

సాయివైబ్రియోనిక్స్ వార్తాలేఖ

www.vibrionics.org

“ఎప్పుడైతే నీకంటికి ఒక రోగికాని లేక మానసికంగా, శారీరికంగా దుర్బలతచెందిన మనిషికనిపిస్తాడో, అదే నీసేవకు స్థానమని తెలుసుకో”

సంపుటము 4 సంచిక 2

...శ్రీసత్యసాయిబాబా

మార్చి/ఏప్రిల్ 2013

ఈ సంచికలో

డా.జిత్ కే అగ్రవాల యొక్క డెస్క్ నుండి	1 - 2
ప్రాక్టీషనర్లందరికీ ముఖ్య గమనిక	3
వైబ్రోమిశ్రమాలు (మందులు) ఉపయోగించిన కేసు వివరాలు	3 - 6
నూతనంగా చేర్చబడిన అంశాలు	6
ఆరోగ్య చిట్కాలు	7 - 11
ప్రశ్నజవాబులు	11 - 13
దివ్య వైద్యుడి యొక్క దివ్యవాక్కు	13
ప్రకటనలు	14
ప్రాక్టీషనర్లకు సూచన	14

డా.జిత్ కే అగ్రవాల యొక్క డెస్క్ నుండి ఖ

ప్రియమైన వైబ్రో ప్రాక్టీషనర్లారా,

2011 లో స్వామి తమ భౌతిక దేహాన్ని వీడి మనందరినీ దుఃఖసాగరంలో ముంచెత్తిన సమయం ఈ మాసమే. స్వామిభౌతిక దేహము పైన మనకున్న అభిమానముతో మనం స్వామిలేరని భావిస్తున్నప్పటికీ, నిస్వార్థంగానూ, ప్రేమతోనూ వారిసేవలో పాల్గొన్నవారికి స్వామి తమలోనే ఉన్నారు అనే భావన కలుగక మానదు. స్వామి మనకందించిన ఈ సాయి వైబ్రియోనిక్స్ సేవ ఎంత మహత్తరమైనదంటే - మనకి మనం మరియు ఇతరులకు నయం చేయడానికి, స్వామి యొక్క దయకు మరియు అనుగ్రహానికి పాత్రులు కావడానికి ఇది ఒక అద్భుతమైన వరం.

మీ అందరికీ తెలిసే ఉంటుంది గతనెల నుండే మనం అధికారికంగా గుర్తింపబడినాము. ద ఇంటర్నేషనల్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ సాయి వైబ్రియోనిక్స్ ప్రాక్టీషనర్స్ (IASVP) (సాయి వైబ్రియోనిక్స్ ప్రాక్టీషనర్ల అంతర్జాతీయ సంస్థ) ఇప్పుడు ఒక రిజిస్ట్రేషన్ చేయబడిన చట్టబద్ధమైన అధికారిక సంస్థ. కనుక ఎవరయితే రోగులకు వైబ్రియోనిక్స్ మందులు ఇస్తూ క్రమం తప్పకుండా నెలవారీ నివేదికలు పంపుతున్నారో వారు దీనిలో సభ్యత్వం కోసం నమోదు చేసుకోవలసిందిగా విజ్ఞప్తి. త్వరలో మన వెబ్సైట్ లో దరఖాస్తు ఉంచబడుతుంది. దీనిని డౌన్లోడ్ చేసుకొని దరఖాస్తు చేసుకొనవచ్చు. రిజిస్ట్రేషన్ పూర్తయిన వారికి అధికారికంగా సాయి వైబ్రియోనిక్స్ ప్రాక్టీసు చేసుకోవచ్చునని తెలుపుతూ ఒక సర్టిఫికేట్ మరియు ఒక ఐడెంటిటీ కార్డు లభిస్తుంది. పాలనా పరమైన ఖర్చుల నిమిత్తం 100 రూపాయలు వార్షిక చందా మీవద్ద స్వీకరించబడుతుంది. ముఖ్య గమనిక ఏమిటంటే నమోదు

చేసుకున్న సభ్యులు IASVP చేత సూచించబడిన నియమాలను, తప్పనిసరిగా అనుసరించాలని అట్లు చేయనినాడు వారి సభ్యత్వం రద్దుచేయబడుతుందని గమనించాలి.

మన సాయివైబ్లియానిక్స్ కుటుంబము ప్రపంచవ్యాప్తంగా 80 దేశాలకు వ్యాప్తి చెందింది. కనుక ఎక్కువ సభ్యులు ఉన్న దేశాలలో IASVP సంస్థ వలె రిజిస్ట్రేషన్ చేయించుకొనడనికి ప్రయత్నాలు ముమ్మరం చేస్తున్నాము. ఎందుకంటే, ఇది మన వైద్య విధానాన్ని ప్రచారం చేయడానికి విస్తరించడానికి ఉపకరిస్తుంది. ఐతే మీ సహాయము లేనిదే ఇది అసాధ్యము కనుక మీ మీ దేశాలలో ఈ విధంగా మన సంస్థను ముందుకు తీసుకు వెళ్ళడానికి చొరవ చూపవలసిందిగా విజ్ఞప్తి.

మీ నుండి అందివచ్చే సహకారంతోనే, వైబ్లియానిక్స్ క్రమంగా శాఖోపశాఖలుగా విస్తరిస్తోంది. మీలో కొంతమందికి గుర్తుండే ఉంటుంది. రోగులకు రెమిడిలు ఇచ్చే సందర్భాలలో మనం కాఫీ ని వ్యతిరేకించే వారము. అలాగే టీవీ మొబైల్స్ నుంచి కూడా దూరంగా ఉండేవారము. ఆ తర్వాత రేడియేషన్ కలిగించే వివిధరకాల వస్తువుల నుండి రెమిడి లను ఎలా కాపాడుకోవాలో సమాచారం అందింది. 2007 లో స్వామి మొదటి సారి 108CC బాక్స్ ను ఆశీర్వదించినప్పుడు, దీనిలో యాంటి రేడియేషన్ కూడా వుంది. ఐనప్పటికీ, ఈ బాక్సులను రేడియేషన్ కు గురి అయ్యే పరికరాలకు ఎప్పుడయినా అజాగ్రత్తగా స్వల్పకాలం ఉండడం వలన నష్టమేమి లేదు కానీ, ఎక్కువగా రేడియేషన్ కు గురిచేయడం శ్రేయస్కరం కాదని సూచన. ఏది ఏమయినప్పటికీ ఈ రెమిడిల సామర్థ్యం పైన వస్తున్న వార్తలు చాలా ప్రోత్సహజనకంగా ఉన్నాయి. ఈ రెమిడి లను మరో 300 వ్యాధులకు ఉపయోగపడే విధంగా తీర్చిదిద్దిన సరికొత్త 108CCబాక్సును స్వామి 2008 మార్చి లో ఆశీర్వదించారు (మీ 108CC పుస్తకంలో ఫోటోను చూడండి). కొన్ని చిన్న చిన్న మార్పులతో మరో 200 వ్యాధులకు రెమిడి లు ఉపయోగకరమైన విధంగా మార్చిన సరికొత్త 108CC బాక్సును 2011ఆగస్టు నెలలో స్వామి దివ్య పాదాల చెంత సమర్పించడం జరిగింది. ఎప్పుడైనా సరికొత్త సమాచారము అందినపుడు మన పరిశోధనా బృందము వెంటనే దానిపైన అధ్యయనం చేసి తగు పరీక్షలు నిర్వహించిన తర్వాతనే ప్రాక్టీషనర్లకు అందుబాటులోనికి తెస్తుంది.

వైబ్లియానిక్స్ ఉద్యమం కొంత పుంతలు తొక్కుచున్ననేపథ్యంలో, మనం దీనిని మరింత ముందుకు తీసుకు పోవడానికి వాలంటీర్లు కోసం ఎదురు చూస్తున్నాము. ఇండియా లో మన ప్రాక్టీషనర్లు కొందరు పాలనా సంబంధమైన బాధ్యతలు తీసుకోవడానికి ముందుకు వచ్చారు - వారికి హృదయ పూర్వక ఆహ్వానం! నేను రాష్ట్ర కోఆర్డినేటర్ లతో నిర్వహించిన సమావేశములలో రాష్ట్రాన్ని కొన్ని జోన్లుగా విభజించి సబ్ కో ఆర్డినేటర్ లను నియమించడానికి నిర్ణయం తీసుకున్నాము. ప్రస్తుతం మన రాష్ట్ర కో ఆర్డినేటర్లు తమ ప్రాంతాలలో నిర్వహిస్తున్న రిఫైషర్ వర్క్ షాప్ లు చురుకుగా వైబ్లియానిక్స్ సేవ చేస్తున్న వారికే కాక కాస్త మందకొడిగా ఉన్న ప్రాక్టీషనర్లకు కూడా ప్రయోజనకరంగా ఉంటున్నాయి. కనుక ప్రస్తుతం ఇదే పద్ధతిలో ఇతర దేశాలలో కూడా చేయవలసిన ఆవశ్యకత ఉంది.

