

## Glasnik Sai vibrionike

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

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

...Sri Sathya Sai Baba

Sveska 12, broj 5

septembar/oktobar 2021

### U ovom broju

<a href="#">Iz pera dr. Jit K. Aggarwala</a>	1 - 2
<a href="#">Profili praktičara</a>	2 – 5
<a href="#">Slučajevi s kombinacijama</a>	5 – 10
<a href="#">Kutak za odgovore</a>	10 – 11
<a href="#">Božanske riječi Vrhunskog iscijelitelja</a>	11
<a href="#">Obavještenja</a>	11 - 12
<a href="#">Dodatak</a>	12 – 18

### **¤ Iz pera dr. Jit K. Aggarwala ¤**

Dragi praktičari,

Ovo je jedno od najpovoljnijih doba godine koje obiluje duhovnim praznicima. Upravo smo proslavili dva takva – Onam i Krishna Janmashtami, koji se u uobičajenim okolnostima u Prashanti Nilajamu slave s velikom radošću i poletom. Ali ako nas je pandemija ičemu naučila, to je da je sad vrijeme da se okrenemo ka unutra. Ova dva praznika nude nam obilje lekcija. Oba simboliziraju duh ljubavi, požrtvovanosti te, iznad svega, duh nesebičnog služenja. Swami kaže: "Sve aktivnosti posmatrajte kao ponudu Bogu, a svaki posao kao Božiji. Baš kao što su dva krila nužna kako bi ptica poletjela visoko, a dva točka kako bi se bicikl kretao, prema (ljubav) i seva (služenje) su nužni kako bi čovjek dosegao konačno odredište. Služenje bez ljubavi je beskorisno. Nemojte od svog služenja očekivati ništa zauzvrat. Zadovoljstvo koje osjetite kroz čin služenja je nagrada samo po sebi." - Sathya Sai Baba, govor za Krishna Jayanti, 3. septembar 1999. Kao što znate, misija Sai vibrionike se temelji na suštinskoj prepostavci nesebičnog služenja i bezuvjetne ljubavi!

Presretan sam što mogu podijeliti s vama da su naša braća i sestre pokrenuli Vibrionics Circle of North American Praktičars ("vCNAP"), sigurnu i privatnu komunikacijsku mrežu za praktičare iz SAD-a, Kanade, Guyane i Trinidada. Ovaj korak predstavlja kulminaciju neumornih napora koordinatorice za Sjevernu Ameiku, uz tehničku podršku **praktičara**<sup>02844</sup>, u nastojanju da naprave platformu za razmjenu ideja, pitanja i odgovore, inspiraciju, Swamijeve *lile*, živa obavještenja, zahtjeve za molitvom te brojne druge mogućnosti. Ova mreža, koja predstavlja zamjenu za mjesecne Zoom pozive, ažurira se na dnevnoj bazi, a na pitanja praktičara odgovara panel od tri iskusna SVP-a što se objavljuje na forumu na dobrobit svih uključenih praktičara.

Kako je treći val u Indiji doveden pod kontrolu, potreba za Lijekom za jačanje imuniteta **IB** je počela da se smanjuje. Uprkos tome, u Puttaparthiju distribuciju s velikim entuzijazmom nastavljaju lokalni praktičari i administrator, koje podržavaju drugi volonteri, kao što je npr. **praktičar**<sup>02835</sup> iz Orisse koji je za vrlo kratko vrijeme pripremio 550 boćica za distribuciju zbog čega zaslužuje poseban pomen. Ukupan broj korisnika **IB**-a u Indiji, pred objavljivanje ovog Glasnika, je dosegao **487 089**. Također, uz popuštanje restrikcija u brojnim dijelovima Indije, svjedočimo tome kako praktičari planiraju kampove i ponovo uspostavljaju klinike. Molim praktičare da učestvuju u medicinskim kampovima Sai organizacije kako bi obuhvatili što veći broj ljudi dok uz pridržavanje svih mjera predostrožnosti. Iskreno ćemo se radovati vašim izvještajima i iskustvima sa terena.

Inicijativa vezana za odašiljanje lijekova je tokom pandemije uzela maha što se pokazuje i u značajnom porastu broja zahtjeva, koji najviše dolaze preko web stranice obogaćene novim sadržajima. Molim sve praktičare koji imaju SRMP (mašinicu, prim. prev.) da se prijave za učešće u ovom obliku služenja. Finalizirali smo standradnu operativnu proceduru za odašiljanje, a upute će uskoro biti poslane

praktičarima prijavljenim praktičarima. Također molim praktičare koji nemaju SRMP da kontaktiraju svoje regionalne koordinatoru u vezi zahtjeva za odašiljanjem lijekova.

U skladu s misijom da Sai vibrioniku približimo što većem broju ljudi, trebamo naći i obučiti članove lokalne Sai zajednice koji su voljni da služe u kampovima i centrima u svojim kvartovima i obližnjim selima. U skladu s tim, napravili smo novu kategoriju vibrioničkih predvodnika, AVP-a, za koje smo osmisili jednostavniji i brži prijemni proces nakon kojeg slijede e-obuka i radionica na lokalnom jeziku. Molimo praktičare da aktivno prepoznaju i povezuju nas sa potencijalnim kandidatima. U procesu smo odabira prve generacije kandidata koji će završiti obuku na Hindiju, na radionici zakazanoj za decembar 2021.

Bila je ovo vrlo plodna godina za kampanju "Proširi riječ", jer smo organizovali nekoliko interaktivnih webinara. Čast nam je što smo se uspjeli povezati s čuvenom Chinmaya misijom u Delhiju-NCR i održati predavanje. Sretan sam što mogu izvijestiti da je poslije dobro primljenog govora uslijedila zanimljiva sesija pitanja i odgovora koja je otvorila mogućnosti za buduću saradnju. Kako bismo proširili misiju Sai vibrionike predlažemo da se svi regionalni koordinatori udruže sa svojim pokrajinskim koordinatorima kako bi na odgovarajućim online platformama organizirali slična predavanja za Sai poklonike. Uvijek nam je zadovoljstvo da vam na bilo koji način pomognemo kako biste organizirali takve programe. Uvijek nam se možete obratiti na [admin2@vibrionics.org](mailto:admin2@vibrionics.org) za više informacija.

Kao i uvijek, ponizno molim praktičare da nam šalju više svjedočanstava svojih pacijenata (audio, video i tekstualna). Naša organizacija se najviše oslanja na iskustva praktičara sa terena. Što bude veći doprinos svih vas, to ćemo kolektivno svi više učiti i sazrijevati.

Želim da nas vrijeme koje dolazi sve oplemeni u svakom pogledu. Molim vas da ostanete sigurni i nastavite sa sjajnim radom koji obavljate!

U služenju Saija s ljubavlju,

Jit K. Aggarwal

\*\*\*\*\*

## ¤ Profili praktičara ¤

**Praktičar** 11573...India je bio vrlo mlad kada je Sai Baba na mističan način ušao u njegov život. Njegova porodica je doživjela gotovo fatalnu saobraćajnu nesreću u kojoj su on i otac čudom izbjegli posljedice, ali je majka bila teško ozlijedjena. Pokraj njenog bolničkog kreveta otac, ateista, se iz dubine duše molio Bogu da joj spasi život, a nakon toga je ugledao Swamija u viziji. Ne moramo reći da je majka preživjela i da je to cijelu obitelj dovelo u Swamijevo okrilje. Praktičar i njegova braća i sestre su počeli raditi sevu od malih nogu te su služili kao *sevadali* u svom rodnom gradu i u Puttaparthiju.



Kada mu je oboje roditelja, u razmaku od pet mjeseci, preminulo od raka 1996, to ga je navelo da počne tražiti alternativnu skupim alopatskim tretmanima. Godinama, kad god je imao vremena i prilike, besplatno je savjetovao svoje prijatelje i poznanike o zdravom načinu života kroz Ayurvedu, *pranayamu*, meditaciju, gledanje u sunce, itd. Međutim, nije bio zadovoljan. Osjećao je da mu 'nešto nedostaje' jer nije mogao pratiti napredak pacijenata niti održavati kontinuitet služenja. U decembru 2014, kada je od jednog Sai poklonika saznao za vibrioniku, istog trena ju je

prepoznao kao svoj poziv. Tako je upisao AVP obuku, stekao kvalifikaciju u aprilu 2015. te u martu 2016. bio promaknut u VP. Formalnu aplikaciju za SVP je predao 31. decembra 2016. Već sljedećeg dana, 1. januara, dok je nudila *prasadam* Swamiju, njegova kćerka je primijetila da je plafon u cijelom stanu prekriven krupnim kapima 'vode'. Zabrinut da je došlo do pucanja cijevi, pozvao je vodoinstalatera. Nisu pronašli kvar, niti je bilo problema u stanovima iznad i ispod njegovog. Tek tada su shvatili da je u pitanju *amrita* (božanski nektar), koju su protumačili kao Swamijev blagoslov povodom njegove prijave za SVP. Čak i danas po zidovima stoje tragovi *amrite*. U novembru 2017. je postao SVP, a sljedeće godine se povukao u ranu penziju kako bi se u potpunosti posvetio vibrionici.

Do danas je tretirao preko 4500 pacijenata s različitim bolestima i postigao preko 90% uspjeha u liječenju kancera i tumora, probavnih problema, ženskih problema, groznica i infekcija, oboljenja usta i glave, problema s kostima, mišićima i zglobovima te kožnih problema. Svi jest o mogućnostima vibrionike te njezinoj dobrobiti za čovječanstvo motivirala ga je da pokuša doseći što veći broj ljudi. Zbog toga je

odlučio da u svom distriktu organizuje mjesecne kampove uz aktivno učešće poklonika iz lokalnih Sai centara. Prvi kamp održan je 16. januara 2016. na prometnoj tržnici gdje je pristup medicinskim sredstvima ograničen. Uprkos tome što je to bilo prvo iskustvo za praktičara i ostale dobrovoljce, u rasponu od osam sati uslužili su 80 pacijenata svih uzrasta. Bilo je ohrabrujuće primijetiti da je procenat pacijenata koji su se vraćali po novu dozu konstantno rastao. U svakom od kampova praktičar je osjećao božansku prisutnost, što je doživio kao svojevrsnu nagradu. Slučaj koji ističe jeste onaj pacijentice (60) čija se opekolina na nozi uz **CC10.1 Emergencies + CC21.2 Skin infections + CC21.3 Skin allergies + CC21.4 Stings & Bites + CC21.10 Psoriasis + CC21.11 Wounds & Abrasions** smanjila 80% za manje od mjesec dana, a ubrzo je bila i potpuno izlječena. Izvještava o nekoliko slučajeva izlječenja koja su se desila nakon samo jedne doze uključujući astmu od 15 godina. Uhobolja od godinu dana je nestala nakon samo jedne doze. Tokom svojih posjeta Puttapparthiju, često bi bio okružen ljudima u zgradama za *sevadale* nakon što bi se pročulo o njegovim izlječenjima. Često bi se požalio Swamiju kako nema dovoljno zaliha za sve, ali On bi se uvijek pobrinuo da ništa ne manjka. Kako je uobičajeno prilikom organizacije kampa, unaprijed pripremi široki spektar kombinacija, naročito za probavne probleme, probleme s kostima, mišićima i zglobovljem, disajne, kožne i mentalne probleme, kako bi se lijekovi mogli distribuirati lako i brzo. U septembru i oktobru 2016, za vrijeme Chikugunya groznice u Delhiju, distribuirao je preventivni lijek više od 150 porodica s izvrsnim rezultatima.

