

Sai Vibrionika - Novice

[a SVIRT publication]

www.vibrionics.org

“Kadarkoli vidite bolnika in obupano osebo, to je vaša priložnost za sevo.”

...Sri Sathya Sai Baba

Leto 15, številka 2

Mar/Apr 2024

V tej številki

| | |
|---|---------|
| ☞ Z mize Dr Jit K Aggarwala | 1 - 2 |
| ☞ Profili zdravilcev | 2 - 4 |
| ☞ Primeri zdravljenja s kombi | 4 - 10 |
| ☞ Kotiček za odgovore | 10 - 11 |
| ☞ Božanske besede Mojstra zdravilca | 11 |
| ☞ Obvestila | 11 |
| ☞ Dodatek | 12 - 17 |

☞ Z mize Dr Jit K Aggarwala ☞

Dragi zdravilci

Ker pričakujemo 12-urno petje badžanov za praznik Shivaratri, ki dvigne energijo in oplemeniti vibracije našega okolja, razmišljajmo o Swamijevega sporočilu ob tej priložnosti. Swami pravi, da na dan Shivaratrija, Shivo predstavlja lingam in ga moramo častiti kot obliko, da pridobimo *Jnana* ali najvišjo modrost. On pravi: “*Ne jemljite tega dneva lahkotno in ne opustite disciplin, ki so jih predpisali modri ljudje (sages) za to praznovanje, kot so post, budnost in neprekinjeno ponavljanje božjega imena, naj to ne postane rutinski obred ali priložnost za piknik, ponočevanje ali zabave. Tega dne in ponoči premišlujtee o Atma Lingi (eliptični idol, ki prihaja iz Shive kot njegov simbol), o Jyothir Lingi (simbol najvišje luči in modrosti) in bodite prepričani, da je Shiva v vsakem od vas. Naj vam ta vizija osvetli vašo notranjo zavest.*” – Shivaratri Discourse, 5 March 1973, Disc. 4, [Sri Satya Sai Speaks vol 12](#)

Saijevi sledniki se pripravljajo na praznovanje stotega Swamijevega rojstnega dne novembra 2025 in mi smo zadovoljni, ko vidimo navdušen odziv vibro zdravilcev s spoštovanjem idej za kolektivno darilo naše organizacije. Imamo že nekaj predlogov: Knjiga s 100 primeri zdravljenja (podobno kot knjiga z 90 primeri, ki smo jo podarili Swamiju za 90 rojstni dan), knjiga z opisi 100 rednih vibro taborov po svetu in knjiga z opisi 100 zdravilcev, ki predstavljajo posebne izkušnje z vibrioniko.

Mnogi zdravilci so izrazili željo, da bi se udeležili velikega srečanja, kakor smo ga imeli za prvo mednarodno konferenco januarja 2014, zdaj pa predlagamo pripravo seminarjev v državni ravni v Indiji in v tujini ter deželna ali regijska srečanja. Ko zberemo dovolj podpore in prostovoljcev ter zagotovimo najmanj 100 udeležencev, lahko izvedemo narodno konferenco.

Še vedno smo v ravni zamisli in uresničenje teh dogodkov je odvisno od vsakega od nas. Tisti, ki bi prostovoljno prevzeli odgovornosti za izvedbo navedenih primerov in bi želeli sodelovati na drug način, naj pišejo direktno meni na founder@vibrionics.org. Z veseljem vam bom svetoval ob nadaljnjem delovanju. Upamo, da ta posebna priložnost praznovanja stotega leta avatarja Kaliyuge postane poseben in nepozaben dogodek.

Ker si naša organizacija nenehno prizadeva za rast in širjenje, smo prepričani, da moramo širiti bazo zdravilcev v vseh stopnjah. Zadnje čase smo imeli manj prijav za napredovanje na višjo stopnjo, posebno za zdravilce (VPs), ki bi postali učitelji (SVPs). Slišal sem, da nekateri zdravilci domnevajo, da imamo premalo starejših učiteljev in nimamo dovolj strojčkov SRHVP. To ni resnično, imamo dovolj strojčkov za večjo skupino, zato naj vas takšne govornice ne motijo in se prijavite za študij (SVP training). Olajšali smo navodila za prijavo, da spodbudimo zdravilce (VPs) in se prijavijo v SVP tečaj. Več podrobnosti preberite v dodatku (Addition section).

Naša raziskovalna skupina nenehno deluje, izboljšuje in dopolnjuje priročnike za uporabnike Vibrionike (108CC 2011 in Vibrioniko 2016). Zato pregledujejo znake in vzroke vsake nove bolezni, proučujejo običajno zdravljenje in primerna homeopatska zdravila ter prosijo Swamija za vodenje, preden dopolnijo kombe. Za knjigo 108CC 2011 so pripravili več dodatkov. Prenovljen seznam (index) knjige 108CC smo objavili leta 2018 (Vol 9 #5). Ta seznam so še spremenili leta 2024, addendum smo vključili v dodatku (In Addition section). Predlagamo, da vsi zdravniki natisnejo ta seznam in ga dodajo svoji knjigi 108CC zalažje napotke.

Ob tej priložnosti naj vse nas opominim, da inštitut SVIRT pripada nam – zdravilcem in tako je naša kolektivna odgovornost, da prispevamo za vodenje in rast inštituta. Imamo veliko priložnosti za vse izkušene zdravitelce (VPs in SVPs), ki se lahko prostovoljno priučijo kot voditelji e-tečaja in delavnic. Ker smo popolnoma brezplačna ustanova (charitable institution), vsako dodatno ponudbo za sevo resnično cenimo.

Ob koncu vam prepuščam spodbudno in primerno Bhagawanovo sporočilo, da ga ohranimo v srcu in mu sledimo v vsakodnevnem življenju. *“To je moje glavno sporočilo Shivaratrija. Dajem vam 3 načela (maxims – pravila), ki si jih morate zapomniti: ‘Seva, Seva, Seva’. Nikoli ne pozabite dolžnosti za služenje, zato morate razviti ljubezen. Da lahko razvijete ljubezen, morate okrepiti duha požrtvovalnosti (sacrifice). Služenje dobi pomen, če izkazujejo ljubezen, ki izvira iz požrtvovalnosti. Sprejmite služenje kot korist za vaš lastni duhovni razvoj. Bodite dobri, delajte dobro.”*...Shivaratri Discourse - govor, 7 marec 1997, Disc. 6, [Sri Satya Sai Speaks vol 30](#).

Naj nam vsem naš dragi Sai Shiva daje luč modrosti. Želim vam vesel in svet Shivaratri!

Saiju služimo z ljubeznijo.

Jit K Aggarwal

ॐ Profili zdravilcev ॐ

Zdravilka ^{03590...ZDA}



ima diplomu v računovodstvu in je kot specialistka 20 let delala v finančni industriji. Julija 2023 se je upokojila, skrbi za družino, za hobi pa ustvarja nakit (custom beaded jewellery).

Ko je bila leta 1976 stara 9 let, je bila prisotna na SAI badžanih, potem pa je Swami za 3 desetletja izginil iz njenega življenja. Leta 2008 jo je prijateljica povabila na 'akhand' badžane in njena zveza s Saijem se je obnovila. Junija 2009 je imela prvi Babin daršan in je po 1 mesecu dobila blagoslov 'padnamaskarja. Potem je aktivno sodelovala v različnih prostovoljnih programih, kakor so 'Public Action to Deliver Shelter – javna akcija za zavetišče', 'Feed My Starving Children – Dajte hrano Mojim lačnim otrokom', 'Animals Deserving of Proper Treatment – Živali si zaslužijo pravilno zdravljenje', Bread Truck project (pripravljali in delili so sendviče v okolju z nizkim dohodkom), bila je tudi prostovoljka v kuhinjah za juho in domovih za starejše.

V otroški dobi je brala knjigo o zdravnici v kitajskem mestecu, ki je posvetila svoje življenje bolnikom in ta zdravilka je tudi želela postati zdravnica in pomagati trpečim. Te njene sanje se niso uresničile, kakor si jih je predstavljala, ampak se je nanje večkrat spomnila. Pogosto je zbolela in alopatski zdravniki in medicinski testi niso vedeli zakaj. Decembra 2013 je začela raziskovati alternativne načine zdravljenja. Posvetovala se je z masažnim terapistom, ki je izvajal tudi energijsko zdravljenje (magnified energy healing). Po nekaj terapijah se je na splošno počutila veliko bolje. V nekaj naslednjih letih je poskusila različne alternativne terapije, kakor so Reiki, šamansko zdravljenje itd. in po vseh je imela pozitivne rezultate. Takrat je od Saijeve sledilke slišala o vibrioniki in občutila, da je Swami odgovoril na njene molitve in ji pokazal pot za izpolnitev njenih sanj. Ker je Swami fizično blagoslovil vibracijski sistem, je brez dvoma vedela, da je to njena nadaljnja pot. Novembra 2019 je postala AVP (zdravilka asistentka) in potem VP aprila 2020.

Na potovanju kmalu potem, ko je postala AVP, je imela močno osebno izkušnjo z vibrioniko. Spodrsnilo ji je, padla je na tanek led in si ranila desno koleno in zapestje. Pri sebi je imela samo torbico z nujnimi zdravili (wellness kit), zato je začela jemati **CC10.1 Emergencies** vsakih 10 minut. Po nekaj urah sta oteklina in bolečina čudežno izginili in drugi dan je bila zdravilka popolnoma zdrava. Tretji dan se je vračala domov z letalom in je na letališču lahko 1 uro pešočila brez težav v škornjih z visoko peto!