కనుక క్రియాశీలక ప్రాక్టీషనర్లందరూ మీ ప్రాంతాలలో వైబ్లియానిక్స్ పట్ల అవగాహన కలిగించడానికి ఉద్యమాన్ని ముందుకుతీసుకు పోవడానికి స్వచ్ఛందంగా ముందుకు రావలసిందిగా విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాను. ఇది స్వామియొక్క పని - ఇది మన ప్రేమమూర్తి స్వామి బోధించగా ఉన్నప్పుడు స్వయంగా ఆశీర్వదించి అందించిన వైద్య విధానము కనుక దీనిని బలహీన పరచకుండా మరింత విస్తరింప చేయడం మనందరి బాధ్యత! స్వామి ఉపదేశించిన అందరినీ ప్రేమించు అందరినీ సేవించు అనే దివ్య మంత్రం ద్వారా శక్తిపొంది మన హృదయాలలోనూ ఇతరుల హృదయాలలోనూ స్వామిని చూస్తూ స్వామిబాట లో పయనిద్దాం .

ప్రేమతో సాయిసేవలో మీ
జి.టి. కె.అగర్వాల

ఆ ప్రాక్టీషనర్లందరికీ ముఖ్య గమనిక లు

సాయి వైబ్రియానిక్స్ నిరంతరాయం గా విస్తరిస్తూ ఉన్నందున ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న ప్రాక్టీషనర్లందరికీ ఏకీకృత రిజిస్ట్రేషన్(నమోదు) సంఖ్యలను కేటాయించడం అనివార్యం అయ్యింది. దీని నిమిత్తం, ప్రస్తుతం ఉన్న నంబరును 5 డిజిట్ల నంబరు గా చేసుకోవడం తప్పనిసరి చేసాము. ఇంతకుముందు ఉన్న 5 డిజిట్ల నంబరులో ఉన్న మొదటి సున్నా ను 1 గా మార్చు చేసుకోవాలి. ఇంతకుముందు ఉన్న 4 డిజిట్ల నంబర్ ను 5 డిజిట్ల నంబర్ గా చేసుకోవడానికి నంబర్ కి ముందు జీరో ఎక్స్ ట్రా చేర్చాలి.

మీ పాత నంబరు కు 5 డిజిట్లు ఉంటే (ఉదాహరణకు 00287) ప్రస్తుతం 10287గా ఉంటుంది. మీ నాలుగు డిజిట్ల నంబరు (ఉదాహరణకు 2874) ప్రస్తుతం 02874గా ఉంటుంది. కనుక మన వెబ్సైటు ను లాగిన్ చేయడానికి ఈ 5 డిజిట్ల నంబరు నే ఉపయోగించాలి. అనగా పైన పేర్కొన్న ఉదాహరణల ప్రకారము ప్రస్తుతం మీ లాగిన్ నంబరులు 10287 లేక 02874 .అలాగే పాస్వర్డ్ లో మార్చేమీ లేదు ఇంతకుముందు ఉన్న విధంగానే ఉంటుంది. అనగా ఇంతకు ముందు ఉన్న SaiRam-10287 లేక SaiRam-02874గానే ఉంటుంది. అలాగే ఇంతకుముందు తమ రిజిస్ట్రేషన్ నంబర్ లలో ముందు S చేర్చుకొని లాగిన్ అయ్యేవారి వెసులుబాటు కోసం కొంతకాలం అలాగే ఉంచడం జరుగుతుంది.

ఆ వైబ్రో మిశ్రమాలు ఉపయోగించిన కేసుల వివరాలు లు

1. ప్రసవానంతరం కొనసాగిన రక్తస్రావము ^{12011...ఇండియా}

14 సంవత్సరాల క్రితం బిడ్డ పుట్టిన దగ్గర నుండి, ఈమహిళకు ప్రతీ నెలసరిలోనూ రక్తస్రావము అధికంగా అవుతూ ఆ నెలంతా ఆగకుండా రక్తస్రావము అవుతూనే ఉంటోంది. ఆమె ఖరీదైన అల్ట్రాసౌండ్ మందులు వేసుకున్నప్పటికీ ఎటువంటి మెరుగుదల కనిపించలేదు. నెలసరి సమయంలో, ఆమెకు రక్తం తక్కువ కావడంతో నీరస పడడం వలన రక్తం ఎక్కించుకోవలసి వస్తోంది. ఇదే సమయంలో ఈమెకు క్షయ వ్యాధి కూడా రావడంతో ఈమె మరీ నీరసించి పోయి మంచానికే పరిమితమై పోయింది. ప్రాక్టీషనర్ ఈమెకు క్రింది రెమిడి ఇచ్చారు :

CC8.7 Menses frequent + CC19.3 Chest infections chronic...TDS.

ఒక నెల రోజులలోనే, ఈమెకు రక్త స్రావము పూర్తిగా తగ్గిపోయి క్షయవ్యాధి కూడా అదృశ్య మయ్యింది. ఈ అద్భుతమైన చికిత్స పేషంటును చాలా సంతోష పరిచింది. పేషంటు కోరికపై వ్యాధి మరలా రాకుండా ఉండడానికి రెమిడి కొనసాగించ బడింది.

+++++

2. ల్యుకేమియా (బ్లడ్ క్యాన్సర్) ^{11993...ఇండియా}

72 - సంవత్సరాల వ్యక్తికి ల్యుకేమియా వ్యాధి సోకినట్లు అది చివరి దశలో ఉన్నట్లు డాక్టర్లు నిర్ధారణ చేసారు. పేషంటు గత రెండు సంవత్సరాలుగా క్యాన్సర్ తో బాధపడుతూ, మధుమేహం వ్యాధి కూడా ఉండటంతో మంచం పట్టారు. డాక్టర్లు ఇతడు మరో రెండు వారాల కంటే ఎక్కువ బ్రతకడని నిర్ధారణ చేసారు. పేషంటుకు క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది :

#1. CC2.1 Cancers - all + CC3.1 Heart tonic...TDS

#2. CC6.3 Diabetes + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

28 సెప్టెంబర్ 2011న చికిత్స ప్రారంభమయ్యింది. నెల రోజుల తర్వాత, డాక్టర్లు గా ఉన్న పేషంటు కుమారులు, ఇతని రక్తాన్ని పరీక్షించి 50 శాతం నయమయ్యిందని నిర్ధారించారు. మూడునెలల తర్వాత, చేసిన పరీక్షలో ఇతనికి 75 శాతం నయమయ్యిందని చివరగా 2012 ఏప్రిల్ లో, చేసిన పరీక్షలో ఇతనికి 100% నయమయ్యిందని నిర్ధారించారు. అందువలన రెమిడి తీసుకోవడం మానేసారు. ఐతే నవంబర్లో వ్యాధి తిరగబెట్టడం వలన ప్రశాంతంగా అతని జీవనయానం ముగిసింది. రెండు

వారాలుగానే డాక్టర్ల చే నిర్ధారించబడిన ఆయుర్దాయం రెమిడిల వల్ల సంవత్సరం పెరగడం విశేషం.

గమనిక :సాధారణంగా పేషంట్లు ముఖ్యంగా పెద్దవయసు వారు వ్యాధి తగ్గిపోయినప్పటికీ తగ్గించిన మోతాదులో రెమిడి తీసుకుంటూనే ఉండాలి.

+++++
3. వెన్నునొప్పి ^{02854...యూ.కె}

44 సంవత్సరాల వ్యక్తి ఆటల్లో కలిగిన గాయం కారణంగా గత 22 సంవత్సరాలుగా వెన్నునొప్పి తో బాధపడుతున్నారు. అతనికి క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది:

CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.5 Spine...BD

రెమిడి ప్రారంభించిన 3 వారాల తర్వాత అతనికి 50% నయమనిపించింది. మూడు నెలలు వాడిన తర్వాత నొప్పి పూర్తిగా మాయమయ్యింది. ఆ తర్వాత రెమిడి ని OD గా కొంతకాలం కొనసాగించారు.

+++++
4.శునకంలో వాంతులు విరోచనాలు ^{02871...యూఎస్ఎ}

1½ సంవత్సరాల వయసుగల కుక్క వాంతులు విరోచనాలతో బాధపడుతూ ఉంది. ప్రాక్టీషనర్ క్రింది రెమిడి ఇచ్చారు:

CC1.1 Animal tonic + CC4.8 Gastroenteritis...5 గోళీలు 200 మీ.లీ. నీటిలో కరిగించి 5 మీ.లీ.చొప్పున మొదటి

రెండు గంటలు ఆ తర్వాత TDS గా డోస్ ఇవ్వబడింది.

మొదటి డోస్ వేసిన తర్వాత కుక్క స్వల్పంగా కోలుకొనడం తో పాటు మందు నీటిని చాలా అభిరుచి తో త్రాగసాగింది. రెమిడి మరో మూడు రోజులు TDS గా ఇచ్చి అనంతరం BD గానూ చివరిగా వ్యాధి మరలా రాకుండా ఉండడానికి OD గా వారం అంతా కొనసాగించ బడింది.

