

ИНФОРМАЦИОННАЯ РАССЫЛКА САИ ВИБРИОНИКС

www.vibrionics.org

“Там, где вы видите больного, подавленного, несчастного человека, там и есть ваше поле для бескорыстного служения“

Том 4 Выпуск 4

...Шри Сатья Саи Баба
июль/август 2013

В этом выпуске

☞ С РАБОЧЕГО СТОЛА ДОКТОРА ДЖИТА К. АГГАРВАЛА	1 - 2
☞ ПРИМЕРЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМБО	2 - 4
☞ ВАЖНОЕ СООБЩЕНИЕ ДЛЯ ВСЕХ ПРАКТИКУЮЩИХ	4 – 5
☞ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ	5 - 9
☞ ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ	9 - 10
☞ БОЖЕСТВЕННОЕ СЛОВО ОТ ЦЕЛИТЕЛЯ ВСЕХ ЦЕЛИТЕЛЕЙ	10
☞ ОБЪЯВЛЕНИЯ	11

☞ С РАБОЧЕГО СТОЛА ДОКТОРА ДЖИТА К. АГГАРВАЛА ☞

Уважаемые практикующие,

С огромным удовольствием я хочу поделиться с вами последними новостями. Президент всеиндийской организации Свами, уважаемый Шри Шринивасанжи (Sri Srinivasanji) предложил нам провести семинар-конференцию Вибрионикс в Прашанти Нилаям в ближайшем будущем! Это огромная честь для нас и также прекрасная возможность, данная нам Свами, продемонстрировать достижения Вибрионикс и распространить информацию об этой удивительной системе.

Мы предлагаем провести конференцию 26 января 2014 года, и это будет самый прекрасный новогодний подарок от Свами. Когда во время интервью 21 апреля 2007 года Свами сказал нам, что в Путтапарти состоится международная конференция Вибрионикс, мы были очень удивлены. Теперь слова Свами начинают исполняться.

Эта конференция станет важной вехой в развитии Саи Вибрионикс. В огромной степени - это результат совместных усилий сотен практикующих, которые каждый день несут людям бескорыстную любовь и служение в форме исцеляющих вибраций.

Как вы понимаете, успешное проведение нашей конференции потребует больших усилий.

Это огромная ответственность для всех нас - активных практикующих. Провести конференцию в Прашанти Нилаям совсем не просто: это потребует месяцы планирования, подготовки и напряжённой работы. И мы не сможем выполнить эту работу без вашего активного участия и искренней поддержки. Поэтому мы приглашаем всех поделиться своими мыслями и принять участие в той форме, которая кажется вам наиболее подходящей. Мы предлагаем подготовить краткие доклады об уникальных и просто интересных случаях исцеления, а так же о различных аспектах Вибрионикс. Мы также планируем сделать выставку, показывающую развитие и рост Вибрионикс за последние 20 лет, особенно подчеркнув наше общение со Свами по этому вопросу.

Нам понадобится помощь практикующих для планирования и координации, для подготовки материалов для выставки, для подготовки докладов и статей, и, конечно, уже ближе ко времени проведения конференции, нам будут нужны добровольцы для работы с делегатами - регистрации, размещения и т.п. Пожалуйста, свяжитесь с нами по почте 99sairam@vibrionics.com при первой возможности, если у вас будет желание помочь в проведении конференции. Вам может показаться, что до конференции ещё многие месяцы, но, поверьте мне, осталось совсем немного времени. Мы с удовольствием выслушаем любые идеи и пожелания по поводу программы конференции.

Пожалуйста, до **30-го сентября**, обязательно напишите нам если:

- a) Вы планируете участвовать в конференции.
- b) Вы хотите сделать доклад или предоставить материалы для выставки.
- c) Вы хотите помочь при подготовке или при проведении конференции. Пожалуйста, укажите, какую помощь Вы можете оказать.

В ближайшее время мы опубликуем в закрытом разделе нашего сайта www.vibrionics.org список работ, помощь в проведении которых нам потребуется для успешного проведения первой конференции Вибрионикс. Пожалуйста, регулярно проверяйте наш сайт.

Мы понимаем, что многие практикующие не смогут присутствовать в Прашанти Нилаям, чтобы принять участие и стать свидетелями этого события. Но, даже оставаясь дома, вы можете предложить свою помощь, и мы с удовольствием примем её. Работы хватит всем, кто захочет помочь. Такое важное событие не может состояться без явного одобрения и благословения нашего любимого Свами, и мы уверены, что никто не захочет упустить возможность помочь, пусть даже и очень немного, в подготовке и проведении конференции в Его Ашраме. Конференция - это выражение нашей благодарности Господу и мы должны сделать нашу конференцию достойной этой чести.

