

サイ波動薬通信

www.vibrionics.org

病める人、打ちしおれた人、落胆した人、疾患に苦しむ人がいれば、まさにそこにあなたの奉仕の場があります・・・シュリサティアサイババ

第5巻 第1号

2014年1・2月

アガルバル博士の研究デスクより

実践者の皆様、
聖なる、新たな年を迎え皆様にお慶びを申し上げます。

プッタパーティでの第一回波動薬世界大会の開催までほんの数日を残すまでとなりました。わくわくする気持ちを抑えながらも、準備の方も慌ただしくなり、1月26日の当日に向けて、全てが滞りなく行われるよう、数名のボランティアによる調整が連日行われています。

この会議への参加登録をされ方々で宿泊手配の必要な方は全員アシュラムでの宿泊が確保されていることとお伝えしたいと思います。スワミの恩寵によって、N7の建物がみなさんに用意されることになりました。N7にて1月25日朝9時より受付が始まりますので、バッジと資料一式を受け取ってくださいようお願いいたします。会場への入場はバッジの提示が必要とされますので受付での手続きは非常に重要なものとなります。

大会はペダ・ヴェンカマラジュ・カリヤナ・マンダパム（スワミの旧マンディール）で行われます。この神聖なホールにて開催できることはまさしく幸運なことで、朝8時から夕方6時まで、一日を通して会議の進行を司ることが可能となり大いなる祝福を戴いています。

サイ波動薬の展示も26・27日を通して当会場で行われます。最終日27日にはセミナー以外にも分かち合いを中心とした話し合いの場を設ける予定です。詳細は受付時にお渡しいたします。会議終了後には大会全体をまとめた書籍の購入が可能です。

会議では多くの方が質問をされることと思いますが、受付で渡されるホルダーに入っているメモ用紙に記入の上、提出していただきますようお願いいたします。全ての質問に対して、（時間の関係にもよりますが）会議当日（26、27日）にお答えする予定ですが、時間的な制約がある場合には後の通信の中でお答えしていきます。

朝食はサウスインディアンキャンティーン2階にて、昼食とお茶は会場にて用意されます。会議終了後の26日の夜にはノースインディアンキャンティーンにて参加者全員のためのお祝いの夕食も準備されています。

スワミは常に規律の大切さを強調されてきましたが、全ての参加者のみなさんもまたサイの帰依者の理想に相応しい行動をとられることと確信しています。プラシャンティマンディールの規律を維持することでスワミに喜んで戴かなくてはなりません。男性参加者の服装は白の上下、女性は十分な長さのサリー等を着用されますようお願いいたします。

世界大会の発案から実行までのあらゆる段階でスワミが私たちと共におられることが実感されます。肉体としての臨席はかないませんが、当日スワミの存在はまちがいなく全ての参加者に祝福された愛として感じられることでしょう。最後となりますが、この大会で身心共に充電されたみなさんは、それぞれの故郷へと戻られた後、新たなエネルギーと熱意をもって波動薬の奉仕に邁進されることを期待しています。

会議に参加することが叶わなかったみなさんもまた、肉体としてではなく意識の上で参加されていると確信しています。

2014年が、サイに満ち溢れた素晴らしい年になりますことをお祈りいたします。

サイへの愛の奉仕の中で

アガルバル・ジット

🌀 コンボを使った処方例 🌀

1. 夜尿症 ^{02765...India}

夜尿症を長い間患っていた12歳の少女にレメディを送ってもらえるよう実践者のもとに依頼がありました。毎月行われる波動薬キャンプには、遠隔のため彼女は参加できずにいたため、以下のレメディが送付されました。

CC12.2 Child tonic + CC13.3 Incontinence...TDS

1か月も経たない内に、症状は急速に改善され悩んでいた母親と恥ずかしがっていた子供はとても安心しました。

2. 子宮頸部の水泡 ^{11389...India}

13才の少女の子宮頸部に白い膿の水泡ができ、彼女は1週間かゆみと痛みを患っていました。2013年8月3日に以下のレメディが処方されました。

CC8.5 Vagina & Cervix... 3日間 6TD、2日間 TDS

4日も経たないうちに当該水泡は消えて無くなりましたが、新たな水泡が現れ、レメディは以下のものに変更されました。

CC8.5 Vagina & Cervix + CC21.7 Fungus + CC21.11 Wounds & Abrasions... 5日間 6TD、同時に、当該レメディで処方されたココナッツオイルを患部に湿布すること

この処置の後、症状は完全に無くなりました。

3. 母親から離れない子供 ^{00534...UK}

7歳の男の子が学校の校門で母親の手を放すことが出来ず、また、どこにいても母親が近くにいないと困ってしまう状況がありました。彼は常に食べ続け、下校時には体調を崩すほどで、また、肛門近辺にかゆみもありました。以下のレメディが処方されました。

NM35 Worms + SR424 Chicory 水で 5ml TDS.