Njegova MBA diploma nakon završenog studija ekonomije te profesionalno iskustvo u upravljanju lancem nabave učinilo ga je pogodnim za različite vrste administrativnih dužnosti. Smatra se blagoslovijenim zbog toga što je primio beskrajnu ljubav, vodstvo i blagoslove svojih nadređenih. Dr. Aggarwal mu je jednom rekao: "Za služenje su potrebna samo dva krila – vrijeme i posvećenost, a ti imaš i jedno i drugo." To mu se urezalo u pamćenje te je u proteklih pet godina obavljao različite administrativne dužnosti kao što su mentoriranje, ažuriranje baze podataka, organiziranje regionalnih susreta, pomaganje u prevođenju AVP priručnika na Hindi, započinjanje globalne inicijative za izlječenje Majke Zemlje u Indiji, pomaganje u razvoju nove web stranice te učestvovanje u istraživačkom projektu pod nazivom Vishoochika. Svako od tih zaduženja doživljavao je kao priliku za učenje. Početkom 2016. preuzeo je zadatak praćenja mjesecnih izvještaja. Nije ni sanjao da bi ga ta vrsta rada mogla povesti na zanimljivo putovanje u kojem je toliko toga naučio o međuljudskim odnosima i psihologiji. Uprkos brojnim izazovima, donio je odluku da se nikada nikome neće obratiti grubim riječima što ga je zauzvrat podučilo jednoj od najvažnijih lekcija života: "Postoji samo jedan način za komunikaciju s ljudima i rješavanje konflikata, a to je **Ljubav**. Uz ljubav se može ostvariti svaki cilj". Njegovi naporci u tom području su se toliko isplatili da su do decembra 2016. svi praktičari s njegovog spiska predavali svoje mjesecne izvještaje čak jedan dan prije zadanoг roka.

Kada je dobio zadatak da odašilje lijekove na daljinu, to mu je pomoglo da se približi Swamiju i učvrsti svoju vezu s Njim. Nalazi da ova seva, ako se čini s čistom ljubavlju, može polučiti preko 95% uspješnih ishoda. Vjeruje da mnogi praktičari nisu svjesni istinskog potencijala odašiljanja. Tokom pandemije, on je s velikim uspjehom odašiljao lijek stotini Covid-19 pacijenata. U januaru 2020. je postao sveindijski koordinator za vibrioniku, a pod vodstvom direktora MUPSV-a je odigrao važnu ulogu u pravljenju Lijeka za jačanje imuniteta, da bi na kraju, od marta 2020, učestvovao u pokretanju projekta distribucije lijeka skupa s šest drugih SVP-a (487 089 primatelja do danas).

Na ličnom nivou, svaki dan praktikuje 'Heartfulness' meditaciju u kojoj se moli Swamiju iz srca. To predstavlja odašiljanje vibracija ljubavi iz srca čime se postiže premošćivanje uma. Tehniku nalazi vrlo korisnom u rješavanju sukoba; dopunjava je 'tehnikom oprاشtanja' u kojoj se na spisak stave svi oni koji su vam stvarali probleme godinama a zatim se spisak spaljuje dok u isto vrijeme tražite oprost od Boga i svih osoba na spisku, kao i od samog sebe. To mu donosi gotovo trenutačno olakšanje. Ove tehnike su mu omogućile da ostane fokusiran tokom dugih sati strpljive seve, naročito prilikom odašiljanja. U vrijeme Swamijevog rođendana 2017, u Puttapparthiju, doživio je aktivaciju korijenske čakre što je rezultiralo većom sviješću o vlastitom okruženju, većim povjerenjem u budućnost te bliskost sa Swamijem.

Kao praktičar se osjeća privilegiranim što je dobio priliku da služi čovječanstvu pod Njegovim vodstvom i milošću, zbog čega može tretirati pacijente neovisno o geografskim ograničenjima. Swamijevе jednostavne i duboke upute 'Voli sve, služi svima' i 'Pomozi uvijek, ne povrijedi nikad' nastavljaju da vode i nadahnjuju praktičara koji širi polje svog impresivnog služenja kada god se njegov plemeniti duh osjeća pozvanim da pomogne.

### **Slučajevi koje dijeli:**

- [Disfagija](#)
- [Glijivična infekcija](#)

**Praktičari** 03594 & 03521...USA oboje inženjeri, suprug IT menadžer, a supruga specijalista za porez. Suprug je



odrastao u porodici koja je njegovala duhovni dimenziju; redovno su prisustvovali *Sai bhajana* u kući kod susjeda. Dok je studirao u Chennaiju, nekoliko puta je bio blagoslojen *Babin darshanom*. Supruga je saznala za Swamija tek nakon što su se uzeli; otpočetka je bila očarana melodijama *Sai bhajana*. Nije imala *darshan* sve do 2004. kad su odveli novorođenu kćerkicu na blagoslov. Nakon što su se vratili u New York, u kojem su živjeli od 2000, počeli su prisustrovati *bhajana* što se vremenom razvilo u jednomjesečne

*bhajane* kod njihove kuće. Godine 2008. počeli su učestvovati u različitim aktivnostima služenja u lokalnom Sai centru kao što su: kuhanje i služenje hrane u domovima za beskućnike i kuhinjama u kojima se služi supa, pripremanje paketa s potrepštinama za vrijeme Božića i pakovanje hrane u lokalnoj banci hrane. Supruga je postala koordinatorica krila služenja, a kasnije i koordinatorica poklonstvenog krila u Centru.

Desetodnevno hodočašće poklonika iz SAD-a u Parthi 2010. bilo je prekretnica u njihovim životima. Kao dio *sadhane* pred put, ozbiljno su prionuli na proučavanje velikog broja Swamijevih govora. To je promijenilo njihovu percepciju u smislu da vide i prepoznaju božanskost u drugima kao i u samima sebi, a to putovanje se nastavlja i danas. Također su naučili da je istinski cilj služenja put ka transformaciji samoga sebe. Sve je to rezultiralo njihovim godišnjim posjetama Puttapparthiju.

Godine 2014, za vrijeme sedmičnog *satsanga*, jedan alopatski doktor je spomenuo kako je *Sai vibrionika* alternativni način liječenja blagoslojen od strane Swamija. To je potaklo njihovo zanimanje te su počeli istraživati listajući web stranicu, čitajući glasnike i gledajući Souljourns filmove. Shvativši da prethodno medicinsko iskustvo nije neophodno, shvatili su da je to njihova prilika da budu dio Swamijeve misije besplatnog zdravstvenog služenja dostupnog svima. Oboje su postali AVP u martu 2015. i SVP u septembru 2016.

U prvoj sedmici prakse, jedna alopatska liječnica koja je tri mjeseca patila od bolno ukočenog vrata, je dobila **CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5**

**Spine.** Sljedeće jutro je nazvala da kaže da se, nakon što je prethodne večeri uzela samo jednu dozu, probudila potpuno oslobođena boli i mogla se micati bez problema. To je kod praktičara izazvalo veliku radost i činilo se kao ništa manje od čuda, što im je podiglo samopouzdanje. Tri mjeseca kasnije, liječnica je i dalje bila zdrava. U još jednom fascinantnom slučaju, žena (55) iz njihovog Sai centra je dobila lijek za sluzavi kašalj od mjesec dana. Nije htjela uzeti alopatski lijek a dobila je **CC9.2 Infections acute + CC10.1 Emergencies + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic**. Već sljedećeg dana je izvjestila da je kašalj nestao u potpunosti!

Praktičari su prepoznali da je **CC15.1 Mental & Emotional tonic** vrlo učinkovit i kao samostalan lijek i u kombinaciji s drugim remedijama, naročito kod tinejdžera. Pruža pozitivan mentalni sklop i emotivno blagostanje te na taj način pojačava apsorpciju drugih vibracija uvrštenih u konačnu kombinaciju. Primjetili su da je **CC17.2 Cleansing** vrlo djelotvoran u čišćenju nakupljenih toksina te tako pomaže pokretanju procesa iscjeljenja, ali se mora koristiti oprezno sa svješću o mogućnosti reakcije. Par često koristi taj lijek za sebe s velikim uspjehom. Kako ne bi bili vezani za rezultate služenja, odlučili su da se tokom pripremanja lijeka mole i rezultate predaju Swamiju. Iako koriste indeks u knjizi 108CC kao i savjete iz drugih slučajeva, danas se više oslanjaju na unutarnju povezanost sa Swamijem. Tako su često vođeni da za neki slučaj uvrste druge lijekove jer svaki pacijent predstavlja svijet za sebe.

Uvijek traže priliku za služenje. Kada putuju u Indiju, šire svijest o vibrionici i tretiraju članove porodice kao i susjede. Kada je počelo širenje Covida, preventivno su napravili boćice sa Lijekom za jačanje imuniteta (**IB**) za pacijente i medicinske radnike. Oboje su vrlo aktivni na polju administracije. Od 2017. mentoriraju nove AVP-e i učestvuju u odašiljanju lijekova. Supruga je od decembra 2016. do maja 2018. bila dio tima za zapisivanje slučajeva, a od maja 2018. je dobila vodeću ulogu u prijemnom odjelu. Suprug pomaže u ažuriranju baze podataka.

