

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9巻第6号

2018年11・12月

目次

- 🌀 アガルヴァル博士の研究デスクより・・・1-2
- 🌀 実践者 プロフィール・・・・・・・・・・2-4
- 🌀 コンボを使った処方例・・・・・・・・・・4-11
- 🌀 質疑応答コーナー・・・・・・・・・・11
- 🌀 マスターヒーラーからの御言葉・・・・・・・・12
- 🌀 お知らせ・・・・・・・・・・10
- 🌀 付記・・・・・・・・・・12-15

🌀 アガルヴァル博士の研究デスクより🌀

「エゴとは、人の潜在意識の奥底に潜む動物性性質のことです。奉仕はこの動物性を取り除き、人をより優しくし、神にもっと近づけることを可能にします」

御講話、第3回セヴァダル会議、1975年11月15日

親愛なる実践者のみなさん

親愛なる主のプラシャンティ・ニラヤムにおける第93回降誕祭のお祝いの最中に、みなさんに通信をお届けすることは大きな喜びです。アシュラムは帰依者のみなさん、カラフルな装飾、そして肯定的な波動で賑わっています！感謝祭、クリスマス、新年と続くホリデーシーズンの始まりにもあたるこの吉祥の時に、サイ・ファミリーは、ここアシュラムで、また世界中の地域と共に喜びの時を分かち合っています。

一方、この時期に於ける最も重要なことは、今年一年を通して受け取ったすべてのものごとに感謝の気持ちを表わす時期であるということです。無私の奉仕に従事することは、感謝の気持ちを表現するまさしく最善の方法です。

ババは次のようにおっしゃいます。「他のサーダナ（霊性修養）の中には、奉仕の中にある偉大さは見られません。もし私たちがこの奉仕を主たる目的とし、主の栄光を讃える歌を聞いたり歌ったり、神の名を瞑想し、神の御足を礼拝し、御足に捧げる務めを果たし、自分を主の召使としてそして友人とみなし、そして「本当の自分とは何か？」を探し求める道、といった様々な霊性を高める実践を行うのなら、あなたの行う奉仕活動によってあなたの自我と悪い性質が取り除かれることとなります。人の中に動物の性質を彷彿とさせるのは自我です。奉仕はこの動物性を取り除き、彼をより柔軟にし、神により近づけることを可能にします」。スワミの御講話、第3回セヴァダル会議、1975年11月15日。

この季節は、秋の終わりと冬の始まりを示しています。北半球に住む人々にとっては、冬は最も寒い時期であり、最も過酷な時期です。しかし、精妙なレベルでは、それは内側の焦点、静けさ、および内省のための素晴らしい時間です。また、アーユルヴェーダによるとこの時期には奉仕を提供する機会が与えられます。すなわち、寒い時期は誰でもヴァータの不均衡 (<https://en.wikipedia.org/wiki/Dosha>) を生じさせ、風邪やインフルエンザのような障害に対して身体を脆弱にします。患者さんに風邪やインフ

ルエンザの最初の兆候があれば、すぐに実践者に連絡するように伝えてください。波動薬はウイルス感染の期間を短くしあるいはそれを予防します、それは特に家族の間で有効です。

波動薬に関しては、実践者がウェブサイトで毎月のセヴァの時間を直接報告するためのオンライン投稿機能（：<https://practitioners.vibrionics.org>）が、その開発・実用に携われたすべての人々の絶え間ない努力のおかげで目覚ましい成功を収めています。この機能は報告プロセスをより効率的かつ効果的にしただけでなく、波動薬の使命の継続的な改善に使用できるデータの黄金の貯蔵庫を構築し始めています。また、オンラインで報告書にアクセスしたり、報告書を提出したりすることができない人を支援するため、地元の月次報告書コーディネーターの任命を行うようにしました。余剰の時間があり（週に数分しかかかりません）この任務を受けてくださる容易のある方を募集させていただきます。

99sairam@vibrionics.org まで御名前を私に提出してください。これにより、一部の地域コーディネーターの報告負担が軽減され、より多くの医療セヴァキャンプの開催や養成者訓練などの波動薬活動全体における必要とされる活動に従事する時間を創り出すことができます。

また、シュリサティヤサイ高等医療機関のウェルネスセンターで火曜日、木曜日、土曜日の週3日午後2時から4時まで、ホワイトフィールドで開催されている波動薬クリニックが、実践者¹²⁰⁵¹インドのリーダーシップのもと、大いなる躍進を遂げていることを報告できるのを大変うれしく思います。最近の11カ月だけで、750人以上の患者さんが治療を受けました！ご存知のように、この病院で治療される患者さんの多くは、心臓や胸部・脳などの慢性的な症状の治療を受けるために遠隔地、過疎地から長い（3日間の列車旅など）移動時間に耐えて来られる方々です。当該病院が扱えない、あるいは、待ち時間が長すぎる場合、患者さんはしばしばこの波動薬クリニックを紹介されます。最初の面談診療の後、クリニックは患者の進捗状況をEメール/電話で見守り、必要な場合には、実践者が無償で患者さんに波動薬を郵送しています。

私たちはまた、大幅に強化された改訂版テキスト「波動薬2016」に熱心に取り組んできました。ババの降誕祭にそれを発表したいと思っています。

私たち一人ひとりに内在するスワミへの素晴らしい御降誕祭のお祝いを申し上げます！このホリデーシーズンに、より大きな献身と献身をもって、奉仕の道を歩み続けるための多くの喜び、愛と情熱がもたらされますように。

サイへの愛の奉仕の中で

ジット・K・アガルヴァル

実践者プロフィール



実践者⁰²⁶⁹⁶...インドは、コンピュータサイエンスとエンジニアリングの博士後期課程修了者で、アンドラプラデーシュ州にある評価の高い大学の重要なプロジェクトと管理業務の主たる担当官及び助教授です。霊性への信仰の篤い家族の中で生まれた彼は、幼少時から奉仕することに熱心でした。彼は自ら、困っている人々、特に高齢者を自発的に探し、あらゆる可能な方法で彼らを支援してきました。

1999年にスワミの御足に参じ、たまたま、アシュラム内の寺院でサイのボランティアが彼のスリッパを靴置き場まで丁寧にも持ってきてくれたという体験がありました。愛に溢れた奉仕活動の魔法のような効果を目の当たりにし、このことは彼のハートに深く触れました。その後、彼はスワミのダルシャンを受け、完全に魅了され、その後すぐに、定期的な奉仕活動に携わっていく中、時間の経過とともに、彼の心は人々の生活により深く触れるものを求めるようになりました。大学時代、慢性十二指腸潰瘍がホメオパシーの助けによって治癒された際にはホメオパシーに魅了されたこともあって、2005年に奉仕活動中に波動薬に出会った際には、波動薬システムに直感的に惹かれました。

プッタパーティでの2週間の集中したトレーニングの後、波動薬実践者コースを受講し2005年に実践者になりました。当時、108CCボックスがなかったので、SRHVP（サイラムヒーリングマシーン）が授けら

れ、彼はまず家族や友人を治療することから、奉仕活動の旅が始まりました。 スワミの奇跡的な恩寵により、多くの患者さんがレメディを求めて彼を訪問し始めました。

彼は、スワミの祝福が彼自身と波動薬に注がれることを確認できる体験を今でも鮮明に覚えています。

彼が波動薬が本当に病気を治すことができないと思っていたサイの兄弟にこのシステムを説明していた、そのまさに翌日、そのサイの兄弟が彼のところに来て、スワミが前夜、夢に出てきて波動薬について話し、この奉仕活動で彼を助けるように指示したことを伝えました。2人とも、スワミによるこの奇跡的な啓示に驚きと感動を覚えました。

