

Sai Vibrionics Newsletter

www.vibrionics.org

“Όποτε βλέπετε έναν άρρωστο άνθρωπο, αποθαρρυσμένο, απαρηγόρητο ή ασθενή, εκεί ακριβώς είναι το πεδίο σας για προσφορά”

Τόμος 12 Τεύχος 4

...Σρι Σάτσα Σάι Μπάμπα
Ιούλιος/Αυγ. 2021

In This Issue

☞ Από το Γραφείο του Dr Jit K Aggarwal	1 - 2
☞ Προφίλ Θεραπευτών	2 – 6
☞ Ιστορικά Περιπτώσεων με τη Χρήση Combos	7 – 11
☞ Η Γωνιά των Απαντήσεων	11 – 12
☞ Θεία Μηνύματα από τον Υπέρτατο Θεραπευτή	13
☞ Ανακοινώσεις	13
☞ Συμπληρωματικά	13 – 20

☞ Από το Γραφείο του Dr Jit K Aggarwal ☞

Αγαπητοί Θεραπευτές

Μετά από περίπου 18 μήνες αβεβαιότητας και χάους, φαίνεται τελικά ότι τα περισσότερα μέρη του κόσμου επιστρέφουν σε κάποιο είδος κανονικότητας. Παρά τις εικασίες για ένα επικείμενο τρίτο κύμα, αυτή τη στιγμή η γενική διάθεση, σε παγκόσμιο επίπεδο, φαίνεται να είναι αισιόδοξη και αισθάνομαι τόσο ευγνώμων που βλέπω ότι η Ινδία και άλλες χώρες αναρρώνουν σταθερά από το δεύτερο κύμα της πανδημίας. Σε όλο τον κόσμο, οι μάζες εμβολιάζονται. Οι άνθρωποι λαμβάνουν προφυλάξεις και τηρούν τις οδηγίες ασφαλείας. Με νέες και ποικίλες μεταλλάξεις που εμφανίζονται σε όλο τον κόσμο και τον ίδιο τον ιό να είναι τόσο ασταθής και απρόβλεπτος, οι επαγγελματίες υγείας και η επιστημονική κοινότητα έχουν τη βαθιά ευγνωμοσύνη μας και το σεβασμό μας για τις ανείπωτες θυσίες και τις ειλικρινείς προσπάθειές τους για την αντιμετώπιση του Covid-19.

«Ο κόσμος είναι ένα τεράστιο νοσοκομείο και η ανθρωπότητα κατάκοιτη. Κάποιοι σφαδάζουν στον πόνο του φθόνου, κάποιοι φουσκώνουν με υπερηφάνεια, κάποιοι χάνουν τον ύπνο λόγω μίσους, κάποιοι έχουν τυφλωθεί από την αθλιότητα, άλλοι χτυπούνται από εγωισμό. Καθένας έχει κάποια ασθένεια ή μια άλλη. Σε αυτήν την Ημέρα του Guru Purnima, πρέπει να αποδώσετε ευγνωμοσύνη στους γιατρούς που διαγνώσκουν τις ασθένειές σας και συνταγογραφούν θεραπείες και στις νοσοκόμες που σας φροντίζουν για να επανέλθετε υγιείς. "... Guru Purnima Ομιλία 27 Ιουλίου 1961

<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume02/sss02-14.pdf>.

Η έναρξη του Ιουλίου επαναφέρει φυσικά χαρούμενες αναμνήσεις περασμένων ημερών, όταν γιορτάζαμε το Guru Purnima με την Θεία παρουσία στο Πρασάντι Νιλαγιάμ. Αυτό το φεστιβάλ έχει ιδιαίτερη σημασία για εμάς, καθώς αυτήν την ημέρα, ήμασταν τυχεροί με τον Bhagawan, στο φυσικό Του είδωλο, να κόψουμε την τούρτα που προσφέρουν οι θεραπευτές δονητικής στο Sai Kulwant Hall, για τρία συνεχόμενα χρόνια. Η ανάμνηση αυτών των πολύτιμων στιγμών με γεμίζει με μια βαθιά αίσθηση ευγνωμοσύνης στον Κύριό μας για την αγάπη Του και τις άπειρες ευλογίες που απένειμε στην Σάι δονητική. Καθώς πλησιάζουμε το Guru Purnima, πρέπει να θυμόμαστε ότι ο Σουάμι είναι παρών όπου γίνεται το έργο Του με τη μορφή ανιδοτελούς υπηρεσίας και όπου το όνομά Του ψάλλεται ή τραγουδιέται στο πνεύμα της αγνής άνευ όρων αγάπης και αφοσίωσης. Ο Σουάμι μας παρότρυνε να ζήσουμε τη ζωή

μας και να συμπεριφερόμαστε έτσι ώστε να γιορτάζουμε το Guru Purnima κάθε στιγμή κάθε μέρας, δηλαδή να ζυπνάμε τον Guru σε καθέναν από εμάς.

Στην ομιλία Του για το Guru Purnima του Ιουλίου 1974, ο Σάτια Σάι Μπαμπά λέει: «Όταν οδηγείτε αυτοκίνητο, το αυτοκίνητο είναι ο Θεός σας. Όταν κάνετε επιχειρήσεις σε μια αγορά, η αγορά είναι ο Θεός σας. Σύμφωνα με τον πολιτισμό του Bharat (Ινδία), αρχικά υποκλινόμαστε στο έργο που πρέπει να κάνουμε. Πριν δεσμευτούμε να κάνουμε οποιαδήποτε δουλειά, πρέπει να θεωρήσουμε αυτήν την εργασία ως Θεό.»

Είμαι στην ευχάριστη θέση να αναφέρω ότι οι θεραπευτές μας υπηρετούν τους ασθενείς τους με αυτό ακριβώς το πνεύμα. Αρχικά, λόγω των περιορισμών του λοκντάουν, παρατηρήσαμε επιβράδυνση στην «εξάπλωση της εκστρατείας μας». Αλλά τέτοια είναι η αφοσίωση των θεραπευτών μας, που παρά τις προσωπικές απώλειες που προέρχονται από την πανδημία, έχουν εργαστεί αδιάκοπα για να διανείμουν το Ενισχυτικό Ανοσίας (**IB**) μακριά. Θα ήθελα ταπεινά ν' αναγνωρίσω τις προσπάθειες και την αφοσίωσή τους. Ο αριθμός αυτών που επωφελήθηκαν από το **IB** μέχρι σήμερα ανέρχεται σε 433.148

Υπήρξε σημαντική αύξηση (12%) στη συνολική ζήτηση του **IB** τον Μάιο, στην κορυφή του δεύτερου κύματος της πανδημίας. Αυτή είναι η υψηλότερη αύξηση που έχουμε δει μέχρι σήμερα. Περίπου το ίδιο διάστημα, δημοσιεύσαμε ένα ηλεκτρονικό αίτημα για **IB** στον ιστότοπό μας (www.vibronics.org) με σκοπό να επικοινωνήσουμε με τις μάζες που προσπαθούν να έρθουν κοντά με θεραπευτές λόγω περιορισμών ταξιδιού. Η ερευνητική μας ομάδα παρακολουθεί στενά τον συνεχώς μεταλλασμένο ιό και έχει αναθεωρήσει για άλλη μια φορά το **IB**, ρίξτε μια ματιά στις λεπτομέρειες στην ενότητα «Συμπληρωματικά» αυτού του τεύχους.

Καθώς οι διαδικτυακές λειτουργίες συνεχίζονται σε πλήρη εξέλιξη, πραγματοποιήσαμε το τέταρτο διμηνιαίο εικονικό συνέδριο των περιφερειακών συντονιστών από την Ινδία στις 13 Ιουνίου 2021. Είμαι στην ευχάριστη θέση να μοιραστώ ότι αρκετές πρωτοβουλίες συζητήθηκαν και ξεκίνησαν σ' αυτό το συνέδριο. Περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με το συνέδριο μπορείτε να βρείτε στην ενότητα «Συμπληρωματικά».

Οι προσπάθειές μας να βοηθήσουμε κατάλληλους θεραπευτές να γίνουν μέλη του IASVP συνεχίζονται σταθερά. Συγχαρητήρια στον Θεραπευτή¹¹⁹⁵⁶ που πρόσφατα βοήθησε 17 VPs από την Πολιτεία της Κεράλα της Ινδίας, να γίνουν μέλη του IASVP. Θέλω να επισημάνω ότι υπάρχουν ορισμένα μέλη του IASVP των οποίων η ισχύς της Ταυτότητας έχει λήξει. Ζητώ ειλικρινά από αυτούς να συνδεθούν στον ιστότοπο των θεραπευτών αφού διαβάσουν και επιβεβαιώσουν τους κανόνες συμπεριφοράς. Εάν χρειάζεστε βοήθεια με την ανανέωση της συνδρομής σας στο IASVP, επικοινωνήστε με την γραμματεία του IASVP στο iasvp@vibronics.org.

Εν κατακλείδι, θα ήθελα να σας υπενθυμίσω ότι το μόνο πράγμα που μπορούμε να βασιστούμε για να μας βοηθήσει σε αυτούς τους δύσκολους καιρούς είναι η ακλόνητη πίστη μας στον Θεό και η ένθερμη αφοσίωσή μας να διαδραματίσουμε το ρόλο μας στην αποστολή Του ως αφοσιωμένοι θεραπευτές δονητικής που δεσμεύονται να υπηρετούν άλλους. Εύχομαι σε εσάς και τα αγαπημένα σας πρόσωπα ένα γαλήνιο Guru Purnima και προσεύχομαι ώστε το Θεϊκό φως στην καρδιά σας να λάμψει φωτεινότερα μέσα στη μέρα. Σ' αυτήν την ευοίωνη κατάσταση, ας ζητήσουμε όλοι καθοδήγηση από τον γκουρού μέσα μας. «Το καλύτερο είναι να έχεις τον δικό σου Εαυτό σου ως πηγή Φωτός, όπως ο γκουρού. Η Εσωτερική Νοημοσύνη, ο Εσωτερικός Γκουρού θ' αποκαλύψει την Αλήθεια. Αυτή η προσευχητική στάση θα εκπαιδεύσει τόσο τις παρορμήσεις σας ώστε η εσωτερική νοημοσύνη να αποκαλυφθεί πλήρως. "... Ομιλία Guru Purnima "Να είστε ευγνώμονες στους γιατρούς" 27 Ιουλίου 1961.

Στην Υπηρεσία Αγάπης του Σάι

Jit K Aggarwal

❧ Προφίλ Θεραπευτών ❧

Είμαστε στην ευχάριστη θέση να παρουσιάσουμε το προφίλ μιας ομάδας τριών θεραπευτών, όλοι από την ιατρική αδελφότητα, που συμμετέχουν ενεργά στην υπηρεσία Σάι Δονητικής στη Συρία. Ενώ ο επικεφαλής αυτής της μικρής ομάδας ασκεί τη δονητική για 17 χρόνια, πιο πρόσφατα, το ζευγάρι που έφερε στο ποίμνιο του Σουάμι, πήρε ένα σημαντικό φορτίο ασθενών.

είναι οδοντίατρος που επισκέφτηκε τον Σουάμι το 2003, την πρώτη από τις 12 επισκέψεις του. Από τότε μεταδίδει το μήνυμα και τις διδασκαλίες του Σουάμι στον Αραβικό κόσμο. Αφιερώνει μεγάλο μέρος του χρόνου του αυξάνοντας την ευαισθητοποίηση των ανθρώπων μέσω διαλέξεων, βιβλίων, υσηχαστήριων,

διαλογισμών, ιατρικών καταυλισμών και πολλών άλλων δραστηριοτήτων, κυριολεκτικά αγωνιζόμενος σε μια σκοτεινή περιοχή του κόσμου. Αυτός ο ένθερμος θεραπευτής και η Σάι ομάδα του δημιούργησαν ένα κέντρο Σάι που εύστοχα ονομάζεται Dar Al Salam, (η Κατοικία της Ειρήνης), όπου όχι μόνο θεραπεύουν ασθενείς αλλά διανέμουν πολύ απαραίτητα είδη παντοπωλείου και ρούχα παρά τα μέτρια μέσα τους, προσφέροντας επίσης περιβαλλοντική βοήθεια. Με αγάπη και συμπονετική υποστήριξη, διδάσκουν ανθρώπινες αξίες χωρίς διακρίσεις, χωρίς επίγνωση θρησκευτικών διακρίσεων.

Ο Θεραπευτής ^{02493...Συρία}



είναι οδοντίατρος που επισκέφτηκε τον Σουάμι το 2003, την πρώτη από τις 12 επισκέψεις του. Από τότε μεταδίδει το μήνυμα και τις διδασκαλίες του Σουάμι στον Αραβικό κόσμο. Αφιερώνει μεγάλο μέρος του χρόνου του αυξάνοντας την ευαισθητοποίηση των ανθρώπων μέσω διαλέξεων, βιβλίων, ησυχαστήριων, διαλογισμών, ιατρικών καταυλισμών και πολλών άλλων δραστηριοτήτων, κυριολεκτικά αγωνιζόμενος σε μια σκοτεινή περιοχή του κόσμου. Αυτός ο ένθερμος θεραπευτής και η Σάι ομάδα του δημιούργησαν ένα κέντρο Σάι που εύστοχα ονομάζεται Dar Al Salam, (η Κατοικία της Ειρήνης), όπου όχι μόνο θεραπεύουν ασθενείς αλλά διανέμουν πολύ απαραίτητα είδη παντοπωλείου και ρούχα παρά τα μέτρια μέσα τους, προσφέροντας επίσης περιβαλλοντική βοήθεια. Με αγάπη και συμπονετική υποστήριξη, διδάσκουν ανθρώπινες αξίες χωρίς διακρίσεις, χωρίς να ενδιαφέρονται για θρησκευτικές διαφορές.

Έμαθε, για πρώτη φορά, για τη δονητική από έναν από τους γιατρούς στο Γενικό Νοσοκομείο Πουταπάρτι όπου ήταν εθελοντής και ένωσε τόσο εμπνευσμένος που έλαβε την εκπαίδευση δονητικής στην επόμενη επίσκεψή του το 2004. Έκτοτε, παρέμεινε σταθερά και θαρραλέα στην υπηρεσία της πολιορκημένης Συρίας! Μιλάει για τη μεγάλη χαρά και τη βαθιά ικανοποίησή του που είναι το όργανο

συμπόνιας και θεραπείας του Σουάμι σε όλα τα επίπεδα, τόσο ασκώντας τη δονητική όσο και ακτινοβολώντας αυτό που αισθάνεται ότι είναι η παρουσία του Σουάμι μέσα του. Πράγματι, αισθάνεται ότι είναι ένα μέλος που εργάζεται παράλληλα με μια θεϊκή παγκόσμια κοινότητα γεμάτη στοργικούς ανιδιοτελείς υπηρέτες, κάθε ένας ενισχυόμενος και αυξανόμενος από το σύνολο.

