

Sai Vibrionika - Novice

www.vibrionics.org

“Kadarkoli vidite bolnika, obupano ali žalostno osebo, to je vaša priložnost za služenje.”

...Sri Sathya Sai Baba
Jul/Avg 2017

Leto 8, številka 4

V tej izdaji

☞ Z mize Dr Jit K Aggarwala	1
☞ Profili zdravilcev	2 - 4
☞ Primeri zdravljenja s kombi	4 - 8
☞ Kotiček za vprašanja	8 - 9
☞ Božanske besede Mojstra zdravilca	9
☞ Obvestila	10
☞ Dodatek	10 - 13

☞Z mize Dr Jit K Aggarwala ☞

Dragi zdravilci

Veseli me, da vam pišem ob tem posebnem času leta - Guru Poornime (na dan polne lune, ko častimo vsak svojega duhovnega učitelja). Sledniki po svetu so ta praznik slavili z velikim navdušenjem, ali z igro, glasbenim koncertom, plesom ali nesebičnim služenjem nemočnim – vse v duhu, da počastijo Gospoda, hodijo po njegovih stopinjah in živijo po njegovem sporočilu. Opazujem, kako navdušenje in posvečanje za širjenje mnogih družbenih programov, katerim je On posvetil svoje življenje, raste po širini in dolžini, odkar je zapustil fizično telo. Z veseljem ugotavljam, da isto velja za njegovo poslanstvo v vibrioniki!

Dogaja se velika sprememba v vseh smereh vibrionike – od bogatenja vsebine novic do obravnave zapletenih zdravstvenih primerov in pri širjenju raziskave o zdravljenju rastlin in živali. Občutek imam, da doživljamo začetek zlate dobe za vibrioniko.

Pred kratkim je odšel na svojo božansko pot naš glavni španski prevajalec. Takoj ko sem iskal prostovoljce med španskimi zdravilci, sta se javila dva zdravilca – zdravilec⁰¹⁰⁰¹ in zdravilec⁰⁰⁴²³ in ponudila svoje služenje. Nista zaključila samo prevod dveh novic v španščino, ampak prevajata tudi stare izvode. V Indiji imamo več prevajalcev, ki so ponudili prevajanje novic in tudi vseh knjig vibrionike v njihove domače jezike, kakor so Telugu, Marathi in Hindi.

Vesel sem tudi poročila koordinatorja iz Karnatake¹⁰⁷⁷⁶ o napredku v naši vibro kliniki pri bolnišnici SSIHMS v Whitefieldu. Ta klinika je začela delovati 2 marca v Nevro oddelku za zunanje bolnike; vodi jo pet predanih vibro zdravilcev tri popoldneve v tednu. Na začetku je bil skromen odziv, zdaj pa prihaja vedno več bolnikov na osnovi ustnega širjenja in poročanja. Opazili smo, da veliko bolnikov pošljejo zdravniki, ki so vedno bolj odprti za alternativne terapije. V ZDA sem opazil podoben primer, ko sem se pred kratkim udeležil letnega Sathya Sai regionalnega srečanja (retreat). Povabili so me na delavnico o Swamijevem modelu zdravstvene oskrbe in sem se lahko pogovarjal z mnogimi zdravniki. Odkril sem njihovo stopnjo zanimanja in odprtost za vibrioniko in na splošno za alternativno/holistično zdravljenje – to je Swami v akciji!

Dragi bratje in sestre, Swami pravi “*Delo, čaščenje in modrost (Work, worship, and wisdom) – vse se začne s služenjem. Ni pomembno, kakšno je služenje, če ga opravljamo z ljubeznijo in božanskimi občutki, postane čaščenje (upasana).*” - Divine Discourse, Marec 14, 1999. Zato sprejmimo od danes naprej odkritosrčno obljubo v duhu hoje po njegovih stopinjah, da se odločimo vključiti vibrioniko v naše vsakdanje življenje. Zato pričakujem, da bom dobival stalna mesečna poročila, izkušnje in primere zdravljenja. Še vedno potrebujemo prostovoljce za naše organizacijsko delo. Prosim, obrnite se na vaše deželne koordinatorje, da vam sporočijo prostovoljne organizacijske priložnosti v vibrioniki ali pa pišite na editor@vibrionics.org.

Z ljubeznijo služimo Saiju
Jit K Aggarwal

☞ Profili zdravilcev ☜



Zdravilka ^{02308...Slovenija} je starejša zdravilka (SVP) in njena predanost do nesebičnega služenja ter sodelovanje v vibrioniki sta izredna. Za Swamija je najprej slišala na Duhovni univerzi v Ljubljani in to jo je vodilo v Puttaparthi oktobra 2001. Med njenim zadnjim daršanjem v ašramu ji je Swami dal dolg pogled in njegovo globoko strmenje skozi oči je povzročilo, da je jokala dva dni. Prepričana je, da je to bil glavni preobrat v njenem življenju, ker ji je Swami odprl srce po več letih depresije in žalosti po smrti njenega sina. Potem je našla znano knjigo "Pot mojstrov - The Path of Masters" in spoznala rek : "Ko je učenec pripravljen, pride učitelj. - When a student is ready, the teacher comes".

Med drugim obiskom v Puttaparthiju julija 2002, v času Guru Purnime je začela svojo pot v vibrioniki. Želela je razumeti, kaj pomeni nesebično služenje in kako to izvajati. Že tretji dan obiska je dobila priložnost, da kot 'seva dal' pazi na razstavo v oddelku o Shirdi Sai Babi v muzeju Chaitanya Jyoti. Bil je tudi čas svetovne konference o sevi in je lahko šla kot gostja na predavanja in srečanja. To je bilo zanjo veliko darilo, saj je slišala o različnih vrstah dejavnosti služenja po svetu. To jo je tudi opozorilo, da je do takrat delala že 15 let kot prostovoljka pri Rdečem križu v domači vasi.

V času konference je dobila bolečine v križu zaradi sedenja na tleh po več urah. Ženska iz slovenske skupine ji je predlagala vibracijsko zdravljenje. Ko je preizkusila vibro zdravila kot bolnica, se je prijavila za tečaj v uporabi strojčka 'Sai Ram Healing Vibrations Potentiser - SRHVP'. Ker se je pred enim letom upokojila kot učiteljica angleškega in slovenskega jezika, ji je Dr Aggarwal predlagal, da bi prevajala kratke članke v slovenščino. To delo se je do današnjega dne razširilo v prevode VSEH vibro besedil, kar je koristno za slovenske zdravilce.

Ker je imela dovolj časa, je začela opravljati vibro sevo. To ji je veliko pomagalo, da se je dvignila iz navezanosti na nepomembne stvari do okušanja božanskega nektarja, ker je širila ljubezni polne vibracije. Ob vsakodnevni sevi se je naučila delati tako, kakor je zapisala Mati Tereza : 'Stori nekaj dobrega vsak dan za druge ljudi in za sebe'. Začela se je tudi bolj zavedati svojih misli, besed in dejanj.

Velik preizkus je imela ob tretjem obisku v Puttaparthiju decembra 2002, ko je šla v bolnišnico zaradi pljučnice. Do odhoda domov v Slovenijo je izgubila 10 kg teže. Ker se je počutila zelo šibko, je prosila zdravilko ⁰²²⁶⁴ za pomoč, da ji je predpisala zdravila, nato pa jih je sama pripravila. Skoraj eno leto je trajalo, da je ozdravela. Ob pogledu nazaj je prepričana, da je to bila velika očiščevalna izkušnja. Takšna je moč nesebičnega služenja, da je zdravilka kljub težavam ostala vztrajna pri opravljanju vibro seve.

