

Sai Vibrionika - Novice

www.vibrionics.org

“Kadarkoli vidite bolnika, obupano ali žalostno osebo, to je vaše področje služenja - seve.”
...Sri Sathya Sai Baba

Leto 8 Številka 6

Nov/Dec 2017

V tej številki

☞ Z mize Dr Jit K Aggarwala	1 - 2
☞ Profili zdravilcev	2 - 6
☞ Primeri uporabe kombov	6 - 8
☞ Kotiček za odgovore	8 - 9
☞ Božanske besede Mojstra zdravilca	9
☞ Obvestila	10
☞ Dodatek	10 - 13

☞Z mize Dr Jit K Aggarwala☞

Dragi zdravilci

Imam blagoslov, da vam lahko pišem ob tej priložnosti 92 rojstnega dne našega ljubljenega Gospoda Sri Sathya Sai Babe. Njegove besede imajo tako močne zdravilne vibracije – že samo branje ali poslušanje lahko povzroči večjo preobrazbo v našem splošnem počutju. Zato si predstavljajte, kakšno srečo imamo, da nam je dal priložnost, da širimo njegove zdravilne vibracije v obliki vibrionike; to je zares poseben privilegij!

V tej številki obračamo pozornost na Francijo in predstavljamo 4 francoske zdravitelce, ki z nami delijo svoje izkušnje in z vibrioniko pošiljajo ljubezen z velikim navdušenjem in ponižnostjo. Prepričan sem, da bodo ti profili služili za motivacijo in uresničenje višjega cilja v našem življenju. To je vedno primer pri meni, kadar berem profil kolegov zdravilcev. Vse zdravitelce na svetu prosim, da dobijo navdih v teh profilih in pošljejo svoje profile svojim domačim ali deželnim koordinatorjem.

Z žalostjo vam sporočam novico, da se je naša draga sestra **Anna** ^{02554...Italija} podala na božjo pot k našemu Gospodu v tem mesecu. Pogumno se je borila s svojo boleznijo in ves čas služila bolnikom ter opravljala druge administrativne dolžnosti prav do konca. Njen prispevek za vibrioniko je bil izjemen. Več let je bila koordinatorka skupaj s svojim možem za Italijo. Organizirala je več delavnic v Italiji, učila vibrioniko v domačem jeziku in tudi prispevala veliko odličnih primerov zdravljenja. Njen odhod pušča veliko praznino v našem vodstvu v Italiji. K Swamiju molimo ob tej posebni priložnosti njegovega rojstnega dne z željo, da se njena duša združi z njim!

Kakor vedno korakamo naprej na organizacijskem področju, neprestano najdemo boljše načine dela in sodelovanja. Sporočam, da smo z namenom za izboljšanje varnosti in zasebnosti v zvezi z našimi viri znanja naredili nekaj sprememb za obe liniji

(websites), <http://vibrionics.org> in <https://practitioners.vibrionics.org>. Takoj stopi v veljavo, da stara gesla niso več veljavna in vsi uporabniki morajo spremeniti svoja gesla (če tega niso storili v zadnjem mesecu) za dostop na področje zdravilcev na obeh linijah (websites), tako da kliknete na "Forgot Password?" linijo pod zapisom "Login" in potem sledite navodilom. Želimo, da imate enako geslo na obeh linijah.

Vemo, da čas nikogar ne čaka. Zato je za nas pomembno, da živimo 'tukaj in zdaj' in upoštevamo, da je vsak trenutek pomemben. To pravim, ker se svetovna modrost strinja, da nikoli ni bilo boljšega trenutka kot 'zdaj', da prilagodimo naše zavedanje z ustvarjalnimi silami univerzuma, to pomeni, da univerzum deluje skozi nas. Kadar služimo v tem načinu zavedanja in v odnosu popolne predaje, se naše notranje ravnovesje obnovi. Potem se sinhroniziramo z našim brezčasnim Self – seboj in občutimo najvišjo obliko izpolnitve. To je skrivnost stanja blaženosti v vibrioniki ali kateremkoli drugem nesebičnem služenju. To je resnični namen življenja!

Od srca molim k našemu ljubljenemu Swamiju ob njegovem rojstnem dnevu, da nas vse blagoslovi in da sledimo njegovemu reku : "Ljubite vse – služite vsem". Naj bodo bitja vseh svetov srečna!

Z ljubezniho služimo Saiju
Jit K Aggarwal

☞ Profili zdravilcev ☞

Zdravilec^{03527...Francija} se je prvič srečal s Sai Babo leta 1995, ko je preživel 2 tedna v Prashanthi Nilayamu. To je bila posebna izkušnja. Že nekaj desetletij se globoko zanima za alternativne oblike zdravljenja, vendar ni izbral nobenega. Spoznal je sistem meridianov in čakrov in si želel, da bi se naučil ene oblike zdravljenja. Bil je prepričan o škodljivih stranskih učinkih alopatskih zdravil in o njihovem omejenem zdravljenju znakov, ne pa vzrokov bolezni. Ko pa je spoznal vibrioniko preko francoskega koordinatorja ⁰¹⁶²⁰, ga je takoj pritegnila zaradi vodilnih načel/korenin kot univerzalni duhovni sistem alternativnega zdravljenja. Takoj se je odločil za študij vibrionike po internetu (website). Začel se je zdraviti za svoj kronični problem s hrbtenico in hkrati se je prijavil za tečaj vibrionike. Zaveda se, da je Swami poznal njegovo globoko željo, da pomaga in služi. Pravi, da je imel načrt za njega in je z ljubeznijo skrbno pripravljaj njegovo dušo vsa leta od obiska v Prashanti Nilayamu. Tako je bil pripravljen, da se pridruži temu holističnemu zdravljenju.



Tukaj navaja svojo osebno izkušnjo pri zdravljenju hrbtenice. Januarja 2014 je slikanje hrbtenice pokazalo degenerativno artrozo in zdrs ploščice v predelu L4-L5. Njegov nevro specialist je priporočal operacijo; zdravilec se za to ni odločil in je poiskal vibracijsko zdravljenje pri **zdravilcu⁰¹⁶²⁰** maja 2015. Takoj ko je opravil tečaj in dobil potrdilo kot AVP (asistent) junija 2015, se je začel sam zdraviti s tem zdravilom: **CC18.5 Neuralgia + CC.20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine...TDS** v vodi.

Po 2 letih je novo slikanje hrbtenice pokazalo, da se je degeneracija popolnoma ustavila. Verjame, da se proces zdravljenja še nadaljuje in da je bil rešen operacije zaradi rednega zdravljenja z vibrioniko in predvsem zaradi Swamijeve ljubezni.

Zdravilec je prepričan, da mora zdravilec vibrionike imeti samozaupanje in samozavestno komunicirati z bolniki, da razvijejo zaupen odnos z njim. Samo če bolnik zaupa svojemu zdravilcu, lahko dobi terapijo, ki mu pomaga ustvariti harmonijo v umu, srcu in življenju. Poudarja, da je to bistveno, saj Swami pravi, da vse bolezni nastanejo na mentalni in čustveni ravni bivanja. Zdravilec je tudi opazil, da se zaradi povečanih vibracijskih ravni našega planeta vedno več ljudi počuti nestabilno, depresivno in trpijo zaradi nespečnosti, ker se njihove negativne nagnjenosti povečujejo. Za vse bolnike predlaga 2 dodatni zdravili:

Za mir in vedrost:

CC15.1 Mental & Emotional tonic ali **CC15.2 Psychiatric disorders**, odvisno od jakosti bolnikovega stanja...**eno dozo na 10 minut** za eno ali 2 uri, da se bolje počutijo.

