

సాయి వైబ్రియోనిక్స్ వార్తాలేఖ

www.vibrionics.org

“ఎప్పుడైతే నీ కంటికి ఒక రోగి కాని లేక మానసికంగా, శారీరికంగా దుర్బలత చెందిన మనిషి కానీ కనిపిస్తాడో, అదే నీ సేవకు స్థానమని తెలుసుకో” ... శ్రీ సత్యసాయి బాబా
సంపుటము 9 సంచిక 3 మే/జూన్ 2018

ఈ సంచికలో

ఆ డా.జిత్ కే అగ్రర్వాల్ యొక్క డెస్క్ నుండి	1 - 2
ఆ ప్రాక్షిషనర్ల వివరాలు	2 - 6
ఆ వైబ్రో మిశ్రమాలు (రెమెడీలు) ఉపయోగించిన కేసుల వివరాలు	6 - 13
ఆ ప్రశ్నలు జవాబులు	13 - 15
ఆ దివ్య వైద్యుని దివ్య వాణి	15
ఆ ప్రకటనలు	16
ఆ అదనంగా	16 - 21

ఆ డా.జిత్ కే అగ్రర్వాల్ యొక్క డెస్క్ నుండి ఖ

ప్రియమైన వైబ్రో ప్రాక్షిషనర్లారా,

ఆరోగ్యసంరక్షణకు సంబంధించినంతవరకు చికిత్సా రంగాలలో పని చేసే వారికి మన ప్రయతమ భగవాన్ చెప్పిన ముఖ్యమైన మాటలను ఉటంకిస్తూ ఈ వ్యాసాన్ని ప్రారంభిస్తాను “డాక్టర్లు తమ వద్దకు వచ్చే రోగులకు డైర్యాన్ని నింపాలి. వారిని పరీక్షించే టప్పుడు వారితో మొఖంలో చిరునవ్వులు చిందిస్తూ ప్రేమగా దయతో మాట్లాడాలి.” సత్యసాయి వాణి 6 ఫిబ్రవరి 1993. వైబ్రో ప్రాక్షిషనర్లగా మనం రోగులతో వ్యవహరించే సమయం లో ఉన్నతమైన మానసిక స్థితి లో ఉండటం ద్వారా స్వామి చెప్పిన విధంగా దివ్య ప్రేమ ఆవరించిన క్షేత్రం నుండి మనం వారిని సంప్రదించటం చేయాలి. ఈ ప్రక్రియ మన వైద్య విధానాన్ని “చికిత్స స్థాయి నుండి రోగ నివారణ స్థాయికి చేరుస్తుంది అనేది నా ప్రగాఢ నమ్మకం. కనుక మనలో అట్టి ఉదాత్త భావన ఉడయించాలి.

ఆధ్యాత్మికత చికిత్స పై ప్రభావము చూపి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది అనే విషయం వైబ్రియోనిక్స్ మార్గదర్శక సూత్రాలలో ముఖ్యమైనది. స్వామివారు బోధించిన 5 మానవతా విలువలైనట్టి సత్య, ధర్మ, శాంతి, ప్రేమ, అహింసలను పాటించడమే ఆధ్యాత్మికత. వీటిని హృదయపుర్వకముగా ఆచరించడము ద్వారా ఆధ్యాత్మిక పురోగతి, తద్వారా ఒక మంచి వైబ్రియో ప్రాక్షిషనర్ల మారే అవకాశము కలుగుతుంది.

సాధారణంగా మన పెద్దలు “అనారోగ్యం కలిగిన అవస్థ పడే దానికన్నా ముందు జాగ్రత్త మంచినీ ” లేదా “ ఒక పొండు చికిత్స కన్నా ఒక ఔన్ను ముందు జాగ్రత్త మంచినీ ” ఇలా అనేక విధాలుగా సామెతలు చెబుతూ ఉంటారు. రోగనివారణ ప్రాముఖ్యం గురించి ఇంతకంటే ఎక్కువ నొక్కి చెప్పలేము. చాలా మంది ప్రాక్షిషనర్లు రోగాలు భౌతికంగా ప్రస్ఫుటమయ్యే ముందే

నివారించటానికి ప్రయత్నం చేస్తున్నారు. అయినా ఈ విషయంలో మాకు వ్రాత పూర్వకమైన నివేదికలు ఏవీ అందలేదు. కనుక ప్రీవెంటివ్ కేర్ కు సంబంధించిన రోగచరిత్రలను మాతో పంచుకోవలసిందిగా ప్రాక్టీషనర్లందరికీ విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాను. ఇప్పటికే మాకు చేరిన కొన్ని విజయవంతమైన ప్రీవెంటివ్ కేర్ వివరాలను బట్టి 40 సంవత్సరాలు దాటిన వారికి వయస్సు రీత్యా చక్కర వ్యాధి వచ్చే అవకాశం ఉంది కనుక వారికి **CC6.3 Diabetes** ఇంకా 60 సంవత్సరాలు దాటిన మగవారికి ప్రోస్టేట్ యొక్క హైపర్ ట్రోఫీ లేదా అతి పెరుగుదల ను నిరోధించడానికి **CC14.2 Prostrate** మరియు కేన్సర్ నేపథ్యం కలిగిన కుటుంబాలకు **CC2.1 Cancer** ను ఇవ్వటం జరిగింది. ఈ విధంగా పేషంట్లు యొక్క కుటుంబ చరిత్ర మరియు వైద్య చరిత్రను దృష్టిలో ఉంచుకొని వారికి దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు సోకకుండా ముందుజాగ్రత్త కోసం వైట్లో నివారణలను ఇవ్వవలసి ఉంటుంది.

మీ యొక్క మాస నివేదికలను ఆన్ లైన్ లో పంపించమని పదే పదే విజ్ఞప్తి చేస్తున్నప్పటికీ ఈ విధంగా పంపేవారి సంఖ్య గత రెండు నెలలుగా క్రమంగా తగ్గుతూ వస్తోంది. బహుశా ప్రాక్టీషనర్లకు తమ మాస నివేదికలను మన వెబ్సైట్ లో నమోదు చేయడం కష్టంగా ఉండేమో. ఈ ఇబ్బందిని అధిగమించడానికి మేము ప్రత్యేకమైన ఇమెయిల్ admin@vibrionics.org ను ప్రారంభించాము. మీకు ఆన్లైన్ రిపోర్టు పంపడం ఇబ్బందికరంగా ఉంటే ఈ ఈమెయిలు ఎడ్రెస్ ద్వారా సులువుగా సమాచారం పంపవచ్చు. ఇది కూడా కష్టంగా ఉంటే మీ పాత పద్ధతిలోనే సంక్షిప్త సమాచారం (sms) ద్వారా కానీ ఫోన్ ద్వారా కానీ రిపోర్టు పంపవచ్చు.

ప్రాక్టీషనర్ గా మీ స్థానాన్ని మెరుగుపరుచు కోవడానికి ఎవరైతే AVP గా మూడు నెలల అభ్యాసం పూర్తి చేసుకున్నారో వారిని వెంటనే applicationjvp@vibrionics.org కి మెయిల్ పంపడం ద్వారా VP స్థాయికి దరఖాస్తు చేయవలసిందిగాను అదేవిధంగా IASVP లో సభ్యులు కావలసిందిగానూ విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాము. VP మరియు పైస్థాయిలో ఉన్నవారికి IASVP లో సభ్యులు కావడం ఇప్పుడు తప్పనిసరి చేయబడింది.

మన భూ గ్రహం ఎంతో హానికరమైన అనేక స్థాయిలను తట్టుకుని నెట్టుకొని మనగలుగుతుంది. అదేవిధంగా మన వైబ్రియోనిక్స్ మిషన్ కూడా ఆధునికతా పోకడల ప్రమాదాలకు ప్రభావితమయ్యే మానవాళికి మాత్రమే కాక జంతువులకు, పక్షులకు కూడా ఉపశమనం కలిగించే రీతిలో చికిత్సా విధానాన్ని ముందుకు తీసుకు వెళుతోంది. ప్రస్తుత పరిస్థితిలో ఏది అవసరమో దానినే మనం అందించగలుగుతున్నందుకు ఎంతో ఆనందంగా ఉంది. కనుక మీ వ్యక్తిగత సాధనను మెరుగు పరుచుకొని జన బాహుళ్యానికి దగ్గరవుతూ ఆనందాన్ని అందరికీ పంచవలసిందిగా విజ్ఞప్తి చేస్తూ !

ప్రేమతో సాయి సేవలో మీ,
జి.కె.అగర్వాల్

ఆ ప్రాక్టీషనర్ల వివరాలు ఖ

ప్రాక్టీషనర్ 11583...ఇండియా వీరు వైద్యుల కుటుంబ నేపథ్యం కలిగిన వారు. ఐతే బోధనా వృత్తిపై వీరికి ఉన్న అభిరుచి వలన రసాయన



శాస్త్రం లో డాక్టరేట్ తీసుకోని ఒక ఇంజనీరింగ్ కళాశాలలో అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్ గా ఇటీవల కాలం వరకూ పనిచేసారు. వీరు స్వామి ఫోల్డ్ లోనికి 1995 లో వచ్చారు. 1998 నుండి ప్రతీ సంవత్సరం పుట్టపర్తిని దర్శిస్తూ బాబా వారి జన్మదినోత్సవం సందర్భంగా అక్కడ జరిగే మెడికల్ క్యాంప్ లో స్త్రీ వైద్య నిపుణురాలైన వీరి తల్లికి సహాయకురాలిగా సేవలందించేవారు. ఎప్పుడయితే వైట్లో ప్రాక్టీషనర్ గా పనిచేస్తున్న వీరి సోదరుడు సాయి వైబ్రియోనిక్స్ గురించి చెప్పారో వైద్యురాలిగా సేవ చేయాలనే వీరి కోరికలకు రెక్కలు వచ్చాయి. వైబ్రియోనిక్స్ వెబ్సైట్ ద్వారానూ మరియు వార్తాలేఖల ద్వారానూ

ఈ వైద్య విధానము గురించి తెలుసుకొని ఇది స్వామితో తన బంధాన్ని దృఢపరుస్తుందనే నమ్మకముతో వెంటనే కోర్సులో పేరు నమోదు చేసుకొని 2016 నవంబర్ లో AVP గా శిక్షణ పూర్తి చేసుకున్నారు.

వీరు శిక్షణ పొందిన సంవత్సరమే మెంటరింగ్ విధానము రావడం తన అదృష్టం గా భావిస్తున్నారు. **మెంటర్** ¹⁰³⁷⁵ ద్వారా తను పొందిన సహాయ సహకారాలు వారి మార్గదర్శకత్వం తాను వైట్ ప్రాక్టీషనర్ గా ఎదగడానికి ఎంతో దోహద పడ్డాయని తన కృతజ్ఞతలు తెలుపుకుంటున్నారు. వీరి మాటల్లోనే చెప్పాలంటే " కొన్ని నెలలపాటు ప్రతీదినము మెంటర్ యొక్క మార్గదర్శకత్వములో ముందుకు సాగడం నిజంగా ఒక వరము ". త్వరలోనే అనగా 2017 జూలై లో VP గా ప్రొమోషన్ పొందడం తో పాటు నవంబర్ 2017 నుండి ఒక క్రొత్త AVP కి మెంటర్ గా శిక్షణ ఇవ్వడం ప్రారంభించారు. ఇప్పటివరకూ వీరు స్వల్పకాలిక మరియు దీర్ఘకాలిక వ్యాధులయిన జలుబు, ప్లూ, సైనుసైటిస్, చర్మవ్యాధులు, ఉదర సంబంధమైన వ్యాధులు, సోరియాసిస్, క్యాన్సర్ వంటి వ్యాధులతో బాధపడుతున్న 300 మంది పేషంట్లకు చికిత్స నందించారు.

వీరు **CC7.3 Eye infections** యొక్క ప్రభావాన్ని తన అనుభవం ద్వారా వివరిస్తున్నారు. సంవత్సర కాలంగా బాధిస్తున్న కంటిరెప్ప కురుపు ఈ రెమిడి తో వారం రోజుల్లోనే పునరావృతం కాకుండా తగ్గిపోయిన వైనాన్ని ఇలా వివరిస్తున్నారు. 7- సంవత్సరాల బాబుకి ఆడుకునేటప్పుడు దెబ్బతగలడం వలన కంటిగుడ్డు పైన రక్తం గడ్డకట్టి ఇన్ఫెక్షన్ వలన నొప్పి మంట కలగసాగాయి. ఈ రెమిడి ప్రారంభించగానే నొప్పి వాపు మూడు రోజుల లోనే తగ్గిపోయాయి. వారం రోజులలోనే ఎర్రని మచ్చ కూడా తగ్గిపోయింది.