Vibrionika ih je oboje učinila svjesnim važnosti i snage holističkog pristupa zdravlju. Znaju da vanjski simptomi ne moraju nužno odražavati pozadinski uzrok, koji se mora tretirati kako bi došlo do pravog izlječenja. To zahtijeva ne samo propisivanje lijekova, već istinsko povezivanje s pacijentima te dublje razumijevanje situacije. Ova seva im je pružila osjećaj dubljeg smisla u životu. Beskrajno su zahvalni Swamiju koji im je dao priliku da budu Njegovi instrumenti, da bez predrasuda dijele ljubav i saosjećanje sa svojim pacijentima. Bilo je to osobno preobražajuće putovanje ispunjeno čistim zadovoljstvom i

osjećanjem širenja. Njihova svakodnevna molitva se proširila na njihove pacijente kao i na svakog koga sretnu. Oboje uživaju u svojoj ulozi praktičara Sai vibrionike.

### **Slučajevi koje dijele:**

- [Zimski kašalj](#)
  - [Ovisnost o crtanim filmovima](#)
- 

## **¤ Slučajevi s kombinacijama ¤**

### **1. Disfagija 11573...India**

Žena (44) je patila od poteškoća prilikom gutanja, što je pet godina ranije dijagnosticirano kao disfagija. Svaki put kad bi pokušala da jede, došlo bi do aspiracije (hrana bi krenula niz dušnik) što bi za posljedicu imalo kašalj i gušenje. Zahvaljujući konstantnom silovitom kašlju tokom dana i noći, mnogo puta bi razvila bol u tijelu (izraženiji noću) i groznicu koje je moguće uzrokovala respiratorna infekcija. Nije se obratila liječniku jer se bojala da bi joj preporučio operaciju. Uzimala je samo lijekove iz apoteke, ali bez uspjeha.  
**17. januara 2018.** praktičar joj je dao:

**NM18 General Fever + NM20 Injury + NM30 Throat + NM31 Tonsils (& Glands) + NM32 Vein-Piles + NM36 War + SM41 Uplift...svakih 10 minuta dva sata, zatim 6TD**

U roku od sedam dana bol i grozica su se povukli, mogla je bolje gutati bez gušenja, kašalj se javljao sporadično tokom dana, ali je i dalje kašljala noću. Sljedeće sedmice nije kašljala tokom dana, a došlo je do 50% poboljšanja noćnog kašlja tako da je doziranje smanjeno na **TDS**. Stanje je nastavilo da se popravlja, a u naredne dvije sedmice se potpuno oporavila. Sada je bila u mogućnosti da uživa u obrocima. Doziranje je postepeno smanjivano do 28. februara 2018. Od jula 2021. nije bilo povrata simptoma.

*Ako koristite kutiju 108CC, treba dati: CC19.7 Throat chronic + CC3.7 Circulation*

---

### **2. Gljivična infekcija 11573...India**

Muškarac (55) je proteklih 10 godina patio od svraba i ljušpanja kože u preponama, tokom ljeta i kišne sezone. To je u ljeto 2008. dijagnosticirano kao gljivična infekcija. Nekoliko sezona je uzimao alopatske lijekove, ali infekcija bi se ponovo javila sljedeće sezone, stoga je prestao. Uzimao je samo kokosovo ulje koje mu je pomalo pomagalo. Međutim, infekcija je protekle godine trajala cijelu godinu bez prekida, te je shvatio da mu je svrab postao nepodnošljiv. Opterećen potrebom da se konstantno češe, obratio se praktičaru **11. januara 2018.** i dobio:

**NM2 Blood + NM6 Calming + NM27 Skin-D + NM101 Skin-H + NM102 Skin Itch + OM17 Liver Gallbladder + SM27 Infection...TDS** i u vodi za vanjsku primjenu...**BD**

U roku od sedam dana je osjetio da mu se svrab smanjio za 25%. Nakon toga je svake sedmice primjećivao poboljšanje od 20%, a do kraja pete sedmice, 15. februara, koža mu je bilo potpuno zdrava. Doziranje je postepeno smanjivano do 2. marta 2018. Nakon tri i pol godine i dalje je izlijеčen od gljivične infekcije.

*Ako koristite kutiju 108CC, treba dati: CC21.3 Skin allergies + CC21.7 Fungus*

---

### **3. Zimski kašalj 03521...USA**

Žena (37) se 2013. godine doselila u SAD. Od tada je svake zime patila od konstantnog kašlja danju i noću te od osjećaja gušenja prilikom jedenja. Majka joj je bila astmatična, ali je obično u djetinjstvu patila od blage prehlade i kašlja. Tokom dvije prethodne zime propisali su joj steroide i inhalator koji joj je pomagao, ali samo privremeno. Početak sljedeće zime joj je potakao teški kašalj kojeg se užasavala, ali je ovaj put odlučila da neće uzimati alopatske lijekove jer su je prethodnih godina mučile njihove nuspojave.  
**20. oktobra 2016.** se obratila praktičarki koja joj je dala:

**NM8 Chest + NM9 Chest TS + NM30 Throat + NM71 CCA + SM31 Lung & Chest + CC10.1 Emergencies...TDS**

U roku od sedam dana, noćni kašalj je nestao u potpunosti, a dnevni se popravio za 25%. Nakon još tri sedmice, dnevni kašalj je također nestao, a tako i osjećaj gušenja. Međutim, ako bi zaboravila da uzme dozu, simptomi bi se vratili tako da joj je savjetovano da nastavi s lijekom **TDS**. Nakon još četiri sedmice, dobila je istu kombinaciju samo bez **CC10.1 Emergencies**. Kako je bio vrhunac zime, doziranje je održavano na **TDS** prije nego što je 15. februara 2017. smanjeno na **BD**, a zatim nakon mjesec dana na **OD**, prije nego što je skroz prekinuto u trećoj sedmici aprila 2017. Od tada su prošle četiri zime, a ona se osjeća sasvim dobro do danas, jula 2021.

*Ako koristite kutiju 108CC, treba dati: CC19.6 Cough chronic + CC19.6 Throat chronic + CC10.1 Emergencies*

---

#### **4. Ovisnost o crtanim filmovima** 03594...USA

Mladić (25) je prije sedam godina došao u SAD kako bi završio koledž. Tokom prve godine počeo je gledati anime, japanske crtane filmove. To se postepeno pretvorilo u ovisnost te je nekoliko mjeseci kasnije gledajući anime po cijelu noć. Zato po danu nije imao koncentracije te se nije mogao fokusirati na učenje. U skladu s tim nije dobro prolazio na ispitima te je konačno nakon dvije godine isписан sa koledža. Fizički je bio dobro te se zaposlio kao recepcioner. Otac ga je uspio uvjeriti da bi trebao prekinuti ovisnost i predložio mu da pokuša sa vibrionikom jer je prethodno i sam iskusio njezinu moć. Kako je sin pristao, praktičar je pripremio sljedeći lijek koji mu je dao **14. decembra 2015.**:

#### **#1. CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC15.3 Addictions...TDS**

29. decembra je dobio povratnu informaciju da je gledanju anima doprinijela i nesanica. Kako bi mu pomogao da obnovi normalan ritam spavanja, dodao je:

**#2. CC15.6 Sleep disorders**...30 minuta prije normalnog vremena za spavanje, zatim još maksimalno dvije doze u razmaku od pola sata ako ne uspije da zaspne.

Ovo je pomoglo mladiću da smanji naviku konstantnog gledanja crtanih filmova te da bolje funkcionira tokom dana.

Od samog početka tretmana, vrijeme koje je provodio gledajući anime počelo je da se smanjuje iz sedmice u sedmicu. Do 3. marta 2016, osjećao je da se popravio za 50%. Uz pomoć porodice, nastavio je da uzima lijekove, a oni su primijetili da se oporavlja postojano. Do prve sedmice juna, u potpunosti je prevazišao ovisnost, iako je i dalje volio gledati crtane filmove. Doziranje **#1** je smanjeno na **BD**, a zatim postepeno smanjivano do kraja zadnje sedmice jula, a **#2** mu više nije bio potreban. Godine 2017. je nastavio studij i uspješno diplomirao 2019. Prema informacijama od jula 2021. i dalje se osjeća dobro.

**\*Ovisnost o animama** je vrlo realna i može biti opasna (baš kao ovisnost o video igrama), jer su anime zanimljive te sadrže elemente akcije, komedije i zabave. To je program koji vas toliko zaokupi da ne možete a da ne pogledate sljedeću epizodu.

---

#### **5. Svrab na koži** 03578...France

Žena (45) je 25 godina patila od svrab po različitim dijelovima tijela, a najviše po šakama i stopalima. To je nije toliko mučilo do unazad godinu dana kad se svrab pojačao. Počela je da se konstantno češe, više noću, zbog čega nije mogla dobro spavati. Pokušala je s različitim alopatskim i homeopatskim lijekovima, ali bez uspjeha. Kad je prije šest mjeseci počela raditi kao čistačica, stanje joj se pogoršalo, vjerovatno zbog korištenja hemijskih supstanci. Bila je gotovo u suzama kad je **12. jula 2019.** posjetila praktičara jer joj je svrab postao nepodnošljiv. Dobila je:

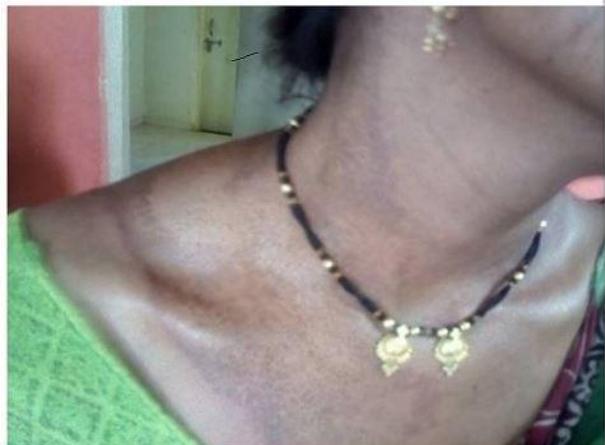
**#1. CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.3 Skin allergies...6TD** sedam dana, zatim **TDS**

**#2. CC21.3 Skin allergies...TDS** u kokosovom ulju za vanjsku primjenu

21. jula je izvjestila da se svrab popravio za 20%, ali da dobro spava. Međutim, čim bi se probudila, počelo bi da svrbi. Nakon još osam dana, kako je bilo vrlo malo daljnje napretka, **#2** je pojačan na:

**#3. CC10.1 Emergencies + #2...TDS** u kokosovom ulju za vanjsku primjenu

Za dvije sedmice svrab se popravio za 70% a nakon još mjesec dana za 90%. Odlučila je smanjiti doziranje oba lijeka na **OD**. 11. oktobra je bila presretna što može javiti da je više ništa ne svrbi. Nakon još dvije sedmice, doziranje je smanjeno na **OW** prije nego što je prestala uzimati lijek 15. decembra 2019.