Ta zdravilka ugotavlja, da kombo **CC10.1 Emergencies** z jemanjem vsakih 10 minut 2 uri in potem **6TD** močno deluje v nujnih primerih in bolniki ozdravijo v 2 do 3 dneh. Sama pripravlja svoj osnovni kombo **CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic** in je prepričana, da ta kombo skupaj z drugim zdravilom pomirja in sprošča bolnike ter jim daje energijo; to jih spodbuja, da še naprej jemljejo vibro zdravila. Februarja 2020 je prišla k njej 14-letna deklica, ki je padla med igranjem odbojke in si poškodovala desno rame in roko. To je bilo tako boleče, da ni mogla gibati ramena. Po 3 dneh jemanja tega komba skupaj s kombi **CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine + CC20.7 Fractures...6TD** je bolečina izginila!

Opisuje tudi svojo izkušnjo zdravljenja 3-letnega madžarskega psa Vizsla, ki je 1 leto trpel zaradi žuljev na taci, hude letargije in stalnih bolečin. 2. julija 2023 je psu dala **CC1.1 Animal tonic + CC6.2 Hypothyroid + CC10.1 Emergencies + CC21.2 Skin infections + CC21.3 Skin allergies + CC21.6 Eczema + CC21.11 Wounds & Abrasions** in tudi v vodi za nanašanje na žulje. Po 1 tednu so zdravilo ukinito, ker je pes imel močan 'pullout' in je moral vzeti antibiotike. Po 10 dneh so ponovili zdravljenje, začeli so z **OD** za 1 teden in počasi poviševali do **TDS**. Po 5 tednih je bil pes skoraj popolnoma ozdravljen, zdravilo pa so mu dajali še 1 mesec. Zdravilka razlaga bolnikom, da je 'pullout' zanje koristen, ker izloča toksine iz telesa; zato ji bolniki takoj sporočijo, kadar se 'pullout' pojavi.

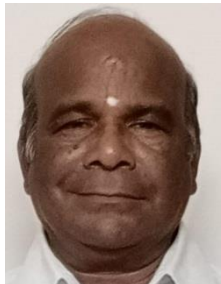
Zelo je hvaležna Swamiju, da ji je dal priložnost za sevo in pogoso začuti, kako jo vodi pri delu z vibrioniko. Ob nekaj priložnostih je izbrala določen kombo, ki ga prej ni nameravala dodati. Pozneje pa je ugotovila, da je kombo bil potreben za drugo težavo, ki jo je bolnik pozabil omeniti ob prvem pogovoru!

Ker se je upokojila, ima več časa za vibrioniko. Zdaj pomaga pri pregledovanju primerov zdravljenja in vodi zalogo stvari za zdravilce v ZDA in Kanadi. Pri administrativnem delu pomaga tudi koordinatorki za Severno Ameriko, kadar je to potrebno. Prijavila se je za SVP tečaj in je pripravljena delovati v več področjih. Ker je sodelovala s starejšimi zdravilci v Indiji in ZDA, zdaj bolje razume zapletene bolezni in jih lahko bolje zdravi. Poskuša stopiti v čevlje bolnikov in videti stvari z njihove perspektive in to ji je pomagalo postati bolj empatična in razumevajoča. Delo z vibrioniko ji omogoča, da lahko daje več ljubezni in je postala bolj hvaležna Gospodu.

Njeni primeri:

- [Konstipacija](#)
- [Ahilov tendinitis, boleče rame](#)
- [Migrena](#)

Zdravilec ^{11612...Indija} ima diplomu za komercialno (Masters' degree) in je bil zaposlen kot pomočnik vodje oddelka v BSNL več kot 18 let. Leta 2018 se je upokojil in zdaj rad posluša duhovna predavanja in sodeluje v društvenih dejavnostih.



Svak mu je predstavil Sai Babo in skupaj z ženo sta imela njegov prvi daršan maja 1991. Ko je bil leta 1992 star 34 let, mu je neki sveti mož povedal, da ga bo bog varoval v vseh primerih in da bo v njegovo družino prišel Babov prasadam v obliki dečka. Aprila 1993 je njegova žena rodila dečka, ki so ga imenovali Sai Krishna. Swami je potrdil svojo prisotnost v njihovi hiši v obliki svoje roke na kupu riža; od takrat dalje je ta moški sodeloval v Saijevih dejavnostih. Vedno ga je zanimala alternativna medicina, zato je prostovoljno delil zdravila v homeopatski organizaciji od leta 1993 dalje.

Leta 2018 je poslušal govor o Sai Vibrioniki in se je pozanimal za ta sistem.

Poiskal je zdravilo za težave z želodcem in je bil presenečen, kako učinkovito je delovalo. Prijavil se je na tečaj in postal AP marca 2019.

Ta zdravilec redno sodelujev tedenskih zdravstvenih taborih. V teh letih je precej izboljšal svoje znanje, ker je zdravil različne bolezni. Hvaležen je tudi za priložnosti sodelovanja z drugimi zdravilci, ker se je tudi pri njih veliko naučil. Pogosto ostane še nekaj časa po koncu tabora, saj pride še kakšen bolnik! Skupaj z zdravilcem ¹¹⁵⁹⁴ je že sodeloval v 101 rednem taboru blizu svojega doma v kraju Visakhapatnam in je pomagal 1616 bolnikom.

3-letna deklica je imela bele madeže, kakor je vitiligo, po čelu in sencih že 18 mesecev. 28. oktobra 2020 ji je dal zdravilo **#1. CC21.2 Skin infections + CC21.3 Skin allergies + CC21.11 Wounds & Abrasions** v vibhutiju za zunanje nanašanje in **#2. CC12.2 Child tonic + #1** še ustno. Po 1 mesecu je družina sporočila 90% izboljšanje in po 2 mesecu so madeži popolnoma izginili.

V drugem primeru je prišla 17-letna dekle, ki je pred 1 mesecem dobila diagnozo PCOD. Že 2 leti je imela neredno menstruacijo, oslabelelost in glavobole. Zdravilec ji je dal **CC8.4 Ovaries & Uterus + CC8.8 Menses irregular + CC11.3 Headaches + CC12.1 Adult tonic**. Po 2 mesecih je bolnica sporočila, da sta glavobol in oslabelelost prenehala in menstruacija je ostala redna. Po 2 mesecih pa zopet ni dobila menstruacije. Zato so kombu dodali **CC3.1 Heart tonic** in naslednji mesec je menstruacija nastopila redno ter se nadaljevala še 2 leti.

Zdravilec ima veliko zanimivih primerov in jih nekaj opisuje za vse zdravilce. Zdravil je 4-letnega dečka, ki je 5 dni imel hud kašelj in ni mogel spati. Dal mu je **CC9.2 Infections acute + CC12.2 Child tonic + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.6 Cough chronic + CC19.7 Throat chronic...6TD**. Že naslednji dan so starši sporočili, da je deček spal potem, ko je vzel zdravilo. Po nekaj dneh je kašelj prenehal.

Pogosto uporablja kombo **CC3.7 Circulation + CC18.5 Neuralgia** z zelo dobrimi izidi. Kot primer navaja 3 domače bolnike – 2 s hrbtno bolečino in 1 s spondilitisom, pri njih so se znaki začeli izboljševati šele potem, ko je ta kombo doal prvotnemu zdravilu. Enako je opazil v več primerih artritisa in spondilitisa v rednih taborih vibrionike. Zdaj ta zdravilec daje ta kombo že ob začetku zdravljenja takšnih bolnikov.

Med pandemijo je zdravilec aktivno razdeljeval zdravilo **IB**, našo okrepitev imunosti. Redno pošilja zdravila mnogim bolnikom po pošti. Pravi, da je Sai Vibrionika edinstvena, ker zlahka pripravimo in dajemo zdravila.

Pri tem delovanju je razvil več potrpežljivosti, vztrajnosti, ljubezni in navdušenja za več seve. Zelo je hvaležen Swamiju za to čudovito priložnost, da posveti (sanctify) svoje življenje po upokojitvi in z vibrioniko lahko služi svoji družini, prijateljem in vsem tistim, ki ga prosijo za pomoč.

Njegovi primeri:

- [Glivična infekcija](#)
- [Gnojno izločanje, srbenje in ušesna bolečina](#)
- [Dihalna alergija](#)

☞ Primeri zdravljenja s kombi ☞

1. Konstipacija ^{03590...ZDA} 13-letni deček je imel konstipacijo 5 let od maja 2015, trdo blato je izločal skoraj vsak dan, včasih pa na 2 do 3 dni. Septembra 2019 so šli k zdravniku, ker je otrok imel trebušno bolečino, slab apetit in se je hitro utrudil. X-ray je pokazal težavo v kolonu (backup) in zdravnik je predpisal odvajalo (Miralax), ki ni dosti pomagalo, zato so ga po 2 tednih prekinili.

22 maja 2020 je zaskrbljena mati dečka peljala k zdravilcu, ki mu je dal:
CC4.1 Digestion tonic + CC4.4 Constipation + CC10.1 Emergencies + CC12.2 Child tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic...TDS

Dodatno so svetovali, da otrok postopoma pije več vode - 8 do 10 kozarcev od prejšnjih 6 in več vlaknin v prehrani.

V 3 do 4 dneh ni bilo več bolečine in v naslednjih 10 dneh, do 4 junija, je blato postalo normalno vsak dan, ampak ob različnem času. 24 junija je mati sporočila, da je deček imel precejšnje izboljšanje apetita in energije. Do 27 avgusta je bilo 100% izboljšanje, ker je blato bilo redno. Doziranje so znižali do **BD** in v 2 mesecih do **OW**, po 1 mesecu, 30 novembra 2020, so zdravilo prekinili. Januarja 2024 je deček bil zdrav.

2. Ahilov tendinitis, bolečina v ramenu ^{03590...ZDA} 61-letna ženska je občutila stalno bolečino v levi peti 1 leto po padcu decembra 2018. Težko je hodila, zato je omejila svoje gibanje. Zdravnik je dal diagnozo Ahilov tendinitis. Vsak dan je uporabljala mazilo in jemala zdravilo, kadar je bolečina bila močna; to je začasno olajšalo njeno počutje. Septembra 2019 si je pretegnila mišico v desnem ramenu in zaradi bolečine je težko opravljala dnevne obveznosti. To stanje se je še poslabšalo ob stresu, a bolnica je še vztrajala z zdravilom za bolečine. Več mesecev je bila razburjena in se je hitro utrudila.

