

Glasnik Sai vibrionike

www.vibrionics.org

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

... Sri Sathya Sai Baba

Sveska 12, broj 1

januar/februar 2021

U ovom broju

☞ Iz pera dr. Jit K. Aggarwala	1 - 2
☞ Profili praktičara	2 – 6
☞ Slučajevi s kombinacijama	6 – 11
☞ Kutak za odgovore	11 - 12
☞ Božanske riječi Vrhunskog Iscjelitelja	12 – 13
☞ Obavještenja	13
☞ Dodatak	13 – 19

☞ Iz pera dr. Jit K. Aggarwala ☞

Dragi praktičari

Dok vam pišem u noći uoči Nove godine, prisjećam se Swamijevih riječi: "Neka vam svaka sekunda bude Nova godina i ponašajte se u skladu s tim. Ne morate čekati da prođe dvanaest mjeseci kako biste napravili novi korak. Mijenjajte se svakog trenutka. Oslobođajte se starih, loših ideja; to će nagovijestiti početak prave Nove godine. Uključite se u aktivnosti služenja kako biste posvetili svoj život. Pridržavajte se ispravnosti. Živite u skladu s riječima: "Pomozi uvijek, ne povrijedi nikad"... *Sathya Sai Baba, Božanski govor, 1. januar 1993, Prashanti Nilayam.*

Godina 2020. će uskoro zamaći, a 2021. je na pomolu. Iako je pandemija Covida-19 izazvala rasulo širom planete, ona nas je na različite načine i obogatila. Što se tiče vibrionike, ova nas je godina naučila brojnim lekcijama te nam omogućila da se razvijamo u vezi toga kako podučavamo te kako tretiramo svoje pacijente i brinemo njima. Navešću nekoliko važnih dostignuća koja smo ostvarili tokom 2020:

1. Uspješna primjena digitalne platforme za obuku i razvoj, uključujući prijem novih polaznika te unapređivanje web sadržaja kurikuluma i mehanizama njegovog prenošenja. U duhu neprekinutog pružanja edukacije, ova je inicijativa izvedena ubrzano kako bi obuka postala dostupna svima koji bi u ovim vremenima željeli postati praktičari. Ovu inicijativu vidimo i kao nešto što će u budućnosti biti od koristi onima koji ne mogu putovati na duže vrijeme kako bi prisustvovali radionicama na udaljenim mjestima.
2. Promjena paradigme u metodama liječenja koja se pomiče od fizičke konsultacije do konsultacije putem telefona ili interneta, te lično dostavljanje lijekova tamo gdje je to moguće, ili slanje lijekova putem pošte ili odašiljanjem na dajlinu. Posebno zahvaljujem svima koji su uz velike napore obavljali ovaj posao proteklih devet mjeseci.
3. Puštanje ažurirane verzije web stranice s unaprijeđenim funkcijama i drastičnom promjenom izgleda u javnost. Samo pet mjeseci od puštanja zabilježili smo 5700 pregleda na glavnoj stranici, što je rezultiralo većim brojem upita vezanih za praktičare te porastom broja kandidata za AVP.
4. U Međunarodno udruženje praktičara Sai Vibrionike (MUPSV) primili smo 64 nova praktičara. Također, svim članovima se dopao dizajn standardizirane vizitke za članove MUPSV-a. Vibrionički lijekovi se SVIM pacijentima daju besplatno, bez ikakve robne ili novčane naknade. Ko god odstupa od ove prakse, biće automatski izbrisan iz naše baze vibrioničke opreme, tj. SRMP i 108CC kutija pripadaju MUPSV-u i smiju ih koristiti samo praktičar/ka koji ih dobiju. Ova oprema se ne može pokloniti niti prodati bilo kome drugom.
5. Uspješno smo razvili lijek za jačanje imuniteta koji djeluje i kao profilaktik i kao lijek za Covid-19. Na samom početku pandemije naš istraživački tim je prihvatio izazov što je rezultiralo lijekom koji je uistinu donio blagodat hiljadama ljudi. Izuzetno sam zahvalan sveindijskom predsjedniku Sathya Sai organizacije,

g. Nimishu Pandyi, koji je u aprilu izdao saopštenje svim pokrajinskim koordinatorima da praktičarima pruže svaku pomoć i saradnju; zahvaljujući tome smo bili u mogućnosti da osiguramo široku distribuciju lijeka za jačanje imuniteta čak i za vrijeme zatvaranja svih javnih ustanova te smo na taj način pomogli 270 000 osoba. U godini koja je pred nama očekujemo veću ulogu i učešće naših regionalnih koordinatora u širenju vibrionike po Indiji.

6. Osnajili smo platformu djelovanja tako što smo uspostavili čvrstu i aktivnu organizacijsku strukturu te formulirali djelotvorne standardne operativne procedure.

Uprkos ovim fascinantnim koracima, ovo nije vrijeme da sjedimo na lovorikama. Osmislili smo brojne inicijative i već postavili nove ciljeve za godinu koja je pred nama. Kako je rekao Benjamin Franklin: "Kada umreš, biće dovoljno vremena za spavanje." Svake godine moramo ići dalje kako bismo s većim poletom i posvećenošću jačali i širili vibrioničku misiju.

U 2021. godini nastojaćemo iskoristiti trenutak i implementirati nekoliko inicijativa na lokalnim razinama. Kao prvi korak u tom smjeru planiramo pokrenuti kampanju "Proširi riječ", tako što ćemo organizirati predavanja u malim društvenim grupama, školama, privatnim kompanijama i drugim organizacijama. Ideja je da uvrstimo vibrioniku kao komplementarnu terapiju prilazeći kompanijama koje posjećuju alopatski liječnici i predlažući im da pokušaju i vibrioniku uporedo sa alopacijom. Također ćemo obilaziti mjesta molitve, kao što su hramovi i *gurudwara*¹, u kojima se organiziraju alopatske ili homeopatske klinike. Osim toga, fokusiraćemo se na prikupljanje opservacija alopatskih liječnika u vezi sa efikasnošću vibrionike.

Pozivam sve vas koji ste zainteresirani da pridete kompanijama, školama, itd., da radite skupa u parovima ili u grupama i predate vaš prijedlog na admin@vibrionics.org. Naš administracijski tim opskrbiće vas sa svime što je potrebno, uputama i materijalima za čitanje ili prezentacije. Siguran sam da će ova inicijativa biti izvrsna prilika za služenje.

Postoji još jedna mogućnost za vibrioničku sevu u većim okruženjima, a to su projekti služenja u zajednici. Jedan takav projekat zabilježen je i Glasniku 11/5, u kojem se praktičarka iz Hrvatske obratila lokalnim vlastima te uz asistenciju volontera oživjela grmlje lavande pomoću vibrioničkih remedia. Ove godine poseban fokus biće na takvim projektima koji se mogu poduzimati u lokalnim skloništima za životinje (posebno za krave u Indiji), parkovima, i sl.

Kako smo upravo završili s proslavom Božića, mislim da je prigodno da ponovim Swamijeve riječi o Isusu. Swami je rekao da je Isus služio najsiromašnijima među siromašnima te podučavao Svoje sljedbenike da kad god služe siromašnim, potrebitim, gladnim i bolesnim, služe Bogu. Baba nas je poticao: "Probudite Isusa u sebi!". I zaista, to je ono što nam je sada potrebno. Ponizno molim sve praktičare da usvoje lekcije iz Isusovog života te da, dok koračaju putem od ljudskosti ka božanskosti, prihvataju sve prepreke i iskušenja koja im se nađu na tom putu.

Istinski se nadam da će 2021. godina donijeti brojne prilike za služenje u vibrionici. Donesimo odluku da ćemo "započeti svaki dan s Ljubavlju, provesti dan s Ljubavlju, ispuniti dan s Ljubavlju i okončati dan s Ljubavlju", kako bismo zajednički širili božansku svjetlost i ljubav u smjeru iscjeljenja naše planete te kako bismo je zajedničkim snagama učinili boljim mjestom.

S ljubavlju u služenju Saija,

Jit K. Aggarwal

☪ Profili praktičara ☪

Vibrionička klinika pri Wellness centru SSSIHMS Whitefield

Zadovoljstvo nam je predstaviti profile skupine praktičara koji su aktivno uključeni u vibrioničku sevu u Wellness centru pri Superspecijalističkoj bolnici u Whitefieldu. Vibrionika je bila sastavni dio Wellnes klinike od njene inauguracije 23. februara 2017. Vodi je pet posvećenih praktičara koji se rotiraju tri dana u sedmici. U početku je broj pacijenata bio mali, ali je postepeno počeo da raste zahvaljujući usmenim preporukama, a mnoge pacijente upućuju bolnički ljekari koji postepeno postaju sve otvoreniji ka alternativnim terapijama.

¹ *Gurudwara* (s.) – hramovi koji pripadaju zajednici Sikha (prim. prev.)

Praktičar ¹⁰⁷⁷⁶ je koordinator za Karnataku otkad je održana prva radionica u Bengaluruu 2009. godine, i glavni je pokretač brojnih radionica obuke i obnavljanja znanja u Karnataki. Odigrao je značajnu ulogu u uspostavljanju vibrioničke klinike pri Wellness centru.



Profil **praktičarke** ¹²⁰⁵¹ je prikazan u Glasniku 9/2 (mart-april 2018). Otada je njen obim posla značajno porastao. Ona organizira i vodi sve online radionice u Karnataki od početka pandemije u martu 2020. i odgovorna je za sve aktivnosti klinike. Ona je inicirala i sakupila pet profila praktičara u nastavku.



+++++

Praktičarka ¹⁰⁷⁴¹, nakon što je stekla diplomu humanističkih nauka, pet godina je služila kao sekretarica u Divine Life Society; danas je domaćica. U dobi od 12 godina, 1956. godine, imala je prvi Swamijev *darshan* kada se pridružila roditeljima koji su vjerovali u Swamijevu božanskost. Čuvši Njegov govor, bila je opčarana. Kada se udala 1969. godine, preselila je u Mumbai gdje se, na poticaj svoje svekrve, aktivno uključila u Sai organizaciju kao pjevačica *bhajana*. Kasnije je postala Bal Vikas koordinatorica te zadužena za Žensko krilo što je zahtijevalo nadgledanje sva tri krila – duhovnog, obrazovnog i krila služenja. Sve to donijelo joj je beskrajn mir i samopouzdanje. Godine 1975. je primila božanski poziv da posjeti Puttaparthi. Njena seva se nastavila kada je preselila u Bangalore 1997., gdje je bila blagoslovljena prilikom da se pridruži *bhajanskoj* grupi u Brindavanu.



Praktičarka se osjeća blagoslovljenom što je bila vođena da učestvuje u programu vibrioničke obuke i postane AVP 2009. godine, a VP godinu dana kasnije. Redovne obuke obnavljanja znanja su joj pomogli da stekne samopouzdanje potrebno za praksu. Tretirala je članove svog *Samitija*, *Bal Vikas* djecu i roditelje, prijatelje i rođake. Bila je sretna što je dobila priliku da služi *sevadal* ženama u Superspecijalističkoj bolnici u Whitefieldu, od 2011. do 2014. godine. Uspješno je tretirala brojna oboljenja probavnog sistema, akutne upale pluća, tropske bolesti, respiratorne alergije, probleme s kostima/mišićima/zglobovljem te kožne bolesti. Mnoge žene su također uzimale lijekove za članove svojih porodica.

