

సాయి వైబ్రియానిక్స్ వార్తాలేఖ

www.vibrionics.org

“ఎప్పుడైతే నీ కంటికి ఒక రోగి కాని లేక మానసికంగా, శారీరికంగా దుర్బలత చెందిన మనిషి కనిపిస్తాడో, అదే నీ సేవకు స్థానమని తెలుసుకో”

...శ్రీ సత్యసాయి బాబా

సంపుటము 3 సంచిక 3

మే/జూన్ 2012

ఈ సంచికలో

ఆ డా.జిత్ కే అగ్రర్వాల యొక్క డెస్క్ నుండి	1 - 2
ఆ వైబ్రో మిశ్రమాలు (మందులు) ఉపయోగించిన కేసు వివరాలు	2 - 5
ఆ ఆరోగ్య చిట్కాలు	5 - 7
ఆ ప్రశ్న జవాబులు	7 - 9
ఆ దివ్య వైద్యుడి యొక్క దివ్య వాక్కు	9 - 10
ఆ ప్రకటనలు	10

ఆ డా.జిత్ కే అగ్రర్వాల యొక్క డెస్క్ నుండి ఖ

ప్రియమైన చికిత్సా నిపుణులకు,

ప్రజలు వైబ్రియానిక్స్ శిక్షణను స్వీకరించడానికి చూపించే ఉత్సాహాన్ని చూసి హృదయపూర్వక ఆనందం కలుగుతోంది. గత నెలలో భారతదేశం నుండి సర్టిఫికేట్ పొందిన ఉపాధ్యాయులు నాగపూర్ మరియు జబల్ పూర్ లో రెండు AVP వర్క్ షాప్ లు నిర్వహించారు. ఒక్కొక్క వర్క్ షాప్ లో 18 మంది కొత్త అభ్యాసకులకు శిక్షణ ఇచ్చారు, మరియు నూతన అభ్యాసకులు తమ విలువైన అభిప్రాయాన్ని అందించారు. సాయి వైబ్రియానిక్స్ కుటుంబము లోనికి చేరిన ఈ కొత్త సాధకుల తమ సేవా ప్రయాణాన్ని ప్రారంభిస్తున్నందుకు అభినందిస్తూ ఇది విజయ వంతం కావాలని మేము కోరుకుంటున్నాము.

ఎనిమిది మంది అభ్యాసకులు కోసం ఇటీవల లండన్లో సీనియర్ ప్రాక్టీషనర్ SVP వర్క్ షాప్ నిర్వహించారు. వారు అలాంటి అద్భుతమైన ఫలితాలను పొందారు వారు జూనియర్ ప్రాక్టీస్ చేసిన కేవలం సంవత్సరం తర్వాత SVPలు కావడానికి ఆసక్తిగా ఉన్నారు. అందరూ అధిక మార్కులుతో (91-98 శాతం) ఉత్తీర్ణత సాధించారు, మరియు మరింత సేవ చేయడానికి సంకల్పం చేసుకున్నారు! ఈ నెలలో మరొక వర్క్ షాప్ లండన్ లో జరగాల్సి ఉంది. ఇది సుశిక్షితులైన మా సర్టిఫైడ్ టీచర్ చేత నిర్వహించబడుతుంది. ఇప్పుడు ఈ విశ్రాంత అధ్యాపకురాలు అద్భుతమైన ఫలితాలతో తన పూర్తి సమయం వైబ్రియానిక్స్ సేవ చేస్తోంది. ఆమె ఒక వైద్య శిబిరం సీయోరా లియోన్ లో నిర్వహించి గత వారం తిరిగి వచ్చింది. అక్కడ 7రోజుల్లో 306 మంది రోగులకు చికిత్స చేసి నలుగురికి JVP గా మారడానికి శిక్షణ కూడా ఇచ్చారు.

ఉపాధ్యాయ శిక్షణ కోర్సు తీసుకోవడానికి తగిన అనుభవం ఉన్న SVP లు అందరిని మేము ప్రోత్సహిస్తున్నాము. తద్వారా ఆయా రాష్ట్రాల్లో శిక్షణా శిబిరాలు మరియు పునశ్చరణ తరగతులు నిర్వహించవచ్చు. దాని గురించి ఆలోచించండి. అలాగే JVP లు సీనియర్ VP లుగా దరఖాస్తు చేసుకోవడానికి స్వాగతిస్తున్నాం.

అనేక సందర్భాల్లో వైబ్రియానిక్స్ గురించి స్వామి నుండి నేరుగా ఆదేశాలు మరియు సలహాలను అందుకున్నాను. అవి మరపురాని అద్భుత అనుభవాలు. 2005 జనవరి 19న ఒక ఇంటర్వ్యూలో స్వామి మీ దయతో క్యాన్సర్ మరియు ఎయిడ్స్ కూడా నయం అవుతున్నాయి అని చెప్పినప్పుడు స్వామి మాట్లాడుతూ “మీరు ప్రేమతో చికిత్స చేసినప్పుడు అందరూ స్వస్థత పొందుతారు” అన్నారు. ఈ ఇంటర్వ్యూ దాదాపు ఒక దశాబ్దం ముందు నేను 2000-3000 మంది రోగులకు చికిత్స పూర్తి చేసిన సంఘటనను జ్ఞప్తికి తెస్తోంది.

