-essentials/five-food-groups/vegetables-and-legumes-beans>
5. <https://www.marthamckitticknutrition.com/10-benefits-of-eating-vegetables/>
6. Lužnaste namirnice: <https://trans4mind.com/nutrition/pH.html>
7. Uravnotežena prehrana: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/what-should-you-eat/vegetables-and-fruits/>
8. Upute za prehranu u Indiji: <https://www.nhp.gov.in/healthyliving/healthy-diet>
9. Upute za prehranu u SAD: <https://healthyeating.sfgate.com/usda-fruit-vegetable-recommendations-9339.html>; <https://www.hhs.gov/fitness/eat-healthy/dietary-guidelines-for-americans/index.html>
10. Čišćenje povrća: *Sai vibrionički glasnik*, 2/2, mart 2011, Kutak za odgovore, P1; <https://www.healthline.com/nutrition/washing-vegetables#1>; <https://www.moving.com/tips/how-to-sanitize-fruits-and-vegetables/>
11. Održavanje povrća svježim: <https://www.unlockfood.ca/en/Articles/Cooking-Food-Preparation/How-to-store-vegetables-to-keep-them-fresh.aspx>; <https://inhabitat.com/6-ways-to-keep-your-fruits-and-veggies-fresher-for-longer/>
12. Cvekla: <https://www.healthline.com/nutrition/benefits-of-beets#section2>; <https://foodrevolution.org/blog/benefits-of-beets/>; <https://www.readersdigest.ca/food/healthy-food/health-benefits-of-beets/>
13. Mrkva: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/270191>; <https://parenting.firstcry.com/articles/magazine-18-must-know-benefits-of-carrot-gajar-for-health-skin-and-hair/>
14. Pastrnjak: <https://draxe.com/nutrition/parsnip-nutrition/>
15. Rotkrica: <https://www.indiatoday.in/lifestyle/health/story/mooli-radish-health-benefits-winter-veggie-india-digestion-blood-pressure-lifest-1117051-2017-12-27>; <https://www.lybrate.com/topic/benefits-of-radish-and-its-side-effects>; <https://www.organicfacts.net/health-benefits/vegetable/health-benefits-of-radish.html>; <https://draxe.com/nutrition/radish-nutrition/>
16. Repa/celer/švedska repa: <https://www.medindia.net/dietandnutrition/top-10-health-benefits-of-a-turnip.htm>; <https://draxe.com/nutrition/turnip/>; <https://draxe.com/nutrition/celeriac/>
17. Slatki krompir: <https://draxe.com/nutrition/sweet-potato-nutrition-facts-benefits/>; <https://www.healthline.com/nutrition/sweet-potato-benefits>
18. Krompir: <https://draxe.com/nutrition/root-vegetables/>; <http://www.whfoods.com/genpage.php?tname=foodspice&dbid=48>
19. Manioka: <https://www.healthline.com/nutrition/cassava>
20. Smrdljivi lijken/stopalo slona: <https://timesofindia.indiatimes.com/life-style/food-news/suran-or-jimikand-secret-benefits-of-this-vegetable-and-tips-to-cook-it/articleshow/76245383.cms?>
21. Taro krompir: <https://www.healthline.com/nutrition/taro-root-benefits#section5>
22. Luk: <https://www.livescience.com/45293-onion-nutrition.html>; <https://draxe.com/nutrition/onions-nutrition/>; (pogledaj Dodatak "Sveska 5, #1 i 2 (januar/februar i mart/april 2014).)
23. Mladi luk: <https://draxe.com/nutrition/scallions/>
24. Keleraba: <https://draxe.com/nutrition/kohlrabi/>
25. Šparoga: <https://draxe.com/nutrition/asparagus-nutrition/>
26. Crveni kupus: <https://draxe.com/nutrition/red-cabbage/>
27. Prokulice: <https://draxe.com/nutrition/brussels-sprouts-nutrition/>
28. Raštika: <https://draxe.com/nutrition/collard-greens/>
29. Artičoka: <https://indianexpress.com/article/india/india-others/vegetable-of-gods-artichoke-and-its-untapped-benefits/>
30. Brokoli: <https://draxe.com/nutrition/broccoli-nutrition/>
31. Karfiol: <https://draxe.com/nutrition/cauliflower/>
32. Špinat i salata: <https://draxe.com/nutrition/spinach-nutrition/>
33. Rukola: <https://draxe.com/nutrition/arugula/>
34. Potočarka: <https://draxe.com/nutrition/watercress/>
35. Gorušica: <https://draxe.com/nutrition/mustard-greens-nutrition/>
36. Kelj: <https://draxe.com/nutrition/health-benefits-of-kale/>
37. Moringa: <https://draxe.com/nutrition/moringa-benefits/>; <https://www.netmeds.com/health-library/post/drumstick-health-benefits-nutrition-uses-recipes-and-side-effects>; <https://www.medicalnewstoday.com/articles/319916#risks-with-existing-medications>
38. Lišće piskavice: <https://www.firstpost.com/health/forget-kale-you-should-be-eating-these-10-indian-greens-instead-7884601.html>
39. Voće kao povrće: avokado: <https://draxe.com/nutrition/avocado-benefits/>; <https://www.medicalnewstoday.com/articles/270406#diet>
40. Paprika: <https://draxe.com/nutrition/bell-pepper-nutrition/>
41. Paradajz: <https://draxe.com/nutrition/tomato-nutrition/>; <http://saibaba.ws/teachings/foodforhealthy.htm>
42. Krastavac: <https://draxe.com/nutrition/cucumber-nutrition/>
43. Tikva: <https://www.healthline.com/nutrition/pumpkin>; <https://draxe.com/nutrition/pumpkin-seeds/>
44. Tikvice: <https://www.healthline.com/nutrition/zucchini-benefits>
45. Zimska dinja/voštana buča: <https://isha.sadhguru.org/in/en/blog/article/ash-gourd-winter-melon-cool-vegetable-benefits-recipes>
46. Gorka dinja (Karela): <https://draxe.com/nutrition/bitter-melon/>
47. Sudovnjača/vrg: <https://www.nutrition-and-you.com/bottle-gourd.html>; <https://food.ndtv.com/food-drinks/7-incredible-benefits-of-drinking-of-bottle-gourd-lauki-juice-1452828>