మరొక ఆసక్తి కలిగించే కేసు విషయంలో 32 సంవత్సరాల వ్యక్తి నిద్రలో శ్వాస తాత్కాలికముగా నిలిచిపోవడం, విపరీతమైన అలసట, నిద్రలో బిగ్గరగా గురక పెట్టడం వంటి లక్షణాలతో గత 6 సంవత్సరాలుగా బాధపడుతూ ఉన్నారు. వీరికి పగటిపూట **CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental &Emotional tonic + CC19.3 Chest infections chronic** రెమిడిని అలాగే రాత్రి పడుకునేముందు **CC15.1 Mental &Emotional tonic + CC15.6 Sleepdisorders** ను సూచించడం జరిగింది. ఈ పేషంటు వైట్ రెమిడిలు తీసుకునే సమయంలో మరే ఇతర మందులు తీసుకోనలేదు. నెల రోజుల్లోనే పేషంటుకు 50% మెరుగుదల రెండు నెలలలో 90% మెరుగుదల కనిపించింది. 5 నెలల తర్వాత పేషంటు జర్మనీ వెళ్ళడానికి ముందు రెమెడిలు తీసుకోవడంలో అలసత్వం వలన రోగలక్షణాలు మరలా బయటపడ్డాయి. ఈ సారి క్రమం తప్పకుండా వాడాలని నిశ్చయించుకొని రెమిడి ప్రారంభించారు. పేషంటు కుటుంబ సభ్యులు చెప్పిన దాని ప్రకారము రెండు నెలలలో 90% ఉపశమనం కలిగిందని తను ఉంటున్న జర్మనీలో రీపిల్ తీసుకుంటూ ఉన్నారని చెప్పారు.

CC9.2 Infections acute + CC19.2 Respiratory allergies రెమిడిలను డిస్టిల్డ్ నీరు లేదా స్టైరైల్ నీటిలో వేసి నాసిక్ లో చుక్కలుగా ఉపయోగించినప్పుడు ముక్కులో ఏర్పడే సమస్యలకు సత్వర ఉపశమనం కలుగుతున్నట్లు ప్రాక్టీషనర్ తెలుసుకున్నారు. అలాగే మన ఇళ్ళలో గానీ పనిచేసే స్థలాలలో గానీ **CC15.2 Psychiatricdisorders + CC17.2 Cleansing** చల్లుకోవడం వలన దుష్ప్రభావాలు లేదా నెగిటివ్ ఎనర్జీ తొలగిపోవడమే కాక ప్రవేశించకుండా ఉంటాయని వీరు తెలుసుకున్నారు. అంతేకాక **CC17.2 Cleansing** పోలీసిస్టిక్ ఒవేరియన్ డిసీజ్ (PCOD) మరియు థైరాయిడ్ సమస్యలకు అద్భుతంగా పనిచేస్తుందని తెలుసుకున్నారు.

ఈ ప్రాక్టీషనర్ తన వెల్ సెన్ కిట్ లో మాములుగా తీసుకువెళ్ళే 9 తో పాటు అదనంగా **CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental &Emotional tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic** ను తీసుకు వెళతారు. ఇది విద్యార్థులకు పరీక్షల సమయంలో వత్తిడి భయాల నుండి దూరం చేయడానికి ఎంతో సహాయకారిగా ఉంటోంది. వీరు వ్యక్తిగతంగా కెమిస్ట్రీ ల్యాబ్ లో రసాయనాల ప్రభావానికి లోనుకాకుండా ఉండడానికి **CC17.2 Cleansing...TDS** గా ఉపయోగిస్తారు. తన ప్రయోగ శాలలో విద్యార్థులకు యాసిడ్ పడడం వలన కలిగిన గాయాల నుండి సత్వర ఉపశమనం కోసం **CC10.1 Emergencies** ను నీటితో

కలిపి ఇవ్వడం వలన త్వరగా నయం కావడమే కాక కనీసం చర్మం పైన మచ్చలు కూడా లేకుండా త్వరగా మానిపోవడం వీరికి ఆశ్చర్యాన్ని కలిగించింది.

వీరు హైదరాబాద్ లో స్వామి నిలయమైన "శివం" లో వైబ్రియోనిక్స్ వైద్య బృందంలో చేరి సేవలు ప్రారంభించారు. 2017 డిసెంబర్ లో ప్రారంభమైన ఈ కేంద్రం ద్వారా మూడునెలల వ్యవధిలో 300 మందికి వైద్య సహాయం అందించడం జరిగింది. సీనియర్ ప్రాక్టీషనర్లతో కలసి పనిచేయడం తన జ్ఞానాన్ని విస్తృత పరిచిందని వీరు తెలుపుతున్నారు. ఈ ప్రాక్టీషనర్ తన కుటుంబ అవసరాల నిమిత్తము మరియు వైబ్రి సేవల నిర్వహణ నిమిత్తము తాత్కాలికంగా ఉద్యోగ బాధ్యతల నుండి విశ్రాంతి పొందారు. వీరు వైబ్రియోనిక్స్ డేటాబేస్ అప్డేటింగ్ టీం లో సభ్యులుగా సేవలు కొనసాగిస్తూనే SVP లెవెల్ కోసం ప్రయత్నిస్తూ ఉన్నారు.

ఈ ప్రాక్టీషనర్ వైబ్రి సేవల ద్వారా సంకృష్టి మాత్రమే కాక అనిర్వచనీయమైన ఆనందాన్ని పొందుతున్నట్లు తెలుపుతున్నారు. ఈ సేవలు వీరిలో "భగవంతుడే అసలైన వైద్యుడు మరియు రోగ నివృత్తి కారకుడు " అనే విశ్వాసాన్ని పెంచి ప్రశాంతంగా తన సేవలు కొనసాగించే శక్తినిందించాయి. ఈ ప్రాక్టీషనర్ తనకు దొరికిన అద్భుతమైన వైబ్రియోనిక్స్ పెన్నిధి ద్వారా తనలో ఎంతో పరివర్తన కలిగిందని అలాగే తన చుట్టూ ఉన్న పరిసరాలను కూడా చెడు నుండి మంచి వైపుకు మరలాలా ప్రభావితం చేయగలుగుతున్నానని అంటున్నారు. వీరు ఎంతో ఉదాత్తంగా స్వామికి తన ప్రార్థనను ఈ విధంగా తెలుపుతున్నారు. " వైబ్రియోనిక్స్ సేవలు విస్తరిస్తూ ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అవసరమైన వారందరికీ ఈ సేవలు అందాలి. ప్రజలంతా ఈ స్వీయ పరివర్తనా వైద్య విధానము వైపు మరలి తమ జీవన విధానము మార్చుకోవాలి".

పంచుకున్న కేసులు :

- [కంటి కురుపు](#)
- [నోటిలో ప్రణము](#)



ప్రాక్టీషనర్ 10831...India పశువైద్య శాస్త్రంలో విశ్వవిద్యాలయ పట్టా కలిగిన వీరు ఒక ప్రభుత్వ సంస్థలో పశువైద్య నిపుణుని గానూ అలాగే అక్కడ అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసరు గా 37 సంవత్సరాల సుదీర్ఘ భోధనా అనుభవం గడించిన తరువాత 2002లో పదవీ విరమణ చేసారు. వీరు 1985 నుండి స్వామి భక్తులుగా ఉన్నప్పటికీ 2003 నుండి చురుకైన సేవాదళ సభ్యునిగా ఉంటూ ఏ చిన్న అవకాశం వచ్చినా ప్రశాంతి నిలయం సేవకు వెళ్ళేవారు. 2009 సెప్టెంబర్ లో ఒక మిత్రుని ద్వారా వీరు వైబ్రియోనిక్స్ గురించి తెలుసుకొన్నారు. స్వామి అనుగ్రహంతో ఆ తరువాత నెలలోనే మహారాష్ట్ర లోని సోలాపూర్ లో జరిగిన శిక్షణా కార్యక్రమంలో పాల్గొని AVP అయ్యారు. అప్పుడున్న నిబంధనల ప్రకారం వీరికి 54CC కాంబో బాక్సు ఇవ్వడం జరిగింది.



ప్రారంభంలో చాలా తక్కువమంది పేషంట్లు రావడం వలన వీరు నిరాశకు గురై స్వామిని ప్రార్థించారు. త్వరలోనే పేషంట్ల ప్రవాహము ప్రారంభమవడమే కాక కొందరు మానసిక వికలాంగులు చికిత్స తీసుకోవడం ప్రారంభించారు. అనంతరం వీరికి ఒక పెద్ద కర్మాగారములో వర్కర్లకు చికిత్స చేసే అవకాశము లభించింది. దినసరి కూలీలు కనుక వీరికి చికిత్స కోసం సెలవు దొరకడం కష్టం, దొరికినా వైద్య ఖర్చు భరించడం చేతకాదు. అటువంటి వారికి చికిత్స చేసే అవకాశం వచ్చినందుకు వీరు ఎంతో అనందించేవారు. 2010 నుండి దగ్గరలో ఉన్న షిరిడీ బాబా మందిరంలో ప్రతీ గురువారము ఉదయము, సాయంత్రము చికిత్స చేసే అవకాశము వీరికి లభించింది. 2011 జనవరిలో వీరు VPగా ఉత్తీర్ణత పొంది 108CC బాక్సు తీసుకున్న తరువాత వీరి ప్రాక్టీసు ఆకాశమే హద్దుగా పెరగ సాగింది. వీరికి దగ్గరలో ఉన్న గోశాలలోని గోవులకు వారానికి రెండు సార్లు చికిత్స చేయడం ప్రారంభించే సరికి గోమాత పూజ కోసం అక్కడికి వచ్చే వారు కూడా వీరివద్ద చికిత్స తీసుకోవడం ప్రారంభించారు.

2014 ఏప్రిల్ నుండి ప్రశాంతి నిలయంలో మగవారి సేవాదళ్ భవనంలో వివిధ రాష్ట్రాల నుండి వచ్చే సేవాదళ్ కోసం క్రమం తప్పకుండా నిర్వహించబడే వైబ్రో వైద్యశిబిరం లో రెగ్యులర్ గా సేవ చేసే అద్భుతమైన అవకాశం వీరికి లభించడం వీరి జీవితంలో ఒక అద్భుతమైన మలుపు. ఈ సేవా నిర్వహణ కోసం వీరు సుమారు 15 రోజులు పుట్టపర్తిలోనే ఉంటూ ఉదయం నుండి సాయంత్రం వరకూ వైబ్రోయోనిక్స్ రెమిడిలు ఇస్తూ ఉంటారు. తన గురువు దైవమైన స్వామి చెంత సేవ చేసుకునే భాగ్యం కలుగుతున్నందుకు ఈ సేవ చాలా ప్రత్యేకమైనదిగా వీరు భావిస్తున్నారు. అనేక ప్రాంతాలనుండి వచ్చే అనేక సంస్కృతులతో కూడిన సేవాదళ్ ను చూడడం వలన ఇది వీరి అవగాహనను ఇనుమడింపజేసిందని వీరు భావిస్తున్నారు. వీరి పేషంట్లలో అనేకమంది అలోపతి డాక్టర్లు కూడా ఉండడం వలన ఈ చికిత్సా ఫలితాలు చూసిన తరువాత వీరు తమ పేషంట్లకే కాక, బంధువులు, స్నేహితులను కూడా వైబ్రో చికిత్స తీసుకోవలసిందిగా సూచించడమే కాక రోగుల మెడికల్ రిపోర్టులను విశ్లేషణ చేయటం లో సహకారాన్ని అందిస్తున్నారు. ప్రాక్టీషనర్ స్వతహాగా వెటర్నరీ డాక్టర్ కావడం వలన పేషంటు యొక్క వ్యాధుల గురించి త్వరగా అవగాహన చేసుకొని సత్వరమే వారికి చికిత్స నందించేందుకు అవకాశము కలుగుతోంది.