2日も経たないうちに変化が現れ、学校の登校時には校門で母親に「もう行って！」と告げ、楽しそうに教室へ入って行きました。それ以来多くの友達ができ、体重も増え自信もついて楽しい学校生活となりました。

4. 外耳炎症と足のむくみ ^{02711...Malaysia}

64才の女性が3か月以上の間、腐敗した悪臭を持つ耳からの液体について悩んでおり、また10日間足は赤く腫れていました。担当医は既に、耳の感染に関しては抗生物質、足のむくみに関しては錠剤を処方していましたが、2011年6月13日に以下のレメディが渡されました。

#1. NM16 Drawing + NM26 Penmycin + NM36 War + OM10 Ear + BR19 Ear...TDS

6月18日、彼女は担当医に抗生物質の副作用で気分がますます悪化していることを理由に薬の摂取を止め、波動薬のみを服用することを告げました。しかしながら、6月20日にその医師によってさらに

耳鼻科の専門医に紹介されることになりました。6月18日の実践者への来訪の際、以下の波動薬が処方されました。

#2. NM36 War + OM10 Ear + BR19 Ear...容器のレメディが無くなるまで一日1回

6月20日、耳鼻科専門医が彼女の耳を診断したところ、膿は全く見当たらず、(取り除かれた)耳垢以外には正常で健康の様子であることが伝えられました。6月22日の実践者への来訪の際には赤く腫れていた足が改善されていること、またその症状は血液の循環に原因があるのではないかという話がなされ、#2のレメディと併用して服用される以下のレメディが処方されました。

#3. NM32 Vein-Piles + BR18 Circulation + SM15 Circulation + SR539 Vein...TDS

8月12日の来訪の際には、彼女は外耳感染に関して100%の回復を見せ、膿はなく異臭もありませんでした。足のむくみも改善され、以下のレメディが処方されました。

#4. BR18 Circulation + SM6 Stress + SR503 Ligament + SR510 Muscle...TDS

#5. CC12.1 Adult tonic... TDS

以上の2つのコンボの摂取後、2012年3月には足の状態も100%良くなり、より健康な状態になりました。

+++++

5. アルコール中毒 11121... India

26歳の男性は22歳の時からアルコールを飲む習慣があり、毎日のように飲んでいました。母親への個人的な質問の中で、一家の財産に対する不和のため、彼が精神的なストレスにあることがわかりました。2011年には治療のため入院せざるを得ない程、血圧が高くなりましたが、いくつかの検査やその後の治療により血圧は通常の水準にまで落ち着きました。2013年5月に彼は飲酒癖が直るならどのような治療でもいいから連れて行って欲しいと母親に願い出ました。母親は実践者に連絡を取り以下のレメディが処方されました。

CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.3 Addictions...TDS

2013年8月にはその青年の家族が彼の飲酒が完全に無くなったことを報告しました。ビールのようなアルコール度の低いものであっても、その後の吐き気を怖れて飲むことはできなくなっていたのです。

+++++

6. サソリの刺傷 02765...India

この実践者は毎月の波動薬キャンプで患者さんに接している時に、サソりに刺された人が多く、救急処置として **CC21.4 Stings & Bites** を処方し、最近行われた遠隔地でのキャンプでは手元に108のコンボボックスがなかったため、同様の結果は **SR353 Ledum** によって得られたとのことでした。

☞健康に関する助言☞

サイ波動薬通信では、健康に関する情報や記事を提供しておりますが、治療のための助言ではなく、あくまでも教育目的のみを意図したものであることを御承知おきください。患者さんの特定の医療・治療状態に関しては、担当医師に相談される旨のアドバイスをお願いいたします。

ビタミン D: その効能と病気予防力



ビタミン D は骨の健康・強化・維持のために重要であり、いくつかの特定の食物に含まれている栄養素です。このビタミンは体内で食物やサプリメントの双方からカルシウム（骨の主な組成物の一つ）を吸収することを助けるよう機能します。カルシウムと協働することで、ビタミン D は老年における骨粗鬆症を防ぎます。