Leta 2007 je zdravilka preživela pomembno spremembo v svojem življenju, ko se je zdravila za raka na dojki tretje stopnje (skupaj z alopatsko terapijo) in je ozdravela do julija 2008. Takrat je sodelovala na izobraževanju o človeških vrednotah na inštitutu 'The Institute of Sai Spiritual Education' v Mumbaiju. Za svoj projekt je izbrala "Zdravje in človeške vrednote - Health & Human Values" s poudarkom na vibrioniki.

Prepričana je, da ji Swami pošilja bolnike, ki potrebujejo veliko pozornosti in pogovorov, predvsem tiste, ki trpijo zaradi depresije in raka. Ker je osebno doživela pot trpljenja in zdravljenja za obe bolezni, lahko takšne bolnike bolje razume. Zadnjih 10 let ji je Swami dal tudi priložnosti seve v Sai Centru v Ljubljani, čeprav je njena glavna pozornost namenjena vibrioniki. Prevajanje Novic ji daje veliko zadovoljstvo, ker ima priložnost, da se uči preko izkušenj drugih zdravilcev.

Skozi leta se je njena seva okrepila, ker je razvila višje ravni samozavesti. Pravi, da nima posebnega pristopa do zdravljenja, bolnike pa rada motivira z močnimi reki in pogovori, kakor je na primer ta : 'Delajmo, kakor da bomo živeli večno, bodimo pa pripravljeni oditi jutri'. Zdravilka je hodila v šolo po drugi svetovni vojni v komunistični Jugosalviji, zato se še vedno spominja in živi po geslu: 'Eden za vse, vsi za enega - One for all, all for one'.

Od srca je hvaležna obema zdravilkama ⁰²²⁶⁴ in ⁰⁰⁵¹² za pomoč, sodelovanje in izmenjavo izkušenj v vibrioniki.

Njena primera :

- [Dihalne infekcije...](#)
- [Pekoče uriniranje](#)

+++++



Zdravilka ^{11422...Indija} ima pomembno vlogo v naši organizaciji in njena predanost vibrioniki je vsem za vzor. Aktivno sodeluje pri organizaciji govorov za širjenje zavedanja o vibrioniki in uči nove študente. Pred kratkim je napisala odlične prispevke o zdravju za novice.

Imela je primerno izobrazbo in priporočila, da je 25 let delala za osrednje vladno podjetje in postala vodilna oseba – tajnica in glavna menedžerka. Upokojila se je aprila 2014 in potem živila v Puttaparthiju.

V Swamijev krog se je vključila leta 1999 kot prostovoljka v času Swamijevega obiska v Delhiju. Ob prvem obisku v Prashantiju (v skupini seva dal iz Delhija), se je vključila v različne Saijeve dejavnosti, kakor so petje bhadžanov in Ved, vodila je študijske krožke in učila Bal Vikas za otroke iz revnih področij. Za vibrioniko je slišala prvič leta 2011, ko je Sai organizacija v Delhiju povabila slednike, da se vpišejo v tečaj vibrionike. Čeprav je želela postati zdravilka, ni mogla sprejeti dejstva, da lahko nekdo daje zdravila, ne da bi prej študiral medicino. Zato ji je Dr Aggarwal razložil vse o zdravljenju z energijo, vključila se je v delavnico ter postala AVP.

Začela je zdraviti ljudi doma in na delovnem mestu, poleg tega pa je vodila nedeljski tabor v bližnji revni četrti za otroke Bal Vikas in njihove starše. Na začetku je bila malo živčna, obenem pa zelo navdušena, da lahko zdravi bolnike. V tem času je dobila veliko spodbudo in tudi spoznanje o učinkovitosti teh zdravil neki večer, ko je debela ženska 60 let potožila o nenadni bolečini v gležnjih in otekanju nog. Dala ji je **CC20.3 Arthritis**. Ženska je ponoči dobila močan pullout bolečin. Naslednje jutro pa je bila presenečena in srečna, da sta bolečina in otekanje izginila brez uporabe drugih zdravil.

Aprila 2013 je zdravilka postala SVP in spoznala moč zdravil, ki jih naredimo s pomočjo strojčka SRHVP. Mlada ženska 30 let je dobila paralizo na desni strani, ker jo je šokirala novica o nenadni smrti brata dvojčka. Težko je uporabljala roko in nogo na desni strani, ko je prišla k zdravilki 6 mesecev po tem dogodku. Dala ji je **NM25 Shock**. Prvi dan je vzela 3 doze in imela močan pullout z glavobolom, visoko vročino, bruhanjem itd., zato je zdravilo prekinila. K zdravilki je prišla ponovno čez en teden in je dobila navodilo, da zopet začne jemati to zdravilo. Po enem mesecu je sporočila, da so njene roke in noge zopet normalne.

Kljub močni veri in navdušenju je zdravilka počasi napredovala z vibracijami, ker je imela zahtevno službo. Sledila so zahtevna leta na več področjih, skrbela je tudi za bolnika z rakom v družini. Tudi zdravilki to ni bilo prihranjeno, a je hitro ozdravela po operaciji novembra 2013. To hitro ozdravitev pripisuje vibrioniki in in vadbi krija joge.

Po upokojitvi aprila 2014 se je zdravilka vključila v vsa področja vibrionike. Leta 2014 – 2015 je opravila tečaj za učiteljico, zato zdaj vodi tečaje za AVP in kot mentorica nove zdravilce že eno leto. Poleg zdravljenja bolnikov sodeluje tudi pri novicah.

Ugotovila je, da nekateri kombi (CC) delujejo učinkoviteje, če jih uporablja skupaj z drugimi izbranimi zdravili:

- **Kronične bolečine v sklepih (SMJ):** Če je ta bolečina nastopila zaradi padca, nesreče ali določenega sunka kdajkoli, tudi v otroštvu, dajte pravilni kombo (na primer **CC20.3 Arthritis** za bolečine v kolenu, **CC20.5 Spine** za bolečine v hrbtenici in **CC18.5 Neuralgia** za nevropatske bolečine) **ampak če** dodate tudi **CC10.1 Emergencies + CC20.7 Fractures**, pride hitreje do olajšanja. V drugih primerih bolečin v sklepih dobro deluje dodatek **CC17.2 Cleansing**; za mlada dekleta dodamo **CC8.1 Female tonic**; **CC20.6** a starejše ženske in **CC8.6 Menopause** a ženske v meniju.
- **Pogosti glavoboli:** Dodatek **CC3.7 Circulation + CC4.10 Indigestion + CC17.2 Cleansing** h kombu za glavobol daje odličen izid.
- **Poškodba zaradi opekline ali ureznine:** Pri roki imejte dve steklenički za ti dve zdravili: **CC10.1 Emergencies + CC21.1 Skin tonic + CC21.4 Stings & Bites** za opekline in **CC21.11 Wound & Abrasions** za ureznine, naredite jih v vodi. Za zdravljenje opekline ali ureznine polivajte zdravilo na poškodovani del neprekinjeno eno minuto in potem vsakih 5 minut eno uro, potem pa zmanjšujte pogostost glede na izboljšanje. Opekline ali ureznine izgine v 24 urah brez sledu. Zdravilo lahko obnovimo, če dodamo več vode in dobro pretresemo.

