

## Sai Vibrionics Newsletter

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

“Kiedykolwiek widzisz chorą, przygnębiającą, strapioną, zniechęconą osobę, to tam znajduje się pole do twojej bezinteresownej służby.”

...Sri Sathya Sai Baba.

Tom 5 Wydanie 2

marzec / kwiecień 2014

### W tym wydaniu

☞ Z biurka doktora Jit K Aggarwala	1 – 2
☞ Historie chorób z użyciem kombinacji	3 – 6
☞ Ważne: Uwaga do wszystkich healerów	6
☞ Porady zdrowotne	6 – 10
☞ Kącik odpowiedzi	10
☞ Boskie słowa Mistrza Uzdrawicieli	11
☞ Ogłoszenia	11

## ☞ Z biurka dr Jit K Aggarwala ☞

Drodzy healerzy,

Tym razem mam tak wiele spraw, z którymi chciałbym się z Wami podzielić.

### Podziękowanie za konferencję

Pozwólcie, że zacznę od tego, jak bardzo jestem wzruszony otrzymanymi od Was informacjami zwrotnymi, dotyczącymi ostatniego biuletynu na temat Pierwszej Międzynarodowej Konferencji Wibroniki Sai. Wielu healerów pisało, że mają poczucie, iż konferencja była wielkim sukcesem. Niektórzy pisali, że konferencja pomogła Wam wzbogacić wiedzę na temat wibroniki Sai oraz dała możliwość wymiany doświadczeń z innymi healerami. Inni pisali, że konferencja zainspirowała Was do większego zaangażowania w sewę. Jestem niezmiernie szczęśliwy, kiedy uczestnicy mówią mi, że nie spodziewali się, iż uczestnictwo w konferencji będzie dla nich taką radością i pytają, kiedy odbędzie się następna.

To wszystko jest za sprawą łaski Swamiego.

Tak wielu z Was wniosło istotny wkład i przyczyniło się do tego, że zorganizowanie konferencji stało się możliwe. Chciałbym w związku z tym wyrazić swoje podziękowanie dla wszystkich osób i grup:

- dla wszystkich uczestników
- dla tych wszystkich, którzy nadesłali swoje artykuły, przygotowali wykłady oraz opisali przypadki do naszej książki oraz głównemu zespołowi, który przeglądał i redagował ten materiał.
- zespołowi z Maharashtry, który podczas Konferencji przygotowywał wszystkie posiłki i przekąski oraz jednemu z healerów, który przygotował szarfy.
- zespołowi z Kerali, który przygotował ankiety rejestracyjne oraz banery konferencji
- zespołowi z Anglii, który zajął się zakwaterowaniem uczestników oraz dystrybucją książki i innych materiałów.
- zespołowi z Włoch, który piękną dekoracją przyozdobił nasze miejsce spotkań i Stary Mandir
- połączonym zespołom z USA, Anglii i Indii, które zajęły się rejestracją przez internet i rozdzielaniem szarf
- polskiemu koordynatorowi, który zajął się nagłośnieniem i sprzętem audiowizualnym oraz stworzył film video na temat Wibroniki (patrz poniżej)
- dyrektorowi Chaitanya Jyoti Museum, który zorganizował i przygotował wystawę
- wielu delegatom, którzy z miłością przygotowywali prasadam, ofiarowany przez healera z Grecji

Chciałbym również serdecznie podziękować wszystkim osobom, które ciężko pracowały, zwłaszcza podczas ostatnich trzech dni przed Konferencją, dbając o wszystko pod sprawnym kierownictwem dr Michaela Rakoff z USA. W sumie pracowało około 45 wolontariuszy. Dziękujemy Wam wszystkim za pomoc.

### Nowy kanał Wibroniki Sai na YouTube

Z zadowoleniem chciałbym Wam ogłosić, że Wibronika jest teraz dostępna na YouTube.com z naszym nowym kanałem **Sai Vibronics Healing**. Można wejść na stronę przez następujący link: <https://www.youtube.com/channel/UCdmKv4O1ILswMEe7TfTVvJQ>. Ponadto zostały tam opublikowane dwa filmy. Były one wyświetlane podczas Konferencji. Pierwszy film pt. „Wibronika, uzdrawiające Wibracje Sai Ram” ([https://www.youtube.com/watch?v=roXS0\\_WcU28](https://www.youtube.com/watch?v=roXS0_WcU28)) odpowiada na pytanie "Czym jest Wibronika"? Dostarcza pomocnych informacji zarówno pacjentom, jak innym oglądającym. Drugi film pt. „Błogosławieństwa Wibroniki” (<https://www.youtube.com/watch?v=fB8DDtQiOoo>) jest pokazem slajdów upamiętniających błogosławieństwa udzielone wibronice przez Sai Babę podczas Guru Purnima w latach 2008-2010.

Możecie również uzyskać dostęp do filmu „Wibronika, uzdrawiające Wibracje Sai Ram” na naszej stronie internetowej (<http://www.vibronics.org>) wchodząc przez link na naszej głównej stronie oraz na stronie "Czym jest Wibronika". Oba filmy są w języku angielskim. W przygotowaniu natomiast są tłumaczenia w innych językach, które zostaną opublikowane na naszym kanale YouTube i na naszej stronie internetowej, jak tylko będą gotowe. Polska wersja jest już dostępna.

### Wyjątkowy plan Kerali na rozpropagowanie Wibroniki



Z wielką radością, chciałbym podzielić się z Wami ważnym wydarzeniem z Kerali.

Koordinator regionu Kerali, powiadomił nas, że zostały zorganizowane w Thrissur (12 marca) i w Ernakulam (23 marca) pierwsze Programy Świadomości w Kerali, zdjęcia poniżej. Następnie w celu wspierania rozwoju wibroniki w obu miejscach zostały powołane komitety. Ich misją jest pomoc w edukowaniu ludności w zagadnieniach związanych z wibroniką, organizowanie obozów medycznych oraz szkolenie zakwalifikowanych osób do bycia healerami. W skład komitetu wchodzi przedstawiciele lokalnej społeczności i osoby nastawione pozytywnie do

wibroniki, w tym pacjenci, którzy sami doświadczyli pozytywnych efektów tej metody. Kerala planuje w najbliższej przyszłości rozszerzyć te działania na inne stany. Stosownie do tego, koordynatorzy regionalni oraz inni healerzy zostali zmobilizowani do zorganizowania programów w swoich rejonach.