Za dobro spanje:

CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.6 Sleep disorders

Zdravilec razlaga primer 28-letne ženske. Našla ga je na forumu naravne medicine na internetu, da ji pomaga zdraviti kronične bolečine v hrbtenici. V času terapije se je odprla in zaupala zdravilcu, da ima zelo težek odnos z materjo; zaradi tega so jo poslali v psihiatrično ustanovo za 6 do 7 let. Ko se je vrnila domov, jo je mati nagnala od hiše. Po poslušanju te boleče zgodbe ji je zdravilec dal gornja 2 komba. Po 9 mesecih zdravljenja je bolnica izjavila, da "si ni nikoli predstavljala, da bi se njeno dobro počutje nekega dne obnovilo."

Zdravilec pravi, če so bolniki sprejemljivi za takšno spodbudo za dobro počutje, bi jim predlagali, da se vključijo v podobno "zdravilno mantra", ki jo tukaj omenjamo, da na novo programirajo svojo podzavest in zamenjajo stalni negativni miselni vzorec s pozitivno okrepitevijo: *"Čeprav me moje telo, moji možgani in mental begajo, sem srečen in odličnega zdravja; nič ne more ustaviti samo zdravilnega procesa do popolne obnove moje božanske popolnosti"*. Predlaga, da bi morali ne glede na bolnikovo vero ali prepričanje svetovati, da imajo duhovno vadbo, ki jim pomaga na njihovi poti skozi življenje in v času zdravljenja.

Z velikim uspehom je uporabljal naslednje zdravilo proti bolečinam: **NM59 Pain + SR348 Cortisone + nozodo Doliprana (paracetamol)...pogosto** v vodi, dokler je potrebno. To bi morali zdravilci nositi s seboj kot nujni kombo za bolečine. Ta zdravilec ima veliko uspešnih primerov z zdravljenjem živali in rastlin ter s kroničnimi boleznimi, kakor so potovalna slabost, prsne infekcije ter v ustih in zobeh, diabetes, rane krčnih žil, rakava cista, težave z dojkami, venska krvavitev, konstipacija, odpoved ledvice, inkontinenca, problemi krvnega obtoka in uremia.

Predstavlja nam primer 63-letnega diabetika (več kot 6 let), ki je imel še alergijo in ekcem od 18 leta. V zadnjih nekaj letih je imel rano na zunanji strani leve noge spodaj, ki se z alopatskimi zdravili ni zacelila. Medicinska sestra ga je vsak drugi dan obiskala in previjala rano. Tudi po 17 mesecih je gnoj še tekkel iz okužene rane, ko je bolnik prišel k zdravilcu 8 oktobra 2016.

Dal mu je: **CC3.7 Circulation + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.3 Skin allergies + CC21.11 Wounds and Abrasions...TDS** v vodi. Rano je čistil vsak dan s koloidalnim srebrom en teden, potem pa je še uporabljal: **CC21.11 Wounds and Abrasions** v vodi.

24 oktobra je gnoj prenehal teči in medicinska sestra je 1 novembra potrdila, da je vsaj 50% izboljšanje, (glejte slike).



November 2016



February 2017



May 2017

12 novembra je zdravilec začel zdraviti diabetes, za katerega je bolnik jemal zdravilo Novonorm v tabletah; zato je dodal **CC6.3 Diabetes** gornjemu zdravilu. Po 2 mesecih je izločil **CC10.1 Emergencies** iz tega komba. V naslednjih 4 mesecih se je krvni sladkor nižal, zato je zdravnik počasi zniževal dozo Novonorma do nič v maju 2017. Krvni sladkor je ostal normalen do zdaj, bolnik pa še jemlje vibro zdravilo TDS. Infekcija rane na krčni žili je izginila do februarja 2017 (poglejte sliko), druge rane pa so se zacelile do maja 2017, noga je bila še delno rdeča.

Zato je zdraveilec naredil zdravilo **CC3.7 Circulation + CC21.3 Skin allergies** v sezamovem olju za mazanje noge. Slika iz avgusta 2017 kaže popolnoma ozdravljeno nogo.

Zdravilec je opravil tečaj za VP aprila 2016 in zdaj želi opraviti še tečaj za SVP (višjega zdravilca), da bi lahko uporabljal strojček, ki bi mu omogočil več možnosti zdravljenja. Ker je bil učitelj angleščine, je srečen, da ima blagoslov za dodatno služenje kot eden od prevajalcev novic. Francoskemu koordinatorju pomaga z drugimi prevodi in na delavnicah. Kot dober pripomoček uporablja tudi nihalo v duhu popolne predaje Bogu, da mu pomaga izbrati pravilen kombo za bolnike.

Zaključuje z naslednjimi besedami modrosti za vse nas : "Smo mikrokozmos v velikem makrozozmosu, vsi medsebojno povezani. Kadar nekje zboli neka celica, to vpliva na ves makrozozmos. Naša dolžnost je, da delujemo in obnavljamo splošno harmonijo, najprej v sebi, ker to vpliva in obnavlja harmonijo v vsem univerzumu. Samastha Loka Sukhino Bhavantu".



August 2017

+++++

Zdravilka 03528...Francija



se je šolala za optiko, sluh in kot 'entrepreneur', zdaj v pokoju. Prvič je bila v Prashanti Nilayamu leta 1985, kjer je ostala 4 mesece in se poglobila v božansko ljubezen. Še danes se spominja tistih posebnih dni kot najlepših v svojem življenju. Prvič se je srečala z vibrioniko leta 2012, ko je bila ponovno v ašramu, da okreva po kronični utrujenosti zaradi preveč dela. Težko je hodila in je imela bergle, ko jo je prijateljica seznanila z vibrioniko, da se je lahko vrnila v Francijo brez bergel!

Takrat je bila blizu upokojitve in je jemala več alopatskih zdravil za kronične zdravstvene težave. Spominja se, da je zopet srečala prijateljico **zdravilko** 01620 in začela jemati vibrioniko kot boljšo opcijo. Tako je ozdravila 2 zdravstveni težavi – zlom v desnem femurju in probleme po dolgi operaciji, med katero je imela odpoved srca. Že čez nekaj mesecev si je zlomila še levi femur. Ker je osebno doživela čudovito zdravljenje, je imela močno spodbudo, da se sama nauči vibrioniko. Tako

je uspešno opravila tečaj za AVP v Franciji junija 2015, ko se je še zdravila zaradi zloma, nato pa je opravila še tečaj za VP aprila 2016.

Ta zdravilka je imela posebne uspehe z živalmi, rastlinami in ljudmi s škatlo 108CC kombov in je zdravila depresijo, anksioznost in različne akutne bolezni (kadar se je zdravljenje hitro začelo) ter stranske učinke po kemoterapiji.

Za zdravljenje kroničnih bolezni svetuje, da bolniki najprej očistijo svoje domove s pršenjem zdravila **CC17.2 Cleansing** (3 pilule v 100ml) enkrat tedensko in uvedejo spremembe v prehrani, kakor svetujejo naše novice. Zdravilka je prepričana, da sprememba v prehrani koristi na več načinov: zmanjša zadrževanje vode, okrepi srce, jetra in žolčnik, popravi kislino, odstrani kandido Albicans, zopet vzpostavi hormonsko ravnovesje, okrepi imunski sistem in vitalnost ter poveča samospoštovanje in samozaupanje.

Nato daje naslednje zdravilo, ki ga imenuje "Wellbeing – dobro počutje": **CC3.1 Heart tonic + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.10 Indigestion + CC8.1 Female tonic (ali CC14.1 Male tonic) + CC12.1 Adult tonic + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC15.2 Psychiatric disorders...TDS** v vodi. Dodatno še uspešno uporablja zdravilo za 'živčnost, depresijo in anksioznost', kakor ga je priporočil **zdravilec** 01180...Bosna v novicah maja-junija 2016.