7 April – before treatment

4 May – after treatment

Kada su zadnji put kontaktirali u julu 2020., nije bilo povrata simptoma ni sedam mjeseci nakon prestanka uzimanja lijeka.

## 6. Ekzem 11629...India

Žena (25) je patila od svraba, suhe i ljuspave kože po različitim dijelovima tijela, uglavnom u gornjem dijelu leđa. Zahvaćeni dijelovi su bili svjetlij u odnosu na prirodnu boju kože. Postepeno su se počeli širiti prema prednjem dijelu tijela (vidi sliku). Ovo stanje je godinu dana ranije dijagnosticirano kao ekzem te su joj propisani tablete i mast. Međutim, koristila ih je samo kad bi se koža upalila i kad bi imala lezije; to se dešavalo svakog mjeseca, a pogoršanje bi se povuklo 8-9 dana nakon alopatskog tretmana. **7. aprila 2020.** odlučila je obratiti se praktičarki koja joj je dala:

### CC21.2 Skin infections + CC21.6 Eczema...TDS

4. maja pacijentica je izvjestila 100%-no poboljšanje kod svih simptoma, a koža joj je djelovala zdravo (vidi slike). Doziranje je smanjeno na **OD**, što je željela nastaviti uzimati preventivno. Kako ni poslije šest mjeseci nije došlo do povrata nijednog simptoma, prestala je uzimati lijek u posljednjoj sedmici novembra. Prema informacijama iz **avgusta 2021.** i dalje je zdrava.

**Napomena urednika:** Za probleme s kožom uvijek savjetujemo i vanjsku primjenu lijeka.

## 7. Uporan bol u trbuhi 01001...Uruguay

Dječak (7) se žalio na bol u trbuhi ubrzano nakon što bi počeo jesti, nakon čega bi odmah prestao s jelom. Tako je počeo unositi minimalne količine hrane i jako smršao. Doktor ga je testirao na parazite, ali je rezultat bio negativan. Zato mu nije propisao lijekove te je rekao da je pozadinski uzrok emotivne prirode. Sve je krenulo kad je počeo ići u školu četiri mjeseca ranije, a dešavalo se tokom svakog obroka. Zabrinuta majka je kontaktirala praktičara **20. januara 2020.** Nije bila u stanju prisjetiti se niti jednog mogućeg uzroka osim toga što je dječak bio nervozan u vezi odlaska u školu i upoznavanja učitelja i vršnjaka. Dobio je:

### NM6 Calming + NM12 Combination-12 + NM29 SUFI...TDS

Prvog dana je povratio tri puta. Shvativši da se radi o reakciji, majka je nastavila s istim doziranjem. Povraćanje se nastavilo još dva dana, a zatim je prestalo 22. januara. Nakon toga se dječak počeo

osjećati bolje tokom obroka i mogao je jesti male količine hrane bez bolova. Svi članovi porodice su bili sretni. Doziranje je 26. februara smanjeno na **OD**, a zatim postepeno smanjivano do 2. aprila. Iako je i dalje bio mršav, dječak se osjećao snažnim i energičnim. Prošlo je više od godinu dana, a on i dalje uživa u obrocima i dobro raste.

**Ako koristite 108CC kutiju, dajte: CC4.1 Digestion tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic**

+++++

## **8. HIV <sup>11585...India</sup>**

Građevinski radnik (42) je početkom februara 2019. počeo patiti od temperature, gubitka apetita, iscrpljenosti, gubitka težine i noćnog znojenja. 7. marta mu je dijagnosticiran HIV te je odmah iz državne bolnice počeo dobivati lijekove protiv virusa. Supruga je bila negativna. Znao je da je pokupio infekciju zahvaljujući vanbračnim odnosima tokom čestih izbivanja iz kuće zbog posla. Sad je imao tako snažan osjećaj krivnje da nije želio izaći iz kuće. Uznemirena zbog njegovog stanja, supruga je kontaktirala praktičara da pita da li 'Sai Babin lijek' (kako su nazivali u njihovom selu vibrioniku) može pomoći njenom suprugu. **13. marta 2019.** praktičar je posjetio pacijenta kod kuće. Pogledavši nalaze savjetovao je ovom paru da se uspraviti te hrabro suočiti sa situacijom. Dao mu je sljedeću kombinaciju:

**NM12 Combination 12 + NM63 Back-up + NM90 Nutrition + OM28 Immune System + SM26 Immunity + SM29 Kidney + SM30 Life (AIDS) + SM41 Uplift + SR250 Psorinum + SR272 Arsen Alb CM + SR282 Carcinosin + SR292 Graphites 30C + SR318 Thuja 200C + SR345 Calendula + SR360 VIBGYOR...TDS**

U roku od mjesec dana pacijent se osjećao 30% bolje po pitanju svih simptoma. Sam je došao kod praktičara po novu dozu i zvučao vrlo pozitivno i samouvjereni. Nakon još dva mjeseca, osjećao se 80% bolje te je imao dovoljno snage da nastavi raditi. Nakon tri mjeseca, u septembru 2019. bio je 100% izliječen od svih simptoma te je prestao uzimati alopatke lijekove. 9 decembra 2019. bio je sretan kad je vidio da mu je HIV test negativan. Stoga je doziranje smanjeno na **OD** i konačno prekinuto 14. marta 2020. Od jula 2021, pacijent je i dalje čio i zdrav.

**Ako koristite 108CC kutiju, treba dati: CC12.3 AIDS - HIV + CC12.4 Autoimmune diseases**

+++++

## **9. Svrab i ljušpanje kože po dlanovima <sup>11210... India</sup>**

Muškarac (50) je četiri godine patio od žuljeva i ljušpanja kože uz svrbež na oba dlana i pomalo na stopalima. Prve dvije godine je uspijevao izaći na kraj s tim uz korištenje kokosovog ulja, ali bi mu to pomagalo samo privremeno. Godine 2019, kad mu se stanje pogoršalo, obratio se dermatologu koji mu je propisao antialergijske tablete uporedno sa Prosivat S mašću na bazi kortikosteroida. Nije uzimao tablete, ali mu je krema pomagala. Međutim, nakon kratkog vremena, simptomi bi se ponovo javili. Stoga je morao koristiti kremu gotovo svaki dan, što je činio dvije godine. Morao je prestati voziti motor jer mu je trenje dlanova o ručke pogoršavalo stanje. **3. marta 2021.** (vidi sliku) obratio se praktičaru koji mu je dao:

**CC21.3 Skin allergies + CC21.5 Dry Sores + CC21.6 Eczema...TDS** oralno i u kokosovom ulju za vanjsku primjenu...**BD**



Uzimao je samo vibrice i nakon sedam dana izvjestio da su mu stopala zdrava, a žuljevi na dlanovima nestali! Međutim, svrab i ljušpanje su bili samo 25% bolje, a do 29. marta se osjećao 90% bolje (vidi sliku). Oralno doziranje je smanjeno na **BD**. 6. aprila je bio skroz dobro, tako da je počeo smanjivati doziranje sve do 20. aprila. Prema informacijama iz 2021. nije bilo povrata niti jednog od simptoma.

+++++

## **10. Bol u ramenu nakon zacijeljenja preloma** 11626...India

23. februara 2020. gospođa (61) je pretrpjela pad što je dovelo mikrofrakture u desnom ramenu s teškim bolovima. Ruka joj je bila zamotana u elastični zavoj, propisali su joj sredstvo protiv bolova i savjetovali odmaranje. Nakon tri dana je prestala uzimati analgetik zbog straha od nuspojava. Zavoj su uklonili nakon 45 dana jer je kost zacijelila. Međutim, nije bilo gotovo nikakvog poboljšanja po pitanju bola koja se pogoršavala kad god bi pokušala podići desnu ruku. Nije mogla držati čak ni čašu vode i bilo joj je teško obavljati kućanske poslove. U maju 2020. je počela uzimati **IB** (za Covid 19) od praktičara i nakon dvije sedmice njen poremećaj sna, koji je trajao 18 mjeseci, je bio izlječen. Impresionirana snagom vibrionike, obratila se praktičaru zbog bola u ruci. Također je u protekle dvije godine osjećala blagi bol u koljenima kad god bi se pretjerano naprezala ili sjedila prekriženih nogu više od 15 minuta. **1. juna 2020.** je dobila:

### **#1. CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.3 Arthritis + CC20.6 Osteoporosis + CC20.7 Fractures...TDS**

Nakon mjesec dana, 5. jula, izvjestila je da se potpuno oporavila od bolova u ramenu i koljenima. Mogla je micati desnom rukom, obavljati svakodnevne poslove s lakoćom te sjediti prekriženih nogu duži vremenski period. Doziranje je u narednih osam sedmica postepeno smanjivano do **OD** prije nego što je prestala s lijekom 10. septembra kad je dobila sljedeći lijek za održavanje koštanog zdravlja:

### **#2. CC20.1 SMJ tonic + CC20.6 Osteoporosis...TDS** pet mjeseci, **BD** mjesec dana, **OD** dva mjeseca, a zatim je prestala 20. maja 2021.

Prilikom kontrole u avgustu 2021 nije bilo povrata nikakvog bola.

+++++

## **11. Sterilitet** 03572...Gabon

Žena (38) je patila od bolnih menstruacija te su joj u oktobru 2015. dijagnosticirali cistu veličine 5 cm u desnom jajniku; hormoni su bili u redu. Ginekolog joj je propisao Lutenil 10 dana za cistu, ali to nije pomoglo. Imala je čerku od 8 godina i od februara 2017. pokušavala začeti drugo dijete. Kako nije uspjela do juna 2018, otišla je na HSG testiranje koje je pokazalo da su joj oba jajovoda *potpuno začpljeni*. Propisali su joj Klomid i Duphaston tri mjeseca za regulaciju ciklusa i podsticanje ovulacije. Međutim, niti je mogla začeti niti se menstrualni ciklus popravio. Kako je u njenoj porodici bilo mnogo ljubomore, sumnjava je da joj je neko bacio čini te da zato ne može zatrudnjeti. **15. septembra 2018.** se obratila praktičarki koja joj je dala:

### **#1. CC8.1 Female tonic + CC8.4 Ovaries & Uterus + CC12.1 Adult tonic + CC15.2 Psychiatric disorders...TDS**

Nije uzimala druge lijekoce. 10. maja 2019. je izvjestila da joj menzes više nije bolan, a ginekolog je otkrio da se jedan jajovod otvorio dok je drugi i dalje začpljen. Lijek je pojačan na:

### **#2. CC8.5 Vagina & Cervix + #1...TDS**

U junu je doktorica otkrila da pacijentica ima vanmateričnu trudnoću u otvorenom jajvodu te joj preporučila prekid trudnoće i operaciju jajovoda. Poslije operacije je dobila oralnu terapiju od deset dana antibiotika. Čak i nakon ovog iskustva, žena je i dalje željela dijete te je odlučila nastaviti s vibrionikom. Praktičarka je promjenila lijek na:

### **#3. CC8.4 Ovaries & Uterus + CC8.5 Vagina & Cervix + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.2 Psychiatric disorders...TDS**

30. septembra je bila presretna što može izvjestiti da joj je test na trudnoću pozitivan. Ginekologinja je bila zapanjena što je pacijentica uspjela začeti sa začpljenim jajovodom, a fetus je bio dobro smješten. Rekla je: "Gospodo, to što ste trudni je ravno čudu." Kako je ustanovila povišen krvni pritisak, propisala joj je Aldomet. **#3** je zamijenjen sljedećim lijekovima tokom trudnoće i do mjesec dana nakon poroda.