Dzięki Programowi Świadomość oraz działaniom wspierającym komitetów Kerali postanowiła do 90 urodzin Swamiego, które wypadają 23 listopada 2015 r., wyszkolić co najmniej 90 nowych healerów oraz przynajmniej podwoić liczbę przyjmowanych pacjentów. Kerala zasługuje na dużą pochwałę za swoją oddaną służbę wibroniczną.

Z miłością w służbie Sai  
Jit Aggarwal



\*\*\*\*\*

## ⌘ Historie chorób z użyciem kombinacji ⌘

### 1. Cukrzyca, nadciśnienie i depresja<sup>10001...Indie</sup>

W maju 2008 r. 52-letnia pacjentka, która była daleką rodziną healera, przyszła w celu uzyskania pomocy w leczeniu cukrzycy oraz wysokiego ciśnienia. Cukrzycę zdiagnozowano u kobiety 10 lat temu i obecnie była zależna od insuliny. Dziennie brała 15 jednostek przed lunchem oraz 10 jednostek przed obiadem. Poziom cukru we krwi wynosił 150 mg/dL. Pacjentka dodatkowo od 3 lat zażywała lek alopacyjny na wysokie ciśnienie i lek na "ogólne zmęczenie". Dodatkowo kobieta zwierzyła się, że przez ostatnie kilka miesięcy cierpi na stany depresyjne (niepokój, apatia i niska samoocena). Nie zażywała żadnych leków na te dolegliwości.

Pacjentka otrzymała następujące leki:

**#1. CC6.3 Diabetes...OD pół godziny po lunchu.**

**#2. CC3.3 High BP + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic ...TDS**

Stosując wibronikę pacjentka wykazywała powolne polepszenie dotyczące cukrzycy. Możliwa stała się redukcja dawki aplikowanej insuliny, średnio o 2 jednostki co 15 dni. Po roku lekarz zaprzestał przypisywania insuliny podawanej dożylnie. W zamian zalecił kurację doustną, która utrzymywała u pacjentki prawidłowy poziom cukru we krwi.

Ciśnienie również wróciło do normy po miesiącu stosowania leku wibronicznego, dlatego lekarz kobiety zaczął stopniowo zmniejszać dawki leków. Pacjentka poinformowała healera, że zniknęły jej objawy depresji. Zaczęła czuć się świeżo i była pełna energii.

Po miesiącu od rozpoczęcia kuracji wibronicznej pojawiły się u pacjentki bóle pleców. Był to objaw, na który cierpiała kilka lat wcześniej, a obecnie nastąpił nawrót.

Podano następujące leki:

**#3. CC20.1 SMJ tonic + CC20.2 SMJ pain + CC20.5 Spine...TDS**

Po miesiącu, pacjentka poinformowała o całkowitym ustąpieniu bólu pleców, więc dawka leków wibronicznych została zredukowana do BD.

Po roku pacjentka zażywała następujące leki:

**#1. jak wyżej oraz**

**#4. CC3.3 High Blood Pressure + 12.1 Adult tonic...TDS**

Leczenie było kontynuowane przez kolejny rok, a następnie pacjentka zaprzestała brania leków wibronicznych.

Podsumowując - kobieta była w stanie zmniejszyć leki alopacyjne na cukrzycę o 80% oraz wyeliminować leki na wysokie ciśnienie. Doświadczyla również całkowitego wyleczenia z depresji oraz bólu pleców. Jej lekarz zgodził się, że jej wyleczenie nastąpiło wyłącznie dzięki wibronice.

+++++

### 2. Poparzenia na rękach<sup>11520...Indie</sup>

53-letni mężczyzna przyszedł do healera w grudniu 2013 r. z poparzeniami drugiego stopnia na obu rękach, spowodowanymi roztopionym plastikiem. Mężczyzna z bólu bardzo cierpiał. Całe dłonie były czerwone i pokryte pęcherzami. Nie mógł poruszać wewnętrzną stroną dłoni i palcami ze względu na opuchliznę. W związku z tym nie był w stanie wykonywać swojej codziennej pracy, ani nawet samodzielnie się ubrać. Nie stać go było na leczenie alopacyjne. Jego jedynym lekarstwem, było wkładanie rąk do zimnej wody. Podano mu następującą kombinację:

**CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC14.1 Male tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.1 SMJ tonic + CC21.1 Skin tonic + CC21.4 Stings & Bites + CC21.11 Wounds & Abrasions...6TD**

W ciągu 8 dni symptomy choroby uległy zmniejszeniu o 50%. Obrzęk dłoni zniknął, pacjent odczuwał mniejszy ból i mógł trochę poruszać palcami. Dawka leków została zmniejszona z 6TD do TDS. Po kolejnych 7 dniach polepszenie było już 100%. Skóra dłoni wróciła do normalnego wyglądu, a pacjent mógł wrócić do pracy. Poparzenie zostało całkowicie wyleczone w przeciągu 15 dni.

+++++

### 3. Czyraki na pośladkach <sup>11210... Indie</sup>

50-letni mężczyzna cierpiał na silne bóle spowodowane czyrakami na pośladkach. Czyraki pojawiały się jeden po drugim, nabrzmiwały ropą, a następnie pękały, pozostawiając kolejne uszkodzenia. Dwa razy zdarzyło się, że czyraki musiały być usuwane chirurgicznie. Ostatecznie podano pacjentowi następujące leki:

#### #1. **CC12.1 Adult tonic + CC21.2 Skin infections...TDS**

Po miesiącu nastąpiła poprawa o 20%. Liczba wrzodów zmniejszyła się, natomiast pozostałe przysparzały pacjentowi znacznego bólu. Kombinacja została zmieniona na następującą:

#### #2 **CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.1 Skin tonic + CC21.11 Wounds & Abrasions...TDS**

W przeciągu 2 miesięcy nastąpiła 50% poprawa. Powyższa kombinacja była zażywana przez pacjenta przez 6 miesięcy, aż stopniowo zniknęły wszystkie wrzody, a pacjent mógł siedzieć i pracować komfortowo. Dawka została zredukowana do OD, a po jakimś czasie do 2TW, tak aby zapobiec nawrotowi.