ビタミン D は骨以外の肉体にも重要となります。筋肉の動きにも、神経が脳と身体各部にメッセージを運ぶ上にも、免疫システムがバクテリアやウイルスの侵入を防ぐのにもこのビタミンが必要です。

ビタミン D と日光

身体はそれ自体で皮膚を日光にさらすことによりビタミン D を生成することが可能です。ビタミン D はビタミンの中でも特殊なもので、体内でホルモンへと変換されます。このホルモンは「活性化されたビタミン D」もしくは「カルシトリオール」と呼ばれることもあります。

十分な量のビタミン D を摂取するために食物に頼ることはできません。日光に肌を定期的にさらすこととサプリメントを摂ることが必要となります。このことは他のビタミンやミネラルと比較して、ビタミン D の適正摂取方法をやや複雑にしています。

一方、ビタミン D の生成に日光の重要性はあるものの、皮膚がんの発症リスクを減らすために日光への肌への露出は節度あるものである必要があります。

数分以上日光に当たる時は、日よけとなる服装や SPF（紫外線防止強度）8 かそれ以上のものを肌に塗るのが良いでしょう。タニングベッド（日焼け用ベッド）はビタミン D の生成を助けると共に、皮膚がんのリスクも増加させます。

なぜビタミン D が必要なのか？

- カルシウムと亜リン酸の新陳代謝と吸収のため。それらは様々な機能を司り、特に健康な骨の維持に必要。
- 免疫システムの制御のため。
- 免疫システムを助け、風邪全般のような異質なものに対する免疫システムを強化する重要な方法の一つとしてビタミン D の機能があると、マサチューセッツ総合病院および、ボストン小児病院、デンバー医科大学、コロラド大学の研究者は報告しています。
- 米国オレゴン健康科学大学の神経科・神経免疫学・多発性硬化症センター理事であり、神経病理学科会長のデニスボルデット氏によるとビタミン D には多発性硬化症を生じさせるリスクを減じる作用があるとのこと。多発性硬化症は熱帯の溢れるような陽光がある環境ではまれな症状です。
- 認知機能の維持、ビタミン D は晩年における脳機能を助ける上でカギとなる役割を果たすことが、欧州の 40 歳から 79 歳の年齢層の 3000 人を対象とした調査で明らかになりました。

- 健康な体重の維持——ビタミン D は健全な体重維持に重要な役割を果たしていることが米国ジョージア医学大学で行われた研究によってわかりました。
- 喘息の症状と頻度——ビタミン D は喘息の症状を緩和し発症回数や喘息による入院の可能性をも減らすことが、コスタリカの616人の子供たちの検査によってハーバード医科大学の研究者が明らかにしました。
- リュウマチ性関節炎——女性に見られるリュウマチ性関節炎発症のリスクを減らします。
- 放射線による損傷を防ぎます——ニューヨーク市身心衛生課の専門家によると、ビタミン D は低位放射線からの損傷から身体を守る機能を持つとのこと。
- ビタミン D と癌のリスク——十分な量のビタミン D を持つ人は、十分でない人に比べ、著しく癌の発症リスクが低いことが様々な研究によって示されています。また、栄養が十分と見られているような癌患者にもビタミン D 欠乏はよく見られるということが米国癌治療センターによって行われた研究によって明らかになっています。
- 肺炎からの回復——高濃度ビタミン D の摂取は肺炎からの回復をより速やかにするのに助けることが、国立科学アカデミーの2012年9月論文集での研究者による報告によって明らかにされています。
- 心臓発作のリスク——2012年9月に発表された研究によればビタミン D の欠乏は心臓発作の発症リスクを増加させ、また寿命を縮めることを示しました。