Эта конференция может стать поворотным моментом в развитии Вибрионикс, как ведущей системы нетрадиционного лечения. Конференции - это один из самых эффективных способов собрать, обобщить, систематизировать и опубликовать опыт и знания, накопленные нашими практикующими, для дальнейшего использования всеми заинтересованными сторонами. Мы будем использовать самые передовые методы для обработки полученных знаний. Мы с нетерпением ждём ваших откликов и будем просить Свами направить нас и помочь сделать эту конференцию реальностью. Все вместе мы должны работать над тем, чтобы сделать Вибрионикс доступным всему человечеству и, также, всем животным и растениям.

В преданном служении Саи

Джит Аггарвал

☞ ПРИМЕРЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМБО ☞

1. Рак простаты ^{02799...Англия}

Практикующий начал лечение пациента в возрасте 81 год через три месяца после обнаружения у пациента рака простаты. Пациент отказался принимать любые традиционные лекарства, включая и химеотерапию, но согласился проходить обследования в госпитале каждые шесть месяцев.

Практикующий назначил:

CC2.1 Онкологии (Cancers) + CC2.3 Опухоли и новообразования (Tumours & Growths) + CC14.1 Тоник для мужчин (Male tonic) + CC14.2 Простата (Prostate)...три раза в день (TDS)

Через восемь месяцев приёма комбо пациент прошёл обследование в госпитале. Врачи сообщили, что рак полностью исчез, и больше нет необходимости приходить на обследования. Пациент продолжил принимать комбо и через шесть месяцев практикующий снизил дозу до двух раз в день. Ещё через год, в январе 2013, доза была снижена до одного раза в день в качестве профилактики.

2. Подагрические боли в коленях ^{02877...США}

27 октября 2012 года пациент в возрасте 71 год обратился к практикующему по поводу сильной боли в левом колене, которая уже затрудняла движение. Врачи поставили диагноз - артрит в тяжёлой форме и назначили операцию на 18 декабря. Практикующий назначил **CC20.3 Артрит (Arthritis)...три раза в день (TDS)** и уже через два дня пациент сообщил, что состояние колена улучшилось на 90%. Однако вскоре пациент начал испытывать сильные боли по всему телу, и, особенно, в позвоночнике. Практикующий назначил новое комбо взамен предыдущего:

CC20.1 Тоник для костей, мышц и связок (SMJ tonic) + CC20.2 Боли в костях, мышцах и связках (SMJ pain) + CC20.3 Артрит (Arthritis) + CC20.4 Мышцы и соединительные ткани (Muscle & Supportive tissue) + CC20.5 Позвоночник (Spine)...три раза в день (TDS)

В начале декабря пациент почувствовал значительное улучшение (около 95%) и отменил операцию. Ещё через шесть месяцев пациент сообщил, что чувствует себя на 98% лучше. Он был очень доволен такими улучшениями здоровья.

Это очень хороший пример, как заболевание, распространённое у пожилых людей, может быть практически полностью вылечено с помощью Вибрионикс.

+++++

3. Хронические запоры ^{02802...Англия}

Мама привела девятилетнюю дочку к практикующей, так как девочка уже три года страдала от хронических запоров и повторяющихся воспалений мочевых путей. Девочка была вынуждена ежедневно принимать слабительное Movicol. Практикующая назначила:

CC4.2 Тоник для печени и жёлчного пузыря (Liver & Gallbladder tonic) + CC4.4 Запоры (Constipation) + CC4.10 Нарушения пищеварения (Indigestion) + CC13.2 Воспаления почек и мочевого пузыря (Kidney & Bladder infections) + CC15.1 Умственный и эмоциональный тоник (Mental & Emotional tonic) ...три раза в день (TDS)

В тот же день у девочки появился регулярный стул, и она перестала принимать слабительное.

+++++

4. Климактерический синдром ^{02322...США}

Женщина в возрасте 55 лет обратилась к практикующей с набором проблем, типичных для менопаузы: приливы, резкие изменения настроения и проявления злобы, депрессия, уныние и беспокойство. У неё не было желания делать обычные дела, и она не ожидала от будущего ничего хорошего. Практикующая назначила:

SR513 Oestrogen приготовленный в вибхутти ...два раза в день (BD), одну дозу утром, и вторую - перед сном.