Ta zdravilka ima protokol za znižanje raka za vse bolnike, ki imajo alo patsko zdravljenje in to jih tudi zaščiti pred stranskimi učinki: **CC2.1 Cancers-all + CC2.3 Tumours & Growths + remedy for specific part of the body...OD** 4 tedne, potem pa še: **CC2.1 Cancers-all...1** dozo na mesec 6 mesecev, nato 1 leto vsake 3 mesece in 1 dozo letno naslednjih 7 let. To zdravilo tudi daje mentalni in čustveni mir. Bolniki morajo imeti pravilno prehrano, ostati aktivni in vedno pozorni na pozitivne misli, besede in dejanja.

Predstavlja nam primer 62-letnega moškega, ki je imel limfom v limfnih bezgavkah v vratu in je imel kemoterapijo na 3 tedne. Po vsaki terapiji je bruhal, imel bolečino v prsih in srbenje v roki (po opeklini v starosti 25 let). Jemal je tudi zdravilo za redčenje krvi. Za limfom mu je dala: **CC2.1 Cancers-all + CC2.2 Cancer pain + CC2.3 Tumours & Growths + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic** in za stranske učinke kemoterapije: **CC3.4 Heart emergencies + CC3.5 Arteriosclerosis + CC3.7 Circulation + CC4.1 indigestion tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.2 Skin infections**, obe zdravili v vodi...**6TD** na dan kemoterapije in naslednji dan, potem **TDS**. Čez 2 tedna je bolečina v prsih izginila, po naslednji kemoterapiji tudi bruhanje in srbenje. Potem je bolnik imel še 4 terapije brez vseh stranskih učinkov.

V drugem primeru je 68-letna ženska imela stranske učinke po cepljenju za tuberkulozo od četrtega leta. Imela je slaba jetra in ponavljanje hepatitisa, vročino in poliartritis. Žolčnik so ji odstranili pri starosti 35 let. 11. novembra 2015 ji je zdravilka dala: **CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC12.4 Autoimmune diseases + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.3 Arthritis + CC20.5 Spine**. Že po 4 tednih so se jetra izboljšala za 50% in prvič v življenju je lahko uživala božično večerjo, ki je pred tem njen prebavni sistem ni prenašal! Dali so ji tudi **CC4.1 Digestion tonic** in čez 2 meseca so bila jetra zdrava, da je lahko jedla vso hrano.

Zdravilka ima na vrtu več posod za deževnico, h kateri dodaja **CC1.1 Animal tonic**. Sosednje mačke pijejo to vodo in zdravilka opazuje njihovo dobro zdravje.

Zelo je hvaležna Sai Babi za to priložnost, da lahko služi kot vibro zdravilka; to ji daje večji smisel v življenju (pravi: "življenje je zdaj vredno živeti!") in ji je pomagalo, da zna bolje prisluhniti trpljenju drugih. Pušča nam to sporočilo: "Naše najbližje bi morali še bolj ljubiti in opravljati dobra dela brez pričakovanja

povračila. Zavedajmo se, da vse kar storimo za druge, delamo tudi za sebe. Če se odločimo za dobra dela, postanemo orodje v božji službi.”

+++++
Zdravilkar^{03556...Francija}



prihaja iz severne Francije blizu belgijske meje. AVP zdravilka je postala pred kratkim junija 2017. Vibro skupnosti se je pridružila potem, ko je srečala nenavadnega moškega, ki je navdušeno govoril o vibrioniki. Spodbudil jo je, da bi služila s srcem in pomagala bolnim ljudem v stiski. Predstavil jo je francoskemu **koordinatorju**^{01620...}, ki je odličen učitelj. Naučila se je zdraviti z velikim sočutjem in ljubeznijo. Tako pravi, : “Iskala sem preprosto in učinkovito zdravilno metodo za sebe, družino in ljudi v bližini. Odkrila sem vibrioniko.”

Klima pri njih je zelo vlažna z malo sonca, zato se večina prebivalcev slabo počuti in razširila se je depresija. Večina ljudi je zasvojena z alopatskimi zdravili, ki jih veliko uporabljajo. To povzroča škodljive stranske učinke in ker jih preveč uporabljajo, nekatera zdravila niso več učinkovita! To je velika priložnost za njo, da lahko služi in ji pomeni resnično čast, da lahko pomaga olajšati trpljenje. Zato pravi : “Počutim se koristna in imam vtis, da sem nekaj upanja.”

V nekaj mesecih svoje prakse je že zdravila boilnike z različnimi problemi, kakor so prehlad, močna utrujenost, fibromialgija, alergije, multipla skleroza, cista, nosni polipi, zobobol, boleča menstruacija. Ko je negotova, uporablja nihalo, da izbere pravilni kombo. Poklicali so jo za zdravljenje živali in uspeh je bil poseben in hiter. Takoj po opravljenem tečaju je zdravila ‘okrasno’ kokoš, ki so jo več tednov mučili petelini. Izgubila je voljo do življenja, prenehala jesti in samo ležala z zaprtimi očmi. Dali so ji **CC1.1 Animal tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...BD** v vodi. Po 2 tednih je začela jesti in nato se je začela družiti z drugimi kokošmi. V drugem primeru nekaj 7 let starih kokoši ni neslo jajc. V vodo na dvorišču so dodali **CC1.1 Animal tonic**. Čez 15 dni je lastnik javil, da je dnevno dobil 1-3 jajca na kokoš.

7-letna Yorkshire psica je imela astmo in šum na srcu od 1 leta. Počutila se je zapuščeno, kadar lastnika ni bilo doma. Kadarkoli so bile težave, so ji dali alopatsko zdravilo Respil. Julija 2017 ji je zdravilka dala: **CC1.1 Animal tonic + CC3.4 Heart emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.3 Chest infections...BD** v vodi. Po 2 dneh so kljub dvigu vročine, ki ji je normalno poslabšala stanje, astma napadi prenehali. Ob zadnjem pogovoru čez 1 mesec ni več imela napadov astme.

Zdravilka je uspešno uporabljala vibracije tudi za zelenjavo na vrtu. Lani je imela samo 1 paradižnik zaradi rje na rastlinah. Letos je nekaj tednov poškopila s **CC1.2 Plant tonic...OD** in dobila 15kg lepih, sočnih paradižnikov!

Sama pravi : “Zelo sem vesela, da lahko pomagam od srca in ko vidim uspehe, se moje zaupanje še okrepi. Zares se počutim orodje v božjih rokah.”

+++++
Zdravilka^{03546...Francija}



67 let, je spoznala Swamija leta 1982. Zdravilka AVP je postala junija 2016, z vibrioniko pa se je srečala že prej v ašramu, ko ji je njena sostanovalka **zdravilka**^{02667...UK-Združeno kraljestvo}, ki je tudi pela v božičnem zboru, dala vibro zdravila za prehlad. Nato je več let, preden je postala zdravilka, ob vsakem obisku ašrama prinesla v Francijo stekleničke zdravil, ki jih je dajala prijateljem slednikom za prehlad.