వీరు హైదరాబాద్ లో ఉన్నప్పుడు షిర్డీ బాబా మందిరంలో సేవను, గోశాల లో సేవను కొనసాగిస్తూనే సంవత్సరానికి రెండు సార్లు ప్రశాంతి నిలయంలోనే బసచేసి సేవచేసుకుంటున్నారు. అలాగే ప్రశాంతి నిలయం యొక్క పారిశుధ్య నిర్వహణా సేవ బృందంలో సభ్యునిగా ఉంటూ తమ సేవలు కొనసాగిస్తున్నారు.

వీరు తాత్కాలిక వ్యాధుల తో బాధపడుతున్న పేషంట్లకు చికిత్స చేసే నిమిత్తం వెల్ నెస్ కిట్ ను ఎప్పుడూ తన వెంట ఉంచుకుంటారు. ఈ సందర్భంగా ఒక ఆసక్తికరమైన సంఘటనను మనతో పంచుకుంటున్నారు. వీరు పుట్టపర్తి లోని సూపర్ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్ గేట్ వద్ద సేవలో భాగంగా నైట్ డ్యూటీ చేస్తున్నప్పుడు ఒక కుక్క కుంటుతూ మూలుగుతూ కనిపించింది. వీరు వెంటనే **Move Well** కాంటో ను ఒక కప్పు నీళ్ళలో వేసి సమయము ప్రకారం చూసుకుంటూ నాలుగుసార్లు త్రాగించారు. అరగంటలో ఆ కుక్క కుంటకుండా నడుచుకుంటూ హాయిగా వెళ్ళిపోయింది.

పునరావృతమవుతున్న చర్మవ్యాధులు, శ్వాస సంబంధితమైన వ్యాధులు, ఆందోళన వంటి వాటికోసం తమ పేషంట్లకు **CC17.2 Cleansing** ను సూచిస్తున్నారు. అలాగే తన అనుభవం ద్వారా సోరియాసిస్, ఫార్మిన్స్ వ్యాధి ఇంకా కారణాలు తెలియని వ్యాధులకు కూడా **CC12.4 Autoimmune diseases** అద్భుతంగా పనిచేస్తోందని కనుగొన్నారు.

వీరు 108CC బాక్సు తో సేవ చేయడం తనకెంతో సంతోషి నిస్తోందని కనుక SVP గా ప్రమోషన్ తీసుకునే ఆలోచన తనకు లేదని భావిస్తున్నారు. ఐతే కొన్ని రకాల మానసిక వ్యాధుల నిమిత్తం తన సీనియర్లు తయారు చేసే ఇచ్చిన రెమిడిలను ఎప్పుడూ తన వెంట ఉంచుకుంటారు. ఆత్మవిశ్వాసం లేకపోవడం, పెంకితనం, దురాలోచనలు, నిరాశాపూరిత వైఖరులు, విపరీతమైన ఆందోళనలు భయాలు, కుంగుబాటు వంటి వాటికి అద్భుతమైన రీతిలో వీరు చికిత్సనందించడం జరిగింది. ఈప్రాక్టీషనర్, వైబ్రోయోనిక్స్ తనను "సేవ" అనే పదానికి నిజమైన అర్థం తెలుసుకునేలా చేసి తన హృదయాన్ని మరింత దయాపూరితంగా చేసిందని అభిప్రాయం పడుతున్నారు. ఇందువలన పేషంట్ల బాధలు అర్థం చేసుకోవడానికి వారితో ప్రేమతో మాట్లాడడానికి భగవంతుని పట్ల పూర్తి శరణాగతి భావంతో మెలగడానికి దోహద పడిందని భావిస్తున్నారు. ఎవరికైనా జీవితాంతం అవసరమైన వారికి సేవ చెయ్యాలనే కోరిక ఉన్నట్లయితే వారికి వైబ్రోయోనిక్స్ కు మించిన సదవకాశం లేదు అని దృఢంగా చెబుతున్నారు!

ఆ వైట్రి మిశ్రమాలు ఉపయోగించిన కేసుల వివరాలు ఖ

1. కంటికురుపు 11583...ఇండియా

28 నవంబర్ 2016 న 40-ఏళ్ల మహిళ తన కుడి కంటిలో ఏర్పడ్డ కంటికురుపు కారణంగా ఆకస్మిక దురద, వాపు, నీళ్లు కారడం, ఎరుపుదనం వంటివి రావడం తో ప్రాక్టీషనర్ ను సంప్రదించారు. ఈ సమస్య ఈమెకు 10 సంవత్సరాల క్రితమే ప్రారంభమై సుమారు 6 నెలలకు ఒకసారి పునరావృతమవుతున్నది. ప్రతీసారి ఈమె సంప్రదించే డాక్టరు యాంటి బయాటిక్స్ ఇస్తుండడంతో రెండువారాల్లో తగ్గుతోంది కానీ మరలా పునరావృతమవుతోంది.

ఈమెకు క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది:

CC7.3 Eye infections...ప్రతీ పదినిమిషాలకు ఒక డోస్ చొప్పున రెండు గంటల వరకూ అనంతరం 6TD

రెండవ రోజుకల్లా పేషంటుకు 40% మెరుగయ్యింది. మరో రెండు రోజుల తర్వాత 80% మెరుగుదల కనిపించింది. కనుక డోస్‌జ్ ను TDS కి తగ్గించడం జరిగింది. 5 రోజుల తర్వాత వ్యాధి లక్షణాలు పూర్తిగా పోవడంతో పేషంటు రెమిడి తీసుకోవడం ఆపివేశారు. గమనించదగ్గ అంశం ఏమిటంటే సాధారణంగా ప్రతీ సారి 10-14 రోజులపాటు తీసుకునే అలోపతి మందులు ఈసారి ఏమీ తీసుకోకుండానే వైట్రి రెమిడిలతోనే పూర్తిగా తగ్గిపోయింది. ఇటీవలే పేషంటు తమ కుటుంబ సభ్యుల కోసం రెమిడిల నిమిత్తం వచ్చినప్పుడు తనకు కంటికురుపు పునరావృతం కాకుండా పూర్తిగా తగ్గిపోయిందని చెప్పారు!

సంపాదకుని వ్యాఖ్య: పైన ఇవ్వబడిన చికిత్స ఈ కేసు విషయంలో విజయవంతమైనప్పటికీ సాధారణంగా డోస్‌జ్ ను పూర్తిగా ఆపివేసే ముందు క్రమంగా తగ్గించుకుంటూ రావాలి.



2. నోటిపూత 11583...ఇండియా

గత కొన్ని సంవత్సరాలుగా 10 సంవత్సరాల బాబుకు పరీక్షలంటే భయం కారణంగా నోటిపూత ఏర్పడుతోంది. అలోపతి డాక్టరు ఇచ్చే B కాంప్లెక్స్ ట్యాబ్లెట్ల వలన తగ్గిపోతోంది కాని తిరిగి పరీక్షల సమయంలో పునరావృత మవుతోంది.

19 డిసెంబర్ 2016, ఈ అబ్బాయి తల్లి బాధతో ఇబ్బందిపడుతున్న బాబును ప్రాక్టీషనర్ వద్దకు తెచ్చారు. బాబుకు క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది:

CC11.5 Mouth infections + CC17.3 Brain & Memory tonic...6TD

6 రోజుల తర్వాత ఈ అబ్బాయికి 100% మెరుగుదల కనిపించడం తో డోస్‌జ్ TDS కి తగ్గించడం జరిగింది. మూడు రోజుల తర్వాత రెమిడి ఆపివేయడం జరిగింది. ఐతే బాబు తల్లి పరీక్షల సమయంలో ఈ రెమిడిని ముందు జాగ్రత్త కోసం OD గా బాబుకు ఇస్తూ వచ్చారు తప్ప మరే ఇతర మందులు వాడలేదు.

బాబు తల్లి తన వ్యక్తిగత చికిత్స కోసం ప్రాక్టీషనర్ ను సంప్రదిస్తూ ఉన్న సందర్భంలో ఏప్రిల్ 2018 లో తన కుమారుని గురించి చెబుతూ 2016 డిసెంబర్ లో చికిత్స తీసుకున్నప్పటి నుండి ఇప్పటివరకూ ఒక్కసారి కూడా బాబుకు నోటిపూత రాలేదని తెలిపారు.



3. కేన్సర్ వలన చర్మ వ్యాధి 01448...జర్మనీ

58-ఏళ్ల మహిళ కేన్సర్ వలన కలిగిన చర్మపు మచ్చలతో ప్రాక్టీషనర్ ను సంప్రదించారు. వీరి కుటుంబంలో కేన్సర్ తో మరణించిన పేషంటు యొక్క ఆంటి విషయం తప్పితే వీరికి కేన్సర్ కుటుంబ చరిత్ర లేదు. 2011 ఏప్రిల్ లో పేషంటు కు రొమ్ము కేన్సర్

ఉన్నట్లు గుర్తించి శస్త్రచికిత్స ద్వారా ఎడమవైపు వక్షజాన్ని తొలగించారు. దుష్పలితాలకు భయపడి ఈమె ఖిమో థెరపీ చేయించుకోవడానికి విముఖత చూపారు కానీ రేడియో థెరపీ మాత్రం 2011 జూన్ నుండి ఆగస్టు వరకూ చేయించుకున్నారు. దీని తరువాత 3½ సంవత్సరాలు తనకు ఎంతో బాగుందని అనిపించింది. 2015 జనవరిలో శస్త్రచికిత్స చేయించుకున్న ప్రాంతంలోనూ మరియు మెడచుట్టు నొప్పి మరియు గడ్డలను గుర్తించారు. ఇది కేన్సర్ సంబంధిత కణాల వ్యాప్తిగా నిర్ధారణ కావడంతో ఖిమో థెరపీ తో పాటు 3 వారాలకొకసారి చొప్పున 8 సార్లు కాడ్ సైలా ఇన్సుజన్ తీసుకోవలసి ఉంటుందని సూచించారు. గంటన్నర వ్యవధి తీసుకునే 3 బాధాకరమైన ఇన్సుజన్ ల తర్వాత పేషంటు ప్రాక్టీషనర్ ను కలిశారు. 2015 జూలై 27 న ఆమెకు క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది:

#1. CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.1 Brain disabilities...TDS

#2. CC2.1 Cancers + CC2.2 Cancer pain + BR16 Female + SR528 Skin...TDS

#3. SR559 Anti Chemotherapy...6TD for 4 weeks

కేవలం రెండు వారాలలో గడ్డలు పరిమాణంలోనూ సంఖ్యలోనూ 50% తగ్గాయి. అందువలన ఆమె మిగతా ఖిమో థెరపీ సందర్భనల నుండి విరమించుకున్నారు. అలాగే అలోపతి మందులను వాడడం కూడా పూర్తిగా మానేసారు. మూడు నెలల తర్వాత గడ్డలు పూర్తిగా అదృశ్య మైపోగా వాటి తాలూకు బాధ మాత్రం 50% శాతం తగ్గింది. 31 జనవరి 2016, నాటికి వ్యాధి లక్షణాలు పూర్తిగా తొలగిపోగా ఆమెకు 100% ఉపశమనం కలిగింది. ఆమె **#1** మరియు **#2**లను 6 నెలలపాటు వాడారు. ఆ తర్వాత ఆమె ఎటువంటి ఇబ్బంది లేకుండా తన పనులను ఆనందంగా చేసుకో గలుగుతున్నారు. 2017 నవంబర్ నాటికి పేషంటు రెమిడి లను **TDS**గా తీసుకుంటూ ఉన్నారు. ఇలా 5 సంవత్సరాలు వాడాలని నిర్ణయించుకున్నారు. ఇప్పుడూమెకు అలోపతి మందులు కానీ ఖిమో థెరపీ గానీ అవసరం లేకుండా పోయింది. వారి కుటుంబ వైద్యుడు కూడా 6 నెలల కొకసారి పర్యవేక్షిస్తూ ఆమె ఆరోగ్య పరిస్థితి పట్ల సంతృప్తికరంగా ఉన్నారు.