*Uwaga: Czyraki są sygnałem stanu zapalnego w organizmie, więc można by podać również 17.2 Oczyszczanie, jak też sprawdzić dietę pacjenta oraz czy w swoim najbliższym otoczeniu nie jest on narażony na wdychanie jakiejś trucizny, która mogłaby wywołać chorobę.*

+++++

### 4. Cysta na lewej powiece <sup>10604... Indie</sup>

28-letnia kobieta przyszła po lekarstwo na cystę, którą miała na lewej powiece. Lekarz zasugerował operacyjne usunięcie cysty w przeciągu tygodnia. Healer podał jej:

#### **CC2.3 Tumours & Growths + CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic...QDS**

Po tygodniu cysta stała się bardziej miękka, a operacja została przełożona o kolejny tydzień. Terapia wibroniczna była kontynuowana. Po następnym tygodniu cysta zniknęła całkowicie.

+++++

### 5. Trudności w zajściu w ciążę <sup>11476... Indie</sup>

33-letnia kobieta zgłosiła się do healera w październiku 2012 r. z powodu nieudanych prób zajścia w ciążę. Przez 7-8 lat próbowała bezskutecznie zajść w ciążę, pomimo zażywania leków alopatycznych. Brała również leki na nadczynność tarczycy (Thyronam 25mg OD od 2008 r.) oraz na cukrzycę (Centapin XR tabletki OD od 2005 r.)

Healer podał jej:

#### #1. **CC6.2 Hypothyroid + CC6.3 Diabetes + CC8.1 Female tonic + CC8.4 Ovaries & Uterus...TDS**

Kobieta zaszła w ciążę 10 dni po zażyciu powyższej kombinacji. Pacjentka niepokoiła się o bezpieczeństwo dziecka ze względu na cukrzycę oraz tarczycę. Healer zmienił jej leki na następujące:

#### #2. **CC6.2 Hypothyroid + CC6.3 Diabetes + CC8.2 Pregnancy tonic + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS**

Healer zaoferował kobiecie wsparcie i utrzymywał z nią regularny kontakt przez cały okres trwania ciąży. Pacjentka w tym czasie dokładnie monitorowała swój cukier oraz stan tarczycy. Od początku piątego miesiąca ciąży zaczęła przyjmować insulinę za pomocą pompy insulinowej oraz zwiększyła leki na niedoczynność tarczycy do 50 mg raz dziennie. Pacjentka kontynuowała terapię wibroniczną przez cały okres ciąży oraz jeden miesiąc po urodzeniu dziecka.

17 lipca urodziła przez cesarskie cięcie zdrową córeczkę o wadze 2.4 kg, którą karmiła piersią. Po urodzeniu dziecka całkowicie wyleczyła się z cukrzycy, a poziom hormonów tarczycy pozostawał stabilny przy poprzedniej dawce leku tj. Thyronam 25 mg.

+++++

### 6. Łagodny guz <sup>11278... Indie</sup>

23 stycznia 2013 r. mężczyzna 62 - letni, przyszedł na terapię wibroniczną ze względu na łagodny, miękki guz (1 cm x 1 cm) umiejscowiony na plecach poniżej prawego ramienia. Miał go od 10 lat. Lekarz zalecił operacyjne usunięcie guzka, jednocześnie jednak uprzedził, że nowotwór może powrócić. Ponieważ narodziła się bezbolesna, pacjent unikał operacji. Otrzymał następującą kombinację:

#### #1. **CC2.3 Tumours & Growths + CC12.1 Adult tonic...TDS**

W przeciągu dwóch tygodni (2 lutego) narośl stała się czerwona. Zrobiła się również bardziej miękka i pacjent zaczął odczuwać ból. 21 marca, pod wpływem nacisku z narośli wypłynęła cuchnąca biała ciecz. Do 9 kwietnia około 60% płynu zniknęło, a skóra otaczająca narośl stała się czarna. Lek został zmieniony na następującą kombinację:

## #2. CC2.3 Tumours & Growths + CC12.1 Adult tonic + CC21.2 Skin infections...TDS

Do 18 czerwca, narośl stała się już całkowicie płaska, skóra natomiast nadal była czarna. Do 24 lipca narośl prawie całkowicie zniknęła. Dawka leków została zredukowana do poziomu zapobiegawczego OD i podawana jeszcze przez jeden miesiąc. Narośli obecnie nie ma, jedynie na skórze w miejscu, w którym była, pozostała czarna plama.

+++++

## 7. Leczenie roślin uprawnych: grochu, cytryny słodkiej i bawełny<sup>11279...</sup> Indie

### Cykl specjalny: sylwetka healera

Nazywam się Namdev Raut i mieszkam w małej wiosce Dhawalapur, która jest położona ok. 50 km od Nagpur, Maharashtra. W 1954 r. uzyskałem tytuł magistra z weterynarii. Przez krótki czas pracowałem na posiadzie państwowej, a następnie zacząłem zajmować się rolnictwem, gdyż mój ojciec nalegał bym nie opuszczał wioski, lecz rozwinął własną farmę. Stałem się rolnikiem. Wiecie, jaka jest sytuacja rolników w rejonie Vidarbhy w Maharastrze. Jest ona dramatyczna. Wielu popełniło samobójstwo z powodu tego, że nie byli w stanie spłacić swoich długów. Będąc po studiach, miałem upodobanie do rolnictwa naukowego, co wiązało się z użyciem pestycydów, środków grzybobójczych, nawozów, które były zbyt drogie, podczas kiedy zbiory były całkowicie uzależnione od natury.