Pravi, da več let ni jemala vibro zdravil, ampak je uporabljala Swamijev vibhuti. To se je spremenilo leta 2015, ko je dobila hudo bolečino v trebuhu in zdravnikova diagnoza je bila velika cista v jajčniku. Operacija ni uspela, ciste niso našli! Ob naslednjem pregledu so zdravniki našli zunanjo cisto na tankem črevesu in fibroide v maternici. Predlagali so še eno operacijo. Ni bil slučaj, da je v tistem času dobila e-mail od prijateljice, ki je imela knjigo o Prvi mednarodni konferenci v Puttaparthiju. Ker ni želela še ene operacije, je vzela e-m kot znak Swamija, naj sprejme vibrioniko. Odločila se je za obisk Puttaparthija in za vibro zdravljenje. Tam so jo uspešno ozdravili in čudežno rešili težke operacije. Tako je dobila spodbudo za tečaj vibrionike pri Dr Aggarwalu; to pa ni bilo mogoče, ker ni znala angleško. Na srečo je bil takrat v ašramu tudi francoski vibro koordinator, ki je kmalu načrtoval tečaj v Franciji.

Bila je navdušena, da bo kmalu uresničila svoje sanje in postala zdravilka, zato se je vrnila v Francijo v dobrem upanju. Svoji drugič noseči snahi je priporočila, naj poskusi vibrioniko, da poveča možnost normalnega poroda; zaskrbljena je bila, ker je prvič imela cesarski rez. Njihova družinska babica s 30-letnimi izkušnjami je bila prepričana, da je bil normalen porod pravi čudež. Pod vtisom tega uspeha je

snaha vzela zdravila tudi za dojenje. Drugega otroka je dojila celih 18 mesecev, pri prvem pa je morala prekiniti že na 15 dan, ker je preveč trpela!

Te čudežne zdravilne izkušnje so vplivale na vso družino (tudi vnuke), da so postali ambasadorji vibrionike v svoji skupnosti. Vesela je, da ima več prijateljev in njihovih otrok rajši vibro zdravila kakor pa antibiotike; zdaj tudi nimajo več zdravljenja zobov in boleče rasti zob skupaj s črevesnimi težavami! O vibrioniki govorijo z radostjo in prepričanjem. Ta zdravilka ima vibrioniko za posrednika, da lahko poveže svoje bolnike z Bogom.

Uspešno je zdravila otroke za probleme z zobmi, prehlade, uši, ugrize insektov, otroške bolezni, depresijo, genetsko in 'epidermolysis bullosa' bolezen; odrasle za depresijo, raka, konjunktivitis, prehlad, diabetes, omotico, črevesne težave, preveliko težo, psorizao, ciste, jecljanje, izgubo las, lipomo, ledvice in prostato. Zdravilka pravi, da brezplačna terapija vibrionike ni dovolj cenjena pri mnogih bolnikih. Francija je socialistična država, ljudje ne plačujejo veliko za zdravje in množično uporabljajo alopatska zdravila. Šele ko se bolniki zavedajo škodljivih stranskih učinkov ali pa zaradi njih že trpijo, se obrnejo k alternativnim možnostim zdravljenja.

Je vegetarianka in bolnikom svetuje koristno vegetariansko hrano. Verjame, da je vibrionika zdravilo prihodnosti in je zelo hvaležna Swamiju, da jo je usmeril na to pot, ker ji je pomagala rasti in se na več načinov razvijati, okrepila je njena notranja čutila in splošno zavedanje.

Primeri :

- [Lyme disease - borelia, otroška travma](#)
- [Lumbago](#)

Primeri uporabe kombov

1. Lyme disease -borelia, otroška travma 03546...Francija

22 maja 2017 je 43-letni moški prišel k zdravilki zaradi borelie. Imel je vse znake te bolezni : izguba spomina, glavobol, bolečine v grlu in želodcu že 4 leta. Sklepi so ga tako boleli, da je moral ostati doma. Predled krvi ni potrdil te diagnoze in zdravniki so menili, da je to psihosomatski problem.

Zdravilka je bolniku predlagala 2 stvari. Lahko bi vzel čistilno zdravilo, ki ima lahko za posledico 'pullout' ali pa zdravilo za vse znake. Zdravilka je vedela, da je bolnik bil nezaželen otrok, pogosto so ga topli in v svojem otroštvu bil je priča poskusom samomora staršev. Dala mu je:

1. CC17.2 Cleansing...TDS

Naročila mu je, da se vsak dan javi. Prva 2 dni so se znaki poslabšali. Bolnik se je odločil nadaljevati TDS. Naslednji dan se je že bolje počutil in vse bolečine so minle v 7 dneh. Še 4 tedne je tako nadaljeval.

27 junija se je zdravilka odločila zdraviti še otroško travmo in mu je dala:

2. CC12.1 Adult tonic + CC15.2 Psychiatric disorders...TDS

Naslednja 2 tedna je bil brez sapa in utrujen, težko je tudi spal. Zdravilka je to razumela kot 'pullout', zato se je zdravljenje nadaljevalo. Že čez kratek čas so vsi znaki izginili. Oktobra 2017 se je bolnik dobro počutil in je bil navdušen s to vibro izkušnjo.

2. Lumbago UK 03546...Francija

57-letna ženska je imela lumbago od januarja 2017. V letih 2011 in 2016 so ji operirali femoralno arterijo, ker so v družini imeli žilne (vascular) probleme. Njen glavni znak je zdaj bila huda bolečina v lumbarnem predelu hrbtenice. Osem mesecev so jo zdravili z esencialnimi olji, a brez uspeha. Drugih zdravstvenih težav ni imela.

1 septembra 2017 je prišla k zdravilcu, ki ji je dal naslednje zdravilo:

CC12.1 Adult tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC18.5 Neuralgia + CC20.2 SMJ pain + CC20.4 Muscles & supportive tissue...6TD za 3 dni, potem TDS

Po 7 dneh je bilo 70% izboljšanje in po 2 tednih je bolečina izginila. Še en mesec je jemala TDS, nato BD en teden in OD 3 dni.

Ob koncu 2017 je bila bolnica srečna, da nima bolečin.

3. Ekcem ^{11585...Indija}

Zdravilčev prvi bolnik je bila njegova 16-letna hči. Že eno leto in pol je imela hudo srbenje, temne madeže in majhne papule na obeh nogah. Temni madeži so se širili od stegen do gležnjev. Eno leto je jemala homeopatska zdravila, a ni bilo izboljšanja. Šla je k zdravniku, ki je dal diagnozo ekcema in predpisal tablete ter mazilo. Po 3 mesecih so vsi znaki še vztrajali. Možno je, da so alopatska zdravila ustavila širjenje madežev v druge dele telesa. 22 marca 2017 je prenehala jemati alopatska zdravila in vzela naslednje:

#1. CC12.1 Adult tonic + CC21.3 Skin allergies + CC21.6 Eczema...TDS

#2. CC21.6 Eczema v mešanici vibhutija in kokosovega olja za zunanje nanašanje.

Po 1 tednu je bilo 25% izboljšanje. Srbenje se je zmanjšalo in madeži so postali svetlejši. Po 4 tednih je bilo **100%** izboljšanje. Srečna je bila, da se je rešila temnih madežev, papul in srbenja v tako kratkem času. Vsi člani družine so bili presenečeni, da ni bilo več znakov bolezni na telesu.

Doziranje so zniževali postopoma od **TDS** na **OD** v času 3 mesecev. Potem je jemala zdravilo en mesec **OD** in ni bilo ponovitve. Zato so znižali še na **OW** en mesec, potem pa prekinili.

Oktobra 2017 je bila v redu. Zdravilec je hvaležen ljubljenu Godpodu in vibrioniki za čudežno ozdravitev.