4. గర్భాశయం లో నీటి బుడగలు, వంధత్వము^{11585...ఇండియా}

31-సంవత్సరాల మహిళ కు 6 సంవత్సరాల పాప ఉంది. ఆమె గత రెండు సంవత్సరాలుగా రెండవ సంతానం కోసం ప్రయత్నిస్తూ ఉంది. గత 6 నెలలుగా ఆమె అలోపతి మందులు ప్రయత్నిస్తూ ఉన్నారు కానీ వాటివలన కడుపునొప్పి, అలసట, వాంతులు వంటి దుష్పలితాలు కలుగసాగాయి కానీ ఆమె గర్భం మాత్రం దాల్చలేదు. రెండు నెలల క్రితం డాక్టర్ సూచన ప్రకారం ఆమెను అల్ట్రాసౌండ్ స్కానింగ్ చేయించుకోగా గర్భాశయం లో నీటి పొక్కుల లాంటివి ఉన్నట్లు రిపోర్టు వచ్చింది. దీనికోసం డాక్టర్ మరలా అలోపతి మందులు వ్రాయగా గత అనుభవం దృష్టిలో పెట్టుకొని సందేహంగానే ఆమె వాటిని ప్రారంభించారు. వారం లోనే తిరిగి అదే దుష్పలితాలు తిరిగి కలగడంతో అలోపతి చికిత్సను విరమించారు. ఈ లోగా పేషంటు తల్లి తను వైబ్రో రెమిడి వలన లబ్ధి పొంది ఉండడంతో తన కుమార్తెను వైబ్రో చికిత్సను తీసుకోవలసిందిగా ప్రోత్సహించారు.

22 జూలై 2017 తేదీన ప్రాక్టీషనర్ క్రింది రెమిడి ఆమెకు ఇవ్వడం జరిగింది:

#1. CC2.3 Tumours&Growths + CC8.2 Pregnancy tonic + CC8.4 Ovaries&Uterus + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic...TDS

నెల తర్వాత గర్భాశయంలో నీటి పొక్కులు పూర్తిగా తగ్గిపోయినట్లు డాక్టర్ ధ్రువీకరించారు. పేషంటు **#1**ని వాడడం కొనసాగించారు.

వారం తర్వాత అనగా సెప్టెంబర్ 1వ తేదీన పేషంటు తన నెలసరి రాకపోవడంతో తను పరీక్ష చేయించుకోగా ఆమె గర్భం దాల్చినట్లు రిపోర్టులను బట్టి డాక్టర్ ధృవీకరించడం తో ఆమె ఆమె ఆనందానికి అవధులే లేవు. ఆ తరువాత 7 వారాల పాటు ఆమె #1 ను క్రమంగా తగ్గించి OD గా తీసుకోసాగారు.

అక్టోబర్ 20 వ తేదీన రెమిడి క్రింది విధంగా మార్చబడింది:

#2. CC8.2 Pregnancy tonic...OD

ఈ రెమిడి #2 ని పేషంటు తన గర్భస్థ కాలమంతా తీసుకుని 14 ఏప్రిల్ 2018న చక్కని ఆడపిల్లకు జన్మ నిచ్చారు. తల్లి బిడ్డా ఆనందంగా ఆరోగ్యంగా ఉండడం పేషంటు తల్లికి ఎంతో సంతృప్తి ని అందించింది. పాప పుట్టిన మరొక నెల వరకూ #2 ను తీసుకొని 15 మే 2018న రెమిడి తీసుకోవడం విరమించారు. ఆ తరువాత ప్రాక్టీషనర్ వీరిని కలిసినప్పుడు ఎంతో ఆనందంగా కనిపించడమే కాక వైబ్రియోనిక్స్ కు స్వామికి తమ హృదయ పూర్వక కృతజ్ఞతను తెలియజేసారు.



5. దీర్ఘకాలిక సైనుసైటిస్ వ్యాధి ^{01768...౧5}

58-సంవత్సరముల మహిళ గత 15 సంవత్సరములుగా ప్రతీ శీతాకాలంలో నాలుగు నెలల పాటు (నవంబర్ నుండి ఫిబ్రవరి) వరకూ సైనుసైటిస్ వ్యాధితో బాధ పడుతూ ఉన్నది. ఆమెకు ముక్కువెంట నీరు కారడం, ముక్కు మూసుకుపోయినట్లు ఉండడం, కళ్ళ వెనుక చెక్కిళ్ళ వెనుక వత్తిడిగా అనిపించడం వంటి లక్షణాలు ఉన్నాయి. అలోపతి మందుల వలన తాత్కాలికంగా ఉపశమనం కలిగినా శాశ్వతంగా వ్యాధి లక్షణాలు దూరం కాలేదు.

4 ఫిబ్రవరి 2017, నాడు క్రింది రెమిడి ఆమెకు ఇవ్వబడింది.

NM99 Sinus + OM23 Sinus + BR15 Sinus Balance + SM35 Sinus + SR219 Brow + SR452 Adenoids + SR512 Nasal Mucous Membrane + SR527 Sinus Paranasal + CC19.5 Sinusitis...TDS

రెమిడి తీసుకున్న రెండు నెలల తర్వాత ఆమెకు 100% ఉపశమనం కలిగింది. 2018 మార్చి లో పేషంటు ప్రాక్టీషనర్ ను కలసినప్పుడు తనకు పూర్తిగా తగ్గిపోయిందని మరుసటి శీతాకాలంలో కూడా తనకు ఎటువంటి ఇబ్బంది ఏర్పడలేదని చెప్పారు.



6. వెరికోజ్ వెయిన్స్ ^{01768...౧5}

42 సంవత్సరాల వయసుగల ఒక కాలేజి ప్రిన్సిపాల్ గత 7 సంవత్సరాలుగా ఉబ్బిన రక్త నాళాల వ్యాధితో బాధపడుతున్నారు. వీరికి కాళ్ళలో నరాలు బాగా ఉబ్బి నల్లగా కనిపిస్తూ ఉన్నాయి. వీరు ప్రాక్టీషనర్ ను కలిసినాటికి ఈ నరాలు బాగా నొప్పి పెడుతూ ఉండడమేకాక ఒక నరము పగిలిపోయి ఉంది. రక్త ప్రావాన్ని ఆపడానికి దీనికి కట్టుకట్టుబడి ఉండడమేకాక ఇది పుండు మాదిరిగా తయారై ఉంది. 2017, లో వీరికి క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది:

#1. CC3.1 Heart tonic + CC3.7 circulation + CC21.11 Wounds & Abrasions...6TD మూడు రోజుల వరకూ అనంతరం TDS

ప్రాక్టీషనర్ రెండు నెలల పాటు ఇతర దేశానికి వెళ్ళడం మూలంగా పేషంటు గురించి ఏ సమాచారము తెలియరాలేదు ఐతే పేషంటు రెమిడి కంటిన్యూగా వాడుతూనే ఉన్నారు. 2017 జూలై లో వీరు స్వదేశానికి వచ్చినప్పుడు పేషంటు తనకు వారంలోనే పుండు మాయమైపోయిందని చెప్పారు. అలా రెండు నెలలు వాడగా నొప్పి మరియు వాపు విషయంలో 80% మెరుగుదల కనిపించిందని చెప్పారు.

ఇప్పుడు **CC21.11 Wounds & Abrasions** యొక్క అవసరం లేదు కనుక రెమిడిని క్రింది విధంగా మార్చారు:

#2. CC3.1 Heart tonic + CC3.7 circulation...OD

తరువాత ప్రాక్టీషనర్ రెండవ సారి విదేశాలకు వెళ్లడం మూలంగా 2018. ఫిబ్రవరి వరకూ పేషంటు ను కలవడం వీలు కాలేదు. ఐతే పేషంటు తనకు నొప్పి వాపు చాలా కాలం క్రితమే తగ్గిపోవడం వలన రెమిడి తీసుకోవడం ఆపివేసినట్లు చెప్పారు. తిరిగి మే 2018 లో పేషంటు ను కలిసినప్పుడు తను ఏ ఇతర మందులు తీసుకోలేదని తనకు పై సమస్యలేవీ పునరావృతం కాలేదని తనకి ఇప్పుడు ఎంతో హాయిగా ఉందని చెప్పారు.

సంపాదకుని వ్యాఖ్య:

ప్రాక్టీషనర్ ఎక్కువకాలం వేరే ప్రాంతానికి వెళుతున్న సందర్భంలో తన పేషంట్ల నిమిత్తం వేరే ప్రాక్టీషనర్ ను ఏర్పాటు చేయడం మంచిది. అందుబాటులో ఉండే ప్రాక్టీషనర్ ల సమాచారము నిమిత్తము మీ దేశపు లేదా ప్రాంతపు కోఆర్డినేటర్ ను సంప్రదించండి. లేదా ఇండియా లోనే ఉన్నట్లయితే: healerInfo@in.vibronics.org కు వ్రాసి సమాచారము పొందండి.



7. మూడు చోట్ల విరిగిన ముంజేతి ఎముక- బోన్ గ్రాఫ్టింగ్ 03558...ప్రెస్

12 నవంబర్ 2017, తేదీన 64-ఏళ్ల విశ్రాంత వైద్యుడు తన టైక్ మీద కూర్చుని ఉండగా కారు వచ్చి కొట్టటం వలన ప్రమాదం



జరిగింది. ఇతనికి వెన్ను చివరిభాగము చిట్లడం మరియు కుడి చేతికి తీవ్రంగా దెబ్బలు తగలడం జరిగింది. వీరిని వెంటనే హాస్పిటల్ కి తీసుకువెళ్ళడం జరిగింది. ఐతే పేషంటు వైబ్రియోనిక్స్ చికిత్స కూడా తీసుకోవాలనుకున్నారు. నవంబర్ 15 నాడు ఆపరేషన్ చేసి చెదిరిన ఎముకలను దగ్గర చేర్చడానికి మరియు మణిక్కట్టు పైన ఉబ్బెత్తుగా ఉన్న భాగాన్ని తొలగించడానికి నిర్ణయించారు. పేషంటు ఈ శస్త్ర చికిత్స పట్ల చాలా ఆందోళనతో ఉన్నారు. వీరికి క్రింది రెమిడి ఇవ్వడం జరిగింది:

#1. NM59 Pain + SR348 Cortisone + Potentisedparacetamol 200C + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental &Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.7

Fractures + CC21.11 Wounds& Abrasions...QDS వైబ్రియో

చికిత్సకుముందు హాస్పిటల్లో ఉన్నప్పుడు గోళీల రూపంలోనూ మిగతా రోజులలో నీటితో వేసుకోవడం.

డిసెంబర్ 8 వ తేదీన పేషంటు వైబ్రియోనిక్స్ రెమిడిలు తనకు చాలా బాగా ఉపకరిస్తున్నాయని చెప్పారు. అంత పెద్ద ఆపరేషన్



చేయించుకున్నా నొప్పి ఏమాత్రం లేదని మొత్తం మీద తనకు 30% ఉపశమనం కలిగిందని తెలిపారు. చేతి పైన శస్త్ర చికిత్స తాలూకు గాయాలు కూడా తగ్గిపోయాయి. వీరు కొద్ది రోజులు మాత్రమే నొప్పి నివారిణులను వాడి, ఆ తరువాత వైబ్రో రెమిడిల పైన మాత్రమే ఆధారపడి ఉన్నందున ఇవి తన విషయంలో చాలా బాగా పనిచేసినవని చెప్పారు.

ప్రాక్టీషనర్ **#1** నుండి మొదటి నాలుగు రెమిడిలను మినహాయించి క్రింది రెమిడి ఇవ్వడం జరిగింది:

#2. CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental &Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.7 Fractures + CC21.11 Wounds& Abrasions...TDS

ట్రీట్ మెంట్ అనంతరము

ఒక నెల తరువాత అనగా 9 జనవరి 2018 తేదీన పేషంటు తనకు చేతి ఎముక తగినంతగా గట్టిపడనప్పటికీ పేషంటు తనకు మరొక 30% ఉపశమనం కలిగిందని చెప్పారు. కనుక **#2 ను BD** కి తగ్గించడం జరిగింది. మరో మూడు వారాల తర్వాత **OD** కి తగ్గించడం జరిగింది.

ఫిబ్రవరి 10 నాటికి ఎముకకు గట్టిదనం చేకూరింది కేవలం మచ్చలు మాత్రమే మిగిలాయి. ఇప్పుడు పేషంటు కర్ర కోసం ఆధారపడవలసిన అవసరం లేదు. ఐతే డాక్టర్ సూచన మేరకు 1-2 నెలలు బరువులు పట్టకుండా ఉండడం ఎక్కువ స్ట్రెస్ అవకుండా ఉండడం వంటి జాగ్రత్తలు తీసుకుంటూ ఉన్నారు. పేషంటు ఇప్పుడు తన కుడి చెయ్యి చక్కగా పనిచేస్తున్నందుకు మణికట్టు సులువుగా తిప్పగలుగుతున్నందుకు మణికట్టు పైన వికారంగా కనిపించే ఉబ్బెత్తు భాగం కనపడకుండా పోయినందుకు చాలా ఆనందంగా ఉన్నారు.