Proširila je praksu na pacijente iz medicinskog kampa koji su držali Swamijevi studenti u jednoj školi u blizini brindavanskog *ashrama*. Pacijenti koji su joj bili dodjeljivani uglavnom su patili od neuroloških poremećaja kao što su epilepsija, moždana oštećenja, vertigo i neuralgija. Stopa uspjeha bila je visoka, a naročito kod pacijenata koji su болоvali od epilepsije – zabilježila je napredak u 90-95% slučajeva. Kada je 2017. godine pokrenuta Wellness klinika, praktičarka je služila četiri mjeseca, a kasnije joj je bilo teško da redovno putuje. Danas radi *sevu* 'kad je potrebna'.

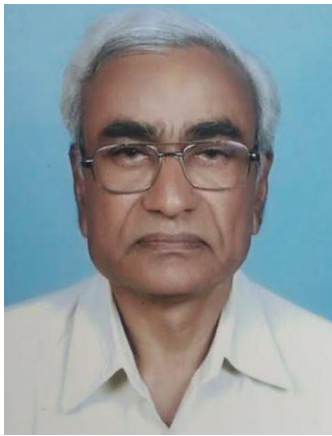
Kaže da joj je praksa beskrajno pomogla na njenom duhovnom putu. Primjećuje vlastitu preobrazbu na tri nivoa, u vidu fizičkog blagostanja, mentalnog zadovoljstva te duhovne uravnoteženosti. To pripisuje jedinstvenosti ove seva koja se ogleda u tome da prije nego što pacijentima dâ iscjeljujuće vibracije, osjeća Swamijevu ljubav u svom srcu dok se moli za njih iz dubine svog bića. Na taj način, kroz ponavljanje Božijeg imena (*namasmarana*), upija pozitivne, svete i iscjeljujuće vibracije posvećena

nesebičnom služanju. Kako Swami kaže: "Dil Mey Ram, Haath Mey Kaam" - "Glava u šumi, ruke u društvu".

Slučajevi koje dijeli:

- [Trauma šteneta](#)

+++++



Praktičar ¹⁰⁷⁶⁷, nakon što je stekao diplomu inženjera mehanike, radio je u jednoj vodećoj čeličani. Inspirisan primjerom svog kolege došao je u Swamijevo okrilje 1970. godine. Ubrzo nakon toga dobija priliku da Swamija vidi prvi put u Whitefieldu. Otada redovno učestvuje u različitim *seva*/duhovnim aktivnostima u svom lokalnom Sai centru, kao što su *bhajani*, studijski kružok, *Narayan seva*, i sedmični medicinski kampovi. Učešće u ovim aktivnostima pomoglo mu je da shvati stvarnu svrhu ljudskog života.

Godine 2005. dobrovoljno se povukao u penziju i preselio u Bengaluru. Uskoro nakon toga dobio je blagoslov da obavlja specifične dužnosti i odgovornosti u Babinom *ashramu* u Brindavanu. U avgustu 2009. naišao je na letak sa informacijama o programu Sai vibrioničke obuke. Iako nije ništa znao o tom sistemu liječenja, nešto iznutra ga je potaklo da prisustvuje radionici i tako stekne kvalifikaciju AVP. Kako je tri puta sedmično radio kao *sevadal* u

Superspecijalističkoj i opštoj bolnici te u brindavanskom *ashramu*, to mu je dalo priliku da tretira *sevadal* kolege.

Uvjerivši se u učinkovitost lijekova, dobrovoljci iz različitih dijelova Karnatake pozivali su ga da organizuje vibro kampove u njihovim *Samitijima*. Zbog toga je bio vrlo zauzet. Npr., na jednom kampu tretirao je 110 pacijenata i vratio se kući tek u ponoć. Na drugom, koji je trajao preko 11 dana, tretirao je ukupno 398 pacijenata. I danas mnogi pacijenti nastavljaju da ga kontaktiraju, a on im lijekove šalje poštom. Wellness klinici se pridružio od njenog osnivanja. Mnogo puta je bio ganut načinom na koji se pacijenti predaju u Swamijeve ruke i njihovom vjerom u lijekove. Dijeli slučaj dvogodišnjeg dječaka koji je imao osip po cijelom tijelu. Kada je savjetovao roditeljima da smanje doziranje u slučaju da usljed reakcije dođe do pogoršanja svraba, dječakov otac je istog trena odgovorio: "Ne, gospodine, to je vrlo dobar lijek, ja to znam." Iz osjećaja zahvalnosti mnogi pacijenti žele da mu dodirnu stopala, a neki mu redovno šalju pacijente. To mu pruža veći osjećaj odgovornosti i potiče ga da sve pacijente tretira s velikom brigom. Također je preuzeo zadatak da prevodi vibrionički glasnik na Kannada jezik.

Otkrio je da većina pacijenata ne slijedi zdrav način života, tako da je dao u zadatak da im daje savjete o ishrani i unosu vode te da ih potiče da redovito vježbaju. Osjeća da je istinski blagoslovljen time što je izabran za ovo služanje. Dok posmatra osmijehe na licima ljudi koji ga posjećuju kako bi dobili novu dozu, osjeća veliku radost i sreću. Znajući da svako iscjeljenje dolazi od Swamija, njegov savjet praktičarima jeste da se predaju Njemu i služe svojim pacijentima najbolje što mogu.

Slučaj koji dijeli:

- [Psorijaza](#)

+++++



Praktičarka ¹¹²¹⁰, nakon što je magistrirala fiziku tri decenije je predavala u Kendriya Vidyalaya Sangathanu, pionirskoj grupi obrazovnih institucija pod okriljem vlade Indije. Njeni roditelji su od ranih šezdesetih godina bili odani Sathya Sai Babini poklonici. Već u tinejdžerskom uzrastu postala je aktivna učesnica programa Samitija, a naročito *seva* aktivnosti. Posmatrajući služanje koje su članovi Samitija obavljali u seoskim medicinskim kampovima, željela je postati dijelom toga kako bi i ona bila u prilici učestvovati u ublažavanju patnje drugih. Međutim, bio je to samo daleki san jer nije imala medicinsko obrazovanje. Godine 2010. dobila je bogomdanu priliku da učestvuje na vibrioničkoj radionici u Brindavanu, Whitefield te je uskoro postala AVP, a dvije godine kasnije VP; tako je san postao stvarnost.

Počela je tretirati pacijente u svom Samitiju, a zatim u brindavanskom *ashramu*, potpuno svjesna činjenice da je Swami taj koji liječi a da nju koristi samo kao instrument. Prakticirala je bez prekida zadnjih deset godina, a pored toga

učestvuje u mjesečnim kampovima po selima. U Wellness centru u Whitefield Superspecijalističkoj bolnici služi od njenog osnivanja, 2017. Od jula 2019. svakog ponedjeljka joj pomaže **praktičarka** ¹¹⁵⁹⁷, koja je prikazana u Glasniku 11/6, nov/dec 2020.

Uspješno je tretirala kožna oboljenja kao što su hronična psorijaza, leukoderm, ekcem i gljivična infekcija noktiju. Navodi slučaj žene koja je 10 godina patila od psorijaze po cijelom tijelu, kojoj je dala **CC12.4 Autoimmune diseases + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.10 Psoriasis za oralnu primjenu**. Kako bi ubrzala iscjeljenje, pripremila je i mast dodavši kombinaciju u mješavinu čistog vazelina i kokosovog ulja, za vanjsku primjenu. Redovna javljanja pacijentice su pokazala da je, iako je napredak bio spor, originalna boja kože počela da se pojavljuje na rukama i nogama u roku od šest mjeseci. To je ohrabrilo pacijenticu da nastavi te je u narednih pet mjeseci došlo do potpunog iscjeljenja koje ona smatra božanskim poklonom. Pored toga, praktičarka je uspješno tretirala slučajeve astmatičnih napada, ovisnosti o alkoholu i cigaretama, migrene, kvržice u grudima, upale uha i gangrenu.

Zahvaljujući dugogodišnjoj praksi naučila je da cijeni važnost kvalitetnog odnosa sa svakim pacijentom. Njen savjet praktičarima jeste da strpljivo slušaju povijest pacijenata i da uvijek budu dostupni na telefonu kadgod im zatreba savjet. Naučila je da prepoznaje važnost trokuta koji nastaje između Swamija, pacijenta i nje. Njen stav ljubavi prema pacijentima postiže vrlo dobre rezultate. Kada vidi pacijente koji su bolesni, te mentalno i emotivno slabi, osjeća se zahvalnom što im može služiti. Najvažnije od svega jeste, kaže: "Ne dozvoliti ni najmanjem tračku ega da prodre u um jer je Swami, i samo Swami, taj koji vodi praktičara i iscjeljuje pacijenta."

Slučajevi koje dijeli:

- [Kiseli refluks, konstipacija, fobija](#)

+++++

Praktičar ¹¹²¹⁷ je diplomirani bivši poduzetnik koji je imao blagoslov da još od djetinjstva bude u Swamijevom okrilju. Prvi put se susreo s vibrionikom 2009. godine kada mu je liječnik saopštio da mu je nivo triglicerida vrlo visok na 450 mg/dl (normalni <150 mg/dl) te mu propisao alopatske lijekove za regulaciju masnoća. Iste večeri nakon *bhajana* upoznao je praktičara i odlučio da najprije pokuša s vibrionikom. Dobio je **CC4.2 Liver & Gallbladder tonic...TDS**. Prilikom sljedećeg medicinskog pregleda, nivo masnoća mu je drastično opao na 220 mg/dl.



Godine 2010, dok je bio na dužnosti dobrovoljca u brindavanskom *ashramu*, dobio je priliku da upiše AVP obuku koja se trebala održati u *ashramu*. Nakon što je uspješno završio radionicu, cijela grupa je otputovala u Prashanti Nilayam kako bi dobili Swamijev blagoslov, sa svojom 108CC kutijom i certifikatom. Dok se vraćao kući vozom, jedan putnik je, vidjevši njegov vibrionički komplet, zatražio lijek za svoju hroničnu bolest. Tako je počela njegova vibrionička praksa.

Počeo je tretirati pacijente kod kuće, u lokalnim *bhajan* centrima i medicinskim kampovima, po dva-tri pacijenta dnevno. Kako je bio *seva* koordinator za svoje područje, nosio je vibrioničku opremu dok je obavljao dužnost u Superspecijalističkoj bolnici Whitefiledu, od 2011. do 2013. godine, i tamo tretirao Swamijeve dobrovoljce. Godine 2013. je organizovao vrlo posjećenu izložbu o vibrioničkom sistemu liječenja u prostorijama područne uprave SSSO-a. Ali pravi poticaj je stigao 2014. godine kada je u brindavanskom *ashramu* održan *Sadhana* kamp od mjesec dana, koji je uključivao i vibrioniku. Pozitivna reakcija pacijenata, kao i *ashramskih* autoriteta, je bila ogromna, što je iniciralo stvaranje vibrioničke klinike u *ashramu* koja radi sedam dana u sedmici. Od tada pa nadalje u klinici je tretirano na hiljade pacijenata, otprilike 10 do 15 pacijenata dnevno. Vikendom mu pomažu još dva praktičara.

Praktičar je postigao nevjerovatan uspjeh u praksi; 60% njegovih pacijenata izvještava o potpunom iscjeljenju. U prvom primjeru, kćerka jednog stalnog dobrovoljca u *ashramu* je u prethodne tri godine bila na različite načine tretirana za agresivno ponašanje, ali ništa nije pomagalo. U posljednjih šest mjeseci situacija je postala iznimno neugodna kada je počela maltretirati i svoju majku u *ashramu*. U očaju porodica se obratila praktičaru koji joj je dao **CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC18.1 Brain disabilities**. To je njeno ponašanje učinilo podnošljivim, a u roku od tri mjeseca se vratila svojim uobičajenim *seva* dužnostima. U drugom primjeru, rođaka jednog od članova zaklade, koja je болоvala od Alzheimerove bolesti, postala je uznemirena i počela besciljno lutati naokolo.