3 januarja 2020 je prekinila alopatsko zdravilo, ker ji je zdravilec dal:
CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.7 Fractures...6TD za 5 dni, potem pa **TDS**.

Po 4 dneh je bolnica čutila 95% olajšanje obeh težav. Normalno je hodila in opravljala svoje dnevne dolžnosti. 6 januarja je sporočila, da je bolečina skoraj izginila in počutila se je mirno tudi v stresnih primerih. Poleg tega je bila bolj srečna in imela je več energije! 21 februarja je že imela 100% izboljšanje. V začetku maja je začela zdravilo zniževati in ga je prekinila 30 junija 2020.

Do januarja 2024 se znaki niso ponovili.

3. Migrena ^{03590...ZDA} 48-letna ženska je trpela zaradi pojavov migrene, ki so se začeli že v njeni mladosti. Na začetku ni bilo hudo, z leti pa so napadi postajali pogostejši in močnejši. Ob vsakem pojavu je občutila pritisk in bolečino za očmi in napetost v sencih, poleg tega je imela slabost in občutljivost za svetlobo. Leta 1997, ko je bila stara 25 let, je dobila diagnozo migrene in zdravnik ji je svetoval, da med napadom polaga ledeno oblogo in počiva. Začasno je jemala zdravila za bolečine. Na ta način si je pomagala dolga leta do julija 2019, ko je imela čustveni problem, počutila se je potrta, zaskrbljena, nemočna in izčrpana. Zato so se njeni znaki okrepili in do septembra je imela 2 do 3 napade tedensko, ki so trajali 1 do 2 dni in bolnica se je zaprla v temno sobo. To je prizadelo njeno dnevno rutino in delo, ker je vozila taksi.

Zaradi strahu pred stranskimi učinki ni želela uporabiti medicinskih zdravil, zato je šla k zdravilcu. Ob pogovoru je občutila rahel pritisk za očmi in bila je razburjena.

3 januarja 2020 je dobila:

CC10.1 Emergencies + CC11.4 Migraines + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic...6TD

7 januarja je sporočila, da ni bilo migrene in ni potrebovala zdravil za bolečine. Doziranje so znižali do **TDS**. Po 1 tednu je bila vesela, ker se je izboljšalo njeno mentalno stanje, jasnost misli in ni bilo več migren. 16 februarja je sporočila 1 manjši pojav, ki je trajal nekaj ur in ni potrebovala zdravila za bolečine.

Svetovali so ji, da z zdravilom nadaljuje in po 4 mesecih so ga zniževali ter prekinili konec julija 2020. Do januarja 2024 ni imela migren in je bila zelo srečna .

4. Glivična infekcija ^{11612...Indija} 6 mesecev, od marca 2022, je 68-letna ženska imela stalno srbenje v vagini in nujno uriniranje. Zdravnik je dal diagnozo za glivično infekcijo in predpisana zdravila so olajšala znake v 1 tednu, vendar so se ponovili čez nekaj dni. Ker je bilo srbenje včasih močno, je jemala zdravilo vsaj 2x mesečno. Bala se je dolgotrajnih stranskih učinkov, zato se je odločila za vibrioniko, ker so se znaki zopet ponovili. **8 Sept 2022** je prišla v mesečni tabor, kjer so ji dali:

CC12.1 Adult tonic + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC13.2 Kidney & Bladder infections* + CC13.3 Incontinence + CC18.5 Neuralgia + CC21.7 Fungus...6TD

Po 1 mesecu, 9 oktobra je sporočila 50% olajšanje obojih znakov. Bila je vesela, da ni potrebovala alopatskega zdravila. Doziranje so znižali do **TDS**. Do 15 decembra so znaki popolnoma izginili. Doziranje sa znižali do **OD** in tako nadaljevali do februarja 2023, ko je z zdravilom končala. Do januarja 2024 ni bilo ponovitve. Zdaj se zdravi za druge probleme.

***CC13.2** so dodali, ker je bolnica imela urinarno vnetje pred 4 leti

Urednikova opomba: olajšanje bi bilo hitrejše, če bi zdravilu dodali kombo za organe **CC8.5 Vagina & Cervix**; tudi zunanje nanašanje je zelo primerno v takšnih primerih.

5. Gnojni izcedek, srbenje in bolečina v ušesu ^{11612...Indija} 56-letna žena tega zdravilca je dobivala ponavljajoče bolečine, srbenje in gnojni izcedek v desnem ušesu že od leta 2005. To se je dogajalo vsaj 1x mesečno in homeopatska zdravila so ustavila izcedek po 1 tednu s 60% olajšanjem srbenja in bolečine. Več izboljšanja ni bilo, zato je bolnica prekinila zdravila. Na ta način je prenašala svoje stanje 16 let. **28 avgusta 2021** je zopet imela izcedek, zato se je odločila za vibrioniko z upanjem za trajno rešitev. Dobila je:

#1. CC5.1 Ear infections...BD v olivnem olju, 1 kapljico v uho.

#2. CC5.2 Deafness + CC12.1 Adult tonic + CC21.1 Skin tonic + #1...6TD

Že po 3 dneh, 1 septembra se je izcedek ustavil, zdravilo **#2** so znižali do **TDS** in bolnica je prekinila **#1**. Do 10 oktobra so se drugi znaki znižali za 20%, bolnica pa je prekinila zdravljenje.

30 marca 2022 se je izcedek ponovil in bolnica je zopet jemala zdravilo **#2 TDS**. Po 3 dneh je izcedek prenehal in se ni več pojavil. Do konca aprila so se drugi znaki izboljšali za 50%, potem do 80% do

decembra 2022. Do 1 marca 2023 sta prenehala bolečina in srbenje. To je pomenilo veliko izboljšanje za bolnico, ker se je pred tem bala izcedka po vsakem umivanju glave. Doziranje so znižali do **OD** za 1 mesec in ga nato ukinili. Do 28 januarja 2024 ni bilo ponovitve znakov in bolnica je hvaležna vibrioniki.

Urednikova opomba: Namesto **CC5.2 Deafness** in **CC21.1 Skin tonic** bi dodatek **CC21.2 Skin infections + CC21.3 Skin allergies** za srbenje pospešil zdravljenje.

6. Dihalna alergija ^{11612...Indija} 42-letni moški je prosil za pomoč ob mesečnem taboru vibrionike. Že od otroštva se mu je ponavljala dihalna alergija. Znaki so bili kihanje, tekoči nos in vnetje grla. Ti znaki so se poslabšali med potovanjem zaradi prahu, ob čiščenju hiše in ob vremenskih spremembah. Alergije so trajale 1 teden in motile njegovo dnevno delo. Jemal je domača zdravila, ingver in poprovo mešanico za zmerne znake in kupoval antihistamine (Cetirizine) za hujše znake, ki so se pojavili občasno. Ob obisku je imel tekoči nos in kašelj z izločkom, to se je začelo pred 5 dnevi, zato je jemal domača zdravila.

13 julija 2022 mu je zdraillec dal:

CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.5 Sinusitis + CC19.6 Cough chronic + CC19.7 Throat chronic...6TD

Ob naslednjem obisku tabora 10 septembra je povedal, da je imel alergijo 2x v 2 mesecih, trajali sta samo 3 dni z 20% izboljšanjem znakov. Doziranje so znižali do **TDS**. V naslednjih 2 mesecih je zopet imel 2 alergiji s 50% olajšanjem znakov. Takšen napredek se je nadaljeval skozi zimo in 26 decembra je bil srečen, ker je imel v 1 mesecu samo 1 pojav alergije, ki je trajala 2 dni.

17 januarja 2023 je sporočil popolno izboljšanje brez znakov 1 mesec, tudi med daljšimi potovanji. Doziranje so znižali do **OD**, zdravila je porabil do februarja. Tudi do decembra 2023 ni imel alergije.

7. Luknja v ušesnem bobenčku, infekcija ^{11655...Indija} V začetku aprila 2023 je 42-letna učiteljica opazila reden bel izloček iz levega ušesa, ki je potem postal gostejši in včasih rdečkast. Bolečine ni bilo, izloček pa se je povečal po kopeli. V uho je bolnica začela polagati bombaž. Homeopat jo je zdravil z ušesnimi kapljicami (SBL Mullein), to pa je poslabšalo njeno stanje in povzročilo resno bolečino, zato so zdravilo prekinili. 16 aprila je alopatski zdravnik ugotovil 2-4 mm vneto luknjo v srednji plasti bobenčka, zunanje in notranje plasti pa so bile skupaj zraščene; menil je, da je luknja (perforation) zelo stara. Bolnica je imela v preteklih mesecih moten sluh v tistem ušesu, ob srečanju pa tudi bolečino. Zdravnik ji je dal antibiotike za 5 dni in bolečina je prenehala, izloček pa je ostal. Potem je predlagal operacijo za vraščene plasti in zaprtje luknje*. Bolnica ni želela operacije, zato je šla k zdravilcu in **20 julija 2023** je dobila:

CC5.1 Ear infections + CC5.2 Deafness + CC10.1 Emergencies...TDS tudi v kokosovem olju...**BD** za mazanje na zadnji strani levega ušesa.

V začetku bolnica ni redno jemala zdravila, po 1 mesecu pa pravilno. Septembra je veselo sporočila, da je iztekanje prenehalo. Novembra je šla k zdravniku na ponovni pregled. Zdravnik in bolnica sta bila presenečena, ker ni bilo sledu o luknjici** in operacija ni bila potrebna! Ko je zdravnik vzkliknil, da je to bila čudežna ozdravitev brez zdravljenja, je bolnica povedala, da je jemala vibracijska zdravila.

Decembra je bolnica sporočila, da je zopet normalno slišala, zato so ustno zdravilo in zunanje doziranje znižali do **OD** in bolnica je to jemala še naprej. Do februarja 2024 ni bilo ponovitve.