+++++
5. చెట్టు ^{00437...ఇండియా}

ప్రయోగార్థము ప్రాక్టీషనర్ మరియు అతని శ్రీమతి **CC1.1 Animal tonic + CC1.2 Plant tonic** ను నీటిలో కలిపి ఆ జలాన్ని తమ తోటలో ఉన్న అన్ని మొక్కల పైనా చల్లారు. దీని ఫలితం అద్భుతంగా ఉంది. ఎలా అంటే గత కొన్ని సంవత్సరాలుగా ఎదుగుదల లేకుండా ఉన్న మొక్కలు ఎదో కొత్త జీవితం వాటికి ప్రసాదించబడినట్లు నట్లు చక్కగా పెరగడం ప్రారంభించాయి. ఇది ఎంతో ఆనందాన్ని అందించిన అనుభవం అని ప్రాక్టీషనర్ తెలియజేస్తున్నారు.

సూచన : ఈ మిశ్రమం ఒక విధంగా ఆశ్చర్య కరమైనదనే చెప్పాలి. సాధారణంగా ఆనిమల్ టానిక్ మొక్కలకి ఇవ్వనప్పటికీ ఈ మిశ్రమంలో మొక్కలకి కావలసినది భూమిలో దొరకనిది (బహుశా **NM35 Worms** కావచ్చు) ఆనిమల్ టానిక్ ద్వారా మొక్కలకి అంది ఉండవచ్చు!

+++++
6. విరిగిన కాలి పైన వ్రణము ^{11483...ఇండియా}

22 సంవత్సరాల వ్యక్తికి జరిగిన ప్రమాదంలో ఎడమ కాలి క్రింది భాగము విరిగిపోయింది. అతనికి హాస్పిటల్ లో చికిత్స చేసి విరిగిన భాగంలో స్టీల్ రాడ్లు వేసారు. నాలుగు నెలల తర్వాత, కట్టు విప్పినప్పుడు అతనికి ఎముక ఇంకా అతుకు కోలేదని దానితో పాటు పుండు కూడా ఏర్పడిందని గుర్తించారు. పేషంట్లు 2013 జనవరి 6 వ తేదీన మెడికల్ క్యాంపుకు వెళ్ళినప్పుడు ఒక ఎముకల వైద్య నిపుణుడు, ఇతనికి కాలు 50% మాత్రమే తగ్గిందని అందుచేత శస్త్రచికిత్స చేయించుకోవలసి ఉంటుందని సూచించారు. ఆ తర్వాత ప్రాక్టీషనర్ పేషంట్లకు క్రింది రెమిడి ఇచ్చారు:

NM3 Bone I + NM20 injury + NM25 Shock + NM59 Pain + SM15 Circulation + SR264 Silicea 200C + SR271 Arnica 6C + SR293 Gunpowder + SR298 Lachesis 30C + SR325 Rescue + SR405 Ruta 6C + SR408 Secale corn...6TD ఒక వారం పాటు తరువాత TDS.

ఫిబ్రవరి 7వ తేదీన పేషంట్ హాస్పిటల్ కి వెళ్లి చూపించు కొన్నప్పుడు ఇతనికి ఎముక పెరుగుతున్నట్లు గాయం మానుతున్నట్లు డాక్టర్ కనుగొని సర్జరీ ఇక అవసరం ఉండకపోవచ్చని చెప్పారు. అలాగే రెగ్యులర్ గా గాయానికి డ్రెస్సింగ్ చేయించుకోమని సూచించారు. 3-4 రోజులలోనే అతను హాస్పిటల్ కి నడిచి వెళ్ళడం ప్రారంభించారు.

మూడు రోజుల తర్వాత ప్రాక్టీషనర్ డ్రెస్సింగ్ మార్చడం కోసం వెళ్ళినప్పుడు గాయం పైన చర్మం పెరుగుతోంది కానీ ఒకచోట మాత్రం చీము పట్టి ఉన్నట్లు గుర్తించారు. కనుక **NM16 Drawing** ను పై కొమ్పాకు కలిపి ఇవ్వడం జరిగింది. ఆ తర్వాత గాయం పూర్తిగా మానిపోయి పేషంట్ పూర్తిగా కోలుకున్నారు. ఐతే రెమిడి మాత్రం తక్కువ మోతాదులో వాడుతూనే ఉన్నారు.

7. ప్రేమలో వైఫల్యం 11467...ఇండియా

25 సంవత్సరముల వయస్సు గల ఒక ఉపాధ్యాయుడు చాలా ఒత్తిడికి గురయ్యి మనస్తాపం చెంది ఉన్నారు. దీనికి ప్రధాన కారణం ఏమిటి అంటే 5సంవత్సరములుగా ఇతనిని ప్రేమించి పెళ్ళి చేసుకోవాలని అనుకున్న సమయానికి ఆ యువతి వేరొకరితో ప్రేమలో పడేసరికి ఇతను చాలా మనస్తాపం చెందారు. అంతే కాకుండా ఇతను తన ఉద్యోగం నియంత్రణ చేసుకునేందుకు కూడా చాలా కష్టం అయ్యింది. దీంతో పాటు ఇతనికి మెడ, భుజాలు కూడా నొప్పి పెట్టసాగాయి. ప్రాక్టీషనర్ ఇతనికి క్రింద సూచించిన రెమిడి ఇచ్చారు.:

SR258 Kali Phos + SR271 Arnica 30C + SR296 Ignatia 30C + SR311 RhusTox 200C + SR325 Rescue + SR405 Ruta 30C....TDS.

రెమిడి తీసుకున్న ఒక్క రోజు లోనే పేషంట్ మానసిక ముగా బాగా కోలుకున్నారు. ఆరు రోజుల తర్వాత, అతని నిరాశ, ఒత్తిడి మరియు శారీరక బాధలు కూడా పూర్తిగా నయమయ్యాయి.

8. బ్లడ్ నోసోడ్ ద్వారా నయమైన బహుళ వ్యాధులు 02836...ఇండియా

64 సంవత్సరాల వ్యక్తి గత 10 సంవత్సరాలుగా తీవ్రమైన మోకాలినొప్పి తో బాధపడుతూ ఉన్నారు. దీనితో పాటు వీరికి ఉబకాయం, మలబద్ధకం, నిద్రలేమి, ఆందోళన, వత్తిడి ఇలా అనేక సమస్యలు కూడా ఉన్నాయి. వీరు నిర్వర్తించే ఏ వ్యాపారములో నూ స్థిరంగా నిలవలేకపోయారు. మరో సమస్య ఏమిటంటే గత 7 సంవత్సరాలుగా, రెండు కాళ్ళ మడమల పైన జన్యుపరమైన ఎక్జిమా వ్యాధితో వీరు బాధపడుతున్నారు. 2011 నవంబర్ 30 వ తేదీన 200C. ఫోటోస్ లో బ్లడ్ నోసోడ్ ను పుల్టాట్ విషయంలో ఇబ్బంది రాకుండా ఉండడానికి, మొదటి వారం **OD** గానూ, రెండవ వారం **BD** గానూ, అనంతరం 2011డిసెంబర్ 15 నుండి **TDS** గానూ డోస్ తీసుకున్నారు.

ఫలితాలు అద్భుతంగా ఉన్నాయి: మొదటి వారంలోనే మోకాలి నొప్పి 90% తగ్గిపోయి వీరు ఆనందంగా, తేలికగా, శక్తివంతంగా కనిపించ సాగారు. 2012 మార్చి 8 వ తేదీ నాటికి ఇతని ఎడమవైపు మడమ పైన ఎక్జిమా 40% మరియు కుడి మడమ పైన 80% తగ్గిపోయింది. దీనితో మరే విధమైన అలోపతి, ఆయుర్వేదం వంటి మందులేవీ వాడకుండా ఇదే నోసోడ్ ను కొనసాగించారు.

2012 జూలై 8వ తేదీ నాటికి ఎడమవైపు మడమ మీద 80% కుడి వైపు మడమ మీద 90% మెరుగుదల కనిపించింది. ఆ తర్వాత పేషంట్ నుండి ఏ సమాచారము లేదు కనుక ప్రాక్టీషనర్ ఇతనికి రోగ లక్షణాలు పూర్తిగా తగ్గినట్లు భావించారు.

క్రింద చికిత్సకు ముందు వెనుక ఎక్జిమా ఫోటోలు ఇవ్వబడ్డాయి.



ముఖ్య గమనిక :

మేము సాయిరాం పోటీనైజర్ ద్వారా తయారు చేయబడిన నోసోడ్, రోగాన్ని నయం చేయడంలో ఎంత శక్తివంతమైనదో మేము వింటూనే ఉన్నాం. అంతే కాకుండా మేము సాయిరాం పోటీనైజర్ ద్వారా నయం కాబడిన అద్భుత కేసుల గురించి అలాగే 108CC బాక్స్ ద్వారా ఇచ్చిన రెమిడి లతో నయం కాబడిన కేసుల గురించి వింటున్నాము. ఐతే ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఉన్న ప్రాక్టీషనర్లు మరియు రాబోయే పేషెంట్ల కొరకు ఇటువంటి అద్భుతమైన కేసులు మీ అనుభవంలోనికి వస్తే వాటిని భవిష్యత్తులో వార్తాలేఖ లలో ప్రచురించుట కొరకు మాకు పంపించండి.