Αισθανόμενος κορεσμένος με την τεράστια χάρη του Σουάμι, γράφει: "Πιστεύω ότι αν εμείς οι θεραπευτές αναπτύξουμε πλήρη πίστη, μπορούμε να θεραπεύσουμε τους ασθενείς μ' ένα άγγιγμα, μια λέξη ή ένα συμπονετικό βλέμμα." Όταν θεραπεύει ασθενείς, ο θεραπευτής ακολουθεί μια ολιστική προσέγγιση αξιολογώντας την αιτία, παρέχει συμβουλευτική όταν χρειάζεται και δίνει συμβουλές για έναν υγιεινό τρόπο ζωής. Ένα καλό παράδειγμα είναι αυτό μιας 32χρονης γυναίκας με κοιλιακό άλγος και διάρροια για πάνω από οκτώ μήνες μετά την ανάπτυξη άγχους λόγω προβλημάτων με τον σύζυγό της. Διαγνωσμένη με Σύνδρομο Ευερέθιστου Εντέρου, της συνταγογράφησαν συμπληρώματα με φυτικές ίνες αλλά και αυτά δεν βοήθησαν πολύ. Ανακούφισε τους φόβους της ότι αυτό μπορεί να οδηγήσει σε καρκίνο και της εξήγησε επίσης πόσο θα μπορούσε να βοηθήσει τη διαδικασία της θεραπείας το να αποδεχτεί τον συζύγο της. Επίσης, τη συμβούλεψε να μειώσει την πρόσληψη καφέ από 2 -3 φλιτζάνια σε ένα την ημέρα, καθώς η καφεΐνη διεγείρει την κινητικότητα του εντέρου. Με **CC4.6 Διάρροια + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό**, ανακουφίστηκε από την ασθένειά της σε έξι εβδομάδες. Κάθε φορά που συναντά τον θεραπευτή, εκφράζει την ευγνωμοσύνη της για την ανακούφιση και το νέο τρόπο κατανόησης της ζωής.

Πιστεύει ότι το κέντρο Σάι τους έχει μετατραπεί σε λειτουργία ως μια τεράστια συσκευή θεραπείας δονητικής για να διαδώσει την ειρήνη, την αγάπη και τη μη βία στην περιοχή τους. Μια τρομακτική κατάσταση προέκυψε νωρίτερα αυτό το έτος, όταν ένα μεγάλο ένοπλο στρατιωτικό σώμα επιτέθηκε στην πόλη, σκοπεύοντας να συλλάβει 35 από τους κατοίκους της. Καθώς οι πυροβολισμοί πλησίασαν κοντά στο κέντρο τους, φαντάστηκε ότι "ο Σουάμι χρησιμοποιούσε το κέντρο μας ως ένα τεράστιο μηχάνημα δονητικής και ένιωσα τον εαυτό μου να γίνεται ένα μαζί του". Μέσα σε λιγότερο από μία ώρα το πρόβλημα επιλύθηκε χωρίς κανείς να τραυματιστεί. Όλο το στρατιωτικό σώμα αποσύρθηκε απροσδόκητα!

Ο θεραπευτής μας αφήνει με αυτόν τον εμπνευσμένο προβληματισμό "Το seva δονητικής με διέυρνε για να συνειδητοποιήσω και να βιώσω ενότητα στην ποικιλομορφία, να νιώσω την ενότητα με όλους και να έχουμε σταθερή πίστη ότι όλα είναι Θέλημά Του." Τι ισχυρή μαρτυρία για να αποτυπώσουμε ότι η παροχή γεμάτη αγάπη υπηρεσίας, είναι πραγματικά και το να λαμβάνεις, ότι στην πραγματικότητα το να δίνεις και να λαμβάνεις είναι ένα.

Περιπτώσεις να μοιραστούμε:

• Έρπης ζωστήρας

Ο Θεραπευτής ^{02858...Συρία} ένας ειδικός ΩΡΛ και η φαρμακοποιός γυναίκα του , έμαθαν για πρώτη φορά για



τον Σουάμι το 2003 μέσω του **θεραπευτή** ⁰²⁴⁹³. Θυμούνται πόσο ανυπόμονα η μικρή τους ομάδα περίμενε να τον συναντήσει μετά την επιστροφή του από την Ινδία κάθε καλοκαίρι για ν' ακούσει τις λεπτομέρειες του ταξιδιού του, να ξεδιψάσει για μαθαίνοντας περισσότερα για τον Σουάμι και να δει βίντεο του darshan Του. Η σύζυγος αναπολεί με πόσο ενθουσιασμό μάθαιναν όλα όσα τους έλεγε γι' αυτά τα προσκυνήματα. Πώς ρουφούσαν τις λεπτομέρειες στις ιστορίες του. Τελικά η ομάδα τους είχε την ευκαιρία να επισκεφτεί το Πρασάντι το 2012. Καθώς υπήρχαν οικονομικοί περιορισμοί μόνο λίγοι μπορούσαν να κάνουν αυτό το ταξίδι. Αν και ο Σουάμι είχε πρόσφατα κάνει τη μετάβασή Του, ενώ στο άσραμ, ένιωθαν την

Παρουσία του "να δονείται παντού, να εκδηλώνεται με τη διαρκή ειρήνη, αγάπη και ευτυχία".

Μόλις έφτασε εκεί, ο αρχηγός της ομάδας πήρε το ζευγάρι να συναντήσει τον Dr Aggarwal, ο οποίος ήταν ευτυχής που δέχτηκε αυτούς τους θεραπευτές υγείας κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου ευρείας αναφερόμενης αναστάτωσης από τις συγκρούσεις σε όλη τη Συρία. Τους δόθηκε η ευκαιρία να μάθουν τη δονητική. Ο σύζυγος εγγράφηκε αμέσως στο μάθημα. Η σύζυγος, ωστόσο, ήταν κάπως διστακτική με δύο μικρές κόρες που χρειάζονταν φροντίδα και ένα άλλο παιδί καθοδόν, παρόλο που θεώρησε την προσφερόμενη ευκαιρία πολύτιμη. Είχε ήδη βιώσει τα οφέλη της δονητικής. Έφερε αντίρρηση λέγοντας, "Ίσως το επόμενο καλοκαίρι θα το κάνω." Ο Dr Aggarwal της ανέφερε "Τη Δύναμη του Τώρα" του Τόλε και ρώτησε πώς θα μπορούσε να είναι σίγουρη ότι θα μπορούσε να έρθει στο μέλλον. Αυτό αποδείχθηκε ότι συνέβη λόγω του συνεχιζόμενου εμφυλίου πολέμου της Συρίας. Τελικά, υπέκυψε στην ενθάρρυνση του και ακολούθησε το μάθημα, αισθανόμενη τεράστια ευγνωμοσύνη, συνειδητοποιώντας ότι το μακροχρόνιο όνειρό της για θεραπεία με φυσικά μέσα επιτέλους έγινε πραγματικότητα.

Το ζεύγος θεραπευτών πιστώνει αυτό το μάθημα στη δονητική για την προσθήκη μιας νέας διάστασης στην εργασία τους, βοηθώντας τους ασθενείς παράλληλα με αλλοπαθητικά φάρμακα, προωθώντας παράλληλα έναν υγιή τρόπο ζωής με θετική σκέψη και συναισθηματική φροντίδα, όλα αυτά αποδίδοντας υπέροχα αποτελέσματα. Βρήκαν ότι η θεραπεία ήταν και στα τρία επίπεδα - σώμα, μυαλό και ψυχή. Αυτό άνοιξε ένα λαμπρό νέο κεφάλαιο στη ζωή τους καθώς στη συνέχεια έμαθαν, μεταφορικά μιλώντας, να χορεύουν με τον Σουάμι και την αποστολή Του, κυρίως μέσω της δονητικής.

Επιστρέφοντας στη Συρία, το ζευγάρι εργάστηκε ομαδικά στο κέντρο Σάι, βοηθώντας και αντιμετωπίζοντας πολλούς ασθενείς κατά τη διάρκεια αυτής της πολύ δύσκολης περιόδου. Οι άνθρωποι ήταν γεμάτοι εκτίμηση και ανοιχτά ευγνώμονες γι' αυτήν την απλή και εντελώς δωρεάν θεραπεία, ειδικά που είχαν υποφέρει τόσο από τη φτώχεια του πολέμου. Επιπλέον, η συμβατική ιατρική είχε αποτύχει στους περισσότερους από τους ασθενείς τους. Όταν οι κόρες τους ήταν μικρότερες, τους δίνονταν ιάματα σε νερό μόλις έδειχναν οποιοδήποτε σημάδι πονοκέφαλου, κοιλιακού πόνου, κρυολογήματος ή πυρετού και ένιωθαν ανακούφιση μέσα σε μισή ώρα. Είχαν μεγάλη επιτυχία με συναισθηματικές διαταραχές όταν αντιμετωπίζονταν με **CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό** ή **CC15.2 Ψυχιατρικές διαταραχές** και τα αποτελέσματα ήταν σχετικά γρήγορα, ειδικά σε περιπτώσεις σοβαρά παρενοχλημένων γυναικών στη σύγχρονη συριακή κοινωνία.

Μοιράζονται μαζί μας μερικές περιπτώσεις θεραπείας. Μια νεαρή γυναίκα 33 ετών υπέφερε από προεμμηνορροϊκό σύνδρομο (PMS) για περισσότερο από ένα χρόνο, με ευερεθιστότητα, άγχος, κατάθλιψη, οίδημα, πόνο στο στήθος και πονοκέφαλο με διάρκεια 7 έως 10 ημέρες πριν κάθε περίοδό της. Φοβισμένη μήπως εξαρτηθεί από παυσίπονα και αντικαταθλιπτικά, **τα σταμάτησε μετά από έξι μήνες χρήση τους**. Μετά την έναρξη ιάματος **CC8.6 Εμμηνόπauση + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό** , είδε ανακούφιση 70-80% πριν από την πρώτη της περίοδο. Συνέχισε τη θεραπεία για έξι μήνες για πλήρη θεραπεία. Σε μια άλλη περίπτωση, μια 35χρονη γυναίκα, παντρεμένη με έναν 54χρονο άνδρα για ένα χρόνο, φοβόταν ότι δεν θα έκανε παιδιά. Μέσα σε

λίγες ημέρες από τη λήψη του **CC8.1 Τονωτικό για γυναίκες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό ΤΟΝΩΤΙΚΟ**, ένιωσε μεγάλη ανακούφιση και έμεινε έγκυος μέσα σε ένα μήνα.

Οι θεραπευτές γενικά συζητούν με τους ασθενείς τα οφέλη ενός υγιεινού τρόπου ζωής, όταν προσεγγίζονται για οποιαδήποτε θεραπεία. Ένας άντρας 40 ετών είχε σοβαρή δυσκοιλιότητα για τρία χρόνια. Ενεργείτο κάθε 3 έως 4 ημέρες με σκληρά κόπρωνα, ατελή κένωση και είχε κοιλιακό άλγος και φούσκωμα. Δεν ήθελε να εξαρτάται από καθαρτικά που σε κάθε περίπτωση παρείχαν περιορισμένη ανακούφιση. Οι θεραπευτές συζήτησαν μαζί του τα οφέλη μιας ισορροπημένης διατροφής, τακτικών γευμάτων, επαρκούς πρόσληψης νερού και τακτικής άσκησης. Δύο ημέρες μετά τη λήψη **CC4.4 Δυσκοιλιότητα + CC4.10 Δυσπεψία + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες**, μπορούσε να ενεργηθεί με μικρότερο πόνο και μετά από μία εβδομάδα, καθημερινά με σχεδόν καθόλου πόνο. Με τη σταδιακή μείωση της δοσολογίας τους επόμενους έξι μήνες σε **OW**, πέτυχε πλήρη ανάρρωση και όταν ελέγχθηκε ένα χρόνο αργότερα, διατηρείτο μια χαρά.

Παραδομένοι στον Σουάμι όταν εργάζονταν με δονήσεις, οι θεραπευτές ανακάλυψαν και βίωναν τη δύναμη των θετικών σκέψεων μέσω της ειλικρινής επιθυμίας τους να βοηθήσουν τους ασθενείς. Μαθαίνοντας ν' ακούν προσεκτικά, προσφέρουν ενθαρρυντικές λέξεις που αναζωογονούν την ελπίδα και βοηθούν στη διαδικασία θεραπείας. Η συμμετοχή στην αποστολή του Σουάμι τους έφερε πιο κοντά στους ανθρώπους και τους έκανε πιο συμπνευτικούς και κατανοητούς. Τέλος, το ζευγάρι εκφράζει την ευγνωμοσύνη του στον Σουάμι για το δώρο Του της δονητικής που τους βοήθησαν να καθαρίσουν τις καρδιές τους, προωθώντας έτσι την ψυχή τους στο πνευματικό τους ταξίδι.

Περιπτώσεις να μοιραστούμε:

- **Μακροχρόνια αλλεργική ρινίτιδα**
- **Νόσος πολυκυστικών ωοθηκών PCOD**

+++++

Οι θεραπευτές ^{02786...Ρωσία} κάνουν seva δονητικής για σχεδόν 12 χρόνια. Ο σύζυγος, μηχανικός κλωστοϋφαντουργίας, συνταξιοδοτήθηκε ως γενικός διευθυντής σχεδιασμού και μετά τη συνταξιοδότηση



συνέχισε να εργάζεται για αρκετά χρόνια ως τεχνικός διευθυντής ενός βαμβακουργείου. Η σύζυγος, καθηγήτρια Μαθηματικών, δεν εργάστηκε πολύ στην ειδικότητά της, αλλά αντ' αυτού συνέχισε να διδάσκει σκάκι.

Το ζευγάρι παρουσιάστηκε για πρώτη φορά στον Σουάμι από τους φίλους του, το καλοκαίρι του 2002. Την ίδια χρονιά, αφού διάβασαν το βιβλίο του Dr Fanibunda «Το Όραμα του Θεού» και του Howard Murphet «Σάι Μπάμπα, Άνθρωπος των Θαυμάτων», αποφάσισαν να επισκεφτούν το Πουταπάρτι τα Χριστούγεννα. Αυτή ήταν η αρχή των ετήσιων επισκέψεών τους στο άσραμ, κάθε

χειμερινές διακοπές. Το 2009, αφού ο σύζυγος έγινε συνταξιούχος, μετακόμισαν στην Ινδία για να εκπληρώσουν το όνειρό τους να ζήσουν στο Πρασάντι Νιλαγιάμ.

Στο άσραμ, το ζευγάρι συνάντησε μερικούς Ρώσους θεραπευτές που τους παρακίνησαν ν' ακολουθήσουν τη Σάι Δονητική που τελικά έγινε το ίδιο το νόημα της ζωής τους. Τον Ιούλιο του 2009 έλαβαν εκπαίδευση για να γίνουν θεραπευτές. Ήταν τόσο μεγάλη η αφοσίωσή τους σε αυτό που κέρδισαν την προαγωγή σε SVP σε μόλις επτά μήνες. Άσκησαν τη δονητική με ιεραποστολικό ζήλο, ασχολούνταν με αυτό το seva σε όλες τις ώρες της εγρήγορσης και σε πέντε χρόνια, είχαν περιθάψει τρεις χιλιάδες ασθενείς τόσο μέσα στο άσραμ όσο και έξω στο Πουταπάρτι. Μελέτησαν τα Εγχειρίδια για τη Θεραπεία με μεγάλη λεπτομέρεια και έδωσαν πολύτιμα στοιχεία τα οποία αργότερα ενσωματώθηκαν στο Vibrionics 2016. Το ζευγάρι επέστρεψε στη Ρωσία το 2014 και δεν μπόρεσε να επιστρέψει. Το έργο υπηρεσίας τους έγινε λιγότερο έντονο και επί του παρόντος, λόγω της πανδημίας, μειώθηκε περαιτέρω.