実践者はその後様々な症例を成功裏に治療してきました。その中には喘息、慢性胃痛、膝痛、副鼻腔炎、胸部感染、脊椎炎、皮膚疾患、甲状腺、血圧、月経困難症、ストレス、睡眠障害および精神障害が含まれます。感情的に乱れを伴う精神的発達障害のある活動過多の子供や心の病を抱える大人を治療する彼の経験は実りあるものでした。

彼は、波動薬がそのような人々に大きな助けをもたらし、一方、対症療法薬は症状を抑制すると感じています。奉仕活動の初期段階で、極めて活動過多の2歳の少女が実践者のもとに連れて来られました。彼女は真夜中に起き、家族の人にテレビをつけて一緒に見て欲しいとせがみ、思い通りにしないと、彼女は自分の頭を壁に叩きつけるのでした。NM6 Calming + SR422 Cherry Plum. 1日1回 の処方により、1週間以内に奇跡的にも、その子は夜起きなくなったのです。

彼はまた、バッチ・フラワーレメディの治療法で素晴らしい結果を得てきました。ほぼ10年間、一定の行動パターンによって支配されていた49歳の男性は、職場から帰ると静かに彼の部屋に入り、家族との話も食事もとることもありませんでしたが、SR419 Beech + SR446 Vine を処方され、一週間後、家族から、彼が10年ぶりの家族との夕食に加わったとの、喜びの報告がありました。

11歳の活動過多の少年は、5歳から暴力的な行動パターンを示し、希望を失っていた母親によって実践者のもとへと連れてこられました。彼女はさまざまな薬を試してきましたがその効果は見られず、学習障害児の学校に入学する寸前でした。 **NM4 Brain-2 + NM5 Brain Tissue Salts (TS) + NM6 Calming** が、スワミへの祈りとともに処方されました。2週間以内に母親への暴力がなくなり、徐々に暴力的な行動が無くなってきました。1ヶ月後も回復は順調で、治療が続けられています。

当初、実践者はサイラムヒーリングマシーンでレメディを処方することに長時間を費やさなければならなかったのですが、スワミの祝福により、108CCボックスが入手可能になった時からそれを使い始めました。それは、医療キャンプでより少ない時間でより多くの患者を治療するのに役立っています。60歳の女性に対し、**CC4.3 Appendicitis + CC4.10 Indigestion** を用いて、15年間続いた胃痛を1週間で軽減することができました。彼女は何年もの間、対症療法薬を試していましたが、効果は見られなかったため、波動薬への信は非常に強くなりました。彼女は波動薬の服用を途切れさせることなく確実に補充に訪れ、順番の列に信心深く並び、口唇には篤い祈りをもってレメディを受け取ります。実践者は、実際にはスワミが治療されているにもかかわらず、患者を通して彼に信用が与えられることに大いなる驚きと愛を感じています。

仕事が忙しく、望んでいたほどのセヴァを行うことはできない中、彼は2014年1月26日プッタパーティで開催された第1回国際波動薬会議で献身的に奉仕活動をおこなった一人でした。2017年以来、自らの仕事への取組が合理化された後には、より多くの時間を波動薬に捧げています。彼はアナンタプールのサイバジャン寺院における波動薬日曜クリニックに参加していますが、サイへの奉仕の喜びで満たされた毎週のこの時間を味わうことを楽しみにしています。

彼はまた毎月の村の医療キャンプに他のボランティアと共に参加しており、これらの活動により、彼は過去2年間に1600人以上の患者を治療することができました。

彼は、各実践者が健康的なライフスタイルを遵守して、患者さんのためのお手本でなければならないことを強調しています。実践している人だけが、信念を持って他の人を導くことができ、実践者の義務は、適切なレメディを処方することで終わるものではなく、スワミの御教えに沿った、適切な食事に基づく健全な生活に向けて患者さんを誘導すべきであるとしています。患者さんには、また、しばしば無視されるように感じられる高齢者は特に、優しい言葉と穏やかな笑顔で接し、快適に感じてもらえることを強調しています。

本来、波動薬が主要な薬であり、それは通常考えられているような代替薬ではない、と彼は述べています。また、症状が発生した直後に医者に行くことを見直すべきであり、身体の自己治癒メカニズムを信じるべきである、としています。

この実践者の結論としては、「身体が自分自身を癒すことができるときに、なぜ対症療法の薬で体を乱すのですか？ 波動薬を使って免疫システムを強化し、それに対処すべきです」というものです。

本通信に掲載されている処方例：

- ・うおのめ・たこ
- ・合併症



実践者¹⁰³⁵⁵ ...インドは商業科を卒業し、インド準備銀行の通貨審査官として数年間働いていました。1984年に結婚して仕事を辞め、家族への献身の生活となる中、1989年にスワミのを知り、時間が許せばいつでもバジャンに参加し始め、さらに、1998年にプッタパーティへの初めての訪問の後には、奉仕活動に参加し始めました。また、バルヴィカスのためにサイの文献を英語とマラティ語に翻訳し始めました。その後、2002年にはサナタナ・サラティそして最近ではヴィディヤ・ヴァヒニの翻訳を始め、現在もそれを継続しています。

彼女はサイのボランティアから2006年に波動薬について聞き、そのコースに参加するようインスピレーションを得て、2008年にアシスタント波動薬実践者 (AVP) になり、当時のコースの規定により54CCボックスを受け、更に、必要な試験をクリアした後、2015年に108CCボックスを授けられました。この期間のギャップは、彼女の健康と他の制約によるものでした。2000年に神経筋障害である重症筋無力症と診断され、その後実践者になってからは、自宅で患者さんを2年間治療しましたが、健康状態のために、継続することができませんでした。その後、彼女は、自らの処方の便宜上、風邪、咳、発熱、骨の痛み、胃の障害のような様々な病気のためのレメディを自宅で作成し始めました。彼女は、これらのレメディを医療キャンプで活かせるよう、仲間の実践者にも提供しています。自らは重症筋無力症に対する対症療法を行っていますが、波動薬は、これらの薬の副作用を無くす上で役立っています。

彼女は、他のボランティアとともにサイ・プロテインを建設労働者の児童・乳幼児に過去15年間毎月配布してきました。シニア実践者の提案で、それに加えて **CC12.2 Child tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic + CC20.6 Osteoporosis** を追加し始めました。最初に1kgのローストしたピーナッツパウダー1kgに各コンボの27滴を混ぜ、これにサイプロテインの他のローストした材料27kgと粉砕糖7.5kgを混ぜていきます。このサイプロテインミックスの2さじ分は、毎日調理される必要もなく、水または牛乳に混ぜることで子供たちに与えられています。子供たちはこの味が大好きです。このプロテインの効果の評価するための研究は行われていませんが、免疫、健康、記憶の面での改善をより体系的に分析する計画が立てられています。