* Če plasti ne bi bile zraščene, bi se luknjica lahko sama ozdravila.

**Izvide bobenčka pred in po vibro zdravljenju lahko preverite.

8. Diabetes, sciatica pain, nespečnost ^{02726 & 93599...ZDA} 75-letna ženska visoka 4'10" in s težo 52 kg je imela ob postu (high fasting) krvni sladkor FBS (260 mg/dL fasting, normalno je 90 do 130) kljub jemanju 3 različnih tablet, 3 enot inzulina dnevno že več kot 10 let; išijas in boleči hrbet s 50% izboljšanjem ob jemanju homeopatskih zdravil 4 leta in tudi nespečnost ali slabo spanje. Hipotiroidizem je imela 20 let pod nadzorom z alopatskimi tabletami.

8 septembra 2022 je dobila:

Za diabetes:

#1. **CC6.3 Diabetes + CC12.4 Autoimmune diseases...TDS**

Za išijas in bolečino v hrbtu:

#2. CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC17.3 Brain & Memory tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.2 SMJ pain + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine...TDS ustno in še v vodi za lokalno nanašanje.

Za slabo spanje:

#3. CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic+ CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC15.6 Sleep disorders + CC17.3 Brain & Memory tonic...1 uro pred spanjem in še tik pred spanjem

Za splošno dobro počutje:

#4. IB...OD

Bolnica je takoj prekinila homeopatsko zdravilo za išijas, nadaljevala pa je z alopatskimi zdravili za diabetes. Po 3 tednih do konca septembra je vrednost FBS padla do 160, išijas in hrbtina bolečina pa sta se znižala do 70%. Do konca novembra se je FBS znižal do 130, išijas in hrbtina bolečina pa sta izginili. Kombo **#2** so znižali do **BD** za 2 tedna, do **OD** še za 2 tedna in potem prekinili.

15 januarja 2023 je njen zdravnik znižal dozo inzulina do 1 enote. Tudi kakovost spanja se je očitno izboljšala in bolnica je kombo **#3** vzela samo včasih.

Ob naslednjem pogovoru 27 aprila komba **#3** ni jemala in **#4** je končala. Še naprej je jemala kombo **#1 TDS**.

Bolničina raven sladkorja je postopno padala in 16 septembra je bila vrednost FBS 119. Zdravnik je prekinil inzulin in svetoval, da bolnica nadaljuje s 3 alopatskimi tabletami.

Ker se je FBS znižal do 104, je bolnica jemala zdravilo **#1** do drugega tedna v decembru 2023, ko je zmanjkalo zdravila. Potem se je vrednost njenega FBS spreminjala med 93 in 104. 19 februarja 2024 je njen zdravnik ukinitil še 2 tableti; zdaj bolnica jemlje samo 1 tableto in se zelo v redu počuti!

Urednikova opomba: kombo **CC15.1** bi zadoščal za stres; **CC15.2** vsebuje **CC15.1** in **CC18.1**, zato na splošno ni potreben v prvem primeru, razen če znaki ali mentalno stanje kažeta na težak problem.

9. Srbenje in bela lisa v lasišču, boleče koleno ^{11650...Indija} 60-letna ženska je imela dolgotrajno srbenje v sprednjem delu lasišča že od leta 2010. Ko se je praskala, so izpadale suhe luske in za seboj puščale belo liso. 13 let je poskušala različne vrste zdravljenja: homeopatija od leta 2011 do 2013 je dala le malo olajšanja. Alopatsko zdravljenje med letoma 2014 in 2017, tudi s steroidi – ustno in zunanje, je še poslabšalo težavo in srbenje se je razširilo v zadnji del glave, v vrat, pas, pod popek in spodnji del trebuha; srbenje v teh delih telesa se je nadaljevalo še po prenehanju zdravljenja! Potem je šla bolnica k specialistu za kožo leta 2022 in februarja 2023 še k drugemu dermatologu (predpisal je Hydroquin), a vse je bilo neuspešno.

Od leta 2011 je hkrati imela boleče koleno zaradi dolgotrajnega stanja v poklicu lepotnih terapij (beautician). Homeopatijo je jemala 1 leto, potem razna zdravila proti bolečinam, delala je tudi jogo, a vse to ni pomagalo. Sčasoma je postalo še slabše; do aprila 2023 je komaj hodila, težko vozila avto, ni mogla hoditi po stopnicah in zamenjava položaja med spanjem je povzročila hudo bolečino. Ortoped ji je dal injekcijo vitamina D; to je povzročilo resno reakcijo, zato je prekinila. Maja 2023 se je njeno stanje še močnejše poslabšalo in oviralo njeno dnevno delo. Najbolj pa jo je prizadela vidna lisa v prednjem delu lasišča, zato si ni želela srečati ljudi. To je vplivalo na njeno osebno življenje in poklic.

6 maja 2023 je kot zadnji poskus sprejela vibrioniko, najprej za kožo:

#1. CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.3 Skin Allergies + CC21.7 Fungus...TDS in za zunanje nanašanje...**BD** v kokosovem olju.

Ko se je vrnila 20 maja, smo ugotovili, da ne jemlje zdravil redno, ustno je vzela samo OD, po nekaj dneh pa je prenehala mazati kožo! Opozorili smo jo, da mora redno jemati zdravila na oba načina in za zunanjo uporabo smo ga takrat naredili v vodo. Že po 10 dneh, 30 maja, je navdušena sporočila 30-40% olajšanje v suhi koži in srbenju v vseh prizadetih delih telesa, bela lisa pa je bila manjša.

Po nadaljnjih 2 tednih, 10 junija (glejte sliko), je bila bolnica presenečena, da so vsi kožni znaki izginili brez sledu! Jemanje zdravila **#1** so znižali in ga je zaključila 20 junija.

25 junija se je vrnila za zdravljenje kolena:

#2. CC3.1 Heart tonic + CC3.7 Circulation + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC13.1

Kidney & Bladder tonic + CC20.2 SMJ pain + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue...vsakih 10 minut 2 uri, potem pa 6TD.

Do 14. julija je imela 50% izboljšanje v bolečem kolenu in močna bolečina v levi nogi je izginila, kadar je menjala položaj telesa med spanjem. Takrat pa je že dobila pekoči občutek v obeh kolenih. Kombo #2 so okrepili:

#3. CC18.5 Neuralgia + #2...vsakih 10 minut 2 uri, nato pa 6TD in tudi za zunanje nanašanje...BD v vodi.

Naslednjega dne je bilo 75% olajšanje v pekočem občutku in v 3 dneh se je bolečina v kolenu znižala za 75%. Po 1 tednu, 25. julija, so kombo #3 znižali do TDS. 15. avgusta je bolnica povedala še za bolečino v ramenih in hrbtu. Kombo #3 so še okrepili:



Before treatment

After treatment

#4. CC12.4 Autoimmune diseases + #3...TDS

Do 21. septembra je izginil pekoči občutek. Vse bolečine so se izboljšale za 90% in potem za 100% do 20. oktobra. Ob obisku 31. decembra so znižali doziranje zdravila #4 do BD in tako bolnica še nadaljuje. Do februarja 2024 se noben znak ni ponovil. Ta ženska je hvaležna za vibrioniko in jo priporoča svojim prijateljem.

10. Alergija za hrano ^{11655...Indija} 52-letna ženska zdravilka je imela pogoste pojave (history) težkega dihanja, občutka dušenja in suhega kašlja že od svojega sedmega leta. Ti pojavi so trajali 10-15 minut, včasih pa tudi celo noč. Preveč govorjenja je znake še poslabšalo, zdravnik ji je dal zdravila, ampak včasih antibiotiki niso delovali. Občasno je pomagal napitek črnega popra, ingverja in meda z vročo vodo.

Ko je odraščala, sta težko dihanje in občutek dušenja prenehala, kašelj pa je ostal. Poskušala je ajurvedo, homeopatijo in alopatico, a trajnega olajšanja ni bilo. V njeni starosti 25 let je test alergije pokazal občutljivost za riž, krompir, oreške, guavo in lubenico ter še več drugih vrst hrane. Za hitro pomoč je en mesec jemala steroide, potem pa se je izogibala alergijski hrani, težko pa najljubšemu rižu. Med hudimi napadi, če antihistamini niso pomagali, je morala vzeti steroide.

24. aprila 2023 se je pojavil močan kašelj, ker je pojedla nekaj alergijske hrane. Homeopatsko zdravilo (Aconite 30C) je tudi skupaj s steroidi za 1 teden samo malo pomagalo. **1. maja 2023, samo 2 dni potem, ko je postala zdravilka AVP**, je prenehala jemati vsa druga zdravila in začela z vibrioniko:

CC4.10 Indigestion + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.6 Cough chronic...TDS

Bolnica se je še naprej izogibala alergijski hrani. Po 6 dneh do 7. maja je kašelj popolnoma prenehal! 10. julija je bila izven doma in je morala jesti riž, ker druge primerne hrane ni dobila, zato je bila presenečena, da ni bilo sledu o kašlju! Prepričana o zdravljenju je znižala doziranje do OD za 1 teden in potem OW za 1 mesec, preden je 18. avgusta kombo prenehala jemati. Februarja 2024 je že lahko uživala vse vrste hrane brez problemov.

Urednikova opomba: Odličen primer za 45 let alergije v hrani, ki je izginila v 6 dneh vibro zdravljenja!

11. Bolečina v pretegnjeni mišici ^{11650...Indija} 45-letni moški je imel stalno bolečino v levi roki od komolca do ramena 5 mesecev od decembra 2022. Bolnik je to pripisal možnosti pretegnjene mišice, ker je v času prostovoljnega dela kot kuhar 15 let dvigoval posode s težo 30-40 kg. 2 tedna pred obiskom pri zdravilcu se je bolečina povečala in razširila v sklepe obeh ramen, ovirala ga je pri dvigovanju posod in motila njegovo spanje.