W 2009 r. Medyczny Projekt Sathya Sai, Nagpur, rozpoczął swój darmowy program medyczny w naszej wiosce. Zarówno alopaticzne, jak i wibroniczne lekarstwa były rozdawane za darmo. Zналиśmy zalety leków alopaticznych, natomiast ta nowa metoda wibroniczna robiła cuda, zwłaszcza u pacjentów, którzy cierpieli na astmę, artretyzm, infekcje skórne itp.

Healerzy, którzy przyjechali w karetce, powiedzieli mi, że leki wibroniczne mogą być stosowane również w przypadku roślin i zwierząt. Przy zachęcie i wsparciu lokalnego koordynatora od wibroniki ukończyłem kurs wibroniczny w Nagpur z dr Nand i panią Kamlesh Agarwal.

W moich comiesięcznych raportach jest opisanych wiele przypadków stosowania wibroniki na rośliny, arealty rolnicze i 4-5 zwierząt. (Uwaga wydawcy: raporty i opisy przypadków opublikujemy później). Dzięki łasce Sri Sathya Sai Baby stałem się osobą wręcz rozchwytywaną, z powodu moich sukcesów w rolnictwie organicznym i uzyskiwaniu wysokich urodzajów. Jai Sai Ram.

### Badanie przypadków uzdrawiania upraw

Mój pierwszy eksperyment był zrobiony na 100 metrowej działce z uprawą nikli indyjskiej, której nasiona zostały zasiane w 2012 r. przez Peti Mastera (muzyka grającego na harmonium) z naszej Bhajan Mandali (grupy badżanowej). Na tej działce odkryłem, że robaki zjadają kwiaty rozwijających się roślin. Powiedziałem, że niedawno ukończyłem kurs wibroniki i przekazałem, że są leki na plagę. Ludzie z wioski byli już świadkami leczniczych efektów wibroniki stosowanej na ludziach, natomiast jeśli chodzi o rośliny to było to coś całkiem nowego. Peti Master pozwolił mi na wypróbowanie wibroniki na swojej działce. Odpowiednio przygotowałem:

### CC1.2 Plant tonic + CC21.7 Fungus, 4 krople na każdy 1 litr wody.

Następnie przygotowaną wodę zmieszałem w plastikowym wiadrze z 15 litrami wody. 15 sierpnia za pomocą ręcznej plastikowej pompki nawibrowaną wodą osobiście spryskałem uprawę, powtarzając przy tym "Sai Ram, Sai Ram". Przez noc robaki zniknęły i później odkryliśmy, że nawet mrówki nie wspinają się na te rośliny. Zebrano tam bogaty plon.

Mój drugi eksperyment został zrobiony na mojej własnej 2-akrowej plantacji składającej się z 550 drzewek słodkiej cytryny. Był to sad 4-letni (2011 r.). W taki sam sposób trzykrotnie spryskałem rośliny w okresie ich kwitnienia, w odstępach jednego miesiąca (czerwiec 2011, lipiec 2011, sierpień 2011). Nie stosowałem żadnych insektycydów, gdyż były one bardzo drogie. W tym samym roku otrzymałem za słodką cytrynę 350 000 rupii. W następnym roku (2012 r.) powyższą miksturą również trzy razy spryskałem rośliny w okresie kwitnienia z miesięcznymi odstępami. Cytryna przyniosła 300 000 rupii zysku, w ostatnim roku (2013 r.) sprzedałem owoce za 375 000 rupii.

O jednej rzeczy chciałbym wspomnieć, mianowicie podczas spryskiwania nie rozmawiałem, lecz cicho intonowałem "Sai Ram, Sai Ram". Czuję, że miało to wielki wpływ na sukces działania leków wibronicznych.

Na zakończenie chciałbym opisać trzeci przypadek, kiedy stosowałem powyższą kombinację i metodę. W 2012 r. wyhodowałem 26 kwintali (1 kwintal - 100 kg) bawełny na 1 akrze. Bawełnę posiałem 1-2 czerwca i spryskiwałem rośliny powyższą kombinacją raz w tygodniu. W lipcu wykonałem 5 cykli. Nie stosowałem żadnych pestycydów, jedynie wibronikę. Na sąsiednich polach wyhodowano na akrze 5-6 kwintali. Thus, mój sąsiad, poprosił mnie o spryskanie wibroniką jego pól.

Chętnie to zrobiłem i wówczas jego plony zwiększyły się wielokrotnie.

\*\*\*\*\*

## ☞ Ważne: Uwaga do wszystkich healerów ☜

Niektóre przysłane do nas opisy przypadków są fantastyczne, ale nie zawsze jesteśmy w stanie podzielić się wszystkimi opisami z wami, ze względu na brak istotnych informacji, które znane są tylko healerom leczącym dany przypadek. **PROSIMY** więc o przysyłanie swoich opisów, po uprzednim sprawdzeniu, że zawierają następujące dane:

**Wiek pacjenta, płeć: mężczyzna/kobieta, data początku leczenia, dokładna lista ostrych objawów, dokładna lista chronicznych symptomów, okres każdego symptomu, możliwa przyczyna każdego chronicznego objawu, każde byłe/trwające leczenie, zastosowane kombinacje, ich dawka, data i określenie w procentach poprawy stanu zdrowia, końcowy stan, każda inna odpowiednia informacja.**

\*\*\*\*\*

## ☞ Porady zdrowotne ☜

*Wibronika Sai przekazuje w artykuły informacje o zdrowiu wyłącznie w celach edukacyjnych. Poniższe informacje nie powinny być traktowane jako porada medyczna. Doradź swoim pacjentom aby zawsze konsultowali użycie jakiegokolwiek specyfiku z lekarzem medycyny.*

**Jedna cebula dziennie sprawia że trzymasz się z dala od lekarza (część 2)**

**W biuletynie ze stycznia 2014 r. opisywaliśmy w części 1 jak korzystnie wpływa cebula na zdrowie.**



### Cebula a rak

Pomimo, że cebula zawiera wiele związków siarki, które można znaleźć również w czosnku, to z uwagi na wysoki poziom flawonoidów, głównie kwercetyny, przynosi ona więcej korzyści. Kwercetyna działa przeciwzapalnie i podobnie do antyhistaminy. Kwercetyna i rak nie współgrają ze sobą. Badania sugerują, że kwercetyna może mieć siłę i zdolność spowalniania rozrostu komórek rakowych, powstrzymywania migracji komórek rakowych do innych części ciała (przerzuty) i zmuszania komórek rakowych do obumierania w różny sposób.