+++++

4. Ustni herpes in akutno bruhanje ^{02802...UK-Združeno kraljestvo}

45-letna ženska je 2 dni imela vročino in dobila herpes na levi zgornji ustnici, zato je prišla k zdravilcu 16 junija 2017. Bolela so jo cela usta in jezik je imel belo oblogo. En dan je tudi bruhala. Pred enim tednom je imela operacijo ciste na dojki. Operacija je uspela in rana se je dobro celila. Ni razumela, zakaj je nenadoma zbolela. Ni mogla jesti in je postala slabotna. Vzela je tudi nekaj paracetamola za vročino. Dali so ji naslednje zdravilo:

CC4.6 Diarrhoea + CC4.10 Indigestion + CC8.3 Breast disorders + CC9.2 Infections acute + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC11.5 Mouth infections + CC11.6 Tooth infection + CC21.7 Fungus + CC21.8 Herpes...6TD

Bolnica ni jemala nobenih drugih zdravil. V 2 dneh so vsi znaki 100% izginili. Zdravilo je še vzela 2 dni **TDS**, **OD** še 3 dni in **prekinila**. Oktobra 2017 se je bolnica dobro počutila.

+++++

5. Kronična astma ^{11577...Indija}

22-letni moški je 12 let imel kronično astmo; k zdravilcu je prišel 5 marca 2016. Ponoči je težko dihal, podnevi pa je imel le majhno težavo. Astma se je poslabšala, kadar se je prehladil in kašljal, včasih je imel bolečino v prsih. Vsa leta je imel alopatska zdravila in inhalator, astma pa je ostala. Rekli so, da sta jo povzročala alergena navadni in cvetni prah. Dali so mu naslednji kombo:

CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.4 Asthma attack...TDS

V tem času bolnik ni jemal alopatskih zdravil, samo inhalator, ko je bilo potrebno. Drugi dan se je stanje poslabšalo in trajalo okoli 2 tedna. Bolnik je vseeno še naprej jemal kombo. Postopoma so se napadi zmanjšali in opazil je nekaj izboljšanja. Po 8 tednih pa je bilo 100% izboljšanje. Zdravilo je jemal še 2 tedna in prekinil. Pred kratkim je javil, da ne potrebuje več inhalatorja, ker se napadi niso ponovili..

+++++

6. Bolečo koleno ^{02799...UK- Združeno kraljestvo}

55-letni moški je imel hudo bolečino v levem kolenu že 5 let. K zdravilcu je prišel 29 maja 2016. Bil je pri specialistih in je imel tudi operacijo leta 2013, a ni pomagalo. Koleno je bilo oteklo in ga ni mogel pokrčiti. Hoja navzgor je zelo bolela. Jemal je alopatske tablete proti bolečinam. Dali so mu 2 komba:

#1. CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC10.1 Emergencies + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.2 SMJ pain + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.7 Fractures...QDS

#2. NM36 War + NM45 Atomic Radiation + NM113 Inflammation + SM2 Divine Protection + SM5 Peace & Love Alignment + SM6 Stress + SR324 X-Ray + SR348 Cortisone...QDS

Bolnik je prenehal jemati tablete proti bolečinam. Po 2 tednih je oteklina izginila in koleno je bilo videti normalno. Bolečina se je zmanjšala za 75%. Doziranje obeh zdravil so znižali na **TDS**. Po 4 tednih, 28 junija

2016 je bilo 100% izboljšanje; bolnik se je gibal brez bolečin in upogibal koleno brez težav. Obe zdravili so znižali na **BD** za 1 mesec, potem **OD** še en mesec. Zdaj se bolnik dobro počuti.

+++++

7. Ledvični kamni ^{03522...Mauricius}

27-letni moški je imel bolečine v hrbtu, slabo prebavo in kislino že 2 leti. Te znake je dobil po materini smrti. Ni se mogel zbrati pri delu in je bil večkrat v bolniškem staležu. Zdravnik mu je dal alopatska zdravila, ki so začasno pomagala. Po hujši bolečini v križu je šel v bolnišnico, kjer so mu dali diagnozo ledvičnih kamnov decembra 2014. Bil je na čakalni listi za litotripsijo (medicinski postopek za drobitev kamnov z zvočnimi valovi). Med tem so mu dali paracetamol in Brufen tablete za olajšanje bolečine. Po tretjem pregledu v bolnišnici je še naprej čakal na litotripsijo, ker je ultrazvok potrdil prisotnost ledvičnih kamnov.

27 maja 2015 je prišel k zdravilcu, ki mu je dal: **CC4.10 Indigestion + CC13.5 Kidney stones + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS**

Po 1 mesecu tega zdravila skupaj s tabletami proti bolečinam je bolnik sporočil 50% izboljšanje pri vseh znakih. Vesel je bil, da ga je križ manj in bolj poredko bolel. Še naprej je jemal to zdravilo in ob koncu tretjega meseca ni več imel slabe prebave in kisline. Tudi bolečina je izginila. Pri naslednjem pregledu ni bilo več ledvičnih kamnov. Tablete je prenehal jemati, vibro zdravila pa je vzel še 6 mesecev **TDS**, nato pa je znižal na **OD**. Oktobra 2017 bolnik ni imel ponovitve, za preventivo pa še jemlje kombo **OD**.

☞ Kotiček za odgovore ☞

1 Vprašanje: *Moja bolnica uspešno uporablja vibrioniko. Je navdušena vrtnarka in se je odločila uporabljati vibrioniko za svoje pridelke. Želi vedeti, če imamo še druga zdravila poleg rastlinskega tonika za nadzor škodljivcev.*

Odgovor: Da, SR264 Silicea smo uspešno uporabili za rjo in zdravo rast rastlin; poglejte novice 2013-07, leto 4, izdaja 4 za druge podrobnosti.

+++++

2 Vprašanje: *Kakšen je postopek za doziranje, če zdravimo na daljavo (broadcasting remedies-pošiljanje zdravil)?*

Odgovor: Postopek je normalen, kakor je opisan v naših priročnikih.

+++++

3 Vprašanje: *Ali tudi otroci dobijo 'pullout'?*

Odgovor: Da, lahko, če imajo toksine, ki so podedovani ali pa so nastali zaradi cepljenja.

+++++

4 Vprašanje: *Ali naj bolnik jemlje zdravilo tudi med postom?*

Odgovor: Da, tako se bodo hitreje odstranili toksini.

+++++

5 Vprašanje: *Bolnikom vedno dajem prvo dozo v usta. Ali naj v primeru mazila tudi namažem po koži?*

Odgovor: Ne, zdravilec se ne sme dotikati bolnika. Če bolnik ne more sam doseči dela telesa, to stori njegov skrbnik ali ljubljena oseba. Priporočamo uporabo lopatice, da vzamemo mazilo iz posodice in ga ne kontaminiramo s prsti. Če ima bolnik nalezljivo bolezen, potem bi moral skrbnik uporabiti rokavice.

+++++

6 Vprašanje: *Zdravilec je omenil v novicah, da zdravilo CC11.2 za alopecijo pri otroku ni pomagalo. Nozoda las pa je vidno povečala rast las. Prosim, povejte mi, kako naredim nozodo?*

Odgovor: Za nozodo potrebujemo strojček (SRHVP), ki ga imajo višji zdravilci. Predlagam vam, da se odločite za nadaljnji študij. Če želite postati zdravilec SVP stopnje, se povežite z vašim državnim koordinatorjem. Za zdravilo enega bolnika se povežite s starejšim zdravilcem v vašem okolju.

+++++

7 Vprašanje: *Ali priporočate kakšno molitev med tem, ko čakamo na zdravilo v strojčku SRHVP ali pa tresemo stekleničko v obliki osmice, zdravilno molitev ali Gayatri mantr0?*

Odgovor: Ne, izgovarjate lahko katerokoli mantro po svoji želji, bodite pa zbrani na božansko v sebi.