Через две недели частота приливов снизилась с ежедневной до одного-двух раз в неделю. Скачки настроения также стали реже. Ещё через две недели к женщине вернулось хорошее настроение и она впадала в уныние очень редко. Приливы также стали очень нечастыми. Практикующая уменьшила дозировку до одного раза в день, перед сном.

Вы также можете использовать при таких проблемах **NM10 Climacteric** (Oestrogen входит в это комбо). При использовании набора **CC108: CC8.1 Тоник для женщин (Female Tonic) +CC8.6 Менопауза (Menopause).**

+++++

5. Стресс ^{00002...Индия}

Из опыта этого практикующего, следующее комбо очень эффективно при стрессе, беспокойстве или напряжении:

NM6 Calming + BR2 Blood Sugar + BR3 Depression + BR4 Fear + BR6 Hysteria + BR7 Stress + SM4 Stabilising + SM5 Peace & Love Align. + SM6 Stress + SM9 Lack of Confidence...три раза в день (TDS) или другая дозировка в зависимости от состояния.

Практикующий рекомендует всегда иметь небольшой готовый запас этого комбо, как для себя, так и для пациентов. Это комбо особенно полезно, когда мы испытываем неприятные моменты в ежедневной жизни или когда затрудняемся принять решение.

+++++

6. Дефект межпредсердной перегородки и болезнь Крона ^{002817...Индия.}

Мальчику в возрасте девяти лет поставили диагноз дефект межпредсердной перегородки и болезнь Крона. Операция была невозможна из-за ослабленного состояния ребёнка. Родители ребёнка были очень бедными и не могли покупать необходимые лекарства. Они обратились к практикующему по рекомендации знакомого, который успешно излечился от артрита при помощи комбо. Практикующий назначил 2 комбо:

#1. NM6 Calming + NM26 Immunity + NM45 Atomic Radiation + NM75 Debility + NM90 Nutrition + OM2 Respiratory + OM19 Cardiac and Lung + BR18 Circulation + SM2 Divine Protection + SR256 Ferrum Phos + SR287 Digitalis + SR311 Rhus Tox + SR496 Heart Valves ...три раза в день (TDS) от дефекта перегородки

#2. NM2 Blood + NM15 Diarrhoea + NM36 War + NM80 Gastro + NM90 Nutrition + SR255 Calc Sulph...шесть раз в день (6TD) от болезни Крона

И уже через месяц мальчик, который даже не мог сам передвигаться по дому, начал снова посещать школу. Улучшения составили около 70%. Ещё через два месяца он чувствовал себя на 90% лучше и даже начал играть в футбол.

В настоящий момент мальчик продолжает принимать комбо #1 три раза в день. Пищеварение у ребёнка постепенно улучшается и симптомы болезни Крона исчезли уже к концу первого месяца лечения, поэтому доза комбо #2 была сначала снижена до трёх раз в день, а через месяц и до двух раз в день. Сейчас мальчик принимает комбо #2 два раза в неделю.

Сегодня, по благословлению Бабы, мальчик выглядит полностью здоровым и счастливым. Родители просто не могут найти слова, чтобы выразить, насколько они счастливы.

7. Бородавки на стопе ^{02870....США}

Девочка в возрасте 13 лет уже полтора года страдала от бородавок на стопе. Врач-ортопед разрешил кожу над бородавками, чтобы лекарство (крем 0.5% флуороурацил) могло проникнуть под кожу и удалить бородавки. Лечение продолжалось два месяца, но не принесло результата и было прекращено. Родители обратились к практикующей и та назначила комбо не только от бородавок, но и от стресса и проблем с учёбой:

CC15.1 Умственный и эмоциональный тоник (Mental and Emotional tonic) + CC17.3 Тоник для мозга и памяти (Brain and Memory tonic) + CC21.8 Герпес (Herpes)... один шарик утром и ещё один перед сном. **CC21.8 Герпес (Herpes)** был также приготовлен в кокосовом масле для нанесения на кожу три раза в день (TDS).

Первая фотография показывает состояние стопы через месяц после начала лечения (к сожалению, нет фотографии до начала лечения) и вторая - через три месяца лечения. Как вы можете видеть - бородавки полностью исчезли.