Nakon što su svi tretmani u godinu i pol dana zakazali, vibrionika je uskočila sa **CC18.2 Alzheimer's disease**. U kratkom vremenskom roku, pacijentica se primirila, počela reagovati na komunikaciju i ostajati kod kuće. U drugom teškom slučaju, nakon operacije tumora na mozgu, temperatura malog dječaka nikako nije spadala, tako da su liječnici izgubili svaku nadu. Zabrinuti roditelji su došli po lijek u *ashram* i uz samo dvije doze **CC9.4 Children's diseases** temperatura je spala.

Praktičar kaže da sva živa stvorenja osim ljudskih bića žive u suglasju s prirodom. Ona odžive svoj životni vijek bez potrebe za lijekovima ili operacijama. Slično drugim stvorenjima, i ljudsko tijelo je savršena mašina koja posjeduje mehanizme samoiscjeljenja, samooporavka i samoobnavljanja. Zbog toga što ne slijedimo zakone prirode, gubimo ravnotežu i pogađaju nas različite bolesti. praktičar smatra da mu je to što to vibrionika funkcionira na principu vraćanja ravnoteže dalo mogućnost da doprinosi cjelovitoj brizi za pacijenta koja obuhvata svi tri nivoa - fizički, mentalni, duhovni, pa čak i onaj koji se odnosi na okolinu.

Slučajevi koje dijeli:

- [Eretilna disfunkcija, nizak broj spermija](#)

+++++

Praktičarka ¹¹⁵²⁹ je magistrirala Hindi, a danas je domaćica. U Swamijevo okrilje je došla kada su njene dvije kćerke počele pohađati časove Sai duhovne edukacije (SSE) u Kaliforniji. Kako je profesionalna plesačica Kuchipudi plesa, 2007. godine su je pozvali da nauči djecu plesnu numeru za prezentaciju povodom Easwamma dana. Nakon toga je počela redovno posjećivati Sai centar uključivši se u aktivnosti služenja. Nakon što se 2019. preselila u Bengaluru, preuzela je dužnost *sevadala* u Opštoj i Superspecijalističkoj bolnici u Whitefieldu.



Godine 2013. muž ju je ohrabrio da prisustvuje vibrioničkoj radionici za koju je saznao od jednog iskusnog praktičara. Nikada nije posumnjala u djelotvornost vibrioničkog iscjeljivanja. Bila je sebi prva pacijentica tretiravši tri skliznuta diska C4-C6 izazvana saobraćajnim udesom prije 20 godina. Svako jutro joj je ustajanje iz kreveta predstavljalo mučenje jer su joj i vrat i leđa bili izuzetno

bolni. Nakon samo dva dana uzimanja **CC20.5 Spine**, najveći dio bola je nestao! Od tada njena porodica uzima samo vibro lijekove, do skoro potpunog isključenja alopatskih lijekova.

Od avgusta 2013. svake subote služi u vibrioničkoj klinici u Sai Gitanjali centru. Ova seva priuštila joj je beskrajno zadovoljstvo, naročito kad je primijetila da mnogim pacijentima biva lakše od oboljenja od kojih su patili 10 do 20 godina. Mnogi od njenih bližih članova obitelji i prijatelja su također iskusili blagodeti vibrionike, a njen zet, koji je 20 godina patio od epilepsije, je zahvaljujući vibrionici izliječen.

Bila je presretna kada su je pozvali da se priključi timu na Wellness klinici. Kako bi zadovoljila neophodne uslove, u junu 2017. je brzo završila obuku za VP i postala član MUPSV-a. Broj pacijenata na klinici počeo je rasti. Posebno se prisjeća brojnih pacijenata s dijagnozom zatajenja srca, za koju nema lijeka, koji su imali koristi od vibrionike i koji nastavljaju kontaktirati praktičarku zbog novih doza koje ona redovno šalje poštom, jer većina tih pacijenata potiče iz udaljenih mjesta. Do danas je tretirala preko 1500 pacijenata s različitim oboljenjima i postigla potpun uspjeh kod oboljenja kao što su artritis, bolovi u zglobovima i herpes. Vjeruje da je to moguće i s drugim bolestima pod uslovom da se pacijenti dosljedno pridržavaju uputa i uzimaju lijek kako je preporučeno.

Praktičarka je zahvalna Swamiju što joj je dao priliku da ublažava patnju mnogima. Smatra da je to u njoj dovelo do unutarnje preobrazbe. Danas se osjeća manje uznemirenom, mentalno je smirena te se ne stresira kad dođe do problema, već ih posmatra kao Swamijeve testove kako bi je učinio snažnijom. Njen savjet praktičarima jeste da trebamo imati potpunu vjeru u vibrioniku, davati sve od sebe, a rezultate prepustiti Swamiju.

Slučaj koji dijeli:

- [Cista u grlu](#)

☪ Povijesti slučajeva ☪

1. Trauma šteneta ^{10741...India}

Napušteno i traumatizirano kuće staro dvije do četiri sedmice viđeno je kako se trese pored puta. Vidjevši kako psu prijete nasilni psi lualice, prolaznica se naprosto nije mogla oduprijeti porivu da spasi tako

malešno žalosno biće. Nazvala ga je Prashanti, vjerovatno u nadi da bi to moglo uticati na njegovu narav i samopouzdanje. Ova dobra Samarićanka je odvela kuće veterinaru, ali uprkos tome što je uzimalo propisane lijekove mjesec dana, kuće je i dalje bilo isuviše prestrašeno da bi išta pojelo, tako da se žena opredijelila za vibrioniku. Dana **5. juna 2018.** obratila se praktičarki koja joj je dala sljedeći lijek:

#1. CC1.1 Animal tonic + CC10.1 Emergencies + CC12.2 Child tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...6TD u vodi

Sedam dana nakon što je počeo uzimati lijek, Prashanti je počeo jesti a njegova ljudska obitelj je odahnula. Doziranje je smanjeno na **TDS** sedam dana, a kako je napredak bio postojan, dalje je smanjivano na **BD** sedam dana, a zatim na **OD** još sedam dana.

Trinaest mjeseci kasnije, Prashanti je počeo jesti sve na šta bi naišao, uključujući svako smeće, bilo ono jestivo ili ne. To je dovelo do problema sa želucom kao što su podrigivanje i gasovi. Sljedeći lijek je riješio problem:

#2. CC1.1 Animal tonic + CC4.1 Digestion tonic + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.10 Indigestion + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.4 Eating disorders...TDS.

Nakon sedam dana, prestao je jesti smeće, a probava mu se popravila. Stoga je doziranje smanjeno na **BD** još sedam dana i **OD** još sedam dana, a zatim je prekinuto.

+++++

2. Psorijaza ^{10767...India}

Gospodin (64) je imao suhu kožu na obje noge iznad gležnjeva koja se ljuštila i svrbila, a koža mu je potamnila i postala skoro crna. Doktor mu je dijagnosticirao psorijazu i pacijent je uzimao propisane lijekove dvije godine, ali bez poboljšanja. **18. maja 2019.** dobio je priliku da konsultira praktičara na vibrioničkom kampu održanom u njegovom rodnom gradu. Dobio je:

CC12.4 Autoimmune diseases + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.3 Skin allergies + CC21.10 Psoriasis...TDS te u kokosovom ulju za vanjsku primjenu. Prestao je uzimati alopatski lijek.

Nakon mjesec dana, telefonom je izvijestio da osjeća 70% olakšanja kod svraba, a koža mu je postepeno postajala mekša i vraćala normalnu boju. Pošto je dobio novu dozu. Nakon još mjesec dana, uzbuđen zbog oporavka, odlučio je da pređe 300 km od svog grada kako bi zahvalio Swamiju i posjetio praktičara u Wellness klinici. Na obje noge došlo je do smanjenja od 80% po pitanju crnila kože i ljuštenja. Nakon dva mjeseca, sredinom septembra, pošto je dobio još jednu dozu. Pacijent je nazvao početkom novembra da izvjesti o potpunom oporavku. U skladu s tim savjetovano mu je da smanji doziranje na **BD** tri sedmice, a nakon toga na **OD**. Zadnji kontakt se zbio u trećoj sedmici januara kada je pacijent saopštio praktičaru da je skroz dobro i da je potrošio globule 8. januara 2020.

+++++

3. Kiseli refluks, konstipacija, fobija ^{11210...India}

Protekle dvije godine, žena (52) je patila od kiselog refluksa, konstipacije i fobije od iznenadnog piska ekspres lonca ili miksera, te od električnog šoka od pegle ili punjača za mobilni telefon. Za kiseli refluks i konstipaciju je dobila alopatske lijekove koje je trebala uzimati šest mjeseci. Kako nije došlo do poboljšanja, prestala ih je koristiti nakon mjesec dana i počela uzimati homeopatski lijek - četiri mjeseca. Kako ni to nije pomoglo, opredijelila se za vibrioniku. **17. februara 2020.** obratila se praktičarki koja joj je dala:

CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.4 Constipation + CC4.6 Diarrhoea + CC4.10 Indigestion + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

Pacijentici je savjetovano da pije više vode, jede u redovnim, razmacima i izbjegava začinjenu ili hranu prženu u dubokom ulju. Nakon tri sedmice, 9. marta, pacijentica je izvijestila da su svi njeni simptomi potpuno nestali. Doziranje je smanjeno na **OD** dvije sedmice, a lijek je prekinut 25. marta. Prema informacijama od decembra 2020, nije bilo povrata simptoma.

+++++

4. Eretilna disfunkcija, nizak broj spermija ^{11217...India}

Muškarac (40) i njegova supruga (35), medicinska sestra, dobili su svoje prvo dijete 2012. Tri ili četiri godine pokušavali su začeti drugo, ali bez uspjeha. Kada je suprug otišao na testiranje, saznao je da ima mali broj spermija. Također je razvio erekttilnu disfunkciju. Odlučio je da počne uzimati vibrioniku te su oboje posjetili praktičara **15. septembra 2016.** Dobili su sljedeće:

Za supruga:

CC14.3 Male infertility...TDS

Za suprugu:

CC8.1 Female tonic...TDS

10. oktobra suprug je izvijestio da mu je erektilna disfunkcija 20% bolje. Do sljedeće mjesečne posjete, osjećao se 50% bolje. Nakon još mjesec dana, u vrijeme sljedeće nadopune lijeka, poboljšanje se popelo na 80%. Kako je postojano napredovao, nastavili su sa istim doziranjem. 9. aprila 2017. suprug je presretan izvijestio da mu je supruga trudna i da ultrazvučni pregled pokazuje normalan fetus. Stoga su oboje prestali uzimati lijekove. 2. oktobra 2017. rođen je zdrav dječak, a par ga je doveo u *ashram* kako bi se zahvalili Swamiju.

Komentar urednika: Dobro je svim trudnicama davati **CC8.2 Pregnancy tonic** koji pruža zaštitu i od mogućeg pobačaja.

+++++

5. Cista u grlu ^{11529...India}

Žena (78) je proteklih godinu dana patila od osjećanja gušenja u grlu. To se postepeno pogoršavalo što je dovelo do promuklosti i slabašnog glasa. Na kraju je jedva mogla govoriti ili ponavljati svoje dnevne molitve koje je jako voljela. Medicinski nalaz je pokazao cistu na grlu. Doktor joj je savjetovao operaciju, ali ju je upozorio da postoji 50% šanse da će zauvijek izgubiti glas. Uplašena, ne želeći da prihvati rizik, pacijentica se prepustila sudbini. Praktičarka, koja je bila prijateljica njene kćerke, predložila joj je vibrioniku, a ona je spremno prihvatila.