ఒకరోజు నేను నా రోగి రికార్డుల నోట్ బుక్ దర్శనానికి తీసుకు వెళ్ళాను. వెంటనే నాకు ఇంటర్వ్యూ లభించింది ఈ చికిత్స చాలా అద్భుతంగా ఉందని మరియు అందరూ స్వామి దయతో మెరుగవుతున్నారని నేను స్వామికి చెప్పడానికి ఉవ్విళ్ళూరుతున్నాను. ఆ రోజు ఇంటర్వ్యూ గదిలో చాలామంది ఉన్నారు, మరియు నేను పుస్తకాన్ని నా పక్కన నేలపై ఉంచాను ఇంటర్వ్యూ ముగింపుకు చేరుకుంటోంది. నా ఉత్సాహమంతా నిరాశగా మారిపోతోంది. అదే సమయంలో స్వామి అగర్వాలా నీ పక్కనే నేల పైన ఉన్న పుస్తకం ఏమిటి అని అడిగారు. ఇక నా ఉత్సాహం ఎలా ఉందో మీరు ఊహించుకోవచ్చు. నా ఉత్సాహానికి హద్దులే లేవు. నేను మోకాళ్ళపై వంగి స్వామికి ఆ పుస్తకాన్ని చూపించడానికి ప్రయత్నించాను. ఒక్కొక్క పేజీ స్వామికి చూపిస్తూ ఎంతో ఆనందకరమైన ఉత్సాహంతో “స్వామీ చూడండి ఈ అద్భుతమైన వైబ్రియానిక్స్ మందులతో ఈ పేషెంట్లు అందరూ కూడా స్వస్థత పొందారు” అని చెబుతూ ఉంటే స్వామి ఎంతో ఆనందంతో తన ముఖం మీద చిరునవ్వులు చిందిస్తూ మీరు ఎంతో గొప్ప సేవ చేస్తున్నారు. ఈ రోగులందరూ బాగుపడుతూ ఉండడం నాకు తెలుసు కానీ అది మీ ఔషధాలవల్ల కాదు నేను మీ రోగులందరి వ్యాధులను నయం చేస్తున్నాను అని చెప్పారు. ఈ ఒక్క వాక్యం నన్ను భూమిపైకి అణచివేసింది. నాకు ఇప్పటికీ బాగా గుర్తు. ఆ సమయంలో ఇంటర్వ్యూ గది నుండి ఎంత వేగంగా వీలైతే అంత వేగంగా పారిపోవాలని కూడా అనుకున్నాను. సర్వజ్ఞుడైన స్వామి నా అహం కారము చాలా ఎత్తుకు పెరిగి ఉన్నదని గ్రహించారు కాబోలు ఒక్క స్ట్రోక్ తో దానిని నేల మీదకు తీసుకువచ్చారు. నేను ఆ రోజు ఒక గొప్ప పాఠం నేర్చుకున్నాను. అహంకారం ఎంతో సూక్ష్మమైనది అనీ అది మనకు తెలియకుండానే మనలో ప్రవేశిస్తుందని గ్రహించాను.

ఈ రెండు సంఘటనలను దృష్టిలో ఉంచుకుని మన వద్దకు వచ్చే రోగులను ప్రేమతో చికిత్స చేయడానికి ప్రయత్నం చేద్దాం. ఎందుకంటే వైద్యం చేయడంలో ప్రేమ చాలా ముఖ్యమైన అంశం. ప్రేమ ఎంతో శక్తివంతమైనది, ఎటువంటి అడ్డంకులు లేనిది కనుక ఎన్నో అద్భుతాలను చేస్తుంది! యాదృచ్ఛికంగా మన రికార్డులలో ఇటువంటి ప్రేమ ద్వారా స్వస్థత పొందిన కేసుల గురించి ఎన్నో విశేషాలు ఉన్నాయి. ప్రతీ రోగికి చికిత్స చేసే ముందు మనలో అహంకారం చొరబడకుండా చూడమని స్వామిని ప్రార్థిద్దాం ఎందుకంటే రోగం నయం చేయగలిగే ఏకైక వ్యక్తి స్వామియే. మనము కేవలం నిమిత్తమాత్రులము, స్వామి చేతిలో పనిముట్లు మాత్రమే. అక్కడ స్వామియే డాక్టరు.

సాయిసేవలో ప్రేమతో
 మీ జి.కె. అగర్వాల

ఆ వైబ్రో మిశ్రమాలు (మందులు) ఉపయోగించిన కేసు వివరాలు ఖ

1. మధుమేహం ^{2640...India}

ESIS హాస్పిటల్ లో పని చేస్తున్న, 67 సంవత్సరాల వయసుగల వైద్యుడు, కంటిశుక్లం శస్త్రచికిత్స చేయించుకోవాలని సూచించ బడ్డారు. అతను ఇన్సులిన్ మీద ఎక్కువ కాలం ఉన్నప్పటికీ అతని రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు ఆమోదయోగ్యమైన పరిమితులలో లేవు. ఆపరేషన్ అత్యవసరం కనుక అతను సహాయం కోసం చికిత్సా నిపుణుని వద్దకు రాగా అతనికి ఈ క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది:

#1. CC6.3 Diabetis...BD

రెమిడి తీసుకున్న వారంలోపు, అతను కంటిశుక్లం శస్త్రచికిత్స చేయించుకున్నారు. మరియు వైబ్రో మాత్రలు తన చక్కెర స్థాయిలను అదుపులోనికి తెచ్చినందుకు ఎంతో సంతోషంగా ఉందని తెలిపారు. అనంతరం అతనికి క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది:

#2. CC12.1 Adult tonic...TDS



2. శిశువులో యాంజియోమా (angiomaoma) 2640...ఇండియా

నాలుగు నెలల వయసున్న ఒక చిన్ని బిడ్డను యాంజియోమా చికిత్సకోసం తీసుకువచ్చారు. ఆ పిల్లవాడు చాలా చిన్న వయసులో ఉన్నందున అల్లోపతి వైద్యులు చికిత్స చేయలేదు. అతను చాలా బలహీనంగా ఉన్నందున శిశువుకు సంవత్సరం వయసు వచ్చే వరకూ వైద్యులు శస్త్రచికిత్స చేయలేమన్నారు. ఆ పిల్లవానికి జ్వరం, జలుబు మరియు దగ్గు ఉంది. బాలుడిని వారి అల్లోపతి కుటుంబ వైద్యుడు అయిన అభ్యాసకుని వద్దకు తీసుకు వచ్చినప్పుడు చాలా బలహీనంగా ఉన్నాడు. పిల్లవానికి క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది:

#1. CC9.2 Infections acute + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.6 Cough chronic + NM6 Calming: 2 గోళిలు అర కప్పు మరిగించి చల్లార్చిన నీటిలో...TDS.

అభ్యాసకుడు మొదటి మోతాదు ఇచ్చారు. శిశువుకు తొమ్మిది నెలల వయసు వచ్చే వరకు నీటిలో నివారణ ఇవ్వమని కుటుంబానికి సూచించారు. ఆ తర్వాత మాత్రలు నేరుగా శిశువు నోటిలో వేయడానికి సూచించబడింది. తీవ్రమైన సమస్యలు ముగిసిన తర్వాత క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది :

#2. NM6 Calming + NM27 Skin + NM113 Inflammation + SR293 Gunpowder + SR528 Skin + SR576 Tumours...BD

ఆరు నెలల చికిత్స అనంతరం, కణితి చాలాచోట్ల కనుమరుగయ్యింది, మరియు ఇది చర్మంతో చాలా వరకు కలిసిపోయింది ఇది చాలా అద్భుతమైన కేసు. శిశువుకు ఇప్పుడు 30 నెలల వయసు వచ్చేసరికి పూర్తిగా నయం అయిపోయింది. చర్మంలో అక్కడక్కడ కొన్ని మచ్చలు ఉన్నాయి కానీ ఆందోళన చెందడానికి ఏమీ లేదు. పిల్లవాడు పూర్తిగా నయం అయినందుకు ఆనందంగా ఉన్నాడు. అతనికి ఇప్పటికీ అదే రెమిడి ఇవ్వబడుతోంది.