+++++

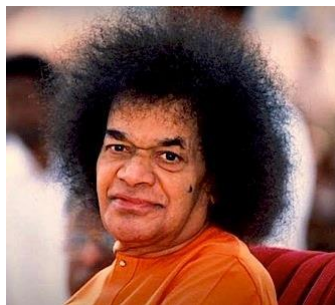
8 Vprašanje: *Bolniki, ki pijejo veliko kave, sprašujejo, ali je prav, da pijejo kavo brez kofeina.*

Odgovor: V resnici ni problem kofein, ampak radiacija v kavi! Poleg tega je dobro vedeti, da ima več vrst hrane, kakor so banana, korenje, krompir, Lima fižol in brazilski oreški (ti so na vrhu liste!), ki vsebujejo kalij in radij, tudi radiacijo. Tudi človeško telo je delno radioaktivno. Naše prejšnje priporočilo, naj ne pijemo kave, je bilo povezano z homeopatijo, ki prepoveduje pitje kave. Zdaj prakticiramo vibro zdravljenje že skoraj četrt stoletja, dobili smo tudi povratne informacije od zdravilcev, zato smo prepričani, da pitje kave ni drugačno, kakor če jemo banano, kar se tiče radiacije. Zato upoštevamo enako pravilo 20-minutnega odmora od pitja in uživanja hrane pred jemanjem vibro zdravil in po njem. Kavo lahko pijemo, ne da bi zmanjšala učinek vibro zdravil.

+++++

9 Vprašanje: *Kroglicam dodamo samo eno kapljico splošnega komba in ko imam 60 kroglic v steklenički, vidim, da samo 10 vrhnjih kroglic vsrka to kapljico. Kako lahko ta kapljica doseže drugih 50 kroglic, tudi če jih pretresemo v obliki osmice.*

Odgovor: Prav imate, da se kapljica ne dotakne vseh kroglic v steklenički. Ko pa stekleničko pretresemo v vodoravni obliki osmice, vibracije od teh 10 kroglic prežamejo 20 kroglic, ki pridejo z njimi v stik. Potem se vibracije na ta način razširijo do vseh ostalih kroglic. Tako vibracije v nekaj trenutkih napolnijo vse kroglice v steklenički.



☞Božanske besede Mojstra zdravilca☜

“Ptice in zveri nimajo težav s srcem in prebavo, kakor jih doživlja človek. Vzrok je naravna hrana, ki jo uživajo živali, človek pa je postal suženj okusa in uživa vse vrste ocvrte in kuhane hrane. Moderni človek uživa tudi mnogo umetne hrane in alkoholnih pijač, ki škodijo zdravju. Ptice in zveri živijo v naravi, umetni način življenja pa človeku pokvari zdravje. Če ima človek zmerno prehrano, se lahko obvaruje mnogih bolezni. V vsem božjem stvarstvu ima samo človek lastnost diskriminacije. Ta ga loči od živali. Človek bi moral uporabljati svojo preudarnost in diskriminacijo (razločevanje) v zvezi s prehrabnenimi navadami.”

...Sathya Sai Baba, “Food, the heart and the mind – Hrana, srce in um” Discourse - govor, 21 January 1994

<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume27/sss27-03.pdf>

+++++

“Človek bi moral služiti drugim in ne pričakovati njihove pomoči. Poleg tega nič ne koristi služiti tistim nad nami, ker lahko dobijo služabnike. Tudi služenje takim, ki so na enaki ravni kot mi, ni proporočljivo. Služiti bi morali tistim, ki so v slabšem položaju od nas in jih je svet zapustil.”

...Sathya Sai Baba, “Born to Serve-Rojeni za služenje”, Discourse, 19 September 1987

<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume20/sss20-26.pdf>

Obvestila

Delavnice v pripravi

- ❖ **Indija Puttapparthi:** SVP delavnica 24-28 November 2017, kontakt Hem na 99sairam@vibrionics.org
- ❖ **Indija Puttapparthi:** AVP delavnica 17-21 February 2018, kontakt Lalitha na elay54@yahoo.com ali po telefonu 8500-676 092
- ❖ **Indija Puttapparthi:** AVP delavnica 22-26 Julij 2018, kontakt Lalitha na elay54@yahoo.com ali po telefonu 8500-676 092
- ❖ **Indija Puttapparthi:** AVP delavnica 18-22 November 2018, kontakt Lalitha na elay54@yahoo.com ali po telefonu 8500-676 092
- ❖ **Indija Puttapparthi:** SVP delavnica 24-28 November 2018, kontakt Hem na 99sairam@vibrionics.org

Dodatek

Nasveti za zdravje

Spremljajte svoj krvni pritisk - KP (BP) in uživajte normalni KP vse življenje!

1. Mehanizem vitalnega KP¹⁻⁵: Vsakič, ko naše srce utripne, potisne kri s kisikom v arterije in takrat je pritisk najvišji, imenuje se sistolični pritisk. Ko srce počiva med utripi, pritisk pade in se imenuje diastolični pritisk. Telo ima mehanizme, ko srce, vene, ledvice itd. takoj sodelujejo, da spremenijo ali pa ohranjajo pritisk in krvni obtok, kakor ga telo potrebuje. *Brez toka krvi, telo ne dobi dovolj kisika, da bi preživel.*

KP se pokaže kot številka, za sistolični pritisk stoji pred ali nad diastoličnim pritiskom. Na splošno velja, da je 120/80 (mm of Hg) normalen pritisk. V medicini je vrednost 119/79 ali manj še normalen pritisk, 140/90 ali več pa je visoki pritisk (hypertension). Sistolična vrednost med 120 in 139 in diastolična med 80 in 89 veljajo kot začetna stopnja visokekega pritiska. To pomeni, da lahko dobimo visoki KP, če ne ukrepamo in ga preprečimo.

Visoki pritisk se pojavi, kadar kri dalj časa pritiska na stene krvnih žil. Srce mora zato močneje biti in je v nevarnosti srčnega napada, pojavijo pa se lahko tudi bolezni ledvic, problemi z vidom in smrt, če pritiska ne opazimo. To lahko povzroči upad kognitivnih (zaznavnih) sposobnosti, demenco in Alzheimerjevo bolezen.

2. Simptomi visokega KP³⁻¹²: Nevarna stvar pri visokem KP je ta, da se ga pogosto ne zavedamo. Večino časa visoki pritisk ne daje znakov. Eden prvih znakov je omotica, kadar se sklonimo z glavo navzdol. Morda nimamo glavobola ali krvavitve iz nosa, kakor verjamejo na splošno. Če čakamo na znak, je enako, kakor da svoje življenje spuščamo v nevarnost. Lahko bi se prestrašili znakov, kakor so hud glavobol, zamegljen vid, močna utrujenost ali zmedenost, kratka sapa, prsna bolečina, nereden utrip srca, razbijanje v prsih, vratu, ušesih ali pa imamo kri v urinu zaradi nekega stanja, ki lahko potisne pritisk zelo visoko. Čeprav ga imenujejo kot *tihega morilca*, visoki pritisk lahko preprečimo ali zdravimo.

3. Opazni vzroki visokega KP³⁻¹³: Ljudje verjamejo, da je visoki KP naravna posledica staranja, a študije kažejo, da nastane po dolgih letih uživanja hrane, ki je bogata z živalskimi izdelki, olji, rafiniranim sladkorjem, procesirano hrano in soljo. Obloge holesterola začno rasti na stenah arterij. Po nekem času postanejo arterije ožje in trde zaradi izgube elastičnosti. To povzroči nenormalen dvig pritiska.