Η πόλη στην οποία ζουν έχει υψηλό επίπεδο ακτινοβολίας, λόγω της ραδιενεργής βροχής από το 1986 μετά το ατύχημα στον πυρηνικό σταθμό του Τσερνομπίλ. Ως εκ τούτου, βρίσκουν ότι οι δονήσεις δεν λειτουργούν σε πολλούς ντόπιους. Ωστόσο, υπάρχουν άτομα στα οποία αυτά εξακολουθούν να λειτουργούν και αυτοί οι ασθενείς έρχονται τακτικά για θεραπεία. Στέλνουν θεραπείες ταχυδρομικά σε όλη

τη Ρωσία με καλά αποτελέσματα και μέσω επίσκεψης Ρώσων πιστών σε πολλούς από τους ασθενείς τους στην Ινδία.

Έχουν πολλές ενδιαφέρουσες περιπτώσεις να μοιραστούν μαζί μας. Σε μια περίπτωση, μια νεαρή υπέρβαρη γυναίκα με δερματική αλλεργία έλαβε **CC21.3 Δερματικές αλλεργίες**, στις οποίες βίωσε pullout με τη μορφή ψωρίασης, μια πάθηση από την οποία υπέφερε ως παιδί. Το ίαμα άλλαξε σε **NM41 Ψωρίαση** που έλυσε τόσο το θέμα της ψωρίασης όσο και της αλλεργίας και είναι ενδιαφέρον, έξι μήνες αργότερα, κατάφερε να χάσει όλο το επιπλέον βάρος της! Σε μια άλλη περίπτωση, ένα οκτάχρονο κορίτσι εμφάνισε νευρικό τικ πριν από μερικούς μήνες αφού είδε τον θάνατο ενός σκύλου σε αυτοκινητιστικό δυστύχημα. Καθώς τα τικ μπορεί να συνεχιστούν στα εφηβικά χρόνια, οι γονείς ανησύχησαν. Με το **CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC18.5 Νευραλγία**, ήταν μια χαρά μέσα σε ένα μήνα.

Οι θεραπευτές βρίσκουν ότι οι ακόλουθες θεραπείες λειτουργούν πολύ καλά για διαφορετικές περιπτώσεις όγκου: **#1. NM108 Visc Alb (M&F) 8X + NM110 Essiac 3X + SR576 Όγκοι...TDS και #2. NM110 Essiac 10MM...OW**. Ένας 38χρονος δυσκολευόταν να καταπιεί ακόμη και το σάλιο του γιατί μια βρογχοκήλη 10 εκατοστών πίεζε τον οισοφάγο του. Μέσα σε ένα μήνα από τη λήψη του **CC12.4 Αυτοάνοσα νοσήματα + #1 και #2**, η βρογχοκήλη εξαφανίστηκε και ένιωθε καλά. Σε άλλη περίπτωση, μια 79χρονη είχε όγκο κοντά στα έντερα της. Όταν έγερνε προς τη μία πλευρά, ένιωθε ένα εξόγκωμα που μεγάλωνε αργά και τώρα είχε μέγεθος γροθιάς. Της δόθηκε **NM111 Portal Clearance + CC4.4 Δυσκοιλιότητα + #1 και #2**. Δεν είδαν την ασθενή παρά αρκετούς μήνες αργότερα, όταν ήρθε για θεραπεία φυματίωσης (TB) που είχε από την παιδική ηλικία. Αφού ρωτήθηκε, αποκάλυψε ότι ο όγκος είχε επιλυθεί **εδώ και πολύ καιρό**. Τώρα της δόθηκε **CC19.3 Χρόνιες λοιμώξεις θώρακος + CC19.6 Βήχας χρόνιος** το οποίο πήρε για ένα μήνα αλλά σταμάτησε αμέσως μετά καθώς το pullout την τρόμαξε. Λίγο αργότερα, η γυναίκα κρουολόγησε άσχημα με δυνατό βήχα για τον οποίο πήγε στην κλινική για τη φυματίωση όπου ήταν εγγεγραμμένη για περισσότερα από 50 χρόνια. Μετά από ιατρική εξέταση και ακτινογραφία, έκπληκτοι οι γιατροί την ενημέρωσαν ότι το μόνο που είχε ήταν σοβαρή βρογχίτιδα και η φυματίωση είχε φύγει, οπότε την έβγαζαν από το μητρώο.

Μια ηλικιωμένη ασθενής που θεραπεύτηκε επιτυχώς από αυτούς ζήτησε ιάματα για τον γιο της που είχε κουφαθεί στο ένα αυτί μετά από εγκεφαλικό πριν από αρκετούς μήνες. Είχε πάει σε διάφορες κλινικές στη Ρωσία και τη Γερμανία αλλά χωρίς αποτέλεσμα. Του χορηγήθηκε **CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC18.4 Παράλυση**. Η μητέρα ενημέρωσε τους θεραπευτές λίγους μήνες αργότερα ότι η ακοή του γιου της είχε επιστρέψει. Μια μέρα ενώ οδηγούσε ένα αυτοκίνητο, άκουσε τον κινητήρα και σκέφτηκε ότι υπήρχε πρόβλημα μ' αυτόν. Αυτό τον αναστάτωσε. Αλλά ξαφνικά η αλήθεια τον χτύπησε όταν κατάλαβε ότι μπορούσε ν' ακούει ξανά. Από τότε, άρχισε να πιστεύει στον Θεό και επισκέφτηκε το άσραμ του Μπάμπα με τη μητέρα του τον επόμενο χρόνο. Τη στιγμή που έφευγε από το Πρασάντι Νιλαγιάμ, είπε στους θεραπευτές «Πόσο χαρούμενος είμαι που είδα τον ζωντανό Θεό!» Οι θεραπευτές πιστεύουν ότι ο άνδρας ήταν κωφός επειδή εμφάνισε θρόμβο αίματος στο αυτί του και χάρη στο **SR271 Arnica** σ' ένα από τα combos, ο θρόμβος διαλύθηκε.

Οι θεραπευτές βρίσκουν το κουτί των 108CC πολύ αποτελεσματικό. Ένας απλό combo όπως το **CC3.6 Ακανόνιστος σφυγμός** έσωσε έναν άνδρα από εγχείρηση καρδιάς. Οι γυναίκες που έπασχαν από υπογονιμότητα έμειναν έγκυες με ασφάλεια και βρήκαν τη χαρά της μητρότητας αφού έλαβαν τις κατάλληλες θεραπείες. Σύμφωνα με την εμπειρία τους, το **CC15.3 Εθισμοί** επιφέρει σίγουρα μείωση της χρήσης ναρκωτικών.

Για ασθενείς που έχουν πληγεί από τον Covid-19, το ζευγάρι αναμετέδωσε θεραπείες χρησιμοποιώντας φωτογραφίες ασθενών ως μάρτυρα με εξαιρετικά αποτελέσματα. Ο πρώτος ασθενής ήταν μια γυναίκα από την Ινδία που είχε συμπτώματα παρόμοια με τον Covid, όπως πολύ πονόλαιμο, θερμοκρασία 39,5 C (103,1 F) και ξηρό βήχα. Ο πυρετός άρχισε να πέφτει την επόμενη μέρα, ομαλοποιήθηκε μια μέρα αργότερα και ο πονόλαιμος και ο βήχας θεραπεύτηκαν μέσα σε λίγες μέρες. Στη συνέχεια υπήρχαν 12 άτομα από το Ιράν, με παρόμοια συμπτώματα σε διάφορους βαθμούς σοβαρότητας. Λίγο μετά την έναρξη της αναμετάδοσης, κάθε ασθενής βελτιώθηκε. Οι θεραπευτές διαπίστωσαν ότι διάφορες λοιμώξεις του αναπνευστικού εκτός από τον Covid-19 ήταν διαδεδομένες εκείνη την περίοδο. Τα ιάματα για την πρόληψη εστάλησαν σε 124 άτομα και κανένα από αυτά δεν νόσησε.

Οι θεραπευτές δηλώνουν ότι όταν βλέπουν τα ευγνώμονα πρόσωπα των ασθενών τους, τους δίνει μια αίσθηση ευτυχίας. Αν περάσει μια μέρα που δεν έχουν κάνει «καλό» σε κάποιον, νιώθουν ότι ξοδεύτηκε μάταια. Ευχαριστούν τον Σουάμι που τους έδωσε την ευκαιρία να συμμετάσχουν σ' έναν τόσο ευγενή σκοπό.

☞ Ιστορικά Περιπτώσεων με τη Χρήση Combos ☞

1. Έρπης Ζωστήρας 02493...Συρία

Μια 45χρονη γυναίκα είχε ένα κόκκινο εξάνθημα στην κοιλιά της που έγινε αφόρητα επώδυνο μετά από λίγες μέρες. Υπήρχε μια αίσθηση κνησμού και καψίματος και η περιοχή ήταν ευαίσθητη στην αφή. Αναγνωρίστηκε από τον γιατρό της ως έρπης ζωστήρας στα μέσα Απριλίου 2018. Έλαβε αλλοπαθητικά φάρμακα για ένα μήνα αλλά δεν ανακουφίστηκε από τον πόνο της που ήταν τόσο έντονος που πείστηκε ν' αναζητήσει εναλλακτική θεραπεία. Έτυχε να παρακολουθήσει μια διάλεξη για τη δονητική που δόθηκε από τον θεραπευτή. Αμέσως τον συμβουλευτηκε στις **18 Μαΐου 2018** και της δόθηκε:

CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC21.8 Έρπης...TDS

Σε δύο εβδομάδες, παρουσίασε σημαντική βελτίωση στον πόνο και πείστηκε τόσο πολύ από την ευεργετική επίδραση των δονήσεων που σταμάτησε να παίρνει αλλοπαθητικά φάρμακα. Μετά από άλλες δύο εβδομάδες, ανέφερε 75% βελτίωση στον πόνο. Στις 20 Σεπτεμβρίου, η κατάστασή της έγινε απολύτως φυσιολογική. Η δόση μειώθηκε σε **BD** και μετά από έναν ακόμα μήνα σε **OD** πριν σταματήσει η θεραπεία στα τέλη Νοεμβρίου. Είναι μια χαρά από τότε και άρχισε να παρακολουθεί περισσότερες διαλέξεις για τη δονητική. Συμβουλευεται τον θεραπευτή ακόμη και για μικρά θέματα υγείας.

Σημείωση του Εκδότη: Ο πόνος καύσης του έρπητα ζωστήρα μπορεί να είναι εξαιρετικά εξουθενωτικός και μπορεί να επιμείνει για αρκετούς μήνες ακόμα και μετά την υποχώρηση του εξανθήματος.

+++++

2. Μακροχρόνια αλλεργική ρινίτιδα 02858...Συρία

Μια 54χρονη οφθαλμίατρος υπέφερε από βουλωμένη μύτη, οπισθορινική καταρροή και πρήξιμο στο πρόσωπο, ειδικά γύρω από τη μύτη και τα μάτια για περισσότερα από 16 χρόνια. Τα συμπτώματα επαναλαμβάνονταν συνεχώς καθ' όλη τη διάρκεια του έτους. Κατά καιρούς, δοκίμαζε πολλά διαφορετικά αλλοπαθητικά φάρμακα αλλά παρείχαν προσωρινή ανακούφιση που διαρκούσε περίπου δύο εβδομάδες. Όταν ο θεραπευτής της εξήγησε πώς λειτουργεί η δονητική, ήταν πρόθυμη να λάβει αυτή τη θεραπεία και της δόθηκε το ακόλουθο ίαμα στις **18 Ιανουαρίου 2013**:

CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC19.2 Αναπνευστικές αλλεργίες...TDS

Μετά από ένα μήνα one month, ένιωσε 40% καλύτερα στην όλη κατάστασή της. Τους επόμενους 3 μήνες υπήρχε συνεχής βελτίωση στα συμπτώματά της και στις 15 Μαΐου ανέφερε 90% ανακούφιση. Η δοσολογία μειώθηκε σε **BD** και στις 15 Ιουλίου 2013 ήταν τελείως θεραπευμένη. Τέθηκε σε δόση συντήρησης **OD** για 6 μήνες πριν σταματήσει το ίαμα. Η ασθενής κράτησε επαφή για περισσότερο από ένα χρόνο και δεν υπήρξε υποτροπή των συμπτωμάτων.

+++++

3. Νόσος Πολυκυστικών Ωοθηκών PCOD 02858...Συρία

Μια 44χρονη γυναίκα υπέφερε από βαριά εμμηνορροϊκή αιμορραγία, ακανόνιστη έμμηνο ρύση και τριχοφυΐα στο πηγούνι και το πρόσωπο για τρεις μήνες. Διαγνώστηκε με Νόσο Πολυκυστικών Ωοθηκών, με πολλαπλές κύστες και στις δύο ωοθήκες. Της συστήθηκε από τον γυναικολόγο της ορμονική θεραπεία. Ανησυχώντας για τις παρενέργειές τους, δεν ήθελε να πάρει αλλοπαθητικά φάρμακα ούτε να υποβληθεί σε χειρουργική επέμβαση. Άκουσε για τη δονητική και τα οφέλη της από τη φίλη της που αντιμετώπισε επιτυχώς το άγχος και τον φόβο και έτσι αποφάσισε να πάρει δονήσεις. Στις **30 Αυγούστου 2017**, της δόθηκε:

CC8.4 Ωοθήκες & Μήτρα + CC8.7 Συχνά έμμηνα...TDS

Η πρώτη περίοδος μετά την έναρξη της δονητικής ήρθε στην ώρα της και με μειωμένη αιμορραγία αλλά και πάλι λίγο έντονη. Η δεύτερη περίοδος ήρθε επίσης στην ώρα της και η αιμορραγία ήταν φυσιολογική. Μια εξέταση υπερήχων επιβεβαίωσε την απουσία όλων των κύστεων και στις δύο ωοθήκες. Η θεραπεία συνεχίστηκε **TDS** μέχρι τις 30 Οκτωβρίου, όταν η δόση μειώθηκε σταδιακά στο μηδέν στις 11 Δεκεμβρίου. Δύο μήνες αργότερα η ασθενής ανέφερε ότι όλα ήταν καλά και οι τρίχες στο πρόσωπο και το πηγούνι της είχαν εξαφανιστεί εντελώς. Δεν υπήρξε επανεμφάνιση των συμπτωμάτων ακόμη και μετά από ένα χρόνο.