6 నెలల చికిత్స తరువాత



2 సంవత్సరాల చికిత్స తరువాత



3. పితౌశయంలో రాళ్ళు 2804...ఇండియా

55 సంవత్సరాల వయస్సు గల ఒక పురుష పేషెంట్లు పొత్తికడుపులో నొప్పితో బాధపడుతున్నాడు. అతని వైద్యుని సలహా మేరకు ఉదరము సోనోగ్రఫీ తీయబడింది. దానిలో పితౌశయం యొక్క వంపు వద్ద రాళ్ళు ఏర్పడిన కారణంగా మందమైన గోడతో విస్తరించి ఉన్న పితౌశయాన్ని రిపోర్టు చూపించింది. ఆ రాళ్ళను తొలగించడానికి శస్త్రచికిత్స అవసరమని వైద్యుడు సలహా ఇచ్చారు. ఆపరేషన్ నివారించడానికి సాయి వైబ్రియానిక్స్ తనకు సహాయపడుతుందని అతను భావించారు. పొత్తికడుపులో నొప్పితో పాటు, మూత్రం వెళ్లేటప్పుడు తనకు ఇబ్బంది మరియు నొప్పి ఏర్పడుతుందని అతను చెప్పారు. అభ్యాసకుడు ఈ క్రింది రెమిడి అతనికి ఇచ్చారు:

CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.7 Gallstones + CC4.11 Liver & Spleen + CC13.2 Kidney & Bladder infections + CC15.1 Mental & Emotional tonic ...TDS.

రెండు వారాల తర్వాత రోగి నొప్పులు తగ్గినట్లుగా నివేదించారు. ఈ రెండింటిని రెండు నెలలు కొనసాగించారు. తర్వాత మరొక సోనోగ్రాఫీ తీసుకున్నప్పుడు పిత్తాశయంలో రాళ్లు లేదా గాయాలు లేకుండా సాధారణ గోడలతో పాక్షికంగా విస్తరించిన పిత్తాశయం కనిపించింది. నిర్ధారణ కోసం అభ్యాసకుడు మాకు రెండు సోనోగ్రాఫీ రిపోర్ట్స్ కాపీలను పంపించారు. ఈ రోజుల్లో చాలా తరుచుగా వచ్చే ఈ సమస్య స్వామి దయతో అద్భుతంగా నివారణ అయ్యింది.

4. దృష్టిలోపం 2789...ఇండియా

ఎనిమిది సంవత్సరాల వయస్సు గల బాలిక పొడి కళ్ళు మరియు దృష్టి లోపంతో బాధపడుతూ ఉంది. ఆమెను కంటి వైద్య పరీక్షల కోసం పంపగా అక్కడ వైద్యులు ఆమె పరిస్థితికి ఏ సహాయము చేయలేమని తెలిపారు. ఈ అమ్మాయికి రెండు సంవత్సరాల వయసులో అధిక జ్వరం వచ్చిందని ఆ కుటుంబం అభ్యాసకుడికి తెలిపారు. ఆ సమయంలోనే, ఆమె దృష్టి కోల్పోయి అప్పటి నుండి పొడి కళ్ళ బారిన పడింది. ఆమెకు క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది:

CC7.2 Partial Vision...TDS

చికిత్స తీసుకున్న ఆరు నెలల తర్వాత రోగి కళ్ళు మామూలుగా ఆర్థంగా ఉన్నాయి. ఇప్పుడు ఆమె సాధారణ స్థాయిలో చూడగలుగుతోంది. పరిస్థితి పునరావృతం కాకుండా ఉండటానికి ఆమె ప్రస్తుతం ఔషధాన్ని ఇంకా తీసుకుంటూనే ఉంది.

5. మొటిమలు 2799...యుకె

ఐదు సంవత్సరాలుగా మొటిమలతో బాధపడుతున్న ఇరవై ఒక్క ఏళ్ల యువకుడు అభ్యాసకుడిని చూడటానికి వచ్చాడు. ఈ మొటిమలు అతని ముఖము మరియు వెనుక భాగంలో ఉన్నాయి అతనికి క్రింది ఇవ్వబడింది:

NM2 Blood + NM6 Calming + NM36 War + NM37 Acidity + NM61 Acne + SR293 Gunpowder + SR309 Pulsatilla 30C + SR329 Crab Apple + SR342 Antim Crud + Echinacea (30C) from homoeopathic store...TDS

రెండు వారాల తర్వాత, అభ్యాసకుడి తదుపరి సందర్శనలో మొటిమలు 50% తగ్గిపోయాయి. అతను రెమిడి తీసుకోవడం కొనసాగించాడు. మరో రెండు నెలల్లో, మొటిమలు పూర్తిగా పోయాయి కానీ అభ్యాసకుడు మరో ఆరు నెలలు తగ్గించిన మోతాదులో పునరావృతం కాకుండా ఉండటానికి తీసుకోవాలని సూచించారు. తరువాత అతను మళ్ళీ అటువంటి సమస్యతో బాధపడలేదు.

6. భావోద్వేగ ఒత్తిడి 0437...ఇండియా

చక్కని వ్యక్తిత్వము, క్రమశిక్షణ కలిగిన 49 ఏళ్ల వడ్రంగి మేస్త్రీ అనుకోకుండా మారిపోయి ఆత్మత, చెదిరిన మనసు గల వ్యక్తిగా మారిపోయి తన పనిని కూడా చేసుకోలేక పోతున్నాడు. కొద్దికాలం కిందట అతని అన్న అనారోగ్యం వల్ల మరణించాడని ఆయన తెలిపాడు. తన కుటుంబంతో పాటు తన అన్న కుటుంబాన్ని కూడా ఇతను చూసుకోవలసి వస్తోంది. దానివలన ఆర్థిక ఇబ్బందుల్లో పడ్డాడు. దీనికీతోడు, గత నెల రోజులుగా ప్రతీ రాత్రి అతని అన్న కలలో కనిపించి కాళ్ళ వైపు నిలబడి ఏడుస్తూ ఉన్నట్లు కనిపిస్తోంది. దీనివల్ల అతనిని భయంతో నిద్ర రావడం లేదు. ఇది అతనిని మానసికంగా అస్థిరంగా భావోద్వేగ పరంగా తట్టుకోలేని విధంగా చేస్తోంది. అతని ఆరోగ్యం కూడా పాడయ్యింది. అతనికి క్రింద ఇవ్వబడింది:

NM6 Calming + NM28 Sleep + NM83 Grief + SM1 Removal of Entities + SM2 Divine Protection + SM41 Uplift...TDS

అతను బాబా భక్తుడు కావడాన ప్రతిరోజు విభూతి ధరించమని, నీళ్ళలో కలుపుకొని నిద్రపోయేముందు తాగమనీ, బాబా ఫోటో ను అతని మంచం మీద తలక్రింద పెట్టుకొని పడుకోవలసిందిగా సలహా ఇవ్వబడింది. త్వరలోనే అతనికి తన అన్న కలలో కనిపించడం తగ్గిపోయింది. అతను క్రమంగా ఆరోగ్యంగా తయారయ్యాడు. నెల రోజుల్లోనే, అతను తిరిగి సాధారణ వ్యక్తిగా మారిపోయాడు.