Hrana z veliko škroba, to so kruh, pasta, pšenica, beli riž in krompir dvigujejo raven inzulina. To povzroči zadrževanje sode in porabo magnezija iz telesa, kar zoži krvne žile in dvigne KP. Drugi faktorji so: dvig urinske kisline, slaba prehrana v otroštvu, izpostavljenost svincu, stalno onesnažen zrak in hrup, alkohol, kajenje, motnje spanja in *metabolični sindrom* (kar pomeni, da je oseba že v riziko skupini za bolezen srca, diabetes in srčni napad, kar je povezano s preveliko težo in pomanjkanjem gibanja). Drugi spodbujevalci so lahko še *stalna zaskrbljenost, stres in živčna napetost*; na žalost so v preteklosti zdravniki zapostavljali ta poglobljeni dejavniki.

4. Neresnični znaki visokega KP^{3,11-16}: Vrednosti pritiska se iz dneva v dan spreminjajo, celo iz ure v uro. Zato je odveč panika, če je včasih vrednost KP visoka. Vzeti si moramo nekaj časa, da se umirimo ali pa globoko dihajmo in se sprostimo pred meritvijo. Čez nekaj časa si lahko merimo ponovno, da vidimo, če je KP nižji. Živčnost, nepravilna velikost ovoja (cuff size) in nepravilen položaj roke (biti mora pravokotno na telo v primeru ročnega aparata) lahko povzročijo 10% višjo vrednost in napačen alarm. Idealno je meriti enkrat na vsaki roki. Študije so pokazale, da lahko večja razlika med pritiskom leve in

desne roke pomeni problem s krvnim obtokom. Naredili so celo študije pritiska glede na vpliv različnih položajev telesa¹⁴.

Resni zdravstveni problemi se pojavijo samo takrat, kadar je pritisk stalno in kronično visok. Človek bi moral imeti vsaj 3 meritve v nekaj tednih, da lahko dobi diagnozo visokega pritiska. Pri akutnem slabem počutju je treba visoki pritisk takoj upoštevati. Dobro je, da si znamo sami meriti krvni pritisk doma¹⁶.

5. Visoki KP nas opozarja^{3,13}: Visoki KP je opozorilo za bolne arterije ali nezdrav krvožilni sistem in ga moramo upoštevati. Ker ni bolezen sam po sebi in je samo znak za prikrito težavo, lahko zdravila za visoki KP navidezno zdravijo znake in dajejo lažen občutek varnosti, med tem pa lahko bolezen napreduje.

6. Subtilni (prikriti) vidik visokega KP^{17-18,41}: Za razliko od infekcije, ki napade od zunaj, nastaja kronični KP v telesu. Sprašujemo se, zakaj telo ustvarja bolezen, če je vsaka celica programirana za zdravje. To pomeni, da je na celični ravni nekaj osnovnega izgubilo ravnovesje. Ker problem prihaja od znotraj, tam leži tudi rešitev. Duhovni mojstri in sveti spisi nakazujejo, da je v vsakem od nas dimenzija inteligence in sposobnosti, ki lahko obnovi celice in zdravje. Tega bi se morali lotiti z naravnimi energijskimi metodami telesa, uma in dihanja, namesto da postanemo odvisni od zdravil na kemični osnovi, ki lahko odzamejo telesu osnovne minerale. Sai vibrionika je pomagala mnogim zdravnikom, da zmanjšajo odvisnost bolnikov od zdravil za pritisk, tako da stabilizira krvni sladkor in zniža KP.

7. Nizek KP¹⁹⁻²⁰: 90/60 ali manj se šteje kot nizek pritisk (hypotension). Nizek pritisk brez znakov je v redu. Nekateri ljudje imajo normalni KP 90/50 brez simptomov. Ampak tisti, ki imajo visoki KP, lahko dobijo znake nizkega KP že pri vrednosti 100/60. Nizek KP določajo znaki nizkega krvnega obtoka in ne določena vrednost v številkah. Kadar je krvni obtok preveč nizek, da bi dovajal kisik in hranila do vitalnih organov, kakor so možgani, srce in ledvice, lahko povzroči začasno ali dolgotrajno poškodbo.

Vzroki in znaki nizkega KP¹⁹⁻²⁰: Nizki KP lahko dobimo po visoki vročini, diareji ali bruhanju, preveliki izgubi krvi med menstruacijo ali v drugih primerih, kar je začasna težava in jo moramo pravilno obravnavati. Normalno se KP spreminja glede na delo, ki ga opravljamo, raven stresa, ki ga občutimo, zaradi klimatskih pogojev, diete in načina življenja. Če pa je KP vedno nizek, moramo poiskati skriti vzrok. To so lahko genetska osnova, starost, zdravila, dehidracija, anemija, slaba hrana, stanje srca, nevrološki ali hormonski problem ali pa poškodba in šok.

Naslednji znaki : lahka (prazna) glava, omotica, nezavest, splošni občutek šibkosti ali bolezn, meglen vid, zmeda, palpitacije, nestanovitnost, povečana žeja, slabost ob vstajanju, stanju ali pri spremembi položaja telesa – kažejo, da do možganov ni prišlo dovolj krvi in kisika in moramo takoj ukrepati.

9. Ohranjajte KP normalen na naravni način^{3,21-40}:

(i) Izogibajte se soli in slani hrani (vsega z veliko sode)

Soda uravnava tekočine v telesu in skrbi za normalno delovanje živcev in mišic. Preveč sode vleče vodo v krvni obtok in to lahko poveča količino krvi, s tem pa KP. Glavni vir sode je navadna sol, ki je pogosto preveč v kruhu, pecivu, siru, hitri hrani, omakah, solatnih omakah, začimbah, pekoči in kuhani hrani. Pravilno količino naravne sode lahko dobimo iz sadja, zelenjave, mlečnih izdelkov in stročnic brez strahu, da bi prestopili omejitev.

(ii) Soda v prodaji (Counter sodium) s kalijem

Kalij se nahaja v kokosovi vodi, jogurtu, citrusih, bananah, granatnih jabolkih, indijskih kosmuljah (gooseberry - amla), marelicah, rozinah, dateljnih, suhih slivah, listnati zelenjavi, korenju, sladkem krompirju, paradižniku, grahu, fižolu in v kašah iz polnega zrna (whole grain cereals). Hrana, ki je bogata s kalijem, znižuje KP, ker sprošča napetost v stenah krvnih žil in uravnoveša sodo, ki se samodejno izloča z urinom. Kalij je tudi pomemben za uravnavanje pomembnih mineralov, ki so povezani z visokim KP in tako znižuje nevarnost kapi (stroke) ter srčnih in ledvičnih problemov.

(iii) Supplement (prehransko dopnilo) z naravnim magnezijem in kalcijem ter vitamini B3, C, E, K, & D **Magnezij** pomaga uravnati večino telesnih sistemov, tudi KP, krvni sladkor in razvoj kosti. Nahaja se v temno zeleni listnati zelenjavi, nepredelanih žitih in stročnicah. **Kalcij** pomaga krvnim žilam, da se skrčijo in sproščajo, ko je to potrebno, da nadzorujejo KP. Naravno se nahaja v mlečnih izdelkih, temno zeleni listnati zelenjavi, mandeljnih in semenih, kakor so sezam, čia, zelena in mak.

Vitamin B3, ki se nahaja v zeleni listnati zelenjavi in celem zrnju, ohranja krvne žile močne in gibljive, s tem pa zmanjšuje nevarnost srčne kapi. **Vitamin C** preprečuje tvorbo oblog v arterijah. Veliko ga je v sadju, to so banana, avokado, guava, melona, jagodičje, citrusi in slive. Imajo ga tudi zelje, brokoli, paradižnik, krompir in sladka rdeča paprika. **Vitamin E** je bistven za zdrave krvne žile in se nahaja v oreških (mandeljnih in lešnikih, sončičnih semenih, listnati zelenjavi, celem zrnju, sladkem krompirju, avokadu, papaji in borovnicah. **Vitamin K1** je odgovoren za zdravo strjevanje krvi in ga najdemo v listnati

zelenjavi, kakor so ohrovt (kale), špinača, solata, pomladanska čebula in kapusnice (brokoli, zelje in cvetača), delno pa se nahaja v kislem mleku, suhih slivah, kumarah, kalčkih in suhi baziliki. **Vitamin K2** nastaja iz **K1** s pomočjo bakterij, ki živijo v črevesju. **K2** ohranja kalcij na pravem mestu in tako krepi kostno gostoto ter preprečuje osteoporozo.