V procesu dela z vibrioniko, želi vedno več vedeti o mehanizmu čudovitega človeškega telesa, na grobi in subtilni ravni, da bi se povezala s Stvarnikom znotraj. Občuti tudi, da jo božanska roka Swamija vodi na pot k spoznanju Sebe in k boljši intuiciji. Po njenih izkušnjah vsak dan počasi odpira vrata k učenju o sebi in Enosti naproti.

Njeni primeri:

- [Alergija do sonca](#)
- [Alergija do klorina](#)
- [Celulitis](#)

☞ Primeri uporabe kombov ☞

1. Dihalne infekcije, alergije ^{02308...Slovenija}

20 maja 2016 je mati prosila za zdravljenje 7-letnega sina, ki je več let imel dihalne težave. Pri 9 mesecih je dobil bronhitis. Potem so ga pogosto zdravili v bolnišnici, posebno pozimi, za različne bolezni : pljučnico, težave s pljuči, mandlje, astmo, oslovski kašelj in alergijo na prah. Pozimi leta 2015-16 je imel več virusnih infekcij. Njegova mati se je bala naslednje zime, kako jo bo otrok preстал. Redno je jemal predpisana alopatska zdravila za astmo in alergije - Flixotide, Ventolin in Singular. V času obiska pri zdravilki ni imel težav. Dala mu je naslednja zdravila:

#1. CC10.1 Emergencies + CC12.2 Child tonic + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.5 Sinusitis + CC19.6 Cough chronic...TDS

Po 1 tednu je mati sporočila, da je deček kašljal 2 dni (verjetno zaradi pullouta) in potem ne več. Doziranje so zmanjšali na **BD**. Naslednji teden je kašljal z izpljunkom (sputum) 5 dni. Po 2 tednih je njegov zdravnik prekinil vsa zdravila, razen Flixotide, ki ga je znižal na **OD**. 1. julija se je deček dobro počutil in so znižali doziranje **#1** na **OD**, avgusta pa na **3TW**.

Prvi teden v novembru je malo kašljal. Zdravilo so zvišali na TDS, ko je bilo zopet v redu, pa so zniževali na **OD**.

28 januarja 2017, po skoraj 3 mesecih, je zopet kašljal. Takrat sta bila njegov brat in mati prehlajena. Zato so dečku dali novi kombo:

#2. CC9.2 Infections acute + CC10.1 Emergencies + CC12.2 Child tonic + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.6 Cough chronic + CC19.7 Throat chronic...TDS

Ob izboljšanju so zdravilo znižali na **OD**. Kadar se je nekaj kašlja ponovilo, so dečku dali zdravilo **#2**. Zaradi večletnih dihalnih težav se je mati bala ponovitve in je ves čas dečku dajala Flixotide **OD** skupaj s kombom **#1**. Leta 2016-17 je deček imel najboljšo zimo po več letih težav. Marca 2017 je mati sporočila, da je dečkovo zdravje stabilno.

+++++

2. Pekoče uriniranje ^{02308...Slovenija}

21. maja 2016 je 74-letna ženska prosila za zdravljenje akutnega pekočega uriniranja, ki je trajalo že 4 dni. Stres je bil verjetni vzrok tega stanja. Po 3 dneh jemanja antibiotikov od zdravnika se stanje ni izboljšalo. Ker je ženska v preteklosti imela dobre izkušnje z vibrioniko, je prišla k zdravilki, ki ji je dala:

CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC13.2 Kidney & Bladder infections + CC13.3 Incontinence...eno dozo na 20 minut, 2 uri.

Naslednji dan je sporočila, da je bolečina skoraj popustila. Zdravilka je svetovala še en dan enako doziranje, nato pa **QDS** in potem počasi na **BD**. Po 6-7 dneh je bila bolnica zdrava in zdravilo so znižali na **OD** še za 2 tedna, potem pa prekinili.

27. maja 2017 se je problem ponovil in bolnica je takoj poklicala zdravilko. Tokrat ni šla k svojemu zdravniku. Ponovili so prejšnji kombo in doziranje. Po 1 dnevu se je bolje počutila in po 2 tednih je bila zdrava 100%. Zdravilo je še dalj časa jemala **OD** kot preventivo.

Od januarja 2012 je ta bolnica uspešno jemala vibrioniko za veliko drugih težav, kakor so slaba prebava, vrtoglavica, nespečnost, glivice na nohtu, visoki krvni pritisk, gripa, boleči križ in osteoporoza. Po nasvetu zdravilke je tudi izboljšala svojo prehrano.

+++++

3. Alergija do sonca in olje za lase ^{11422...Indija}

11. junija 2016 je zdravilka obiskala dom za starejše ljudi in takrat je 60-letni moški prosil za zdravljenje glavobolov, ki jih je imel že 20 let. Dobil jih je zaradi izpostavljenosti soncu, nošenje kape ni pomagalo. Zato ni hodil na sonce in je vzel tableto proti bolečinam, kadar je bilo potrebno. Lasišče ga je tudi malo srbelo. Občutek je imel, da se je njegov krvni pritisk na soncu dvignil. Dali so mu:

#1. CC3.3 High Blood Pressure (BP) + CC3.7 Circulation + CC11.3 Headaches + CC11.4 Migraines + CC21.3 Skin allergies...TDS

Po 1 mesecu so glavoboli in srbenje izginili in se do 17 junija niso ponovili.

18 marca 2017 je bolnik potožil, da je imel zadnjih 6 mesecev izpuščaje na glavi. Pojavili so se takoj, ko je vtrl olje v lase. Dali so mu:

#2. CC21.2 Skin infections + CC21.3 Skin allergies...6TD, tudi za zunanje vtiranje.

Po 2 tednih ,3 aprila 2017, je bilo stanje 50% bolje. Doziranje so znižali na **TDS**. Ob koncu aprila je bil 100% zdrav. Zdravilo je jemal do konca kroglic v maju 2017. Do zdaj se težave niso ponovile.

4. Alergija do klorina ^{11422...Indija}

Zdrav 21-letni vodovodar je prišel po zdravlila 8 avgusta 2015, ker je imel boleče oči, glavobol in meglen vid. V preteklih 2 letih je vsak dan uporabljal klorin za čiščenje bazena brez težav. V preteklih 2 mesecih se ni dobro počutil, znaki pa so postali močni pred 2 dnevoma. Ni šel k zdravniku. Svetovali so mu, da prinese vzorec klorina in so mu dali:

Potencirani klorin 200C...TDS

Svetovali so mu, da nekaj časa ne uporablja klorina in njegov nadrejeni ga je premestil na drugo delovno mesto za en mesec.

Po 1 mesecu je sporočil, da se dobro počuti in da je imel glavobol in boleče oči samo dvakrat v tem času, vid pa je bil v redu. Svetovali so mu, naj jemlje zdravilo še 2 tedna. Čeprav je zopet delal s klorinom, ni bilo več težav. Zdaj nadaljuje isto delo brez problemov.