ఆ నూతనంగా చేర్చబడిన అంశాలు! ఖ

మొక్కలపైన పరిశోధనలు

మొక్కల పైన చేసిన పరిశోధనా ఫలితాలు గురించి గత నెల వార్తాలేఖ లో ప్రచురించిన విషయాలకు కొనసాగింపుగా మరింత సమాచారము ఈ లేఖలో ఇవ్వబడింది. ప్రాక్టీషనర్లు ఇచ్చిన సమాచారము ప్రకారము వైబ్రియానిక్స్ రెమిడి ఉపయోగించిన మొక్కలు పెద్దగా ఉండే ఆకులూ, పూవులూ కలిగి ఉండడం, మొక్క పొడవుగా ఎదగడం, ఇంకా ఎక్కువ శాఖలు కలిగి ఆరోగ్యంగా కనిపిస్తున్నాయి. ప్రోత్సహజనకంగా ఉన్న ఈ ఫలితాలు ఆధారంగా చేసుకొని ఇతర ప్రాక్టీషనర్లు కూడా CC1.2 Plant tonic మరియు ఇతర కోమ్పోలను ఉపయోగించి మీరు పొందిన ఫలితాలను ఫోటోలతో సహా మాకు పంపించండి. ఆ విధంగా మేముక సమగ్రమైన పరిశోధనా రిపోర్టును తయారు చేస్తాము. మరియుక అంశము ఏమిటంటే, విత్తనాలను నాటుటకు ముందు, సాధారణ నీటిలో నానబెట్టిన వాటికంటే వైబ్రియానిక్స్ రెమిడిల నీటిలో 24/48 గంటలు నానబెట్టుట వలన పొడవైన వ్రేళ్ళు రావడంతో పాటు ప్రక్కన గుబురుగా ఉండే ఇతర వ్రేళ్ళు కూడా రావడం కనిపించింది. ఈ విత్తనాల కాండాలు కూడా చిగురాకులతో విచ్చుకుంటూ కనిపించడం విశేషం. అదే మాములుగా నానబెట్టిన విత్తనాలలో ఆ విధంగా కనిపించడం బహు అరుదు.

ఆ ఆరోగ్య చిట్కాలు ఖ

సాయి వైబ్రియానిక్స్ వార్తాలేఖల ద్వారా ప్రచురించే ఈ సమాచారము విద్యా సంబంధ మైన సమాచారమునకే తప్ప: దీనిని వైద్య సలహా గా భావించరాదు. ప్రాక్టీషనర్లు పేషెంట్ లను సరియైన వైద్య సమాచారము కోసము మరియు ప్రత్యేక వైద్య సలహాల నిమిత్తము వారి డాక్టర్లను సంప్రదించమని చెప్పవలసిందిగా సూచన.

(నిస్తుత్తి) కార్డ్ లెస్ ఫోనులు మరియు సెల్ ఫోన్లు మన ఆరోగ్యము పైన వాటి ప్రభావము

ఎలక్ట్రోమాగ్నెటిక్ ఫీల్డ్స్ లేదా ఇ.ఎం.ఎఫ్. అనగా విద్యుదయస్కాంత తరంగాలు ఏవైనా విద్యుత్ పరికరాలు, సెల్ఫోన్ టవర్లు, విద్యుత్ వాహక తీగలు ద్వారా చుట్టుపక్కల ఉన్న ప్రదేశంలో ప్రసరితమయ్యే శక్తి తరంగాలు. ఇవి మన ఆరోగ్యానికి

హానికలిగిస్తాయి కనుక వీటికి దూరంగా ఉండడం లేదా వీటి వినియోగం సాధ్యమైనంత తక్కువగా ఉండాలనేది వాస్తవం. మన శరీరము విద్యుత్తు వాహకంకు సంబంధించినంతవరకు చాలా సున్నితంగా



వ్యవహరిస్తుంది (ముఖ్యంగా మన శరీర భాగాలు కొన్ని సూక్ష్మ విద్యుత్ వాహకాలతోనే పనిచేస్తాయి).

దీనినిబట్టి సెల్ఫోన్, ల్యాప్టాప్ లూ, కంప్యూటర్లు, మైక్రో ఓవెన్లు, టి.వీ.లు ఇంక ఇతర ఎలెక్ట్రానిక్ పరికరాలు

విడుదల చేసే ఇ.ఎం.ఎఫ్ తరంగాలు మన శరీరానికి ఎంత హాని కలిగిస్తాయో ఉహించవచ్చు. ఐతే ఈ

అన్నింటికన్నా ఎక్కువ హాని కలిగించే పరికరము ఏమిటి ? ప్రతి రోజు వాడే ఒక వస్తువు మీ శరీరాన్ని

బాధిస్తుందా? ఔను. పరిశోధనలు ఏమి చెబుతున్నాయంటే కార్డ్లెస్ ఫోన్ లు మొబైల్ ఫోన్ లకన్నా 100

రెట్లు ఎక్కువ గా ఆరోగ్యమునకు హాని కలిగించేటువంటివి!

కార్డ్లెస్ ఫోన్లు

యూనివర్సిటీ ఆఫ్ స్వీడన్ కి చెందిన శాస్త్రజ్ఞులు లెన్నర్ట్ హర్డెల్, మైఖేల్ కర్పెరీ, మరియు జెల్ హసన్ మైల్డ్ అందించిన

సమాచారము ప్రకారము ఇంట్లో కార్డ్లెస్ ఫోన్ ఉంటే అది మన ఆరోగ్యం పైన ఎంత దుష్ప్రభావము చూపిస్తుందంటే మన డ్రాయింగ్

రూం లో సెల్ఫోన్ టవర్ ఉన్నట్లే. ఈ వాదనను బలపరుస్తూ మరికొందరు వైద్య నిపుణులు కూడా వ్యాఖ్యలు చేసారు. లండన్ లోని

హార్లే ప్రాంతానికి చెందిన డాక్టర్ డేవిడ్ డౌసన్ “ఎవరి దగ్గరయినా కార్డ్లెస్ ఫోన్ ఉన్నట్లయితే వెంటనే దానిని విడిచి మాములు

ఫోన్ తీసుకోండి” అని చెబుతున్నారు.

మొబైల్ ఫోన్లు

సెల్ఫోన్ లను దీర్ఘకాలిక సంభాషణల కోసం గానీ లేదా ఇతరులు అవసరానికి మించి మాట్లాడుతూ ఉంటే వినడం కానీ మంచిది

కాదు. ఒక స్వీడిష్ నివేదిక ప్రకారము రెండు నిమిషాల సెల్ఫోన్ సంభాషణ గంట సమయం పాటు మెదడులో సహజంగా

జరగవలసిన విద్యుత్ ప్రసారాల పైన ప్రభావం చూపిస్తుంది. 2007వ సంవత్సరములో డాక్టర్ లెన్నర్ట్ హర్డెల్ అందించిన

సమాచారము ప్రకారము సెల్ఫోన్ వినియోగదారులకు మెదడులో గానీ వెన్నులో గానీ ప్రాణంతక మైన కణుతులు వచ్చే ప్రమాదం

చాలా ఎక్కువ అని తెలియజేసారు.

వృత్తి రీత్యా ఎక్కువసేపు ఫోన్ సంభాషణలు చేయవలసిన వారు నిపుణుల సూచన పైన అధిక పోషక విలువలు కలిగిన

ఆహారాన్ని తీసుకోవడం మంచిది. కాలే సెంటర్లు నిర్వహిస్తున్న యజమానులు తమ ఉద్యోగుల శ్రేయస్సుకోసం శాస్త్రీయ పరంగా

నిర్ధారిత మైన ఇ.ఎం.ఎఫ్. నిరోధక పరికరాలనే వాడాలి. డాక్టర్ బాజ్పేయి “ ఇటీవల ఇ.ఎం.ఎఫ్ దు ష్పలితాల నుండి నిరోధించే

ఆధునిక సాంకేతిక నైపుణ్యం, అంతేకాక మనలో రోగనిరోధకశక్తిని పెంచే ఆహారం కూడా అందుబాటులోనికి వచ్చాయి కనుక వీటిని

ఉపయోగించుకోవాలి ”అంటున్నారు.

ఈ రేడియేషన్ మన శరీరం పైన కలిగించే ముప్పు గురించి మరింత లోతుగా అధ్యయనం చేయవలసి ఉన్నప్పటికీ

సమయానుకూలముగా తీసుకునే కొన్ని చిన్న చిన్న చర్యలు (రేడియేషన్ లేకుండానో లేదా రేడియేషన్ తక్కువగా ఉండే

పరికరాలు వాడడం) మన కుటుంబములోని చిన్నారులను ఈ మహమ్మారి బారిన పడకుండా ఉండేందుకు దోహద పడుతుంది.