18. marta 2017. je dobila:

#1. CC2.3 Tumours & Growths + CC12.1 Adult tonic + CC19.7 Throat chronic...6TD

Nakon tri sedmice, 8. aprila, pacijentica je nazvala da kaže da su joj se osjećaj gušenja i promuklost smanjili za 50% i da je mogla s lakoćom govoriti oko 10 minuta. Savjetovano joj je da nastavi uzimati #1. Od tada je napredak bio spor ali postojan, i za još osam mjeseci, 16. decembra, izvijestila je da se osjeća bolje više od 80% i da može bez problema govoriti do 40 minuta. Stoga je doziranje smanjeno na **QDS**. Također je razvila bol u vilici zbog čega je kombinacija pojačana na:

2. CC11.6 Tooth infections + #1...QDS

Za još dva mjeseca, 17. februara 2018, bol u vilici je potpuno nestala, a ona je bila sretna jer joj se glas vratio u normalu. Sad je mogla ponavljati svoje dnevne molitve bez problema. Nakon što je počela uzimati vibrioničke lijekove nikad nije posjetila doktora. Doziranje je smanjeno na **TDS**, i postepeno, 31. jula, smanjivano do **OD**. Prema informacijama iz decembra 2020. nije bilo povrata simptoma, ali pacijentica želi nastaviti preventivno uzimati lijek **OD**.

+++++

6. Bol u zglobovima nakon Chikungunya groznice ^{11627...India}

Žena (57) je 2018. patila od Chikungunya groznice zbog koje je mjesec dana bila tretirana alopatskim lijekovima. Kako je uobičajeno kod ove bolesti, nastavila je osjećati bol u prstima, stopalima i koljenima naredne dvije godine. Tokom tog perioda uzimala je ayurvedske lijekove tri mjeseca, ali bez rezultata. **26. maja 2020**, kada se obratila praktičarki, nije uzimala nikakve lijekove i dobila je:

CC3.7 Circulation + CC9.1 Recuperation + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.3 Arthritis + CC20.5 Spine + CC20.6 Osteoporosis + CC20.7

Fractures...6TD oralno i također u vodi za vanjsku primjenu.

Nakon pet dana, došlo je do 90% olakšanja od svih bolova. Doziranje je smanjeno na **TDS**. Nakon još 20 dana, pacijentica je izvijestila da se potpuno oporavila. Doziranje je tokom dva mjeseca postepeno smanjivano na **OD**, **3TW**, **2TW** i **OW** prije nego što je prestala izmali lijek 1. avgusta 2020. Pacijentica se i dalje osjeća dobro, a od decembra 2020. nije bilo povrata simptoma.

+++++

7. Kožna alergija ^{11624...India}

Muškarac (38) je tri godine patio od svraba na vrhovima prstiju ruku i nogu. Svrab bi se pojavio jednom u dvije sedmice i trajao 3-4 dana. Ponekad bi bio tako jak da je imao potrebu zdrobiti prste na rukama i nogama. Pored toga, kad god bi jeo *brinjal* (vrsta patlidžana, prim. prev.) ili *gonguru* (afrički sljez/hibiskus, prim. prev.), svrab bi se pojačao a po cijelom tijelu bi se pojavile blijede svrbljive kvržice. Također je otkrio da mu upotreba sapuna od sandalovine za kupanje izaziva umjereni svrab u predjelu oko struka. Prije dvije godine, zbog straha da bi se mogao osramotiti na poslu, prestao je jesti *brinjal* i *gonguru* i koristiti sapun od sandalovine. Kako je radio kao bolničar, morao je nositi rukavice od lateksa što bi isto tako povemeno dovodilo do blagog svaba na šakama. Moguće da je naslijedio problem od majke koja je bila alergična na izbjeljivač. Bez savjetovanja sa liječnikom, koristio je steroidne i masti na bazi antibiotika kad

god bi se simptomi pojavili, a ponekad je uzimao i antihistaminske tablete. Zabrinut zbog njihovih nuspojava, **12. marta 2020.** obratio se praktičarki i dobio:

CC4.10 Indigestion + CC12.1 Adult tonic + CC17.2 Cleansing + CC18.5 Neuralgia + CC21.3 Skin allergies...6TD

Ujutro 14. marta osjetio je jak svrab po glavi i licu, što je upućivalo na reakciju izbacivanja toksina. Kako je upozoren na mogućnost reakcije, ustrajao je i nastavio uzimati lijek **6TD**. Kada se iritacija usljed svraba pogoršala tokom dana, obrijao je bradu i brkove. Stanje mu se do kraja dana popravilo i svrab je do noći skoro nestao. Nakon još dva dana, savjetovano mu je da doziranje smanji na **TDS**.

Sedam dana kasnije, pacijent je počeo koristiti sapun od sandalovine i čak jesti *brinjal* i *gonguru*, iako rijetko. 1. aprila izvijestio je da mu se u protekle dvije sedmice stanje popravilo jer je tokom tog perioda osjetio samo blagi svrab. Bio je sretan što može jesti omiljene karije bez straha od alergije. 1. maja doziranje je smanjeno na **BD** dvije sedmice, zatim na **OD** dvije sedmice i konačno prekinuto 30. maja 2020. Od decembra 2020. nije bilo povrata simptoma.

Svjedočenje pacijenta:

Uz pomoć vibrionike u potpunosti sam izliječen od svojih alergija te sam prestao koristiti topikalnu steroidnu mast i antihistaminske tablete. Sada jedem povrće kao što je *brinjal* bez alergijske reakcije. Vrlo sam zahvalan vibrionici i praktičarki koji su mi dali ovaj prekrasni lijek.

+++++

8. Bol u leđima usljed kiselosti organizma ^{11508...India}

Žena (40) je proteklih godinu dana patila od teških bolova u leđima za koje je vjerovala da su uzrokovani pretjeranom kiselošću organizma. Nekoliko puta sedmično je osjećala nadimanje i gasove nakon večernjeg obroka. U februaru 2019. se konsultirala s liječnikom. Preporučeni su joj fizioterapija i gel za vanjsku primjenu, tri mjeseca, nakon čega je osjetila potpuno olakšanje. Mjesec dana nakon što je prekinula tretman, simptomi su ponovo počeli da se javljaju. U narednih mjesec dana, problemi s leđima su postali tako jaki da je imala poteškoća s obavljanjem svakodnevnih poslova. **15. jula 2019.**, kada je konsultirala praktičara, ocijenila je nivo bolsa 10/10 i dobila sljedeće:

#1. CC4.10 Indigestion...TDS

Nakon samo tri dana došlo je do 40% olakšanja i kod želučanih problema i kod bolova u leđima. Za još mjesec dana došlo je do 70% olakšanja. 21. septembra izvijestila je da se osjeća 80% bolje, stoga je doziranje **#1** smanjeno na **BD**. Međutim, kako u proteklih sedam dana nije imala dobro pražnjenje, dodat je još jedan lijek:

#2. CC4.4 Constipation...TDS

U roku od dvije sedmice, do 6. oktobra, stolica joj je postala normalna, **#2** je smanjen na **BD** dvije sedmice prije nego što je prestala uzimati lijek. Kako su se bol u leđima i nadimanje popravili do 90%, **#1** je smanjen na **OD**. Do 9. novembra se osjećala 100% bolje, stoga je lijek prekinut 23. novembra 2019. Od oktobra 2020, svi njeni problemi sa želucom su u potpunosti nestali, a ona je prevazišla sve svoje strahove.

+++++

9. Gubitak glasa ^{03570...Canada}

Žena (54) je pet godina patila od kiselog refluksa. Zbog toga bi povremeno gubila glas, čak i usred razgovora, u početku 2-3 puta mjesečno, a kasnije 2-3 put sedmično. To je uticalo na njen posao koji zahtijeva dosta vremena na telefonu. Doktor joj je preporučio antacid – pantoprazol magnezijum. U početku ga je uzimala **OD**, ali joj je kasnije preporučio da ga uzima po potrebi. Sada ga je uzimala četiri puta na dan. To je pomagalo, ali samo privremeno. Stoga je **19. januara 2019.** konsultirala praktičara te usput spomenula da kiselina u njenim ustima ponekad djeluje kao providna sluz. Dobila je:

CC4.10 Indigestion + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...QDS

CC13.1 je uvršten za slučaj da pacijentica ima acidozu. Praktičar joj je također preporučio neke jednostavne promjene u načinu života kao što su da smanji čaj sa mlijekom ili da ga zamijeni s crnim čajem s medom, da uključi više zelenolisnatog povrća i salata u ishranu te da počne redovito da spava.

Nakon dvije sedmice, 3. februara, pacijentica je javila da je stvaranje sluzi prestalo. Sve u svemu, došlo je do 50% poboljšanja jer je sada uspijevala da se izbori sa simptomima sa smanjenim doziranjem antacida, od četiri na 2-3 puta dnevno. 19. aprila poboljšanje se povećalo na 70% jer nije tako često gubila glas i prestala je uzimati antacid. Nakon toga je izvještavala o postojanom napretku na oba fronta - kiselog refluksa i gubitka glasa. Konačno, 11. avgusta 2019, u vrijeme zadnje nadopune, potvrdila je da joj je glas normalan. Kasnije nije kontaktirala praktičara, već mu je 11. jula 2020, kada je došla zbog drugog

problema, na upit odgovorila da je završila s globulama u septembru 2019. Od decembra 2020. njeni prethodni problemi se nikada nisu vratili.

+++++

10. Bol u leđima usljed uklještenja nerva ^{03596...USA}

Žena (65) je patila od bolova u desnoj polovici leđa koja se protezala od vrata i ramena sve do struka. To se prvi put javilo u maju 2020, dva mjeseca nakon što je počela raditi od kuće usljed Covida, a u naredna dva mjeseca se jako pogoršalo. Uzimala je sredstvo za opuštanje mišića i analgetik dva puta dnevno i skoro svo vrijeme trebala termofor. Da bi se uhvatila ukoštac s bolovima, morala se redovno istezati; morala je sjediti i spavati s dodatnim strateški poredanim jastucima za podršku. Početkom avgusta bol je postala intenzivna, tako da se obratila liječniku. On je ustanovio da je uzrok bola uklještenje nerva u vratu do kojeg je došlo usljed neispravnog položaja tijela zbog rada za kuhinjskim stolom i zurenja u ekran više sati dnevno. Propisao joj je ibuprofen (NSAID) i fizioterapiju, uključujući istezanje ramena i vrata te fizičke manipulacije. Kako ovi tretmani nisu mnogo pomogli, pacijentica se nakon tri sedmice, **27. avgusta 2020**, obratila praktičarki; i dalje je patila od jakih bolova, a također je bila i pod emotivnim stresom usljed Covida te političkih i društvenih nemira. Dobila je:

CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC18.5 Neuralgia + CC20.3 Arthritis...po jednu dozu svakih 10 minuta dva sata, zatim TDS

Nakon tri dana, osjetila je da su joj leđa opuštenija i da se bol postepeno povlači. Svaki put kad bi uzela 'lijevak u vodi', istog trena bi se osjetila utješeno. Nakon još šest dana, 5. septembra, bol je u potpunosti nestala, a ona je nastavila uzimati lijek **TDS** još sedam dana. Nije su joj trebali analgetici niti bilo kakvi dodaci koje je prethodno koristila, osim jastuka za vratom dok sjedi za računarom. 12. septembra joj je savjetovano da smanji doziranje na **OD** i nastavi uzimati lijek dokle god bude radila od kuće. Kada je kontaktirana 20. decembra 2020, potvrdila je da i dalje radi kod kuće i da se osjeća odlično.