### **Za trudnoću**

### **#4. CC8.2 Pregnancy tonic + CC8.9 Morning sickness + CC12.1 Adult tonic + CC15.2 Psychiatric disorders...TDS**

### **Za visok pritisak**

### **#5. CC3.3 High Blood Pressure (BP) + CC3.5 Arteriosclerosis + CC3.7 Circulation + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC10.1 Emergencies + CC17.2 Cleansing...TDS**

1. aprila 2020. žena je rodila zdravog dječaka. 1. maja je prestala uzimati #4, ali joj je savjetovano da nastavi s #5 jer joj je pritisak bio blago povišen. 1. juna je pritisak bio normalan, a #5 prekinut. Prema informacijama iz jula 2021, ona i beba su i dalje dobro.

\*\*\*\*\*

## ❖ Kutak za odgovore ❖

P1. Iz odgovora na pitanje P6 u Glasniku 12/3 sam shvatio da možemo postati otporni na lijek ako ga uzimamo dugo. Pošto od početka Covida-19 preko godinu dana uzimamo **IB**, da li to znači da on nije više tako djelotvoran?

O. Da, do toga je moglo doći da smo uzimali isti **IB** svo vrijeme. Međutim, kako je virus Covid 19 brzo mutirao (pošto se radi o RNK, a ne DNK virusu), naš **IB** je bio revidiran nekoliko puta što znači da je jednako djelotvoran kao i ranije.

\*\*\*\*\*

P2. Jedna uobičajena kombinacija (CC) u kutiji 108CC sadrži brojne remedije. Da li ta mješavina zadržava vibraciju svakog pojedinog lijeka sadržanog u njoj? Osim toga, mi često miješamo više CC kombinacija u jednoj bočici. Kako to može dovesti do izlječenja?

O. Kada stavimo više remedija u jednu kombinaciju, ta mješavina sadrži kompozitnu vibraciju svih njezinih sastavnih dijelova. Međutim, ta vibracija sadrži iscijeljujuću moć svakog pojedinog lijeka u njoj. Ali, kada kombinujemo previše vibracija, to može dovesti do usporavanja djelovanja svake pojedine vibracije (nešto slično efektu rastvaranja). Zato savjetujemo da pažljivo birate samo one kombinacije koje se odnose na dato oboljenje. Pored toga, vjera i molitva praktičara su od izuzetne važnosti, a također pomaže i ako osoba ima vjeru u vibrioniku i povjerenje u praktičara. Ono što je od najviše važnosti jeste praktičarova namjera dok pravi lijek!

\*\*\*\*\*

P3. Nakon što sam oko dvije sedmice tretirala pacijentku zbog depresije s **CC15.2 Psychiatric disorders**, bol joj se vratila tačno na onim mjestima na kojima je prije 15 godina zadobila prelome uslijed teške saobraćajne nesreće. Sedam dana sam joj davala **CC10.1 Emergencies** i bol se povukla. U drugom slučaju nesanice **CC15.6 Sleep disorders** nije radio, ali kad sam mu dodala **CC10.1**, djelovao je čudesno. Primjećujem da praktičari često dodaju **CC10.1** različitim kombinacijama. Da li to znači da ga možemo dodavati svim kombinacijama kako bismo pojačali njihovu djelotvornost?

O. Ponovno javljanje bolova uzrokovanih prelomom kod prve pacijentice je bila reakcija trećeg tipa. **CC10.1 Emergencies** je djelovao jer je adresirao problem na pravi način. Kod drugog pacijenta, pozadinski uzrok nesanice su mogli biti trauma ili neki emotivni problem za koji je **CC10.1** relevantan i zbog toga je bio djelotvoran. Međutim, u skladu s onim što je napisano u odgovoru iznad, ne preporučujemo dodavanje **CC10.1** svakoj kombinaciji. Uvijek trebate давати само one kombinacije koje se odnose na simptome. **CC10.1** trebate dati ako se tokom tretmana javi stari simptom koji je za njega indiciran.

\*\*\*\*\*

P4. Postoji li lijek koji se može dati nekome ko umire kako bismo mu olakšali posljednje sate na zemlji?

O. Da, **SR272 Arsen Alb CM** pruža tišinu i lakoću u posljednjim trenucima. Za one koji nemaju SRMP, **CC15.2 Psychiatric disorders** (koji sadrži i **SR272**) iz kutije 108CC će biti jednakoj djelotvoran.

\*\*\*\*\*

P5. Kada sam bolestan, je li bolje da tretiram samog sebe ili da se obratim drugom praktičaru?

O. Kad je u pitanju akutna bolest, najbolje je da tretirate sami sebe jer tako možete odmah početi s korištenjem lijeka. Međutim, za hronični problem cjelovit odgovor se nalazi u Glasniku 7/3. Uvijek je bolje obratiti se drugom praktičaru jer je pružanje i primanje ljubavi također dio iscijeljujućeg procesa. Pored toga, kada uzimate vibrice od drugog praktičara, imate obavezu uzimati lijek prema određenom rasporedu jer nakon izvjesnog vremena trebate izvijestiti o svom napretku. Ako je nelagoda jaka, možda nećete biti u stanju razmišljati staloženo i zbog toga je također važno obratiti se drugom praktičaru. Kad znate da vam je određeni lijek pomagao u prošlosti i želite ga upotrijebiti bez da se obratite drugom praktičaru, u redu je napraviti vlastiti lijek.

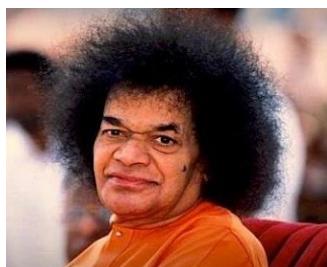
\*\*\*\*\*

P6. Prema onom što je pojašnjeno u Glasnicima 4/5, 7/3 i 12/3, shvatam da će se hronična bolest vjerovatno vratiti ukoliko ne počnemo slijediti zdrav način života. Kad god načнем tu temu s pacijentima, oni ne žele razgovarati o tome. Kako se trebam postaviti u takvoj situaciji?

O. Jedan od načina jeste skupljati informacije o načinu života (svaki put pomalo) pacijenta tokom nekoliko susreta dok nastojite uspostaviti odnos s njim. Npr. ako je osoba dijabetičar, možete je pitati da li svaki dan vježba, i koliko? Ako pati od visokog pritiska, možete je pitati da li možda stavlja više soli u hranu. Kad nekoga upoznate dobro i prikupite informacije o različitim aspektima njegovog načina života, možete postepeno uvoditi preporuke za promjenu životnog stila (jednu ili dvije po susretu). Imajte na umu da kao praktičari morate i sami težiti tome da imate zdrav način života i budete uzor svojim pacijentima. Jedino će u tom slučaju biti ponukani da poslušaju vaše savjete.

\*\*\*\*\*

## ¤ Božanske riječi Vrhunskog Iscjelitelja ¤



*Morate razviti fizičku snagu za koju je neophodna uravnotežena prehrana. Možete jesti rižu i čapati. Trebate razviti mentalnu snagu kako biste otklonili negativne misli. Kada imate mentalnu snagu, ostaćete neuznemireni dok se suočavate s poteškoćama i tugom... Kada budete razvijali fizičku i mentalnu snagu, vaša duhovna snaga će također rasti. Kada slijedite put duhovnosti, bićete oslobođeni svih sumnji i zabluda. Pogrešna hrana potiče negativne sklonosti kao što su ljutnja, požuda i napetost te je uzrok svih problema. Stoga je neophodno uvijek jesti samo pročišćenu (satvičnu) hranu.*

...Sathya Sai Baba, "Vrhunsko blaženstvo proističe iz apsolutne mudrosti", 1. septembar 1996.  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/d960901.pdf>

"Služite drugima i primajte ljubav." Ovo je recept za iskustvo božanskog. Ali danas se služenje ne nudi cijelim srcem. Samo nekolicina nudi služenje s ljubavlju te u skladu s tim samo nekolicina može primiti Božiju milost. Čak je i njihova ljubav samousmjerena i ne obuhvata sve i svakog. Naša ljubav ne bi trebala biti ograničena na bližnje, prijatelje i rodbinu. Ona se mora protezati od porodice ka društvu u cijelini, zatim prema cijeloj naciji da bi na kraju obuhvatila cijeli svijet.