పేషంటు వ్యాఖ్య :

15 నవంబర్ 2017 తేదీన నేను కుడి చేతి ఎముక మూడు చోట్ల విరిగినందుకు శస్త్ర చికిత్స చేయించుకున్నాను. గ్రాస్టింగ్ ద్వారా ఒక సెంటీమీటర్ పొడవు మందము ఉన్న ఉల్నా (ఇలియాక్ బోన్ బ్రిడ్జ్ ద్వారా గ్రాస్టింగ్ చేయబడినది) ద్వారా కట్టు వేయబడింది. చికిత్సా కాలమంతా మా ప్రాక్టీషన్ ద్వారా వైబ్రో రెమిడిలు తీసుకున్నాను. నేటివరకు అనగా (10 ఫిబ్రవరి 2018) సూచించిన రీతిలో రెమిడి తీసుకున్నాను. ప్రస్తుతం చివరిగా సూచించిన రెమిడిలను ODగా తీసుకుంటున్నాను. X-రే రిపోర్ట్ ప్రకారం ఎముక స్థిరీకరణకు ఆరునెలల సమయం పడుతుంది. కానీ వైబ్రో రెమిడిల వల్ల కేవలం 3 నెలల్లోనే అది సాధ్యం అయ్యింది!! కీళ్ల కదలిక కూడా మూడు నెలల లోనే ఏర్పడింది. ఇదంతా ఎందుకు వ్రాస్తున్నాను అంటే వైబ్రో రెమిడిలు ఎంత ప్రయోజన వంతమైనవో మీకు తెలియ పరచడానికే. ఈ విధంగా స్వస్థత పొందటానికి నేను కండరాల పనితీరు గూర్చి నేను తీసుకున్న శిక్షణ మరియు ఆరోగ్యవంతమైన ఆహారము కూడా ఒక కారణము. నేను చికిత్స సందర్భంగా తీసుకున్న చికిత్స ముందు, తరువాత తీసుకున్న X-ఫోటోలను కూడా జతపరిచాను.

8. మ్రింగలేక పోవడం ^{01001...ఉరుగ్స్}

గత సంవత్సర కాలంగా 8 సంవత్సరాల పాపకు ఆహారము మ్రింగడంలో సమస్య ఏర్పడి అది గొంతులో అడ్డుపడుతోంది. ఐతే ప్రక్కనే మంచినీళ్ళు పెట్టుకొని ముద్ద ముద్దకు నీటిని త్రాగుతూ ఏదోవిధంగా ఆహారం తీసుకునే ప్రయత్నం చేసేది కానీ ఇది చాలా నొప్పితో కూడినది గా ఉంటోంది. భోజనం చేసిన ప్రతీసారి తనకు అడ్డుపడి పోతుండేమో అని విపరీతంగా భయపడ సాగింది. అందుచేత ఆహారం తీసుకోవడంలో ఉన్న అనందం ఆమె అనుభవించ లేకపోసాగింది. ఈ విధంగా ప్రతీ రోజు జరిగేవి. పేషంటు వేరే ఇతర చికిత్స ఏదీ తీసుకోలేదు.

5 ఫిబ్రవరి 2018 లో పాపకు క్రింది రెమిడి ఇవ్వడం జరిగింది:

CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.4 Constipation + CC4.10 Indigestion + CC10.1 Emergencies + CC12.2 Child tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...BD నీటితో.

కేవలం ఒక్క డోస్ వేసుకున్న మాత్రాననే పాపకు గొంతులో ఇబ్బంది తొలగిపోయింది. ఆమె తన భోజనాన్ని ఆనందంగా ఆస్వాదించసాగింది.

పేషంటు వ్యాఖ్యలు :

వైబ్రో రెమిడి తో నా వ్యాధి నయమైనందుకు నాకు చాలా ఆనందంగా ఉంది. ఇప్పుడు నేను ఏది తింటున్నా నాకు ఇబ్బంది

ఏమీ కలగడం లేదు. ఇంతకు ముందు నేను భోజనం చేసే సమయంలో ఆహారం గొంతులో ఇరుక్కుపోతుండేమో అన్న భయంతో ఒక గ్లాసు నిండుగా నీళ్ళు దగ్గర పెట్టుకునేదానిని. కానీ ఇప్పుడు ఆ భయమేలేదు.

పేషంటు యొక్క టీచర్ వ్యాఖ్యలు: ఇప్పుడు పాప ఏమాత్రం ఆందోళన లేకుండా, నిజానికి ఇంతకు ముందు కంటే ప్రశాంతంగా ఉండగలుగుతోంది. మిగతా తరగతి పిల్లలకు ఒక ఆదర్శంగా పాప తయారయ్యింది. సమస్య సాధనలో తన తోటి వయస్కులకు కూడా ఆమె సహాయము చేస్తోంది. మింగడంలో పాపకు ఉన్న సమస్య పూర్తిగా మటుమాయమయ్యింది.



9. డిప్రెషన్, అజీర్ణము మరియు మలబద్ధకం ^{11581...ఇండియా}

64 ఏళ్ల మహిళ 1990 లో తన భర్త యొక్క హఠాన్మరణము వలన మానసికంగా కుంగుబాటుకు గురై దీని కారణంగా ఈమెకు అజీర్ణము, మలబద్ధకము ఏర్పడ్డాయి. ఈ విధంగా 15 సంవత్సరాల నుండి ఈమె బాధపడుతూ ఉన్నారు. ఈమెకు అధిక రక్తపోటు, చెక్కెర వ్యాధి వంటివేమీ లేవు. ఈమె అనేక సంవత్సరాలుగా డిప్రెషన్, గ్యాస్, అసిడిటీ, మలబద్ధకం కోసం అలోపతి మందులు వాడుతూ ఉండడంతో అవి పనిచేయడం కూడా మానేసాయి. ఈమె ప్రాక్టీషనర్ వద్దకు వచ్చినప్పుడు ముఖం అంతా పాలిపోయి బ్రతుకు మీద ఆశ వదిలేసినట్లు కనిపించారు. ఈమె కుమారుడు పేషంటును తీసుకురాగా ఆమెకు ధైర్యం చెప్పి భగవంతుడు సహాయం చేస్తాడని వ్యాధి తప్పనిసరిగా తగ్గిపోతుందని చెప్పడంతో పేషంటు చికిత్సకు సహకరించడంతో 23 జూన్ 2017న క్రింది రెమిడి ఆమెకు ఇవ్వడం జరిగింది:

- # 1. CC4.1 Digestion tonic + CC4.2 Liver&Gallbladder tonic + CC4.4 Constipation + CC4.10 Indigestion + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental &Emotional tonic...TDS
- #2. CC15.1 Mental &Emotional tonic + CC15.2 Psychiatricdisorders + CC15.6 Sleepdisorders + CC17.2 Cleansing + CC17.3 Brain & Memory tonic...TDS

నెల రోజుల తరవాత పేషంటు మానసిక ఆరోగ్యం 40% మెరుగయ్యింది. కనుక ఆమె వాడే అలోపతి మందులన్నీ మానేసి #1 మరియు #2 లను 3 నెలల పాటు కొనసాగించారు.

6 అక్టోబర్ 2017, పేషంటు తనకు మానసిక రుగ్మతలనుండి 100% మెరుగయినట్లు, అజీర్ణము, మలబద్ధకం నుండి 80% మెరుగయినట్లు చెప్పారు. #2ను 3 ఫిబ్రవరి 2018 వరకూ BD గానూ మరొక నెల వరకూ OD గానూ కొనసాగించారు. అనంతరం 9 మే 2018 నాడు రెమిడి మానేసే వరకూ దీనిని OW గా కొనసాగించారు.

అజీర్ణము విషయంలో మరొక నెల తర్వాత 90% శాతం మెరుగుదల కనిపించడం తో #1ను BDకు తగ్గించారు. మరలా పునరావృతం అవుతుండేమో అన్న భయంతో మే 9 నాటికి BD గా కొనసాగిస్తూనే ఉన్నారు. పేషంటు ప్రస్తుతం మానసికంగా శారీరకంగా ఎంతో ఆరోగ్యంగా ఉంటూ తన జీవన సరళిని మార్చుకొని ఆనందంగా జీవిస్తున్నారు.



10. సోరియాటిక్ అర్థైటిస్ ^{11590...ఇండియా}

33 సంవత్సరాల మహిళకు 7 సంవత్సరాల క్రితం సోరియాటిక్ వలన తల పైన మచ్చ ఏర్పడింది. ఆటిజం తో బాధ పడుతున్న బాబుకు జన్మ నిచ్చిన సంవత్సరం తర్వాత ఆమెకు ఈ విధంగా ఏర్పడింది. పేషంటు తనకు ఈ విధంగా కలగడం ఆటిజం ఉన్న పిల్లవాడిని పెంచటం మూలంగా ఏర్పడిన ఫ్రైస్, మానసిక కుంగుబాటు వలన అని భావించారు. ఈమె అలోపతి ఆయింటింగ్లను 4 సంవత్సరాల పాటు వాడారు. ఇది ఈ మచ్చ పెరగకుండా ఉపయోగపడింది. కానీ 3 సంవత్సరాల క్రితం ఆమె మెడ, చేతుల మీద మరియు రెండు సంవత్సరాల అనంతరం ఆమె కాళ్ళ మీద కొత్త పుండ్లు ఏర్పడ్డాయి. ఈ పుండ్లు పైన పొక్కులు ఏర్పడి అవి విపరీతంగా దురదను కలిగించ సాగాయి. శీతాకాలంలో సహజంగా చర్మము పొడిగా మారిపోవడం కారణంగా ఆమె

రోగ లక్షణాలు మరింత పెరగసాగాయి. అప్పుడప్పుడూ దురదలు మరీ భరించలేనివిగా ఉన్నప్పుడు స్టెరాయిడ్ ఆయింటింట్ ఆమె ఉపయోగించేవారు. ఈమె, అదనంగా 1½ సంవత్సరాల క్రితం స్థాన భ్రంశమైన గర్భధారణకు (ఎక్స్‌పెక్ట్ ప్రెగ్నెన్సీ) గురి అయ్యారు. ఆ తరువాత ఆర్థరైటిస్ వ్యాధి ఏర్పడింది. దీని కారణంగా ఆమెకు మోకాళ్ళ నొప్పులు మరియు వాపు, తుంటి నొప్పి, ఏర్పడ్డాయి. నెల క్రితం ఈ నొప్పి ఆమె భుజం మీదకి కూడా వ్యాపించింది. ఈ 7 సంవత్సరాలుగా ఆమెకు నిద్ర కూడా సరిగా పట్టడం లేదు.

7 జనవరి 2018, తేదీన ఆమెకు క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది:

#1. CC10.1 Emergencies + CC15.2 Psychiatricdisorders + CC20.3 Arthritis + CC21.10 Psoriasis...TDS

#2. CC10.1 Emergencies + CC21.10 Psoriasis...TDS in water for local application

#3. CC15.6 Sleepdisorders...OD నిద్రించడానికి ముందు

ఈమె వేరే ఇతర చికిత్స ఏదీ తీసుకోవడం లేదు. ఒక వారం తరువాత పేషంటు తనకు కీళ్ళ నొప్పులు 30% మరియు దురదలు పొక్కులు 20% తగ్గాయని ఇప్పుడు తను హాయిగా నిద్రపోగలుగుతున్నానని తెలిపారు. నెలరోజుల చికిత్స తరువాత కీళ్ళ నొప్పులు 90% తగ్గాయని, కీళ్ళవద్ద వాపులు కూడా తగ్గాయని, మెడ, చేతులు, కాళ్ళవద్ద ఉండే పుండ్ల యొక్క పరిణామం 50% తగ్గిందని, పుండ్ల పై దురద, పెచ్చు పూర్తిగా తగ్గిందని చెప్పారు. మరో రెండు నెలల అనంతరం కీళ్ళనొప్పులు పూర్తిగా తగ్గాయని పుండ్లు 70% తగ్గాయని కొత్త పుండ్లు రాలేదని తెలిపారు. ఈ విధంగా 15 మే 2018, నాటికి పేషంటుకు 100% ఆరోగ్యం చేకూరిందని, రెమిడిని TDSగా వాడాలని నిశ్చయించుకున్నారు. మొదట పేషంటు తన కొడుకుకు వైబ్రో చికిత్సకు ఒప్పుకోలేదు. కానీ తన విషయంలో వచ్చిన సత్ఫలితాలు చూసి ఆమె తన కుమారుని కోసం వైబ్రో చికిత్స మొదలు పెట్టమని అభ్యర్థించారు.