+++++

4. Τροφική δυσανεξία σε μπανάνα, μέλι ^{12051...Ινδία}

Μια 22χρονη γυναίκα υπέφερε από τροφική δυσανεξία στη μπανάνα και το μέλι για περισσότερα από 12 χρόνια. Όποτε έτρωγε κάποιο από αυτά, ένιωθε κοιλιακή ενόχληση ακολουθούμενη από έντονο στομαχόπονο που διαρκούσε για 3 έως 4 ώρες. Έτσι, αυτά τα δύο είδη δεν ήταν μέρος της διατροφής της για δέκα χρόνια, αλλά στις **3 Μαΐου 2020**, έτυχε να φάει μια μικρή ποσότητα από αυτά και παρουσίασε βασανιστικό πόνο στην κοιλιά της. Την ίδια μέρα συμβουλευτήκε τον θεραπευτή που δυναμοποίησε και τα δύο είδη διατροφής στο SRHVP στο **200C** και της έδωσε:

Μπανάνα και μέλι δυναμοποιημένα...TDS

Μετά από δύο εβδομάδες, δοκίμασε μικρές μπανάνες και, προς έκπληξή της, δεν παρουσίασε κανένα από τα συνηθισμένα συμπτώματα. Αυτό την ενθάρρυνε να φάει μέλι την ίδια μέρα και ήταν απολύτως φυσιολογική. Ήταν πολύ χαρούμενη που το παιδικό της πρόβλημα λύθηκε μέσα σε μόλις δύο εβδομάδες. Η δόση μειώθηκε σε **OD** και το ίαμα σταμάτησε μετά από ένα μήνα. Έχει περάσει ένας χρόνος τώρα και συνεχίζει ν' απολαμβάνει μπανάνα και μέλι.

+++++

5. Αγχώδης διαταραχή, οσφυαλγία ^{03553...Καναδάς}

Μια 33χρονη γυναίκα είχε έντονο άγχος για έξι χρόνια εξαιτίας του τραυματικού διαζυγίου από έναν βίαιο σύζυγο, μόλις τρεις μήνες μετά τον γάμο. Τα συμπτώματα περιελάμβαναν κλάμα συχνά χωρίς λόγο, διαταραγμένο ύπνο, έλλειψη συγκέντρωσης και μερικές φορές αυξημένο καρδιακό ρυθμό. Δεν έπαιρνε κανένα φάρμακο αλλά έκανε κάποιες ασκήσεις αναπνοής για το άγχος. Κατά διαστήματα είχε μέτριο πόνο στη μέση που ακτινοβολούσε στο δεξί πόδι με έντονη αίσθηση τσιμπήματος. Το συσχέτισε με την οσφυονωτιαία παρακέντηση κατά τη διάρκεια του τοκετού πριν από πέντε χρόνια. Τότε ήταν κατάκοιτη στο κρεβάτι για ένα μήνα. Είχε λάβει παυσίπονα και τους τελευταίους δέκα μήνες υποβαλλόταν επίσης σε φυσιοθεραπεία αλλά και τα δύο παρείχαν μόνο βραχυπρόθεσμη ανακούφιση. Στις **8 Οκτωβρίου 2019**, της δόθηκε:

Για το άγχος:

#1. CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό ...TDS και σε νερό...**OD** για ψεκασμό στο υπνοδωμάτιο

Για τον πόνο στην πλάτη:

#2. CC18.5 Νευραλγία + CC20.5 Σπονδυλική στήλη...TDS

Σταμάτησε τα παυσίπονα αλλά συνέχισε με φυσιοθεραπεία. Μετά από δύο μήνες στις 10 Δεκεμβρίου, ανέφερε βελτίωση 30% στον πόνο στην πλάτη καθώς μπορούσε να περπατάει και να στέκεται ίσια, καλύτερα από πριν. Καθώς η ασφάλιση υγείας της είχε λήξει, σταμάτησε τη φυσιοθεραπεία. Οι κρίσεις άγχους ήταν πλέον λιγότερο συχνές και ένιωθε λιγότερο αφηρημένη. Τον Νοέμβριο του 2019, η θεραπεύτρια προήχθη σε επίπεδο SVP και έλαβε συμβουλές να χρησιμοποιεί το SRHVP για έξι μήνες. Έτσι, έκανε τα εξής για να αντικαταστήσει το **#1** και το **#2**:

Για το άγχος:

#3. NM6 Calming + NM69 CB8 + BR2 Blood Sugar + BR3 Depression + BR4 Fear + BR5 Heart + BR7 Stress...TDS και σε νερό...**OD** για ψεκασμό στο υπνοδωμάτιο

Για τον πόνο στην πλάτη:

#4. NM38 Back Pain + NM97 Sciatica + OM18 Sacral & lumbar + OM31 Spine: Lumbar-Sacral...TDS

Στις 27 Φεβρουαρίου 2020, υπήρξε βελτίωση κατά 80% και στα δύο προβλήματά της, τα οποία εξαφανίστηκαν εντελώς έως τις 4 Μαΐου. Η δοσολογία μειώθηκε σε **OD** και σταδιακά μειώθηκε στο μηδέν στις 4 Ιουνίου. Της χορηγήθηκε **CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες** και **CC17.2 Κάθαρση** εναλλάξ κάθε μήνα, για τους επόμενους έξι μήνες. Τα ιάματα σταμάτησαν πριν από περισσότερο από ένα χρόνο και συνεχίζει να τα πάει καλά και ευχαριστεί τη Σάι Δονητική για την ευημερία της.

Εάν χρησιμοποιείτε το κουτί των 108CC, δώστε #3: CC3.1 Τονωτικό καρδιάς + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό; #4: CC20.1 Τονωτικό SMJ + CC20.5 Σπονδυλική στήλη

+++++

6. Εθισμός στην κρυσταλλική μεθαμφεταμίνη 03591...ΙΙνδονησία

Ένας 33χρονος άνδρας ήταν εθισμένος στο κάπνισμα κρυσταλλικής μεθαμφεταμίνης (μεθαμφεταμίνη, διεγερτικό φάρμακο) σε καθημερινή βάση τα τελευταία δύο χρόνια. Άρχισε να απομονώνεται στο δωμάτιό του, αλληλεπιδρώντας ελάχιστα με τη σύζυγο και τον γιο του, εξαιτίας της οποίας τον εγκατέλειψαν τον Σεπτέμβριο του 2020. Έτσι, αποφάσισε να διακόψει τον εθισμό του και σταμάτησε να χρησιμοποιεί το ναρκωτικό. Μέσα σε τρεις ημέρες, τα συμπτώματα στέρησης, η ανησυχία, η αϋπνία, η κόπωση και η αυξημένη λαχτάρα για το φάρμακο και για φαγητό, έγιναν σοβαρά. Αναζήτησε αμέσως τη βοήθεια του θεραπευτή που έδωσε στις **29 Σεπτεμβρίου 2020**:

#1. CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC15.3 Εθισμοί...TDS

Δεν έκανε άλλη θεραπεία. Μετά από μια μέρα ανέφερε με χαρά ότι ένιωθε γεμάτος ενέργεια, η κούρασή του μειώθηκε κατά 50% και η λαχτάρα για το ναρκωτικό κατά 75%. Μετά από μία εβδομάδα, στις 7 Οκτωβρίου, η ανησυχία, η αϋπνία και η κούραση είχαν φύγει εντελώς και η λαχτάρα για ναρκωτικά μειώθηκε κατά 90%. Ωστόσο, δεν υπήρξε καμία αλλαγή στη λαχτάρα του για φαγητό. Μετά από άλλες τρεις εβδομάδες, στις 30 Οκτωβρίου, δεν λαχταρούσε πλέον το ναρκωτικό. Ωστόσο, εξακολουθούσε να τρώει πολύ και ανησυχούσε μήπως πάρει κιλά. Έτσι, του δόθηκε επίσης:

#2. CC15.4 Διαταραχές ορέξεως...TDS

Επιπλέον, ο θεραπευτής τον συμβούλεψε ν' ακολουθήσει μια ρουτίνα άσκησης και μια υγιεινή διατροφή. Την 1η Δεκεμβρίου ο ασθενής τηλεφώνησε για να πει ότι η λαχτάρα του για φαγητό μειώθηκε κατά 50% και ότι μετά από πολύ καιρό ένιωθε πραγματικά καλά. Περιέβαλλε τον εαυτό του με θετικούς ανθρώπους για να παραμείνει χαρούμενος και ικανοποιημένος. Ακουγόταν ήρεμος, γεμάτος ενέργεια και αυτοπεποίθηση.

Στις 4 Ιανουαρίου 2021, το #1 μειώθηκε σε **BD** και στη συνέχεια μειώθηκε αργά σε **3TW** για μια περίοδο πέντε μηνών. Στις 24 Φεβρουαρίου η λαχτάρα του για φαγητό είχε εξαφανιστεί και έτσι το #2 μειώθηκε σε **BD**. Τον Μάρτιο, ο ασθενής αποφάσισε να συνεχίσει αυτή τη δόση καθώς το #2 τον βοηθούσε να χάσει το επιπλέον βάρος και την 1η Ιουνίου το μείωσε σε **3TW**. Καθώς η χρήση του φαρμάκου μπορεί να προκαλέσει κάποιες εγκεφαλικές αλλαγές που μπορεί να διαρκέσουν για ένα χρόνο ή περισσότερο μετά τη διακοπή, συνεχίζει να παίρνει και το #1 και το #2...**3TW** από τις 14 Ιουνίου 2021, παρόλο που είναι καλά. Παρεμπιπτόντως, τώρα προσεύχεται στον Σάι Μπάμπα για πνευματική καθοδήγηση.

+++++

7. Διαβήτης 03566...ΗΠΑ

Το 2012, αυτή η 26χρονη γυναίκα ένιωθε ξαφνικά υπερβολική κόπωση, συχνουρία και μυρμήγκιασμα στα δάχτυλα των χεριών και των ποδιών της. Ο γιατρός της έδωσε άμεση εντολή για εξέταση αίματος και διέγνωσε ότι ήταν διαβήτης με επίπεδο HbA1c* στο 7,5. Αυτό φαινόταν να είναι κληρονομικό, καθώς ο πατέρας και ο παππούς της ήταν και οι δύο διαβητικοί. Επίσης, είχε έναν πολύ ανθυγιεινό τρόπο ζωής καθώς έτρωγε πολύ πρόχειρο φαγητό και γλυκά. Ήταν πολύ υπέρβαρη στα 77 κιλά (170 λίβρες) για ύψος 160 cm (5 πόδια 3 ίντσες). Ο γιατρός συνταγογράφησε μετφορμίνη 1000 mg **BD**. Επίσης, πήγε γυμναστήριο και άρχισε να τρώει υγιεινά τρόφιμα, με αποτέλεσμα να χάσει 23 κιλά (50 λίβρες) σε δύο χρόνια. Το επίπεδο HbA1c της μειώθηκε στο 7,0 μέχρι το 2017, ο γιατρός μείωσε τη δόση της μετφορμίνης σε **OD**. Όταν επισκέφτηκε τον θεραπευτή στις **12 Αυγούστου 2019**, συνέχιζε την μετφορμίνη **OD** και το επίπεδο HbA1c ήταν σταθερό στο 7,0. Ανέφερε επίσης, ότι είχε καούρα και δυσκοιλιότητα ως παρενέργειες της μετφορμίνης. Της δόθηκαν τα ακόλουθα ιάματα:

Για τον διαβήτη:

#1. CC6.3 Διαβήτης + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό...TDS

Για την καούρα και την δυσκοιλιότητα:

#2. CC4.1 Τονωτικό της πέψης + CC4.4 Δυσκοιλιότητα + CC4.10 Δυσπεψία + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις...TDS

Συνέχισε ν' ακολουθεί αυστηρή διατροφή και ασκείτο τακτικά. Χρειάστηκαν τέσσερις μήνες για να μειωθεί η HbA1c στο 6,5, οπότε ο γιατρός μείωσε τη μετφορμίνη στα 500 mg **OD**. Υπήρξε 60% βελτίωση στη δυσκοιλιότητα και την καούρα. Σε άλλους τέσσερις μήνες έως τις 15 Απριλίου 2020, τα επίπεδα HbA1c έγιναν φυσιολογικά στο 5,5 και ήταν εντελώς απαλλαγμένα από τις παρενέργειες της μετφορμίνης. Η δοσολογία των #1 και #2 μειώθηκε σε **BD** και **OD** αντίστοιχα. Ο γιατρός τη συμβούλεψε να μειώσει τη

μετορμίνη στα 250 mg **OD** αλλά αρνήθηκε και τη διέκοψε μόνη της και σε άλλες δύο εβδομάδες, σταμάτησε και το **#2** καθώς ένιωθε ότι δεν χρειαζόταν πλέον. Τον Νοέμβριο του 2020 μείωσε τη δόση του **#1** σε **OW** αλλά μετά ένιωσε πιο άνετα να τη διατηρήσει στα **2TW** που συνεχίζει μέχρι τώρα τον Απρίλιο του 2021 και το σάκχαρό της είναι φυσιολογικό. Το παρακολουθεί τακτικά.

*Η HbA1c είναι ένας μέσος όρος των επιπέδων σακχάρου στο αίμα τους τελευταίους 2 έως 3 μήνες: Φυσιολογικό 4,0 έως 5,9%. Προδιαβήτης 6,0 έως 6,4%. Διαβήτης πάνω από 6,4%.

+++++

8. Κολπίτιδα ^{11629...Ινδία}

Μια 40χρονη γυναίκα υπέφερε από φλεγμονή, κνησμό και φουσκάλες στον κόλπο (που διαγνώστηκε ως κολπίτιδα) εδώ και 10 χρόνια. Είχε επίσης φλεγμονή, ξηρά φολιδωτά μπαλώματα και μικροσκοπικά εξογκώματα στους αστραγάλους, τα χέρια και το κάτω μέρος του κορμού της για έξι χρόνια. Πήρε αλλοπαθητική για επτά χρόνια και ομοιοπαθητική για δύο χρόνια, χωρίς κανένα όφελος. Αυτά παρείχαν προσωρινή ανακούφιση καθώς τα συμπτώματα επέστρεφαν σύντομα. Δεν μπορούσε ούτε να κοιμάται ήσυχα τη νύχτα ούτε μπορούσε να κάνει κανονικά τις καθημερινές της δουλειές κατά τη διάρκεια της ημέρας. Καθώς ήταν απελπισμένη να βρει μια λύση σε αυτό το ενοχλητικό πρόβλημα, στις **31 Αυγούστου 2020**, επισκέφτηκε τον θεραπευτή που έδωσε:

CC8.5 Κόλπος και Τράχηλος + CC21.6 Έκζεμα + CC21.7 Μύκητας...TDS

Στις 9 Οκτωβρίου με χαρά ανέφερε σχεδόν 60% ανακούφιση στην κολπίτιδα και 30% σε άλλες περιοχές του δέρματος. Μετά από έναν ακόμη μήνα, η βελτίωση ήταν αντίστοιχα 90% και 50%. Την τελευταία εβδομάδα του Δεκεμβρίου, ήταν εντελώς απαλλαγμένη απ' όλα τα συμπτώματα και η δόση μειώθηκε σε **OD**, την οποία συνεχίζει προληπτικά από τον Μάρτιο του 2021 και δεν υπήρξε υποτροπή.

Σημείωση του Εκδότη: Συνιστάται εξωτερική εφαρμογή του ιάματος για ταχύτερη ανάρρωση.