ビタミン D の 8 つの重要な事実

1. ビタミン D は自然の日光の紫外線に肌をさらすことによって生成されます。
2. (肌との接触によってビタミン D を生成する) 太陽の自然光の癒しの光線はガラスを通り抜けることができません。ですから家や車の中で (窓など締め切った状態で) はビタミン D は生成されません。
3. 食事から十分な量のビタミン D を摂取することはほとんど不可能に近いものがあります。を浴びることが、体内でビタミン D を生成する唯一の信頼できる方法です。
4. 一日に最小限必要なビタミン D を摂取するのに、(牛乳のみを手段として摂るのであれば) 毎日ビタミン D の強化された牛乳を大きめのグラスに 10 杯飲まなければなりません。
5. ビタミン D 生成のためには、赤道から離れた地域に生活すればするほど、より多くの時間、太陽への露出が必要となります。
6. 十分な量のビタミン D を摂取することは腸内でのカルシウム吸収のために極めて重要なことです。ビタミン D が欠乏した状態にあっては、カルシウムは体内で吸収されず、カルシウムのサプリメントを役に立たないものとしてしまいます。
7. 慢性のビタミン D 欠乏は一夜にして逆転できるものではありません。何か月もビタミン D のサプリメントを摂取し日光に当たることで骨と神経組織が再生されていきます。
8. 弱いサンスクリーン (SPF=8) であってもビタミン D の体内生成能力を 95% 遮断してしまいます。サンスクリーンがこうして体内での深刻なビタミン欠乏を招くことによって実際に病気を引き起こす背景にはこうした事情があります。日光に当たることで体内でのビタミン D を過剰に生成してしまうという事はあり得ません。人体には自動制御の働きがあり必要な分のみを生成します。
9. ビタミン D はそれが用いられる腎臓と肝臓によって “活性化” されます。それゆえ、腎臓と肝臓の病気や損傷はビタミン D の循環を促進する体内の能力を大きく減じてしまいます。

病気とビタミンD欠乏

- 骨粗鬆症は、カルシウムの吸収を著しく損なうビタミンD欠乏によって広く引き起こされる病状です。
- 十分な量のビタミンDは前立腺がん、乳がん、卵巣がん、うつ、腸がん、精神分裂病を防ぎます。
- リケッツとはビタミンD欠乏によって生じる骨の消耗する病名です。
- ビタミンD欠乏は第2型糖尿病を悪化させ、すい臓でのインシュリン生成を損なうことがあります。
- 肥満は体内でのビタミンDの活用を損なわせるため、ビタミンDが2倍必要とされます。
- ビタミンDは世界中で乾癬の治療に用いられています。
- ビタミンD欠乏は精神分裂病に見られると報告されています。
- 季節性感情障害（SAD）は日光への露出不足によって引き起こされるメラトニンの不調和によって生じます。
- 慢性のビタミンD欠乏は、筋肉の痛みや衰弱など症状が似ているために、しばしば繊維筋痛症と誤診されます。
- 糖尿病や癌といった大きな病気を患うリスクは週に2, 3回単に自然な日光に当たることで5割から8割減じます。
- ビタミンDのサプリメント（毎日2000iu）を摂取する幼児は向こう20年間にわたって第1型の糖尿病を発症するリスクが8割少なくなります。

食事とビタミンD

Food	Serving Size	Vitamin D (IU)
Orange Juice, fortified with Vitamin D	125 ml (1/2 cup)	50
Milk – 3.3%, 2%, 1%, skim, chocolate	250 ml (1 cup)	103-105
Almond or oat beverage, fortified with Vitamin D	250 ml (1 cup)	90
Rice or soy beverage, fortified with Vitamin D	250 ml (1 cup)	88
Yogurt (plain, fruit bottom), fortified with Vitamin D	175 g (3/4 cup)	58-71
Fish - Sockeye/red, raw, cooked or canned	75 g (2 1/2 oz)	530-699
Herring, Atlantic, cooked	75 g (2 1/2 oz)	594
Sardines, Pacific, canned	75 g (2 1/2 oz)	144
Egg, yolk, cooked	2 large	52-64
Margarine	5 ml (1 tsp)	25

ビタミンD欠乏リスクのあるグループ

乳幼児

ビタミンDは母乳によっては通常その必要量は摂取しきれません。母乳に含まれるビタミンDの内容は母親のビタミンDの状況に関連しています。ですから、十分な量のビタミンDをサプリメントで摂取している母親はそれに応じて母乳の中に高レベルの栄養素を含んでいることになります。

高齢者

高齢者はビタミンD生成に困難を伴うリスクがあります。高齢のため、皮膚がビタミンDを効率よく生成できないということもありますし、また屋内でより多く時間を過ごしがちであることから十分な（日光への露出による）ビタミンの摂取が行われないことがあります。

日光への露出が限られている人

家にいる時間が多い人、宗教的な理由から頭から裾の長い衣服をまとっている女性、仕事上日光への露出が限られている人はビタミンDが不十分になりがちです。

浅黒い肌の人

表皮層にメラニン色素が多くあると皮膚は黒ずみ、日光からのビタミンD生成能力を減じることになります。様々な報告によって血清25-ヒドロキシビタミンD [25(OH)D]値の低下している人は、白人よりも黒人に多いことが裏付けられています。こうした皮膚の色素を持つ人は同量のビタミンDを生成するには白い肌を持つ人の20倍から30倍多く日光に当たる必要があるかもしれません。