ఇప్పటికే చాలామంది ల్యాండ్ లైన్ ఫోన్ లను వదిలి పెట్టి నప్పటికీ ఇంకా మీ ఇంట్లో ల్యాండ్ ఫోన్ ఉన్నట్లయితే దానిని మాత్రమే

ఉపయోగిస్తూ కార్డ్లెస్ ఫోన్ ను పక్కకి పెట్టడం ఎంతయినా శ్రేయస్కరం.

కార్డ్ లోన్ ఫోన్లు ద్వారా విడుదలైన ఇ.ఎం.ఎఫ్ ఎన్నో ఆరోగ్య సమస్యలను సృష్టిస్తుంది ఉదాహరణకు,

* అభ్యసన సమస్యలు

* భావోద్వేగము మరియు ప్రవర్తనలో మార్పులు

* రక్త ప్రసరణ వ్యవస్థలో సమస్యలు

* లుకేమియా, రొమ్ము క్యాన్సర్ వంటివి మరియు, మెదడులో కణుతులు

* నిద్ర పట్టకపోవడం

* తలపోటు

గతంలో ల్యాండ్ లైన్ ఫోన్లు సెల్ఫోన్ ల కన్నా సురక్షితమైనవని భావించేవారు, అలాగే కార్డెస్ ఫోన్లను కూడా, కానీ కార్డెస్ ఫోన్లు ఒక మీటరుకు 6 ఓట్లుల ఇ.ఎం.ఎఫ్ విడుదల చేయగల శక్తి కలిగినట్టివి - అనగా 100 మీటర్ల దూరంలో ఉన్న సెల్ఫోన్ స్తంభం నుండి విడుదలయ్యే వానికన్నా రెట్టింపు శక్తి గలిగినవి. చార్జర్ నుండి 2 మీటర్ల దూరంలో ఉన్న ఫోన్లు కూడా 2.5 వోల్టుల ఇ.ఎం.ఎఫ్ విడుదల చేస్తాయి. అనగా ఇది శాస్త్రజ్ఞులు చెప్పే సురక్షితమైన స్థాయి కన్నా 50 రెట్లు హానికరమైనది. అలాగే మీటరు దూరంలోనే ఉన్నట్లయితే అది 120 రెట్లు హానికరమైనది - కనుక ఈ ఫోన్ నుండి వచ్చే రేడియేషన్ సురక్షితమైన 0.05 వోల్టుల స్థాయిలో ఉండడానికి ఈ ఫోన్లు 100 మీటర్ల దూరంలో ఉండాలి. మరో విషయం ఏమిటంటే కార్డెస్ ఫోన్ పనిచేసే విధానము అనుసరించి దీని చార్జరు మరియు హ్యాండ్ సెట్ కూడా ఫోన్ ఉపయోగంలో లేకపోయినా పూర్తిస్థాయిలో ఇ.ఎం.ఎఫ్ విడుదల చేస్తూనే ఉంటాయి.

దుప్పుభావాలకు గురికాకుండా ఉండాలంటే ఏమిచెయ్యాలి?

మీవద్ద కార్డ్ లోన్ ఫోన్ ఉన్నట్లయితే మీ కుటుంబం ఇ.ఎం.ఎఫ్ దుప్పుభావాలకు గురి కాకుండా ఉండడానికి దానిని వెంటనే మామూలు ఫోన్కు మార్చే ప్రయత్నం చేయండి. దీని వలన మీకు మునుపటి తరహాలో స్వేచ్ఛ ఉండకపోవచ్చు. ఐతే ఇంట్లో మీరు ఎక్కువ గా సంచరించే స్థానములో ఉంచడం ద్వారా దానిని ఉపయోగించడంలో మీకు ఇబ్బంది కలగక పోవచ్చు. కార్డ్ లోన్ ఫోన్ ను మామూలు ల్యాండ్ ఫోన్ తో రీఫ్లెక్ట్ చేసుకోవడం ద్వారా మన ఇంట్లో హానికరమైన రేడియేషన్ లేకుండా చేసుకోవడమే కాక, కుటుంబానికి ఆరోగ్యం మీద ఎక్కువ అవగాహన కలిగించిన వారు అవుతాము.

కార్డ్ లోన్ ఫోన్ ఉపయోగించకుండా ఉండటం మీకు కష్టం అనే పరిస్థితి ఉన్నట్లయితే ఎక్కువ ప్రీక్వెన్సీ గల ఫోన్లకు బదులు 900 MHz ఫోన్లను ఉపయోగించండి. చాలావరకు 2.4 GHz మరియు 5.8 GHz ఫోన్లు తమ బేస్ స్టేషన్ల నుండి నిరంతరంగా ఇ.ఎం.ఎఫ్ ప్రసరింప చేస్తూనే ఉంటాయి. కానీ 900 MHz ఫోన్లు అలా చేయవు. అంతేకాక 900 MHz ఫోన్లు చాలా సరళమైన సిగ్నల్ లను ఉపయోగించు కుంటాయి. కాగా 2.4 GHz మరియు 5.8 GHz ఫోన్లు జీవకణాలపై హాని కలిగించే సిగ్నల్ లను ప్రసరింపజేస్తాయి. అంతేకాకుండా మీరు నిద్రించే సమయంలో ఈ ఫోన్లను మీ మంచానికి దూరంగా ఉంచండి. దానివలన మీరు ఇ.ఎం.ఎఫ్ లకు ప్రభావితం కాకుండా ఉంటారు.

ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ మన ఆరోగ్యము పైన ఇ.ఎం.ఎఫ్ యొక్క దుప్పుభావము గురించి ఇప్పటివరకూ ఎట్టి ప్రకటనా చేయనప్పటికీ ప్రస్తుతం మనకు అందుబాటులో ఉన్న పరికరాల ద్వారానో, శాస్త్ర పరిజ్ఞానము ద్వారానో ఈ దుప్పులితాలను అంచనా వేయలేము. సాధారణంగా మంచి కన్నా చెడు పట్ల ఆకర్షితులవడం సహజం కనుక విచక్షణ తో చెడునుండి దూరం కావడం మానవ కర్తవ్యం.

ఆధారాలు :

- http://www.naturalnews.com/034078_cordless_phones_EMFs.html
- <http://bodyecology.com/articles/little-known-dangers-of-emf.php>
- <http://www.emf-health.com/reports-cordlessphones.htm>
- <http://www.emfprotectionltd.com/pages/Cordless-Phones-and-Cell-Phones>



ఆస్పరాగస్ తో ఆరోగ్య ప్రయోజనములు.

ఆస్పరాగస్ అనేది ఒక అద్వితీయమైన రుచి కలిగిన వసంతకాలపు కూరగాయ రకానికి చెందినది. ఇది ఎక్కడ పెరుగుతుందో తెలుసుకోవడానికి సంవత్సరంలో ఇది సరైన సమయం. ఇది సాధారణంగా మనముండే ప్రాంతంలోనే పండించగలిగే సేంద్రియ మొక్క అయి ఉండాలి. ఇది. ఆస్పరాగస్ లిల్లి కుటుంబానికి చెందినది. మన ఇంటి పెరటిలోనే సులువుగా పండించగల పంట ఇది. ఇది అన్ని ఋతువుల లోనూ పండించగలిగేదే కాకుండా దశాబ్దాల కాలం పాటు పంట నివ్వగల సామర్థ్యం కలది. ఆస్పరాగస్ ను విత్తనాల రూపంలో గానీ వేర్ల రూపంలో గానీ సంవత్సరంలో ఎప్పుడయినా నాట గలిగి నటువంటిది.

దీనిని ఆహార, ఔషధ అవసరాల నిమిత్తం 2000 సంవత్సరాల క్రితమే ఉత్పత్తి చేయడం జరిగింది. గ్రీకులు, రోమనులకు దీని ఔషధ వినియోగం పట్ల అపార విశ్వాసం. ఈ రోజులలో దీనిని అధిక మొత్తంలో పోషకాలు, విటమిన్లు, ఖనిజలవణాలు కలిగిన కూరగాయగా భావిస్తున్నారు.

మన పెద్ద ప్రేవులలో ఉండే మానవ సహకారిక బ్యాక్టీరియాను పోషించ గలిగే ఇనులీన్ ను ఆస్పరాగస్ ఒక్కటే కలిగి ఉంటుంది. వివిధ అధ్యయనాల ప్రకారము ఇన్సులీన్ ను సమతౌల్యం చేయడం ద్వారా మధుమేహ నివారణలో ఇది ఎంతో బాగా ఉపకరిస్తుంది. గమనించ వలసిన విషయం ఏమిటంటే మన ఆరోగ్యం బాగుండాలంటే ఇన్సులీన్ స్థాయి శరీరంలో సమస్థాయిలో ఉండాలి. ఇలా చేయడం వలన మనం ఎక్కువ కాలం జీవించడానికి సుఖంగా జీవించడానికి ఆస్కారం కలుగుతుంది. దీనిలో ఉండే ఖనిజ లవణాల చేరిక సహజ సిద్ధమైన డైయూరేటిక్ గా పనిచేస్తుంది. డైయూరేటిక్ లు మూత్రపిండాలలో మూత్రం ఏర్పడడానికి తద్వారా శరీరములో మలినాలు బయటకు పోవడానికి శరీరం నిర్మూల్యం గా మారడానికి కారణ మవుతాయి. ఇది శరీరంలో ఈస్ట్ త్వరగా పెరగకుండా నిరోధిస్తూ జీర్ణ వ్యవస్థను మంచి స్థితిలో ఉంచుతుంది.