Через один месяц после начала лечения



Через три месяца приёма комбо



❧ ВАЖНОЕ СООБЩЕНИЕ ДЛЯ ВСЕХ ПРАКТИКУЮЩИХ ❧

Иногда мы получаем просто фантастические истории излечения, но, к нашему огромному сожалению, не можем опубликовать их в рассылке, так как нам не хватает необходимой информации. **ПОЖАЛУЙСТА**, всегда указывайте в ваших сообщениях:

Возраст и пол пациента, подробный список острых симптомов, подробный список хронических симптомов, длительность каждого симптома, возможные причины каждого хронического заболевания, всё полученное ранее и текущее лечение, назначенные комбо и дозировку, улучшение состояния пациента в процессе лечения (в процентах и дату), состояние на момент окончания лечения и другую полезную информацию.

Эта информация поможет нам опубликовать ваши примеры в следующих рассылках. Если какой-то информации будет не хватать, мы не сможем набрать достаточно примеров излечения для будущих публикаций.

☞ ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ☞

Рассылка Sai Vibrionics предлагает информацию только с образовательной целью. Эта информация не должна восприниматься как врачебная рекомендация. Обязательно рекомендуем пациентам обращаться к лечащему врачу по поводу их симптомов и заболеваний.

Живая Вода для Вашего Здоровья



Вода - это самый важный напиток для нашего существования. Мы можем обойтись без пищи в течение нескольких недель, но без воды обычный человек погибает уже через три - пять дней.

Как мы все знаем, вода составляет около 70% нашего тела. Она необходима для нормального функционирования любого органа или части тела. Вода нужна для увлажнения, для переноса питательных веществ, для протекания множества химических реакций в теле. Одна из важнейших функций воды на клеточном уровне - это доставка питательных веществ к каждой клетке, и растворение и вывод из тела продуктов жизнедеятельности. Поэтому воду часто называют "универсальным природным растворителем". Вода необходима для всех форм жизни и для любой экосистемы. Практически любая деятельность человека, включая промышленность, нуждается в воде.

В старину наши предки уважали воду, часто даже боготворили её за неоценимую роль на всех ступенях жизни человека: от зачатия и рождения, до старости. Также наши предки понимали особую роль воды в лечении заболеваний. Роль воды в нашей жизни не изменилась и сегодня, её трудно переоценить.

Чистая вода - это один из самых полезных напитков. Возможно, вы уже выпиваете по восемь стаканов воды в день. Но есть ли разница, какую воду пить?

Приверженцы здорового образа жизни во всём мире убеждены - не всякая вода одинаково полезна. Они даже разделили воду на "живую" и "мертвую".

"Мертвая" вода обычно насыщена чужеродными веществами и вибрациями. Часто такая вода была подвержена воздействию электромагнитного излучения, обычно искусственного происхождения, и загрязнена различными физическими и энергетическими примесями. Воду из водопровода и бутилированную воду обычно можно считать "мертвой" водой.

"Живая" вода - она другая. Она более "живая", более "мокрая" - в том смысле, что она лучше растворяет и выводит из тела продукты жизнедеятельности и токсины. Эта вода очень близка по своим свойствам к межклеточной жидкости, и наши обезвоженные и истощённые клетки с благодарностью впитывают её оживляющие вибрации.

Такую воду называют по-разному: заряженная, структурированная или реструктурированная, шестигранная, организованная вода, вода с уменьшенным размером кластера, и многими другими именами.

Лучший источник "живой" воды - это природный родник. Часто родниковая вода имеет немного мерцающий голубоватый оттенок. Считайте, что вам очень повезло, если у вас есть вода из такого источника. Но не стоит унывать, если поблизости нет родника: существует много способов "зарядить" обычную воду.



В интернете вы можете найти огромное количество сайтов, продающих всевозможные приборы, таблетки или кристаллы для "зарядки" воды. Мы не можем рекомендовать какой-либо из этих методов и хотим рассказать о простом способе, как улучшить качество воды. Этот способ основан на цветотерапии и не требует применения никаких специальных приборов или химических добавок. Мы называем этот способ методом Голубой Солнечной Воды.

Что такое Голубая Солнечная Вода?

Голубая вода - это не что иное, как обычная питьевая вода, настоянная на солнце в бутылке голубого цвета в течение определённого времени.

Почему используется именно голубой цвет?

- ❖ Голубой цвет обычно ассоциируется с отдыхом, расслаблением, сном, восстановлением и общением.
- ❖ Голубой цвет снижает кровяное давление и частоту пульса, уменьшает нервозность и стресс. Этот цвет вообще очень успокаивающий и умиротворяющий.
- ❖ Голубой цвет очень эффективен при лечении головных болей и нарушений сна.
- ❖ Этот цвет также очень эффективен для медитации, духовного роста, развития умственных способностей и для общения.
- ❖ Голубой цвет успокаивает и способствует развитию творческих способностей.