11. సక్రమంగా రాని ఋతుస్రావం ^{11589...ఇండియా}

32 సంవత్సరాల మహిళ తనకు యుక్తవయసు నుండి సక్రమంగా రాని ఋతుస్రావం గురించి ప్రాక్టీషనర్ ను కలిశారు. దీని కారణంగా ఆమెకు 9-10 రోజుల పాటు అధిక రక్తస్రావము, దుర్వాసన మరియు నొప్పి కలుగ సాగాయి. అంతేకాక ఆమెకు ఈ ఋతుస్రావం మాములుగా 28 రోజులకు రావలసింది ఆలస్యం బైతూ 40-45 రోజులకొకసారి వస్తోంది. ఆమె అలోపతి, హోమియోపతి మందులు అనేకసార్లు ప్రయత్నించారు కానీ ఫలితం కలుగలేదు.

19 జూలై 2017 న ప్రాక్టీషనర్ ఆమెకు క్రింది రెమిడి ఇచ్చారు.

CC3.7 Circulation + CC8.1 Female tonic + CC8.8 Menses Irregular + CC15.1 Mental &Emotional tonic...TDS నీటితో

రెమిడి ప్రారంభించిన వెంటనే ఆమెకు అసాధారణమైన కడుపు నొప్పి (బహుశా పుల్లూట్ వలన కావచ్చు) వచ్చింది. ఐతే క్రమంగా తగ్గుతూ ఆమె ఋతుస్రావం కారణంగా వచ్చే నొప్పి విషయంలో ఉపశమనం కలిగింది. కేవలం మూడు నెలల లోనే ఆమెకు సమస్యలన్నీ పోయి ఋతుస్రావం కేవలం 4-5 రోజులకే పరిమితమయ్యింది. ఇదే డోసేజ్ మరో రెండు నెలలు కొనసాగించగా 28 రోజులకే సక్రమంగా ఋతుస్రావం రావడం ప్రారంభ మయ్యింది. కనుక డోసేజ్ రెండు నెలల పాటు BD గానూ ఆ తరువాత ప్రస్తుతం ముందు జాగ్రత్త నిమిత్తం OD గా కొనసాగిస్తూ ఉన్నారు.



12. పరీక్షలంటే భయం 11590...ఇండియా

17 సంవత్సరాల వైద్య విద్యార్థినికే రాబోయే పరీక్షల పట్ల విపరీత మైన భయం ఏర్పడింది. ఆమె కష్టపడి ఎన్నో గంటలు చదువుతోంది కానీ గత రెండు వారాలుగా ఆమె చదివింది ఏమీ గుర్తుండడం లేదు. 1 డిసెంబర్ 2017న ఆమె ప్రాక్టీషనర్ ను సంప్రదించినపుడు, ఆమె తనకు నిద్ర లేమి, ఏకాగ్రత కుదరక పోవటం, చదివినది మరిచి పోవటం, వీటితో బాధ పడుతున్నట్లు చెప్పారు. ఆమెకు క్రింది రెమిడి ఇవ్వడం జరిగింది:

CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic...TDS నీటిలో

రెమిడి తీసుకున్న మొదటి రోజు ఆమె చక్కగా నిద్రించింది. తర్వాత 25 రోజుల వరకూ ఆమె ఎటువంటి వత్తిడికి గురి కాకుండా తన పరీక్షలను చక్కగా పూర్తి చేసింది. పరీక్షలు వ్రాసే సమయంలో కూడా చదివినవి చక్కగా గుర్తు రావడంతో ఆత్మవిశ్వాసంతో వ్రాసి మొదటి శ్రేణిలో ఉత్తీర్ణురాలయ్యింది.

పేషంటు తన కోర్సు మొత్తం పూర్తయ్యి చివరి పరీక్షలు వ్రాసే వరకూ OD గా తీసుకొని 31 డిసెంబర్ 2017న మానేసింది.

ఆ ప్రశ్నలు జవాబులు

1. ప్రశ్న : వ్యాధి తీవ్రత ఎక్కువగా ఉన్నరోగి (ఉదాహరణ; శ్వాస తీసుకోలేకపోవడం, తీవ్రమైన రక్తస్రావం, దెబ్బలు బాగా తగలడం) వైట్రి చికిత్సకోసం వస్తే వారిని అలోపతి డాక్టర్ వద్దకు పంపవచ్చా?

జవాబు : ఎమెర్జెన్సీ కండిషన్ లో లేదా పేషంటు పరిస్థితి ప్రమాదకరంగా ఉన్నప్పుడు మొదట తగిన రెమిడి ఇచ్చిన తర్వాత పేషంటు ను వారి డాక్టర్ ను సంప్రదించవల్సిందిగా లేదా దగ్గరిలో ఉన్న హాస్పిటల్ ను సందర్శించ వలసిందిగా సూచించాలి. అంతేగానీ మీరేమీ అలోపతి మందును పేషంటుకు సూచించేందుకు అర్హులు కారు.

+++++
+

2. ప్రశ్న : వ్యాధి నిర్ధారణ కాకముందే ముందుగా ఊహించి ఆ రోగానికి చికిత్స చేయవచ్చా ?

జవాబు: అవును. వైట్రి నివారణలు పూర్తిగా హానిరహితమైనవి కనుక చికిత్స కోసం వీటిని ఇవ్వవచ్చు. ఏ సందర్భంలో నైనా వైట్రి రెమిడిలను ఏ వ్యాధి కైనా ముందు జాగ్రత్త కోసం వాడవచ్చు. అంతేకాక వ్యాధి నిర్ధారణ కోసం చేసే పరీక్షలలో వ్యాధి నిజంగా ఉన్నట్లు నిర్ధారణ ఐతే రెమిడి లు అప్పటికే పనిచేయడం ప్రారంభించనట్లు భావించవచ్చు.

+++++

3. ప్రశ్న : అల్సరేటివ్ కొలైటిస్ తో బాధపడుతున్న పేషంటు కు **CC4.6 Diarrhoea**, తో గానీ పోటెంటైజ్ చేసిన ప్రేడ్మీనోలోన్ (ఒక స్టెరాయిడ్) తో గానీ ఉపశమనం కలుగుటలేదు. ఇతనికి ఏవిధంగా సహాయ పడగలను ?

జవాబు: కొందరు ప్రాక్టీషనర్ల అనుభవం ప్రకారం పేషంటు యొక్క మలం నుండి నోసోడ్ తయారుచేసి 1M పోటెన్సీ లో ఇచ్చినప్పుడు చాలా బాగా పనిచేసినట్లు కనుగొన్నారు. ఇప్పుడు మేము 200C బదులుగా 1M పోటెన్సీ సూచిస్తున్న విషయం మీరు గమనించాలి. ఈ విషయంలో మీ నుండి వచ్చే ప్రతిస్పందనను హృదయ పూర్వకంగా ఆహ్వానిస్తున్నాము. హెచ్చరిక; పేషంటు శరీరంలో ఏదయినా వ్యాధిగ్రస్త భాగం రెమిడి తయారు చేయటానికి వాడేటప్పుడు చాలా జాగ్రత్తగా వ్యవహరించాలి.

+++++

4. ప్రశ్న: నేను SRHVP మిషన్ ద్వారా SR341 Alfalfa + SM39 Tension తయారు చేయడానికి ఒక చుక్క ఆల్కహాల్ తీసుకోని 200C వద్ద మొదట SR341 Alfalfa తయారు చేశాను. అనంతరం SM39 కలపడం కోసం డయల్ ను , 10MM పోటెన్స్ కోసం డయల్ ను (1)000 వద్ద ఉంచాను. డయల్ ను తటస్థీకరించడానికి (న్యూట్రలైజ్ చేయడానికి) కూడా డయల్ ను (1)000, వద్ద ఉంచుతాము కదా మరి ఇది ముందుగా చేసిన Alfalfa రెమిడి ని న్యూట్రలైజ్ చేయడాని అని నా సందేహం?

జవాబు: ఈ ప్రశ్న అడిగినందుకు చాలా సంతోషం. మీరనుకున్నట్లు (1)000 పోటెన్స్ కి డయల్ చేసినప్పుడు ముందు డయల్ చేసిన రెమిడి యొక్క పోటెన్స్ ని న్యూట్రలైజ్ చెయ్యదు. ఎందుకంటే రెండవ రెమిడి పోటెన్స్ కోసం డయల్ తిప్పుతున్నప్పుడు రెమిడి బాటిల్ మిషను యొక్క వెల్ లో ఉండదు. మీరు మిషను యొక్క స్లాట్ లో SM39 కార్డు ఉంచిన తర్వాత వెల్ లో బాటిల్ ఉంచుతారు కనుక దీని వైబ్రేషన్ మీరు వెల్ లో ఉంచిన ఆల్కహాల్ చుక్కకు చేరుతుంది.



5. ప్రశ్న : వైబ్రియో రెమిడి లు ఉన్న గదిలో కరెంటు ద్వారా పనిచేసే ఎయిర్ ఫ్రెష్నర్ ఉపయోగించవచ్చా ?

జవాబు: పరిశుభ్రమైన తాజా గాలి ఉత్తమమైనది. మీరు ఎయిర్ ఫ్రెష్నర్ వాడదలిస్తే ప్రకృతి సిద్ధమైన నాన్ ఎరోజిబల్ స్ప్రే లేదా వత్తికి లోహము లేకుండా ఉన్న మైనపు దీపం కానీ లేదా పరిశుభ్రమైన ఆయిల్ ఎసెన్స్ గానీ ఉపయోగించవచ్చు. ఫ్లగిన్స్ సింథటిక్ తో తయారుచేసినవి కనుక గదిలో ఉండేవారికి, అక్కడ ఉంచే వైబ్రో ఉత్పత్తులకు కూడా మంచివి కావు.



6. ప్రశ్న: పేషంట్ కు వెంట్రుకలతో తయారు చేసిన నోసోడ్ ఇవ్వడం వలన పూర్తి పెరుగుదల కలుగుతుందా ?

జవాబు: అవును. తల వెంట్రుకల సమస్యల నిమిత్తం తయారు చేసిన నోసోడ్ వ్యక్తి యొక్క ఆరోగ్య విషయంలో కూడా మార్పు తీసుకురాగలుగుతుంది. ఎందుకంటే మనిషికి గానీ జంతుకువలె గానీ వెంట్రుక లో పూర్తి సమాచారం నిక్షిప్తమై ఉంటుంది.



7. ప్రశ్న: ఏ వయస్సులో పిల్లలకు CC12.2 Child tonic ఇవ్వడం మానివేసి CC12.1 Adult tonic ప్రారంభించ వచ్చు?

జవాబు: ప్రతి ఒక్కటి పిల్లల పెరుగుదల మరియు ఆరోగ్యం పైన ఆధారపడి ఉంటుంది. పిల్లలకు యవ్వనం ప్రారంభమైనప్పుడు Child tonic ఇవ్వడం మానివేయవచ్చు. ఐతే ఇది యువతీ యువకులకు వారి స్థాయిని బట్టి మారిపోతూ ఉంటుంది. కనుక Adult tonic, ప్రారంభించే ముందు BR16 Female/BR17 Male ను మూడు నెలల పాటు BD గానూ చివరి రెండు నెలలు OD రాత్రిళ్ళు ఇవ్వడం మంచిది.

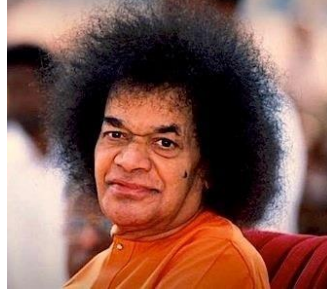


8. ప్రశ్న: పేషంట్ ఒకటి కంటే ఎక్కువ కొంబో లు తీసుకుంటున్నప్పుడు అవన్నీ కూడా ఒకేసారి నీటిలో కలిపి తీసుకోవచ్చా? ఒకవేళ ఇదే నిజమైతే రెమిడి కి రెమిడి కి 5 నిమిషాల విరామం పాటించడం ఎందుకు?