ఆస్పరాగస్ తో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఎన్నో. ఇలా చెప్పడానికి 7 ప్రధాన కారణాలు క్రింద ఇవ్వబడాయి:

1. మన శరీర వ్యవస్థను నిర్మూల్యం చేస్తుంది - ఆస్పరాగస్ లో ఒక కప్పుకు 288 మిల్లీ గ్రాముల పొటాసియం ఉంది. పొటాసియం పొట్టలో ఉండే అధిక కొవ్వును కరిగిస్తుందన్న విషయం అందరికీ తెలిసిందే. అలాగే ఒక కప్పుకు 3 గ్రాముల ఫైబర్ లేదా పీచు పదార్థము ఉంటుంది. ఇది జీర్ణ వ్యవస్థను ప్రక్షాళన చేస్తుంది. దీనిలో సహజ సిద్ధమైన సోడియం లేదు కనుక ప్రి మెన్స్ట్రవల్ సిండ్రోమ్ PMS, (ముందస్తు ఋతు సంబంధమైన రుగ్మత) లో ఉబ్బరము ఉండదు. ఇంకా ఆస్పరాగస్ తో కొవ్వు గానీ కొలెస్ట్రాల్ గానీ పెరిగే అవకాశం లేకపోవడమే కాదు ఒక కప్పు ఆస్పరాగస్ కేవలం 40 కేలరీల శక్తిని మాత్రమే ఇవ్వగలదు. అమెరికా లో UCLA కు చెందినమెడికల్ సెంటర్ వారి నివేదిక ప్రకారము నిర్వహితకరణకు సంబంధించి కూరగాయాలలో ఆస్పరాగస్ కు మించింది లేదని నిర్ధారించాయి.

2. ముందస్తు వృద్ధాప్య నిరోధానికి - ఆస్పరాగస్లో పొటాసియం, ఎ.విటమిన్, ఫోలియేట్ అధిక మొత్తంలో ఉన్నాయి. గ్లూటామియాన్ అనే ఆంటిఆక్సిడెంట్ ధర్మాలు కలిగిన అమినో ఆమ్లము కూడా దీనిలో అధిక మొత్తంలో లభిస్తుంది. మన శరీరము త్వరగా వృద్ధాప్యబారిన పడకుండా ఇది సహాయకారిగా ఉంటుంది. గ్లూటామియాన్ (GSH) అనే ఆంటిఆక్సిడెంట్ మన శరీరములోని జీవకణాలలో చేరే ప్రీరాడికల్స్ వంటి వ్యర్థాల నుండి రక్షిస్తుంది. ఆస్పరాగస్ వలన మరొక ఉపయోగము ఏమిటంటే ఇది మెదడు త్వరగా తన శక్తిని కోల్పోవడం తగ్గిస్తుంది. ఇతర ఆకుకూరల వలెనే ఆస్పరాగస్ కూడా ఫోలియేట్ ను ఉత్పత్తి చేయడం ద్వారా విటమిన్ B12(ఇది చేపలు, కోళ్ళు, మాంసము, డైరీ ఉత్పత్తులలో లభిస్తుంది) పాటు కలిసి పనిచేస్తూ జ్ఞానాత్మక బలహీనతలను

తగ్గిస్తుంది. అమెరికాకు చెందిన టప్ట్ విశ్వవిద్యాలయం అధ్యయనం ప్రకారము ఫోలియేట్ మరియు B12 విటమిన్ అధికంగా ఉన్న వృద్ధులు వీరికి నిర్వహించిన పరీక్షలో మిగతా వారికన్నా వేగాన్ని స్థిరత్వాన్ని కనబరచ గలిగారు. 50వ సంవత్సరంలో ప్రవేశించిన వారు వయసుతో పాటు విషయ గ్రహింపు తగ్గకుండా ఉండాలంటే తగినంత B12 ను తీసుకోవడం తప్పనిసరి.

3. క్యాన్సర్ బారినండి కాపాడడానికి - ఆస్పరాగస్ లో అధికంగా ఉన్న ఫోలియేట్ క్యాన్సర్ బారిన పడకుండా చేయడానికి ఉపయోగపడే ఒక ముఖ్యమైన ప్రోటీన్. **సూచన:** ఫోలియేట్ సాధారణంగా ఆకుపచ్చని కూరగాయలలోనూ నిమ్మజాతి పండ్ల లోనూ లభిస్తుంది. ఫోలియేట్ మరియు ఫోలిక్ యాసిడ్ ఒక్కటే ఐనప్పటికీ ఫోలిక్ యాసిడ్ అనుబంధ ఆహార రూపంలో లేదా ట్యాబ్ లెట్ రూపంలో లభిస్తుంది. ఐతే ఆరోగ్యపరంగా ఎక్కువ లాభం పొందడానికి అనుబంధరూపంలో కన్నా సహజంగా దొరికినదే తీసుకోవడం ఉత్తమం.

4. మంటను నిరోధించడం - ఫోలియేట్ మంట ను నివారించడంలో ఎంతో సహాయకారి గా ఉంటుంది.

5. ఎముకలు పెళుసు బారడాన్ని కీళ్ళనొప్పులు నివారించడానికి - ఆస్పరాగస్ లో ఉన్న K విటమిన్ ఎముకల పెళుసు దనాన్ని కీళ్ళవ్యాధిని రాకుండా నిరోధిస్తుంది. అంతేకాక ఈ విటమిన్ ఎముకల నిర్మాణానికి వాటి లోపాల సవరణకు కూడా ఉపయోగకరమైనది. ఈ విటమిన్ ఆస్టియోకాల్సిన్ తయారుకావడానికి కూడా దోహద పడుతుంది. ఆస్టియోకాల్సిన్ అనేది ఒక ప్రోటీన్ ఇది ఎముకల కణాలలో ఉండి కాల్షియంను స్పటికీకరణం చెందిస్తుంది. ఆస్పరాగస్ కె. విటమిన్ కి అద్భుతమైన మూలముగా రుజువయ్యింది.

6. గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడానికి - దీనిలో ఉన్నఫోలియేట్ గుండెజబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి.

7. పుట్టుకకు సంబంధించిన లోపాల నిరోధము - గర్భము దాల్చిన లేదా దాల్చుటకు నిర్ణయించుకొన్న మహిళలకు అవసరమైన ఫోలియేట్ లేదా ఫోలిక్ యాసిడ్ సప్లిమెంట్ (డాక్టర్లు తరుచుగా దీనిని సూచిస్తూ ఉంటారు) దీని నుండి సమృద్ధిగా లభిస్తుంది. ఫోలియేట్ లోపము వలన సైనా బిఫిడా (పుట్టుకతో వెన్నుపాములో వచ్చే లోపము) మరియు అనేన్సిఫాల్(మెదడు లేని పుట్టుక/లేదా నాడీ లోప సంబంధిత పుట్టుక)వంటివి కలుగుతూ ఉంటాయి. ఫోలియేట్ గర్భస్థ పిండ అభివృద్ధికి మరియు పిండ నాళము అభివృద్ధికి తోడ్పడడమే కాక గర్భస్థ కాలము పూర్తికాకుండానే జన్మించడమును నిరోధిస్తుంది.

అంతేకాకుండా కొన్ని అధ్యయనాల ప్రకారం ఆస్పరాగస్ యొక్క పోషకాహార ప్రయోజనాల కారణంగా మూత్రసంబంధిత వ్యాధులు మరియు మూత్రపిండాలలో రాళ్ళూ కలగకుండా ఉంటాయి. ఇంకా చెప్పాలంటే ఆస్పరాగస్ లో పొటాసియం, విటమిన్.ఎ, ఫోలిక్ యాసిడ్, గ్లూటామియాన్ మరియు విటమిన్ కె. సమృద్ధిగా లభిస్తాయి. దీనిలో పీచుపదార్థాలు(ఫైబర్) ఎక్కువగా ఉండడంతో పాటు దీనిలో సోడియం లేకపోవడం, తక్కువ కేలరీలు ఉండడంతో కొలెస్టరాల్ సమస్య కూడా రాదు.

సాధారణంగా ఆస్పరాగస్ ఆకుపచ్చ రంగులో లభిస్తుంది. ఐతే మరో రెండు రకాలను మనం సూపర్ మార్కెట్ లోనూ, రెస్టారెంట్ లలోనూ చూడవచ్చు. అవి ఒకటి తెల్లగా ఉండేది ఇది చాలా సున్నితంగా ఉండడం తో పాటు దీనిని పండించడం చాలా కష్టము. రెండవది ఊదా రంగులో ఉంటుంది. ఇది కొంచెం చిన్నగానూ, పండ్ల వాసనతో కూడి ఉంటుంది. ఆస్పరాగస్ కంకులు కొన్ని దళసరిగానూ కొన్ని పలచగానూ ఉంటున్నట్లు మీరు గమనించే ఉంటారు. దళసరిగా ఉండేవి కాల్చుకొనడానికి, ఉడకబెట్టు కొనడానికి బాగుంటాయి: తరువాతవి చాలా మంచివి మరియు త్వరగా తయారు చేసుకునేవి. పలచగా ఉండేవి సాధారణ వేపుడుకు లేదా దోరగా వేయించు కొనడానికి బాగుంటాయి. ఐతే ఇక్కడ ఒక విషయం గుర్తుంచుకోవాలి. కొందరు ప్రాక్టీషనర్లు ఆస్పరాగస్ ను హాటిచోకు లేదా అర్టిచోక్ దుంప తోనూ పాలకూర తోనూ కలపి ఒకే బోజనంలో తినకూడదని చెప్తారు. ఎందుకంటే ఇవి అననుకూలమైనవి.