Как приготовить Голубую Солнечную Воду

- ❖ Налейте обычную питьевую воду (из-под крана, купленную в магазине, артезианскую и т.п.) в бутылку из голубого стекла. Можно использовать любой оттенок голубого - от тёмного кобальтового до светло-бирюзового.
- ❖ Закройте бутылку неметаллической пробкой. Можно взять пластиковую или натуральную пробку или даже использовать кусок ткани, чтобы закрыть горлышко бутылки от попадания мошек. Металлические пробки использовать нельзя.
- ❖ Поставьте бутылку на улицу в дневное время хотя бы на один час. Не обязательно ставить бутылку прямо на солнечный свет, но обязательно бутылка должна стоять на открытом месте, а не в коробке или в помещении. Например, бутылка может стоять в тени на веранде. Ничего страшного, если солнце закрыто тучами - достаточно обычного дневного света.
- ❖ Бутылка обязательно должна быть на улице - приготовить солнечную воду через оконное стекло не получится. Оконное стекло отфильтровывает важную часть солнечного света до того, как свет попадает на голубое стекло и тем самым нарушает процесс.
- ❖ Если бутылка находится на открытом месте, там, куда попадает дневной свет (даже если это место в тени), вы получите Голубую Солнечную Воду.
- ❖ Чем дольше бутылка стоит на свету, тем сильнее "заряжается" вода. Можно оставить воду на улице на целый день. Вы также можете оставить воду и на ночь, чтобы "поймать" самые первые лучи солнца на рассвете. Считается, что первые утренние лучи содержат особенно сильные вибрации.
- ❖ Когда солнечная вода готова, вы можете хранить её в любой посуде, в том числе и в пластиковой. Вы даже можете использовать металлическую крышку, когда процесс "зарядки" уже закончен.
- ❖ Вы можете "зарядить" большой объём воды, используя готовую Голубую Солнечную Воду. Просто заполните ёмкость обычной питьевой водой и затем добавьте немного готовой Голубой Солнечной Воды. Вся вода в ёмкости улучшится.

Как использовать Голубую Солнечную Воду

- ❖ Просто пейте Голубую Солнечную Воду, чтобы увлажнить и освежить ваше тело, чтобы помочь вывести токсины и ускорить излечение. Можно также полоскать горло этой водой.
- ❖ При готовке с использованием Голубой Солнечной Воды улучшается вкус продуктов.
- ❖ Принимайте ванны с этой водой. Это поможет освежить и очистить тело. Имейте в виду, "зараженная" вода делает волосы темнее, поэтому не используйте много "заряженной" воды для мытья головы, если хотите сохранить светлый цвет волос.
- ❖ Поливайте такой водой свои комнатные и садовые растения.

Начав использовать Голубую Солнечную Воду, вы обязательно почувствуете, какую пользу она приносит вашему здоровью. А прямо сейчас вы можете поискать информацию в интернете, и вы удивитесь, что люди пишут об этой замечательной живой воде.

Источники:

<http://www.life-enthusiast.com/nhs02-super-hydrate-with-energized-water-a-5358.html>

http://www.energizewater.com/index_files/wiew1.htm

<http://rajanjolly.hubpages.com/hub/Health-Benefits-Of-Water-Blue-Water>

<http://www.robinskey.com/blue-solar-water/>

http://www.blueiris.org/community/index.php?option=com_content&view=article&id=87&Itemid=131

Диета при Астме



Астма - это хроническое заболевание, вызывающее повторяющиеся приступы нехватки дыхания, одышку и хрипы. Острота и частота приступов варьируется от пациента к пациенту. Во время приступа слизистые оболочки бронхов опухают, вызывая сужение дыхательных путей и снижая доступ воздуха в лёгкие.

Ключевые Факты от Всемирной Организации Здравоохранения

- ❖ Астма - это хроническое заболевание дыхательных путей (бронхов).
- ❖ Это наиболее распространённое хроническое заболевание у детей.
- ❖ Наибольшее число летальных исходов от астмы приходится на страны с низким уровнем доходов населения.
- ❖ Основной причиной приступа является вдыхание веществ (в газообразном виде или в виде пыли), вызывающих аллергическую реакцию или раздражающих поверхности бронхов.
- ❖ Медикаменты помогают контролировать протекание болезни. Избегание веществ, вызывающих аллергию, также помогает снизить тяжесть заболевания.
- ❖ Астма с трудом поддаётся излечению, однако применение правильных способов контроля заболевания позволяет больным жить полноценной жизнью.