+++++

9. Χαμηλή όρεξη, κακή μνήμη ^{11616...Ινδία}

Μια μητέρα ανησυχούσε για την 11χρονη κόρη της που είχε χαμηλή όρεξη για πέντε χρόνια. Ζουν σε μια μεγάλη οικογένεια και όλα τα ξαδέλφια της ασθενούς έτρωγαν καλά. Η μητέρα δοκίμασε διάφορες στρατηγικές για να την κάνει να τρώει σωστά αλλά δεν τα κατάφερε. Για δύο χρόνια, το κορίτσι δυσκολευόταν επίσης να διατηρήσει όσα μάθαινε στο σχολείο. Στις **5 Αυγούστου 2019**, της δόθηκε:

CC4.1 Τονωτικό της πέψης + CC12.2 Τονωτικό παιδιών + CC17.3 Τονωτικό εγκεφάλου & μνήμης...BD σε νερό

Το να έχει κατά νου τις ώρες του σχολείου της η δόση **BD** φάνηκε πιο πρακτική από το τυπικό **TDS**. Μετά από τρεις μήνες, η όρεξη και η μνήμη του κοριτσιού βελτιώθηκαν κατά 50 έως 60%. Σε άλλους δύο μήνες έτρωγε καλά προς ικανοποίηση της μητέρας της και δεν είχε πρόβλημα με τη μνήμη της. Μετά από έναν ακόμη μήνα στις 15 Φεβρουαρίου 2020, ο θεραπευτής μείωσε τη δόση σε **OD**. Καθώς είχε γενικά καλή υγεία, το ίαμα σταμάτησε τον Νοέμβριο του 2020. Από τον Απρίλιο του 2021, το κορίτσι είναι μια χαρά.

+++++

10. Απώλεια μαλλιών ^{03578...Γαλλία}

Μια 70χρονη γυναίκα έχανε σημαντική ποσότητα μαλλιών τους τελευταίους έξι μήνες. Το σωματικό και συναισθηματικό στρες φάνηκε να είναι η υποκείμενη αιτία, αφού στο πρόσφατο παρελθόν είχε υποστεί πολλά άκρως αγχωτικά γεγονότα, όπως πλημμύρες στο σπίτι της και συγκρουσιακές σχέσεις με τους ανθρώπους γύρω της. Όταν επισκέφτηκε τον θεραπευτή, δεν έπαιρνε κανένα φάρμακο εκτός απ' αυτό για τον διαβήτη που έπαιρνε εδώ και 20 χρόνια. Στις **30 Μαρτίου 2019**, της δόθηκε:

CC11.1 Τονωτικό μαλλιών + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC15.1 Ψυχικό Συναισθηματικό τονωτικό &...TDS

Μέσα σε μία εβδομάδα, παρατήρησε ότι έχανε λιγότερα μαλλιά, μια βελτίωση περίπου 20%. Μετά από άλλες 8 εβδομάδες, τα μαλλιά της σταμάτησαν να πέφτουν, οπότε η δόση μειώθηκε σε **OD**. Ωστόσο, η ίδια διέκοψε τη θεραπεία καθώς ήταν απόλυτα ικανοποιημένη με το αποτέλεσμα. Ακόμη και μετά από δύο χρόνια τον Απρίλιο του 2021, είναι απολύτως καλά χωρίς περαιτέρω τριχόπτωση.

+++++

11. Φόβος σε παιδί ^{01001...Ουρουγουάη}

Ένα δίχρονο κορίτσι άρχισε να έχει επεισόδια φόβου τον Σεπτέμβριο του 2019. Όποτε έβλεπε έναν σκύλο ή άκουγε ένα κουδούνι ή έβλεπε οτιδήποτε κινούνταν γρήγορα (π.χ. ένα άλλο παιδί να τρέχει ή μια γάτα να πηδά), άρχιζε να τρέμει και να κλαίει απαρηγόρητα για περίπου μισή ώρα αγκαλιάζοντας τη μητέρα της σφιχτά, χωρίς να την αφήσει να φύγει. Από τη γέννησή της (με καισαρική τομή) είχε νευρική διάθεση. Ήταν σωματικά υγιής και δεν υπήρχε προφανής λόγος γι' αυτόν τον φόβο. Στις **3 Δεκεμβρίου 2019**, της δόθηκε:

NM6 Calming + NM25 Shock + BR4 Fear + SM1 Removal of Entities + SM9 Lack of Confidence...TDS

Σε μία εβδομάδα, το παιδί ήταν σημαντικά καλύτερα καθώς τα επεισόδια διαρκούσαν το μισό χρόνο και ο φόβος δεν ήταν τόσο έντονος. Στη συνέχεια βελτιωνόταν συνεχώς και μετά από άλλες δύο εβδομάδες ο φόβος είχε σχεδόν εξαφανιστεί. Στις 2 Ιανουαρίου 2020, η μητέρα ανέφερε ότι δεν υπήρχε άλλο επεισόδιο και το παιδί ήταν χαρούμενο και γεμάτο αυτοπεποίθηση. Η δόση μειώθηκε σε **OD** για δύο εβδομάδες και στη συνέχεια μειώθηκε σταδιακά πριν διακοπεί η θεραπεία στις 8 Φεβρουαρίου 2020. Έχει περάσει περισσότερο από ένας χρόνος και το παιδί συνεχίζει να τα πηγαίνει καλά.

*Εάν χρησιμοποιείτε το κουτί των 108CC, δώστε: **CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό.***

+++++

12. Covid-19 ^{02726...ΗΠΑ}

Ένας 51χρονος άνδρας είχε χαμηλό πυρετό, ρίγη, πόνο στο σώμα, δύσπνοια και κόπωση από τις 8 Δεκεμβρίου 2020 και έπαιρνε φάρμακα χωρίς ιατρική συνταγή που έδιναν κάποια ανακούφιση. Βγήκε θετικός στον Covid-19 στις 12 Δεκεμβρίου. Καθώς τα συμπτώματα παρέμειναν ακόμη και μετά από μια εβδομάδα, η σύζυγός του ανησύχησε και στις 19 Δεκεμβρίου 2020, επικοινωνήσε με τον θεραπευτή που έδωσε το τυπικό μας ίαμα **IB**:

CC4.1 Τονωτικό της πέψης + CC4.8 Γαστρεντερίτιδα + CC9.2 Οξείες λοιμώξεις + CC9.4 Παιδικές ασθένειες + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC13.1 Τονωτικό νεφρών + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC19.3 Χρόνιες λοιμώξεις θώρακος + CC19.6 Βήχας χρόνιος + CC19.7 Λαιμού χρόνια προβλήματα...κάθε 10 λεπτά για 2 ώρες ακολουθούμενο από 6TD και για τα μέλη της οικογένειάς του TDS

Μέσα σε τέσσερις ημέρες, ο πυρετός εξαφανίστηκε και άλλα συμπτώματα βελτιώθηκαν κατά 30%. Σε άλλες τρεις ημέρες, υπήρξε 60% βελτίωση στη δύσπνοια και 90% στον πόνο στο σώμα. Στις 29 Δεκεμβρίου ένιωθε φυσιολογικά, εκτός από μια μικρή κούραση, η δόση μειώθηκε σε **TDS**. Την πρώτη εβδομάδα του Ιανουαρίου 2021, ήταν απολύτως φυσιολογικός. Η δόση μειώθηκε στο επίπεδο προφύλαξης **OD**, συμπεριλαμβανομένων όλων των μελών της οικογένειας. Από τις 29 Μαρτίου 2021, όλοι τους συνεχίζουν να αισθάνονται υπέροχα.

☞ Η Γωνιά των Απαντήσεων ☜

E1. Για πόσο χρονικό διάστημα πρέπει να χορηγείται ένα νοσώδες και μπορεί να χορηγηθεί μαζί με άλλο ίαμα;

A. Το νοσώδες δεν διαφέρει από οποιοδήποτε άλλο δονητικό ίαμα. Άρα δεν υπάρχει συγκεκριμένο χρονικό πλαίσιο για τη λήψη νοσώδους. Ακολουθήστε το ίδιο πρωτόκολλο σχετικά με το pullout, τη δοσολογία, τη διάρκεια και τη μείωση όπως για οποιοδήποτε ίαμα. Στον τόμο 6 τεύχος 3 αναφέρθηκε ότι μόνο σε ειδικές περιπτώσεις μπορεί να δοθεί νοσώδες μαζί με μια άλλο ίαμα. Για παράδειγμα, σε περιόδους Covid, μια ειδική περίπτωση θα είναι αυτή του ιάματος **IB** που πρέπει να λαμβάνεται καθημερινά ή μπορεί να συμβεί όταν εμφανιστεί μια οξεία κατάσταση (π.χ. τραυματιστεί ένας ασθενής που παίρνει νοσώδες) και ο ασθενής χρειάζεται άμεση θεραπεία. Είναι καλύτερο να κρατήσετε ένα κενό τουλάχιστον 20 λεπτών μεταξύ των δύο ιαμάτων

.+++++

E2. Ένας επαγγελματίας υγείας, που λάμβανε *IB* ως προφυλακτικό, βρέθηκε θετικός στον Covid-19. Πώς διασφαλίζουμε ότι το *IB* θα αποτρέψει κάποιον από το να κολλήσει τον ιό;

A. Το *IB* σίγουρα βοηθά στην πρόληψη της λοίμωξης αλλά εάν υπάρξει μόλυνση τα συμπτώματα είναι γενικά λιγότερο σοβαρά και ανακουφίζονται γρηγορότερα όταν αυξάνεται η δόση του *IB*. Αλλά να θυμάστε ότι κανένα φάρμακο, συμπεριλαμβανομένου του εμβολίου, δεν είναι 100% αποτελεσματικά.

E3. Μπορώ να χρησιμοποιήσω σφαιρίδια ξυλιτόλης (που χρησιμοποιούνται από ορισμένους ομοιοπαθητικούς) αντί για κανονικά χάπια ζάχαρης (μέγεθος 30) για διαβητικούς, καθώς μερικές φορές δεν θέλουν να πάρουν χάπια ζάχαρης;

A. Η ξυλιτόλη συνήθως συμπίεζεται σε δισκία που δεν απορροφούν σωστά τους κραδασμούς. Εάν μπορείτε να βρείτε σφαιρίδια ξυλιτόλης, τα οποία είναι μικρά και μαλακά όπως τα χάπια μας, αυτά μπορεί να είναι αποδεκτά. Ωστόσο, δεν βλέπουμε κανένα πρόβλημα με τη χρήση χαπιών ζάχαρης ακόμη και για διαβητικούς, καθώς κάθε σφαιρίδιο είναι μόλις ένας κόκκος ζάχαρης και εάν ο ασθενής σας προσθέσει τρία σφαιρίδια σε 100 ml νερό, αυτή η θεραπεία θα διαρκέσει πέντε ημέρες, δηλαδή λιγότερο από έναν κόκκο ζάχαρη την ημέρα! Αυτή η ποσότητα ζάχαρης είναι ασήμαντη σε σύγκριση με αυτή που περιέχεται στο ανθρώπινο σώμα και ως εκ τούτου απολύτως ασφαλής για τους διαβητικούς. Ωστόσο, εάν εσείς ή οι ασθενείς σας εξακολουθείτε ν' ανησυχείτε, μπορείτε να επιλέξετε να κάνετε τη θεραπεία απευθείας σε νερό ή βιμπούτι.

E4. Γνωρίζω ότι το νερό επιτρέπεται κατά τη διάρκεια του διαστήματος των 20 λεπτών που απαιτείται πριν και μετά τη λήψη ενός ιάματος αλλά μπορεί αυτό το νερό να είναι από χάλκινο δοχείο; Επίσης, μπορώ να παίρνω βιμπούτι σ' αυτό το διάστημα;

A. Ναι, μπορείτε να πάρετε αυτό το νερό καθώς τα ιόντα χαλκού που περιέχει δεν θα επηρεάσουν τους κραδασμούς στο ίαμα και θα έχουν μάλλον θετική επίδραση στο σώμα. Το ίδιο ισχύει και για το νερό από ένα ασημένιο δοχείο. Καθώς το βιμπούτι είναι ουδέτερο, αυτό επιτρέπεται επίσης κατά τη διάρκεια αυτού του κενού 20 λεπτών. Στην πραγματικότητα, το βιμπούτι είναι ένα από τα μέσα στα οποία παρασκευάζονται ιάματα!

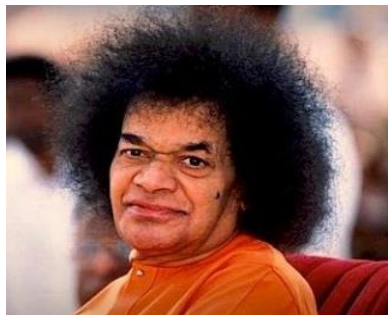
E5. Αφού μιλήσω μ' έναν ασθενή με ψυχικό ή κάποιο σοβαρό πρόβλημα, συχνά αισθάνομαι αρκετά πεσμένα. Υποψιάζομαι ότι παίρνω αρνητική ενέργεια από τον ασθενή μου. Πώς μπορώ να το αντιμετωπίσω;

A. Αφού μιλήσετε μ' έναν ασθενή, είναι η «υπερβολική ανησυχία» της ασθένειάς του που σας δημιουργεί αρνητική ενέργεια. Αυτό είναι επιζήμιο με δύο τρόπους. Σας κάνει να αισθάνεστε πεσμένα και εμποδίζει τη διαδικασία ανάρρωσης στον ασθενή. Πρέπει λοιπόν να είμαστε προσεκτικοί και να φέρνουμε στο νου μόνο καλές σκέψεις. Μέσω συνεχών προσευχών και διαλογισμού στον Θεό, μπορούμε να καθαριστούμε από τις αρνητικές ενέργειες. Πριν ξεκινήσετε μια συνεδρία θεραπείας, είναι σημαντικό να κάνετε μια εγκάρδια προσευχή, ώστε να μπορείτε να λειτουργήσετε με τον τρόπο της πλήρους παράδοσης στον Θεό, έχοντας κατά νου ότι Αυτός είναι ο μόνος θεραπευτής και είστε απλώς ένα κανάλι μέσω του οποίου η θεραπευτική Του ενέργεια ρέει στον ασθενή.

E6. Κάθε φορά που θεραπεύω έναν ασθενή με μια σοβαρή ασθένεια όπως ο καρκίνος, δεν νιώθω αυτοπεποίθηση και ανησυχώ ότι ο ασθενής μπορεί να μην βελτιωθεί και τέτοιες σκέψεις συνεχίζουν να ταραξουν το μυαλό μου. Δεν ξέρω τι να κάνω;

A. Θυμηθείτε ότι αυτός ο ασθενής στάλθηκε σε εσάς από τον Θεό που σας έδωσε την ευκαιρία να ενεργήσετε ως όργανό Του για να θεραπεύσετε αυτόν τον ασθενή. Επομένως, το καθήκον σας είναι να προετοιμάσετε τη συνταγή όσο καλύτερα μπορείτε, σύμφωνα με όσα έχετε μάθει και εάν χρειάζεται, σύμφωνα με τις συμβουλές που σας δίνουν οι πιο seniors. Τώρα, δώσε το ίαμα με αγάπη και προσευχηθείτε νοερά στο Θείο «Το έργο μου τελείωσε, τώρα, σε παρακαλώ, ανάλαβε». Το να μην εστιάσετε στο αποτέλεσμα θα σας βοηθήσει να μην προσκολληθείτε στην ασθένεια του ασθενούς και ο Θεός θα μιλήσει μέσω εσάς για οποιαδήποτε συμβουλή πρέπει να δοθεί στον ασθενή για τη βελτίωση της υγείας του.