48. Bršljanolisnata tikva/Kunduru: <https://www.verywellhealth.com/the-benefits-of-ivy-gourd-89467>; <https://www.healthbenefitstimes.com/ivy-gourd/>
49. Indijska tikvica (Tinda): <https://www.netmeds.com/health-library/post/tinda-indian-round-gourd-health-benefits-nutrition-uses-for-skin-hair-weight-loss-and-recipes>
50. Šiljasta tikva (Parval): <https://www.lybrate.com/topic/pointed-gourd-benefits-and-side-effects>
51. Spužvasta tikva (Turai): <https://www.thehealthsite.com/fitness/health-benefits-of-ridge-gourd-or-tori-bs815-319005/>; <https://food.ndtv.com/food-drinks/make-your-boring-vegetables-yummy-3-tasty-yet-healthy-turai-ridge-gourd-dishes-to-try-2031443>
52. Zmijasta tikva (Chichinda): <https://www.healthbenefitstimes.com/snake-gourd/>
53. Patlidžan: <https://draxe.com/nutrition/eggplant-nutrition/>; <https://www.medicalnewstoday.com/articles/279359>
54. Bamija: <https://draxe.com/nutrition/okra-nutrition/>; <https://www.netmeds.com/health-library/post/6-astonishing-health-benefits-of-okra-you-didnt-know>
55. Mahune: <https://draxe.com/nutrition/green-beans-nutrition/>; <https://www.verywellfit.com/green-beans-nutrition-facts-calories-carbs-and-health-benefits-4169523>; <https://www.seedsofindia.com/category/Beans-Peas-and-Corn-17>
56. Grašak: <https://draxe.com/nutrition/green-peas/>; <https://www.healthline.com/nutrition/green-peas-are-healthy#section7>
57. Zelene chilli papričice: <https://www.lybrate.com/topic/green-chilli-benefits-and-side-effects>
58. Slatki kukuruz (Makka): <https://draxe.com/nutrition/nutritional-value-of-corn/>
59. Nezrela nangka: <https://food.ndtv.com/food-drinks/7-important-reasons-to-include-jackfruit-kathhal-in-your-regular-diet-1783929>
60. Nezrela papaja: <https://www.medindia.net/dietandnutrition/health-benefits-of-unripe-green-papaya.htm>
61. Plantana banane/stabljika: <https://food.ndtv.com/ingredient/plantain-701208>; <https://www.ndtv.com/health/raw-bananas-are-good-for-diabetics-health-benefits-of-raw-bananas-you-must-know-1888722>; <https://www.thehealthsite.com/diseases-conditions/natural-remedies/amazing-health-benefits-of-banana-stem-kd0718-582035/>
62. Gljive: <https://draxe.com/nutrition/mushroom-nutrition-benefits/>
- +++++