Ker ni imel denarja za zdravljenje, je molil in mazal vibhuti v roko. Takoj ko je slišal za novega zdravilca, je šel k njemu in **10. maja 2023** je dobil:

CC18.5 Neuralgia + CC20.4 Muscles & Supportive tissue...6TD

Po 1 tednu je bolnik imel 25% olajšanje bolečine v roki in ramenskih sklepih. Doziranje so znižali do TDS. 30. maja je sporočil, da so bolečine prenehale in je lahko spal brez težav. Hvaležen je bil za vibrioniko. 15. junija je prišel po novo zdravilo in doziranje so znižali do BD, potem pa počasi zniževali ter prekinili 20

avgusta 2023.13 februarja 2024 je moški nadaljeval s svojimi vsakodnevnimi dejavnostmi, tudi z dvigovanjem težkih posod, brez bolečin. Potem je bolnikov oče prihajal k zdravilcu.

12. Bobnenje v ušesu, otopelost v nogi ^{03610...UAE -Združeni arabski emirati} 70-letna zdravnica je imela močno nabijanje v ušesu in odrevenelost v nogi, ko je poiskala vibracijsko zdravljenje. Svoje stanje je pripisala neprijetnemu dogodku 4. julija 2020, ker je ostala zaprta v svojem dvigalu okoli 10 minut. Rešili so jo iz dvigala in ji pomagali, da je legla na tla, ker je skoraj izgubila zavest. Njena prijateljica, vibro zdravilka jo je videla in ji takoj dala zdravilo **IB** v vodi in ga poškopila po njenem obrazu in glavi vsakih 5 minut. Bolnica se je počutila bolje in čez pol ure so jo spremljali v njeno stanovanje. Po 2 dneh je doma padla in v bolnišnico jo je peljala njena pomočnica, pri kateri so ob prihodu ugotovili pozitiven test za Covid. Bolnica ni imela virusa, vendar je ostala v bolnišnici zaradi svojega mentalnega stanja in bolečin. Postala je še bolj depresivna, kmalu je izvedela za smrt svoje matere in ker je ni mogla prej videti, je bila še bolj prizadeta.

Po teh dogodkih je začela vsak dan dobivati nabijanje in palpitacije v desnem ušesu, ko je šla spat in ob 3 uri ponoči za nekaj trenutkov, potem pa so pojavi bili ali ne do okoli 4 ure, ko jih ni več čutila. Eno leto ni jemala zdravil do julija 2021, ko so se ti pojavi okrepili do 5 ali 10 minut in se postopoma podaljšali do 30 minut. To jo je zelo skrbelo, zato je šla k 2 specialistoma (ENT in audiologu), ki je svetoval X-rays in preglede, da bi ugotovili možne probleme v zvezi z ušesi. Vsi izidi testov so bili normalni; bolnica je dobila samo vitaminski dodatek. Kmalu za tem je bolnica začela dobivati močno odrevenelost v desni nogi od prstov do stegna. Po vztrajnih molitvah za ozdravitev je dobila priložnost in je prostovoljno postala testni primer v delavnici, kjer je zdravilka sodelovala v tečaju za AVP.

24. novembra 2021 soji dali:

Za nabijanje v ušesu

#1. CC5.3 Meniere's disease + CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.4 Paralysis + CC18.5 Neuralgia...vsakih 10 minut 1 uro od 3 do 4 ure zjutraj za 1 teden, potem pa 6TD

Za odrevenelost v nogi

#2. CC3.7 Circulation + CC20.7 Fractures...TDS v petrolejevem mazilu za zunanje vtiranje

Po 1 tednu sta izginila oba problema in bolnica se je čudila! Občutila je energijo, srečo in se zahvalila vibrioniki. 3. decembra so kombo **#1** znižali do **TDS**, potem počasi še nižje in prekinili 24. decembra. Kombo **#2** je nadaljevala še 1 mesec.

Ob obisku februarja 2024 je bila ženska zdrava, znaki se pa niso ponovili.

☞ Kotiček za odgovore ☞

V1. Zakaj 2 bolnika potrebujeta različen čas za zdravljenje iste kronične bolezni s podobnim trajanjem?

O. Kadar oba bolnika pravilno jemljeta zdravila in strogo sledita navodilom, poznamo nekaj dejavnikov, ki vplivajo na čas za ozdravitev bolezni – to so starost, imunost ali bolnikov način življenja. Poznamo še druge pomembne razloge, ki vplivajo za hitrost zdravljenja, to so bolnikovo zaupanje v sistem in kako zavestno jemlje zdravilo z molitvijo in pozitivnimi mislimi. V tečaj sprejemamo samo ljudi, ki imajo 100% zaupanje v vibrioniko. Prav tako lahko dosežejo hitrejše okrevanje z molitvijev, pozitivnimi mislimi in ljubečim pristopom med pogovorom in pripravo zdravila. Sai Baba je pogosto poudaril, da čisti um (misli), besede in dejanja bolnika in zdravilca prispevajo za hitrejše zdravljenje.

V2. Bral sem navodila o tem, kako pripravimo kapljice za oči z uporabo škatle 108CC. Moj bolnik želi raztopiti v vodi nekaj kroglic za problem oči, da bi si naredil kapljice, ker živi daleč stran. Kako si naj to naredi?

O. Priporočamo, da za kapljice raztopi 3 kroglice v 200 ml destilirane vode. Ta majhna količina glukoze ne vplivaslabo na oči. Z odvečno vodo lahko zaliva rastline. Za varnost pogosto ponovite ta postopek, recimo na 2 do 3 dni. Poglejte še leto 4 #2.V5, leto 8 #2.V3 in leto 9 #1.V1.

V3. Zdravilo za imunsko okrepitev IB ste pripravili v začetku leta 2020. Ljudje ga jemljejo že dalj časa in nekatere skrbi, da postane telo odporno na to zdravilo in morda ne koristi več. Kaj v tem primeru priporočate?

V. Isto vprašanje so že postavili leta 12 #5. V1 in ključni odgovor je 'doziranje'. Po okrevanju za splošno kronično težavo (na primer visoki KP, diabetes) predlagamo, da bolnik kombo jemlje brez prekinitve **OW**, to je naše osnovno preventivno doziranje. Isto velja za **IB**; drugače povedano – jemljemo ga lahko vse življenje **OW**; deluje kot okrepitev ali tonik. Poleg tega telo ne postane odporno za vibracijo, lahko pa jo začne ignorirati, če jemljemo pogosto, kar pomeni **6TD**. V področjih, kjer je še prisoten Covid-19, jemljite **IB** pogosteje od **OW**. Poglejte še leto 14 #1.V2.

V4. Večkrat pridejo bolniki s pomanjkanjem hranil, kako naj jih zdravimo in kaj jim svetujemo?

O. Za okrepitev energije pogosto uporabljamo kombo **CC12.1 Adult tonic** ali **CC12.2 Child tonic**; s strojčkom SRHVP lahko damo **NM12 Combination-12**, **NM90 Nutrition**, **SR561 Vitamin Balance**. Če je težava v slabi prebavi, lahko damo **CC4.1 Digestion tonic** ali **SM18 Digestion** za boljšo asimilacijo hrane. Če bolnik jemlje dodatke, potem te kombe kombiniramo s potencirano obliko dodatkov (pripravimo jo s strojčkom SRHVP) in sledilo bo boljše vsrkavanje hranil. Bolnikom povejte, da telo veliko bolje sprejema **organske** dodatke kakor pa navadne. Takšnim bolnikom dajemo splošna navodila o dieti in vodi (poglejte v priročnik AVP ali SVP), še posebej pri kroničnih boleznih. Dobre prehranske navade nam lahko pomagajo za višjo uporabo hranil. Prosimo vas, preglejte zdravstvene članke v naših novicah za boljše svetovanje o tej temi.

V5. Poglavlje 7 v priročniku AVP navaja, da je urinska nozoda do 30C čudovit tonik za srce. Zakaj in kako se povezujeta urin in srce?

O. Znana je misel, da je kozarec prvega urina dnevno zelo koristen na splošno in še posebej za okrepitev srca. Ker mnogi ljudje nimajo radi zamisli o pitju svojega urina, so nekateri poskusili jemati nozodo s potenco 30C in so se prepričali, da je to zares odlična okrepitev srca. Po navadi pripravljamo nozode s potenco 200C, ker pa to bolj deluje na fizično telo, je potenca 30C boljša.

☞ Božanske besede Mojstra zdravilca ☞

“Vse bolezni nastanejo zaradi nezdravega načina življenja. Kam to vodi? Do nevednosti o svoji resnični naravi, ki je tako globoko skrita, da prizadene misli, besede in dejanja. Droga, ki jo lahko ozdravi, ima različna imena: duhovna modrost (Jnana), delovanje (Karma), kontemplacija (Upasana), predanost (Bhakti). Vse te besede so enake po potenci in zdravilni moči. Razlika je samo v načinu uporabe (administration) ali kot mešanica ali kot tableta ali kot injekcija.”

...Sathya Sai Divine Discourse, “Climb the Right Tree” – Božanski govor: “Plezajte na pravo drevo”, 25 januar 1963, SSS knjiga 3, poglavje 1

<https://sssbpt.info/ssspeaks/volume03/sss03-01.pdf>

“Z veseljem služite drugim; ne služite z občutkom vzvišenosti ali kislim obrazom. Pokažite ljudem, da ste zares veseli, kadar dobite priložnost za pomoč.”