5. Celulitis ^{11422...Indija}

71-letnega moškega so sprejeli v splošno bolnišnico v Puttaparthiju zaradi hudih bolečin in visoke vročine 19 junija 2016. Krvni testi so pokazali, da je imel dengo in so ga temu primerno zdravili. Po 3 dneh se je vročina znižala, ostalo pa je nekaj občutljivega vnetja, bolečine in rdeče kože na levem stopalu in gležnju. Naslednji dan se je njegovo stanje poslabšalo, bolečina in otekanje se je razširilo od stopala do kolena. Dali so diagnozo celulitis in predpisali antibiotike. Po 2 dneh so bolnika prepeljali v specialistično bolnišnico 'super speciality hospital', ker je dobil hud glavobol in je padel v delirij. Čeprav je delirij izginil v 2 dneh, je imel precej otekline in gnoja na nogi, ki so jo tesno povezali in imeli v dvignjenem položaju. Čez 2 dni so bolniku povedali, da bodo morali operirati in odstraniti gnoj, nato pa presaditi kožo. Ko je bolnik to slišal 29 junija, se je prestrašil in dobil visoki krvni pritisk. Zdravniki so se odločili, da 2 dni opazujejo njegovo stanje in so prestavili operacijo na 1 julij.

29 junija ponoči se je bolnikova družina obrnila na zdravilko, ki je naslednje jutro dala:

Blood nosode 200C...TDS, brez vednosti zdravnikov, ker ni bilo časa za razgovor z njimi.

Po 2 urah se je obveza na nogi zrahljala, ker se je oteklina zmanjšala in prav tako tudi bolečina. Zdravnik na viziti je bil presenečen, da se je oteklina zmanjšala za 80%. Oteklina in gnoj sta bila vidna samo še na gležnju in tudi rdečina se je precej zmanjšala. Kirurg se je tudi čudil in je rekel, da je to čudež. Povedal je tudi, da operacija ni več potrebna, kar je razveselilo bolnika in družino. Zvečer po drugi dozi nozode se je bolnik veliko bolje počutil. Ker se je splošno stanje izboljšalo, so bolnika po dveh dneh poslali domov, 2 julija. Na začetku je imel bolečine pri hoji, nato pa je bolnik redno hodil vsak dan.

Zdravniki so mu svetovali, da veliko počiva in naj bo previden, ker bi se celulitis lahko ponovil zaradi prahu. Zato je moški jemal nozodo **TDS** do decembra 2016, potem pa postopoma zniževal do **OW** ter prekinil 31 marca 2017. To izkušnjo je bolnik pripovedoval vsakomur in priporočal vibrioniko za njihove težave.

Bolnik je zdaj srečen in zdrav, brez bolečin v nogah. Vibrioniko jemlje za druge kronične bolezni.

6. Paraliza prstov ^{03554...Gvajana}

21 oktobra 2016 je 62-letna ženska prišla k zdravilcu, ker ji je pred 5 meseci otekel levi palec in je močno bolet. Oteklina se je razširila na vso dlan. Potem je šla k zdravniku, ki je urezal luknjo v njen palec in vstavil vato. Ni dobila nobene diagnoze. Stanje se ni nič izboljšalo. Šla je k drugemu zdravniku, ki je pregledal kri in ugotovil infekcijo. Z operacijo je zopet odprl palec in odstranil vato ter gnoj. Dobila je

tablete proti bolečinam. Ta postopek je zmanjšal oteklino in olajšal bolečino. Vendar pa ženska ni mogla več uporabljati 3 prstov na levi roki, ker je izgubila občutek. S prsti ni mogla narediti pesti in ničesar držati.

Bolnica je imela tudi bolečine v kolenih že več let zaradi artritisa in zdravnik je predlagal operacijo kolena. Dali so ji:

#1. CC3.7 Circulation + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.3 Arthritis...TDS v vodi.

Po 3 dneh je zopet imela občutke v prstih. Po 2 tednih je bilo 75% izboljšanje, lahko je prijela in držala stvari v levi roki. Potem so ji dali 2 steklenički zdravil:

Za roko:

#2. CC3.7 Circulation + CC12.1 Adult tonic + CC18.5 Neuralgia...TDS

Za artritis v kolenih:

#3. CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.3 Arthritis...TDS

Do 10 januarja 2017 je lahko uporabljala levo roko brez težav. Doziranje zdravila **#2** so znižali na **OD** in zaključili zdravljenje v prvem tednu maja. Do julija se niso ponovili nobeni znaki, razen malo bolečine v prstih, ko je preveč uporabljala roko. Vesela je, da se je tudi bolečina v kolenu zmanjšala za 50%. Še naprej jemlje zdravilo **#3** in upa, da ne bo potrebna operacija.

7. Kislina, glivična infekcija, artritis ^{03552...Qatar}

21. julija 2016 je 73-letni moški prišel k zdravilcu za zdravljenje različnih kroničnih težav. Že 30 let je imel kislino in pekoči občutek. Okoli 15 let je jemal antacide. Noge so ga srbele in so bile rdeče zaradi glivične infekcije, ki jetrajala že 15 let. Zdravnik mu je dajal zdravila proti glivicam in prašek za zunanjo uporabo že 12 let. V zadnjih 5 letih je imel artritis z bolečinami v ramenih in kolenih in je 3 leta jemal tablete proti bolečinam. Kljub vsem zdravilom ni bilo znakov izboljšanja. Prepričan je bil, da je dobil kislino in glivično infekcijo zaradi narave svojega dela, ker je pogosto potoval dolge ure in ni imel reda v prehrani. V družini so tudi imeli artritis.

Dali so mu:

Za kislino in artritis:

#1. CC4.10 Indigestion + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.3 Arthritis...TDS v vodi

Za glivično infekcijo:

#2. CC21.3 Skin allergies + CC21.7 Fungus...TDS v vodi

Bolnik je jemal alopatska zdravila skupaj z vibrioniko. Po 1 tednu se je kislina poslabšala, izboljšalo pa se je srbenje v nogah za 30% in bolečine v sklepih za 50%. Po 1 mesecu zdravljenja se je kislina zmanjšala za 50%. Srbenje in bolečine so se zmanjšale za 80%.

V 2 nadaljnjih tednih se je kislina izboljšala za 75%. Srbenje v nogah je izginilo, zato je bil prepričan, da se je 100% rešil glivične infekcije. Bolečine v sklepih so se znižale za 90%. Po pogovoru z zdravnikom je prenehal jemati alopatska zdravila za glivice in bolečine.

Ob koncu 2 mesecev je bilo olajšanje kisline 90%, bolečine v sklepih pa se niso spremenile. Zmanjšal je jemanje antacidov. Zdravilo **#2** so znižali na **OD** za 1 mesec in na **OW** do konca globul.

Ob koncu 3 mesecev ni bilo več kisline in bolečin. Ob koncu novembra so znižali zdravilo **#1** na **OD** za 1 mesec, potem pa na **OW**.

Julija 2017 še jemlje zdravilo **#1 OW**. Prenehal je jemati antacide; zdaj jih potrebuje samo, kadar ima začinjen obrok (spicy meal). Glivične okužbe ni več. Občasno ima bolečine v sklepih zaradi spremembe vremena ali potovanja; takrat vzame tableto proti bolečinam.

8. Migrena ^{03552...Qatar}

5. septembra 2016 je prišla k zdravilcu 27-letna ženska, ki je imela pogoste migrene (vsaj enkrat na mesec) že 5 let. Imela je prirojen pregib v nosu in vitko telesno zgradbo. CT slikanje nosu, da bi ugotovili nosne polipe, ki lahko povzročijo takšne glavobole, je bilo negativno. Migrena bi lahko bila dedna, ker je sestra njenega očeta imela to težavo. Glavobole je dobila ob spremembah, kakor so mentalna napetost, močne luči in zvoki. Jemala je paracetamol in se zaprla v temno sobo, da je premagala napade.

Dali so ji:

CC11.4 Migraines + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.3 Chest Infections chronic...TDS, med napadom pa eno dozo vsakih 10 minut za nekaj ur, dokler ni napad minil. Kombo **CC19.3 Chest Infections chronic** so dodali, ker je bolnica težko dihala zaradi prirojenega nagiba v nosu.