腸に炎症性の病気あるいは脂肪の吸収不全を生じる原因を持つ人

ビタミンDは脂肪を分解するビタミンなので、その吸収は腸の脂肪吸収能力に依存しています。この能力が低下している人はビタミンDサプリメントを摂取する必要があります。

肥満もしくは胃のバイパス手術を受けた人

肥満の人は、通常の体重の人に比べて血清25-ヒドロキシビタミンD [25(OH)D]値が低く通常よりも多いビタミンDを摂取する必要があります。

ビタミンDのための検査

ビタミンDが十分であるかどうか知る唯一の方法は、血中のビタミンDの量を測る血液検査です。この血液検査は25(OH)Dと呼ばれます。

出典:

<http://ods.od.nih.gov/factsheets/VitaminD-QuickFacts/>

<http://www.medicalnewstoday.com/articles/161618.php>

<http://www.vitamincouncil.org/about-vitamin-d/what-is-vitamin-d/>

http://www.naturalnews.com/003069_vitamin_D_deficiency.html

<http://ods.od.nih.gov/factsheets/VitaminD-HealthProfessional/>

<http://www.vitamincouncil.org/about-vitamin-d/testing-for-vitamin-d/>

一日1個の玉ねぎは医者を遠ざける (パート1)



玉ねぎは健康面で非常に多くの効用があり、また世界中で広く調理に用いられています。これらの詳細に関して一回の通信だけで全ての有益性を網羅することは不可能ですので、全体を3つのシリーズに分けて、今回はそのうちのパート1をお届けいたします。

一日に1個の玉ねぎは本当に医者を遠ざけるのです。ニンニクと同じように、玉ねぎはネギ属の仲間であり、両方とも含硫化合物に富み、鋭い刺激臭や健康増進効果の多くを有しています。サティアサイババは浄性の食物を摂るよう強く勧めています。通常、激性と見られている玉ねぎは実際、浄性においてその優位性を持っていると話されています。御講話の中で、この謙虚な玉ねぎを、「玉ねぎによってなされた善はあなたの母によってはなされない。」というテルグ語のことわざを引用して讃えています。血管内のコレステロールの蓄積を減らすために一日1個の白い玉ねぎを摂るようババは勧めておられ、玉ねぎが消化力を向上させる点も賞賛しています。

玉ねぎには健康を増進する化学物質が集まっています。特に健康上の利便がある3つの化合物、フルクタン、フラボノイド、有機含硫化合物を含んでいます。フルクタンは炭水化物分子で有用バクテリアを育むことで健全な消化力を保つことを助けます。玉ねぎはまた、強力な抗酸化物質であるケルセチンと呼ばれるフラボノイドが豊富です。玉ねぎに含まれる有機含硫化合物は、玉ねぎがカットされその細胞が破裂する際に生成されます。これら3つの化合物が一緒になって、玉ねぎはガンや心臓病、呼吸器系疾患、糖尿病、感染などの多くの病から人体を強力に守ります。

玉ねぎと心臓

心臓発作

「欧州栄養ジャーナル」誌に掲載された研究によると、イタリア人研究者は日常の食事に玉ねぎを豊富に摂り入れている人（一週間に1つ以上の玉ねぎを食する人）は、玉ねぎをほとんど食べない人に比べ心臓発作の発症が22%少ないことを明らかにしています。