+++++

11. Alergija na sunce ^{11620...India}

Žena (46) je u oktobru 2009. počela osjećati svrab po licu, nekoliko mjeseci nakon što se izliječila od herpesa. Mjesec dana kasnije, svrab joj se pogoršao i počelo ga je pratiti oticanje, ali samo nakon što bi se nekoliko sati izlagala suncu. Od tada je patila od svraba i oticanja usljed i najmanjeg izlaganja suncu. Koža joj je zbog toga vremenom potamnila. Uzimala je ayurvedski lijek koji joj nije pomogao. U januaru 2010. biopsija je pokazala da joj je stanje izazvano alergijom na sunce. Propisane su joj tablete i steroidne masti. Također joj je savjetovano da ne izlazi vani bez potpune zaštite. Doktor joj je rekao da za njenu bolest nema lijeka i da će do kraja života morati uzimati steroidne masti. Iako su joj propisani lijekovi pružali samo privremeno olakšanje, nastavila ih je uzimati do marta 2019, jer se činilo da nema drugog izbora. Međutim, vremenom joj se stanje pogoršalo. Kad god bi došlo do oticanja, nije čak mogla ni otvoriti oči. Također, koža na šakama joj se jako stanjila i počela da se ljušti. **9. februara 2020.** se odlučila za vibrioniku, a praktičar joj je dao:

#1. CC8.1 Female tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.3 Skin allergies...TDS u vodi

U roku od dva mjeseca, 29. marta, učestalost svraba joj se smanjila za 60%, a za još mjesec dana, 26. aprila, izvijestila je da su joj se svrab i oticanje popravili za 100%. Kako se ljeto približavalo, pacijentica je nastavila uzimati lijek **TDS**. 6. juna, kako bi povratila originalnu boju kože i uklonila bilo kakvu eventualnu infekciju kože, praktičar je gornju kombinaciju pojačao sa:

#2. CC21.2 Skin infections + #1...TDS

5. jula, **#2** je smanjen na **OD**, zatim u periodu od dva mjeseca postepeno smanjivan na **OW**, a zatim 6. septembra prekinut. Pacijentica je bila vrlo sretna što joj se boja kože vratila u normalno stanje. Od decembra 2020. nije bilo povrata simptoma.

Svjedočenje pacijentice:

Zbog alergije na sunce osjećala sam užasan svrab i oticanje po licu, a koža mi je skroz potamnila. Bilo me je sram da se suočim s bilo kim. Doktor je rekao da za moje stanje nema lijeka, već da moram uzimati steroide do kraja života. Svakog Ganesh Chaturthija osjećala sam svrab po koži (možda zbog cvijeća), ali ove godine sam praznik proslavila u veselju, bez ikakvih problema. Vrlo sam zahvalna za izlječenje i zahvaljujem Swamiju što nam je dao ovako prekrasne lijekove.

+++++

12. ADHD i autizam ^{03518...Canada}

3. januara 2020. majka djevojčice (5) obratila se praktičarki zbog kćerke koja je dobila dijagnozu hiperaktivnog poremećaja pažnje (ADHD) i autizma uz poremećaj govora. Djevojčica je bila hiperaktivna, konstantno je tražila stimulaciju na osnovu kretanja te je imala izljeve bijesa kad bi joj ista bila uskraćena. Tokom dana bi se konstantno vrtila ukruć ili bi se ljuljala i penjala po stvarima. Proizvodila je zvukove kako bi komunicirala, ali nije bila u stanju da izgovara jednostavne riječi. Koristila je pelene 24/7. Roditeljima je bilo iznimno teško da izađu na kraj s njom, i nikad je nisu izvodili van na društvena okupljanja.

Također je patila od nadimanja, problema s probavom uz konstipaciju ili dijareju. Svake noći bi se uhvatila za trbuh i plakala od bola. Imala je poremećen san. Prije tri godine joj je naturopat dao melatonin za spavanje i probavne enzime koji joj pomažu i koje i dalje uzima. Nisu joj davali alopatske lijekove. Ide na terapiju za govor i u programu je djece s posebnim potrebama. Na skali od 1 do 10, hiperaktivnost i ponašanje bili su ocijenjeni sa 8.

Praktičarka je savjetovala roditeljima da svaki dan s djevojčicom ponavljaju 21 Om i da konstantno u kući puštaju Gayatri mantru te joj je dala:

CC12.2 Child tonic + CC15.5 ADD & Autism...TDS

Majka je izabrala povoljan dan, **26. februar 2020**, da joj počne davati lijek. Do tog trenutka konstantno vrćenje ukruć se smanjilo za 20% što je majka pripisala dnevnom mantranju. U roku od sedam dana djevojčica je počela imati pražnjenje crijeva neprijatnog mirisa ubrzo nakon obroka, ali nije bilo pokazatelja bola. Počela se kotrljati u krevetu; to je bilo novo. Praktičarka je zaključila da se radi o izbacivanju toksina, ali su nastavili sa istim doziranjem. Poremećaj sna se nastavio.

Do kraja aprila, hiperaktivnost i ocjena ponašanja su se značajno popravili na 6. Djevojčica je voljno slušala i slijedila upute. Jela je normalno. Sljedećeg mjeseca, kotrljanje po krevetu, penjanje po stvarima, vrćenje ukruć i ljuljanje su prestali. Pražnjenje je postalo normalno. Spavala je po noći sedam i pol sati u komadu. Po prvi put je počela da komunicira s drugom djecom. Sama bi inicirala igru, što je ranije bila rijetkost. Pokazala je zanimanje za vožnju bicikla i slikanje, sama birajući boje. Roditelji su se osjetili vrlo ohrabrenim ovim promjenama i upustili se toaletnu obuku.

Do kraja juna su shvatili da je toaletna obuka bila vrlo uspješna i da je dijete u potpunosti prestalo nositi dnevne pelene. Terapeut je bio zadovoljan rezultatima jer toaletna obuka predstavlja značajan pozitivan korak u razvoju djeteta.

U septembru je djevojčica počela ići u školu, dobro se ponašala, mogla je sjediti na časovima i počela je sama odlaziti u kupatilo. Majka je obavijestila praktičarku da se hiperaktivnost smanjila na 3. Od 2. decembra 2020, nivo hiperaktivnosti joj je normalan za djecu njenog uzrasta. U stanju je da sjedi na nastavi potpuno koncentrisana čak i za vrijeme online nastave. Nastavlja uzimati lijek uz isto doziranje.

Svjedočenje majke:

Naša kćerka je u aprilu 2017, u dobi od dvije godine, bila dijagnosticirana poremećajem socijalne komunikacije. Svake sedmice ide na dva sata terapije za govor i okupacijske terapije. Pored toga uzima lijekove za probavu i melatonin za san koji joj je propisao naturopat. Otkada uzima Sai vibrioniku, od kraja februara 2020, primijetili smo značajan napredak u njenom razvoju. Impresionirani napretkom, u maju 2020. odlučili smo da je pokušamo naučiti toaletnim navikama (što prije nije bilo moguće). To je prošlo izuzetno uspješno jer se uspjela riješiti pelena i sama ići u toalet po potrebi. Sada je prvi razred, pohađa online nastavu, sjedi koncentrisano na časovima i voljno učestvuje u aktivnostima te radi zadaću. Vrlo dobro komunicira s nepoznatim osobama i s vršnjacima. Terapeuti su izuzetno impresionirani njenim napredovanjem. U decembru je obitelj putovala kako bismo proveli Božić skupa, a moja kćerka se vrlo dobro ponašala tokom noćnog putovanja od 12 sati. Mi smo presretni s rezultatima i željeli bismo nastaviti uzimati vibrioničke globule za našu kćerku. Sigurni smo da ćemo svjedočiti daljnjem napretku.

☞ Kutak za odgovore ☞

P1. Postoji velika nada da će Covid vaccine uskoro biti dostupne. Da li jednom kada primim vakcinu trebam prestati uzimati IB lijek za prevenciju Covida?

O. Ne, ne trebate prestati jer čak ni najbolja vakcina ne može biti djelotvornija od 95%, a takvo je i stanovište Svjetske zdravstvene organizacije. Također, pojavljuju se nove sorte virusa. U svjetlu takvih neizvjesnosti, preporučujemo da nastavite uzimati **IB** i preduzimati sve što treba kako biste održali dobar imunitet; također, trebate slijediti upute vaših lokalnih zdravstvenih stručnjaka.

+++++

P2. Jedna porodica koja živi u visokorizičnom području me je zamolila da im IB odašiljem na daljinu. Mogu li to učiniti tako što ću grupnu sliku staviti u udubljenje za lijek?

O. Za najbolje rezultate trebali biste odašiljati svakoj osobi posebno, ali možete uvijek iznova koristiti istu bočicu s lijekom. (Pogledajte relevantna pitanja u Glasnicima 7/1, 7/2 i 11/4).

+++++

P3. Koji lijek treba dati osobi koja se sprema za presađivanje kosti?

O. Presađivanje kosti je hirurški postupak kojim se oboljela ili oštećena kost popravlja ili zamjenjuje sa zdravom kosti, obično iz tijela pacijenta, a ponekad i od preminule osobe. Preporučujemo sljedeći lijek: **CC10.1 Emergencies + CC20.1 SMJ tonic + CC20.7 Fractures; ako koristite SRMP, NM3 Bone I + NM25 Shock + SM28 Injury + SR271 Arnica 30°C + SR361 Acetic Acid 6X + SR457 Bone**; počnite TDS dva dana prije presađivanja. A poslije presađivanja, lijek treba uzimati 6TD, sedam dana prije nego što se smanji na TDS do iscjeljenja.

+++++

P4. Kad nam je potrebna velika količina lijeka u vodi (npr. za stoku ili polja), naučili smo da najprije trebamo pripremiti litar lijeka tako što 900 ml vode dodamo u 100 ml lijeka, a zatim dobro promiješamo uz molitvu; nakon toga toj litri dodamo 9 litara vode i dobijemo 10 litara. Ovaj postupak ponavljamo dok ne dobijemo potrebnu količinu lijeka u vodi. Zar neće ovakvo višestruko sukcesivno rastvaranje lijeka oslabiti konačnu supstancu?

O. Vibrionički lijekovi nisu načinjeni od fizičke supstance koja rastvaranjem gubi na jačini; stoga, ne podliježu zakonima fizičkog svijeta kao što je rastvaranje. Vibracije u lijekovima podložne su zakonima energetskog svijeta misli (u koje spadaju molitve, vjera i ljubav), te, u skladu s tim, djelotvornost vibrioničkih lijekova neće oslabiti uslijed fizičkog rastvaranja.

+++++

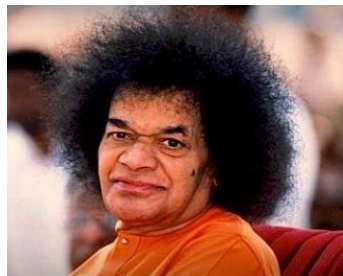
P5. Koji lijek treba dati osobi kojoj treba primiti organ kako bi se minimizirale šanse da organizam odbaci organ?

O. Slijedeći lijek treba početi TDS sedam dana prije transplantacije, povećati na 6TD sedam dana nakon transplantacije, a zatim smanjiti na TDS dok tijelo u potpunosti ne prihvati organ.

Oni koji koriste 108CC: **CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + tonic from the organ category** eg, **CC13.1 Kidney & Bladder tonic** u slučaju transplantacije bubrega.

Oni koji koriste SRMP: **NM25 Shock + SM2 Divine Protection + SM4 Stabilising + SM5 Peace & Love Align. + SM41 Uplift + SR266 Adrenalin + SR271 Arnica 30°C + SR295 Hypericum 30°C + SR318 Thuja 30°C + SR353 Ledum 30°C + SR361 Acetic Acid 6X + card for the relevant organ**, eg, **OM15 Kidney** or **SR501 Kidney** u slučaju transplantacije bubrega.