,,, Divine Discourse “The burden of the Badge”, Božanski govor: “Breme značke”, 24 februar 1965, SSS knjiga 5, poglavje 6

<https://sssbpt.info/ssspeaks/volume05/sss05-06.pdf>

☞ Obvestila ☞

Delavnice v pripravi*

- **V živo AVP** praktična delavnica v španščini **6-7 april 2024****, ki sledi virtualni delavnici **19-27 februarja 2024**, kontakt admissions2@vibrionics.org
- **Virtualna AVP** praktična delavnica **5-22 april 2024**, sledi delavnica **v živo 26-28 april 2024**, kontakt editor1@vibrionics.org

- **Indija Puttapparthi: SVP** delavnica 23-25 julij 2024** kontakt hemaggarwal9@gmail.com
- **Virtualna AVP** praktična delavnica 1-20 november 2024**, sledi ji delavnica v živo 25-27 novembra 2024**, kontakt editor1@vibrionics.org

*Delavnice so samo za tiste, ki so opravili postopek prijave in e-tečaj.

**Lahko se spremeni.

☪ Dodatek ☪

1. Zdravstveni članek

Načrtujte uravnovešeno jemanje mineralov – bistvenih mikrohranil za zdravje!

“Hrana, ki jo jemo, vsebuje veliko kovin, kakor sta baker in železo. Več železa je v listnatih rastlinah. Jedi s Tamarind – indijski dateljni in limono razvijajo amla – indijska kosmulja”, ki je glavna sestavina pri oblikovanju celic. Na ta način hrana krepi naše telo...izdeluje kri in energijo v telesu. Vsaka kaplja krvi v vašem telesu je prežeta z božanskim. To božansko energijo morate pravilno uporabljati tako, da gojite božanske misli.”...Sathya Sai Baba¹

V prejnji številki novic smo obravnavali vitamine; ta članek govori o mineralih, o drugem mikrohranilu.

1. Kaj so minerali?

Minerali so sestavljeni iz enega ali več elementov, večinoma neorganskih, ki jih rastline pridobijo iz skal, prsti in vode. Poznamo več kot 5000 mineralov, ki jih široko uporabljamo v gnojilih in hrani. Tukaj bomo opisali tiste minerale, ki jih telo potrebuje za preživetje, razvoj in pravilno delovanje.²⁻⁵

2. Minerali za zdravje

2.1 Glavni minerali: 16 mineralov, ki so bistveni za vzdrževanje našega telesa.

(i) 7 makro/major mineralov: kalcij, fosfor, kalij, magnezij, natrij, klor, žveplo; vsakega od teh potrebujemo 0.1 do 1 g/dnevno,

(ii) 9 mineralov v sledih: železo, baker, cink, molibden, selen, jod, krom, fluor in mangan, ki jih potrebujemo v zelo majhnih količinah, manj kot 100 mg/dnevno.^{6,7}



To so graditelji življenja, naravni viri vseh teh mineralov pa so zelenjava, cela zrna, stročnice, oreški, semena, sadje in mlečni izdelki.⁸

2.3 Vloga mineralov: Minerali postanejo del zgradbe vlaken, ohranjajo vodo in kislino-bazično ravnovesje, uravnavajo telesne procese, živčno in mišično

delovanje in sproščajo energijo iz hrane. Zagotavljajo optimalno delovanje imunskega sistema in preprečujejo dovzetnost za infekcijo ter razvoj kroničnih bolezni.^{6,9}

3. Makro minerali

3.1 Kalcij (Ca), v telesu ga je največ od vseh mineralov, je glavni gradbeni material kosti in zob, poleg tega pa prehranjuje celice in zagotavlja normalno strjevanje krvi. Največ kalcija potrebujemo v otroštvu, odrasčanju in za ženske med nosečnostjo in dojenjem.⁷

Telo težko vsrkava kalcij tudi iz odličnih virov, kakor so mleko in mlečni izdelki, tofu (sojin sir), okrepljen oranžni sok (vsrka se okoli 30%), posušen fižol, grah, suhi praženi mandlji, sezam, semena, sladek krompir (20-25%) in špinata (komaj 5% zaradi visokih oksalatov). Druga listnata zelenjava in križnice, kakor so ohrovt, cvetača, brokoli, brstični ohrovt, zelje in rdeča redkvice so dobri viri z višjim bio-vsrkavanjem skoraj 50-70%.^{7,10,11}



Pomanjkanje/Višek: Premalo kalcija povzroča podobne kostne probleme kakor tudi premalo vitamina D.⁷ Poleg tega zaradi premalo kalcija v krvi nastanejo suha koža z luskami, krhki nohti, grobi lasje in mišični krči v hrbtu in nogah; po daljšem času lahko prizadene tudi možgane. Skrajno nizka raven se pokaže kot ščemenje, krči in nenormalen srčni ritem.¹² Preveč kalcija lahko zaustavi vsrkavanje železa in cinka ter poveča možnost konstipacije, ledvičnih kamnov in raka prostate.¹⁰

3.2 Fosfor (P) je po količini drugi mineral v telesu, ki gradi naše gene, aktivira encime in uravnava krvni pH.¹³



Pozor: Tisti, ki imate nizko dieto "P" po zdravnikovem nasvetu, bi se morali izogibati predelani hrani in kola pijačam, ker vsebujejo skriti in zlahka vsrkan fosfor.^{7,13}

3.3 Kalij (K): Ta tretji mineral po količini je elektrolit in ohranja normalne ravni tekočine v naših celicah. Kalij vsak dan izgublamo v blatu in znoju, zato ga moramo nadomestiti s pitjem vode in z zdravo hrano. Kalij lahko pomaga znižati krvni pritisk in zadrževanje vode, ščiti proti kapi ter preprečuje osteoporozo in ledvične kamne.¹⁴⁻¹⁶



3.4 Magnezij (Mg): Pomemben je za močne kosti in stabilen srčni utrip, krvni sladkor in krvni pritisk. Mg lahko preprečuje krče v nogah in pomaga zdraviti nekatere kronične bolezni, kakor so migrena, Alzheimerjeva bolezen, srčnožilne težave, tip-2 diabetes, pomaga za boljše spanje in olajša težave razpoloženja ter sindrom pred menstruacijo. Prisoten je v različni vlaknasti polnovredni hrani, največ ga je v bučnih semenih, lešnikih, špinači, črnem fižolu in temni čokoladi. Za več podrobnosti pogledajte zdravstveni članek, leto 5 #4, julij-sv. avgust 2014.¹⁷⁻²⁰



Pozor: Mg je prisoten v priljubljenih antacidih; visoke doze lahko imajo odvajalen učinek.¹⁷

3.5 Natrij (Na): Je 40% sestavina navadne soli (NaCl) in elektrolit, ki ohranja ravni tekočine okoli celic. Sadje, zelenjava, polnovredna žita, oreški in mlečni izdelki nimajo veliko Na, ampak dovolj za telo. Ker telo potrebuje samo 500mg Na (¼ čajne žličke soli) na dan, je pomanjkanje redko; pojavi se lahko pri starejših ljudeh, posebno po napadu bruhanja, diareje ali znojenja. Pogledajte zdravstveni članek, leto 14 #3, maj-junij 2023.^{21,22}



Pozor: Preveč natrija in premalo kalija v hrani lahko poškoduje srce, ledvice in kosti tudi brez povečanja krvnega pritiska. *Natrij ni hranilo, ki bi ga iskali; najde nas v skriti soli* v predelani pakirani hrani. Za hrano z veliko natrija pogledajte članek leto 3 #3, maj -junij 2012. Ne domišljajte si, da sta morska in skalna sol bolj zdravi, ker je količina natrija v vseh soleh enaka.^{21,23,24}

3.6 Chloride - Klor (Cl): Je 60% sestavina soli in elektrolit tako kot natrij in kalij, zato uravnava količino tekočin in nekatera hranila, ki gredo v celice ali ven iz njih. Poleg tega vzdržuje pravilne ravni pH, stimulira želodčno kislino, ki jo potrebujemo za prebavo in omogoča tok kisika in ogljikovega dioksida v celicah.²⁵

3.7 Žveplo (S): Tudi ta mineral ima enako količino v telesu kot kalij, deluje proti vnetju, ščiti proti celičnim poškodbam in oksidativnemu stresu, gradi in obnavlja DNA, pomaga pri sintezi antioksidantov, ohranja ravnovesje nitrogena-dušika, onemogoča nekatere škodljive bakterije in je koristen za kožo, lase in nohte. Zdravi lahko akne, ekceme, artritis, bolečine in prebavne težave.²⁶⁻²⁸



Veliko žvepla imajo čebula, česen, brokoli, cvetača in zelje; najbolje jih je kuhati za sklepe in imunski sistem; v to skupino spadajo še stročnice, leča in semena.^{26,27}

4. Minerali v sledih

4.1 Železo (Fe): Pomembno je za izdelavo hemoglobina in mioglobina, ki nosita kisik do vseh delov telesa in ga nalagata v mišičnih vlaknih. Prav tako je bistveno za razvoj možganov in rast otrok ter za normalno delovanje različnih celic in hormonov. Prehranjuje tudi kožo in lase, zmanjšuje temne kroge okoli oči, izboljšuje spanje in spomin, pospešuje športno moč in zagotavlja bolj zdravo nosečnost. Znaki pomanjkanja so znižana energija, močna utrujenost, omotičnost, občutljivost za mraz, kratka sapa, hiter srčni utrip, blede koža, izguba las, krhki nohti in 'pica' (želja po umazaniji, ilovici, ledu in drugih stvareh, ki niso hrana).^{29,30}

Vegetarianska celostna hrana je bogata z železom, še posebej proso (finger millet - Ragi), oreški, dateljni, črno sezamovo seme, semena buče in



konoplje, stročnice (fižol, čičerika), zelenolistna zelenjava, pesa, korenje, krompir s kožo, sladek krompir, listi 'moringa', sadje, kot so črne olive, mulberries - murve, suhe slive, granatno in navadno jabolko, tofu, temna čokolada in okrepljeni kosmiči za zajtrk. Če uporabljamo železno posodo, lahko pri kuhanju oddaja mineral železo v hrano. Železo se bolje vsrkava v prisotnosti beljakovin in vitamina C; vitamin A pomaga sproščati naloženo železo.²⁹⁻³⁴

Pozor: Ne pijte čaja ali kave vsaj 1 uro pred in po obrokih, ker tanin v čaju in kava lahko znižajo vsrkavanje železa.^{31,32}