Naukowiec Uniwersytetu Cornell, Rui Hai Liu, MD, PhD razem z profesorem bromatologii, testowali 10 odmian cebuli i szalotki (rodzina cebuli). Testy wykazały, że odmiany cebuli z najmocniejszym i najbardziej ostrym smakiem są odmianami najlepiej hamującymi rozrost komórek rakowych wątroby i jelita grubego.

Do testów użyta była świeża niegotowana cebula z wyciągiem z cebulki, z której usunięto zewnętrzną warstwę skórki. Badania wykazały, że szalotka, podstawowy artykuł spożywczy w dużej części Azji,

Meksyku, Francji oraz kuchni śródziemnomorskiej, posiada największe działanie antyutleniające spośród 11 testowanych gatunków cebuli oraz 6 razy większe ilości antyoksydantów niż najniższej notowana cebula *Vidalia* mająca najłagodniejszy smak. Szalotka ma również największą skuteczność w walce z rakiem wątroby.

Badania, których celem było przeanalizowanie diety oraz danych dotyczących zdrowia tysiąca osób, wykazały, że osoby które zjadały największą ilość cebuli w porównaniu do osób które zjadały najmniejszą ilość cebuli, zmniejszyły ryzyko zachorowania na raka jelit o 56%, raka prostaty o 71%, raka przełyku o 82%, raka jamy ustnej o 84%, raka nerek o 38% oraz raka trzustki o 54%.

Badania wykazały również, że kobiety, które zjadały tygodniowo dwie lub więcej 80 gramowych porcji cebuli zmniejszyły o 60% ryzyko zachorowania na raka śluzówki macicy. Spożywanie cebuli co najmniej raz w tygodniu okazało się zmniejszać ryzyko zachorowania na raka żołądka w Chinach. Z tych badań wyciągnięto wnioski, iż spożywanie zwiększonych ilości cebuli zapobiega rozwojowi bakterii *Helicobacter pylori*, która powoduje wrzody i która została powiązana z zachorowaniami na raka żołądka. Cebula zawiera fruktooligosacharydy – składniki będące stymulatorami wzrostu zdrowych bakterii i tłumiące wzrost potencjalnie szkodliwych bakterii w jelicie grubym. To może tłumaczyć rolę cebuli w zapobieganiu rakowi jelita. Odkryto, że wyciąg z cebuli zabija komórki rakowe w próbkach.

### Cebula i cukrzyca

Badania pokazały, że cebula redukuje poziom cukru u ludzi z cukrzycą. Badanie porównywało efekty podawania insuliny i 100 g surowej czerwonej cebuli chorym z 1 i 2 typem cukrzycy. Wyniki pokazały, że chociaż poziom glukozy we krwi nie obniżył się do zakresu osiągniętego za pomocą insuliny, to jednak cebula nagle obniżała poziom cukru we krwi. Poza tym zaobserwowano wzrastanie poziomu cukru we krwi w pierwszej godzinie po spożyciu cebuli. Było to przypisane efektowi glikogenicznego działania cebuli, która mogłaby przeciwdziałać zwykłym pobocznym działaniom hipoglikemii wielu przeciwcukrzycowych leków podobnych do insuliny.

Głównym aktywnym składnikiem cebuli, który obniża poziom cukru, jest siarkowy składnik znany jako *dwusiarczek alilo-propylowy*, który blokuje rozkład insuliny w wątrobie, pozostawiając wyższy poziom insuliny w organizmie dla podolania cukrzycy. Cebula zawiera też minerał zwany chromem, który pomaga komórkom reagować na insulinę i kontrolować dzięki temu poziom cukru we krwi.

### Dolegliwości skórne

Sok z cebuli był stosowany w leczeniu ugryzień przez insekty, kurzajek, swędzenia na skutek odmrożeń i zapalenia skóry w wyniku słabego obwodowego przepływu krwi w kończynach. W piśmie *“Journal of Cosmetic Dermatology”*, USA, zostały opublikowane badania, które pokazywały, że stosowanie żelu z wyciągu cebuli na rany pooperacyjne, powodowało, że stawały się one bardziej miękkie i mniej zaczerwienione. Miały również delikatniejszą strukturę i lepszy ogólny wygląd.

Poza tym, że cebula jest wolna od sodu, tłuszczu oraz cholesterolu, to jest ona bardzo dobrym źródłem witaminy C, która wzmacnia system odpornościowy. Jeden kubek świeżej cebuli dostarcza 20% dziennego zapotrzebowania na witaminę C. Dodatkowo jest ona również dobrym źródłem aktywnych enzymów manganu oraz molibdenu, jak i również dobrej dla serca witaminy B6, błonnika, folacyny i potasu. Rozpatrując to w kategoriach % dziennego zapotrzebowania, to jeden kubek surowej cebuli dostarcza 11% błonnika, 11% molibdenu, 10,5% manganu, 10% witaminy B6, 8% folacyny, 7% potasu oraz 6% tryptofanu.