Prvi teden zdravljenja je bolnica dobila napad, ki ni bil tako močan kot običajni pojavi migrene. V naslednjih 3 tednih ni imela nobenega napada. V nadaljnjih 2 mesecih tudi ni imela migrene navkljub več potovanj in družabnih dogodkov kakor so poroke. Po 3 mesecih so znižali doziranje na **BD** za en teden in potem na **OD** za 3 tedne in potem zaključili.

Julija 2017, po skoraj 7 mesecih, ni bilo večjih napadov migrene, čeprav včasih dobi glavobol zaradi preveč stresa.

+++++

9. Kronična alergija in zaprtost ^{11578...Indija}

11 April 2016 je 35-letna ženska prišla po zdravila za kašelj, ki ga je imela že 8 let. Imela je alergijo na prah. Ko se je zbudila, je imela vsako jutro močne napade neprekinjenega kašlja. Poleg tega je bila zaprta že eno leto, kar je povzročalo bolečino v rektumu. Ni še poskusila nobenih zdravil. Dali so ji naslednja komba:

Za kronični kašelj:

#1. CC9.2 Infections acute + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.2 Respiratory allergies...TDS

Za zaprtost:

#2. CC4.4 Constipation + CC4.10 Indigestion + CC12.1 Adult tonic...TDS

Po 2 tednih so skoraj vsi znaki 100% ozdraveli. Zjutraj ni imela več kašlja. Tudi bolečina v rektumu je skoraj izginila in ni bila več zaprta. Obe zdravili je jemala še 2 tedna. Ker je bila ženska zdrava, je prenehala jemati zdravila.

Opomba urednika:

Zdravilec ni mogel dobiti več informacij, ker se je ženska verjetno odselila.

+++++

10. Huda astma ^{11581...Indija}

32-letno žensko s hudo astmo in težkim dihanjem so 16 septembra 2016 sprejeli v bolnišnico. Bolnica je že v otroštvu imela astmo in ezinofilijo (visoko število belih teles, ki se borijo proti bolezni); uporabljala je inhalacije. V preteklih 10-15 letih je bila brez težav zaradi astme. Samo včasih se je prehladila in kašljala ob vlažnem vremenu. Zdaj pa je 2 meseca imela pogoste napade prehlada, en teden pa je kašljala in izločala zelenkast izpljunek (sputum) ter hropla.

Ko jo je zdravnik pregledoval, je težko dihala in hropla. Predpisali so ji 5 različnih zdravil in antibiotike za 5 dni. Rekli so ji, da bo morala ob napadih uporabljati posebno napravo (nebulizer), če se stanje ne bo izboljšalo. Odločila se je posvetovati z zdravilcem, preden bi kupila alopatska zdravila. Dali so ji:

#1. CC10.1 Emergencies...ena doza na 10 minut v vodi

#2. CC19.1 Chest tonic + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.4 Asthma attack + CC19.6 Cough chronic...6TD

Nobenih alopatskih zdravil ni jemala in se je zanašala samo na vibro zdravila.

Zdravilo #1 so ukinili po eni uri, ker se je hropenje občutno zmanjšalo. Ponoči je dobro spala. Po 2 dneh se je izpljunek spremenil iz zelene v rumeno barvo in vsi znaki so se izboljšali za 60%. Tretji dan so zdravilo **#2** dodali:

#3. CC8.1 Female tonic + CC9.2 Infections acute + #2...6TD

Po enem tednu je bila bolnica zdrava in 100% brez bolezenskih znakov. Svetovali so ji, da nadaljuje z zdravilom **#3 TDS** še 2 tedna, potem en teden zmanjša na **BD**, naslednje 4 tedne na **OD**, nato pa jemlje **OW** kot preventivo. Bolnica se je nazadnje javila 8 decembra 2016 in do takrat še ni imela ponovitve težav. Svetovali so ji, da jemlje zdravilo **OW** še en mesec.

Urednikova opomba:

Ta zdravilec ugotavlja, da **CC8.1 Female tonic** pomaga okrepiti imunost pri ženskah.

+++++

11. Želodčni krči 03542...UK – Združeno kraljestvo

20 novembra 2016 je 8-letna deklica dobila želodčne krče z močno bolečino. Ker je težko prenašala hčerkino trpljenje, je mati poklicala zdravilko. Deklica pred tem ni imela takšnih bolečin in ni jemala nobenih drugih zdravil. Tistega dne popoldne je morala nastopati v plesnem programu, za katerega se je pripravljala nekaj mesecev.

Dali so ji naslednje zdravilo:

CC4.8 Gastroenteritis + CC4.10 Indigestion + CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic...6TD

Njeno stanje se je hitro izboljšalo in po nekaj urah je lahko sodelovala v plesnem programu. Doziranje so znižali na **TDS** za 2 dni in potem prekinili. Do julija 2017 se znaki niso ponovili.

Mati razlaga:

Že po prvi dozi je moja hči čutila takojšnje olajšanje. Zdravilo sem ji dajala vsaki 2 uri in bilo je kot čudež! Nisem pričakovala tako hitre ozdravirve. Hčerka je veselo nastopala brez bolečin ali težav. Bila je ozdravljena in živahna kot vedno. Bogu se zahvaljujem za vibrioniko.

Urednikova opomba:

Takšen akutni primer lahko zdravimo z dozo vsakih 10 minut 2 uri, potem pa znižamo na **6TD**.

☞ Kotiček za odgovore ☞

*Vprašanje 1: Ali je kak način, da očistim maslo iz ušes, redno jemljem kombo **CC5.1...TDS**, pa imam še vedno zamašena ušesa?*

Odgovor 1: To je pravilen kombo, a verjetno ste to jemali samo ustno. Dodatno dobro zmešajte nekaj kapljic **CC5.1 Ear Infections** z olivnim oljem in dajte v čisto stekleničko za kapljice. Z mehko in čisto krpo očistite vhod v uho. Prizadeto uho nagnite navzgor in spustite vanj 2 do 3 kapljice vibracijskega olja. V ušesno odprtino dajte vato, da olje ne bo moglo teči ven. To ponavljajte BD tako dolgo, da se maslo v nekaj dneh izloči.

Vprašanje 2: Kaj lahko storimo, da spodbudimo bolnike, ki se ne vrnejo za nadaljnje zdravljenje?