Причины заболевания

Причины заболевания астмой до конца не изучены. Основные факторы риска развития астмы - это сочетание генетической предрасположенности и неблагоприятной окружающей среды, содержащей вещества, могущие вызвать аллергическую реакцию. К таким веществам относятся:

- ❖ аллергены домашнего происхождения, такие как пылевые клещи, частички коврового покрытия или мягкой мебели, шерсть домашних животных и т.п.
- ❖ пыльца растений, споры плесени
- ❖ табачный дым
- ❖ химические вещества, используемые в промышленности
- ❖ загрязнение воздуха

Другими причинами могут быть холодный воздух, физические упражнения или сильные эмоции, такие как гнев или страх. Астма даже может быть вызвана некоторыми медикаментами, например аспирином и другими противовоспалительными препаратами или бета-блокаторами (эти лекарства применяются при лечении высокого кровяного давления, заболеваний сердца и мигрени).

Диета

Питание играет важную роль в жизни больных астмой. Правильная диета может снизить гиперчувствительность иммунной системы, и она будет меньше реагировать на загрязнение воздуха и аллергены. Определённые продукты помогают уменьшить число свободных радикалов в теле, что может привести к снижению частоты и тяжести приступов и также улучшает работу лёгких. Правильно подобранная диета однозначно оказывает положительное влияние на протекание болезни. Также необходимо принимать пищу небольшими порциями через регулярные промежутки времени, избегать переедания, которое перегружает желудок и может вызвать приступ астмы.

Учёные обнаружили, что у больных, потребляющих с пищей много витамина С и Е, бэта-каротина, флавоноидов, магния, селена и жирных кислот Омега-3, заболевание протекает в более лёгкой форме. Многие из этих веществ также являются антиоксидантами, что защищает наши клетки.

- ❖ **Пища, богатая витамином С:** Свежие фрукты и овощи очень важны для здоровья лёгких. Витамин С очень помогает тем пациентам, у которых астма вызвана физическими нагрузками. Виноград, томаты, ананасы, арбузы, цитрусовые, киви, зелёные листья горчицы, сырая капуста, шпинат, цветная капуста, морковь, сладкий перец, петрушка - все эти продукты богаты витамином С.
- ❖ **Пища, богатая витамином В:** Это листовые овощи, бобовые, семечки, сушёный инжир, который также является источником магния. Зелёные листья содержат много антиоксидантов, что уменьшает число свободных радикалов, могущих вызывать приступы астмы. Если вы не можете есть овощи сырыми, немного отварите их на пару. При таком способе овощи сохраняют большую часть питательных веществ и усваиваются лучше.
- ❖ **Пища, богатая Омега-3:** это некоторые виды рыбы, такие как лосось, тунец и сардины. Также много этих жирных кислот в грецких орехах и льняных семечках. И хотя доказательств, что эти продукты помогают при астме, пока немного, известно, что Омега-3 оказывает положительное влияние на наше здоровье, так что смело включайте эти продукты в ваше меню.
- ❖ **Пища, богатая витамином Е:** это репа, соя, масло из проростков пшеницы и семечки. Люди, употребляющие в пищу большое количество витамина Е, реже подвержены заболеванию астмой, т.к. приём витамина Е значительно улучшает работу лёгких.
- ❖ **Избегайте гидрогенизированные жиры и жирные кислоты Омега-6.** Существуют доказательства, что употребление этих жиров, содержащихся в некоторых маргаринах и продуктах, готовых к употреблению, могут осложнить протекание астмы и также нанести другой вред нашему здоровью.