Źródła:

<http://health.tipsdiscover.com/onion-strong-cancer/>

<http://www.news.cornell.edu/stories/2004/10/some-onions-have-excellent-anti-cancer-benefits>

<http://www.sciencedaily.com/releases/2004/10/041022105413.htm>

<http://www.foods-healing-power.com/health-benefits-of-onions.html>

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16236005>

<http://www.offthegridnews.com/2011/06/09/onions-and-their-healing-properties/>

<http://jarrettmorrow.com/2010/11/24/onion-blood-sugar-levels-diabetics/>

<http://www.thediabetescenter.org/natural-diabetes-cure-onion-for-diabetes-treatment.html#more-105>

<http://www.botanical-online.com/medicinalsalliumcepaangles.htm>

<http://whfoods.org/genpage.php?tname=nutrientprofile&dbid=32>

+++++

## Czy gubicie swoje włosy?



Każdy człowiek posiada ok. 100 000 do 150 000 włosów na głowie, z czego traci normalnie ok. 50-100 dziennie. Jednakże jeśli dostrzegasz łysinę lub duże przerzedzenie się włosów, to może to oznaczać, że łysiejesz. **Przyczyn utraty włosów** jest wiele. Jeśli nagle zaczynasz gubić włosy, może to być skutek jakiejś **choroby** (dużej operacji, wysokiej gorączki, poważnej infekcji lub nawet grypy), **złego odżywiania i diety** (dieta o niskiej zawartości białka oraz żelaza lub dieta odchudzająca, która przyczynia się do utraty masy ciała o 7,5 kg lub więcej) **zażywania leków** (lekarstwa na artretyzm, depresję, dnę, dolegliwości sercowe, wysokie ciśnienie, jaskrę, wrzody, Parkinsona lub duże dawki witaminy A), **zmian hormonalnych lub zaburzeń hormonalnych** spowodowanych ciążą, porodem, przerwaniem zażywania leków antykoncepcyjnych lub menopauzą.

Jeśli utrata włosów jest stopniowa i staje się bardziej widoczna z każdym mijającym rokiem, może to świadczyć, że taki stan jest dziedziczny lub jest to łysienie androgenowe. Ten rodzaj utraty włosów, znany również jako łysienie typu męskiego/damskiego, jest najbardziej powszechny. Wypadanie włosów może być pierwszą oznaką jakiejś choroby. Ok. 30 chorób, włącznie z chorobą tarczycy, cystami jajników, anemią, grzybicą głowy, zaburzeniami jedzenia jest przyczyną łysienia. Lecząc wymienione choroby, można zatrzymać wypadanie włosów. Inne jeszcze przyczyny utraty włosów, to naświetlanie i chemioterapia przy **stanach rakowych**, **stres** (np. spowodowany zdarzeniami traumatycznymi takimi jak śmierć bliskiej osoby lub rozwód) oraz **brak wystarczającej ilości snu**.

Poniższe zabiegi pielęgnacyjne włosów mogą powodować ich wypadanie, przesuszenie lub zniszczenie:

- **Częste lub niewłaściwe stosowanie produktów stylizujących zawierających szkodliwe składniki chemiczne** - produkty do trwałej ondulacji, rozjaśniania, farbowania, relakser, żele oraz lakiery do włosów (postaraj się unikać tych produktów);
- **Codziennie stosowanie szamponu i balsamu** (zamiast tego zaleca się mycie włosów co 2-3 dni, tak aby utrzymać równowagę wytwarzania przez skórę głowy naturalnych olejów);
- **Częste stosowanie przyrządów o wysokiej temperaturze takich jak lokówka, suszarka i prostownica**  
(powodują one zagotowanie wody w trzonie włosa). Zamiast tego pozwól, aby twoje włosy wyschły same, a  
jeśli nie masz czasu, to nastaw suszarkę na zimne powietrze;
- **Częste noszenie fryzur, które naciągają włosy**, jak mocno ściśnięte kucyki, cornrows (warkoczki zaplatane przy skórze) czy warkocze;
- **Zbyt częste czesanie** (np. 100 lub więcej pociągnięć dziennie)
- **Stosowanie szpilek do włosów, spinek oraz gumek, które zbyt mocno trzymają włosy** (zamiast tego stosuj delikatne wsuwki oraz opaski, które luźno trzymają włosy);
- **Czesanie mokrych włosów** (mokre włosy są trzy razy słabsze i bardziej podatne na złamania i uszkodzenia, więc osusz je ręcznikiem, a następnie rozplącz używając do tego grzebienia o dużych zębach. Po tym uczesz włosy raz lub dwa razy rano i wieczorem, tak by stymulować krążenie na głowie;



- **Stosowanie gorącego prysznica**, który pozbawia włosy ochronnych olejów (zamiast tego, weź prysznic w ciepłej wodzie o temperaturze trochę większej niż temperatura twojego ciała).

Stosowanie **do włosów olejów** takich jak kokosowy, oliwa z oliwek, migdałowy lub z amli może zwiększyć sprężystość włosów, zredukować ich kędzierzawość, zapobiec uszkodzeniom i pomóc w utworzeniu warstwy ochronnej trzonu włosa. Oleje nawilżają (pokrywają i uszczelniają trzon włosa od korzenia po końcówki zapobiegając utracie wilgotności) i odżywiają skórę głowy aminokwasami, kwasami, witaminami i minerałami. Dodawanie do powyższych olei olejków eterycznych, takich jak olejek cedrowy, tymiankowy, lawendowy lub rozmarynowy stymuluje dodatkowo porost włosów, dzięki polepszeniu krążenia w obszarze skóry głowy. Ponieważ nie zaleca się stosowania olejków eterycznych bezpośrednio na skórę głowy, należy dodać kilka kropli olejku eterycznego do oleju bazowego, a następnie nałożyć na głowę.

W jednym z badań pokazano, że codzienny masaż głowy olejkiem eterycznym rozmarynowym, tymiankowym, lawendowym lub cedrowym zmieszonym z miksturą oleju z jojoby i nasion grejpfruta, powoduje u osób, które stosowały powyższą miksturę przez 7 miesięcy znaczny wzrost włosów (w porównaniu do grupy, która stosowała jedynie oleje bazowe). W drugim badaniu opublikowanym w czasopiśmie „*The Journal of Dermatology*”, Japonia, u 20 spośród 23 osób, stosujących na włosy dwa razy dziennie **sok z cebuli** stwierdzono, że po 6 tygodniach zaczynają im wyrastać włosy.