2. Anegdota – čudesno iskustvo praktičarke 11601... India

Potpuna vjera iscijeljuje duboku posjekotinu u glavi

18. februara 2020., čisteći trijem prije nego će početi primati pacijente uveče, praktičarka se oko 17h poskliznula i pala na leđa. Začuvši zapomaganje, njene sestre su dotrčale zatekavši je kako u lokvi krvi ponavlja: "Sairam, Sairam, Sairam...", što je činila narednih 20 minuta, potpuno nesvesna svog okruženja. U međuvremenu je stiglo pet pacijenata koji su je čekali u kući. Sestre su je pažljivo smjestile u kolica i organizirale prevoz do obližnje bolnice.

Kad su shvatili da se nešto dešava, pacijenti su izašli na trijem. Prepoznavši među njima svoju dobру prijateljicu, praktičarka je povratila pamćenje. Kako je sad bila svjesna, odbila je da ide u bolnicu i umjesto toga zatražila da joj donese Sai vibrioničku kutiju. Pripemila je lijek*, uzela dozu, ali je odmah potom povratila. S potpunom vjerom u Swamija, uzela je još jednu dozu i napravila lijek u kokosovom ulju. Čim ga je stavila na ranu, krvarenje je prestalo. U takvom stanju je pažljivo primila troje pacijenata koji su došli iz udaljenih mjesta, od kojih je jedna bila trudna. Preostala dva pacijenta, koja žive u blizini, su odlučila doći drugi dan.



18 Feb 2020

22 Feb 2020

29 Feb 2020

4 Mar 2020

9 Mar 2020

18 Mar 2020

Sljedećeg dana, na insistiranje porodice, sestra ju je odvela u Sri Sathya Sai bolnicu gdje su je ukorili što nije došla odmah jer je u pitanju bio slučaj ozljede glave. Medicinska sestra je obrijala područje oko rane kako bi praktičarku pripremila za šivanje. Dežurni doktor je međutim uvidio da je rana, iako vrlo duboka, već počela da zacijeljuje i da nema potrebe za šivanjem! Poslali su je višem neurohirurgu koji je izvršio detaljan fizički pregled, nalaz krv i CT pregled. Osoblje je bilo zatečeno shvativši da se rana duboka 7.5 cm zatvorila bez komplikacija i da nije bilo unutrašnjih ugrušaka, preloma ili ozljede mozga. Ranu su samo previli, a pacijentu poslali kući bez alopatske intervencije. Međutim, nalaz krv je pokazao da joj je šećer povišen i da se pritisak povećao (prema doktorovom mišljenju uslijed pada); za to dvoje su joj dali lijekove, ali za bolove joj nije trebalo ništa!! Alopatske lijekove je prestala uzimati nakon sedam dana, a zatim je mjesec dana uzimala samo vibrioničke lijekove. Povremeno bi na ranu stavila Swamijevu materijaliziranu

kurkumu. Sada kada se oporavila u potpunosti, smatra da je to bilo ogromno čudo u njezinom životu i osjeća ogromnu zahvalnost prema Swamiju i Njegovoj vibrionici.