+++++

7. యాంటి ఖిమోథెరపీ మరియు క్యాన్సర్ ^{2494...ఇటలీ}

సాయిరాం పోటెమ్మైజర్ కలిగి ఉన్న అభ్యాసకుల కోసం క్యాన్సర్ కు సంబంధించి పైన పేర్కొన్న అభ్యాసకులు కొంత ముఖ్యమైన సమాచారం ఇచ్చారు. క్రింద పేర్కొన్న రెండు సందర్భాలలో మెరుగైన ఫలితాలు పొందడము సాధ్యమని వారు కనుగొన్నారు:

యాంటి ఖిమో కేసులు: ఖీమోథెరపీ వల్ల దుష్ప్రభావాలు నిరోధించడానికి ఈ క్రింది విధంగా ఉపయోగించండి:

SR559 Anti Chemotherapy (60C & 1M)... ప్రతి పది నిమిషాలకు ఒక మోతాదు చొప్పున రెండు గంటలు, తరువాత ప్రతి గంటకు ఒకటి చొప్పున ఆరోజు చివరి వరకు, మరుసటి రోజు 6TD తర్వాత TDS అలా మరలా ఖిమో థెరపీ చేయించుకొనే వరకూ. ఇప్పుడు డైల్ సెట్టింగ్ 60C లేదా 371 వద్ద పై విధానాన్ని పునరావృతం చేయండి అనగా ప్రతి పది నిమిషాలకు ఒక మోతాదు

క్యాన్సర్ కేసులకు: సాధారణ క్యాన్సర్ కోట్ CC2.1 + CC2.3 కు SR522 Pituitary Anterior + SR523 Pituitary Posterior కూడా జత చేయండి. దీనితో పాటు రక్తాన్ని శుభ్రపరచడానికి SR272 Arsen Alb (200C) కూడా ఇవ్వడం మంచిది.

ఆ ఆరోగ్య చిట్కాలు ఖ

అధిక సోడియం ఉన్న ఆహారపదార్థాల జాబితా

శరీరము సరిగా పనిచేయడానికి సోడియం అనగా ఉప్పు అవసరం కానీ ఎక్కువ సోడియం స్ట్రోక్, గుండెపోటు, అధిక రక్తపోటు మరియు మూత్రపిండాల వ్యాధి ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. ఆరోగ్యకరమైన వయోజనులు రోజుకు రెండు 2300 మిల్లీగ్రాముల కంటే ఎక్కువ సోడియం తినకూడదని అమెరికాలోని మాయో క్లినిక్ పేర్కొంది. అధిక రక్తపోటు, మూత్రపిండాల వ్యాధి, గుండె సమస్యలవంటి ప్రమాద కారకాలు ఉన్నవారు, ప్రతిరోజు 1500 మిల్లీగ్రాముల సోడియం లేదా అంతకంటే తక్కువ తీసుకోవాలి.



ఫాస్ట్ ఫుడ్

ఫాస్ట్ ఫుడ్ రెస్టారెంటులు త్వరగా మరియు తక్కువ ఖర్చుతో కూడిన భోజనం మరియు స్నాక్స్ అందిస్తాయి. ఈ సౌలభ్యం ధర రూపంలో కూడా లభిస్తుంది. చాలా ఫాస్ట్ ఫుడ్ వస్తువులలో అధిక స్టాయిల్ సోడియం ఉంటుంది. అమెరికాలోని కొలోరాడో స్టేట్ యూనివర్సిటీ ఎక్స్ టెన్షన్ ప్రకారము ఫాస్ట్ ఫుడ్ రెస్టారెంట్ లో లభ్యమయ్యే ఒక ఆపిల్ పై (apple pie) 400 మిల్లీ గ్రాముల సోడియం కలిగి ఉంటుంది.

మసాలాలు మరియు తినుబండరాలు

విస్తారిత ఆహారాలు మరియు ఆకర్షణీయ తినుబండరాలు వాడకం సోడియం ఎంపికలను తక్కువ నుండి అధిక సోడియం ఆహారాలుగా మార్చగలవు. ఇవి రోజు వారీ తీసుకునే సోడియం పరిమాణాన్ని గణనీయంగా పెంచుతాయి. మాయో క్లినిక్ సోడియంను తీసుకోవడం తగ్గించటానికి ప్రయత్నిస్తున్న ఎవరైనా టమాటా సాస్. ఆవాలు, సోయా సాస్, సలాడ్ డ్రెస్సింగ్ మరియు సోడియంతో కూడిన సాస్ లను తీసుకోకూడదని హెచ్చరిస్తోంది. సోయాసాస్ లో మనం తీసుకునే రోజువారీ సూచించబడ్డ సోడియంలో సగం అనగా ఒక టేబుల్ స్పూన్ కు 1,029mg కలిగి ఉంటుందని కొలరాడో యూనివర్సిటీ ఎక్స్టెన్షన్ పేర్కొంటోంది. ఒక

టీబుల్ సూన్ కెచప్ లో 156mg సోడియం ఉంటుంది. అనగా తక్కువ సోడియం 1500mg ప్రతిరోజు వాడకం సూచించిన దానికంటే ఇది 10% ఎక్కువ.

బేకింగ్ చేసిన వస్తువులు

కొవ్వు మరియు చక్కెర అధిక స్థాయిలో ఉండడంతో పాటు కొన్ని బేకింగ్ చేసిన వస్తువులలో గణనీయమైన స్థాయిలో సోడియం ఉంటుంది. వాపింగ్స్ విశ్వవిద్యాలయం సెయింట్ లూయిస్ నివేదిక ప్రకారం ఒక 3.5 oz డోనట్ 500 మిల్లీ గ్రాముల సోడియం కలిగి ఉంటుందని ఇది సిఫార్సు చేసిన రోజువారీ తీసుకోవే దానికన్నా 20 శాతం ఎక్కువ. అదే పరిమాణం గల రొట్టెలో ఉపయోగించిన పదార్థాలు మరియు తయారుచేసే పద్ధతి బట్టి 300-500 మిల్లీ గ్రాముల సోడియం ఉంటుంది. సోడియం ఎక్కువ ఉండే ఇతర పదార్థాలు బిస్కెట్లు, మఫిన్లు, బేకింగ్ చేసిన పై క్రస్ట్ మరియు స్వీట్ రోల్ వంటివి.