Badania opublikowane w „*The Journal of Alternative and Complementary Medicine*,” w USA, pokazały, że u ludzi zażywających codziennie wyciąg z palmy *Serenoa repens* obserwuje się zwiększony porost włosów. Niektóre badania wykazały, że suplement ten może być w takim samym stopniu skuteczny, jak przepisywany w leczeniu nadmiernego wypadania włosów lek „Finasteride”, a dodatkowo nie ma skutków ubocznych. Zarówno łysienie u kobiet, jak i u mężczyzn zostało powiązane ze zmianami w męskim hormonie o nazwie testosteron, który przekształca się w DHT (dihydrotestosteron). *Serenoa repens* nie dopuszcza do tworzenia się DHT. W kolejnym badaniu 100% ludzi, którzy zażywali suplement Metylosulfonilometan – organiczny związek siarki (w naturalnej formie występujący w krowim mleku i zielonych warzywach), a który pomaga przy tworzeniu keratyny (białko we włosach) wykazało zmniejszenie wypadania włosów i przyspieszony wzrost włosów już po sześciu tygodniach.

### **Porady jak utrzymać zdrowe włosy:**

- **Kontroluj stres** uczestnicząc w warsztatach radzenia sobie ze stresem, praktykując jogę, spędzając więcej czasu z bliskimi, tańcząc, słuchając spokojnej muzyki i co najważniejsze - wysypiając się.
- **Utrzymuj zbalansowaną dietę** bogatą w owoce, warzywa, białko (kiedy organizm nie dostaje wystarczającej ilości białka, to dawkuje białko kosztem zmniejszenia wzrostu włosów), żelazo, kwasy tłuszczowe Omega3 i Omega6, witaminy, a w szczególności witaminę A, witaminę C (dla wytworzenia się kolagenu, który otacza pasmo włosa), witaminę E (w celu odżywienia zniszczonych włosów), kompleks witamin B oraz minerały.

### **Kilka najlepszych odżywek:**

1. **Orzechy** – bogate w kwasy omega-3 i omega-6, biotynę, witaminę E, witaminy z grupy B i miedź;
2. **Słodkie ziemniaki i marchew** (witamina A);
3. **Jaja** - duże źródło protein, witaminy B12, kwasu omega-6 i kluczowych minerałów – cynku, selenu, siarki i żelaza;
4. **Szpinak i warzywa liściaste**, jak brokuły, jarmuż i boćwina bogate są w żelazo, beta-karoteny, kwas foliowy i witaminę C;
5. **Soczewica** pełna jest protein, żelaza, cynku i biotyny;
6. **Grecki jogurt** bogaty jest w przyjazne dla włosów proteiny, witaminę B5, witaminę D, również **niskotłuszczowy jogurt lub mleko**, są dużym źródłem protein i wapnia (ważnych dla wzrostu włosów);
7. **Borówki, kiwi i truskawki** są bogate w witaminę C;
8. **Zielony groszek** jest dobrym źródłem żelaza, cynku i witamin z grupy B.

### **Źródła:**

<http://www.aad.org/dermatology-a-to-z/diseases-and-treatments/e---h/hair-loss/who-gets-causes>.  
<http://www.vogue.in/content/oiling-really-good-your-hair>.  
<http://juanaaman.hubpages.com/hub/What-Makes-Herbal-Oils-the-Best-Hair-Loss-Cure-Treatment>  
<http://www.advancednaturalmedicine.com/hair-renewal/treatments-for-hair-loss.html>  
<http://www.dermatol.or.jp/Journal/JD/full/029060343e.pdf>

<http://umm.edu/health/medical/altmed/herb/saw-palmetto>  
<http://www.hairsentinel.com/saw-palmetto-for-hair-loss.html>  
<http://www.care2.com/greenliving/12-natural-remedies-that-boost-hair-growth.html?page=1>  
<http://hair.allwomenstalk.com/natural-remedies-to-make-your-hair-grow-faster>  
<http://www.onegoodthingbyjillee.com/2013/10/13-natural-remedies-to-reduce-hair-loss.html>  
<http://www.webmd.com/beauty/hair-styling/top-10-foods-for-healthy-hair?page=1>  
[http://articles.timesofindia.indiatimes.com/2012-06-01/beauty/29755718\\_1\\_hair-loss-hair-growth-walnuts](http://articles.timesofindia.indiatimes.com/2012-06-01/beauty/29755718_1_hair-loss-hair-growth-walnuts)

\*\*\*\*\*

## ☞ Kącik odpowiedzi ☜

**1. Pytanie:** *Czy w przypadku pacjentów cierpiących na hemoroidy wystarczy zastosować **CC4.4 Constipation** zaparcia, czy też potrzebna będzie jakaś dodatkowa kombinacja?*

**Odpowiedź:** Dobrym pomysłem było by dodanie **CC15.1 Mental & Emotional tonic** oraz środka na wątrobę **CC4.2 Liver & Gallbladder tonic**. Ponadto należy poinformować pacjenta, aby codziennie pił dużo wody i stosował lekką dietę, bogatą w świeże owoce i warzywa.

\*\*\*\*\*

**2. Pytanie:** *Jeśli w naszej kieszeni dzwoni telefon komórkowy, w czasie gdy mamy w ustach nawibrowaną kuleczkę, to czy może ona ulec neutralizacji?*

**Odpowiedź:** Na pewno nie, bo skoro kulka jest już w ustach, to wibracje są już w drodze do właściwego organu ciała.

\*\*\*\*\*

**3. Pytanie:** *Jeśli pacjent pyta o wibroniczny odpowiednik wapnia jako suplementu, która kombinacja będzie odpowiednia?*

**Odpowiedź:** **CC12.1 Adult tonic** i **CC20.1 SMJ tonic** mają wibracje wapnia. W związku z tym zarówno jedna, jak i druga kombinacja może być zastosowana.

\*\*\*\*\*

**4. Pytanie:** *Czy możemy napełnić wibracjami kamienie? Jak długo trzeba je wibrować?*

**Odpowiedź:** Aby nawibrować kryształ kwarcu należy pozostawić go w komorze remediów na 24 godziny.

\*\*\*\*\*

**5. Pytanie:** *Jeśli dana kombinacja zawarta jest już w innej kombinacji – np. **CC20.3** zawiera **CC20.2**, a z kolei **CC20.2** zawiera **CC20.1** – to czy należy wszystkie trzy kombinacje dać do buteleczki, czy samo **CC20.3** wystarczy?*

**Odpowiedź:** Generalnie nie dodajemy **CC20.1** czy **CC20.2** do **CC20.3**, gdyż **CC20.3** już zawiera obydwie kombinacje. Jednakże, jeśli uzna się, iż **CC20.3** nie działa wystarczająco szybko, można dodać jedną z kombinacji, gdyż zauważyliśmy, że czasami wzmacnia to ogólne działanie.