4.2 Baker (Cu): Nahaja se v telesnih vlaknih in pomaga izdelovati rdeče krvničke, zdrave kosti in živčne celice ter pri vsrkavanju železa; preprečuje in zakasni artritis. Če nalijemo čez noč v bakreno posodo, lahko daje ta mineral. Pomanjkanje bakra je povezano z Alzheimerjevo boleznijo. Visoke doze dodatkov cinka ali vitamina C lahko zaustavijo vsrkavanje in povzročajo pomanjkanje bakra. Poleg tega lahko vodijo do anemije, visokega krvnega pritiska, srčnožilnih bolezni, osteoporoze in izgube kožnega pigmenta.³⁵⁻³⁷



pigmenta.³⁵⁻³⁷

Pozor: Če dodamo sok limone ali limete ali karkoli kislega pitni vodi v bakreni posodi, lahko nastane reakcija, ki povzroča želodčne bolečine, slabost in bruhanje. Berite še naš članek v letu 8 #3 maj-junij 2017.³⁷⁻³⁹

4.3 Cink (Zn): Bistven je za rast celic, gradnjo beljakovin, zdravljenje poškodovanega tkiva in imunski sistem; zelo pomemben je v otroštvu, odrasčanju in v nosečnosti za zdrav razvoj zarodka. Znaki pomanjkanja so izguba okusa ali voha, depresija, počasno zdravljenje ran in izguba las. Mazila s cinkom lahko ščitijo pred sončno opekline in zdravijo vnetja, kakor so opekline, ekcem, preležanine in izpuščaj zaradi plenice.⁴⁰



4.4 Molibden (Mo): Je malo znan mineral, ki se nahaja v različni z vlakninami bogati hrani in to so: 'black-eyed' grah, 'lima' fižol in arašidi.

Pomembno vlogo ima za čiščenje škodljivih snovi iz telesa tako, da razgradi beljakovine, alkohol, droge, toksine, 'purine', ki povzročajo urinsko kislino (nevarna je za putiko) in nevarne sulfite.^{41,42}



4.5 Selen (Se): Ščiti nas pred celično poškodbo in infekcijo, povečuje imunost proti virusom, tudi AIDS-u, Pomaga pri izdelovanju in metabolizmu ščitničnih hormonov in zmanjšuje znake astme. Ima senergijsko povezavo z jodom, ki je pomemben za zdravo ščitnico; če imamo preveč enega, lahko prispeva k pomanjkanju drugega. Sam ali v kombinaciji z vitaminom E deluje kot antioksidant in znižuje nevarnost raka.^{43,44}



Prisoten je v naslednji hrani: tofu, skuta, gobe, 'navy - mornarski' fižol, seme sončnic, oves in okrepljeni kosmiči; posebno veliko ga je v brazilskih oreških. Znaki pomanjkanja so utrujenost, megla v možganih, mišična nemoč, slabo delovanje ščitnice, izguba las, neplodnost moških, slaba imunost, osteoartritis in srčna bolezen.^{43,44}

4.6 Jod (I): Pomemben je za izdelavo ščitničnih hormonov, pomaga urejati telesno temperaturo, razvoj možganov pred in po rojstvu, dihanje in srčno zdravje ter preprečuje hipotiroidizem in putiko – *poglejte zdravstveni članek o ščitnici v novicah leto 10 # 6, november-december 2019*. Pomaga tudi čistiti in zdraviti blage ureznine, rane in opekline. Koristni vegetarijanski viri so mlečni in sojini izdelki, jodirana sol in zdrava hrana.⁴⁵⁻⁴⁷

Znaki nizkega joda so utrujenost, zaspanost, občutljivost za mraz, suha koža in lasje, povišanje teže in fibrocistične dojke. Preveč joda lahko povzroča neredno menstruacijo, hiter srčni utrip, tresenje rok, znojenje, moteno spanje in izgubo las.^{45,46}

4.7 Krom (Cr): Krom je pomemben za metabolizem sladkorja in maščobe, biološko aktiven Cr je prisoten v večini rastlinske hrane, kvasu in kavi; prav tako v pitni vodi iz pipe in v hrani, ki jo kuhamo v 'stainless-steel' posodi. Vitamin B3 (niacin) in vitamin C pospešujeta njegovo vsrkavanje (absorpcijo). Za dojenčke je prava količina prisotna v materinem mleku zdravih žensk.^{48,49}

4.8 Fluoride - Fluor (F): V naravi ga najdemo v vodi, črnem čaju in kavi, ovsenih kosmičih, rozinah, krompirju, poleg tega v ustni vodici in zobni pasti*; preprečuje in upočasnjuje zgodnje propadanje zob in

remineralizira zobni enamel. Koristi tistim, ki imajo suha usta, bolne dlesni, propadanje zob, krone, mostiček, braces - oporo ali proteze; pomemben je za otroke med 6 meseci in 16 leti.^{50,51}

Pomanjkanje lahko vodi do zobnega kariesa in težav s kostmi. Preveč F1 lahko povzroča slabost, bruhanje, trebušne bolečine, diarejo, sklepne bolečine, kostno fluorozo ali izgubo kosti. V deželah, kakor je Indija v področjih s fluorjem (fluoride belt), ga odstranjujejo iz vode, kadar presega predpisano omejitev 1mg/L. Fluor lahko odstranimo iz pitne vode s filtri (reverse osmosis RO).⁵⁰⁻⁵²

***Pozor:** Nekateri študije kažejo, da ima fluor nevrotoksičen učinek; zmanjšajte uporabo fluorja v zobni pasti, posebej za otroke do starosti 6 let, da preprečite fluorozo; poiščite boljše alternative.^{53,54}

4.9 Manganese - Mangan (Mn): Je manj znan mineral, ampak pomemben za gradnjo kosti, imunsko in živčno delovanje ter za reproduktivni sistem, z vitaminom K sodeluje kot pomoč pri zdravljenju ran, ker strjuje kri. Železo in Mn delujeta skupaj in se pogosto nahajata v isti hrani.^{55,56}



4.10 Boron (B): Do zdaj ta mineral ni bil znan, domnevajo pa, da je pomemben za zdravje kosti in možganov, celjenje ran, uravnavanje reproduktivnih organov, olajšanje artritisa in ima značilnosti proti raku (anticancer properties). Nahaja se v hrani kot (boric acid) kislina, posebej v fižolu, oreških, celem zrnju, avokadu, jagodičevju, slivah, pomarančah in grozdju.^{57,58}

5. Nasveti - Tips

- V vsakem obroku jejte različno hrano. Izogibajte se veliki količini 1 vrste hrane, ker preveč 1 minerala lahko moti vsrkavanje in delovanje drugih mineralov.⁵⁹
- Za boljše vsrkavanje mineralov so potrebne pravilne tehnike kuhanja, kakor so namakanje, 'sprouting', fermentacija celih zrn in kuha v pari za križnice ter zelenolistno zelenjavo. Za razliko od vitaminov se minerali ne poškodujejo z vročino ali svetlobo, lahko jih pa izgubimo v odvečni kuhani vodi.⁵⁷
- Omejite uporabo sladkorja, ker znižuje sprejemanje bistvenih mineralov.^{60,61}
- Minerali se najbolje vsrkajo iz naravne organske hrane, ne iz dodatkov. Vendar pa so široka globalna uporaba kemičnih gnojil, pesticidov in masovna produkcija izčrpali prst, zato potrebuje dodatke, da se izognemo kroničnemu pomanjkanju v zemlji.^{62,63}

Končna beseda: Bodite pozorni za potrebe vašega telesa. Ne podcenjujte pomena glavnih mineralov in v sledih v prehrani, ki je pomembna za zdravje.

Priporočila in povezave

1. Sathya Sai Speaks, "Purify the Mind and Focus it on Divinity", Dasara Discourse – "Očistite um in ga usmerite na božansko", govor, dan 5, 13 oktober 2002: <https://www.sathyasai.org/discour/2002/d021013.html>
2. How minerals evolved – Kako so se razvili minerali: <https://www.earthdate.org/episodes/minerals-evolve-too>
3. Source of minerals – Izvor mineralov: <https://www.health.harvard.edu/staying-healthy/precious-metals-and-other-important-minerals-for-health>
4. Natural elements – Naravni elementi: <https://www.thoughtco.com/how-many-elements-found-naturally-606636#>
5. Usage of minerals – Uporaba mineralov: <https://courses.lumenlearning.com/suny-monroe-environmentalbiology/chapter/minerals/>
6. Essential Minerals – Bistveni minerali: <https://extension.okstate.edu/fact-sheets/minerals-and-the-body.html>
7. <https://www.edublox.com/essential-minerals-your-body-needs/>
8. <https://www.news-medical.net/life-sciences/What-Chemical-Elements-are-Found-in-the-Human-Body.aspx#>
9. Minerals for immune system – Minerali za imunski sistem : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8840645/#>
10. Large macro mineral Calcium – Veliki makro mineral kalcij: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/calcium/>
11. Absorption of Ca – Vsrkavanje kalcija : <https://courses.lumenlearning.com/suny-nutrition/chapter/12-22-calcium-bioavailability/>
12. Ca Deficiency – Pomanjkanje kalcija: <https://www.msmanuals.com/en-sg/home/hormonal-and-metabolic-disorders/electrolyte-balance/hypocalcemia-low-level-of-calcium-in-the-blood#>
13. Phosphorous - Fosfor: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/phosphorus/>
14. Potassium - Kalij: <https://www.healthline.com/nutrition/what-does-potassium-do>
15. <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/potassium/>
16. <https://www.health.harvard.edu/staying-healthy/the-importance-of-potassium>
17. Magnesium - Magnezij: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/magnesium/>
18. Mg benefits – Koristi Mg: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/286839>
19. Mg sources – Viri Mg: <https://my.clevelandclinic.org/health/articles/15650-magnesium-rich-food>
20. Details on Mg – Podrobnosti o Mg: <https://news.vibrionics.org/en/articles/186>
21. Sodium - Natrij: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/salt-and-sodium/>
22. Newsletter health article on "salt and health" – Članek v novicah o soli in zdravju: <https://news.vibrionics.org/en/articles/406>
23. Foods high on Na – Hrana z veliko Na: <https://news.vibrionics.org/en/articles/138>