Vitamin D je bistven za vsrkavanje kalcija v telesu. Idealno ga je dobivati iz sončne svetlobe, ki je njegov edini naravni vir. V Indiji so opravili študijo, da je najboljši čas za sončenje od 11 do 14 ure, ko se ustvari največ vitamina D3. Nekateri menijo, da je 20 minut v tem času z golimi rokami, obrazom in nogami dvakrat ali trikrat na teden dovolj za zdrave ravni vitamina D. Če ne morete biti dovolj na soncu, so prehranski dodatki edini način, vendar pa to lahko zahteva več K2 v telesu.

(iv) Izogibajte se kofeinu v primeru visokega KP, ker stimulira živčni sistem in sprošča hormone, kakor je adrenalin, v kri in s tem dvigne srčni ritem in tudi KP.

(v) Poskusite preprosta domača zdravila

Ena žlica **surovega meda** v topli vodi uravna KP. En kozarec soka buče '**bottle gourd**' dvakrat na dan tudi zdravi visoki KP. Po ajurvedi pol čajne žličke **cimetovega praška** dnevno ali pa semen **koriandra**, ki jih namakamo čez noč in vzamemo vsako jutro znižuje KP. **Nežna masaža hrbtenjače** z ledenimi kockami tudi znižuje KP. Pritisk na konico prstanca nekaj minut pomaga kot prva pomoč, da zmanjša KP.

(vi) Nasveti za nadzor KP

- Pijte dovolj vode in se naučite dihalne tehnike, joge, meditacije; poiščite zanesljiv način, da ohranite ravnovesje telesa-uma-diha. Pridružite se kakšni skupini, hobiju ali nesebičnemu služenju (prostovoljnemu delu), da nadzorujete čustveni stres. Ohranjajmo pozornost na končni namen življenja in ostanimo mirni ter uglašeni z življenjem.
- Otroci, ki izgubijo nadzor pri igranju video igrice, lahko dobijo visoki KP v poznejših letih. Starši naj jih usmerijo v šport in druge fizične dejavnosti. Dojenčki, ki jih mamice dojijo, imajo manj možnosti, da bi kasneje dobili visoki KP.
- Bodite pozorni na nenormalno povečanje teže in na družinsko stanje KP ter primerno ukrepajte.
- Zaključek : glavna je preventiva⁴². S spremembo načina življenja, v soglasju z zakoni narave, s primerno hrano in redno kontrolo KP si zagotovimo pravočasno diagnozo in pravilno zdravljenje.

Napotki in povezave (References and Links) :

1. <https://medlineplus.gov/highbloodpressure.html>
2. <https://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/ms>
3. <http://media.mercola.com/assets/pdf/ebook/high-blood-pressure-special-report.pdf>
4. <https://wonderopolis.org/wonder/why-is-blood-pressure-important>
5. http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/AboutHighBloodPressure/What-is-HighBloodPressure_UCM_301759_Article.jsp#.Wd-xDCN97rk
6. <https://www.nhlbi.nih.gov/health/resources/heart/latino-hbp-html/learn>
7. http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/UnderstandSymptomsRisks/What-are-the-Symptoms-of-High-Blood-Pressure_UCM_301871_Article.jsp#.Wd86WCN97rk
8. <https://www.webmd.com/hypertension-high-blood-pressure/guide/hypertension-symptoms-high-blood-pressure>
9. <http://isha.sadhguru.org/blog/yoga-meditation/demystifying-yoga/is-honey-good-for-you/>
10. https://www.medicinenet.com/high_blood_pressure_symptoms_and_signs/symptoms.htm
11. <https://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2016/11/30/how-to-lower-blood-pressure.aspx>
12. <https://www.youtube.com/watch?v=Rjex2fLWWww>
13. <https://www.drcarney.com/blog/entry/high-blood-pressure-a-symptom-not-a-disease>
14. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1365-2702.2005.01494.x/abstract;jsessionid=68DE84D2914C89DEB51A0D9BD8415F1C.f02t01>
15. <https://www.health.harvard.edu/blog/different-blood-pressure-in-right-and-left-arms-could-signal-trouble-201202014174>
16. http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/KnowYourNumbers/Monitoring-Your-Blood-Pressure-at-Home_UCM_301874_Article.jsp#.WgAluCN97e0
17. <http://isha.sadhguru.org/blog/video/handle-chronic-ailments-like-diabetes-hypertension/>
18. <http://www.ishafoundation.org/us/blog/world-health-day-meditation-and-health/>
19. https://www.medicinenet.com/low_blood_pressure/article.htm
20. <https://www.webmd.com/heart/understanding-low-blood-pressure-basics#1>
21. <https://www.livestrong.com/article/482968-what-is-the-rda-of-sodium/>
22. <https://www.fda.gov/food/resourcesforyou/consumers/ucm315393.htm>
23. <https://newsinhealth.nih.gov/2016/01/blood-pressure-matters>
24. http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/MakeChangesThatMatter/How-Potassium-Can-Help-Control-High-Blood-Pressure_UCM_303243_Article.jsp#.WfGTFCN97v0
25. <https://www.drwhitaker.com/potassium-benefits-include-lower-blood-pressure>
26. <https://www.health.harvard.edu/heart-health/key-minerals-to-help-control-blood-pressure>
27. <https://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2012/12/16/vitamin-k2.aspx>
28. <http://www.nutritionalmagnesium.org/calcium-vitamin-k2-and-vitamin-d-must-be-balanced-with-magnesium/>
29. <https://draxe.com/top-10-vitamin-k-rich-foods/>

30. <https://www.vitaminCouncil.org/about-vitamin-d/how-do-i-get-the-vitamin-d-my-body-needs/>
31. <https://timesofindia.indiatimes.com/life-style/health-fitness/health-news/Decoded-How-much-sun-you-need/articleshow/51406650.cms>
32. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3897581/>
33. <http://icmr.nic.in/ijmr/2008/march/0301.pdf>
34. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3942730/>
35. <http://clinical-nutrition.imedpub.com/vitamin-d-deficiency-in-indians-prevalence-and-the-way-ahead.pdf>
36. <https://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2009/10/10/vitamin-d-experts-reveal-the-truth.aspx>
37. <https://www.youtube.com/watch?v=498dM508orQ>
38. <https://www.youtube.com/watch?v=KHnk-gIIIMyc>
39. <https://www.youtube.com/watch?v=loLgad2EMjs>
40. <https://www.youtube.com/watch?v=x9Ui2tHOXg>
41. <https://www.sathyasai.org/organize/idealHealth.html>
42. <http://vibrionics.org/jvibro/newsletters/english/News%202012-05%20May-Jun.pdf>
43. <http://vibrionics.org/jvibro/newsletters/english/News%202012-07%20Jul-Aug.pdf>
44. <http://vibrionics.org/jvibro/newsletters/english/News%202014-01%20Jan-Feb-H.pdf>
45. <http://vibrionics.org/jvibro/newsletters/english/News%202014-07%20Jul-Aug%20H.pdf>

Om Sai Ram

Sai Vibrionika. . . za odličnost in dostopno zdravljenje – brezplačno za bolnike