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

\*\*\*\*\*

## ¤ Obavještenja ¤

### Predstojeće radionice\*

- **SAD:** online AVP radionica\*\* dvosedmični susreti **15. 09. do 23. 11.** kontaktirati Susan na [Saivibronics.usa.can@gmail.com](mailto:Saivibronics.usa.can@gmail.com)
- **VB London:** UK Nacionalni seminar obnavljanja znanja **19. septembar 2021**, kontaktirati Jerama Patela na [jeramjoe@gmail.com](mailto:jeramjoe@gmail.com)
- **Indija Puttaparthi:** online AVP praktična radionica, **1-18. 11. 2021\*\*** nakon koje će uslijediti živa radionica u Puttapparthiju **24-26. novembra 2021** kontaktirati Lalithu na [elay54@yahoo.com](mailto:elay54@yahoo.com) ili telefonom na 8500-676-092
- **Indija Puttaparthi:** AP radionica **16-18 decembar 2021**, kontaktirati Padmu na [trainer-cc@in.vibrionics.org](mailto:trainer-cc@in.vibrionics.org) ili telefonom na 8329-848 898
- **Indija Puttaparthi:** online SVP radionica **januar 2022\*\*** Datumi će biti obajavljeni kontaktirati Hem na [99sairam@vibrionics.org](mailto:99sairam@vibrionics.org)

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

\*\*Podložno promjeni

## ❖ Dodatak ❖

### 1. Savjeti za zdravlje

#### Zdrava ishrana s cjelovitim žitaricama

**Vrsta hrane koju konzumirate odlučuje o stepenu koncentracije kojim vladate: njena kvaliteta i kvantiteta odlučuju o tome koliko je vaša samokontrola smanjena ili povišena...Sathya Sai Baba<sup>1</sup>**

#### 1. Žitarice – cjelovite i ne tako cjelovite

**1.1 Cjelovita žitarica:** Također poznata kao integralna ili prava žitarica predstavlja cijelo sjeme ili jezgro vrste travnate biljke u njenom prirodnom stanju, koje se sastoji iz tri dijela – *mekinje*, *klice* i *endosperma* (vidi sliku); posjeduje dobru mješavinu škrobastih ugljikohidrata, vlakana, proteina, vitamina, minerala i fitohemijskih tvari te ne sadrži puno zasićenih masti i soli. Integralne žitarice možemo nazvati "cjelovitim" samo kada sadrže sva tri dijela sjemena u potpunosti te odgovarajuće hranjive tvari u izvornom omjeru.<sup>2-6</sup>



Dijetalna vlakna u cjelovitim žitaricama čiste probavni trakt i jačaju probavno zdravlje, podižu imunitet, dovode šećer u ravnotežu te smanjuju rizik od debljanja i dobivanja na težini. Hranjive tvari u cjelovitim žitaricama pomažu u borbi protiv upala, podstiču cjelokupno zdravlje, sprječavaju rak te štite od srčanih bolesti i moždanog udara.<sup>2-6</sup>

**1.2 Pseudožitarice:** To su zrnate sjemenke iz biljaka koje nisu klasificirane kao trave, ali se smatraju cjelovitim zbog odgovarajućeg nutritivnog profila. Pored toga, prirodno su bez glutena i dostupne u cjelovitom obliku. U najpoznatije pseudožitarice spadaju amaran, heljda, kinoa, kaniwa i divlja riža.<sup>7-9</sup>

**1.3 Rafinirane žitarice:** Doslovno sve cjelovite žitarice prolaze kroz proces čišćenja i obrade kako bi se spriječilo njihovo propadanje u prevozu ili ambarima, ali u tom procesu ipak zadržavaju sve hranjive sastojke. Postaju rafinirane kada im se uklone mekinje i masne klice (koja ima tendenciju da užegnu uslijed izloženosti višim temperaturama i svjetlosti) a ostavi samo mekani i lako probavljivi endosperm. U tom slučaju njihova nutritivna vrijednost se značajno smanjuje, produžava im se rok trajanja, cijena im se smanjuje te zadobivaju privlačniji izgled. Rafinirane žitarice se koriste u svim procesiranim pahuljicama, tjesteninama i većini peciva.<sup>10-13</sup>

**1.4 Obogaćene žitarice:** Mnoge rafinirane žitarice se obogaćuju hranjivim tvarima koje nestanu tokom procesa obrade ili nisu isprva ni bile prisutne u njima. Proteini prirodno opstaju tokom obrade, B vitaminii i željezo se mogu ponovo dodati, ali u omjerima različitim od izvornih. Vlakna i fitohemijske supstance se ne mogu ponovo dodavati i nestaju zauvijek. Masti, šećer i sol se također mogu ponovo dodati. Obogaćene žitarice su spriječile nedostatke i odgovarajuće probleme sa zdravljem kod određenih skupina, npr. žitarice za dojenčad obogaćene željezom i B vitaminima za sprječavanje anemije i pšenično brašno obogaćeno foličnom kiselinom za sprečavanje urođenih mana.<sup>11-14</sup>

#### 2. Cjelovite i pseudo žitarice – bez glutena *indiski nazivi u zagradama*

**2.1 Amarant (Cholai/Ramdana/Rajgira):** Super žitarica s visokim udjelom proteina (13-14%) bogata vitaminom E i visokokvalitetnim vitaminima B kompleksa i mineralima kao što su kalcijum, željezo, mangan i cink. U pitanju je kompletan protein koji se smatra jednak životinjskom. Jezgra amaranta sadrži svih devet aminokiselina, uključujući rijetki i važni lizin kojeg nema u drugim žitaricama osim u kvinoji. Najbolje se apsorbira i probavlja nakon što se potopi osam ili više sati i skuha.<sup>6-11,15-18</sup> (vidi *Glasnik 12/3, Prilog o ljevitim biljkama*)

**2.2 Smeda/integralna riža (Bhoora chawal):** Polovina svijeta koristi rižu kao osnovnu namirnicu. Mekinjasti omotač daje joj orašastiji okus i žilaviju teksturu. Sadrži tri puta više vlakana od bijele riže, iako sadrži manje vlakana od drugih cjelovitih žitarica. Bogata je vitaminima i mineralima kao što su selen, magnezij i mangan, mineral o kojem se malo priča ali koji je vrlo važan i neophoran za optimalno zdravlje.

Protein u riži je balansiran s ugljikohidratima u njoj. **Crna riža**, bogata kalorijama, je hranjivija od smeđe. Jednako hranjiva je i butanska crvena riža.<sup>6,19-21</sup>

**2.3 Heljda (Kuttu)** sadrži 33% više vlakana, neznatno više ugljikohidrata, ali mnogo manje kalcija od amaranta. To je jedina žitarica sa visokim udjelom antioksidansa rutina.<sup>6,22,23</sup>



Amaranth



Brown rice



Buckwheat

**2.4 Kukuruz (Makka):** Obično žut, dolazi u različitim bojama. Bogat karotenoidnim antioksidansima, izvrstan je za oči i zdravlje kože. Kad se jede s grahom ili povrćem, to podiže komplementarnu mješavinu aminokiselina koje podižu vrijednost proteina. Njegovi sastojci se bolje apsorbiraju u kuhanom obliku. **Slatki kukuruz** je vrsta koja se obere prije nego što mu jezgra skroz sazrije; zato sadrži veće količine šećera i škroba.<sup>6,16,24,25</sup> (vidi Glasnik 11/5, Članak o povrću)

**2.5 Proso** je lakoodrživa izdržljiva žitarica sitnog zrna otporna na sušu za čiji je uzgoj potrebno upola manje vremena nego za rižu i pšenicu. Poznata kao hrana lijek, proso je škrobasto zrnevљe bogato bjelančevinama s niskim glikemijskim udjelom, bogato antioksidansima, mineralima, B vitaminima, i vlaknima, izvrsna za zdravlje i idealna za djecu u razvoju.<sup>26-30</sup> Neke od poznatijih vrsta prosa su:

**2.5.1 Japansko proso (sanwa chawal):** Po okusu slično kuhanoj lomljenoj riži, niskokalorično i poznato



Oats



Quinoa



Wild rice

po tome  
što  
snižava  
šećer i  
smanjuje  
težinu.<sup>31</sup>

### 2.5.2 Crveni

**proso (Ragi):** Smatra se najhranjivijom žitaricom. Kako ima pet do 30 puta više kalcija od drugih žitarica, tri puta više od mljeka, predstavlja najbolju alternativu suplementima za sprečavanje osteoporoze. Bogata važnim aminokiselinama i lako probavljivim proteinima, fosforom i željezom, kaša od ragija je prva čvrsta hrana za bebe u južnoj Indiji. Sprječava pothranjenost i anemiju te potpomaže razvoj mozga kod djece. Kontrolira nivo krvi i ubrzava zacjeljenje rana kod dijabetičara.<sup>29,32,33</sup>

**2.5.3 Biserni proso (Bajra)** bogat vitaminom B i dijetalnim mineralima (naročito željezom) posjeduje



Pearl millet



Sorghum



Teff

dob  
ru  
ravn  
otež  
u  
ami  
noki  
seli  
na.  
Jed  
an  
je

od najboljih kućnih lijekova za menstrualne grčeve i s njima povezane promjene raspoloženja.<sup>29,34</sup>

**2.5.4 Obični proso (Jowar/milo):** Visoko učinkovita prilikom fotosinteze, ova biljka sazrijeva vrlo brzo i neki je naučnici smatraju biljkom budućnosti kada neće biti dovoljno zaliha hrane. Obično je dostupna u vidu brašna, bogata antioksidansima, visoko hranjiva žitarica – savršena za djecu.<sup>29, 35, 36</sup>

**2.5.5 Tef:** Pouzdano gdje god se uzgaja, koristi se u različite svrhe i lako za pripremu. Ovo sitno proso je izvrsno za zdravlje kostiju, sprječava i liječi anemiju te prirodno balansira hormone. Tef je sladi uz kakao i lješnjak, pogodan za toplu palentu i poridž jer se zrnavlje dobro veže prilikom kuhanja.<sup>37,38</sup>

**2.5.6 Druge vrste hranjivog prosa** su **klipasti muhar**<sup>39</sup> (kangni/korra) bogat mineralima i zdravim ugljikohidratima koji uravnovežuju šećer; **kodo proso**<sup>36</sup> (kodrav) sadrži tri puta više dijetalnih vlakana od pšenice i kukuruza i deset puta više od riže. **Sitno proso**<sup>40</sup> (kutki/samai) ima više željeza od drugih vrsta, pogodno za osobe svih uzrasta; **crveno/bijelo proso** smatra se hranom za ptice, postepeno se uvodi u ljudsku prehranu. Njegova mješavina lipida s visokim udjelom lecitina pomaže u liječenju neuroloških i mentalnih poremećaja.<sup>41</sup>

**2.6 Zob:** Ima široku upotrebu u pahuljicama i pečenim proizvodima. Zobena krupica (kad se ljuška ukloni iz zrna) se melje, sjecka, ili pari i preša kako bi joj se unaprijedila tekstura i smanjilo vrijeme kuhanja. U tom obliku se može jesti zbog njene koncentrirane nutritivne vrijednosti, ali je treba potopiti prekonoći da smekša. Čak je i instant zob zapravo prethodno skuhana, osušena i valjana cijela ovas. Visoko nutritivna zob je zdrava za srce zahvaljujući visokom udjelu beta-glukana. Također je jedinstvena po tome što je veliki izvor antioksidanata koji pomažu u zaštiti krvnih sudova od štetnih efekata LDL holesterola.<sup>6,42-44</sup>