Odgovor 2: Naša skupina v ZDA in Kanadi je med konferenčnimi klici ugotovila 5 načinov, ki so jih zdravilci uspešno uporabljali. Praviloma bolnikov ne opominjamo s telefonskimi klici, e-pošto in podobno. Ampak v tem hitrem svetu bolniki pravijo, da potrebujejo občasen opomin. Radi tudi berejo novice. Tukaj je nekaj nasvetov:

- Če se novi bolnik ne javi za nova zdravila, ga pokličemo enkrat na mesec 3 mesece po vrsti, da ga vprašamo o napredovanju njegovega zdravljenja. Ugotovili smo, da se pogosto bolnik bolje počuti, pa ne želi nadlegovati zdravilca.
- Po e-pošti javite vsem bolnikom povezavo za zadnje novice na internetu vsaka 2 meseca skupaj s sporočilom, da jim lahko pomagata, tudi njihovim živalim in rastlinam. Tukaj je primer takšnega obvestila enega naših zdravilcev v ZDA:
Sai Ram, dragi prijatelj.
Upam, da vas to sporočilo najde zdrave, v miru in ljubezni, ko opravljate vaše delo podnevi in ponoči mirno spite. Z veseljem vam pošiljam povezavo za novice Sai vibrionike - maj/junij, 2017: <http://vibrionics.org/jvibro/newsletters/english/News%202017-05%20May-Jun%20H.pdf>. Če ne želite dobivati te pošte na 2 meseca, mi sporočite in ne bom več pošiljal.
- V naših novicah poiščite primer bolnika v podobnem položaju, kakor je vaš bolnik in mu ga pošljite. Bolniki cenijo osebno pozornost in jih takšni primeri spodbudijo.
- Če odhajate za nekaj tednov (na počitnice ali drugače), sporočite bolnikom čas, ko vas ne bo doma, nekaj tednov pred odhodom. To jim daje priložnost, da ponovno napolnijo svoje stekleničke ali pa vzamejo novo zdravilo, če je potrebno.
- Če se vam bolnik ne javi 4-6 mesecev, se mu javite. Povejte mu, da so njegova vibro zdravila potekla in bi bilo dobro, da vzame nova zdravila. Mnogim zdravilcem je ta nasvet bil v pomoč.

Vprašanje 3: Ali lahko predpišem zdravilo za organ, ki so ga odstranili z operacijo?

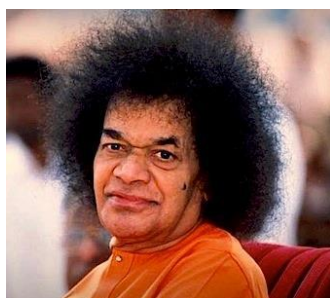
Odgovor 3: Da, takšno vibracijo lahko date tudi, če je bil organ odstranjen. Zaradi "Fantomskega učinka" je etrski ali energijski organ še prisoten, čeprav ga večina ljudi ne more videti. Vibracija pomaga uravnati energijski organ.

Vprašanje 4: 3-letna hči moje prijateljice je alergična na mnogo stvari, tudi na sladkor. Njena mati bi rada poskusila vibro zdravila, a ne vem, v kakšni obliki naj jih dam, če otrok ne more jesti sladkorja.

Odgovor 4: Najprej bi bilo dobro ugotoviti, kakšne znake ima otrok po zaužitju sladkorja? Odkrili so, da otroci lahko postanejo hiperaktivni, če jedo sladkarije; takšne znake včasih razumemo napačno kot alergijo. V takšnem primeru ni vzroka za skrb, ker ena vibro kroglica (ena doza) vsebuje zelo malo sladkorja. Če vzamemo zdravilo v vodi (kar običajno priporočamo), postane količina sladkorja za eno dozo zanemarljiva. Kadar pa zdravnik posebej naroči za otroka, da ne sme jesti sladkorja, potem lahko damo zdravilo naravnost v vodo ali pa v vibuti, če tako želimo. Vibro zdravila dajemo v majhne sladkorne kroglice, ker je sladkor naravni del telesa, ena od sestavin telesnega tkiva in krvi.

Vprašanje 5: Prosim, spomnite nas, kako daleč v stran od stekleničke kroglic mora biti telefon ali računalnik.

Odgovor 5: Ne puščajte zdravila v razdalji manj kot en meter ali 3 čevlje (feet) od katerekoli naprave, ki oddaja močno elektromagnetno sevanje, kakor so televizija, računalnik, mikrovalovna pečica, mobilni telefon, močan magnet ali RTG naprave (x-ray machine - na letališču). Če stekleničko pravilno zavijete v aluminjsko foljo dobre kvalitete, bo zaščitena. Zdravila ne shranjujemo v hladilniku. Baterije pa ne vplivajo na vibracije.



☪Božanske besede Mojstra zdravilca ☪

"Človek je edino živeče bitje, ki ne mara surove hrane v naravnem stanju. Vse živali jedo stvari takšne, kakor so—zrnje, liste, poganjke, sadje. Človek prekuhava, praži, raztaplja, meša in uporablja različne načine kuhanja, da bi zadostil željam jezika, oči in nosa. Posledica tega je, da se vrednost teh stvari zmanjša ali pa uniči. Kadar semena pražimo, ne kalijo; to je dokaz, da je 'življenjska sila - life force' uničena. Zato so nekuhana, surova semena, ki so pravkar vzkalila, boljše in tako tudi oreški in sadje. Kokos, ki ga ponudimo Bogu, je dobra, satvična (čista) hrana, saj ima precej proteina poleg maščobe, škroba in mineralov. Hrana, ki ima preveč soli ali popra, je radžasična (vzbuja strasti) in bi se ji morali izogibati; tako tudi delujeta preveč maščobe in škroba, ki sta tamasična (nagibata k nedejavnosti) s svojimi učinki na telo. «

... Sathya Sai Baba, "Food and Health", hrana in zdravje, Discourse – predavanje, 21 September 1979
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume14/sss14-31.pdf>

"Življenje brez ljubezni je brez smisla. Bolj ko ljubite, bolj se razvija. Resnično ljubezen moramo razločevati od navezanosti do oseb ali stvari. Navezanost temelji na sebičnosti, ljubezen pa na nesebičnosti. Ljubezen je sadež, ki nastane iz cvetov vaših dobrih dejanj. Samo kadar opravljamo nesebično služenje, lahko občutimo bistvo takšne čiste ljubezni."

... Sathya Sai Baba, "Equality through Love – enakost skozi ljubezen", Discourse - ,11 December 1985
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume18/sss18-28.pdf>

☞Obvestila☞

Načrtovane delavnice

- ❖ **Francija, Dordogne:** Osvežilni seminar & AVP delavnica, 16-17 September 2017, povežite se z Danielle na trainer1@fr.vibrionics.org
- ❖ **UK – Združeno kraljestvo, London:** Narodni letni osvežilni seminar, 17 September 2017, povežite se z Jeram na jeramjoe@gmail.com ali po telefonu na 020-8551 3979
- ❖ **USA – ZDA, Washington DC, blizu Dulles Airport -letališča (IAD):** AVP delavnica, 13-15 oktober 2017, povežite se s Susan na trainer1@us.vibrionics.org
- ❖ **Indija, Puttaparthi:** AVP delavnica, 18-22 November 2017, povežite se z Lalitha na elay54@yahoo.com ali po telefonu na 08555-288 377
- ❖ **Indija, Puttaparthi:** SVP delavnica, 24-28 November 2017, povežite se s Hem na 99sairam@vibrionics.org

☞Dodatek☞

Nasveti za zdravje

Kislina – Zatrte jo v kali (Nip it in the bud!)

1. Kaj je kislina^{1,2,3}

Kislino na splošno razumemo kot stanje premočne kisline v želodcu, ki povzroča neugodje. Žleze v želodcu po naravni poti ustvarjajo želodčne kisline, ki razčlenijo in prebavijo hrano, hkrati pa ščitijo proti patogenim bakterijam. Normalen odrasel človeški želodec izloči okoli 1.5 litra želodčne kisline dnevno. Zaščitna plast sluznice v želodcu izloča bikarbonate, ki nevtralizirajo škodljiv učinek te kisline. Ta obloga prenese visoko kislino okolje. Problem pa nastane v tem samodelujočem mehanizmu, kadar se izloči preveč želodčne kisline zaradi dejavnikov, kakor so kislina hrana, alkohol, dehidracija in stres, ki lahko vsi poškodujejo želodčno oblogo.