玉ねぎは良性の高密度リポタンパクコレステロールのレベルを上げ、悪性の低密度リポタンパクコレステロールの値を下げます。

より刺激臭が強ければ強いほど玉ねぎは良質と言えます。研究によれば玉ねぎを食べることは良性の高密度リポタンパクコレステロールのレベルを上げます。中ぐらいのサイズの辛い、あるいはより刺激臭のある生の白もしくは黄色玉ねぎを半分食する、あるいは、一日にそれと同量の汁を飲むことは高密度リポタンパクコレステロールの値を劇的に向上させるには通常十分であり、4人に3人の心臓疾患患者の症状が30%向改善したことを、米国ハーバード医科大学の心臓病専門医であり医学教授であるビクターグルウッチ博士が明らかにしました。彼は自らが治療をしている全ての心臓疾患の患者さんに毎日玉ねぎを食べることを勧めています。しかし、彼は、玉ねぎのこうした効用は、調理するプロセスが多くなればなるほど減じてしまうと言います。また、玉ねぎに含まれる150以上の化学物質のうち、研究者にはどの物質が良性の高密度リポタンパクコレステロールを高めるのかはっきりと分かっていません。しかし、生の玉ねぎの方が効用が高く、調理することで高密度リポタンパクコレステロールを高める力を減じてしまうか破壊してしまうことが明らかになっています。この効用は強い刺激的な味覚を生み出す要因であるように見受けられます。よりまろやかな玉ねぎよりはより刺激のある白もしくは黄色の玉ねぎにこの効用が多く見られます。一方、よりまろやかな玉ねぎは違った方法で健康に寄与します。

研究によれば玉ねぎを食することは悪性の低密度リポタンパクコレステロールの値を下げます。ニューデリーの45名の健康な被験者が一日3000カロリーの高脂肪の食事を15日間与えられたある研究で、彼らの血中コレステロール平均値であった219は263まで上昇しました。しかし彼らのこつりとした食事一日にスプーン一杯もしくは10グラムの玉ねぎを加えるだけで劇的に彼らの血中コレステロール値は平均237まで低下したのです。

玉ねぎは血栓を防ぐ

玉ねぎは、アスピリンのように抗凝血剤としての役割、すなわち、血液循環システムでの血液の流れを邪魔する危険な血栓の生成を防ぐ助けをします。これらの閉そく性血栓は心臓や脳といった様々な身体各部への酸素の供給を止め、心臓発作や脳梗塞などを引き起こします。

玉ねぎのある化学物質は（血栓を生成する）血小板が互いに結合するのを防ぎ、またある物質は生成された血栓を溶解します。10年に渡る研究の後、英国とインドの研究者たちは、玉ねぎが心臓にとって最善の食物であることの強力な証拠を示しました。ある研究によれば、バターやクリームといった、極めて高度の脂肪食品を初めに与えることにより、血栓の溶解活動が著しく下がったことを確認した後、高脂肪の同じ食事に、今度は、生、もしくは茹でた、あるいは炒めた2オンス（約60グラム）の玉ねぎを加えました。

高脂肪の食事の後、2時間から4時間後に採取した血液は玉ねぎが、脂肪の血栓を生成する損傷能力から完全に防御することを明らかにしました。実際、半カップ以下の玉ねぎが血栓溶解能力を邪魔する脂肪の働きを完全に転換してしまいます。

玉ねぎを食することによる心臓への効能を明らかにしたこれらの研究によって、フランス人が通常飽和脂肪を多く含む食事を行っているにもかかわらず心臓疾患の比率が低いという事実である「フランス人の逆説」が明解に説明されることになるかもしれません。すなわち、フランス料理には玉ねぎを排除したメニューがほとんどないことから納得のいく説明となるのです。実際、大規模な調査によると、玉ねぎとニンニクを好む人は（コレステロール、中性脂肪、高密度リポタンパクコレステロール）等の血液成分の優良性において、このネギ属の仲間の2つの食物を避ける人に比べて優れていることがわかっています。1週間に1カップの玉ねぎを食する人々でさえも血中コレステロール値が低下し、より健康的な心臓を維持していることも示されています。

玉ねぎと血圧

精神的緊張状態にある、あるグループに一日に730mgのクエルセチンを28日間投与したところ、プラシーボを与えられたグループには血圧の変化が見られなかったものの、彼らの血圧は収縮期血圧で2ポイントから7ポイント、拡張期血圧で2ポイントから5ポイント下がりました。

別の研究によれば、スプーン2、3杯の玉ねぎのエッセンシャルオイルを摂ることで、中程度の緊張状態にある人々の67%で血圧が下がることが示されました。彼らの収縮期血圧は平均して25ポイント下がり、拡張期血圧は15ポイント下がりました。

玉ねぎが健康に与える影響を調べた7年に渡る研究の後、あるグループの研究者は一日に玉ねぎを100グラム（約3分の2カップ）食することで心臓疾患や高血圧を排除すると結論付けました。