この実践者は、2015年10月に訪れた75歳の女性の症例を報告しています。患者は重度の便秘、胃の灼熱感、直腸内の痛みとかゆみを1年間にわたって訴えました。 **CC4.4 Constipation + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic** が処方され、スパイスを避けるよう助言されました。彼女は10ヶ月でほぼ回復し、レメディの服用回数は徐々に減り、12ヶ月後には不要となりました。今では、少しくらいであれば辛い食べ物を少しの問題もなく食べることができます。その後、2016年4月、患者さんは重度の筋肉痛と腰部の痙攣を病み、再訪しました。それは骨粗鬆症と既に診断されており、過去4年間、断続的な痛みを抱えていました。彼女は鎮痛剤を服用し続けたくなく、 **CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.6 Osteoporosis + CC20.7 Fractures** が処方されました。彼女は3ヶ月で90%回復し、自信を取り戻しました。これによって痛みがなくなると信じ、服用を続けています。

実践者はこれまでに約1500人の患者さんのお世話に携わり、また、レメディの処方とは別に、SVP (シニア波動薬実践者)¹⁰⁰⁰¹のみならずAVP (アシスタント波動薬実践者) マニュアルの出版のため、英語からマラティ語に翻訳しました。108のコンボの教本も翻訳され、これから出版されます。これらの2冊の

本は、マハラシュトラ州の農村部のボランティアが母国語で AVP コースを行う上で大きな助けとなるでしょう。実践者は、スワミからの波動薬はあらゆる境界を超えて、無条件で公的な奉仕を行う貴重な贈り物であることに感謝しています。彼女は病気を抱えながらも、肉体的、心理的、感情的に強くなりました。波動薬は、彼女が他の人に深い愛と思いやりを表現するための触媒としての役割も果たしました。

本通信に掲載されている処方例：

・若年性関節炎

🌀 コンボを用いた処方例 🌀

1. うおのめ・たこ ^{02696 ...インド}

55歳の女性が20年以上の間、右足裏に硬い角質を抱えていました。それは慢性皮膚硬結と診断されており、長年に渡って、痛みは非常に強くなってきて足を完全に地面に置くことができませんでした。特に裸足ではそうでした。彼女は耐え難い痛みのために足を傾けなくてはなりませんでした。

2018年8月5日、実践者は以下のレメディを処方しました：

#1. SR299 Lycopodium CM... 2週間に1回、合計4回

#2. SR342 Antim Crud 200C... 1週間に3回 4週間続けて

#3. SR318 Thuja 30C... 1日3回（5日間）、その後 **SR318 Thuja 200C...** 2週間に1回、1か月間

すべてのレメディは同日に服用され、同じ時間帯に服用された場合はそれぞれ10分の間隔を置きました。

患者さんは15日後、痛みをほとんど感じずに右足を地面に着けることができました。彼女は処方通りに服用を続けるように勧められ、さらに15日後、たこの80%が溶解し、痛みは完全になくなりました。

更に以下のレメディが処方されました：

#4. CC21.5 Dry Sores ... 1日3回、少なくとも3ヶ月間服用すること

月次の報告の中で、家事が楽になった、との知らせがありました。レメディ#4は1日3回を継続しており、たこが100%溶解したのち1日1回となりました。

実践者の注記：上記の治療内容は、実践者によって自らを癒すために2015年に行われたものです。たこ・うおのめに患った15年以上の間、痛みは激化していきましたが、上記のように#1～#3の服用が終了した後、症状はすぐに消えました。それは今日まで再発しておらず、症状の痕跡も残っていません。

108CCボックスを用いる場合、CC21.5 Dry Soresに関連するすべてのレメディが含まれています。上記と同様の条件では、このコンボを1日4回、治癒されるまで継続するとよいでしょう。

2. 合併症 ^{02696...インド}

2018年2月11日、75歳の女性が約400kmを移動し実践者を訪問しました。彼女は長年にわたって合併症に苦しんでいました。何度か気を失うほどのめまいがあり、足裏には灼熱感があるため、夜は一晩中座って過ごすほどでした。また、骨や関節の慢性的な痛み、頻繁な痙攣や背中の痛み、全身の激しい痒みに加え、時には胃酸過多、便秘、ガスなどの症状にも悩まされていました。こうした様々な病状にも関わらず、彼女は笑顔で明るく過ごしていました。

以下のレメディが処方されました：

めまい:

#1. CC18.7 Vertigo... 1日3回

胃の症状:

#2. CC4.4 Constipation + CC4.10 Indigestion... 1日3回

痒み:

#3. CC21.3 Skin allergies... 1日3回

骨や関節の痛み、痙攣や背中中の痛み

#4. CC3.7 Circulation + CC20.3 Arthritis... 1日3回

#5. CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine... 1日3回. これは50%の改善があった後に服用するためのものとして、あらかじめ処方されました（住所が遠隔であるため）

実践者は、各病気の治癒状況を観察し調整するために別々の容器でレメディを処方しました。患者さんはいつも祈って、服用の規定を遵守していました。

1ヶ月後、彼女からはすべての面で50%以上の改善した旨の報告があり、また、彼女の娘は実践者を訪問し、家族が母親の目覚ましい回復に驚いていることを伝えました。その後患者さんは#5も服用し始めました。

さらに1ヶ月後、めまいや胃の症状も解消され、皮膚のかゆみおよび足裏の灼熱感についても実質的に改善されました。3ヶ月後、膝と背中中の痛みがまだ少し彼女を悩ましていたことを除いて、すべての病気が治癒されました。#1~#3の服用量は1日1回へと減らされ、#4と#5については、残りの痛みの完治を信じ、1日3回の服用が続けられています。患者さんの娘は毎月実践者を訪問してレメディの補充を行い、母の痛みが緩やかながらも着実に改善していると報告しています。

編集者の注記：一度に3つ以上のボトルを提供するのは一般的ではありませんが、この症例では患者さんが高い意欲を持ち、服用に関する規定を十分に守っているので問題ないでしょう。

3. 青年期の関節炎 10355...India

2017年11月12日、14歳の少年が父親によって実践者に連れられてきました。その少年は、指関節に7つの大きな(10mm)水疱と、足の小指の関節には2つの水疱がありました。1か月前の発症時には、水疱は小さく、赤みを帯びていて、水疱や関節の周囲には炎症がありました。耐えられる程度の若干のかゆみがあり、痛みは穏やかながらも圧迫すると激しい痛みとなりました。彼はペンも持つことも、指やつま先を簡単に動かすこともできず、学校に通うことができずでした。2年前にも、炎症とかゆみを伴う同様の水疱を患いましたが、それほど気にもならない程度で、治療を受けることなく1週間後に無くなりました。そういった過去の経験もあり、また、逼迫した家計のために、父親は息子を医者に連れて行きませんでした。

処方されたレメディは以下の通りです:

CC10.1 Emergencies + CC12.4 Autoimmune diseases + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.3 Arthritis... 1日6回

1ヵ月以内に少年は60%回復しました。痛み、炎症がなくなり、水疱が収縮し、かゆみが止まり、指と足指を簡単に動かすことができました。その後2ヶ月後には完全に回復し、自転車で学校に通い始めました。服用回数はそのまま維持され、1年経過後も症状の再発はありません。

4. 前立腺癌、恐怖症 02799...英国

前立腺癌の診断を受けた54歳の男性が2017年3月23日に実践者を訪ねました。過去3ヶ月間、夜間頻尿の症状があり、2017年2月16日に検査されたPSA(前立腺特異抗原)数は37ng/mLでした。25歳の時から暗闇恐怖症を患い、夜は外出できませんでした。彼の不安は、最近の癌の診断によって悪化し、その結果、過去2週間にわたり自殺を考えるようになりました。また、彼はMRIスキャンを受けるのが怖く、対症療法の投薬も受けていませんでした。以下のコンボが処方されました:

前立腺癌と頻尿:

#1. CC2.1 Cancers - all + CC2.3 Tumours & Growths + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC10.1 Emergencies + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC14.1 Male tonic + CC14.2 Prostate... 1日4回

For 恐怖症と自殺傾向:

#2. CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC10.1 Emergencies + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC17.3 Brain & Memory tonic + CC18.1 Brain disabilities... 1日4回

2017年4月10日、患者さんからは精神状態が30%改善しながらも夜間の頻尿は改善しなかった、との報告がありました。2017年6月18日に行われた血液検査は、18ng / mLのPSAの改善を示し、夜間の頻尿は40%改善しました。彼の精神状態は75%改善されより穏やかとなり、暗闇の恐れは少なくなりましたが、#1と#2は継続されました。

2017年10月3日の血液検査では、更にPSAが8.5ng / mLの減少となり、夜間頻尿が60%、精神状態が90%改善しました。自殺志向はなくなり #1と#2の両方の服用量は1日3回となりました。

患者は不安なく落ち着いてきたため、MRI スキャンを受けることに同意し 2018年1月14日に検査が行われ、その結果、前立腺がんであることが確認されました。外科手術と放射線療法の2つの選択肢のうち、手術を選び 3月18日に手術を受けました。6月22日、PSAは1.2ng / mLまで下がり、夜間頻尿は完全になりました。2018年8月24日、患者さんの精神状態の改善は100%で、暗闇の恐れがなく、夜間、自由に外出することができるようになり、#1の服用量は1日1回に、#2は1日2回に減少しました。2018年10月28日、PSAは0となり、前立腺癌も消失しましたが、患者さんは両方のレメディを再発防止のために継続するように助言されました。

リサーチ部門世話人からアドバイスを受けた編集者のメモ：実践者は重病の治癒に成功裡に対応しま。スワミと患者さんへの実践者の愛と献身は感動的であり、レメディに愛が吹き込まれるとき、そこには更なる力が宿ることを示してくれています。一方、この癒しのシステムでは、追加される余分なコンボが治癒プロセスを遅くする可能性があるため、症状や病気に関連するコンボだけを処方ようにお伝えしています。上記の#1では、CC4.2 肝臓&胆嚢強壯剤、CC10.1 緊急時およびCC14.1 男性用強壯剤 (CC14.2に既に含まれています) は処方される必要はありません。#2、CC4.2 肝臓&胆嚢強壯剤、CC10.1 緊急事態、CC13.1 腎臓&膀胱強壯剤 (既に#1にあります) およびCC17.3 脳および記憶強壯剤も不要で、また、CC15.1とCC18.1は既にCC15.2に含まれています。

5. 炎症性緑内障 02799...インド

実践者を来訪した62歳の女性は、2017年6月以来、右の眼圧が高く、視力もかすんでいました。2ヵ月後、(眼の炎症に起因する) 炎症性緑内障と診断され、点眼薬と(更なる眼内圧を引き起こす可能性がありながらも必要とされる) 経口ステロイドの治療を経て2017年10月22日に手術が行われ、その結果、右目は正常となりました。しかし残念なことに、1週間以内に、左の眼に炎症を原因とする緑内障が発症しました。医師は点眼薬と経口ステロイドを処方して炎症を抑制し、その後の手術に備えました。患者は点眼はしたものの、ステロイドの服用も手術もしないことに決めました。2017年12月22日に次のレメディが処方されました。他の対症療法薬の服用はありませんでした。

緑内障:

#1. CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC7.1 Eye tonic + CC7.3 Eye infections + CC7.4 Eye defects + CC7.5 Glaucoma + CC10.1 Emergencies + CC13.1 Kidney & Bladder + CC15.1 Mental & Emotional... 1日4回

炎症:

#2. Prednisolone nosode... 1日4回

2週間後、眼圧と視力が50%改善され、2ヵ月後、2018年3月3日の病院での再検査で、医師は左の眼圧が正常の範囲内にあることがわかりました。手術は必要とされなくなりましたが、毎年の再検査を受けるように勧められました。その後患者さんからは、左目が100%回復したことを含め、すべての症状が無くなったとの報告が実践者にあり、#1と#2の両方の服用量は1日3回に減少しました。2018年9月8日の来訪の際には、患者の目は健康で正常に見え、#1と#2の両方の服用量は1日2回となりま

した。患者さんは、自らが緑内障につながる炎症を発症する傾向があるように思われるので、レメディを長期間服用し続けたいと熱望しています。

編集者注：この実践者はさらに多くのコンボを追加しました。例えば、CC4.2、CC7.4、CC10.1、CC13.1は必要ありませんでした。治療は成功しましたが、2ヶ月かかりました。一方、関連するコンボで治療した緑内障の以前の症例（2018年3月4～9月9日号2号）では、余分なコンボを追加することなく、1ヶ月後に治療が成功しました。これは、病気や症状に合致したコンボを処方した時の好事例で、治癒がより速くなります。

6. 慢性日焼け症 03567...USA

57歳の女性は過去37年間、日焼けに苦しんでいました。彼女の肌は非常に敏感で、直射日光にわずかに曝されてもひどい症状になりました。心臓の動悸を伴った極端にかゆい発疹を発症し、皮膚からは滲出液も出ていました。発症以来、彼女は医師が処方したいくつかの korticosteroid クリームを使用し、発疹は数日後に解消されましたが、日光にわずかに晒されただけで再発するのです。家の外に出る前に、クリームを塗布すると、一時的な効果はあるものの医師からは抜本的な治療法は提供されず病状が悪化していました。



彼女は朝の散歩をやめたり、屋外で傘を使ったり、車の窓にサンバイザーを設置したりするなど、生活様式を変えました。本当に愛していた仕事であった補助教員としての活動も、子どもたちと一緒に遊び場に行く必要があったので、あきらめざるを得ませんでした。暑い夏の間、彼女は大きな帽子、長そでのシャツ、長ズボンを着て、たっぷりの日焼け止めを塗り、皮膚の一部すらも直射日光に

当たらないようにしました。こうした生活は彼女の人生から喜びを奪い、彼女を非常に過敏で気分を悪くさせました。抗うつ薬が処方されていましたが、服用はせず、実践者としての資格を取得した後、彼女はすぐに自分自身を治療し始めました。

2018年6月27日、彼女は次のレメディを用意しました：

CC8.1 Female tonic + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.1 Skin tonic + CC21.3 Skin allergies + CC21.10 Psoriasis… 1日4回

皮膚の冒された部分へ水を媒体として湿布。（医師が処方したステロイドクリームは控えめに使用）

1週間以内に皮膚は10%改善しましたが、その後激しい好転反応があり、腕に火がついたように感じられました。そのため彼女はタオルで氷の塊を包んで冷却圧定布としました。好転反応の最中にあっても1日4回の服用を続ける中、重度の好転反応は約10日間続きましたが、それは徐々に緩和され、不快感はなくなっていました。その後、彼女の皮膚は急速に改善し始め、かゆみも消え始め、薬の服用なしに、ずっと患っていた心臓の動悸もなくなりました。壮大なる結果として、7月を通して彼女は自身の想像以上の奇跡を経験しました。日焼け跡は治癒され、皮膚の革張りの外観は消え始めました。7月30日まで