\*\*\*\*\*

**6. Pytanie:** *Jeśli pacjent jest leczony równocześnie na kilka chorób, to czy można stosować różne kombinacje połączone w jednej buteleczce?*

**Odpowiedź:** Początkującym healerom radzimy, aby leczyć jedną przewlekłą chorobę (plus wszystkie pokrewne problemy). Tylko po zdecydowanej poprawie stanu zdrowia pacjenta rozważamy leczenie drugiej chronicznej choroby. Kiedy leczymy dwie czy więcej chronicznych chorób kombinacjami połączonymi w jednej buteleczce i pacjent dozna znacznego pogorszenia zdrowia, to nie możemy być pewni, która kombinacja spowodowała pogorszenie. Doświadczony healer może zdecydować się na leczenie więcej niż jednej choroby w tym samym czasie, dając pacjentowi tylko jedną buteleczkę. To zdarza się często, bo pacjenci generalnie lubią dostawać możliwie najmniej buteleczek.

\*\*\*\*\*

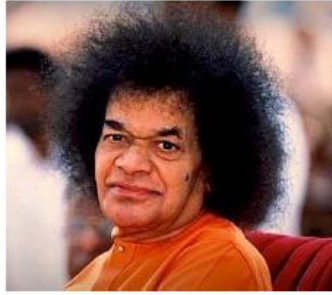
**7. Pytanie:** *W medycynie nie ma leczenia alopacyjnego na przepuklinę oprócz operacji. Jak efektywna jest wibronika w zmniejszeniu przepukliny i towarzyszącego jej bólu?*

**Odpowiedź:** **CC4.9 Hernia** jest bardzo skuteczne na ból przepukliny. Tak więc zalecamy, aby podawać leki wibroniczne, co najmniej dwa miesiące przed decyzją o operacji.

\*\*\*\*\*

*Healerzy: Czy macie pytania do doktora Aggarwala? Przesyłajcie je na adres [news@vibrionics.org](mailto:news@vibrionics.org).*

\*\*\*\*\*



## ☞ Boskie słowa Mistrza Uzdrowicieli ☞

“Główną przyczyną raka jest rafinowany cukier. Jest tak ponieważ podczas rafinowania cukru dodawanych jest wiele substancji chemicznych, a jedną z nich jest węgiel kostny. Kiedy spożywasz go, może on odkładać się w dowolnej części ciała i stworzyć problem. Wyklucz cukier, a wykluczysz raka. Cukier powoduje utratę wapnia i jest zdolny zwiększyć ryzyko tworzenia kamieni szczawianowo-wapniowych w drogach moczowych. Dobrą zamianą za biały cukier rafinowany jest nierafinowany cukier trzcinowy.  
**...Sathya Sai Baba's Discourse, 3 styczeń 1994 r.**

+++++

“Modlitwa jest oddechem religii, gdyż niesie człowieka i Boga bliżej i bliżej jeden drugiego. Medytacja (dhyana) jest procesem słuchania Pieśni Niebiańskiej fletu Krishny, mentalnym uchem skupionym na melodii. Tak jak każdego dnia angażujesz się w ćwiczenia, spożywasz toniki, przeliczasz zjadane kalorie i witaminy, starannie zwracasz uwagę na wartość odżywczą żywności, tak powinieneś zwracać uwagę na spożywane przez umysł wrażenia, czy osłabiacie się czy wzmacniacie, czy dodają one umysłowi odporności na wirusy – chciwość, zazdrość, nienawiść, butę, złość itd.

Spożywaj posiłek z dobrych aktów służenia, boskich myśli i pij sok miłości (Prema Rasa), tak by te dobre czyny i myśli dobrze się przetrwały. Wtedy będziesz promieniował zdrowiem mentalnym, szczęściem oraz zdrowotnością.  
**...Sathya Sai Baba's Discourse, 6 październik 1970 r.**

\*\*\*\*\*

## ☞ Ogłoszenia ☞

### Nadchodzące warsztaty

- ❖ **India Delhi-NCR:** AVP workshop 12-13 kwiecień 2014 r., kontakt Sangeeta [trainer1.delhi@vibrionics.org](mailto:trainer1.delhi@vibrionics.org)
  - ❖ **UK London:** Refresher workshop 14 maj, kontakt Jeram [jeramjoe@gmail.com](mailto:jeramjoe@gmail.com).
  - ❖ **India Puttaparthi:** AVP&SVP workshops 18-22 kwiecień 2014 r., kontakt Hem [99sairam@vibrionics.org](mailto:99sairam@vibrionics.org)
  - ❖ **Italy Spinea Near Venice:** AVP workshop 17-18 maj 2014 r., kontakt Manolis [monthlyreports@it.vibrionics.org](mailto:monthlyreports@it.vibrionics.org)
- Trenerzy: Jeśli macie rozkład warsztatów, szczegóły prześlijcie na: [99sairam@vibrionics.org](mailto:99sairam@vibrionics.org)**

\*\*\*\*\*

### \*\*\* UWAGI DLA HEALERÓW \*\*\*

- ❖ Nasza strona: [www.vibrionics.org](http://www.vibrionics.org). Możecie potrzebować numer rejestracyjny dla zalogowania się na Portalu Healera. Jeżeli wasz e-mail ulegnie zmianie, prosimy o jak najwcześniejszą informację na [news@vibrionics.org](mailto:news@vibrionics.org).
- ❖ Biuletynem możecie dzielić się z pacjentami. Ich pytania powinny być kierowane bezpośrednio do was, tą drogą mogą uzyskać odpowiedzi i wyjaśnienia. Dziękujemy za współpracę.

**Jai Sai Ram!**

*Wibroniką Sai* ...ku doskonałości w dostępnej opiece zdrowotnej – darmowej dla pacjent