玉ねぎは骨粗鬆症を防ぐのに役立つ

玉ねぎを食することは、更年期障害の女性に見られる骨粗鬆症（骨がもろくなる症状）を防ぎ対処する薬であるアレンドロネート（フォサマックス）の効能に匹敵するということが、ある研究によって明らかにされました。この中で、研究者は、ネズミに見られる卵巣摘出に伴う骨の粗鬆がアレンドロネートもしくは玉ねぎの粉末によって対処できるかを調べ、骨の粗鬆に対処する玉ねぎの効能はアレンドロネート（フォサマックス）のそれに近いものがあることを明らかにしました。

玉ねぎは、関節炎、吐き気、潰瘍、胃酸の逆流、湿疹を初めとする症状に対して、フォサマックスによる多くの不快な副作用を伴うことなく、骨を強化するようです。

スイスのベルン大学の研究者によると、玉ねぎに含まれるある化学物質—Gタンパク質結合型受容体と呼ばれるペプチド—が骨を破壊する細胞の活動を防ぎ、それにより、骨の衰弱を遅らせることを明らかにしました。骨の衰弱を促す副甲状腺ホルモンに触れた、生後間もないネズミの骨の細胞が白玉ねぎから抽出されたGタンパク質結合型受容体によって対処されると、カルシウムを含めた骨のミネラルの減少が著しく防止されました。

他の研究では、玉ねぎを食することは骨の密度、大きさ、ミネラル密度を増やすことが明らかになっています。

人や動物に関して行われたこれらの研究によって、骨密度の減退を経験する更年期障害を患う女性にも、玉ねぎの効用に光が当てられています。3千5百万人の女性の栄養状態の記録を分析した調査・研究によれば、更年期障害の前後で毎日玉ねぎを食した場合、骨密度に大きな効用があったのに対し、(摂取が一月に一回かそれ以下の)回数の少ない場合には、骨の健康に関する効用は見られませんでした。このことは更年期障害の女性が、日々玉ねぎを食することで坐骨損傷のリスクを減らすことが可能なことを示しています。

玉ねぎによる解毒作用

玉ねぎは含硫化合物やビタミンCが豊富なので、水銀や鉛、ヒ素やカドミウムなどの重金属を身体から解毒するのに大変有効です。

次号では癌や糖尿病、皮膚に対する玉ねぎの効用についての記事を掲載いたします。

出典:

<http://www.saibaba.ws/teachings/foodforhealthy.htm>
http://onions-usa.org/img/site_specific/uploads/phytochemical_brochure.pdf
<http://americanfitness.squarespace.com/onions-0712/>
<http://www.foods-healing-power.com/health-benefits-of-onions.html>
<http://www.foods-healing-power.com/health-benefits-of-onions.html>
<http://www.foods-healing-power.com/onions-for-your-heart.html>
www.MedicineHunter.com
<http://jn.nutrition.org/content/137/11/2405.full>
<http://www.foods-healing-power.com/onions-blood-pressure.html>
<http://curezone.org/dis/1.asp?CO=60>
http://www.herballegacy.com/Peret_Medicinal.html
<http://wrightnewsletter.com/2005/06/13/onion-consumption-may-slow-down-bone-loss/>
<http://health.tipsdiscover.com/onion-strong-cancer/>
<http://www.foods-healing-power.com/health-benefits-of-onions.html>
<http://www.foods-healing-power.com/onions-for-your-heart.html>
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12126069?dopt=Abstract>

☞ 質疑応答コーナー ☞

1. 質問: 波動薬実践者は対症療法やアユールベダのような他の医療システムに対してはどのような心的態度を摂るべきでしょうか？

回答: 波動薬実践者は他の全ての医療システムに対し真摯な敬意を払うべきでしょう。今日、一般に普及している医療システムはそれぞれにその果たす役割があるものと考えます。実際、健康上のあらゆる問題を癒すうえで、ある特定のシステムのみが機能するというのではないのでしょうか。それぞれのシステムがそれ自体の利点と限界を持っています。もし、特定のシステムがある人に有効であるなら、その人はそれに従うべきでしょう。ある状況にあつては、特定のシステムが他のものよりもよりよく機能しますが、同一人物であっても異なった健康状態であればその逆もあるかもしれません。従って、患者さん自身に、自らの必要性と望みに従って、それぞれの問題に合ったシステムを選択させることが良いと思われます。重要なことは患者さんは自らが選んだ医療システムに信を持っているということです。異なるシステムに関しては、いかなる議論の必要性もありません。波動薬による治療の精神に従えば、神が唯一の癒し手です。波動薬の実践者の心的態度は自らが神の道具であり、全ての患者さんの中にある神に奉仕しているというものです。