రెడీమేడ్ ఆహారాలు

తయారుగా ఉన్న ఆహారములలో కూరగాయల వంటివి త్వరగా పాడవకుండా ఉండడానికి ఉప్పు ఎక్కువ కలుపుతారు. ఉప్పు వీటికి రుచిని కూడా ఇస్తుంది. అధిక సోడియం ఉన్న రెడీమేడ్ ఆహారాలు కిడ్నీ బీన్స్, కూరగాయల చట్నీలు, సార్ క్రాట్ మొదలగునవి. ఒక కప్పు తయారుగా ఉన్న మొక్కజొన్న లో 384 మిల్లీ గ్రాముల సోడియం ఉందని కొలరాడో స్టేట్ యూనివర్సిటీ ఎక్స్టెన్షన్ నివేదించింది. దీనికి విరుద్ధంగా, తాజా మరియు ఫ్రీజ్ చేసిన కార్న్ పౌడర్ లో 10mg కంటే తక్కువ సోడియం ఉంటుంది.

వెన్న

ఫ్రాసెస్ చేసిన వెన్నలో డై సోడియం ఫాస్ఫేట్ ఉందని, ఇది వాటి సోడియం కంటెంట్ ను పెంచుతుందని ఓక్లహోమా కోపరేటివ్ ఎక్స్టెన్షన్ పేర్కొంది. వెన్న ఉత్పత్తులలో కూడా సోడియం అధికంగా ఉంటుంది. సోడియం స్థాయిలు అధికంగా ఉండే వెన్న ఉత్పత్తులకు ఉదాహరణలు చెడ్డార్, పర్మిసన్, మరియు అమెరికన్ ప్యాకేజ్ చేసిన లేదా ఫ్రాసెస్ చేసిన వెన్న ఉత్పత్తులు. కొలరాడో స్టేట్ యూనివర్సిటీ ఎక్స్టెన్షన్ ప్రకారము 1 oz అమెరికన్ జున్ను 406 మిల్లీ గ్రాముల సోడియం కలిగి ఉంటుంది. తక్కువ సోడియం ఉన్న వెన్న ఉత్పత్తులు క్రీమ్ చీజ్, స్విస్ చీజ్, మరియు మొజరెల్లా చీజ్ ఉన్నాయి.

సాల్టెడ్ స్నాక్స్

కొన్ని చిరుతిండి ఆహారపదార్థాలు అదనపు రుచి కోసం ఉప్పును కలిగి ఉంటాయి. ఉప్పులేని రకాలను ఎన్నుకోవడం లేదా స్నాక్స్ వినియోగాన్ని పరిమితం చేయడం అవసరం. సాల్ట్ తో ఉన్న గింజలు, జుంతికలు, చిప్స్, మరియు బంగాళాదుంప చిప్స్ మీ రోజువారీ ఆహారంలో సోడియంను జోడిస్తాయి. రైస్ విశ్వవిద్యాలయ నివేదిక ప్రకారం కేవలం రెండు సార్లో ప్రెట్టెల్ లో సుమారు 490 మిల్లీ గ్రాముల సోడియం కలిగి ఉంటాయి.

ఆదారాలు USA

- MayoClinic.com: How to Tame Your Salt Habit Now
- Colorado State University Extension: Sodium in the Diet
- Washington University St. Louis: Sodium Content of Common Foods
- Palo Alto Medical Foundation: Foods High in Sodium
- Oklahoma Cooperative Extension: Dietary Salt and Sodium
- Rice University: Salt and the Ultraendurance Athlete



ప్రతిరోజు టీ తీసుకోవడం ట్రైగ్లిజరైడ్స్ స్థాయిలు తగ్గిస్తుంది, గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని నివారిస్తుంది

ఆరోగ్య స్పృహ ఉన్న వ్యక్తులు దశాబ్దాలుగా టీ వినియోగం యొక్క ప్రాముఖ్యతను తెలుసుకున్నారు. ఇన్నులిన్ నిరోధకత మరియు మధుమేహం వంటి జీవక్రియ అసమతుల్యతను నివారించడంలో శీతలపానీయాల కంటే ఇవి మెరుగైనవిగా ఎంచుకుంటున్నారు. ఇటీవల ఆహార శీతల పానీయాలు వాటిలో ఉండే అధిక ఆమ్ల భాగము వలన అనేక దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదాన్ని

పెంచుతాయి, కాల్షియం మరియు మెగ్నీషియం వంటి విలువైన ఖనిజలవణాలను పోగొట్టడం ద్వారా సెల్యులార్ జీవక్రియకు విఘాతం కలిగిస్తుంది.

యూఎస్ మరియు స్కాట్లాండ్ పరిశోధకులు ప్రీవెంటివ్ మెడిసిన్ జర్నల్ లో ప్రచురించిన ఒక అధ్యయనం వివరాలను విడుదల చేశారు. రోజూ మూడు కప్పుల బ్లాక్ టీ తీసుకోవడం వల్ల ప్రమాదకరమైన ట్రిగ్లిజరైడ్లు స్థాయి 36 శాతం మరియు ఊహించిన కొలెస్ట్రాల్ స్థాయి LDL నుండి HDL కొలెస్ట్రాల్ నిష్పత్తిని 17 శాతం తగ్గించి హృదయ ఆరోగ్యాన్ని గణనీయంగా మెరుగు పరుస్తుంది అధ్యయన వేత్తలు చెప్పిన సూచనల ప్రకారం “బ్లాక్ టీ పరిమితమైన వినియోగం హృదయ సంబంధ వ్యాధుల యొక్క స్వతంత్ర ప్రమాద కారకాలను అదుపుచేసి యాంటీ ఆక్సిడెంట్ రక్షణను మెరుగు పరుస్తుంది”.