2. Simptomi kislosti^{3,4,9}

Pekoči občutek v želodcu ali grlu ali v nižjem področju prsi po zaužitju obroka je eden najpogostejših znakov kislosti. Drugi znaki so še spahovanje, ki noče prenehati, kisel okus v ustih, kislino riganje, tiščanje, glavobol, vročina v telesu in dvigovanje kisline (regurgitation – tekoča hrana se dvigne v grlo). Včasih lahko pokažejo kislino stanje v telesu tudi slaba prebava, dispepsija ali gastritis ali pa kombinacija teh dejavnikov.

Nekaj drugih znakov kislosti so še stalna utrujenost, hitra zadihanost, pogosto vzdihovanje, bolečine v mišicah ali krči po kratki hoji in občutek, da ne dobimo dovolj zraka. Količina kisika v tkivu je tako nizka pri ljudeh z veliko kislino, da težko držijo sapo več kot 20 sekund.

3. Vzroki kislosti^{3,5,8}

S hrano povezani vzroki so: preveč vroča, pekoča ali pražena hrana; pogosto uživanje maščob, sladkarij, ponarejene ali fermentirane hrane, šumeče pijače in procesirana hrana; preveč čokolade, česna, čebule, čaja ali kave; veliki in težki obroki ali prigrizki pred spanjem; ne-vegetarijanska hrana in pitje alkohola.

Med drugimi vzroki je stres na prvem mestu. Pretirani napor lahko povzroči fizični stres, medtem ko mentalni/čustveni stres lahko povzročijo pogoji, kakor so naglica, skrbi, strah, jeza itd. Pojavnost kisline je veliko višja pri močno čustvenih in živčnih ljudeh. Na kislino lahko gledamo kot na stranski učinek našega stresnega, mobilnega načina življenja in hitre prehrane. Drugi dejavniki so še preveč izpostavljenosti soncu in vročini, aspirin in protivnetna zdravila, premalo pitja vode (povzroča dehidracijo celic) in preveč kajenja.

4. Kislina se razlikuje od gastričnih težav⁶

Nekateri mogoče zamenjujejo svoje gastrične težave za kislino. Vetri gredo skozi rektum in/ali skozi usta, z 'burping' pri otrocih in riganjem pri odraslih. To je lahko preprosti izhod plinov takoj po obroku zaradi zraka, ki ga požiramo med jedjo. Če pa ima vonj ali kisel okus v ustih, potem je to posledica zaradi slabe prebave ali nepopolnega izločanja blata. Tudi nekatere stvari, ki povzročajo pline, lahko vodijo v kislino.

5. Kaj je kisel refluks^{4,5,7}

Normalno se hrana giblje navzdol od ust skozi požiralnik v želodec. Krožna mišica, ki jo imenujemo sfinkter in leži tam, kjer požiralnik sreča želodec, deluje kot zaklopka, ki se odpira, da lahko gre hrana v želodec in se takoj zapre, da prepreči vračanje hrane (regurgitation). Kadar pa ta zaklopka postane šibka ali poškodovana, se ne zapre pravilno in tako dovoli, da se vsebina iz želodca vrne v požiralnik. To imenujemo kisli refluks, ki je pogost problem.

Glavni znak je pekoči občutek (heartburn) za prsnico, ki se včasih dvigne v grlo, znotraj pa ga čutimo v prsih. Ni povezan s srcem, čeprav ima v angleščini takšno ime, vendar pa je včasih bolečina tako močna, kakor srčni napad. Ponavljajoči se kisli refluks (več kot dvakrat na teden) lahko povzroči peptični ulkus želodčno rano) ali pa bolezen v požiralniku, ki se imenuje (gastroesophageal reflux disease = GERD). Pri otrocih se zaradi preveč kisline lahko ponavlja vnetje grla (infection).

Kisli refluks lahko nastane zaradi kile (hiatal hernia), kadar zdrsne trebušni organ, pogosto želodec, skozi trebušno mreno (diaphragm) v sredino prsi. Ta pojav sproži znake, na primer kisli okus v ozadju ust ali 'heartburn', težko požiranje in/ali bolečino v prsih.

6. Širjenje (Ramifications) kisline^{4,7,10,11}

Kislina vodi do *dispepsije/slabe prebave*, kar nakazuje neugodno počutje ali bolečino v zgornjem delu trebuha, običajno kmalu po obroku. Čeprav na to ne gledamo kakor na bolezen samo po sebi, je to skupina znakov, kakor so spahovanje, slabost, bruhanje in riganje. Kadar želodčna kislina poškoduje zaščitno plast sluznice (mucose layer), povzroča draženje, vnetje in drugo, kar povzroča znake slabe prebave, včasih tudi gastritisa, pri katerem ostajajo ti znaki prisotni večino dneva. Pekoči občutek je tudi eden izmed znakov dispepsije.

7. Učinki 'domine' zaradi kislosti⁸

Študije na univerzi v Bariju v Italiji kažejo, da je glavni znak za vse tumorje, ne glede na njihov izvor ali ozadje, kislino okolje, ki pospešuje rakave celice. V članku z naslovom "Hidden Truth of Cancer – skrita resnica o raku", to je zapisal Dr Keiichi Morishita, kadar kri začne biti kisla, telo začne odlagati kisle snovi, pogosto toksine v celice, da bi kri ostala delno alkalna. Takšno nalaganje obremeni celice, da postanejo še bolj kisle in toksične, to pa zmanjšuje njihovo raven kisika in vodi v uničenje dihalnih encimov in v poškodbe DNA. Zaradi kislosti nekatere celice odmrejo, druge pa preživijo in postanejo nenormalne in tako nedoločno rastejo brez reda. Poročila svetovne organizacije za zdravje kažejo, da pogosti kisli refluks lahko povzroča raka in če ga ne zdravimo, lahko vodi v raka požiralnika.

Dodatno pa je kislino okolje ugodno za razvoj patogenih organizmov, kakor so bakterije, virusi in glivice (fungus). Takšno okolje je tudi ugodno za bolezni srca, diabetes in osteoporozo. Če ne nadzorujemo kislosti, lahko vodi do prevelike kislosti in nastanka ran (ulkusov) v prebavnem sistemu, ker poškoduje oblogo želodca in tudi črevesa (intestine). Tako bi kislina lahko postala ugodna podlaga za različne bolezni zaradi načina življenja, tudi raka.

8. Spoznajte vašo raven kislosti^{1,9,12}

Da bi razumeli raven kislosti, je nujno vedeti o pH v telesu. pH pomeni "potencial za vodik - hydrogen" in označuje koncentracijo ione vodika. Kislost merimo po tabeli od 0 do 14. Raven pH manj kot 7 označuje kislost, ničla je najbolj kisla. Raven pH višja od 7 označuje alkalnost ali bazičnost, 14 je najvišja bazičnost. 7 je nevtralna vrednost. Da preživimo, morajo naša telesa ohranjati pH blizu 7.4, kar je na bazični strani nevtralnega. Če se pH telesa preveč razlikuje od te idealne vrednosti, otežuje pravilno delovanje različnih encimov. Človeška kri ostaja v ozkem pasu pH od 7.35 do 7.45.

Čeprav se ravni pH v telesu spreminjajo glede na obroke, telesne vaje, stres, hormone, spanje in druge dejavnike, bi moral biti pH zdrave sline med 6.5 in 7.0. Vse nižje vrednosti bi pokazale preveč kislosti v telesu. Želodec ima pH od 1-3, požiralnik pa 7 in ne more prenašati visoke kislosti. Človek dobi znake pekočega občutka v prsih, kadar ta pH pade pod vrednost 4.