ఆరోగ్య పరంగాఎక్కువ లభిని పొందాలంటే ఆస్పరాగస్ ను పచ్చిది తినడమే మంచిదని చెప్తారు. తినేముందు, మందంగానూ పలచగానూ ఉన్న కంకుల నుండి కర్ర వలె ఉండే కాండాన్ని తొలగించాలి. వండడానికి ముందు మాత్రమే దళసరిగా ఉన్న కంకులను ఒలవండి. దీనిని సన్నగా తరిగి సలాడ్ లలో వేసుకున్నా, ఆవ నూనె లో సన్నగా వేయించనా, లేదా సల్పంగా

ఉడకబెట్టినా తినడానికి చాలా రుచిగా ఉంటాయి. మీరు ఏ రకమైన ఆస్పరాగస్ ను తీసుకున్నా ఎన్ని రకాలుగా వండుకున్నా లేదా సలాడ్ లో వేసుకొని పచ్చిది తిన్నా దీని రుచిని ఎంతో మధురంగా మీరు ఆస్వాదిస్తారు.

ఆధారాలు:

1. http://www.naturalnews.com/023368_asparagus_benefits_food.html
2. <http://bkcreative.hubpages.com/hub/10-Super-Health-Benefits-of-Asparagus>
3. http://www.eatingwell.com/blogs/health_blog/5_powerful_health_benefits_of_asparagus_you_probably_didn_t_know
4. <http://www.google.co.in/url?sa=t&rct=j&q=asparagus%20benefits&source=web&cd=6&cad=rja&sqi=2&ved=0CFYQFjAF&url=http%3A%2F%2Fwww.pureinsideout.com%2Fasparagus-extraordinary-health-benefits.html&ei=-YxQUbbyGpLU8wTAnYDgCw&usq=AFQjCNFoSkx5Z9cnFfTksP09Kvx9UloJw&bvm=bv.44158598.d.eWU>
5. <http://www.juicing-benefits-toolbox.com/health-benefits-of-asparagus.html>

ఆ ప్రశ్నలు జవాబులు ఖ

1. ప్రశ్న: నీటిలో రెమిడి ని ఎంత కాలం ఉంచవచ్చు? దీనిని ఫ్రిడ్జ్ లో ఉంచవచ్చా? ఈ నీటికి విభూతి కలప వచ్చా?

జవాబు : రెమిడి ని మూత ఉన్న సీసాలో 7 రోజుల వరకూ ఉంచవచ్చు. దీనిని ఫ్రిడ్జ్ లో ఉంచడం మంచిది కాదు. ఈ నీటికి విభూతి కలప వలసిన అవసరం లేదు.

+++++

2. ప్రశ్న: పనికి వెళుతున్న వారు మధ్యాహ్నం డోస్ తీసుకోవడం కష్టం కనుక TDS బదులు ఉదయం సాయంత్రం రెండు పూటలు తీసుకోవచ్చా?

జవాబు: అసలు తీసుకోకుండా ఉండడం కంటే రెండు పూటలు తీసుకోవడం మంచిదే. TDS గా తీసుకోవడం వలన మంచి ఫలితాలు ఉంటాయి.

+++++

3. ప్రశ్న: బ్రష్ చేసుకున్న వెంటనే రెమిడి తీసుకోవచ్చా, రెమిడిల దృష్ట్యా టూత్ పేస్ట్ తో బ్రష్ చేసుకోవడం ఆహారం తీసుకున్నట్టే పరిగణిస్తారా? మింట్ ఫ్లవర్ తో ఉన్న టూత్ పేస్ట్ మనం తీసుకునే వైబ్రో గోళీల పైన ప్రభావం చూపుతుంది కనుక దానిని వాడడం మానేయాలా ?

జవాబు : లేదు, బ్రష్ చేసుకున్న తర్వాత 20 నిమిషాలు ఆగడం మంచిది. మింట్ వల్ల ఇబ్బందేమీ లేదు టూత్ పేస్ట్ లన్నింటికీ దేని వైబ్రేషన్ దానికే ఉంటుంది.

+++++

4. ప్రశ్న: నా పిల్లకి రెమిడిలు ఇచ్చే సమయంలో వారు భోజనం చేసాక 20 నిమిషాలు ఆగినప్పటికీ ఇంకా వారి నోటిలో కొన్ని ఆహారపు కణాలు ఉంటున్నాయి. అలా ఐనప్పటికీ రెమిడిలు ఇవ్వవచ్చా?

జవాబు: ఆహారం తీసుకున్న తర్వాత నోటిని పుక్కిరించడం కానీ నీటిని త్రాగడంగానీ చేయాలి. అలా చేస్తే నోటిలో ఆహార కణాలు చిక్కుకోవు. అన్నిటి కంటే భోజనానికి 20 నిమిషాల ముందు రెమిడి ఇవ్వడం శ్రేయస్కరం.

+++++

5. ప్రశ్న: గోళీలు ఉన్న బాటిల్ ను ఒకటి కంటే ఎక్కువ కోబోలను వేసే సందర్భంలో ప్రతీసారీ షేక్ చెయ్యాలా?

జవాబు: ప్రతి ఒక్క డ్రాప్ వేసిన తర్వాత స్వల్పంగా షేక్ చెయ్యండి. చివరి డ్రాప్ వేసిన తర్వాత 8 ఆకారంలో 9 సార్లు షేక్ చెయ్యండి. కొందరు ప్రాక్టీ షనర్ లు డ్రాప్స్ అన్ని కూడా ఖాళి బాటిల్ లో వేసి తర్వాత గోళీలు వేసి షేక్ చేస్తారు.

+++++

6. చర్మానికి రాసుకునే ఆయింట్ మెంట్ పైన వివిధరకాల ప్రశ్నలు:

a. ప్రశ్న: పేషంటు ఆయింట్ మెంట్ ను చర్మము పైన రాసుకోవడం జరుగుతుంది కాబట్టి తన చేతిని క్రిం తయారుచేసిన కంటైనర్ లో ఉంచి నట్లయితే వైబ్రేషన్ పోతుంది కనుక కంటైనర్ నుండి క్రిం బయటకు తీయడానికి ప్లాస్టిక్ స్పూన్ వాడడం మంచిదేనా?

జవాబు: ఔను, అదే మంచిది.

b. ప్రశ్న: మొదటి సారి వైబ్రో గోళిని నోటికి ఇచ్చినట్లు ఆయింట్ మెంట్ కూడా మొదటి సారి పేషంటుకు స్వయంగా రాయాలా?

ఒకవేళ ఆ చర్మ వ్యాధి అంటువ్యాధి ఐతే మార్గం ఏమిటి?

జవాబు: లేదు, మనం పేషంటు ను ముట్టుకో కూడదు తనంతట తానే రాసుకోవాలి.

c. ప్రశ్న: డోసేజ్ TDS – అనేది గోళీలకు కూడా వర్తిస్తుందా? పేషంటు ఆయింట్ మెంట్ ను బాగా రుద్దవలసి ఉంటుందా? పేషంటు బ్యూండేజ్ లేదా బ్యూండ్ ఎయిడ్ చర్మమును మూసి ఉంచే దాని కోసం ఉపయోగించాలా ?

జవాబు: ఔను డోసేజ్ TDS. గానే తీసుకోవాలి. క్రీమును రుద్దాలా వద్దా అనేది చర్మము యొక్క సహజ పరిస్థితి పైన ఆధారపడి ఉంటుంది. ఉదాహరణకు బయటకు కనిపించే పుండు మాదిరిగా ఉంటే ఆయింట్ మెంట్ వ్రాసి కట్టువేయవచ్చు. చర్మము పరిస్థితి బాగా ఉంటే కొన్ని సార్లు రుద్దవలసి ఉంటుంది. ఒక్కొక్క సారి రెమిడి ని నీటిలో కలుపుకొని అ నీటిని కాటన్ గుడ్డతో గాయం మీద అద్దుకోవడం ద్వారా కూడా గాయం త్వరగా తగ్గి పోయే అవకాశం ఉంది.

d. ప్రశ్న: క్రీము లేదా జెల్ రూపంలో ఉన్న వాటికి రెమిడి కలపడం ఎలా, క్రీమును వేడి చేసి అది ద్రవ రూపంలోకి మారిన తర్వాత దానిలో కొంబో చుక్కలు వేసి ఆ తర్వాత దానిని ఫ్లాస్టిక్ స్పూన్ తో కలపాలా?