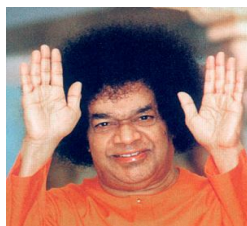
2. 質問: 108のコンボボックスのトレーニングを受けてから約2年になります。コンボの波動を完全なものとして維持するために現在および将来にわたって行う必要のある特別なことはありますか？

回答: 2年毎にあなたのコンボを再チャージすることを強くお勧めします。講師の元へ戻り再チャージをサポートしてもらってください。講師への連絡の前に、毎月の定例報告を行っているかどうかを問われることに注意してください。もしそれがなされていないのであれば、当初の、内なる神への宣誓を新たに書面にて行い、また、定例報告そのものが行われていなかった場合には、少なくとも過去6か月定例報告を提出しなければなりません。

3. 質問: 同月に、同じもしくは異なる症状で訪問を受けた患者さんを、単数もしくは複数としてカウントすべきかどうか迷うことがあります。

回答: どの月であっても、初回に来られた患者さんは「新患者」として、また以前にも来られたことのある患者さんは「旧患者」としてカウントされます。訪問回数に関係なく、同月に来られた同一の患者さんは一人としてカウントされます。

実践者のみなさんへ: アガルバル博士への質問がありましたら news@vibrionics.org まで御連絡ください。



☞ 治癒者の中の治癒者である神の御言葉 ☞

「あなたがどこにいても、どのような活動を行っていても、それを礼拝として行い、帰依の行為として捧げなさい。全宇宙を支える存在であり、照覧者、英知を授ける存在である神を讃える行為として行為に携わりなさい。あなたの活動を『私のための仕事』、『神のための仕事』と区別しないようにし、全てを神の仕事として行いなさい。」

Love All, Serve All, Help Ever Hurt Never, Book Commemorating Sathya Sai Baba's 80th Birthday, 2005

「無私の奉仕は人を高貴にし、帰依の資質を高めます。人は愛・共感・公正・慈愛・赦しといった性質を育まなければなりません。こうした資質を備えて初めて、人は献身的な奉仕を行うことができます。心の奥深くに巣食った不快な沈滞を取り除くには、自らの利益ではなく他のために奉仕を行うために身体が与えられているということを認識しなければなりません。」

Love All, Serve All, Help Ever Hurt Never, Book Commemorating Sathya Sai Baba's 80th Birthday, 2005

☞ お知らせ ☞

ワークショップ開催予定

- ❖ インド **ケララ州アサラゴッド**: アシスタント波動薬実践者ワークショップ 2014年2月 連絡先: ラジェーシュ・ラーマン sairam.rajesh99@gmail.com 電話: 8943-351 524 / 8129-051 524.
- ❖ インド **プッタパルティ**: アシスタント波動薬実践者ワークショップ 2014年1月28-29日 連絡先: へム 99sairam@vibrionics.org
- ❖ インド **プッタパルティ**: シニア波動薬実践者ワークショップ 2014年1月28日-2月1日 連絡先: へム 99sairam@vibrionics.org

講師のみなさんへ: ワorkshop開催の予定がありましたら、99sairam@vibrionics.org まで御連絡ください。

☞ 重要なお知らせ: 全ての実践者のみなさんへ ☞

私たちが受け取る処方例は素晴らしいものが多いのですが、送付された情報の中に重要な項目が欠けているため、その全てをみなさんと分かち合えていないというのが現状です。そこで、以下の事柄を必ず明記して下さいますようよろしくお願いいたします:

患者さんの年齢、性別、処方開始日、急性症状の詳細、慢性症状の詳細、それぞれの症状の発症期間、慢性症状の原因として考えられること、過去および現在受けている治療、処方したコンボと服用回数、時系列による改善の記録(100分率等での表示)、最終的な状態、その他関連事項

❖ ***E メールアドレスが将来変わる方はできるだけ早くお知らせください。また波動薬実践者の方でこのニュースレターに興味を示されそうな方がおられましたら、news@vibrionics.org まで御連絡くださるようお願いいたします。この波動薬通信は患者のみなさんとも分かち合っていてかまいませんが、患者さんからの質問は、直接、実践者のみなさんから回答くださいますようお願いいたします。ご協力ありがとうございます。

❖ ウェブサイトはこちらです。www.vibrionics.org
実践者専用コーナーへのアクセスには実践者登録番号が必要となります。
ジェイサイラム

サイ波動薬...身近で、卓越した無料の医療を目指して