☞ Θεία Μηνύματα από τον Υπέρτατο Θεραπευτή ☞



Μετά τη λήψη φαγητού, θα πρέπει να είστε σε θέση να σηκωθείτε τόσο ελαφρείς όσο όταν καθίσατε για φαγητό. Αυτός είναι ο σαβτικός τρόπος φαγητού. Όταν κάθεστε για φαγητό, είστε πολύ δραστήριοι και ευκίνητοι, αλλά αφού φάτε, δυσκολεύεστε ακόμη και να σηκωθείτε λόγω της υπερφόρτωσης του στομάχου. Αυτή είναι μια σκληρή (ταμασική) συνήθεια. Σταματήστε να τρώτε όταν αισθανθείτε ότι μπορείτε ακόμα να φάτε λίγο περισσότερο.

...Σάτυα Σάι Μπάμπα, "Η Ανώτατη Ευδαιμονία Προέρχεται από την Απόλυτη Σοφία" Ομιλία 1
Σεπτεμβρίου 1996

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/d960901.pdf>

Όταν η ανιδιοτελής υπηρεσία παρέχεται με αγάπη, ευφυΐα και σοβαρότητα, οδηγεί τα άτομα πιο κοντά και πιο κοντά στη Θεότητα, γιατί προσελκύει στον εαυτό της τη Χάρη του Θεού.

When seva is rendered with love, intelligence and earnestness, it leads persons nearer and nearer to Divinity, for it draws unto itself the Grace of God.

...Σάτυα Σάι Μπάμπα, "Το Επάγγελμα του Γιατρού" Θεία Ομιλία, Σεπτέμβριος 1980

<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume14/sss14-53.pdf>

☞ Ανακοινώσεις ☞

Προσεχή Εργαστήρια*

- **ΗΠΑ:** Εικονικό Εργαστήριο AVP** συνεδρίες δυο φορές την εβδομάδα **Σεπτ. με Νοέμβριο 2021** Οι ημερομηνίες θα ανακοινωθούν, επικοινωνήστε με την Susan στο Saivibrionics.usa.can@gmail.com
- **Ινδία Πουταπάρτι:** Εικονικό Εργαστήριο AVP, εβδομαδιαίες συνεδρίες σε συνεχή βάση **2 Ιουνίου με 16 Ιουλίου** που θα ολοκληρωθούν μ' ένα εργαστήριο πρακτικής στο Πουταπάρτι (μετά το Guru Purnima) στις **26-27 Ιουλίου 2021**** επικοινωνήστε με την Lalitha στο elay54@yahoo.com ή τηλεφωνικά στο 8500-676-092
- **Ινδία Πουταπάρτι:** Εικονικό Εργαστήριο AVP, **Σεπτ. με Νοέμβριο 2021**** Οι ημερομηνίες θα ανακοινωθούν, επικοινωνήστε με την Lalitha στο elay54@yahoo.com ή τηλεφωνικά στο 8500-676-092
- **Ινδία Πουταπάρτι:** Εικονικό Εργαστήριο SVP **Ιανουάριος 2022**** Οι ημερομηνίες θα ανακοινωθούν, επικοινωνήστε με την Hem στο 99sairam@vibrionics.org

*Όλα τα Εργαστήρια AVP και SVP είναι μόνο για όσους έχουν υποστεί τη διαδικασία εισαγωγής και το ηλεκτρονικό μάθημα. Τα σεμινάρια επανεκπαίδευσης είναι για υπάρχοντες θεραπευτές.

**Πιθανότητα αλλαγής

Συμπληρωματικά

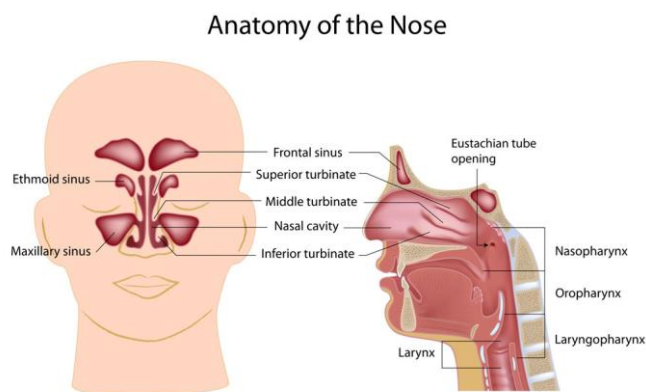
1. Συμβουλές Υγείας

Η φροντίδα της μύτης και του λαιμού είναι ζωτικής σημασίας!

“Μόνον ευωδιαστές και μυρωδιές που μοσχοβολούν πρέπει να απορροφώνται μέσω της μύτης. Όταν εισπνέεται άσχημη μυρωδιά εγκαθίσταται ασθένεια. Σε περίπτωση εισπνοής βρώμικου αέρα, είναι πιθανό να αναπνέετε μικρόβια που παράγουν ασθένειες ... Όταν απαλλαγείτε από τα κακά που σχετίζονται με τη ρύπανση της ομιλίας, της ακοής, της όρασης, της σκέψης και της δράσης (που προκύπτει από την κακή χρήση των πέντε αισθητήριων οργάνων) θα είστε σε θέση να μεταμορφωθείτε σε Paramatma “

...Σάτσα Σάι Μπάμπα¹

1. Μύτη και Λαιμός - δομή και λειτουργία



Η μύτη είναι ένα κομψό προστατευτικό όργανο που μας επιτρέπει ν' αναπνέουμε για επιβίωση και να μυρίζουμε, πράγμα που παίζει βασικό ρόλο στη γεύση και την ασφάλεια. Έχει δύο εξωτερικά ρουθούνια διαιρούμενα από ένα διάφραγμα που της δίνει σχήμα. Οι ρινικές κοιλότητες (fossae) επενδεδυμένες με βλεννογόνο και μικροσκοπικές τρίχες (βλεφαρίδες) που φιλτράρουν τον αέρα. Έξι στροβίλους (οσφυϊκές κορυφογραμμές), τρεις σε κάθε πλευρά της μύτης για να ζεσταθεί και να υγρανθεί ο αέρας που εισπνέεται και να φιλτράρει τη σκόνη και τη γύρη και τέσσερα ζεύγη κόλπων (κοιλότητες γεμάτες αέρα), δύο γύρω από τη γέφυρα της μύτης και των μάγουλων από τη γέννηση, ένα γύρω από το μέτωπο που αναπτύσσεται από επτά ετών και ένα βαθύ, πίσω από τη μύτη από

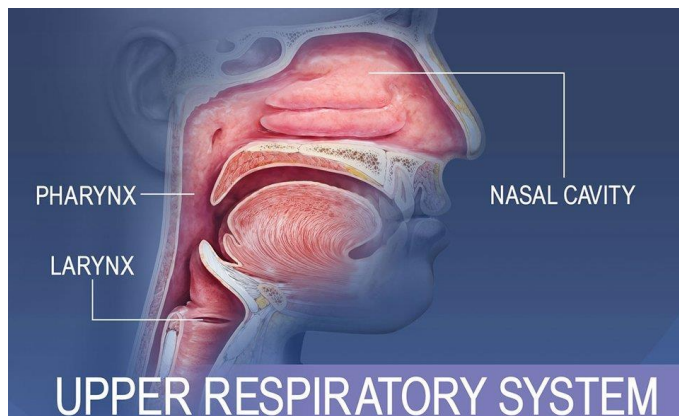
την εφηβεία. Οι κόλποι παράγουν τη βλέννα για να υγραίνεται το ρινικό πέρασμα και είναι υπεύθυνοι για τον προσδιορισμό του ήχου και του συντονισμού της φωνής μας.

Χρησιμοποιούν ως μαξιλάρι αέρα για την προστασία του εγκεφάλου και των ματιών και τον έλεγχο της ποσότητας του μονοξειδίου του αζώτου στους πνεύμονες σας^{2,3}

Ο λαιμός (φάρυγγας) είναι η δίοδος για αέρα, υγρά και στερεά και βοηθά στην ομιλία. Αποτελείται από το λάρυγγα (φωνητικό κουτί) στο μπροστινό μέρος με τις φωνητικές χορδές που ανοίγουν στην τραχεία. Η επιγλωττίδα (μαλακός ιστός πάνω από τις φωνητικές χορδές) που εμποδίζει την είσοδο τροφής και ερεθιστικών ουσιών στους πνεύμονες. Και οι αμυγδαλές και τα αδενοειδή (λεμφικός ιστός) και στις δύο πλευρές του φάρυγγα για προστασία από μόλυνση.^{2,3} Το αυτί, η μύτη και ο λαιμός αποτελούν μέρος του ανώτερου αναπνευστικού συστήματος και λειτουργούν ως μία διασυνδεδεμένη μονάδα. Οι ιοί και τα βακτήρια μπορούν εύκολα να μετακινηθούν μεταξύ των τριών και η διαταραχή στο ένα μπορεί να προκαλέσει πρόβλημα στο άλλο.⁴

2. Μόλυνση του ανώτερου αναπνευστικού συστήματος (URI)

Η μόλυνση του Ανώτερου Αναπνευστικού Συστήματος περιλαμβάνει τους κόλπους, τη μύτη και τον άνω λαιμό. Συνήθως εμφανίζεται όταν ένας ιός ή βακτήριο εισέρχεται στο σώμα μέσω του στόματος ή της μύτης, συνήθως το φθινόπωρο και το χειμώνα. Είναι μεταδοτικό και μπορεί να μεταδοθεί σε άλλο άτομο μέσω της αφής, του φταρνίσματος ή του βήχα. Οι κλειστοί χώροι όπου οι άνθρωποι μαζεύονται π.χ. η τάξη, το γραφείο, το σπίτι ή ένα όχημα μπορεί να είναι χώροι υψηλού κινδύνου. Το σωστό πλύσιμο των χεριών και το κάλυμμα του προσώπου ενώ βήχουμε ή φταρνιζόμαστε μπορεί να μειώσει την εξάπλωσή του. Τα κοινά συμπτώματα είναι ρινική συμφόρηση, πονόλαιμος, βήχας, πυρετός, ρινική καταρροή, φτέρνισμα, πόνος ή πίεση του προσώπου, πόνος στο σώμα, πονοκέφαλος και φαγούρα ή υδαρή μάτια. Τα πιο συνηθισμένα URI είναι το κρυολόγημα και ο βήχας (ανατρέξτε στους



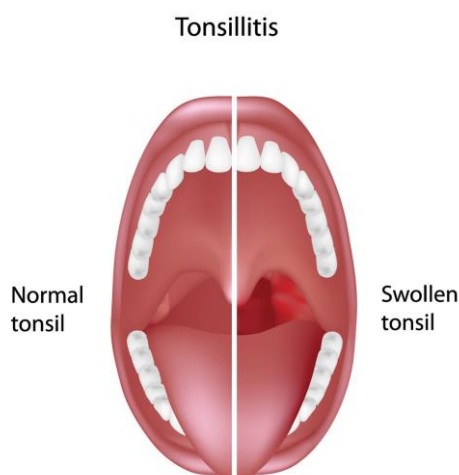
τόμους 9 # 6 και 10 # 2 για άρθρα σχετικά με το "κοινό κρυολόγημα" και το "βήχα" αντίστοιχα). Η μόλυνση του Ανώτερου Αναπνευστικού Συστήματος κάνει τον κύκλο της, διαρκεί 7 έως 10 ημέρες, μερικές φορές έως και τρεις εβδομάδες αλλά χρειάζεται ιατρική βοήθεια σε περίπτωση υψηλού πυρετού, σοβαρής αναπνευστικής δυσχέρειας ή δυσκολίας στην κατάποση^{5,6}

2.1 Η ιγμορίτιδα, η φλεγμονή των κόλπων, είναι ως επί το πλείστον ιογενής, αλλά μπορεί να γίνει βακτηριακή εάν δεν υποχωρήσει εντός μίας εβδομάδας και πολύ σπάνια μυκητιακή. Τα συμπτώματα είναι ρινική απόφραξη που προκαλεί δυσκολία στην αναπνοή μέσω της μύτης, παχύ αποχρωματισμένο έκκριμα από τη μύτη, μετά από ρινική αποστράγγιση, μειωμένη αίσθηση οσμής και πίεση του προσώπου ή πόνο γύρω από τα μάτια, τα μάγουλα ή το μέτωπο. Η οξεία ιγμορίτιδα οφείλεται συνήθως σε κοινό κρυολόγημα και η χρόνια ιγμορίτιδα σχετίζεται με άλλες διαταραχές της μύτης (βλ. # 3 παρακάτω), αναπνευστικά προβλήματα που σχετίζονται με αλλεργίες όπως άσθμα, διαταραχές του ανοσοποιητικού συστήματος όπως HIV / AIDS ή κυστική ίνωση⁷⁻¹⁰

2.2 Η λαρυγγίτιδα είναι φλεγμονή των φωνητικών χορδών κυρίως λόγω ουρλιαχτών ή υπερβολικής χρήσης της φωνής. Αλλεργία, παλινδρόμηση οξέος, ιογενής ή βακτηριακή λοίμωξη μπορεί επίσης να την προκαλέσει. Τα συμπτώματα είναι βραχνάδα ή απώλεια φωνής, φαγούρα ή πονόλαιμος και επίμονος βήχας (ανατρέξτε στον τόμο 10 # 2 για μολυσματικό βήχα).^{1,12} I

2.3 Η φαρυγγίτιδα, γενικά γνωστή ως πονόλαιμος, είναι φλεγμονή του φάρυγγα, που προκαλείται από ιογενή λοίμωξη όπως το κοινό κρυολόγημα ή η γρίπη ή λιγότερο συχνή η βακτηριακή λοίμωξη (στρεπτόκοκκος). Εκτός από τον οδυνηρό, ξηρό, με φαγούρα στον λαιμό, τα συμπτώματα μπορεί να είναι πρησμένοι αδένες, πυρετός, πονοκέφαλος, ρινική καταρροή, βήχας και δυσκολία στην κατάποση ή στην ομιλία. Αλλεργία, παλινδρόμηση οξέος, υπερβολική χρήση της φωνής ή ύπνος με το στόμα ανοιχτό για πολύ καιρό μπορεί επίσης να προκαλέσει πονόλαιμο.¹²⁻¹⁷

2.4 Αμυγδαλίτιδα, σπάνια σοβαρή και συχνότερη στα παιδιά^{18,19}, είναι η φλεγμονή των αμυγδαλών με συμπτώματα παρόμοια με τη φαρυγγίτιδα. Μερικές φορές, οι αδενοειδείς εκβλαστήσεις διογκώνονται επίσης. Μια μελέτη εντόπισε ανοσολογικούς παράγοντες που προδιαθέτουν ορισμένα παιδιά σε υποτροπιάζουσα λοίμωξη αμυγδαλών που προκαλείται από βακτήρια στρεπτόκοκκου της ομάδας «Α».²⁰ Μια σπάνια επιπλοκή της βακτηριακής αμυγδαλίτιδας είναι το περιαμυγδαλικό απόστημα, μια σοβαρή φλεγμονή των αμυγδαλών, του λαιμού ή γειτονικών τμημάτων με οίδημα και πυρετό.²¹