జవాబు: లేదు, వేడి చేయవలసిన అవసరం లేదు. క్రీము లోనికి ఒక చుక్క కొంబో చుక్క వేసి ఫ్లాస్టిక్ లేదా కట్టె స్పూన్ తో బాగా కలపాలి. తర్వాత మరో చుక్క వేసి బాగా కలపాలి. క్రీము చిక్కగా ఉన్నట్లయితే ఇలా 3 లేదా 4 సార్లు కొంబో డ్రాప్స్ జెల్ మొత్తం కలిసాయి అని సంతృప్తి చెందే వరకూ కలపవలసి ఉంటుంది.

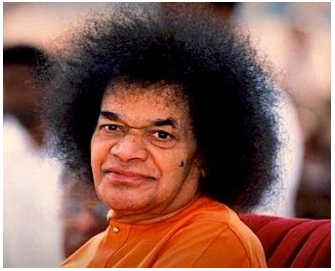
e. ప్రశ్న: కంటిలోనూ చెవిలోనూ వేసి చుక్కల మందులు ఒకేసారి తయారుచేసుకో వచ్చా? ఐతే ఎలా తయారుచేసుకోవాలి?

జవాబు: ఒకేసారి రెండింటికి ఉపయోగపడే విధంగా కంటికి, చెవికి లేదా చర్మములకు మందు తయారు చేయాలనుకోవడం మంచి ఆలోచనే. కంటికి చుక్కల మందు తయారు చేయడానికి 200 మీ.లీ. డిస్టిల్ వాటర్ లేదా రోజ్ వాటర్ లో ఒక చుక్క కొమ్పో వెయ్యాలి. తర్వాత 20/30 మి.లీ. డ్రాపర్ బాటిల్ లోనికి దీనిని మార్చాలి.

హెచ్చరిక : మీరు 20/30 ,మి.లీ బాటిల్ లోనికి కొంబో చుక్కను వేస్తే అది కంటిలో గాయాన్ని లేదా మంటను కలిగించవచ్చు. అలాగే CC డ్రాప్ ను నేరుగా పేషంటు నోటిలోనికి వేయరాదు. అలాగే చెవికి చుక్కల మందు కోసం 20/30 మి.లీ. డ్రాపర్ బాటిల్ లో ఎక్స్ట్రా విర్జిన్ ఆలివ్ నూనె ను తీసుకుని దానిలో ఒక చుక్క కొమ్పో ను వేసి బాగా కలపాలి.

వైబ్రో ప్రాక్టీషనారీ: డాక్టర్ అగర్వాల్ గారితో మీకేమైనా ప్రశ్నలున్నాయా? ఐతే ఈ వెబ్సైట్ news@vibrionics.org కు పంపండి.

ఆ దివ్య వైద్యుడి దివ్య వాణి ఋ



“ఈ దేహము అనేది అనేక జన్మలు గా మీరు చేసిన మంచి చెడులకు ఫలితంగా జనన మరణ చక్రాన్ని, ఈ భవసాగరము ను దాటడానికి భగవంతుడు ఇచ్చిన పనిముట్టు లేదా ఒక నావ వంటిది. ఇట్టి భవసాగరాన్ని దాటడానికి దేహంలో ఎవరయితే ఉన్నారో ఎవరు మీరు చేసే చర్యలన్నింటికీ కర్త గా ఉంటారో వారిని గూర్చి తెలుసుకోవడం ముఖ్యం. “దేహము” యొక్క ప్రధాన

ప్రయోజనము దేహములో ఉన్న “దేహిని” గురించి తెలుసుకోవడం. కనుక దేహము ధృఢమైన స్థితిలో ఉన్నప్పుడు, మనసు జాగరూకతతో ఉన్నప్పుడు, జ్ఞానము పదునయిన స్థితిలో ఉన్నప్పుడే దేహము లోపల ఉన్న దేహిని తెలుసుకొనడానికి ఎంతయినా సాధన చేయాలి. దాని నిమిత్తం దేహాన్ని సరియయిన స్థితి లో ఉంచాలి. ఏ విధంగా ఐతే ఏరు దాటడానికి నావ ను అనుకూలంగా ఉంచుతామో అదేవిధంగా దేహము కూడా యోగ్యమైన రీతిలో ఉండాలి. దాని కోసం దేహము పట్ల ఎంతో జాగ్రత్త తీసుకోవాలి.”

... సత్యసాయిబాబా దివ్యవాణి, ఆగస్టు 3, 1966

“ఇతరులు నీ గురించి పొగడినా తెగడినా నీవేమీ పట్టించుకోవద్దు. ఇతరుల పొగడ్డలకు పొంగి పోయేకన్నా నీలో ఉన్న దుర్గుణాలను గుర్తించి వాటిని తొలగించుకోవడానికి ప్రయత్నించు. కేవలం నోటికే పరిమితమయ్యే విధంగా దయ, ప్రేమ, సహనం, సానుభూతి, సమానత్వం, లౌకికం వీటి పైన ప్లాట్ ఫార్మ్ స్పీడ్ లు ఇవ్వడం కన్నా చెప్పిన వాటిలో ఏ ఒక్కటయినా ఆచరించడానికి ప్రయత్నించు. నీ ప్రక్కనున్న వారు బాధలోనూ, వ్యాదులతోను ఉంటే నీకేమీ పట్టనట్టు సుఖంగా విశ్రాంతి తీసుకోవడం మానవత్వం కాదు. ఏఒక్కరు బాధననుభవిస్తున్నా నీవు సుఖంగా ఉండలేవు.

ఒక విషయం గుర్తుంచుకో! ఏ ప్రాణికి నీవు ఆహారం ఇచ్చినా అది భగవంతుడికే చేరుతుంది. ఈ భూమి మీద ఎక్కడయినా ఎవరికి నీవు సేవ చేసినా భగవంతుడిని ఆనందపరుస్తుంది.”

...సత్యసాయిబాబా దివ్యవాణి, 25 ఫిబ్రవరి 1964

“మీరనుభవించే సుఖ దుఃఖం లకు మీ స్వయంకృతాలే కారణం కానీ దీనిలో దేవుని ప్రమేయం ఏమాత్రం లేదు. ”

...సత్యసాయిబాబా , రేడియో సాయి 18 ఫిబ్రవరి 2013

ఆ ప్రకటనలు ఖ

- ❖ యుకె లండన్ :వైబ్రియానిక్స్ ప్రాక్టీ షనర్ల వార్షిక సమావేశము 2013, ఏప్రిల్ 14 సంప్రదించ వలసిన వారు జెరం భాయి 020-8551 3979 లేక వెబ్సైటు jeramjoe@gmail.com
- ❖ పోలండ్ ప్రోక్లామ్ : JVP వర్క్ షాప్ మరియు AVPలకు రిపైషర్ వర్క్ షాప్ 27-28 ఏప్రిల్ 2013.
- ❖ పోలండ్ (వేదిక ఇంకానిర్ణయింప బడలేదు) : సీనియర్ VPలకు వర్క్ షాప్ 13-15 సెప్టెంబర్ 2013. సంప్రదించ వలసిన వారు దేరియజ్ హేబిజ్ +48 606 879 339లేక వెబ్సైటు wibronika@op.pl
- ❖ ఇండియా పుట్టపర్తి : SVP వర్క్ షాప్ 15-20 జూలై 2013, సంప్రదించ వలసిన వారు హేమ, వెబ్సైటు 99sairam@vibrionics.org
- ❖ ఇండియాపుట్టపర్తి: AVP వర్క్ షాప్ 23-27 జూలై 2013, సంప్రదించ వలసిన వారు హేమ, వెబ్సైటు 99sairam@vibrionics.org
- ❖ గ్రీస్ ఎథెన్స్ : JVP మరియు AVP ప్రాక్టీ షనర్ ల రిపైషర్ వర్క్ షాప్ 2013సెప్టెంబర్ 21-23 మరియు సంప్రదించ వలసిన వారు వస్సిల్స్ ,వెబ్సైటు saivasilis@gmail.comలేక ఫోన్ నంబరు +30-697-2084 999.

ప్రాక్టీషనర్లకు సూచన

మీ ఇమెయిల్ ఎడ్రస్ మారినప్పుడు, వెంటనే news@vibrionics.org కు వీలయినంత తొందరగా తెలియజేయండి. ఈ విషయాన్ని ఇతర ప్రాక్టీ షనర్ లకు కూడా తెలియజేయండి.

ఈ వార్తల్‌ఖను మీ పేషంట్ లకు కూడా తెలియ జేయవచ్చు. వారికేమయినా సందేహాలుంటే మీ ద్వారా మన పరిశోధనా మరియు స్పందన విభాగానికి తెలియ జేస్తే తగు సమాధానాలు ఇవ్వబడతాయి. మీ సహకారానికి ధన్యవాదాలు.

ఓంసాయిరామ్!

సాయివైబ్రియానిక్స్... ఉత్తమమైన, నాణ్యమైన వైద్య సంరక్షణ దిశలో- రోగులకు ఉచితం