24. Sea salt – Morska sol: <https://www.healthline.com/nutrition/sea-salt-benefits#sea-salt-vs-table-salt>
25. Chloride - Klor: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/chloride/#>
26. Sulphur - Žveplo: <https://www.healthline.com/nutrition/foods-with-sulfur>
27. <https://draxe.com/nutrition/foods-high-in-sulfur/>
28. <https://www.digicomply.com/dietary-supplements-database/sulfur#>
29. Trace mineral Iron – Mineral v sledi - železo: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/iron/>
30. <https://medparkhospital.com/en-US/lifestyles/health-benefits-of-iron>
31. Veg source for Fe – Zelenjavni viri za železo: <https://www.vegansociety.com/resources/nutrition-and-health/nutrients/iron#>
32. <https://www.healthline.com/nutrition/iron-rich-plant-foods#increasing-iron-absorption>
33. <https://timesofindia.indiatimes.com/life-style/food-news/5-winter-friendly-indian-dishes-that-can-increase-the-iron-content-in-body/photostory/105444681.cms>
34. <https://www.hindustantimes.com/lifestyle/health/ayurveda-expert-on-home-remedies-to-improve-iron-levels-101671434962210.html>
35. Copper - Baker: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/288165>
36. <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/copper/>
37. Cu water – Bakrova voda: <https://news.vibrionics.org/en/articles/219>
38. <https://www.india.com/lifestyle/3-serious-mistakes-to-avoid-while-drinking-water-from-copper-vessel-6081531/>
39. <https://farmtopalms.com/can-we-drink-lemon-water-in-copper-vessel/>
40. Zinc - Cink: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/zinc/>
41. Molybdenum - Molibden: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/molybdenum/>
42. <https://draxe.com/nutrition/molybdenum/>
43. Selenium - Selen: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/selenium/>
44. <https://draxe.com/nutrition/selenium-benefits/>
45. Iodine - Jod: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/iodine/>
46. <https://health.clevelandclinic.org/benefits-of-iodine>
47. Health article on thyroid – Zdravstveni članek o ščitnici: <https://news.vibrionics.org/en/articles/291>
48. Chromium - Krom: <https://draxe.com/nutrition/what-is-chromium/>
49. <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/chromium/>
50. Fluoride - Fluor: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/fluoride/>
51. <https://my.clevelandclinic.org/health/treatments/11195-fluoride>
52. Fluorosis & Fluoride belt – Fluoroza in nahajališča fluorja: <https://ncdc.mohfw.gov.in/WriteReadData/1892s/98807285401651746944.pdf>
53. Fluoride neurotoxicity – Nevrotoksičnost fluorja: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6923889/>
54. <https://gcholisticedentalcare.com.au/7-toothpaste-ingredients-to-avoid.html>
55. Manganese - Mangan: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/manganese/>
56. <https://draxe.com/nutrition/manganese/>
57. Boron: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4712861/#>
58. <https://draxe.com/nutrition/boron-uses/>
59. Best absorption of minerals – Najboljše vsrkavanje mineralov: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/anti-nutrients/>
60. Sugar effects – Učinki sladkorja: <https://www.medicine.lu.se/article/more-sugar-less-vitamins-we-eat-study-shows>
61. Excess Sugar a risk factor – Preveč sladkorja – nevaren dejavnik: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6140170/#>
62. Soil degradation – Degradacija soli: <https://drkellymccann.com/soil-nutrient-depletion-how-is-industrial-agriculture-harming-your-health/>
63. Need for Supplements – Nujnost za dodatke: <https://www.healthaid.co.uk/blogs/news/soil-depletion-and-the-need-of-nutritional-supplements>

2. Addendum to the Index of 108CC book

Za dodatek - Addendum k seznamu v knjigi 108CC, kliknite povezavo spodaj in dokument se bo shranil v your local drive:

<https://newsletters.vibrionics.org/misc/Addendum%20to%20108CC%20Index%202024%20-%20B%26W.docx>

3. Anekdota

Pajčevina v veneči rastlini Tulasi – sveti baziliki ^{11648...Indija}

Zdravilnica 3 mesece stara Tulasi (sveta bazilika) je zbolela. V začetku 15 novembra 2022 se je začela v vejicah nabirati pajčevina, listi so veneli, novi listi so bili manjši in so kmalu porumeneli, se posušili in odpadli. Čeprav je lastnica zagotovila dovolj sonca, vsak dan odstranila pajčevino in previdno zalivala rastlino, je zakrnela, z malo listja. 30 decembra je lastnica zamenjala lonec in dala naslednje zdravilo: **CC1.2 Plant tonic + CC12.2 Child tonic...TDS**



As on 28th December 2022

As on 14th July 2023

As on 29th November 2023

Po 2 tednih je bil viden napredek, brez pajčevine v novi rasti in listju. V začetku marca 2023 je lastnica znižala kombo do **CC1.2 Plant tonic...OD**, med jutranjim škropljenjem pa je vedno pela Krišnovo ime. 14. julija 2023 je rastlina bila v polni rasti, pogosto je dajala nova semena, ki se razvijejo v nove rastline (glejte sliko). Potem je lastnica uporabila zdravilo 1x v 2 do 3 dneh.

Poleg tega je zdravilka od drugega tedna v oktobru 2023 poškopila bližnjo rastlino *Plumeria pudica*, v velikem loncu od leta 2020 in po 1 mesecu je ta rastlina začela prvič cveteti! To je navdušilo sosede, da so zaprosili zdravilo za svoje bolne rastline.

4. Tabori in klinike

a. Tabor v Penukondi, Sri Sathya Sai district, AP

Zdravilec⁰¹²²⁸ je vodil tabor vibrionike 28. januarja 2024 od 9 do 19 ure v revni četrti (slum area) blizu kraja Gagan Mahal, v Penukondi, AP, ker so ga povabili študentje. Učitelj je vpdil študente, da so enkrat mesečno očistili to naselje, ker je tja prihajalo precej turistov. Ti študentje so se prvič srečali z vibrioniko na železniški postaji v Puttaparthiju, ko so imeli tabor za Swamijev 98. rojstni dan. Zato so povabili



zdravilca, da je imel uvodni nagovor o Sai Vibrioniki in je posebej razložil koristi 'študentskega okrepečila (tonic)'. Zdravilec je sam dal zdravila 116 bolnikom za različne težave, na primer pekoče oči, bolečine, diabetes, kašelj in prehlad, visoki krvni pritisk, težave s kožo itd. Bolniki so prihajali v manjših skupinah, ker so študentje tabor pravilno organizirali. Študentje želijo, da tabor postane mesečni dogodek v dnevu, ko prihajajo čistiti naselje za sevo.

b. Tabor za zdravje v kraju Pudimadaka, Achutapuram, Visakhapatnam, AP

Ob posebnem dnevu Magha Purnima (polna luna) je lokalna skupina Sai bhajan pripravila 'kiosk', ki je dajal kislino mleko (buttermilk) v obalni vasi romarjem, ki so se prihajali namočiti v morju in opravljati svoje verske in duhovne obrede. Ta skupina je povabila **Zdravilca**¹⁸⁰⁰⁹ da je imel tabor vibrionike na obali 24. februarja 2024. Zdravil je 24 bolnikov, v glavnem za boleče sklepe, visoki krvni pritisk in hipotiroidizem, poleg tega je 60 ljudem razdelil stekleničke zdravila **IB**.



c. Predstavitve Sai Vibrionike v Wellness kliniki SSSIHMS, Whitefield, Bangalore 23. februar 2024

To je bila 7. obletnica 'wellness' centra v bolnišnici. Vsi zdravilci tega centra, ki opravljajo različne dejavnosti, so bili prisotni ob nagovoru. Pred formalnimi predstavitvami so zdravilci imeli kratek sestanek, kjer so se odločili, da bodo imeli posebno srečanje o zavedanju pomena 'wellness' s svetovalnim oddelkom, da najdejo načine in sredstva, kako bi učinkoviteje dosegli zdravnike in bolnike, da razširijo bazo bolnikov. Eden izmed predlogov je bil, da postavijo plakate (flyers) blizu pultov ob vhodu v bolnišnico. Zdravilka SVP¹²⁰⁵¹ je v svoji predstavitvi poudarila integracijo Sai Vibrionike z alopattijo. Ko je govorila o učinkovitosti zdravila IB (immunity boosters- imunske okrepitev) v času Covid-a, so prisotni pokazali veliko zanimanja.

5. Kriterij primernosti za SVP prijavo smo naredili dostopnejši

Zdaj smo razširili naš SVP prijavi kriterij. Pred tem smo zahtevali od vseh SVP zdravilcev, da bi morali opraviti vsaj 90 ur administrativnega dela in to nadaljevati do konca. Na ta način smo odbili mnoge dobre zdravilce, ki niso imeli sposobnosti za administrativno delo, ampak so zelo dobro opravljali svojo sevo z bolniki. Zato je prijava za SVP raven zdaj odprta za tiste zdravilce, ki namesto sodelovanja v administraciji inštituta SVIRT lahko pomembno prispevajo za rast vibrionike na druge načine. To je več seve z bolniki in pripravljenost, da opišejo primere zdravljenja in pošljejo vsaj 1 primer vsake 3 mesece, da se prostovoljno prijavijo na e – tečaj za učitelje in mentorje AVPs & APs, pomagajo voditi delavnice in organizirajo redne

tabore vibrionike. Vsi zdravilci VPs, ki želijo postati SVPs (starejši, višji zdravilci), naj pišejo na naslov PromotionsSVP@vibrionics.org.

Om Sai Ram!

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