2.5 Η Γρίπη και ο Covid-19 είναι και οι δύο μεταδοτικές αναπνευστικές ασθένειες, που επηρεάζουν την ανώτερη καθώς και την κατώτερη αναπνευστική οδό, καθώς και άλλα συστήματα του σώματος.^{5,22,23}

3. Διαταραχές της μύτης

3.1 Η Αλλεργική ρινίτιδα έχει τέσσερα βασικά συμπτώματα - συχνά καταρροή (ρινόρροια), ρινική απόφραξη, ρινική φαγούρα και φτέρνισμα. Κάποιος μπορεί επίσης να έχει πονοκέφαλο, αυξημένη βλέννα στη μύτη και το λαιμό ή πονόλαιμο. Η κύρια αιτία είναι η έκθεση σε αλλεργιογόνα όπως ακάρεα σκόνης, μούχλα (μύκητας), τρίχωμα κατοικίδιων ζώων (πρωτεΐνη που βρίσκεται στα κύτταρα του δέρματος, σάλιο ή ούρα κατοικίδιων ζώων) και γύρη από δέντρα και φυτά.²⁴⁻²⁶

3.2 Η Οπισθορινική καταρροή συμβαίνει όταν η περίσσεια βλέννας στάζει στο πίσω μέρος του λαιμού προκαλώντας δυσφορία. Η μύτη, ο λαιμός και τα ιγμόρεια παράγουν συνεχώς βλέννα η οποία βοηθά στο να μην στεγνώνουν οι αεραγωγοί. Επιπλέον, μπορεί κάποιος να έχει πονόλαιμο, βήχα, ναυτία ή δυσάρεστη αναπνοή. Η οπισθορινική καταρροή είναι στην πραγματικότητα ένα καλό σημάδι ότι το σώμα εργάζεται για να παραμείνει υγιές δημιουργώντας περισσότερη βλέννα για να ξεπλύνει τυχόν εισβάλλοντα μικρόβια ή αλλεργιογόνα.²⁷

3.3 Οι ρινικοί πολύποδες είναι μαλακές, ανώδυνες, μη καρκινικές αναπτύξεις στην επένδυση των ρινικών οδών ή των ιγμορείων που κρέμονται σαν δάκρυα ή σταφύλια. Οι μικροί πολύποδες είναι ασυμπτωματικοί. Τα μεγαλύτερα μπορεί να μπλοκάρουν τη ρινική οδό, οδηγώντας σε δυσκολία στην

αναπνοή, απώλεια της όσφρησης και συχνές λοιμώξεις. Οι πολύποδες συνήθως προκαλούνται από χρόνια φλεγμονή ή ιγμορίτιδα, αλλά μερικές φορές από άσθμα, αλλεργία, ευαισθησία στα φάρμακα ή κάποια διαταραχή του ανοσοποιητικού.²⁸

3.4 Η σκολίωση του ρινικού διαφράγματος εμφανίζεται όταν το διάφραγμα μετατοπίζεται προς τη μία πλευρά, υποδεικνύεται από ρινική συμφόρηση ή απόφραξη ενός ή και των δύο ρουθουνιών που δεν ανταποκρίνεται στη θεραπεία, μονόπλευρος ρινικός πόνος, επαναλαμβανόμενη μόλυνση του ρινικού κόλπου και θορυβώδης αναπνοή κατά τη διάρκεια του ύπνου. Μερικές φορές μπορεί να εμφανιστεί ρινορραγία λόγω ξηρότητας. Σε σοβαρές περιπτώσεις, μπορεί να επηρεάσει την αναπνοή, να προκαλέσει πονοκέφαλο ή να οδηγήσει σε λοίμωξη.^{29,30}

3.5 Η Ρινορραγία (επίσταξη) είναι η απώλεια αίματος από τον ιστό που καλύπτει το εσωτερικό της μύτης μας. Οι ρινορραγίες είναι αρκετά συχνές σε παιδιά κάτω των 10 ετών, σε έγκυες γυναίκες και σε ενήλικες άνω των 50 ετών με ιατρικές παθήσεις όπως υψηλή αρτηριακή πίεση, αθηροσκλήρωση ή διαταραχή της πήξης του αίματος. Μπορεί να εμφανιστεί πρόσθια αιμορραγία λόγω ξηρότητας στον αέρα, συχνής χρήσης ρινικών σπρέι ή τρίψιμο της μύτης πολύ δυνατά ή φύσημα με δύναμη, εισαγωγή αντικειμένου μέσα σε αυτό, χτύπημα κατά τη διάρκεια παιχνιδιού, παλιό ή πρόσφατο τραυματισμό στο πρόσωπο, μεγάλα υψόμετρα, αλλεργία ή λοίμωξη. Μπορεί κανονικά να αντιμετωπιστεί στο σπίτι. Η οπίσθια ρινορραγία που εμφανίζεται στο πίσω μέρος της μύτης ή βαθιά μέσα, ειδικά μετά από τραυματισμό όταν η αιμορραγία δεν σταματά ακόμα και μετά από 20 λεπτά άσκησης πίεσης στη μύτη, χρειάζεται ιατρική φροντίδα.³¹⁻³⁴

Βήματα για τον έλεγχο της ρινορραγίας (δείτε τα εικονογραφημένα βήματα στον σύνδεσμο³³)

- **Καθίστε όρθια** για να μειώσετε την αρτηριακή πίεση στις φλέβες της μύτης σας και ν' αποτρέψετε περαιτέρω αιμορραγία και γείρετε το κεφάλι προς τα εμπρός για να αποφύγετε την κατάποση αίματος.
- **Φυσήξτε απαλά τη μύτη σας** για να καθαρίσετε τυχόν πηγμένο αίμα. Ως προσωρινό μέτρο, μπορείτε να ψεκάσετε ένα ρινικό αποσυμφορητικό στην αιμορραγική πλευρά της μύτης, να εφαρμόσετε ρινικό τζελ με βάση αλατόνερο ή να σπρώξετε βαμβάκι εμποτισμένο με ρινικό σπρέι ή αλατούχο νερό ή απλό νερό με λίγο μηλόξυδο.
- **Πιέστε το μαλακό μέρος της μύτης** χρησιμοποιώντας τον αντίχειρα και τον δείκτη για 5-10 λεπτά συνεχώς και αναπνεύστε από το στόμα σας. Τοποθετήστε μια παγοκύστη στη γέφυρα της μύτης για να επιβραδύνετε την αιμορραγία.
- **Εάν η αιμορραγία δεν σταματήσει**,³¹⁻³⁵ αναζητήστε άμεση ιατρική βοήθεια εάν η ρινορραγία είναι γρήγορη ή ανεξέλεγκτη ή εμφανίζεται συχνά ή συνοδεύεται από άλλα συμπτώματα όπως υψηλή αρτηριακή πίεση, ζαλάδα, πόνο στο στήθος ή γρήγορο καρδιακό ρυθμό.³¹⁻³⁵

4. Συμβουλές για υγιή μύτη και λαιμό

- **Διατηρήστε τη μύτη υγρή** εφαρμόζοντας απλή βαζελίνη, λάδι καρύδας ή σησαμέλαιο ή ρινικό σπρέι φυσιολογικού αλατούχου ορού. Κόβετε τα νύχια των παιδιών για να αποφεύγετε τραυματισμό και ρινορραγία. Φυσάτε τη μύτη σας απαλά, ποτέ με δύναμη^{31,36}. Πλένετε τις ρινικές οδούς σας καθημερινά για να αποτρέψετε και να θεραπεύσετε την ιγμορίτιδα, την οπισθορρινική καταρροή και άλλες ρινικές διαταραχές. Εισπνεύστε ατμό για να καθαρίζετε τις ρινικές οδούς αλλά μην το παρακάνετε καθώς αυτό μπορεί να βλάψει την ευαίσθητη βλεννώδη επένδυση.³⁷
- **Αναπνέετε πάντα από τη μύτη σας.** Φροντίστε ν' αντιμετωπίζετε οποιοδήποτε πρόβλημα που εμποδίζει τη ρινική αναπνοή, το νωρίτερο (ανατρέξτε στον τόμο 10 #5 για λεπτομέρειες σχετικά με τη σωστή αναπνοή). Η στοματική αναπνοή θα πρέπει να γίνεται μόνο σε εξαιρετικές καταστάσεις για σύντομο χρονικό διάστημα, καθώς το σώμα το αντιλαμβάνεται ως επίθεση και ενεργοποιεί το ανοσοποιητικό σύστημα, αποδυναμώνοντάς το έτσι.^{38,39} Οι αναπνευστικές ασκήσεις όπως η πραναγιάμα βοηθούν σημαντικά στη διατήρηση της υγείας της μύτης, του λαιμού και των ρινικών κόλπων.
- **Ξεκουράζετε συχνά τη φωνή σας** και πίνετε αρκετά ζεστά υγρά για την πρόληψη της λαρυγγίτιδας. Όταν είμαστε σιωπηλοί οι φωνητικές χορδές παραμένουν ανοιχτές παρέχοντας έναν αεραγωγό για να αναπνέουμε σωστά. Καταπολεμήστε την επιθυμία να καθαρίσετε το λαιμό σας και μην ψιθυρίζετε γιατί αυτό μπορεί να βλάψει τον λάρυγγα περισσότερο από την κανονική ομιλία. Το να μιλάτε πολύ δυνατά ή πολύ απαλά μπορεί να καταπονήσει τη φωνή σας.⁴⁰⁻⁴²

- **Αποφύγετε την έκθεση** σε σκόνη και αλλεργιογόνα και όταν ο αριθμός της γύρης είναι υψηλός (κατά την αυγή και το σούρουπο, ειδικά την άνοιξη και τις αρχές του καλοκαιριού) για την πρόληψη της αλλεργικής ρινίτιδας.⁴³

Επιπλέον, για τη διατήρηση της συνολικής καλής υγείας, ακολουθήστε τις οδηγίες σχετικά με τον ύπνο/ανάπαυση, την άσκηση, τη διατροφή και την πρόσληψη νερού (*Δείτε συμβουλές υγείας σε προηγούμενα newsletters*).

Παραπομπές και Σύνδεσμοι

1. Divine Discourse on "Sanctify the body", 20 May 1990, <http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume23/sss23-10.pdf>
2. Nose and throat anatomy: <https://www.stanfordchildrens.org/en/topic/default?id=anatomyandphysiologyofthenoseandthroat-90-P02027>
3. About nose: <https://health.clevelandclinic.org/7-surprising-facts-nose/>
4. ENT interconnection: <https://www.bergerhenryent.com/the-interconnected-world-of-the-ear-nose-throat/>
5. URIs: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/32388>
6. URI: https://www.medicinenet.com/upper_respiratory_infection/article.htm
7. Chronic sinusitis: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/chronic-sinusitis/symptoms-causes/syc-20351661>
8. <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/17701-sinusitis>
9. Sinusitis viral/bacterial: <https://health.clevelandclinic.org/killer-sinus-infection-how-to-tell-if-yours-is-viral-or-bacterial>
10. <https://www.medicinenet.com/sinusitis/article.htm>
11. Laryngitis: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/laryngitis/symptoms-causes/syc-20374262>
12. Pharyngitis: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/324144>
13. <https://www.health.harvard.edu/diseases-and-conditions/sore-throat-pharyngitis-a-to-z>
14. <https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/pharyngitis>
15. <https://my.clevelandclinic.org/health/symptoms/8274-sore-throat-pharyngitis>
16. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/sore-throat/symptoms-causes/syc-20351635>
17. <https://www.everydayhealth.com/sore-throat/>
18. Tonsillitis: <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/21146-tonsillitis>
19. <https://medlineplus.gov/tonsillitis.html>
20. Study on tonsillitis in children: <https://www.niaid.nih.gov/news-events/recurring-tonsillitis>
21. Quinsy: <https://teachmesurgery.com/ent/throat/tonsillitis/>
22. Covid-19 & RIs: <https://www.webmd.com/lung/coronavirus>
23. Covid-19 is multi-systemic: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7371790>
24. Four cardinal symptoms of Rhinitis: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2846743/>
25. Allergic rhinitis/Hay fever: <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/8622-allergic-rhinitis-hay-fever>
26. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/hay-fever/symptoms-causes/syc-20373039>
27. Postnasal drip: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/319636>
28. Nasal polyps: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/nasal-polyps/symptoms-causes/syc-20351888>
29. Deviated Nasal Septum: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/deviated-septum/symptoms-causes/syc-20351710>
30. <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/16924-deviated-septum>
31. Nosebleed: <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/13464-nosebleed-epistaxis>
32. Effectively prevent and manage nosebleed: <https://www.medanta.org/patient-education-blog/are-nosebleeds-a-sign-of-cancer/>
33. Pictorial steps to stop nosebleed: <https://www.nationaljewish.org/conditions/health-information/health-infographics/12-nose-bleed-tips>
34. <https://newsnetwork.mayoclinic.org/discussion/home-remedies-4-steps-to-stop-a-nosebleed/>
35. Nosebleed Dos & Dents: <https://www.med.umich.edu/pdf/Nosebleed-Dos-and-Dents.pdf>
36. Relieve dry nose: <https://breathefreely.com/how-to-relieve-a-dry-nose/>
37. Nasal Irrigation: https://www.health.harvard.edu/diseases-and-conditions/what_to_do_about_sinusitis
38. Nasal breathing best: <https://health.clevelandclinic.org/breathe-mouth-nose/>
39. Complications of mouth breathing: <https://www.healthline.com/health/mouth-breathing>
40. Rest your voice: <https://www.healthline.com/health/home-remedies-for-laryngitis>
41. Silence helps: https://health.harvard.edu/a_to_z/vocal-cord-disorders-a-to-z
42. Take care of your voice: <https://www.nidcd.nih.gov/health/taking-care-your-voice>
43. Avoid exposure: <https://www.healthline.com/health/allergic-rhinitis>

+++++

2. Επικαιροποίηση για το ίαμα Covid-19 (το αρχικό άρθρο δημοσιεύτηκε στον Τόμο 11, Τεύχος 2, **ιάματα τελευταία επικαιροποιημένα στον Τόμο 0, Τεύχος 3, σταλμένα επίσης μέσω email στις 9 Ιουνίου 2021**)

Ενώ ο κόσμος προσπαθεί να αντιμετωπίσει την παραλλαγή Delta του Covid-19, έχουν αναφερθεί πολλές περιπτώσεις μιας ακόμη μετάλλαξης που ονομάζεται Delta Plus. Ενώ οι επιστήμονες εξακολουθούν να ερευνούν τη νεότερη μετάλλαξη, προκαταρκτικές μελέτες φαίνεται να υποδεικνύουν ότι εκτός από τα συνήθη συμπτώματα, όπως ξηρό βήχα, πυρετό, κούραση, πόνους, δερματικά εξανθήματα, αποχρωματισμό στα δάχτυλα των ποδιών και των δακτύλων, πονόλαιμο, επιπεφυκίτιδα, απώλεια γεύσης και απώλεια όσφρησης, διάρροια και πονοκέφαλο, πόνος στο στήθος, δύσπνοια και απώλεια ομιλίας, οι ασθενείς με Delta Plus παρουσιάζουν επίσης, ναυτία, πόνους στις αρθρώσεις και προβλήματα ακοής. Εν

όψει αυτού, οι δύο συνδυασμοί **IB** έχουν τροποποιηθεί, ενώ παρακάτω είναι η **τελική** έκδοση του πλήρους πρωτοκόλλου θεραπείας.