Če opazimo katerikoli znak kislosti, moramo preveriti svoj pH in se srokovno posvetovati. V lekarnah (ali v BIO trgovinah) dobimo pH trakove. Spremeniti moramo svoj način življenja in prehrane in to popravi neravnovesje pH v telesu.

9. Koraki za preprečevanje kislosti^{3,5,23,24}

Pijte dovolj vode, to je glavna stvar za nevtralno kislost in delovanje encimov. Voda v čistem stanju je nevtralna s pH 7. Voda, ki teče skozi plast sluznice, jo ohranja in ščiti proti kislini v želodcu, ker sluznico sestavlja 98% vode in 2% gradiva, ki drži vodo na mestu.

Dieta bi morala biti primerna za zdravje in za splošno počutje ter bi morala vsebovati sveže sadje, zelenjavo, solate, kalčke (sprouts) itd. Kuhana hrana bi morala biti sveža z malo začimb (spices). Hrano moramo uživati tudi ob primernem času, z molitvijo in v mirnem vzdušju. Dobro jo moramo prežvečiti in jesti počasi. Vsa žita razen ajde in prosa so kislila, če jih ne namakamo in jemo surovih. Namizno sol (kislo) bi morali nadomestiti s kakovostno himalajsko ali drugo nepredelano kristalno soljo, ki je bogata z minerali (alkalno) ali **sea salt-morsko soljo** (nevtralno).

Vsak dan sta pomembna telesna vadba in dober spanec. Pešajte in delajte jogo, da okrepite prebavni sistem in redno dovolj spite. Izogibajte se zatiranju *naravnih potreb (urges)*, še posebej bruhanju, vetrom in izločanju blata.

10. Domača zdravila za kislost^{3,13-22}

Dolgotrajna uporaba antacidov in drugih predpisanih zdravil za kislost ima neprijetne stranske učinke. Zato je dobro poskusiti preprosta domača zdravila/naravna zdravila, ne samo za takojšnjo pomoč, ampak tudi za ozdravitev. Nihče ne more trditi, kaj bi bilo najboljšo za posameznika, zato bodite previdni pri izbiri zdravil. Tukaj je seznam nekaj znanih začimb in zelišč ter lahko dosegljive hrane. Za podrobnosti, kako jemljemo ta zdravila in o njihovih dobrih učinkih si oglejte povezave (link numbers) zgoraj ob naslovih.

a. *Spices – močne indijske začimbe*

Carom seeds (ajwain) – semena z malo črne soli (ni primerno za bolnike z zaprtostjo in ulkusi); semena janeža (fennel - saunf); semena kumine (jeera) – posebej učinkovita v kombinaciji s semeni 'carom' in ingverjem; cardamom; nageljnovi žbice (klinčki - clove) – grizi in imej v ustih za takojšnje olajšanje; malo kurkume v topli vodi (turmeric).

b. *Herbs - zelišča*

Čaj iz suhih kamiličnih cvetov ali sveže mete ali pa žvečite liste bazilike (basil - tulsi).

c. *Sadje, zelenjava in sokovi*

Banana - zrela/preveč zrela; jabolko; ananas; lubenica; papaja; grozdje; sok korenja in zelja; kumara ali njen sok; sveži ingver; sok aloe vere; nežna kokosova voda in njegova sredica (pulp).

d. *Druga zdravila*

Pijača iz namočenih mandeljev; 'butter milk' s koriandrovim sokom ali navaden sveži jogurt; amla (Indian gooseberry) v prahu ali pa žveči sadež amle; 'sandalwood' prašek prevreti na vodi; biološko pridelan nefiltriran jabolčni kis, zmešan z vodo; soda bikarbona, zmešana z vodo in nekaj soka limete ali limone – to pijemo, preden preneha šumeti (fizzing), kadar je bolečina nevzdržna (ni primerno za bolnike z visokim krvnim pritiskom in za tiste, ki ne smejo uživati sode); žvečilni gumi brez sladkorja.

11. Zdravila vibrionike za kislost in podobne težave²⁵⁻²⁷

Če uporabljate strojček Sai Ram Healing Vibration Potentiser ali pa škatlo 108CC, tam najdete več možnosti na izbiro, odvisno od znakov bolnika. Takšne rešitve so opisane v knjigah – 'Vibrionics 2016' in '108 Common Combos' (splošni kombi).

Napotki in povezave za kislost (1-12) in zdravila (13-27):

1. <https://www.eno.co.in/what-is-acidity/>
2. https://en.wikipedia.org/wiki/Gastric_acid
3. <http://www.healthsite.com/diseases-conditions/acidity/001/>
4. <http://www.healthline.com/health/gerd/acid-reflux-symptoms#overview1>
5. <http://www.medicalnewstoday.com/articles/146619.php>
6. Razprava o domačih zdravilih – A Treatise on Home Remedies, Dr S Suresh Babu, Pustak Mahal Publication, India 2005
7. <http://www.webmd.com/heartburn-gerd/guide/what-is-acid-reflux-disease#1>
8. <http://www.naturalhealth365.com/ph-oxygen-levels-dna-damage-stop-cancer-1383.html>
9. <https://www.drdaavidwilliams.com/proper-ph-balance>
10. <http://www.webmd.com/digestive-disorders/digestive-diseases-gastritis#1>
11. <http://newsnetwork.mayoclinic.org/discussion/distinguishing-between-bile-reflux-and-acid-reflux-can-be-difficult/>
12. <https://simple.wikipedia.org/wiki/PH>
13. <http://www.wholesomeayurveda.com/2017/03/16/ajwain-carom-seeds-benefits-acidity-indigestion/>
14. <https://wikihomenutrition.com/home-remedies-acid-reflux/>
15. <http://articles.mercola.com/home-remedies-heartburn-acid-reflux-ulcer.aspx>
16. <https://www.youtube.com/watch?v=k5j-Zvjqr0> Natural method to cure acidity – Naravna metoda za ozdravitev kislosti, Baba Ramdev

17. <http://www.thehealthsite.com/diseases-conditions/10-home-remedies-for-acidity-that-really-work/>
18. <http://www.thehealthsite.com/diseases-conditions/drink-coconut-water-to-get-quick-relief-from-acidity-and-heartburn-t915/>
19. <http://www.ayushveda.com/homeremedies/acidity.htm>
20. <http://www.homeremedyfind.com/12-remedies-for-acidity/>
21. <http://everydayroots.com/heartburn-remedies>
22. <http://easyayurveda.com/2014/12/11/sandalwood-benefits-how-to-use-side-effects-research/>
23. <http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2009/04/25/news-flash-acid-reflux-caused-by-too-little-acid-not-too-much.aspx>
24. Voda za zdravje, za zdravljenje, za življenje -Water for Health, for Healing, for Life -- You are Not Sick, You're Thirsty! – Niste bolni, žejni ste !, F. Batmanghelidj MD Warner Books 2003
25. Sairam Healing Vibrations, 108 Common Combos – 2011 – knjiga 108 splošnih kombov, 2011
26. Soham Series of Natural Healing volume 3, serija knjig Soham o naravnem zdravljenju, številka 3 napisala sta Swami Narayani and Swami Ananda.
27. Vibrionics 2016, A Practical Guide for the Users of Sai Ram healing Vibration Potentiser – Praktični vodič za uporabnike strojčka SRHVP, Vibrionika 2016.

Om Sai Ram

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