జవాబు: గతంలో రెండు కొంబోల మధ్య ఎడం 5 నిమిషాలు ఉండాలని చెప్పాము ఎందుకంటే ఆ సమయంలో మొదట తీసుకున్న రెమిడి యొక్క వైబ్రేషన్ అవసరమైన శరీర అవయవానికి చేరి పోయే అవకాశం ఉంది. కానీ ఇటీవల మా పరిశోధనా ఫలితాలను బట్టి కొంబోలు నీటిలో కలిపి (వీటి డోసేజ్ ఒకటిగానే ఉండాలి) తీసుకోవడం వలన వాటి ఫలితం ఏమాత్రం తగ్గదని తెలిసింది. అలాగే పేషంట్లు కూడా ఎక్కువ రెమిడి బాటిల్ లను తీసుకోవడానికి విముఖత చూపుతారు కనుక ఎక్కువ శాతం రెమిడిలను ఒకేసారి కలిపి నీటిలో తీసుకోమని ఇప్పుడు సూచిస్తున్నాము. ఐతే ఈ రెమిడిల నుండి ఎక్కువ

ఫలితం పొందడానికి ప్రభావవంతంగా పనిచేసే మియాజం, నోసోడ్ లోక కన్సిట్యూషనల్ రెమిడి ఇవి మనసు భావోద్వేగాల మీద ప్రభావము చూపుతాయి కనుక (సాధారణంగా 200 C పోటెన్స్ లో ఇచ్చినవి) వీటిని మిగతా కొంబోలతో కలపకూడదు. 30 నిమిషాల విరామం ఇవ్వడం సురక్షితమైన పద్ధతి.

ఆ దివ్య వైద్యుని దివ్యవాణి ఖ



“మనసుకు శాంతి లేకపోవడమే అతిపెద్ద రోగము. మనసుకు శాంతి చిక్కైనప్పుడు సహజంగా శరీరము కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. కనుక ఆరోగ్యము కావాలనుకొనేవారు తమ ఆలోచనలు, తలంపులు భావోద్వేగాలు, పవిత్రమైనవిగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. బట్టలు ఏవిధంగా ఐతే శుభ్రపరుస్తామో మనసును కూడా మురికి చేరకుండా ఉండేటందుకు పదేపదే శుభ్రపరుస్తూ ఉండాలి. ఈ మురికి ఎక్కువై పోతే అది అలవాటుగా మారిపోతుంది. బట్టల పైన మచ్చలు పడితే రజకునికి వాటిని శుభ్రపరచడం కష్టమైనదే కాక దానిని శుభ్ర పరిచే ప్రక్రియలో బట్టలు కూడా పాడయిపోతాయి. కనుక మనసులో ఏమాత్రం మురికి చేరకుండా పవిత్రంగా ఉంచడం అనేది ఒక నిరంతర ప్రక్రియ. ఆవిధంగా చెడుకు ఆస్కారం ఉన్న పరిస్థితుల నుండి, సాంగత్యం నుండి దూరంగా తొలగిపోవాలి. అసత్యము, అన్యాయము, క్రమశిక్షణా రాహిత్యము, క్రూరత్వము, జుగుప్స ఇవన్నీ మనసులో మురికిని పెంచేవి. సత్య, ధర్మ, శాంతి, ప్రేమలు మనసును పవిత్ర పరిచేవి. వీటిని శ్వాసగా మలుచుకొని జీవిస్తున్నట్లయితే, నీ మనసు ఆ దుష్ట క్రిముల మురికి నుంచి బయట పడుతుంది, నీవు మానసికంగా దృఢంగా శారీరకంగా ఆరోగ్యంగా మారిపోతావు.”

... సత్యసాయిబాబా, “ది టెస్ట్ టానిక్ ” దివ్యవాణి 21 సెప్టెంబర్ 1960

<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume01/sss01-28.pdf>

+++++

"ఈ విశ్వంలో అరుదైన అవకాశము అవతారముతో సమకాలినులుగా జన్మించడం. ... స్వామి ఇంకా వివరిస్తూ అట్టి అవతారమును తెలుసుకోవడం మరింత అరుదైనది...దీనికన్నా అరుదైనది అట్టి అవతారమును మానవకారములో ప్రేమించడం. దీనికన్నా అరుదైనది ఇంకా చెప్పాలంటే విశ్వంలో ఇంతకంటే మహా భాగ్యం ఉండదు అని చెప్పబడేది అట్టి అవతారమునకు సేవచేసుకొనే భాగ్యం కలగడం. "

సత్యసాయిబాబా. కొడైకెనాల్ లో విద్యార్థులతో సంభాషణలు

<http://www.theprasanthereporter.org/2013/07/follow-his-footprints/>

ఆ ప్రకటనలు ఖ

భవిష్యత్తులో నిర్వహించబడనున్న శిక్షణా శిబిరాలు

- ❖ యుఎస్ఎ. రిచ్మండ్ VA: AVP వర్క్ షాప్ 22-24 జూన్ 2018, సంప్రదించవలసిన వారు సుసాన్, వెబ్సైటు ఎడ్రస్ trainer1@us.vibrionics.org
- ❖ ఇండియా పుట్టపర్తి: AVP వర్క్ షాప్ 22-26 జూలై 2018, సంప్రదించవలసిన వారు లలిత, వెబ్సైటు ఎడ్రస్ elay54@yahoo.com లేదా టెలిఫోన్ నంబర్ 8500-676 092
- ❖ ఫ్రాన్సు పెర్స్పెక్టివ్: AVP వర్క్ షాప్ మరియు రిఫ్రెషర్ సెమినార్ 8-10 సెప్టెంబర్ 2018, సంప్రదించవలసిన వారు డేనియల్ వెబ్సైటు ఎడ్రస్ trainer1@fr.vibrionics.org
- ❖ ఇండియా పుట్టపర్తి: AVP వర్క్ షాప్ 18-22 నవంబర్ 2018, సంప్రదించవలసిన వారు లలిత, వెబ్సైటు ఎడ్రస్ elay54@yahoo.com లేదా టెలిఫోన్ నంబర్ 8500-676 092
- ❖ ఇండియా పుట్టపర్తి : SVP వర్క్ షాప్ 24-28 నవంబర్ 2018, సంప్రదించవలసిన వారు హేమ, వెబ్సైటు ఎడ్రస్ 99sairam@vibrionics.org

ఆ అదనంగా ఖ

1. ఆరోగ్య చిట్కాలు.

గాఢ నిద్ర కోసం మెలుకువగా ఉండండి !!!

“ప్రతి ఒక్కరు రాత్రిళ్ళు గాఢంగా నిద్రపోవాలి. బతే అవసరమైన సమయం కంటే అధికంగా నిద్రించడం వలన మతిమరుపు కలుగుతుంది. కనుక మతిమరుపు వయస్సు రీత్యా వచ్చేదికాదు అధిక నిద్ర వలన వస్తుంది.”...శ్రీ సత్యసాయిబాబా

“ప్రతి రాత్రి నిద్ర పోగానే నేను చనిపోతాను. మరుసటి ఉదయము నాకు మెలుకువ రాగానే మరలా పుడతాను”....మహాత్మా గాంధీ

1. నిద్ర చాలా అవసరం ³⁻⁶

నిద్ర మనకెంతో ప్రీయమైనది. నిద్ర అనేది ఒక అవసరం, విలాసము కాదు ఉదయం మనం నిద్ర లేవగానే ప్రశాంతంగా హాయిగా అనిపిస్తే ఓహో నాకు గాఢనిద్ర పట్టింది అంటాము. నిద్ర అనేది మన నిజ జీవితంలో ప్రతి అంశాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. మన చూపును, విషయాలను అర్థం చేసుకునే విధానము, మన ప్రవర్తన, మనలక్ష్యాలు ఎంతవరకు పూర్తి చేయ గలుగుతున్నాము ఇటువంటి అన్నింటి పైనా ప్రతిబింబిస్తుంది.⁴ నిద్ర యొక్క విలువ ఎంతో ఒక్కరోజు నిద్ర పోలేకపోయినప్పుడు తెలుస్తుంది.⁵ మన మెదడులో అనేక నిర్మాణాల పనితీరు నిద్ర పైనే ఆధారపడి పనిచేస్తాయి.⁶ మనలోనున్న కాలమాపకం యొక్క హెచ్చరికలను అనుసరిస్తూ తగినంతగా నిద్రపోవడం అత్యవసరం.

2. మీ నిద్రయొక్క పరిభ్రమణ చక్రాన్ని తెలుసుకోండి.3,4,6-8

ఆరోగ్యవంతమైన నిద్రకు 4 ఘట్టాలు ఉంటాయి. మొదటి దశ ఇది జాగ్రదవస్థకూ నిద్రావస్థకూ మధ్యస్థ దశ. రెండవదశ మనము పరిసరాల యొక్క స్పృహ నుండి దూరమవడం జరుగుతుంది. మన శ్వాస, రక్తపోటు, హృదయస్పందన నిద్రానించి, శరీర ఉష్ణోగ్రత కాస్త తగ్గుతుంది. దీనితర్వాత మనం పరిసరాల నుండి అచేతన స్థితిని పొంది మూడవ దశ ఐనట్టి గాఢమైన నిద్ర

స్థితికి వెళతాము. (దీనికి మరో పేరు SWS, స్లో వేవ్ స్లీప్ slow wavesleep)⁷ ఈ స్థితిలో శరీరం, మెదడు బాగా విశ్రాంతి పొంది రక్తము శరీరములోని కండరాలకు దిశ మరలింప బడుతుంది. ఈ దశ భౌతికంగా విశ్రాంతి పొందడానికి, శక్తి పునరుద్ధరణకూ, రోగ నిరోధక శక్తి పెంచటానికి, హార్మోన్ ల నియంత్రణకు, పెరుగుదలకు ఉపయోగకరమైన దశ.

నాలుగవ దశ ను REM (రాపిడ్ ఐ మూమెంట్ rapid eye movement) దశ అంటారు. ఇది జ్ఞానాత్మక రంగ అభివృద్ధికి, జ్ఞాపకశక్తి పునరుద్ధరణకు దోహదపడే అత్యంత కీలకమైన దశ. ఈ దశలో మెదడు మునపటి దినచర్యకు సంబంధించిన జ్ఞాపకాలను వ్యవస్థీకరించి అనవసరమైన వాటిని తుడిచివేస్తుంది. జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుదల, భావోద్వేగాల నియంత్రణ, చురుకుదనానికి ఈ దశ చాలా కీలకమైనది. నిద్రా సమయాన్ని తగ్గించి నపుడు ఈ దశ ఎక్కువగా ఎఫెక్ట్ అవుతుంది. మనము పూర్తి స్థాయిలో నిద్రించినపుడు ఒక్కొక్కటి 60-90 నిమిషాల నిడివి ఉండే ఈ నాలుగు దశలను, 3-4 సార్లు పొందుతాము. మన నిద్రా సమయంలో 20% నిడివి ఉండే గాఢనిద్ర దశ నిద్ర యొక్క మొదటి అర్థభాగంలో ఎక్కువగా సంభవిస్తుంది. రాత్రి గడుస్తున్న కొద్దీ REM దశ పెరుగుతుంది. ఈ నిద్రా పరిభ్రమణ చక్రమనేది నిర్దేశిత విజ్ఞాన శాస్త్రము కాదు ఇది ఒక్కొక్కరికి ఒక్కొక్క రకంగా ఉండవచ్చు, అలాగే వ్యక్తి లో కూడా ఈ అవస్థలు రోజురోజుకూ మారుతూ ఉండవచ్చు కూడా. ఇది చుట్టూ ఉండే పరిసరాలు, జీవన విధానము, ఆరోగ్య పరిస్థితులను బట్టి మారుతూ ఉంటుంది.