に、彼女は全体で98%の改善を感じ、服用回数は1日2回となり、数日以内に回復率は100%となって、8月中旬までに、服用回数は徐々に1日1回としていきました。

9月、彼女はゆっくりと自分自身を野外に戻すことに取り組みました。一度に数分の直射日光であれば、肌が反応しないことにも気づきましたが、予防措置として、彼女は長袖シャツを着用し続け、太陽の下で長時間外出しなければならないときには傘を使用し、また、それほど頻繁ではないものの日焼け止めの使用を続けました。また、短時間の外出には半袖シャツをあえて着用し、ステロイドはもう使わないようにしました。2018年10月現在、彼女は波動薬を継続し、外用湿布は、無香料の保湿クリームにレメディの波動を加えています。

患者のコメント：

37年間、医師が成し遂げなかったことを、ババとサイ波動薬が1ヶ月で治癒してくださいました。

7. 猫の目の斑点 03567...米国



動物保護収容所の世話人は、救助された壮年期のオス猫のための助けを実践者に求めました。彼の左眼からは膿が出ていて、右目には病変が見られました。(写真参照)。世話人は、猫が全く元気がないように見え、昼夜を通して、巣箱の一角に静かに座っていたと語りました。こうした状況の中、猫は直ちに獣医師のもとへ連れていかれました。獣医は、ヘルペスの発症と診断し点眼薬を処方しましたが、2ヶ月経過した後も、症状の改善はなく、動物保護収容は、さらなる獣医訪問のために財政予算がない状況の中、波動薬を選んだのでした。

2018年7月15日に以下のコンボが処方されました:**CC1.1 Animal tonic + CC7.3 Eye infections + CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.8 Herpes...** 飲み水に3粒のレメディを溶かし、症状の改善を詳しくチェックのこと。また、水は毎日変えること。

7月24日、世話人は実践者に、9日間という短い期間で症状が著しく改善していることを伝えました。回復は100%となり、症状は全て無くなり、体調も非常に良好となりました。敏捷な様子の猫の状態も写真で伝えられましたが、実践者は予防措置として、さらに7日間服用を継続するよう、世話人に勧めました。

8. 甲状腺機能低下症 11600...インド

43歳の女性は、7年前に甲状腺機能低下症と診断され、1日あたり100mgのタイロキシシンが処方されました。1年後、彼女はかゆみ、乾燥肌及び頭痛を発症しました。TSH値は、2018年3月の定期検診で7.82(通常の範囲は0.13~6.33)と少し高く、2018年8月3日に以下のレメディが処方されました：

CC6.2 Hypothyroid + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic... 1日3回

10日後、患者は、かゆみ、乾燥皮膚および頭痛の20%の改善を報告しました。1ヶ月の終わりには、症状の改善がわずか50%であったにもかかわらず、TSH値は正常な範囲内の1.24にまで下がりました。これに感銘を受け、患者は自分自身でサイロキシシンを100mgから50mgに減らすことに決めました。同時に、実践者は、医師の助言によるサイクロキシシンの服用中止の10月1日に、波動薬の服用回数を1日2回に、その後1日1回にまで減らしました。

2018年10月28日、彼女のTSH値は5.04まで上昇しましたが、依然として正常範囲内でした。実践者はおそらく服用回数の低減が早すぎていると感じ、患者さんにしばらくの間1日3回の服用回数を継続するよう助言しました。

9. テニス肘 03511...英国

58歳の男性は6ヶ月前に右腕にテニス肘を発症しました。彼は定期的にテニスをしていましたが、肘の動きを制限するほどの耐え難い痛みのためにプレーをやめなければならず、また、小さな物を持ち上げることもできませんでした。理学療法とコルチゾンの注射によっても痛みは緩和されず、理学療法士は、関節の腱がひどく損傷しているため、手術を受けて矯正する必要があると伝えました。また炎症を抑えるためのナプロキセンの錠剤の服用が勧めましたが、効果が見られず、彼は服用を止めました。患者は手術を望まず、2018年7月7日、実践者を訪ね以下の処方を受けました：

CC20.1 SMJ tonic + CC20.4 Muscles & Supportive tissue... 1日3回

2週間後、物を持ち上げると腕には痛みがありましたが、痛みは90%減少したため服用量は1日2回となりました。さらに2週間後の2018年8月5日には、痛みが完全に消失したとの報告がありました。彼は右腕を正常に動かし、痛みを伴うことなく物体を持ち上げることができるようになり、2週間以上の服用の後、服用の必要がなくなりました。最後の面談は10月13日でしたが、再発はなく他の薬の処方ありませんでした。彼は以前と同じように週に2回のテニスを再開しました。

10. 五十肩 02802...英国

実践者でもある54歳の医師が、2018年5月6日に右肩の痛みを経験し始めました。痛みは深刻ではなかったのですが、仕事のし過ぎと思い無視していたところ、次の2日間、眠れないほどの痛みとなりました。2018年5月8日、「関節と筋肉のコンボ」が手許にあったために、それを服用することにしました：

#1. CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine... 1日6回

このレメディによる改善は見られず、痛みはさらにひどくなり、5月10日には肩が動かなくなりました。彼女はこれを五十肩と見なしましたが、着替えや運転、歯磨き、髪を梳かすことも困難で、口にスプーンを持っていくことすら苦痛でした。絶望の中、彼女はスワミに祈り、次のコンボを作るようインスピレーションを得ました：

#2. CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.7 Fractures...水を媒体に10分おきに連続して合計3回、その後1日6回

#1. CC20.3 関節炎+ CC20.4 筋肉と支持組織+ CC20.5 スパイン... 1日6回

#2. CC20.4 筋肉および支持組織+ CC20.7 骨折... 水に溶かし10分ごとに計30分、次いで1日6回

服用直後に痛みが驚くほど和らぎ、翌朝には50%、2日目には90%、3日目に100%の回復となりました。現時点では痛みがなく、完全な肩の動きが戻りました。服用回数は3日後に1日3回へ、さらに3日後に1日1回へと減少し、1週間後にはゼロとなりました。5か月経過した今も、痛みは再発していません。

11. 心房細動 02802...英国

2017年3月8日、1日数回の動悸を患っていた70歳男性が実践者を訪れました。2014年に、心房細動と診断されており、また、精神面で、しばしば彼は明らかな理由もなく不安を感じていました。話すときにもその様子が見られ、また、持病として高血圧があり薬も服用していました。

以下のコンボが処方されました：

CC3.1 Heart Tonic + CC3.3 High BP + CC3.5 Arteriosclerosis + CC3.6 Pulse irregular + CC3.7 Circulation + CC15.1 Mental and Emotional tonic + CC18.1 Brain disabilities... 1日3回

翌日患者さんの体調が上向き、2週間後には動悸がなくなりました。心房細動の症状としては100%の改善が感じられましたが、1日3回の服用が継続されました。6月5日の再面談の際には、服用回数は1日1回、2017年11月22日には1週間に1回へと減少し、2018年11月現在もこの回数で服用は継続されています。