☪ Božanske riječi Vrhunskog Iscjelitelja ☪



"Kada negujete stav da ste tijelo, tijelo će od vas tražiti više hrane, više raznovrsnosti u hrani, više brige o izgledu i fizičkoj ugodu. Velike količine hrane koje sad trošite su suvišne; čovjek može živjeti zdravo s mnogo manje. Možete odbaciti veliki dio napora i troškova koje ulažete kako biste udovoljili ukusu i društvenom prestižu te na taj način unaprijediti svoje zdravlje. Mitha thindi, athi haayi - "Umjerenost u jelu donosi izvrsno zdravlje." Gurmani otkrivaju samo svoju Tamo gunu (osobinu inercije i tromosti). Jedite kako biste živjeli; nemojte vjerovati da živite kako biste jeli."

...Sathya Sai Baba, govor "Četiri mrlje"

+++++

"Vaši istinski prijatelji trebaju biti ljudi koji pate, koji su uronjeni u tugu i koji su nemoćni. Trebate pomoći takvim ljudima. To trebate prihvatiti kao svoju primarnu dužnost."

...Sathya Sai Baba, "Služenje čovjeku je služenje Bogu", Ljetni pljuski 1973.

<http://www.sssbpt.info/summershowers/ss1973/ss1973-08.pdf>

☞ Obavještenja ☞

Predstojeće radionice*

- **SAD: Virtuelni AVP seminar obnavljanja znanja** (promijenjeno na) 13-14. februar 2021, dva poludana** (učesnici će biti upoznati s detaljima), kontaktirati Susan na: Saivibrionics.usa.can@gmail.com
- **SAD: Virtuelna AVP radionica****, sedmični susreti **april-juni 2021**, kontaktirati Susan na: Saivibrionics.usa.can@gmail.com
- **Indija Puttapparthi: Virtuelna AVP radionica**, sedmični susreti **9.1. - 7.3.2021.**, zaključno sa praktičnom radionicom u **Puttapparthiju 13-14. mart 2021.** (učesnici će biti upoznati s detaljima), kontaktirati Lalithu na: elay54@yahoo.com ili telefonom na: 8500-676-092
- **Indija Puttapparthi: AVP radionica** 25-31. juli 2021**, kontaktirati Lalithu na: elay54@yahoo.com ili telefonom na: 8500-676-092
- **Indija Puttapparthi: AVP radionica** 25.11.-1.12.2021**, kontaktirati Lalithu na: elay54@yahoo.com ili telefonom na: 8500-676-092
- **Indija Puttapparthi: SVP radionica** 3-7.12.2021**, kontaktirati Hem na: 99sairam@vibrionics.org

* Sve AVP i SVP radionice su samo za one koji su prošli prijem i e-obuku. Seminari obnavljanja znanja namijenjeni su postojećim praktičarima.

**Podložno promjeni

☞ Dodatak ☞

1. Savjeti za zdravlje

Pažljivo birajte i koristite ulja za kuhanje

"Savremeni čovjek koji narušava princip umjerenosti u svakom aspektu života ugrožava svoje zdravlje i blagodat... Treba paziti da hrana koju konzumirate ne sadrži previše masnoća jer su velike količine masti štetne ne samo po fizičko, već i po mentalno zdravlje... Konzumiranje većih količina masnoće je uzrok kardiovaskularnih bolesti."...Sri Sathya Sai Baba¹

1. Priroda ulja za kuhanje:

Ulje za kuhanje je mast koja se putem mehaničke ili hemijske obrade dobija iz biljaka (orašastih plodova, voća, maslina, žitarica ili mahunarki). Ona se potom pročišćava, rafinira ili mijenja hemijskim putem kako bi se unaprijedili njezin ukus, tekstura i trajanje. Masti se sastoje od zasićenih masti, (hidrogeniziranih) transmasti, mono ili polinezasićenih masti, koje sve jednim imenom nazivamo masne kiseline. Zasićene i transmasti se obično povezuju s rizikom od koronarne bolesti srca. Omega-3 masti od vitalne važnosti za srce, mozak i oči i omega-6 masti od vitalne važnosti za energiju su *esencijalne* polinezasićene masne kiseline koje tijelo ne može proizvesti. Omega-9 je zdrava mononezasićena mast koju proizvodi samo tijelo.²⁻⁹

1.1 Potreba za masnim kiselinama: Masne kiseline pomažu tijelu da apsorbuje esencijalne vitamine A, D, E i K za jačanje imuniteta, proizvodnju važnih hormona, potporu rasta ćelija, zaštitu organa; kako bi se oči, kosti, koža i kosa održavali zdravima, a tijelo energiziralo i održavalo toplim. Istraživanja kažu da jedna ili (maksimalno) dvije kašike ulja čine salate hranjivijim. Većina ulja za kuhanje sadrže protuupalne poli- i mono-nezasićene masnoće koje su dobre za srce te sadrže mali udio zasićenih masnoća. Od izuzetne je važnosti da u našem dnevnom unosu hrane imamo omjer od 1:1 do 4:1 omega-6 i omega-3 masnih kiselina (u nastavku teksta **omjer**). Omega-6 je obilato prisutna u svim uljima za kuhanje, ali izvori omega-3 su vrlo ograničeni. Kako visok udio omega-6 sprječava apsorpciju omega-3 masnoća, u ishranu

moramo uvrstiti vitalne hranjive tvari kao što su vitamini B6 i B7 i minerale kao što su magnezijum i cink kako bismo pomogli njihovu apsorpciju.⁷ Stoga masti ne trebamo posmatrati izolovano, već kao dio zdrave ishrane.²⁻⁹

1.2 Tačka dimljenja: Tačka dimljenja je temperatura na kojoj ulje počne da se dimi ili gori. Sva *rafinirana* ulja imaju visoku tačku dimljenja između 200°C i 270°C. Većina *nerafiniranih* ulja ima nižu tačku dimljenja i mogu se koristiti za kuhanje na nižim temperaturama.¹⁰ Struktura svih ulja počne da se raspada kada dostigne tačku dimljenja gubeći sve hranjive tvari i ukus; ulje počne da otpušta slobodne radikale koji mogu naškoditi zdravlju. Standardno kuhanje kod kuće se vrši na mnogo nižim temperaturama; kuhanje/kuhanje na pari na 100°C, kuhanje u pretisu na 120°C, prženje na 120°C, i prženje u dubokom ulju na 160°C do 190°C.¹⁰

1.3 Hladnopresana ulja su blagotvorna: Hladnopresana, nerafinirana ulja bliska prirodi su optimalna za zdravlje, naročito ako su organskog porijekla, jer ne gube blagotvorna svojstva tokom procesa ekstrakcije. Idealno ih ne treba zagrijavati; najveću korist imaju kada se koriste za salate, umake, frapee, itd., iako se neka mogu koristiti za dinstanje i prženje na jakoj vatri.^{10,11}

1.4 Unos: Bilo koje ulje, bilo zdravo ili ne, je u svojoj suštini masnoća (9 kalorija/gr). Koliko ulja treba uzimati ovisi o uzrastu, spolu i nivou fizičke aktivnosti te o tome koliko drugih masnih tvari konzumirate. Održavajte unos na minimumu od 25-30% dnevnog unosa kalorija; unutar te granice, unos zasićenih masti treba biti manji od 10%, a transmasti manji od 1%.¹²

1.5 Skladištenje: Sva ulja su osjetljiva na toplinu, svjetlost i izlaganje kisiku. Sunčeva svjetlost uništava vitamin E. Držite ulja za kuhanje u suhom, hladnom kredencu kako biste zadržali ukus i kvalitet, nikada u blizini peći ili bilog kojeg drugog izvora toplote. Vremenom ulja oksidiraju i razvijaju slobodne radikale koji dovode do bolesti. Odložite svako ulje koje "čudno" miriše.^{3,4,5}

Postoji preko 100 vrsta ulja za kuhanje.¹³ Ova studija pokriva 23 osnovna ulja uključujući *ghee*, jedini izuzetak životinjskog porijekla. Korištenje ulja za salate, frapee, umake, namaze, i sl. odnosi se na *hladnopresana* i *nerafinirana* ulja.

2. Uobičajena ulja za kuhanje (obično sadrže visok udio omega-6 i koriste se za toplinsko kuhanje):

2.1 Ulje od badema: Dobar izvor vitamina E, lako ga je konzumirati iz zagrijane supene kašike. Može se koristiti za kuhanje, pečenje na niskoj temperaturi i prženje na jakoj vatri, iako je najbolje za salate i aromu. Balansira holesterol, može spriječiti rak i dijabetes, održava zdravlje debelog crijeva i rektuma, ublažava uhobolju, uklanja tamne krugove ispod očiju i prirodni je lijek za ekcem i psorijazu.¹⁴

2.2 Ulje od avokada: Načinjeno od pulpnog dijela ploda, jedno je od najboljih ulja za kuhanje s najvišom tačkom dimljenja, pogodno za prženje, roštiljanje, pečenje u rerni ili grilovanje. Idealno u salatama, frapeima, umacima i namazima. Studije pokazuju da sprječava dijabetes, katarakte i makularnu degeneraciju te probleme s kožom kao što je psorijaza. Koristi se u liječenju probavnih bolesti, neuroloških problema, autoimunih oboljenja i kožnih ozljeda. U Francuskoj uživa status preskripcijskog lijeka zbog dokazane sposobnosti liječenja artritisa.¹⁵

Upozorenje: Osobe koje uzimaju lijekove za razrjeđivanje krvi se trebaju savjetovati s liječnikom jer bi ovo ulje moglo reagovati s lijekovima.¹⁵

2.3 Pročišćeni maslac (*ghee*): Zdrava masnoća koja se dobiva zagrijavanjem putera, bogata vitaminima topivim u mastima. Pročišćeni maslac napravljen od mlijeka krava koje se hrane travom ima bolji **omjer** (1.5:1) nego većina drugih ulja. Kuhanje u *gheeju* je dobro za zdrav vid i probavu, jake kosti i sjajnu kožu.^{9,16,17}

2.4 Ulje od repice: Sadrži visok udio mononezasićenih masti kao maslinovo ulje, mali udio zasićenih masti, s izvrsnim **omjerom** 2:1. Ima široku upotrebu u kuhanju i procesiranju hrane zahvaljujući pristupačnoj cijeni i raznovrsnoj upotrebi.¹⁸

Upozorenje: Uglavnom je visoko procesirano, djelomično hidrogenizirano i genetski modificirano.¹⁸

2.5 Kokosovo ulje: Vrlo otporno na visoke temperature; istraživanja pokazuju da čak i nakon 8 sati kontinuiranog prženja u dubokom ulju na 180°C, njegova kvaliteta ostaje prihvatljiva. Poput ulja od avokada, i ovo ulje se smatra boljim za prženje u odnosu na ostala ulja. Jedinstveno ulje za koje postoji dovoljno znanstvenih dokaza da je zbog svojih brojnih ljekovitih svojstava izvrsno za zdravlje. Iako se na njega gleda s oprezom zbog visokog udjela (90%) srednjelančane zasićene masti, polovina njegovog masnog udjela je laurična kiselina koja može spriječiti nekolicinu bolesti.¹⁹ *Pogledajte ranije brojeve glasnika*²⁰ kako biste saznali više o njegovim jedinstvenim blagotetima te mjerama opreza.