A. Ενισχυτικό Ανοσίας (IB) για προφύλαξη και θεραπεία:

Γι' αυτούς που έχουν το κουτί των 108CC: CC3.2 Αιμορραγικές διαταραχές + CC4.6 Διάρροια + CC4.10 Δυσπεψία + CC5.2 Κώφωση + CC7.2 Μερική όραση + CC9.4 Παιδικές ασθένειες + CC10.1 Επείγουσες καταστάσεις + CC11.3 Πονοκέφαλοι + CC11.5 Στοματικές λοιμώξεις + CC12.2 Τονωτικό παιδιών + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC18.1 Εγκεφαλικές αναπηρίες + CC19.3 Χρόνιες λοιμώξεις θώρακος + CC19.4 Κρίση άσθματος + CC19.5 Ιγμορίτιδα + CC19.6 Βήχας χρόνιος + CC19.7 Λαιμού χρόνια προβλήματα + CC21.11 Πληγές και γδαρσίματα

Για όσους δεν έχουν το κουτί των 108CC αλλά έχουν το SRHVP: NM6 Calming + NM25 Shock + NM80 Gastro + BR4 Fear + SM18 Digestion + SM20 Eyes + SM26 Immunity + SM27 Infection + SM31 Lung & Chest + SM35 Sinus + SM39 Tension + SM40 Throat + SR268 Anacardium 30C + SR272 Arsen Alb 30C + SR278 Cactus 30C + SR279 Cadmium Sulph 30C + SR291 Gelsemium 30C + SR298 Lachesis 30C + SR301 Mercurius 30C + SR304 Oxygen 200C + SR318 Thuja 200C + SR383 Cuprem Met 30C + SR408 Secale Corn 6X + SR458 Brain Whole + SR463 Cranial Nerves + SR566 Fungi-Pathogenic

Δοσολογία: Για Προφύλαξη: **BD** στο ξύπνημα και πριν τον ύπνο. Δώστε **OD** στο ξύπνημα σ' εκείνους που έχουν πλήρως εμβολιαστεί ή αναρρώσει από τον Covid-19 ή που ζουν σε μια χώρα που δεν υπάρχει Covid.

Για θεραπεία: Μια δόση κάθε ώρα για 6 ώρες ακολουθούμενη από **6TD**, μειώνοντας κατά τη βελτίωση σε **QDS - TDS - BD - OD**. Ακολουθήστε την ίδια δόση για άτομα με επιπλοκές μετά τον Covid, όπως μυκητιασική λοίμωξη ή θρόμβους αίματος.

Για εκείνους με συμπτώματα Covid-19 αλλά με τεστ ήταν αρνητικό ή δεν έκαναν τεστ: ξεκινήστε από **6TD** και μετά μειώστε όπως παραπάνω.

Προειδοποίηση: Οποιαδήποτε αλλοπαθητική θεραπεία θα πρέπει να συνεχίζεται και να ΜΗΝ αποθαρρύνεται καμία στιγμή.

B. Ανάρρωση: Όταν ένας ασθενής έχει αναρρώσει αλλά έχει λίγη ενέργεια και αισθάνεται κουρασμένος στο σώμα και το μυαλό ή αναπτύξει μια επιπλοκή, δώστε τα ακόλουθα μέχρι ο ασθενής να νιώσει υγιής και δυνατός:

Γι' αυτούς που έχουν το κουτί των 108CC: CC3.1 Τονωτικό καρδιάς + CC3.7 Κυκλοφορικό σύστημα + CC4.1 Τονωτικό της πέψης + CC11.3 Πονοκέφαλοι + CC12.1 Τονωτικό για ενήλικες + CC15.1 Ψυχικό & Συναισθηματικό τονωτικό + CC19.3 Χρόνιες λοιμώξεις θώρακος + CC19.4 Κρίση άσθματος + CC19.6 Βήχας χρόνιος + CC19.7 Λαιμού χρόνια προβλήματα + CC20.1 Τονωτικό SMJ + CC21.11 Πληγές & γδαρσίματα

Για όσους δεν έχουν το κουτί των 108CC αλλά έχουν το SRHVP: NM2 Blood + NM6 Calming + NM7 CB7 + BR3 Depression + SM18 Digestion + SM26 Immunity + SM31 Lung & Chest + SR269 Antim Tart 30C + SR272 Arsen Alb 30C + SR298 Lachesis 30C + SR318 Thuja 200C + SR351 Kali Carb 30C + SR389 Kali Bic 6X + SR408 Secale Corn 6X + SR566 Fungi-Pathogenic

Δοσολογία: **TDS**, μειώνοντας κατά τη βελτίωση, αλλά συνεχίστε το **IB** σε **OD** κατά το ξύπνημα, με κενό τουλάχιστον 20 λεπτών μεταξύ των δύο.

C. Για την αποφυγή παρενεργειών του εμβολιασμού:

Για όσους έχουν SRHVP: **SR318 Thuja 30C.**

Γι' αυτούς με μόνον το κουτί των 108CC: **CC9.4 Παιδικές ασθένειες**

Δοσολογία: **OD** το βράδυ, ξεκινήστε δυο ημέρες πριν τον εμβολιασμό και για 10 ημέρες από την ημέρα του εμβολιασμού, ενώ παίρνετε το **IB** σε **OD** κατά το ξύπνημα κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου.

Σε περίπτωση που ένας ασθενής εμφανίσει παρενέργειες (συμπτώματα είναι, έντονος πόνος στο χέρι, κόπωση, πονοκέφαλος, πόνους, ναυτία ή έμετο), συνήθως μία ή δύο ημέρες μετά τον εμβολιασμό, πάρτε επιπλέον το combo Ανάρρωσης όπως δίνεται παραπάνω.

D. Για αύξηση του επιπέδου κορεσμού οξυγόνου αλλά συνεχίστε όλες τις άλλες θεραπείες:

Για όσους έχουν SRHVP: **SR304 Oxygen 200C** σε νερό

Γι' αυτούς με μόνον το κουτί των 108CC: **CC19.1 Τονωτικό στήθους** σε νερό

Δοσολογία: κάθε δέκα λεπτά μέχρι το επίπεδο του οξυγόνου φτάσει το 90, κατόπιν κάθε ώρα για όσο χρειαστεί.

+++++

3. Εικονικό Συνέδριο Περιφερειακών Συντονιστών (RCs) της Ινδίας – 13 Ιουνίου 2021

Το τέταρτο διμηνιαίο εικονικό συνέδριο των 21 Περιφερειακών Συντονιστών πραγματοποιήθηκε στις 13 Ιουνίου 2021. Η πρωταρχική λειτουργία των Περιφερειακών Συντονιστών είναι να δημιουργήσουν μια ισχυρή βάση για τη διαχείριση της Σάι Δονητικής και ταυτόχρονα να είναι ο κινητήρας για την ανάπτυξη της Δονητικής. Η ομάδα των Περιφερειακών Συντονιστών ενεργεί ως συνδετικός κρίκος μεταξύ των θεραπειών και της πτέρυγας IASVP του οργανισμού.



Τους τελευταίους έξι μήνες, το συνέδριο μελέτησε, συζήτησε και εκτέλεσε διάφορα διοικητικά καθήκοντα, όπως διανομή IB σε αυτούς που κάνουν seva σε διαφορετικές πολιτείες που έρχονται στο Πρασάντι Νιλαγιάμ, οργάνωση μελών του IASVP, οργάνωση περιφερειακών συναντήσεων και έναρξη της καμπάνιας «Διαδώστε το» στις αντίστοιχες περιφέρειες τους. Τα πολύτιμα σχόλια που ελήφθησαν βοήθησαν στον εξορθολογισμό διαφόρων τυπικών διαδικασιών λειτουργίας. Αποφασίστηκε να ξεκινήσουμε μια προσπάθεια σε εθνικό επίπεδο για την τυποποίηση των πληροφοριών στη βάση δεδομένων των θεραπειών μας. Αυτό θα βοηθήσει το τμήμα Πληροφορικής για τους θεραπευτές να ανταποκρίνεται ταχύτερα σε αιτήματα ασθενών που πρέπει να επικοινωνήσουν με τους θεραπευτές στις αντίστοιχες περιοχές τους. Αυτές οι συναντήσεις των Περιφερειακών Συντονιστών βοηθούν επίσης να φέρουν τους θεραπευτές μαζί για να σχηματίσουν μια στενά δεμένη κοινότητα. Η θετική συμβολή του συνεδρίου είναι ήδη ορατή στον αυξημένο αριθμό συμμετεχόντων στα εργαστήρια επανεκπαίδευσης.

+++++

4. Πρώτη Επέτειος Εικονικών Σεμιναρίων Καρνατάκα - 6 Ιουνίου 2021

Για τον εορτασμό ενός έτους εικονικών μηνιαίων συναντήσεων, οι θεραπευτές της Καρνατάκα πραγματοποίησαν μια ειδική συνεδρία στις 6 Ιουνίου 2021. Συνολικά 90 συμμετέχοντες, η υψηλότερη συμμετοχή σε οποιαδήποτε εικονική συνάντηση δονητικής, περιελάμβαναν πολλούς έξω από την Καρνατάκα και ορισμένους senior θεραπευτές που προσκλήθηκαν ειδικά για την περίπτωση. Ο Περιφερειακός Συντονιστής της Καρνατάκα (RC) τόνισε ότι κατά τη διάρκεια του προηγούμενου έτους, αναθεώρησαν και συζήτησαν λεπτομερώς το εγχειρίδιο AVP και τις 21 κατηγορίες στο βιβλίο των 108CC, συμπεριλαμβανομένων των χρόνιων ασθενειών και των αιτιών τους, με έμφαση στη διατροφή και στις αλλαγές στον τρόπο ζωής. Τρεις θεραπευτές είχαν την ευκαιρία να πουν ότι είχαν ωφεληθεί πάρα πολύ από αυτές τις συναντήσεις και αυτό φαινόταν να απηχεί τις σκέψεις και τα συναισθήματα άλλων θεραπειών. Ο Δρ. Aggarwal εξιστόρησε μερικές προσωπικές εμπειρίες με τον Σουάμι που οδήγησαν στην εμφάνιση της δονητικής. Τόνισε ότι η αγάπη είναι η βάση της θεραπείας και συμβούλεψε τους θεραπευτές να συνδέονται με τον Σουάμι και να εργάζονται περισσότερο από την καρδιά παρά από το κεφάλι.

Οι αμφιβολίες των θεραπειών διευθετήθηκαν και συμπεριλαμβάνονται εδώ 1 ή 2 σημεία.

- Καθώς το ενισχυτικό ανοσίας **IB** είναι εξαιρετικά σημαντικό, συνιστάται να λαμβάνεται ως πρώτο πράγμα το πρωί καθώς δεν υπάρχει άλλη δόνηση στο στόμα, επομένως λειτουργεί αποτελεσματικά και είναι επίσης δύσκολο να το ξεχαστεί εκείνη τη στιγμή.
- CC17.2 Κάθαρση μπορεί να προκαλέσει ισχυρό pullout και θα πρέπει να γίνεται μόνο όταν ο ασθενής είναι σε σχετικά καλή κατάσταση υγείας. Συνιστάται ο ασθενής να υποβληθεί σε θεραπεία για οποιαδήποτε συγκεκριμένη διαταραχή πριν χορηγηθεί αυτό το combo.
- Κατά τη θεραπεία δερματικών παθήσεων, θα πρέπει να δίνεται ιδιαίτερη προσοχή λόγω της πιθανότητας ισχυρής επιδείνωσης των συμπτωμάτων (1ος τύπος pullout). Δώστε μία δόση και περιμένετε, στη συνέχεια αυξήστε τη δόση αργά με βάση τα σχόλια του ασθενούς.

Ως μέρος της συνεχούς μαθησιακής διαδικασίας, αυτή ήταν μια άκρως διαφωτιστική συνεδρία. Πολλοί θεραπευτές εμπνεύστηκαν τόσο που ζήτησαν πολλές ακόμη συνεδρίες όπως αυτή. Οι διαδικτυακές συνεδρίες όχι μόνο κρατούν τους θεραπευτές συνδεδεμένους με τη δονητική αλλά τους παρέχουν επίσης την ευκαιρία να γνωρίσουν ο ένας τον άλλον και να εργαστούν ως οικογένεια. Πολλές δραστηριότητες που συζητούνται σε τέτοιες συναντήσεις αναλαμβάνονται περαιτέρω από μικρότερες ομάδες προκειμένου να προωθηθεί η δονητική. Το RC της Καρνατάκα εξέφρασε την ευγνωμοσύνη του στον Μπάμπα για τις τεράστιες ευλογίες Του που έκανε αυτό το σεμινάριο μια απίστευτη επιτυχία.

+++++

5. Εις Μνήμην

Η κυρία Aparna Choudhuri⁰⁰³⁶ σε ηλικία 79 ετών, ενώθηκε με ευγένεια με τον Σουάμι, στις 23 Φεβρουαρίου 2021. Είχε πλήρη επίγνωση και συνδέθηκε μαζί Του μέχρι τις τελευταίες της στιγμές. Ασχολούνταν με τη δονητική από το 1994 από την ίδρυση της. Υπηρέτησε τους ασθενείς της με ταπεινότητα μέσα και γύρω από το Πουταπάρτι για πάνω από δύο δεκαετίες. Ζώντας πραγματικά μια ζωή αφοσίωσης και υπηρεσίας, η συμβολή της στη δονητική θα αναγνωρίζεται πάντα με ευγνωμοσύνη. Θα τη θυμόμαστε για το Εγχειρίδιο της για την Ένωση με τον Θεό, ένα βιβλίο για τη θεραπεία μέσω των μούντρας (στάσεις των δακτύλων).

Ο Σρι Manish Gupta¹⁰⁴⁶² υπέκυψε στον καρκίνο του παχέος εντέρου στις 8 Ιουνίου 2021. Είμαστε βαθιά λυπημένοι που χάσαμε έναν πολύ αξιόλογο συνάδελφο στη νεαρή ηλικία των 47 ετών. Από τότε που ήρθε στο ποίμνιο του Σουάμι τη δεκαετία του '90, ήταν τακτικός στο Prashanti Seva και επιτυχημένος τραγουδιστής bhajan. Το ταξίδι του με τη δονητική ξεκίνησε το 2009 όταν παρακολούθησε ένα εργαστήριο στο Ρατζαστάν. Πάντα έτοιμος να κάνει κάθε εργασία που του ανέθεταν με πάθος και ενέργεια, έγινε περιφερειακός συντονιστής το 2018 και στη συνέχεια, τον Αύγουστο του 2019, διοργάνωσε ένα εργαστήριο σε κρατικό επίπεδο για να εμψυχήσει νέα ενέργεια στην ομάδα του. Ήταν αφοσιωμένος, ειλικρινής και εργατικός οπαδός και πάντα πιστός στις δεσμεύσεις του. Οι καρδιές και οι προσευχές μας είναι προς τη σύζυγό του και τις δύο κόρες του αυτή τη στιγμή του πένθους.

Om Sai Ram

Sai Vibrionics... προς την αριστεία με προσιτή ιατρική φροντίδα – δωρεάν για τους ασθενείς