患者のコメント（2018年6月27日）：約5年前、私はインフルエンザと診断された症状で大変具合が悪くなりました。病状が悪化し、私はほとんど歩くことができず、肺にも水が溜まってしまい、抗生物質と、過剰な水を取り除くための錠剤を処方されました。心拍数が正常値よりも高い際には、動悸が始まり、インフルエンザが治っても体調は優れませんでした。次の4/5ヵ月間、様々な検査（心電図と心エコー検査を含む）の後、心臓専門医から心房細動の診断を受け、私はそれを日常生活の中で受け入れなければならないと助言されました。ウイルス感染（インフルエンザ）の結果としてこのすべてが発生しましたが、後で明らかになりました！私にとって、波動薬は魔法です。数週間の服用で心房細動が改善されたのですから。

12. 不眠症 03562...カナダ

60歳の女性が不眠症の治療のため実践者を訪問しました。彼女は少なくとも10年間この病気に苦しんでいて、その全期間にわたって対症療法の処方薬を服用していました。患者さんは自宅と職場双方でのストレスが不眠症の原因であると信じていました。通常午後9時30分から午後10時の間に就寝しますが、薬の服用にもかかわらず、2〜3時間以内に目を覚ますのでした。非常にまれに4時間眠ることもありましたが、彼女は対症療法の薬には効果がないと感じていました。

2018年6月26日、次のコンボが処方されました：

CC15.6 Sleep disorders ... 就寝前30分1回。さらに必要な場合は、半時間ごとに1回、4回まで

波動薬と一緒に対症療法の錠剤の服用も継続され、初めて服用してから3日後には100%健全な睡眠がとれたとの報告がありました。彼女は7時間寝て、気分がリフレッシュされ、仕事の準備が整いました。彼女の睡眠パターンが100%改善されたので、彼女は今や、就寝時間を楽しみにしているほどです。彼女は自分の意志により、1ヵ月後に対症療法の薬を飲むのをやめました。この改善された睡眠サイクルの結果として、彼女のエネルギーレベルは高くなり、これまでなされることがなかった大量の家事に着手し始めました。彼女は9月に波動薬の補充のために実践者を再訪し、2018年11月の時点で、就寝前にレメディを1日1回服用し、健やかな睡眠を摂っています。

13. 喉の感染 11406...インド

88歳の男性は、過去3週間、喉の痛み、しわがれ声、痰を伴う咳を訴えていました。彼の担当医は、咽喉感染のために抗生物質を処方していましたが、1週間の治療が経過しても改善はありませんでした。そこで患者さんは波動薬治療を選択したのでした。

2018年6月15日、以下のコンボが与えられました：

#1. CC12.1 Adult tonic + CC19.6 Cough chronic... 1日6回

4日後、患者は目に見えて幸せそうで、喉の痛みおよびしわがれ声が完全に治癒し、咳が大幅に改善されたとの報告がありました。しかし、朝の時間帯、常に痰がからみながらも痰が切れない状況に悩まされていました。時には白いチョーク色の痰が出てくることがあり、患者さんは1日3回の服用回数で#1を続けるように勧められました。

次の3週間で、ごくわずかな改善があった中、シニア実践者の助言を受け、実践者は患者さんが建設現場の近くに住んでいたかどうかを尋ねたところ、建築作業が進行中であることが確認されました。

2018年7月13日、#1は中止とし、以下の波動薬が処方されました：

#2. CC17.2 Cleansing + CC19.3 Chest infections chronic... 1日3回

1週間で95%の改善が見られ、7月27日には患者さんが100%の回復を感じられたため、服用回数は1日2回、そして1日1回へと徐々に減らされました。症状の再発がなかったため、2018年8月17日に服用はなくなりました。2018年10月末時点で、良好な体調を維持しています。

☞ 質疑応答コーナー ☜

質問 1：純粋なエタノールをコンボボトルに加え、指示に従ってそれを振ることによって、どのくらいの期間、波動薬の寿命を延ばすことができますか？

回答 1：最大 2～3 年延長することができますが、2 年に一度、108CC ボックスを再充電することをお勧めします。研究チームはコンボの内容を継続的に更新しているため、定期的に充電することをお勧めします。

質問 2：高所での過度の放射線や空港の X 線荷物検査機からの保護として、108CC ボックスまたは波動薬ボトルを航空機に持ち込む際アルミ箔で包む必要がありますか？

回答 2：いいえ、それは必要ではありません。これまでは、アルミ箔でラッピングすることが、そのような放射線からのレメディを保護するのに役立つと考えていましたが、実際には、アルミニウムホイルで波動薬ボトルを包装することは、実践者に対して安全性に関して誤った感覚を与え、波動薬を強力な放射線源から十分に遠ざけることができず、逆効果である可能性があります。ボトルを開けるたびに新鮮な箔で注意深く包まれていない限り、箔には放射線が通過する肉眼では見えない微小な穴があるため、保護には役立たないこととなります。

質問 3：ドラッグストアから入手可能なマルチビタミンのようにビタミンサプリメントとして与えられるコンボはありますか？ 私は特に、中東地域など、一部の地域ではほとんどの人々が不足していることが判明しているビタミン D3 を念頭に置いています。

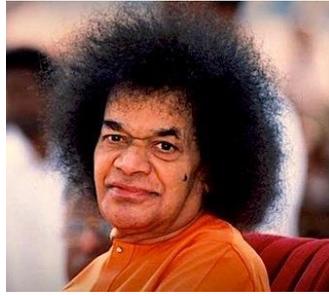
回答 3：CC12.1 Adult tonic もしくは CC12.2 Child tonic がこの目的のために使用されることがあります。2017 年には、これらのコンボをこの目的により適したものにするために内容が改訂されました。従って、これらのコンボには上記のようなビタミンの波動が含まれていることを忘れないでください。これらのビタミンは体内での吸収を改善しますが、これらのコンボは、食物に由来する栄養素を含む食品の代用品と見なされるべきではありません。

質問 4：私はオンラインでの毎月の報告をずっとしていません。レポートを自分のコーディネーターまたは毎月のレポートの e メール ID に送信することはできますか？

回答 4：多くの努力と時間が捧げられ、実践者向けの新たなサイトが創られました。主な目的の 1 つは、実践者が自ら、自分の個人情報を更新し、毎月の奉仕の時間を報告することでした。さらに 5 つの数字の代わりに 2 つだけが必要とされることとなり、すなわちそれは奉仕に向けられた時間と患者さんの数のみとなりました。オンラインでのレポート作成では、モバイル、タブレット、ラップトップを使ってインターネットに接続し、[uphttps://practitioners.vibrionics.org](https://practitioners.vibrionics.org) にアクセスして、サインインして月の初めに内容をインプットし、また 連絡先情報を更新することもできます。あなたの携帯電話にカレンダーがある場合は、サイトに直接報告できるよう毎月のアポイントを設定してください。以上を勘案していただいて、可能であれば、電子メールでの報告はご容赦ください。

質問 5：月初までにセヴァの時間をアップロードできなかった場合、私はその機会を見逃してしまったため、来月まで報告はできなくなるのでしょうか？

回答 5：いつでもウェブサイトアクセスして報告内容を更新できます。みなさんが実践者になる際の宣誓において、毎月の報告の提出が約束されました。あなたの奉仕の時間が全くない場合であっても、その報告を行う必要があります。そのことの利点は、毎月の番号を提出することで、私たちの実践者案内チームがあなたに新しい患者を紹介することができるということです。