2.6 Ulje od kukuruza: Poznato kao visokorafinirano biljno ulje, pristupačno, i ima široku upotrebu za prženje u dubokom ulju do hrskavosti.²¹

Upozorenje: U velikoj mjeri genetski modificirano.²¹

2.7 Ulje od pamučnog sjemena: Obavezno rafinirano, koristi se u procesiranoj hrani, za pečenje i prženje u dubokom ulju zbog svoje pristupačnosti i arome. U vanjskoj primjeni idealno za iscjeljivanje rana i zaštitu od infekcije.²²

Upozorenje: Sadrži visok udio zasićenih masti.²²

2.8 Ulje od gorušice: Poznato kao indijsko maslinovo ulje, koristi se za kuhanje i kao konzervans za začinjeno ukiseljeno povrće (eng. *pickles*). Posjeduje relativno nizak udio masnih kiselina, sadrži optimalnu mješavinu omega-3, omega-6 i omega-9 masnih kiselina. Sadrži visok udio vitamina E, može podići imunitet te lokalnom primjenom unaprijediti kvalitet noktiju, ispucale pete i zubno zdravlje. Često se koristi za masažu; udisanje pare s nekoliko kapi ovog ulja može ublažiti prehladu i otčepiti disajne kanale.²³

2.9 Maslinovo ulje: Načinjeno od plodova maslinovog drveta, stoljećima čini dio prehrane najzdravijih i najdugovječnijih ljudi svijeta. Visokokvalitetno djevičansko maslinovo ulje posjeduje dobro istražene protuupalne sastojke, antioksidante i brojne hranjive tvari dobre za srce. Poznato je da podupire zdravlje mozga, liječi poremećaje raspoloženja i depresiju te smanjuje rizik od raka dojke. Najbolji način za konzumiranje jeste pokapati ga po kuhanom povrću, jelima od žitarica ili salatama. Može se dodati pri kraju kuhanja. Nije samo izvrsno za kožu i kosu; može se koristiti za uklanjanje masnoće i poliranje namještaja!²⁴⁻²⁷

2.10 Palmino ulje: Koristi se u mnogim pečenim proizvodima, dijetalnim pločicama i čokoladama. Medicinski gledano, djeluje kao protuotrov, lijek za gonoreju, prirodni laksativ, dijuretik te liječi glavobolju i infekcije kože.²⁸

Upozorenje: Uglavnom visokoprocisirano!²⁸

2.11 Ulje od kikirikija: Koristi se za prženje i dugo traje. Bogato antioksidantima, veliki je izvor vitamina E, smatra se zdravim za srce, mozak, oči i šećer u krvi. Generalno je sigurno za upotrebu.²⁹

Upozorenje: Ponekad je genetski modificirano i djelomično hidrogenizirano.²⁹

2.12 Ulje od rižinih mekinja: Vrlo rasprostranjeno u Južnoj Aziji i veliki izvor mononezasićenih masti uz brojne blagodeti za zdravlje.³⁰

2.13 Ulje šafranike: Idealno za kuhanje na visokim temperaturama, kao što su roštiljanje, pečenje i prženje. Poznato je da olakšava konstipaciju.³¹

2.14 Ulje od sezama: Stoljećima izvrstan pojačivač ukusa i ulje za kuhanje; najbolje ga je koristiti za prženje na jakoj vatri s malo ulja, dinstanje, pravljenje začinjenog ukiseljenog povrća i salate, naročito tamno ulje od prženih sjemenki sezama. Veliki izvor antioksidanata, izvrstan za srce i šećer u krvi.^{32,33}

2.15 Ulje od soje: Dobar izvor vitamina K za održavanje zdravog grušanja krvi i zdravlje kostiju, puno je korisnih nezasićenih masnih kiselina.³⁴

Upozorenje: Mnoga ulja od soje sadrže štetne transmasne kiseline.³⁴

2.16 Suncokretovo ulje: Postoji nekoliko vrsta suncokretovog ulja s različitim prednostima ili nedostacima u ovisnosti od sastava masnih kiselina. Srednjoooleinske i visukooleinske vrste se smatraju zdravijim i povoljnim za kuhanje na niskim temperaturama.³⁵

Upozorenje: Pri visokim temperaturama može otpuštati toksične spojeve te nije dobro za prženje uprkos visokoj tački dimljenja.³⁵

2.17 Mješavina biljnih ulja: Kako niti jedno ulje nije savršeno, istraživanja ohrabruju miješanje različitih ulja kako bi se postigli željeni omjeri masnih kiselina te unaprijedio cjelokupni sastav mikronutrijenata.³⁶

Upozorenje: Mnoga ulja su visokoprocisirana i lako oksidiraju.³⁶

3. Ulja s visokim udjelom omega-3 (poredana po veličini omjera) koja nisu dobra za kuhanje:

Idealna za začinjavanje, frappee, hladne supe, šejkove, jogurt, zobenu kašu te preljev za salate, *također pogledajte raniji broj glasnika.*⁸

3.1 Ulje od lanenog sjemena (omjer 1:4): Jedan od najbogatijih i najboljih prirodnih izvora omega-3 masnih kiselina, koja čini 50-60% ulja. Čini mozak i srce zdravijim, detoksificira i olakšava konstipaciju i

dijareju. Poznato je da sprječava i uklanja celulit (masne naslage na stražnjici i butinama) te liječi Sjögrenov sindrom (poremećaj imunog sistema sa simptomima suhih očiju i usta).³⁷ (**Ulje sjemenki crne koprive**^{8,38} sadrži 65% omega-3, ali nedostaci su: mogući efekti antikoagulacije i trovanje pluća).

Upozorenje (laneno ulje): Trudnice, dijabetičari i osobe na lijekovima za razrjeđivanje krvi se trebaju posavjetovati s liječnikom.³⁷

3.2 Ulje od chia sjemenki (omjer 1:3): Kako je vrlo bogato omega-3 masnim kiselinama, za najbolje rezultate trebate ga kombinovati s maslinovim uljem.³⁹

3.3 Ulje od sjemenki konoplje (omjer 2.5:1): Posjeduje odgovarajuću količinu antioksidanata te veliki broj minerala i hlorofil.^{40,41}

3.4 Orahovo ulje (omjer 5:1): Izvrsno za mozak i šećer u krvi.⁴²

3.5 Ulje od pšeničnih klica/vitamin E ulje (omjer 7:1): Samo jedna supena kašika zadovoljava dnevnu potrebu za vitaminom E. Redovno mazanje može ukloniti ožiljke.⁴³

3.6 Ulje od bučinih sjemenki s manjim udjelom omega-3: Poznato i kao tihi šampion dobrog zdravlja. Može spriječiti i obrnuti proces gubitka kose, olakšati simptome menopauze, liječiti pretjerano aktivan mjehur, podržavati zdravlje srca, prostate i osoba oboljelih od raka, te također može spriječiti rak.⁴⁴

Napomena: Riblje ulje se koristi samo kao dodatak prehrani, posjeduje najviši **omjer** omega-3 i jedan je od najbogatijih izvora omega-3.⁹

4. Šta treba upamtiti

★ **Pazite kad kupujete:** Mnoga ulja u samoposlugama predstavljaju mješavinu visokoproceniranih i rafiniranih ulja što poništava blagodeti biljnih ulja. Neka su hidrogenizirana kako bi dalje pojačala ukus i trajanje što za posljedicu ima nezdrave transmasne kiseline koje povezujemo s povišenim rizikom od oboljenja srca, dijabetesa, pretilosti i raka. Imajte na umu blagodeti i nedostatke. Nastojte da kupujete ulja u tamno obojenim staklenim flašama.^{2,4,24}

★ **Rotirajte** uobičajena ulja za kuhanje i **suplementirajte** ih uljima bogatim omega-3 masnim kiselinama te s takvom ishranom.^{3,4}

★ Kada je riječ o vanjskoj primjeni, najbolje je da se na malom dijelu kože testirate za bilo kakvu potencijalnu alergiju, iako su gotovo sva ulja dobra za kožu i kosu. Mućkanje s kokosovim, sezamovim ili maslinovim uljem donosi brojne blagodeti uključujući zdravlje zuba.⁴⁵

★ **Minimizirajte korištenje ulja** i održavajte tavu neljepljivom korištenjem domaćeg spreja za kuhanje koji ćete napraviti tako što ćete pomiješati jednake količine vode i ulja u bočici za sprej.⁴⁶

★ **Spriječite začepljenje odvoda:** Prije pranja, obrišite salvetom korištenu tavu kako biste je očistili od tragova ulja. Nemojte ostatke ulja bacati u lavabo.⁴⁷

Reference i linkovi:

1. Sathya Sai Baba govori o hrani, srcu i umu, 21. januar 1994.; <http://www.sssbpt.info/ssspeaksvolume27/sss27-03.pdf>
2. Naučite nešto više o uljima: <https://draxe.com/nutrition/vegetable-oil/>; <https://draxe.com/nutrition/omega-3-foods/>
3. Priroda ulja, skladištenje i hranjivost: https://www.nutrition.org.uk/attachments/113_Culinary%20oils%20and%20their%20health%20effects.pdf
4. Sastav masnoća i cjelovita ishrana: <https://health.clevelandclinuc.org/how-to-choose-and-use-healthy-cooking-oils/>
5. Umjerene masnoće od suštinske važnosti: <https://www.heart.org/en/healthy-living/healthy-eating/eat-smart/fats/dietary-fats>
6. Ulje čini povrće hranjivim: <https://sciencedaily.com/releases/2017/10/171009124026.htm>
7. Vodič za omega-3, -6 i -9 masti: <https://www.healthline.com/nutrition/omega-3-6-9-overview>; [https://healthline.com/nutrition/3-types-of-omega-3#TOC HDR_6](https://healthline.com/nutrition/3-types-of-omega-3#TOC_HDR_6)
8. Izvori omega-3: <https://www.theplantway.com/plant-based-omega-3/>; <https://draxe.com/nutrition/vegan-omega-3/>; <https://news.vibrionics.org/en/articles/164>
9. Omjer masnih kiselina u uljima: https://en.wikipedia.org/wiki/Fatty_acid_ratio_in_food
10. Temperatura za kuhanje i tačka dimljenja ulja: <https://www.exploratorium.edu/food/pressure-cooking>; https://en.wikipedia.org/wiki/Pressure_cooking; https://en.wikipedia.org/wiki/Deep_frying; https://en.wikipedia.org/wiki/Smoke_point;
11. Blagodeti hladnopresanih ulja: <https://food.ndtv.com/food-drinks/guide-to-cold-pressed-oils-would-you-replace-them-with-cooking-oils-1772859>; <https://www.netmeds.com/health-library/post/go-for-cold-pressed-oils-for-amazing-health-benefits>
12. Koliko masnoće je dobro!: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
13. Spisak jestivih ulja: https://en.wikipedia.org/wiki/list_of_vegetable_oils
14. Bademovo ulje: <https://draxe.com/nutrition/almond-oil/>; <https://healthline.com/nutrition/almond-oil>
15. Ulje od avokada: <https://draxe.com/nutrition/avocado-oil/>; <https://www.healthline.com/nutrition/9-avocado-oil-benefits>
16. Prečišćeni maslac (ghee): <https://draxe.com/nutrition/ghee-benefits/>; <https://www.ecpi.edu/blog/culinary-nutrition-9-health-benefits-ghee>