*CC3.2 Bleeding disorders + CC3.7 Circulation + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.7 Fractures + CC21.11 Wounds & Abrasions

3. Najnovije informacije o Covidu-19

Od 13. aprila 2020. koristili smo sljedeće kombinacije za prevenciju i liječenje Covida-19:

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

Za one koji nemaju 108CC kutiju, već SRMP: NM6 Calming + NM76 Dyspnoea + NM113 Inflammation + BR4 Fear + BR14 Lung + SM26 Immunity + SM27 Infection + SM31 Lung & Chest + SM40 Throat + SR270 Apis Mel + SR271 Arnica 30C + SR272 Arsen Alb 30C + SR277 Bryonia 30C + SR291 Gelsemium 30C + SR298 Lachesis + SR301 Mercurius 30C + SR302 Nux Vom 30C + SR306 Phosphorus 30C + SR385 Eupatorium Perf + SR406 Sabadilla 30C + SR505 Lung

U svjetlu virusa koji mutira, istraživački tim je modificirao Lijek za jačanje imuniteta u skladu sa sljedećim:

CC4.1 Digestion tonic + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC9.2 Infections acute + CC9.4 Children's diseases + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.3 Chest Infections chronic + CC19.6 Cough chronic + CC19.7 Throat chronic

Za one koji nemaju 108CC kutiju, već SRMP: NM6 Calming + BR4 Fear + BR9 Digestion + BR10 Fever & Infection + BR14 Lung + SM26 Immunity + SM27 Infection + SM31 Lung & Chest + SM40 Throat + SR271 Arnica 30C + SR272 Arsen Alb 30C + SR291 Gelsemium 200C + SR302 Nux Vom 30C

Doziranje u oba slučaja je isto kao prije: **OD** po buđenju, preventivno; **TDS** u slučaju da se sumnja na infekciju (blagi simptomi poput blagog kašlja). Za pacijente s dijagnozom COVID-19, po jednu dozu svakih šest sati, zatim **6TD**; kad dođe do poboljšanja, smanjivati na **QDS - TDS - BD - OD**. Osoba treba nastaviti s bilo kakvim alopatskim tretmanom koji koristi i niti u jednom trenutku je **NE** treba odvraćati od istog.

Opovrak: Kada se osoba izliječi, ali osjeća da nema dovoljno energije i da je iscrpljena i na tjelesnom i na mentalnom nivou, treba joj davati **Recuperation Combo (kombinaciju za opovrak)** dok ne počne osjećati da je čila i da ima energije:

CC4.1 Digestion tonic + CC11.3 Headaches + CC19.7 Throat chronic

Za one koji nemaju 108CC kutiju, već SRMP: NM75 Debility + BR9 Digestion + BR10 Fever & Infection + SM31 Lung & Chest + SM24 Glandular + SM40 Throat

Doziranje za oboje: **OD** naveče prije odlaska u krevet, dok nastavlja uzimati Lijek za jačanje imuniteta **OD** prilikom buđenja.

Oni koji su kombinaciju od 13. aprila '20 napravili u alkoholu jednostavno u postojeću bočicu mogu dodati sljedeće: **CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC9.2 Infections acute**.

Za one koji nemaju 108CC kutiju, već SRMP: BR9 Digestion + BR10 Fever & Infection

Om Sai Ram

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