**Upozorenje:** Zob prirodno ne sadrži gluten, ali mnoge vrste se uzgajaju u blizini usjeva bogatih glutenom ili se obrađuju u tvornicama u kojima se tretiraju pšenica, ječam i raž; zbog toga ne možemo zanemariti rizik od unakrsne kontaminacije. Na pakovanjima treba tražiti etiketu na kojoj стоји da nema glutena.<sup>6,42-44</sup>

**2.7 Kvinoja:** Bogata hranjivim tvarima, po kvaliteti odmah iza amaranta. Sadrži kompletan protein sa svih



Corn



Barnyard millet



Finger millet

20 aminokiselina, uključujući 9 esencijalnih, uz izvrstan omjer proteina i karbohidrata.<sup>45</sup> Postoje brojne vrste od kojih su poznate bijela (najpoznatija i lako se kuha), crvena

(najbolja za hladne salate) i crna (slatkastog okusa, potrebno joj 15-20 minuta da se skuha). **Kanihua** (kaniwa) je vrlo slična po hranjivosti i upotrebi, ali je po veličini upola manja od kvinoje.<sup>46</sup>

**2.8 Divlja riža:** je pseudožitarica, nije riža; jede se uz druge žitarice uključujući rižu. Sadrži dva puta više vlakana i proteina od smede riže, ali manje željeza i kalcija.<sup>47</sup>

### 3. Cjelovite žitarice – koje sadrže gluten indijski nazivi u zagradama

Gluten u ovim žitaricama pomaže u povezivanju i oblikovanju namirnica kao što su pečeni proizvodi, paste i sl., ali neki ljudi su alergični na gluten. Ishrana potpuno lišena glutena je jedino rješenje za takve osobe kao i za one koji pate od celijakije, autoimunog poremećaja.<sup>48-53</sup>

**3.1 Ječam (jau):** Oljušteni ječam je zdraviji, sadrži više hranjivih tvari od procesirane krupice (koja tokom obrade izgubi mekinjasti dio). Bogat vitaminima i mineralima, sadrži manje masnoća i više dijetalnih vlakana od većine žitarice. Ječmeni hljeb, kaša i supa su vrlo cijenjeni. Redovan ali ograničen unos ječmene vode pomaže izbacivanju toksina iz bubrega i može spriječiti, rastvoriti ili eliminirati bubrežni kamenac.<sup>54,55</sup>

**3.2 Raž** je hranjivija i sadrži manje glutena od pšenice ili ječma. Tamno raževo brašno je najzdravije jer sadrži maksimalnu količinu mekinja i klica.<sup>56</sup>

**3.3 Integralna pšenica (gehoon):** Sastavljena uglavnom od ugljikohidrata, hranjiva namirnica koja daje



Barley



Rye



Whole wheat

energiju. Postoje brojne vrste pšenice kao što su: **bulgur**, sušena lomljena pšenica; **spelta**, koju u različitim kulturama nazivaju *einkorn*, *emmer*, *farro* ili

**dinkel; durum** (najučestalija); **freakah** – tvrdi durum, pržen, prodaje se u lomljenom obliku; **kamut/khorasan** – veći od obične pšenice i sadrži više proteina i vitamina E, smiju ga konzumirati i osobe s intolerancijom na pšenicu; **tritikale**, hibrid durum pšenice i raži; **cjelovita bijela pšenica** je jednako hranjiva i blažeg okusa.<sup>2,6,57-60</sup>

**Upozorenje:** Pšenični protein može izazvati intoleranciju koja se manifestuje osipom, oticanjem ili poteškoćama s disanjem kao što je pištanje, prisutnija kod djece (što obično prerastu s godinama) i osoba sklonih alergijama. To se razlikuje od intolerancije na gluten koja nije alergija.<sup>58,61</sup>

#### 4. Savjeti za korištenje cjelovitih žitarica na najbolji način

- Provjeravajte etikete i birajte žitarice koje nisu GMO, koje su neobrađene i sadrže veći procenat cjelovitih zrna.<sup>2-6,12,13,62</sup>
- Tražite fino suho zrnevљe u vakumiranom pakovanju i čuvajte ga na hladnom i suhom kako biste ga održali svježim ili zamrznite u vakumiranim kesicama. Dodajte lovorovo lišće kako biste ih očuvali duže; stavite štapiće cimeta i karanfiliće kako biste smanjili rizik od štetočina.<sup>62-65</sup>
- Idealno je pojesti oko 200 g žitarica dnevno, od kojih bi bar 50% trebalo biti cjelovito zrno da bi se poboljšalo zdravlje i spriječila bolest.<sup>4,10,11,66</sup>
- Konzumirajte žitarice kako biste dobili najbolju kombinaciju hranjivih tvari. Zapravo, ako ishranu bazirate na samo jednoj vrsti žitarice, to može dovesti do problema sa zdravljem.<sup>2-6,12,15,27</sup>
- Potopite žitarice prekonoći ili napravite od njih klince kako biste uklonili antinutrijente, smanjili udio glutena i povećali njihovu probavljivost.<sup>2-6,12,15,27</sup>
- Povećajte unos vlaknastih cjelovitih žitarica kako biste izbjegli nadimanje, gasove i konstipaciju: pijte puno vode kako biste povećali kretanje hranjivog sadržaja kroz probavni trakt.<sup>43</sup>
- Cjelovite žitarice je bolje jesti najmanje 2-3 sata prije spavanja kako biste im obezbijedili vrijeme da se provare i otpuste energiju.<sup>29</sup>

#### Reference i linkovi

1. Hrana i zdravlje, Sathya Sai govori: <https://www.sssbpt.info/ssspeaksvolume14/sss14-31.pdf>
2. Cjelovite žitarice: <https://wholegrainscouncil.org/definition-whole-grain>
3. Cjelovite žitarice i njihove blagodeti: <https://draxe.com/nutrition/whole-grains/>
4. <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/what-should-you-eat/whole-grains/>
5. <https://www.gln.org.au/grains/grains-and-nutrition/wholegrains/>
6. <https://www.masterclass.com/articles/what-are-whole-grains-learn-how-to-cook-with-whole-grains#what-are-whole-grains>
7. Pseudožitarice: <https://www.gln.org.au/when-is-a-grain-not-a-grain-when-its-a-pseudo-grain/>
8. <https://sharonpalmer.com/what-are-pseudograins/>
9. <https://paleofoundation.com/complete-list-of-grains-and-pseudograins/>
10. Rafinirane žitarice: <https://www.masterclass.com/articles/all-about-grains-21-types-of-grains>
11. <https://wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/whats-whole-grain-refined-grain>
12. [https://diet.mayoclinic.org/diet/eat/whole-grains-vs-regular-grains?xid=nl\\_MayoClinicDiet\\_20160421](https://diet.mayoclinic.org/diet/eat/whole-grains-vs-regular-grains?xid=nl_MayoClinicDiet_20160421)
13. <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/cereals-and-wholegrain-foods#when-wholegrains-are-refined>
14. Pojačane žitarice: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/processed-foods/>
15. Amarant: <https://draxe.com/nurition/amaranth/>
16. <https://wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/whole-grains-z>
17. <https://www.gln.org.au/grains/types-of-grains/amaranth/>
18. <https://www.nutrition-and-you.com/amaranth-grain.html>
19. Smeđa riža: <https://draxe.com/nutrition/brown-rice-nutrition/>
20. <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/food-features/rice/>
21. Butanska crvena riža: <https://healthyeating.sfgate.com/nutritional-information-cooked-bhutanese-red-rice-1150.html>
22. Heljda: <https://draxe.com/nutrition/buckwheat-nutrition/>
23. Amarant vs. heljda: <https://calories-info.com/compare/buckwheat-amaranth/>
24. Kukuruz: <https://draxe.com/nutrition/nutritional-value-of-corn/>
25. <https://wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/grain-month-calendar/corn-%E2%80%93-october-grain-month>
26. Proso: <https://vikaspedia.in/health/nutrition/nutritive-value-of-foods/nutritive-value-of-cereals-and-millets/milletsthe-nutricereals>
27. Blagodeti prosa: <http://www.whfoods.com/genpage.php?tname=foodspice&dbid=53>
28. <https://www.thehindu.com/news/national/andhra-pradesh/include-millets-in-regular-diet-say-experts/article3248602.ece>
29. Važnost prosa: crveni/biserni/obični: <https://fdocuments.in/document/food-body-by-sadhguru.html>
30. <https://blog.slurpfarm.com/millets/different-types-of-millet/>
31. Japanski: <https://www.medindia.net/dietandnutrition/top-5-health-benefits-of-barnyard-millet.htm>
32. Crveni proso (ragi): <https://isha.sadhguru.org/in/en/blog/article/7-health-benefits-of-ragi-6-great-ragi-recipes>
33. <https://www.netmeds.com/health-library/post/ragi-nutrition-health-benefits-uses-for-skin-and-hair-side-effects>
34. Biserni proso: <https://www.medindia.net/dietandnutrition/health-benefits-of-pearl-millet.htm>
35. Obitični proso: <https://draxe.com/nutrition/sorghum/>
36. <https://foodtank.com/news/2018/04/icrisat-millets-sorghum-forgotten-foods-future/>
37. Tef: <https://draxe.com/nutrition/teff/>
38. <https://wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/grain-month-calendar/millet-and-teff-%E2%80%93-november-grains-month>
39. Klipasti muhar: <https://www.netmeds.com/health-library/post/foxtail-millet-nutrition-health-benefits-ayurvedic-uses-and-recipes>
40. Sitno proso: <https://www.medindia.net/dietandnutrition/little-millet-the-immune-boosting-indigenous-grain.htm>