గత అధ్యయనాలు తక్కువ పులియబెట్టిన ఆకుపచ్చ మరియు తెలుపుటీ మిశ్రమాలను తాగడం వల్ల ఒనగూడే లాభాలను ప్రశంసించాయి. ఎందుకంటే వాటిలో అధిక యాంటీ ఆక్సిడెంట్ కంటెంట్ ఉండడం వలన అది క్యాన్సర్, చిత్తవైకల్యం, మరియు గుండె జబ్బుల నుండి వచ్చే ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది అని తెలిపాయి. బ్లాక్ టీ మానవ ఆరోగ్యంపై చూపించే ప్రభావం గురించి ఈ అధ్యయనవేత్త ప్రత్యేకంగా చెప్పినప్పటికీ వారు దీనికి కారణమయ్యే నిర్దిష్ట యంత్రాంగం గురించి వివరించలేక పోయారు. ఐతే దీని ప్రకారం ఈ మూడు రకాల టీలు(నలుపు, ఆకుపచ్చ మరియు తెలుపు) గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో ఒకే విధమైన ప్రయోజనాలను కనబరుస్తాయని విశ్వసించవచ్చు.

పరిశోధకులు 25 నుంచి 60 మధ్య వయసులో ఉన్న 87 మంది అభ్యర్థులను ఎంపిక చేసుకొని ఒక అధ్యయనం నిర్వహించారు ప్రతిరోజూ యాదృచ్ఛికంగా మూడు కప్పుల బ్లాక్ టీ లేదా సమానమైన పరిమాణంలో వేడినీటిని పన్నెండు వారాలపాటు త్రాగడానికి నిర్ణయించబడింది. బ్లాక్ టీ వినియోగం రక్తంలో ఫాస్ఫింగ్ చక్కెర స్థాయి 18.4 శాతం తగ్గుదల మరియు ట్రి గ్లిజరైడ్ స్థాయిలో 36 శాతం తగ్గుదలకు సంబంధం కలిగి ఉందని పరిశోధకులు కనుగొన్నారు. రక్తంలో అధిక చక్కెర మరియు అధిక క్రొవ్వులు గుండెజబ్బుల ప్రమాదం పెంచడానికి మరియు అనేక ఇతర ప్రాణాంతకమైన వ్యాధులకు కారణాలు అవుతాయనేది తెలిసిన విషయమే.

పరిశోధనా బృందం, టీ లో ఉండే అరుబిగిన్స్ మరియు అప్లవిన్స్ తో సహా అధిక స్థాయిలో ఉండే పాలీ ఫినోలెక్స్ ఆక్సిజన్ లేని రాడికల్స్ ను శుభ్రపరచడం ద్వారా కణాలు మరియు కణజాలాలను ఆక్సికరణ నష్టం నుండి కాపాడతాయని కనుగొన్నారు. అందువల్ల టీ సేవించడం వలన టీ లో ఉండే ఫినోలెక్స్ జీర్ణవ్యవస్థలో ఇతర కణజాలాలలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లను కలిగి ఉండవచ్చని భావిస్తున్నారు. ప్రతి రోజూ మూడు కప్పుల టీ తాగడం వల్ల హృదయ సంబంధ వ్యాధుల నివారణలో ఫలితం గణనీయంగా ఉంటుంది. కనుక తాజాగా తయారు చేసిన టీ (వేడిది లేదా చల్లనిది ఏదైనా) తాగటం తప్పకుండా అలవాటు చేసుకొని ప్రాసెస్ చేసిన రకాలను నివారించండి, ఎందుకంటే అవి కృత్రిమ రసాయనాలతో కూడి ఉంటాయి. ...జాన్ ఫిల్లిప్

Sources for this Natural News article include:

- <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0091743511004877>
- <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22198621>
- <http://www.nutraingredients.com>

ఆ ప్రశ్నలు జవాబులు ను

1. ప్రశ్న: నా రోగులలో ఒకరు భారతదేశంలోని సాయి బాబా ఆశ్రమానికి వెళుతూ ఉంటారు. ఆమె భారతదేశంలో ఉన్నప్పుడు ఆమెకు మలేరియా రాకుండా ఉండటానికి నేను ఏమి ఇవ్వాలి?

జవాబు: మీ రోగికి CC 9.3...OD ఇవ్వండి. బయలుదేరే మూడు రోజుల ముందు రాత్రి OD తీసుకోవాలి. దోమల ప్రాంతంలో ఉన్నప్పుడు మరియు ఆమె తిరిగి వచ్చేటప్పుడు మూడు రోజులు 3TW తీసుకోవాలి. మీకు సాయిరాం పోటంట్లజరు ఉన్నట్లయితే

CC9.3. బదులుగా వీటిని ఇవ్వండి: NM116 Malaria Extra Strength + SR261 Nat Mur (CM) + SR263 Nat Sulph (CM) .

2. ప్రశ్న: అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న క్యాన్సర్ రోగులకు సాయి వై బ్రియానిక్స్ ప్రభావంపై మీ సలహాను అభ్యర్థిస్తున్నాను.

జవాబు: పూర్తి నివారణలను చూపించే క్యాన్సర్ కేసుల చరిత్రలు మరియు నివారణ కానివి కూడా మనకు ఉన్నాయి. అభ్యాసకుడు వారి రోగికి ఇచ్చిన ప్రేమ మరియు దేవునిపై నమ్మకం, విశ్వాసం యొక్క అనుభవమే స్వయంగా స్వస్థపరిచే ప్రకంపనలను ప్రసరిస్తుంది. అలాగే, రోగికి ప్రబలమైన నమ్మకం హృదయంలో ఉండి, జీవించాలనే సంకల్పం ఉంటే మరియు ప్రతిరోజూ వర్తమానంలో జీవించటంపై దృష్టి పెట్టి; గతం గురించి బాధ, భవిష్యత్తు గురించి చింతన లేకుండా ఉంటే తప్పనిసరిగా అద్భుతాలు జరుగుతాయి. మన అభ్యాసకులలో ఒకరికి వైద్యులు ఆశ లేక వదిలి పెట్టిన మెదడు కణితి మొదటి కేసుగా తటస్థించింది. జీవించడానికి రెండు నెలల సమయం మాత్రమే ఉందని వైద్యులు చెప్పారు. అభ్యాసకురాలిగా అర్థత సాధించిన వెంటనే ఇంత తీవ్రమైన కేసును చికిత్స చేయాల్సిన పరిస్థితి చూసి అభ్యాసకురాలు షాక్ అయ్యారు. కానీ ఆమె కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి ఉన్న రోగిని చూడటానికి వెళ్ళింది. అతని ఆశ వదులుకోవద్దనీ, దేవునిపై విశ్వాసం ఉంచమని, సిఫార్సు చేసిన రీతిగా రెమిడిలు తీసుకోవాలని, ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోవాలని, అతను తప్పనిసరిగా కోలుకుంటాడు అని ఆమె చెప్పారు. కొంతకాలం తర్వాత కుటుంబ సభ్యులు రోగి చక్కగా కోరుకుంటున్నారని చెప్పినప్పుడు భగవంతుని కృపకు ఆమెకు ఆనందభాష్యాలు కా రాయి.