Дополнительные советы

- ❖ По возможности используйте оливковое масло только первого холодного отжима.
- ❖ Уменьшайте количество соли. Используйте вместо соли пряности, например базилик, пажитник, шалфей, кориандр и орегано. (Также можно нарезать на маленькие кусочки стебельковый сельдерей, высушить их и потом размолоть на кофемолке. Получившийся порошок отлично заменяет соль и имеет очень приятный пряный запах. - прим. переводчика) Большинство из этих специй содержат розмариновую кислоту - сильный антиоксидант, способный нейтрализовать свободные радикалы и также блокировать выработку лейкотриенов, веществ, поддерживающих воспалительный процесс.
- ❖ Используйте пряности, которые возбуждают пищеварение. Например, имбирь, чеснок, чёрный перец, длинный индийский перец, зиру, корицу, кардамон и гвоздику.
- ❖ Куркума служит и для профилактики астмы, и для лечения. Для профилактики принимайте одну чайную ложку куркумы вместе с двумя ложками мёда или стаканом тёплого молока два раза в день на пустой желудок. Если принимать куркуму перед началом приступа или во время него, то это принесёт облегчение и снизит интенсивность приступа.
- ❖ Рекомендуются принимать от 40 до 50 гр. белков в день. Козье молоко очень полезно для астматиков.
- ❖ Ликопин, известный за свои антиоксидантные свойства, хорошо помогает тем больным, астма у которых вызвана физическими нагрузками. Хороший источник ликопина - это томаты, гуаява, абрикосы, арбузы, папайя и сладкий перец красного цвета.
- ❖ Ужинайте легко и не позднее, чем за два часа до сна. Пейте много воды, так как это помогает очистить кишечник.
- ❖ Дыхательные упражнения (пранаяма), йога и медитация могут быть полезны. Только убедитесь, что будете обучаться этим вещам у настоящего эксперта.
- ❖ У младенцев и детей недостаток витамина А приводит к подверженности заболеваниям бронхов. Поэтому включайте в меню много морковки, помидоров, шпината, абрикосов, клубники и других продуктов, богатых витамином А.

Предосторожности

- ❖ Избегайте продуктов с высоким содержанием сульфитов, например промышленные сухофрукты, креветки, вино, бутилированный лимонный и лаймовый соки. Избегайте консервантов, так как они могут спровоцировать астму.
- ❖ Спелые бананы, апельсины, кислые фрукты, лимоны, кислые фруктовые соки и соленья могут спровоцировать астму.

- ❖ Ограничьте употребление крахмалистой пищи, такой как рис, картофель и чечевица, так как они вызывают сужение бронхиальных артерий.
- ❖ Частое употребление кофе и курение ведут к огрублению бронхиальных сосудов, что вызывает бессонницу и волнение. Курение также ведёт к хроническому бронхиту, что может послужить причиной развития астмы.
- ❖ Ограничьте потребление молока и молочных продуктов, сои, яиц, пшеницы, арахиса, рыбы, моллюсков и лесных орехов.
- ❖ Избегайте очень холодных напитков и соков, так как они увеличивают воспалительные процессы в бронхах и лёгких.

Правильно подобранная диета помогает больным снизить остроту и частоту приступов астмы и жить нормальной жизнью.

Примечание: При заболевании астмой, мы рекомендуем в дополнение к консультациям у терапевта, проконсультироваться и у диетолога по поводу изменения диеты и дополнительных способов лечения.

http://www.ehow.com/way_5510096_protein-diet-asthma-patients.html
<http://www.onlymyhealth.com/diet-healthy-asthmatic-patient-1332419278>
<http://www.yourasthmatreatment.com/diet-asthma-patients.htm>
<http://www.natural-cure-guide.com/asthma-and-diet.ht>
<http://www.webmd.com/asthma/guide/asthma-diet-what-you-should-know>
<http://www.who.int/topics/asthma/en/>

❧ Вопросы и ответы ❧

1. **Вопрос:** Каким образом лучше хранить набор 108СС?

Ответ: При хранении дома, старайтесь, чтобы набор находился не ближе одного метра от источников радиации, таких как мобильный или беспроводной телефон, микроволновка, телевизор и компьютер. При путешествиях, особенно на самолёте, лучше всего обернуть набор обычной пищевой фольгой со всех шести сторон.

+++++

2. **Вопрос:** Что делать, если я считаю, что мой набор подвергся воздействию радиации?

Ответ: Если вы подозреваете, что Ваш набор 108СС подвергся воздействию радиации или излучения, то Вам нужно перезарядить Ваш набор. Для этого обратитесь к своему преподавателю или координатору.

+++++

3. **Вопрос:** При какой температуре нужно хранить набор 108СС? Можно ли кратковременно подвергать набор сильному нагреву или охлаждению, например, хранить набор в багажнике при путешествии.

Ответ: Лучше всего хранить набор в тёмном месте при комнатной температуре. Я не рекомендую перевозить набор в багажнике в жаркую погоду. В таком случае держите набор в салоне, и ещё лучше, в термоизолированном ящике. Не нужно хранить набор или бутылочки с шариками в холодильнике.

+++++

4. **Вопрос:** В нашей семье мы пьём воду из металлических стаканов. Влияет ли это как-то на комбо, которые мы готовим в стеклянных стаканчиках, используя неметаллические ложки?

Ответ: Вы можете пользоваться металлической посудой, и это никак не влияет на комбо. Просто следите за тем, чтобы комбо и шарики не контактировали с металлическими объектами, например ложкой или стаканом.