マスタヒーラーからの御言葉

病気を予防することは、発症後あるいは病状が制御不能になった後に、薬を求めて走り回るよりも賢明です。人は予防に注意を払わず、症状を悪化させ、そして恐怖、不確実性および不安によって病気が悪化することを許してしまいます。「1日に1回の食事はヨーギを作り、1日に2回の食事はボーギを作り、1日に3回の食事はローギを作る」という格言があります。ヨーギは神に意識を向け神に満足しています。ボーギは感覚的な快樂に耽溺しています。ローギは病気に支配されます。そうです、裕福な人々の食べる量は、必要な限度をはるかに超えています。過食はファッションになっています。

サティヤサイババ、御講話「航海に適する船」1968年10月12日

<http://www.sssbpt.info/ssspeak/volume09/sss09-21.pdf>

人としての誕生は、他の人に奉仕するために贈られたものです。それは食べ、飲み、眠り、お祭り気分になるためだけにあるものではありません。神を愛する最善の方法は、すべてを愛し、すべてに奉仕することです。人の最上の義務は、同朋に奉仕し同朋を幸せにすることです。

人生は社会の奉仕に従事する時にのみ救済されます。最高のサーダナとは、愛を奉仕に変えることです。奉仕はあなたを献身へと導きます。

サティヤサイババ、御講話「神意識に浸る」1999年4月27日

<http://www.sssbpt.info/ssspeak/volume09/sss09-21.pdf>

お知らせ

今後のワークショップ

・インド、プッタパルティ：SVP シニア波動薬実践者ワークショップ 2018年11月24-28日、連絡先：へム 99sairam@vibrionics.org

・インド、プッタパルティ：ケララ州アシスタント波動薬実践者のためのVPワークショップ 11月30日と2018年12月1日 連絡先：パドマ trainer-cc@in.vibrionics.org

・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 6月10日～2019年3月6-10日 連絡先：ラティーナ、ela54@yahoo.com 電話 8500-676 092

・フランス ドルドーニュ：シニア波動薬実践者ワークショップ&リフレッシュャーセミナー2019年3月16日～20日、連絡先：ダニエル trainer1@fr.vibrionics.org

・米国ヴァージニア州 マナキン サボット：アシスタント波動薬実践者ワークショップ、2019年4月5-7日、連絡先：スーザン trainer1@us.vibrionics.org

・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 2019年7月22-26日
連絡先：ラティーナ、ela54@yahoo.com 電話 8500-676 092

・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 2018年11月18-22日
連絡先：ラティーナ elay54@yahoo.com、電話 8500-676-092

追記

1. 健康に関して

風邪への対処の仕方

「病気を予防することは、発症後、あるいは病状が制御不能になった後に薬を求めて走り回るよりも賢明なことです。人は予防に注意を払わず、症状を悪化させ、そして恐怖、不確実性および不安によって病気が悪化することを許してしまいます。」
シュリ・サティヤ・サイババ

1. 風邪とは何ですか？

一般的な風邪は、上部呼吸器系（鼻、洞、咽頭および喉頭）に感染する急性のウイルス性自然治癒疾患です。風邪の原因となるウイルスは200種類以上あります。私たちの体は、それらのすべてに抵抗することは決してないかもしれません。だからこそ風邪は広く見られます。²⁻⁵

2. 風邪の症状

喉の渇きや咽頭痛は、くしゃみ、鼻水、または鼻孔の閉塞を伴う最も一般的な初期症状の1つです。他の症状には、寒さ、ほてり、軽度の発熱、気力の低下、しわがれ声または咳が含まれます。まれな症状として、震え、筋肉痛、ピンクアイ（結膜炎）、極度の疲労、または食欲の低下です。耳や鼻洞に感染する二次的な細菌感染を伴うこともあります。^{2,4,6}

疲れ易さ、速い呼吸と心拍数、めまい、頭痛、濃い黄色の尿は、脱水症状としての風邪の現われです⁷。

風邪はインフルエンザとは異なります：風邪とインフルエンザは、異なるウイルスによって引き起こされる伝染性の呼吸器疾患で、ほとんど同じような症状を示しますが、風邪の症状は緩やかであり、徐々に悪化し、インフルエンザは急に発症します。風邪はインフルエンザに変性することはなく、逆も然りです。

インフルエンザの症状は、発熱、筋肉痛、およびよりひどい咳を呈します。インフルエンザは、肺炎、細菌感染、それらによる入院など、重大な健康上の問題を引き起こす可能性があります。

3. 風邪の原因

病原菌：気温の寒さそのものは、通常考えられているような風邪の原因とはなりません。病原菌が体内に侵入するときだけ風邪にかかります⁵。風邪とインフルエンザの病原菌は眼、鼻、口の粘膜を通して体内に入ります⁸。

免疫システムの低下は風邪ウイルスが免疫を圧倒して身体に侵入するのを助けます。第1の防御システムは、粘液分泌腺によって鼻および喉に形成される粘液です。この粘液は、ほこり、ウイルス、および細菌など吸入したものを閉じ込めます。ウイルスが粘液にうまく浸透すれば、それは1つの細胞に入り、それを用いてより多くのウイルスを生成し、他の細胞にも浸透し始め、免疫系をコントロールし免疫システムをさらに弱めていきます^{2,9}。

脱水：脱水は病気の発症への危険を大きくします。病原菌は、空気や身体の乾燥状態にあつて、口、鼻、および咽喉の粘膜に容易に付着します。冬にあつては、実際には脱水状態であったとしても、乾きは感じられません。一方、暖かい天候では、身体は自然に脱水を防ぐために喉の反応を引き出します^{7,8}。

風邪の感染：風邪の発症の1~2日前から症状が止まるまで感染の危険性があります。それは咳やくしゃみからの飛沫によって、あるいはまた、感染した皮膚の表面に触れた手や指によって非常に簡単に広がります²。風邪のウイルスは、鼻やその細胞に到達するまで環境表面では増殖できません。少量のウイルス（1~30個の粒子）でも感染の原因として十分です。子供の鼻は、風邪ウイルスの主要な感染源と考えられています。⁴

ある研究によると、すべての感染症の80%が、病人とのキスや握手のような直接的な接触によって、あるいはドアノブに触れるか病気の人が使用した電話機を使うなどの間接的な接触によって広がる、とされています⁸。

風邪の感染度：免疫力が弱い人、老人、6歳未満の子供、喘息または肺疾患などの慢性呼吸器疾患を有する人、および喫煙者は風邪をひきやすくなります。気候の変化が激しい時期や寒冷の天候にあつては、空

気や鼻腔がより乾燥するために、風邪やインフルエンザの原因となるウイルスがより蔓延しやすくなります。研究によると、睡眠不足でストレス度の高い人は風邪をひきやすいとされています。^{2,3,5,8}

治療法は今のところありません！風邪の治療法やワクチンはありません。ヒトライノウイルスは、風邪の媒体主因と考えられています。このウイルスに起因する風邪を効果的に治療するための治療法やその開発が行われています。^{10,11}

4. 予防

一旦発症したなら、風邪を避ける方法はありません。発症後は、治るまで待つしかありません。早めの緩和のためには、効果的な措置を講じることが大切です¹²。

風邪の感染を避けるために、またはその症状を最小限に抑えるために予防措置を講じることができます：

☆身体の声聴き、風邪の引き始めのわずかな兆候を見逃さない。⁹

☆特に、手で身体に触れる前や食べる前に手を清潔に洗う。少なくとも15秒間石鹸で泡立てた後に手を洗って、きれいな水ですすいだ後、乾かす。^{8,13}

☆身体の免疫を維持・向上させるために健康的な食生活、規則的な運動やヨガ/プラナヤマを行い、十分に水分を補給する。^{2,8}

☆ココナッツ水を1日2回、コショウまたは蜂蜜入りのトウガンのジュースを1日2回（1回に1、2杯）、新鮮なレモンの絞り汁を3~5滴入れた水を1日3杯（1回に1~2杯）