17. Hranjivi *ghee* od mlijeka krava koje se hrane travom: https://www.healthline.com/nutrition/grass-fed-butter#TOC_TITLE_HDR_2
18. Ulje od repice: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/2015/04/13/ask-the-expert-concerns-about-canola-oil/>; <https://draxe.com/nutrition/canola-oil-gm/>; <https://www.healthline.com/nutrition/is-canola-oil-healthy/>; <https://www.healthline.com/nutrition/rapeseed-oil#benefits>
19. Kokosovo ulje: <https://healthline.com/nutrition/healthiest-oil-for-deep-frying#coconut-oil>
20. Referenca za članak o kokosovom ulju: <https://news.vibrionics.org/en/articles/239>; <https://news.vibrionics.org/en/articles/92>
21. Kukuruzno ulje: <https://www.healthline.com/nutrition/corn-oil>; <https://www.organicfacts.net/health-benefits/oils/corn-oil.html>
22. Ulje sjemenki pamuka: <https://www.healthline.com/health/cottonseed-oil>; <https://draxe.com/nutrition/cottonseed-oil/>; <https://www.organicfacts.net/health-benefits/oils/cottonseed-oil.html>
23. Ulje gorušice: <https://www.healthline.com/nutrition/mustard-oil-benefits>; <https://draxe.com/nutrition/mustard-oil/>; <https://food.ndtv.com/health/8-incredible-mustard-oil-benefits-that-make-it-so-popular-1631993>; <https://timesofindia.indiatimes.com/15-amazing-facts-and-uses-of-mustard-oil/articleshow/55067780.cms>
24. Maslinovo ulje: <https://draxe.com/nutrition/olive-oil-benefits/>; https://www.healthline.com/nutrition/11-proven-benefits-of-olive-oil#TOC_TITLE_HDR_2
25. Brojnice blagodeti maslinovog ulja: <https://food.ndtv.com/food-drinks/olive-oil-amazing-benefits-of-olive-oil-for-health-hair-skin-its-wonderful-uses-1736506>
26. Kako njegovati tijelo maslinovim uljem: <https://www.oliveoilsfromspain.org/olive-oil-news/olive-oil-benefits/>
27. Postojanost maslinovog ulja: <https://www.healthline.com/nutrition/is-olive-oil-good-for-cooking>
28. Palmino ulje: <https://www.healthline.com/nutrition/palm-oil>; <https://draxe.com/nutrition/red-palm-oil/>
29. Blagodeti ulja od kikirikija i mjere opreza: <https://draxe.com/nutrition/peanut-oil/>; <https://www.healthline.com/nutrition/is-peanut-oil-healthy>
30. Ulje od rižinih mekinja: <https://www.healthline.com/nutrition/rice-bran-oil>; <https://draxe.com/nutrition/rice-bran-oil-versatile-healthy-fat-or-inflammatory-cooking-oil/>
31. Ulje od šafranike: <https://draxe.com/nutrition/safflower-oil/>; <https://www.healthline.com/health/safflower-oil-healthy-cooking-oil>; <https://www.medindia.net/dietandnutrition/11-health-benefits-of-safflower-oil.htm>
32. Blagodeti sezamovog ulja: <https://draxe.com/nutrition/sesame-oil/>; <https://food.ndtv.com/food-drinks/7-sesame-oil-benefits-an-antioxidant-natural-spf-stress-buster-more-1237049>
33. Ulje od pečanih sjemenki sezama vs. sezamovo ulje: <https://healthyeating.sfgate.com/toasted-sesame-oil-vs-sesame-oil-11158.html>
34. Ulje od soje: <https://www.healthline.com/health/soybean-oil>; <https://draxe.com/nutrition/soybean-oil/>
35. Suncokretovo ulje: <https://draxe.com/nutrition/sunflower-oil/>; <https://www.healthline.com/nutrition/is-sunflower-oil-healthy>
36. Mješavina biljnih ulja: <https://draxe.com/nutrition/vegetable-oil/>; <https://easyfitnessidea.com/benefits-of-blended-oils/>
37. Ulje sjemenki lana: <https://draxe.com/nutrition/flaxseed-oil-benefits/>; <https://www.healthline.com/nutrition/flaxseed-oil-benefits>
38. Ulje sjemenki crne koprive: <https://www.healthline.com/health/food-nutrition/healthy-cooking-oil-perilla-oil>
39. Chia: <https://www.healthline.com/nutrition/chia-seed-oil>; <https://todaydietitian.com/newarchives/images/0215-2.pdf>
40. Ulje od konoplje: <https://draxe.com/nutrition/hemp-oil-benefits-uses/>; <https://www.medicalnewstoday.com/articles/324450>
41. Korištenje ulja od konoplje za kožu: <https://www.healthline.com/health/hemp-oil-for-skin#uses>
42. Orahovo ulje: <https://www.healthline.com/nutrition/walnut-oil>; <https://draxe.com/nutrition/healthy-cooking-oils/>
43. Ulje od pšeničnih klica: <https://draxe.com/nutrition/wheat-germ/>; <https://food.ndtv.com/food-drinks/6-incredible-benefits-of-wheat-germ-oil-1638519>; <https://www.verywellfit.com/wheat-germ-oil-nutrition-facts-4165648>
44. Ulje od bučinih sjemenki: <https://www.verywellhealth.com/pumpkin-seed-oil-health-benefits-4686960>; <https://www.healthline.com/health/pumpkin-seed-oil#1>; <https://draxe.com/nutrition/pumpkin-seed-oil/>
45. Mučkanje uljem za zubno i opšte zdravlje: <https://draxe.com/beauty/oil-pulling-coconut-oil/>
46. Ulje u spreju: <https://www.onegoodthingbyjillee.com/homemade-cooking-spray/>
47. Prevencija začepljenja odvoda: <https://333help.com/blog/clean-clear-maintain-drain-5-easy-steps/>; <https://dummies.com/home-garden/plumbing/clogs/how-to-prevent-clogs-in-your-drai>

+++++

2. Inspirativne anegdote

a. Panacea za hodočašće ^{11529...India}

U julu 2019. grupa od 170 hodočasnika u dobi od 15 do 65 godina okupila se u Kathmanduu u Nepalu kako bi putovali u visoke Himalaje, s ciljem da dođu do svetog jezera Manasarovar i planine Kailash. Za zaštitu od neprijatnih simptoma mučnine usljed velike nadmorske visine te usljed kretanja vijugavim planinskim stazama obično se uzima alopatski lijek Diamox. U hodočašću su učestvovali članovi praktičarkine obitelji, ali ne i ona sama; svi su bili skloni jakim simptomima bolesti putovanja. Međutim, oni, kao i mnogi iz grupe, nisu željeli uzimati Diamox zbog njegovih dobro poznatih negativnih nuspojava. Kako je i sama bila na hodočašću 2012, praktičarka je znala šta im je potrebno te je pripremila sljedeći lijek koji je ponudila svima.

CC3.7 Circulation + CC4.1 Digestion tonic + CC4.6 Diarrhoea + CC4.10 Indigestion + CC9.2 Infections acute + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.1 Travel sickness + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine...TDS do 6TD prema potrebi svake osobe.

Lijek je djelovao savršeno za 75 članova grupe, uključujući četiri alopatska doktora, koji su se odlučili za vibrioniku i svi su cijeli put prošli bez problema. Skoro polovina ostalih koji su preferirali da uzmu alopatski

lijek su patili od povraćanja, dijareje, kašlja i prehlade te su imali poteškoća s disanjem. Kada su se vratili kućama, zahvalni hodočasnici su nazvali praktičarku da joj se zahvale.

b. Podmlađivanje starijeg mačka 00660...USA

Simba je stariji 20-godišnji narandžasti mačak skromnog porijekla, kojeg je u staji rodila ulična maca i kojeg je 1999. godine, dok je još bio malen, usvojila njegova ljubazna ljudska "mama". Podizan je i



odgajan s ljubavlju do njegovih poznih godina kad se, ovaj, razbolio u avgustu 2019. Appetit mu se smanjio, izgubio je na težini, krzno mu je opadalo u pramenovima i sjedio je u kući bez uobičajenog interesa da ide vani. Veterinar je proglasio zatajenje bubrega, fatalnu prognozu, i digao ruke. Pokušali su s akupunkturuom, ali uzalud. Da bi ga održavali hidriranim, osam puta dnevno su mu putem injekcije u zadnji dio vrata ubrizgavali rastvor kalija i fiziološke otopine. Uхватivši se za posljednju slamku spasa, Simbina mama se obratila praktičarki koja je viskom konsultirala Swamija, a naš Gospod je dao entuzijastičan pristanak. Stoga je **18.**

januara 2020. pripremljen slijedeći lijek: **NM2 Blood + NM7 CB7 + NM59 Pain +**

NM75 Debility + NM86 Immunity + OM5 Circulation + BR11 Kidney + SM2 Divine Protection + SR325 Rescue...6TD u vodi koju su mu davali pomoću kapaljke.

Simba je istog trena reagovao povratkom apetita. Uz kontinuirani napredak, doziranje je nakon sedam dana smanjeno na **TDS**. Deset dana nakon što je počeo uzimati lijek, Simba je izašao u dvorište. U roku od mjesec dana, stari mačak je povratio normalnu težinu. Njegove injekcije s tekućinom su postepeno smanjili na samo dvije sedmično. Krzno mu je prestalo opadati te je postalo mekano i sjajno. Vratilo mu se pređašnje mladalačko ponašanje tako da se često odgega vani kako bi se kupao u sunčevim zrakama među vjevericama i cvrkutom ptičica. Slijedi svoju mamu oko kuće i zadovoljno prede, a po noći se sklupča u njenom krilu. Krajem avgusta doziranje mu je smanjeno na **OD** što uzima i dalje, prema informacijama iz decembra 2020.

Prilikom nedavne posjete veterinaru, Simbino fascinantno stanje je zapanjilo doktora i osoblje. I praktičarka i Simbina mama znaju Ko je Onaj koji stoji iza ovog nevjerovatnog oporavka. Simbina vlasnica iskreno izjavljuje: "Vrlo sam zahvalna Babi što je ovaj blagi metod iscjeljivanja učinio dostupnim svima, a naročito Svojim četveronožnim i krilatim stvorenjima."

+++++

3. Kamp zdravlja na Željezničkoj stanici u Puttaparhiju, 21-23. novembar 2020.

Prelazak s kvantiteta na kvalitet

Od 2009. godine Željeznička stanica Prashanti Nilayam postaje mjesto velikog vibrioničkog kampa koji se



svake godine održava od 21. do 23. novembra kako bi se služilo poklonicima koji na proslavu Swamijevog rođendana stižu vozom. Obično se uporedo s tim organizira i alopatski kamp, ali ove godine zahvaćene pandemijom, kada su se hiljade ljudi koji inače dolaze sada brojali u stotinama, bila je dostupna samo Sai vibronika. Prije kampa **par praktičara** ^{02444 & 01228} je dva dana pripremao 500 bočica sa lijekovima. Vjerujući u Swamijevu zaštitu i Njegov *IB* za prevenciju Covida, ovaj hrabri par nije oklijevao da ponudi svoje služenje obogaćeno

iskustvom svima koji su im se obratili. Daleko manja gužva im je omogućila da pruže osobniju pomoć, da više vremena provedu s pacijentima koji pate od hroničnih problema, te da u situacijama gdje je to primjereno objasne osnove sistema liječenja. 368 pacijenata su primili lijekove za sebe kao i za bolesnu rodbinu i prijatelje kod kuće, kao i dodatne zalihe za svoje hronične probleme. Neki su dobili prvu pomoć za posjekotine i modrice. Sredstvo za dezinfekciju ruku bilo je obezbijeđeno, a poštivale su se i mjere održavanja sigurne udaljenosti i korištenja maski.

+++++

4. Osmrtnice

S velikom tugom vas obavještavam da su u novembru prošle godine preminula dva posvećena praktičara. **Sri Dudharam N Samarth** ¹⁰³³⁰, ranije predsjednik distrikta Gadchiroli u Maharashtri, u dobi od 76 godina. Uvijek nasmiješen, bio je nadahnut, aktivan i iskren voditelj. **Sri Sivadasan M G** ¹¹²³⁸ u dobi od 66 godina, bio je zadužen za aktivnosti služenja Sri Sathya Sai organizacije Ernakulum distrikta u Kerali. Bio je koordinator za organiziranje vibrioničkih kampova u okviru SSSVIP programa. Obojica su do posljednjeg daha bili aktivno uključeni u vibrioničku sevu, a vibrionička porodica će ih pamtit i po njihovom primjernom služenju.

Om Sai Ram

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