రోగి కోలుకోవడానికి ఆశ ఉందని నమ్మడం చాలా ముఖ్యము. బాబా వారు చెప్పినట్లుగా అన్ని వ్యాధులు మనసు నుండే వస్తాయి కాబట్టి రోగి తీసుకునే వైబ్రియానిక్స్ ఔషధం భగవంతుని వరప్రసాదం అని రోగి తన మనసుకు నచ్చ చెప్పుకునే విధంగా ప్రోత్సహించాలి. మనం ఇచ్చే ఈ చక్కెర గోళీలు అతని అనారోగ్యాన్ని దూరం చేస్తాయని రోగి ఆశావహ దృక్పథంతో ఊహించుకోవాలి. వారు అనారోగ్యంతో ఉన్నారని వారి మనసులోని భావనను అధిగమించగలిగితే వారు త్వరలోనే ఆరోగ్యంగా మరియు బలంగా అవుతారు.

అయితే అనివార్య కారణాల వల్ల రోగి మన సహాయానికి మించి తన శరీరాన్ని విడిచి పెట్టే దిశగా కదులుతూ ఉన్నట్లయితే అతనికి ఇవ్వడానికి ఉత్తమ పరిష్కారం **SR272 Arsen Alb (CM)** లేదా సాయిరాం హీలింగ్ మిషన్ లేనివారు **Mental & Emotional tonic** దీనిని ఇవ్వవచ్చు. ఇది జీవితపు చివరి క్షణాలను నిశ్శబ్దంగా మరియు తేలికగా చేస్తుంది. దీనిని **BD** గా తీసుకోవాలి మరియు నీటిలో కరిగించిన గోళీలు మరింత ప్రభావవంతంగా ఉంటాయి. ఐదు మిల్లీలీటర్ల నీరు త్రాగడానికి ముందు ఒక నిమిషం నాలిక క్రింద ఉంచాలి.

3. ప్రశ్న: చాలా అధిక ఉష్ణోగ్రత ఉన్న వాతావరణంలో వడదెబ్బకు వ్యతిరేకంగా రోగనిరోధక శక్తికి ముందస్తుగా నేను ఏమి ఇవ్వవచ్చు?

జవాబు: వడదెబ్బ లేదా వేడి వాతావరణం యొక్క అసౌకర్యం అనిపించే పరిస్థితి ఉన్నప్పుడు **CC21.3 Skin allergies**. ఇవ్వవచ్చు. ఇది ముందస్తుగా ఇచ్చేటప్పుడు **3TW** గా లేదా వేడి వాతావరణం ఉండి వేడిని భరించలేకపోతే **OD** గా ఇవ్వాలి. సాయిరాం హీలింగ్ మిషన్లు ఉపయోగించేవారు : **NM6 Calming + NM34 Water Balance + NM63 Back-up + SR270 Apis Mel + SR298 Lachesis + SR309 Pulsatilla (30C) + SR317 Sulphur (30C)** ఇవ్వవచ్చును. వేడి వాతావరణంలో బయటకు వెళ్లేటప్పుడు తల భాగంకప్పి ఉంచడం ముఖ్యం. వాతావరణంలో వేడి ఎక్కువ ఉన్నప్పుడు శారీరక వ్యవస్థను చల్లబరచటానికి ప్రకృతి అందించిన మార్గం చెమటలాగా పట్టడం. అటువంటి వేడిలో, పుచ్చులంగా నీరు త్రాగడం చాలా ముఖ్యం. అయినప్పటికీ ఐస్ వాటర్ తాగితే శరీరం చల్లబడినట్లు అనిపిస్తుంది కానీ ఇది తాత్కాలికం మాత్రమే. ఐస్ వాటర్ శారీరక

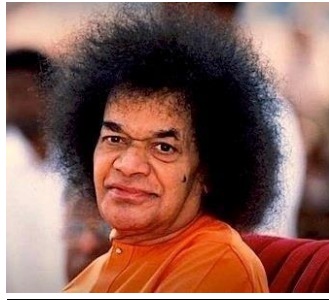
వ్యవస్థకు తప్పుడు సంకేతాలు అందిస్తుంది అందుచేత శరీరం తన ఉష్ణోగ్రతను అలాగే నిలుపుకుంటుంది .. పొట్టలో చేరిన ఐస్ వాటర్ తన చల్లదనాన్ని నిమిషాల్లో కోల్పోయినప్పుడు 30, మనం మునుపటి కన్నా ఎక్కువ ఉష్ణోగ్రత ను అనుభవించ వలసి వస్తుంది!

4. ప్రశ్న: నేను గత మూడు నాలుగు నెలలుగా బొంగురు పోయిన స్వరం లేదా మాట రాకపోవడం తో బాధపడుతున్నాను. ఇది ప్రధాన గొంతు అలసటగా నిర్ధారణ చేసి మరియు పూర్తిగా మాట్లాడకుండా రెస్ట్ తీసుకోవటమే మంచిదని అల్లోపతి వైద్యులు సలహా ఇచ్చారు. నేను క్రమం తప్పకుండా CC19.7 + CC12.1 తీసుకుంటున్నాను కానీ మార్పు జరగలేదు నేను ఏమి చేయాలి?

జవాబు: మీ సమస్యకు CC19.7 సహాయం చేయనందుకు బాధగా ఉంది, అయితే, వీలైనంతవరకూ మీ డాక్టర్ సలహా పాటించడం ముఖ్యం. ఏదేమైనా, ఈ సమస్యకు మానసిక సంబంధమైన ఉద్రిక్తత, ఒత్తిడి లేదా ఆందోళనతో ఏదైనా సంబంధం ఉందా అని తెలుసుకోవడం మంచిది. అటువంటి సందర్భాలలో CC19.7 + CC15.1...TDS తీసుకోమని సూచిస్తున్నాను. ఒక నెల పాటు తీసుకుంటూ స్వామి సహాయం కోసం ప్రార్థించండి.

అభ్యాసకులారా: మీకు డాక్టర్ అగర్వాల్ గారిని అడగవలసిన ప్రశ్నలు ఏమైనా ఉంటే news@vibrionics.org కు రాయండి.