41. Proso: <https://www.mdpi.com/2077-0472/9/3/64/htm>
  42. Zob: <https://wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/grain-month-calendar/oats-%E2%80%93-january-grain-month#>
  43. <https://draxe.com/nutrition/oatmeal-nutrition/>
  44. <https://www.bobsredmill.com/blog/healthy-living/is-oatmeal-gluten-free/>
  45. Kvinoja: <https://draxe.com/nutrition/10-quinoa-nutrition-facts-benefits/>
  46. Kanihua vs. kvinoja: <https://nuts.com/healthy-eating/kaniwa-vs-quinoa#>
  47. Divlja riža: <https://wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/whole-grains-z#wildrice>
  48. Šta je gluten: <https://wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/whats-whole-grain-refined-grain/gluten-free-whole-grains>
  49. Šta je glutenska netolerancija: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/312898#symptoms>
  50. Jesu li žitarice bez glutena zdrave: <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/expert-answers/is-gluten-free-healthy/faq-20348653>
  51. <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/gluten-free-diet/art-20048530>
  52. <https://draxe.com/nutrition/gluten-free-grains>
  53. Da li je hrana bez glutena uvijek zdrava?: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/288406#benefits>
  54. Ječam: <https://draxe.com/nutrition/barley-nutrition/>
  55. Ječmena voda: <https://www.1mg.com/articles/did-you-know-barley-water-aids-dissolution-of-renal-stones/>
  56. Raž: <https://draxe.com/nutrition/rye-flour/>
  57. Pšenična zrna/cjelovita pšenica: <https://draxe.com/nutrition/wheat-berries/>
  58. Pšenica: <https://www.healthline.com/nutrition/foods/wheat#nutrition>
  59. Pšenični bulgur: <https://www.healthline.com/nutrition/bulgur-wheat#nutrition>
  60. Pšenična familija: Farro: [https://www.healthline.com/nutrition/farro-benefits#TOC\\_TITLE\\_HDR\\_2](https://www.healthline.com/nutrition/farro-benefits#TOC_TITLE_HDR_2)
  61. Alergija na pšenicu se razlikuje od intolerancije na gluten: <https://acaai.org/allergies/types/food-allergies/types-food-allergy/wheat-gluten-allergy>
  62. Pohranjivanje cjelovitih žitarica: <https://wholegrainscouncil.org/recipes/cooking-whole-grains/storing-whole-grains>
  63. <https://www.indiatoday.in/lifestyle/what-s-hot/story/tips-ways-get-rid-of-weevils-grain-beetles-bugs-ghuns-entering-spices-grains-monsoon-lifest-331259-2016-07-25>
  64. <https://www.thekitchn.com/tips-bay-leaves-in-the-pantry-69557>
  65. <https://kitchenhandson.com/kitchen-extras/how-to-store-grains-in-your-kitchen/>
  66. Unos cjelovitih žitarica: [https://wholegrainscouncil.org/sites/default/files/atoms/files/WG\\_HowMuch.pdf](https://wholegrainscouncil.org/sites/default/files/atoms/files/WG_HowMuch.pdf)
- +++++

## 2. Inspirativne anegdote

### 2.1. Kombinacija za čišćenje (Cleansing combo) spustila šećer na normalu! 01001...Uruguay

23. maja 2018., u trenutku kad se gospođa (73) obratila praktičaru, četiri godine je uzimala Metformin, ali joj to nije pomagalo u sruštanju šećera. Dobila je **CC6.3 Diabetes + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC12.4 Autoimmune diseases + CC15.1 Mental & Emotional tonic** koje je uporedo s metforminom uzimala **TDS** četiri mjeseca. Čak ni tada nije bilo napretka po pitanju šećera koji je uvijek bio visok na 150 mg/dl, a ponekad čak i 200 mg/dl. Prilično zabrinuta, u septembru se otvorila praktičaru otkrivši da ju je strah i da je pod stresom, te da vjeruje da je to uzrok njenog problema. Progonjena nesretnom vezom, mogla je osjetiti i vidjeti svog bivšeg muža koji je preminuo u njenoj kući. Praktičar joj je pripremio **CC17.2 Cleansing** da pršće po kući 10 dana. Za manje od sedam dana šećer joj se spustio na 125 mg/dl i ostao stabilan tokom mjesec dana, zatim u oktobru na 110 mg/dl i konačno 9. novembra na normalnu razinu - 98 mg/dl. Konačno je bila oslobođena prisutnosti bivšeg supruga!

### 2.2. Izlječenje uhobolje u snu 03566...USA

Praktičarka ima prijateljicu koja radi u banci. Ona je u julu 2018. počela slušati muziku sa slušalicama praktično svo vrijeme na poslu. Do oktobra je razvila uhobolju u oba uha, stoga je prestala koristiti slušalice, ali su je uši i dalje boljele. Bol je bila toliko jaka da je morala svaki dan uzimati ibuprofen. Za vrijeme *bhajana* povodom Nove godine 2019, praktičarka joj je ponudila vibrionički tretman. Prijateljica je odbila rekavši da već ima zakazano kod doktora 7. januara. 5. januara je imala san u kojem je čula kako neko zvoni. Na vratima je stajala praktičarka koja joj govori kako ima lijek za njen problem. Sjedile su nasuprot jedna drugoj. Praktičarka joj je poklonila zelenu zdjelu sa tekućinom i zamolila je pacijentnicu da uzme malo. Kad ju je popila, uhobolja je nestala na čudesan način uporedno s praktičarkom! San je tu završio. Ne moramo reći da nije nikada otišla kod specijaliste. Do današnjeg dana nije osjetila bol u ušima iako povremeno koristi slušalice.

### 2.3 Vibrionika spašava kućne ljubimce tamo gdje su veterinar izgubili nadu! 00512...Slovenia

Luni, pudlici staroj 10 godina, s dijagnozom raka, 6. februara 2021. su operisali maternicu. Tokom operacije veterinar je otkrio da se rak jako raširio te je rekao da su joj dani odbrojani. Patila je od postoperativne groznice i nije jela više od četiri dana; veterinar je preporučio eutanaziju. Dan prije operacije praktičarka joj je već počela emitirati **CC9.2 Infections acute** dva puta dnevno. Kako je Luna počela jesti 11. februara te bivala zdravija iz dana u dan, tretman je prekinut 16. februara do kada je već trčkarala puna života i radosti! Veterinar je bio zapanjen. Prema riječima Lunine vlasnice: "Od 2015. uzimam vibrioniku kad god sam bolesna i sa zahvalnošću se oslanjam na nju. Naročito sam upoznala

njezinu magičnu moć dok sam tretirala svoje kuće. Zahvalna sam što je Luna dobila šansu za novi život. Sada trčakara van kuće puna života i radosti. Sam veterinar je priznao da nikada nije video niti doživio ništa slično."

Floki, dalmatiner (13) je 2014. pretrpio srčani napad koji mu je oštetio motorički sistem i poremetio osjećaj ravnoteže. Također je patio od problema s kožom, različitih alergija i pijeska u urinu, ali najgore od svega, zbog tumora ispod repa operacija je bila izuzetno opasna tako da mu veterinar nije mogao pomoći. Naša praktičarka se preko 13 mjeseci borila uz **CC1.1 Animal tonic + CC2.1 Cancers - all + CC2.2 Cancer pain + CC2.3 Tumours & Growths** u vodi i putem odašiljanja. Kao rezultat, Flokijeva dobročiniteljica izvještava da je pas živio ispunjen život, zadovoljan i bez restrikcija prije nego što je mirno preminuo u septembru 2016, šest mjeseci nakon prekida tretmana.

Tim, četverogodišnji Jack Russell terijer, je nekoliko mjeseci trpio jer nije bilo alopatskog lijeka za djelimičan gubitak dlake, crvenilo po koži (alergija na perad i kozmetiku) te navike da se češe dok ne prokrvari. U julu 2018. je dobio **CC1.1 Animal tonic + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC21.1 Skin tonic + CC21.3 Skin allergies**, u vodi. U roku od dva mjeseca češanje je nestalo u potpunosti, a tako i svi drugi simptomi. Međutim, sljedeće godine, 2019, dobio je alergiju na prašinu i suncokretov polen. Čim je počeo uzimati gornju kombinaciju, alergija je nestala iako su mu nastavili davati lijek još dva mjeseca. Od tada je potpuno izlječen.

+++++

### 3. Radionice i seminari

**Virtuelna AVP radionica, od 2. juna do 16. jula 2021; praktična radionica, Puttaparthi, 26-27. juli 2021.**

Druga u nizu nedavno započetih virtuelnih AVP radionica u Indiji, ovu visoko interaktivnu praktičnu



radionicu koju su organizovala dva viša trenera sastojala se od 28 sesija kojima je prisustvovalo preko 30 praktičara iz Indije i inostranstva. Virtuelna platforma je omogućila praktičarima da prisustvuju radionici iz udobnosti svojih domova.

U isto vrijeme je pomogla širenju nastavnog osoblja jer je nekoliko novih učitelja <sup>11568,11583,12051</sup> moglo učestvovati u podučavanju bez potrebe da prelaze duže razdaljine. Nekoliko veterana vibrionike su podijelili svoje znanje i iskustvo sa učesnicima. Ovu povezanost je omogućila nova koordinatorica za obuku <sup>03518</sup> iz Parthija koja se dobro povezala s učesnicima i učinila da se osjećaju kao kod kuće!

Neke ključne tačke s radionice:

- U svom prvom pojavljivanju na virtuelnoj radionici, Pat Hunt, uvažena članica vibrioničke zajednice i šefica istraživačkog tima, objasnila je učesnicima važnost pravljenja lijeka od samo najnužnijih kombinacija kako ne bi došlo do efekta razblažavanja. Kako bi napravila konačnu kombinaciju, zaranja duboko u svoje poznavanje homeopatije i povezuje se sa Swamijem iznutra. Na isti način je došla do **IB** lijeka.
- Novim praktičarima je bilo zanimljivo saznati od dr. Aggarwala kako je nastao koncept 108CC. Također, dr. Aggarwal je dao važan savjet da dok tretiramo pacijenta s ljubavlju, trebamo paziti i ne dozvoliti osjećanjima poput brige i ega da nađu mesta u našem srcu jer to može usporiti proces

iscjeljenja. Hem Aggarwal je naglasila da se praktičari trebaju spustiti na nivo pacijenta baš kako bi učinili kad je dijete u pitanju, osjećati njihovu bol, nastojati da ne sude, te lijek praviti mirno uz molitvu i s potpunom koncentracijom na Swamija.

- Koordinatorica za Sjevernu Ameriku <sup>01339</sup> je dala upute o tome kako zaštititi i održavati kutiju 108CC te je odgovarala na pitanja učesnika.
- Dva praktičara liječnika <sup>11567 & 11610</sup> su objasnila učesnicima kako prepoznati nekoliko učestalih i par bolesti koje nastaju kao posljedica načina života, dajući savjete za dobro zdravlje, uključujući važnost ishrane za život bez bolesti te su ih savjetovali da budu uzor svojim pacijentima.
- Direktor MUPSV-a je održao kratku prezentaciju o strukturi vibrioničke organizacije.

Posljednjeg dana kvalificirani AVP-i su primili svoje 108CC kutije s poštovanjem te odlučili dati sve od sebe kako bi bili ponizni instrumenti u služenju putem Sai vibrionike.

\*\*\*\*\*  
**Om Sai Ram**

*Sai vibrionička...na putu ka usavršavanju u medicare – zdravstvenoj brzi dostupnoj svima*