適切な衛生管理を通じた感染防止：くしゃみや咳は、ティッシュやハンカチで口や鼻を押えて行い、ティッシュを捨てた後、手を洗ってください。そのハンカチが再使用可能であれば、適切に洗います²

サイ波動薬：サイババによって祝福された、サイ波動薬を用いて予防する。**CC9.2 Infections acute, CC12.1 Adult tonic, CC17.2 Cleansing, CC19.2 Respiratory allergies** もしくは108のコンボボックスから適切なコンボを選ぶ。

NM11 Cold, NM18 General fever, NM30 Throat, NM36 War, NM63 Back-Up (Booster), NM72 Cleansing, NM79 Flu Pack, NM86 Immunity, もしくは症状に合ったレメディをサイラムヒーリングマシーンを用いて作成

5. 症状の速やかな緩和のために家庭でできること

- ・ 水、出来れば白湯、新鮮なオレンジジュースまたは温かいリンゴジュースのような液体で水分を保ちます。簡単な野菜スープやハチミツ入りの暖かいレモンの水もよいでしょう。アルコール、コーヒー、カフェイン入りのソーダ水は避けてください。^{12,14}
- ・ 鼻詰まりを緩和するのに役立つ蒸気を吸入してください。お湯に少量のショウガ、ローズマリー、またはユーカリ油を加えることができます。顔と熱いお湯のボウルの上に30cm以上の距離を置いてください。⁸
- ・ 喉を鎮め、鼻腔の通路をきれいにするために温水でうがいをする。¹⁴
- ・ 体を癒し、免疫システムが感染症に対応することを可能にするために休む。¹⁴

いくつかのハーブ/スパイスが有効であることが知られています。^{8,15-20} 実証されている薬箋には以下のものがあります：

・ ウコン、ハチミツ、粗挽きのコショウの実、それぞれティースプーン1杯をコップ1杯の温かい水によく混ぜ、1日に2~3回飲むことで、鼻水を緩和します。⁸

・ 喉の炎症または咳に対して、20個のマスタードの種を細かく挽きティースプーン1杯のハチミツを加え、午前中の空腹時、1日1回、48日間服用します。⁸

・ 風邪の緩和にトゥルシ/バジルの葉やスパニシュタイムの7枚の葉と共に、10個の黒コショウを挽き、1日3回服用します。¹⁶

・ 生姜汁とハチミツそれぞれティースプーン4杯、レモン汁ティースプーン2杯をコップ4分の3の水に混ぜ合わせて服用する。¹⁶

・ 新鮮なニンニクやサプリメントは、風邪を効果的に予防するのに役立ちます。¹⁷⁻²⁰

参考文献とリンク先：

1. Sri Sathya Sai Baba, Divine Discourse 29, Sathya Sai Speaks, Vol 9, 12.10.1969
2. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/166606.php>
3. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3928210/>
4. <https://www.commoncold.org/understand.htm>
5. <https://www.verywellhealth.com/over-200-viruses-cause-the-common-cold-770388>
6. <https://www.cdc.gov/flu/about/qa/coldflu.htm>
7. <http://www.ishafoundation.org/us/blog/natural-remedy-dehydration/>
8. <http://www.ishafoundation.org/us/blog/natural-remedies-prevent-soothe-winter-colds-flu/>
9. <https://www.webmd.com/cold-and-flu/features/stop-a-cold#1>
10. <https://metro.co.uk/2017/08/02/we-may-finally-have-found-a-cure-for-the-common-cold-6824299/>
11. <https://www.nature.com/articles/d41586-018-05181-2>
12. <https://www.pushdoctor.co.uk/blog/5-early-signs-of-a-cold-and-what-you-can-do-about-it>
13. <https://www.cdc.gov/handwashing/when-how-handwashing.html>
14. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/common-cold/in-depth/cold-remedies/art-20046403>
15. <https://www.rd.com/health/beauty/natural-remedies-for-cold-and-flu/>
16. <https://isha.sadhguru.org/in/en/wisdom/article/home-remedies-for-the-common-cold>
17. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11697022>
18. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22280901>
19. <https://timesofindia.indiatimes.com/life-style/health-fitness/health-news/15-home-remedies-for-common-cold-and-cough/articleshow/21952311.cms>
20. <https://stylesatlife.com/articles/home-remedies-for-cough-and-cold/>

+++++
2. 2018年9月22日、インド、デリーでの復習ワークショップ



AVP（アシスタント波動薬実践者）とVP（波動薬実践者）のためのワークショップは、デリーNCRの19人の実践者（3人のSVP〔シニア波動薬実践者〕を含む）とパンジャブ州のアムリスタルの1人が参加し、2018年9月22日、デリーのサイ国際センターで行われました。ワークショップは、サイ・ガヤトリーが108回唱えられ、神聖な波動で包まれる中で開始されました。

参加者には、以下のようなレメディを最善に準備し、処方するための最新の情報が分かち合われました：

*理想的なレメディは、最善の効果を得るための最低限のコンボ数で構成する必要があること。

症状によっては追加が要求されない限り、**CC10.1 Emergencies, CC12.1 Adult tonic, CC15.1 Mental & Emotional tonic, CC18.1 Brain disabilities** を日常的にレメディに加えるべきではないこと。

*服用前に、患者に祈りを捧げるように伝え、毎回レメディやレメディウォーターを振ることによって波動を高めること

*残っている治療薬があれば植物に与え、分かち合うこと。

*ウェルネスキットと緊急用のレメディをポケットや小さなバッグに入れて、いつでもどこでも活用できるようにすること。

急性および慢性の症状に関する優先順位付けおよび治療方法に関する質疑応答セッションがありました。スカイプによる遠隔会議の中で、アガルワル博士は、実際に治癒するのはレメディそのものではなく、レメディは身体に内在する本来の癒しの仕組みを呼び覚まし、その治癒力を顕現させるに過ぎない、というように加え、以下の説明をされました：レメディのこの力は、急性および慢性の両方または複数の慢性疾患を一緒に処方する場合、その治癒効果は分割され弱められ治癒のペースが遅くなるため、理想的には、すべての急性症状が最初に治療されるべきであること、患者が複数の慢性疾患を患っている場合は、まず、最も厄介なものを治療し、そうでなければ最も古いものを治療することが理想的であること、慢性

的な皮膚障害の場合、好転反応が厳しくなる可能性があること、従って、その場合、服用回数は1日1回で始め、患者さんの反応に応じて服用量を増やしてもよいこと。

参加者自身に対するお話もあり、私たち一人一人が、免疫力を高め、自らを浄化し、病気を予防するために、定期的に波動薬を服用すべきこと、また、そのためのいくつかの良い選択肢は、過去のトラウマの印象を浄化するための **CC10.1 Emergencies** 及び、**CC15.1 Mental & Emotional tonic**, **CC12.1 Adult tonic**、**CC17.2 Cleansing** であり、最後の2つは交互に処方すること。これらの推奨事項は患者にも分かち合えられるべきであること、が伝えられました。

オームサイラム

サイ波動薬…誰にでも手の届く卓越した無料の医療を目指して