ఆ దివ్య వైద్యుడి యొక్క దివ్య వాక్కు ఖ



“నేను మీకోసం ఒక ఒక సందేశాన్ని అందిస్తున్నాను, అదే ప్రేమ సందేశం. ప్రేమయే దేవుడు, దేవుడే ప్రేమ. ప్రేమ ఉన్నచోట దేవుడు ఖచ్చితంగా స్పష్టంగా కనిపిస్తాడు. వీలైనంత ఎక్కువమందిని ప్రేమించండి. మరియు గాఢంగా ప్రేమించండి; మరియు ప్రేమను సేవగా మార్చండి. సేవను ఆరాధనగా మార్చండి; ఇదే అత్యున్నత ఆధ్యాత్మిక సాధన.”

...సత్యసాయిబాబా, సత్య సాయి వాణి, వాలుము 5, చాప్టర్ 17

“సాధారణంగా, మనిషి ఆనందాన్ని, సంతోషాన్ని కోరుకుంటాడు; ఎటువంటి పరిస్థితుల్లోనూ అతను దుఃఖాన్ని మరియు బాధను కోరుకోడు! ఆనందం మరియు సంతోషాన్ని తన శ్రేయోభిలాషులుగా దుఃఖాన్ని మరియు బాధను తన ప్రత్యక్ష శత్రువులుగా భావిస్తాడు. ఇది చాలా తప్పు. ఒకరి సంతోషంగా ఉన్నప్పుడు, దుఃఖం తనకోసం ఎదురుచూస్తూనే ఉందని గ్రహించాలి; ఆనందాన్ని కోల్పోతున్నామేమో అనే బాధ మనిషిని సుఖంగా ఉండనివ్వదు. ముఖము- విచారణ, విచక్షణ, అంతః పరిశీలన మరియు తప్పు చేయడాన్ని నిరోధించే దిశగా మనిషిని నడిపిస్తుంది. దుఃఖము మనిషిని సోమరితనం నుంచి, అతిశయం నుంచి దూరం చేస్తుంది. ఆనందము మనిషిని తను మనిషిగా చేపట్టవలసిన బాధ్యతల నుంచి దూరం చేస్తుంది. గర్వం పెరిగేలా చేస్తుంది తద్వారా అనేక పాపాలకు వడి గట్టేలా చేస్తుంది. దుఃఖము మనిషిని నిరంతరం జాగరూకత మరియు శ్రద్ధ వహించే విధంగా చేస్తుంది.”

“కాబట్టి, దుఃఖమే నిజమైన స్నేహితుడు; ఆనందం మన విలువను తగ్గిస్తూ నీతిబాహ్యమైన కోరికలు పెరిగేలా చేస్తుంది. కాబట్టి ఇదే నిజమైన శత్రువు. వాస్తవానికి, దుఃఖము మన కన్నులను తెరిపించి; శ్రీయ పరివర్తనకు మార్గాన్ని సుగమం చేస్తుంది. ఇది మనిషిని కొత్త అనుభవాలు విలువలతో కూడిన కొత్త అనుభవాలను అందుకునేలా చేస్తుంది. ఆనందము మనిషిని జ్ఞానాత్మకమైన

అనుభవాలకు దూరంచేసి మొరటి వానిగా మారుస్తుంది. కనుక, దుఃఖాలను, వేదనలను నిజమైన స్నేహితులుగా భావించాలి; లేదా కనీసం అవి మనకు శత్రువులు కాదు అని భావించాలి. దుఃఖాన్ని, సుఖాన్ని భగవంతుని ఆశీస్సులుగా భావించినప్పుడు మనిషి ముక్తి పొందటానికి మార్గం సుగమం అవుతుంది."

"ఇది ప్రాథమిక అజ్ఞానం అని తెలుసుకోలేరు. అజ్ఞానం ఉన్న వ్యక్తి అంధుడు; వాస్తవానికి ఆనందం మరియు దుఃఖం ఒక అంధుడు మరియు అతనికి ఎల్లప్పుడూ తోడుగా వచ్చే మరియు కలిగిన వాడుతో సమానం. ఒక యజమాని అందుడిని తన ఇంటి లోనికి ఆహ్వానిస్తే అతనితో పాటు దృష్టి ఉన్న వాడు కూడా లోపలికి వస్తాడు ఎందుకంటే వారు ఇద్దరూ విడదీరాని వారు. అలాగే ఆనందము మరియు దుఃఖము విడదీయరానివి. కేవలం ఒక్కటే కావాలని మనం కోరుకోవడం సాధ్యం కాదు. అంతేకాకుండా దుఃఖము ఆనందం యొక్క విలువను పెంచుతుంది. నువ్వు దుఃఖాన్ని అనుభవించిన తర్వాత ఆనందం యొక్క విలువను కనుగొనగలుగుతావు".
కృష్ణుడు అర్జునుడికి ఈ విధంగా చెప్పి ద్వంద్వత్వం యొక్క అల్పతను అర్థం చేసుకునేలా చేశాడు."

...సత్యసాయిబాబా, గీతావాహిని

ఆ ప్రకటనలు ఖ

రాబోయే కాలంలో నిర్వహించబోయే శిబిరాలు

❖ ఇటలీ వెనిస్: సీనియర్ VP వర్క్ షాప్ 14-17 సెప్టెంబర్. వివరాలకు సంప్రదించవలసిన వారు ఫ్యాబియో ప్రివటి టెలిఫోన్ నెంబర్: 041-563 0288. previati.fabio@gmail.com

శిక్షకులు అందరికీ విజ్ఞప్తి: మీరు ప్రణాళిక సిద్ధం చేసుకున్న శిక్షణా శిబిరాలు ఉన్నట్లయితే వివరాలను: 99sairam@vibrionics.org కి తెలియజేయండి.

గమనిక: మీ ఈ మెయిల్ ఎడ్రస్ మారితే వెంటనే మీరు news@vibrionics.org ద్వారా తెలియజేయండి. ఈ సమాచారాన్ని మీకు తెలిసిన ఇతర చికిత్సా నిపుణులకు కూడా తెలపండి.

ఈ వార్తాలేఖ ను మీ పేషంట్లతో కూడా పంచుకోవచ్చు. వారి సందేహాలకు మీ ద్వారా మా పరిశోధనా విభాగము నుండి ప్రత్యుత్తరం లభిస్తుంది. మీ సహకారానికి కృతజ్ఞతలు. మన వెబ్సైట్ www.vibrionics.org పోర్టల్ లో లాగిన్ అవడానికి మీకు ఇవ్వబడిన రిజిస్ట్రేషన్ నంబరును ఉపయోగించండి.

ఓం సాయి రామ్!

సాయి వైబ్రియానిక్స్... ఉచితమైన, నాణ్యమైన వైద్య సంరక్షణ దిశలో - రోగులకు ఉచితం