+++++

5. Вопрос: Если разобьётся или треснет бутылочка со спиртовым раствором комбо, можно ли использовать остатки раствора, чтобы сделать комбо в новой бутылочке?

Ответ: Можно, только убедитесь, что в растворе нет осколков стекла.

6. Вопрос: Если я хочу сделать новую бутылочку, достаточно ли одной капли из старой?

Ответ: Да, одной капли достаточно.

7. Вопрос: Если у меня практически закончился комбо в бутылочке, могу ли я просто заполнить бутылочку алкоголем, чтобы сделать больше комбо?

Ответ: Конечно можете. После доливки алкоголя, обязательно встряхните бутылочку девять раз, ударяя её о ладонь другой руки.

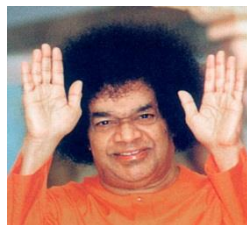
8. Вопрос: Нужно ли оборачивать бутылочку с шариками фольгой или убирать её в алюминиевую коробку, если я беру шарики с собой в путешествие или на работу?

Ответ: Фольга, несомненно, даёт дополнительную защиту от излучений.

9. Вопрос: Как можно проверить, защищает ли мой алюминиевый ящик от излучений?

Ответ: Можно выполнить простой тест. Положите ваш мобильный телефон в ящик, закройте ящик и позвоните на свой мобильный номер с другого телефона. Если ящик даёт достаточную защиту, телефон в ящике не будет звонить. А если открыть ящик, то телефон зазвонит!

Если у вас есть вопросы к доктору Аггарвалу, отправляйте их на news@vibrionics.org



☪ БОЖЕСТВЕННОЕ СЛОВО ОТ ЦЕЛИТЕЛЯ ВСЕХ ЦЕЛИТЕЛЕЙ ☪

“Всё, что вы едите, всё, что вы видите, всё, что вы слышите, всё, что ощущаете при помощи органов чувств - всё это оказывает сильное влияние на ваше здоровье”

...Сатья Саи Говорит. том 2, стр. 78

“...Если мы изменим наш взгляд на мир, мы ощутим спокойствие и умиротворённость. Когда люди смотрят на мир с любовью, они получают умиротворение. Все болезни будут исцелены. Большинство болезней возникает в уме. У всего есть психологическая основа. Когда человек считает, что с ним что-то не в порядке, у него развивается болезнь. Для здорового тела необходим здоровый ум. Но быть просто физически здоровым недостаточно. Человеку необходима милость Господа. Чтобы получить эту милость, нужно развивать в себе любовь к Господу. Сегодня любовь превратилась в какое-то шоу. Настоящая любовь происходит из сердца. Начните свой день с любовью, продолжите его с любовью и завершите с любовью - это путь к Богу. Если вы будете любить, болезни даже не приблизятся к вам”

...Санатана Сарати, 1995, стр. 117

« ОБЪЯВЛЕНИЯ »

Предстоящие семинары

- ❖ **Италия, Венеция:** курсы повышения квалификации и национальная конференция 31 августа 2013, обращаться к Manolis по почте manolistho@yahoo.it или по телефону +39-41-541 3763.
- ❖ **Польша, Вроцлав:** Семинар для опытных практикующих 13-15 сентября 2013. Обращаться к Dariusz Hebisz по телефону +48 606 879 339 или по почте wibronika@op.pl
- ❖ **Греция, Афины:** Семинар для начинающих практикующих и курсы повышения квалификации для практикующих 21-23 сентября 2013, обращаться к Vasilis по почте saivasilis@gmail.com или по телефону +30-697-2084 999.

Просьба ко всем тренерам сообщить расписание своих семинаров на е-мейл 99sairam@vibrionics.org

ВНИМАНИЕ

- ❖ Наш веб-сайт: www.vibrionics.org . Для доступа в закрытую часть Портала Практикующих Вам понадобится Ваш регистрационный номер практикующего.
- ❖ Если Ваш адрес электронной почты изменился, пожалуйста, сообщите нам об этом при первой возможности по адресу news@vibrionics.org
- ❖ Вы можете поделиться этой рассылкой и с Вашими пациентами. Пожалуйста, проинструктируйте их обращаться со всеми вопросами только к Вам. Большое спасибо за Вашу помощь и поддержку.

Джей Сай Рам !

Сай Вибрионикс . . . к совершенству в доступной медицине – бесплатно для пациента