3. నిద్రకు ఎంత సమయం అవసరం [ఎంత నిద్ర అవసరం] 2,6,9-12

నిద్ర మరీ ఎక్కువ కాకుండా మరీ తక్కువ కాకుండా ఉండాలి. ఐతే నిద్ర విషయంలో అందరికీ ఏకరీతిగా ఉండే విధానము అంటూ ఏదీ లేదు. పసిపాపలకు 22 గంటల నిద్ర అవసరము. పిల్లలు పెద్దవారయ్యే కొద్దీ ఈ సమయం తగ్గుతూ ఉంటుంది. 5-12, సంవత్సరాల మధ్య వయసుగల పిల్లలకు పది గంటల నిద్ర అవసరం. ఆ తర్వాత 32 సంవత్సరాల వయసు వరకూ 7-8 గంటల నిద్ర అవసరము. ఈ సమయం అనేది సదరు వ్యక్తులు చేసే పనిని బట్టి కూడా ఆధారపడి ఉంటుంది.² వయసు మరియు నిద్రాసమయం జీవనవిధానము బట్టి కూడా ఈ సమయము మారుతూ ఉంటుంది. కనుక మనం దీనికోసం కొంత అవగాహనతో మన శరీరానికి ఎంత నిద్ర అవసరం అనేది తెలుసుకొని తదనుగుణంగా వర్తించాలి.^{6,9,10}

నియమిత కాలం నిద్రించడం ఎంత అవసరమో అలాగే నిర్ణీత కాలంలో నిద్రించడం, లేవడం కూడా అంతే అవసరం.¹¹⁻¹² భారత దేశ సంప్రదాయం ప్రకారము ప్రతిరాత్రీ 9.30 కు నిద్రించి ఉదయమే 4.30 కు నిద్రలేవడం ‘అంతరంగిక జీవ సమయ సూచి’ ని సమతృప్తత లో ఉంచి శరీరాన్ని ఎంతో ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.² నిర్ణీత సమయంలో నిద్ర మెలుకువ స్థితులు కలిగి ఉండడం మనిషి యొక్క కార్యదీక్షను చురుకుదనాన్ని పెంచుతాయని పరిశోధనలు తెలియ జేస్తున్నాయి.¹¹⁻¹²

వ్యక్తి తప్పనిసరిగా అంతరంగిక జీవగడియారాన్ని అనుసరించాలని ఇటీవల వెలువడిన విజ్ఞాన శాస్త్ర పరిశోధనా ఫలితాలు సూచిస్తున్నాయి.¹³⁻¹⁵ వైద్య రంగము మరియు శరీర శాస్త్రంలో 2017లో నోబెల్ బహుమతి అందుకున్న ముగ్గురు శాస్త్రజ్ఞులు సర్వ ప్రాణులలో అంతరంగిక జీవ గడియారమును (దీనినే సర్కాడియన్ రిథం అంటారు) ప్రభావితం చేసే జన్యువులను గుర్తించి వేరు చేయటం ద్వారా దాని ప్రాముఖ్యతను సవివరంగా తెలిపారు. ఈ జీవ గడియారము రాత్రి పగలూ కూడా భూభ్రమణం యొక్క సమయానుకూలంగా తనకుతాను మార్పులు చేసుకుంటూ అనేక దశలకు లోనవుతూ జీవ క్రియలు నిర్వర్తిస్తూ ఉంటుంది. ఇది మన శ్వాస క్రియ వలెనే అత్యంత ప్రాధాన్యతను సంతరించుకొని మన ప్రవర్తన, హార్మోన్ స్థాయిలను నియంత్రించడం, నిద్ర అవసరాలను తీర్చడం, శరీర ఉష్ణోగ్రతను నియంత్రించడం, జీవక్రియలు ఇలా ఎన్నో పనులు నిర్వర్తిస్తుంది. ఐతే బాహ్య వాతావరణానికి, అంతరంగిక గడియారానికి తాత్కాలికంగా అననుకూలత ఏర్పడినప్పుడు ఉదాహరణకు షెట్ లాగ్ వలన, మన ఆరోగ్యం కొంత కుంటు పడుతుంది. దీర్ఘకాలికమైన అసందర్భపు అలవాట్ల వలన ఏర్పడే ఇబ్బందులు దీర్ఘకాలిక రోగాలకు దారితీస్తాయి.

4. సమగ్రమైన నిద్రించే విధానము.2,10,16-17

ఆదర్శవంతంగా జీవించడానికి తక్కువ మోతాదులో నిద్రించడం మరియు మిగతా సమయాన్ని ప్రశాంతంగా గడపడం అవసరం. మనషికి విశ్రాంతి అనేది చాలా అవసరం. నిద్రించడం కూడా ఒకవిధంగా విశ్రాంతి. విశ్రాంతి అనగా మన దేహంలో ఉన్న శక్తి స్థాయిని తిరిగిపోకుండా చూసుకోవడము ద్వారా తిరిగి శక్తిని పునర్జలనం చేయడం. సాధ్యమైనంత తరుచుగా మనం విశ్రాంతి తీసుకుంటూ ఉండగలిగితే మనం పగలు పనిలో నిమగ్నమయి ఉన్నా అలసిపోకుండా చురుకుగానే ఉండగలుగుతాము. అలాగే మన నిద్రా అవసరాలను కూడా తగ్గించ గలుగుతాము.

ఒక సాధారణ మానవునికి ప్రాపంచిక బాధ్యతల కారణంగానూ, శరీరపు జడత్వము కారణంగానూ, మనసులో ఉండే అలజడి కారణంగాను విశ్రాంతి పొందడం కొంచెం కష్టమైన విషయమే. బాగా అలసిపోయిన శరీరం - మనసు, అవకాశం దొరకగానే నిద్రకు ఉపక్రమిస్తుంది. ఎందుకంటే విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి డానికి తెలిసిన మార్గం అదొక్కటే. నిద్రించే విధానాన్ని పరిపూర్ణమైన దిశలో మలచుకోవడానికి మన జీవనవిధానము కూడా తగు విధంగా మార్చుకోవాలి. మనం బాగా నిద్రించ గలుగుతున్నామంటే బాగా జీవిస్తున్నట్లు అర్థం. బాగా విశ్రాంతి పొందిన శరీరము అలారము అవసరం లేకుండానే నిర్ణీత సమయానికి నిద్ర లేస్తుంది.¹⁶⁻¹⁷

5. హాయిగా నిద్రించడానికి, ఆనందంగా లేవడానికి చిట్కాలు! 2,3,6,9,10,18-24

*మీరు తిన్న ఆహారము మీరు నిద్రించే లోగానే జీర్ణమవడం చాలా మంచిది. అంతే కాకుండా సాయంత్రం కాఫీ ,టీ లాంటివి తీసుకోకుండా ఉండడం ద్వారా శరీరం పని తీరుకు విఘాతం కలిగించకుండా ఉండడం మేలు.^{3,6,9,18,20}

*నిద్రించే ముందు తల స్నానం లేదా మామూలు స్నానం చేసినట్లయితే మన శక్తి వలయం పరిశుభ్రమై గాఢమైన నిద్ర పడుతుంది. ఆరుబయట సరదాగా కాసేపు నడకవడం కూడా దీనికి మరింత సహకారం అందిస్తుంది. ^{6,18}

*నిద్ర పోయేముందు ఒక గ్లాసు నీరు త్రాగాలి.¹⁸

*నిద్రించే మంచం పక్కన సెల్ఫోన్ లాంటి ఆధునిక పరికరాలేవీ ఉండకుండా జాగ్రత్త వహించండి.^{3,6,9,20}

*కోవ్వొత్తి గానీ సెంద్రియ నూనె మరియు పత్తి తో చేసిన వత్తి ఉన్న దీపాన్ని గదిలో వెలిగించి ఉంచడం ద్వారా గది లోపలి వాతావరణాన్ని పవిత్రంగా ఉంచవచ్చు.¹⁸

*ఎడమవైపు తిరిగి మాత్రమే నిద్రించడం ద్వారా జీర్ణవ్యవస్థ, హృదయ వ్యవస్థ, లింఫ్ వ్యవస్థ చైతన్య వంతమవుతాయి. మీరు ఉత్తర గోళార్ధంలో (నార్త్ పోల్ లో) ఉంటే ఉత్తరానికి ముఖం పెట్టి నిద్రించవద్దు. అనగా ఏగోళార్ధంలో ఉంటే ఆదిశలో తలను ఉంచి నిద్రించకూడదు ఎందుకంటే భూ అయస్కాంత శక్తి రక్త ప్రసరణను మెదడుకు ఎక్కువ చేయడం ద్వారా వత్తిడి పెంచుతుంది.^{18,22,23}

*నిద్ర వచ్చినప్పుడు ప్రశాంతంగా నిద్రపోండి. మీటింగు ఉందనో పని వత్తిడి కారణంగానో చేయవలసిన పని ఇంకా మిగిలిఉందనో నిద్రను బలిపెట్టకండి. దినచర్యను వత్తిడిని మనసునుండి తుడిచివెయ్యండి. దీనికోసం మంచి ఆధ్యాత్మిక సద్గంధాన్ని చదవడమో, దీర్ఘ శ్వాసను తీసుకోవడమో, మౌనంగా ఉండడమో, మంత్రాన్ని జపించడమో ఇలాంటివి చేయడం ద్వారా అంతః చైతన్యము తో విలీనం కండి. ప్రతిరోజూ ఎంతో మంది తమ శరీరాన్ని విడిచి పెడుతూ ఉంటారు. కనుక గాంధీ మహాత్ముడు తను ప్రతి రాత్రీ చనిపోయి ఉదయమే జీవించడం ప్రారంభిస్తాను అన్నట్లు మనసులోని భారాలన్నీ తుడిచివేసి హాయిగా నిద్రించడం నేర్చుకోవాలి.^{2,18,20}

*ప్రతీ రోజూ నిద్రించడానికి, లేవడానికి కూడా నియమితమైన సమయాన్ని పాటించండి.^{6,9,19,24}

*నిద్ర లేచేటప్పుడు చిరునవ్వు నవ్వుతూ లేవండి. మీ అరచేతులను కొన్ని పర్యాయములు ఒకదానికొకటి రాపాడించి వాటిని రెండు కనుల పైన ఉంచడం ద్వారా చేతిలో ఉన్న నరాల చివరిభాగాలు శరీరంలో ఉన్న అనేక వ్యవస్థలను సహజమైన పద్ధతిలో జాగ్రతం చేస్తాయి. తరువాత కుడివైపు తిరుగుతూ మంచం మీద నుండి లేవాలి దీనివలన గుండె పైన వత్తిడి కలగకుండా ఉంటుంది.^{18,21}

*పెద్దవారు మధ్యాహ్నం భోజన అనంతరం 10 నుండి 20 నిమిషాలు నిద్రించడం వలన శరీరము మనసుల యొక్క వ్యవస్థ శక్తి వంతమవుతుంది. యువకులు మధ్యాహ్నం భోజనము తర్వాత 5 నిమిషాలు ప్రశాంతంగా కూర్చోవాలి. ఎందుకంటే భోజనానంతరం రక్తసరఫరా తల నుండి జీర్ణవ్యవస్థకు ఎక్కువగా ప్రవహించి నిద్రావస్థ కలుగుతుంది .²

*మీ శరీరానికి సరిపడే జీవనవిధానము, ఆహారపు అలవాట్లు అలవరుచుకుంటూ దీనితోపాటు శరీరానికి మనసుకు విశ్రాంతి నిచ్చి జీవన సరళిని మెరుగుపరిచే విధంగా నిత్యమూ ధ్యానము చేయడం అలవరుచు కోవాలి.²⁴ జీవన లక్ష్యాన్ని చేరుకొనే విధంగా నిద్ర అవసరాన్ని ఈ విధంగా తగ్గించడం ద్వారా ఆ సమయాన్ని నిర్మాణాత్మక రంగంలో ఉపయోగపెట్టేలా అలవాటు చేసుకోవాలి.^{10,17,18,20}

6. నిద్రలేమి రుగ్మతలను అరికట్టడానికి తీసుకోవలసిన చర్యలు 5,25,26

నిద్రలేమికి ప్రధాన కారణాలు: లోకంలో ఎవ్వరూ కూడా నిద్ర లేకపోవడం వలన శస్త్రచికిత్స వరకూ తెచ్చుకునేంత పరిస్థితి తెచ్చుకోవడానికి ఇష్టపడరు. నిద్రలేమి అనునది భావోద్వేగాల నియంత్రణ తప్పడం, అసహనము, కోపము, కుంగుబాటు, ఆందోళన, ఏకాగ్రతలోపము, అనిశ్చితి, ఆలోచనా రాహిత్యము, ఏదీ సక్రమంగా నిర్వర్తించలేకపోవడము వంటి సమస్యలకు దారి తీస్తుంది. ఇటువంటి పరిస్థితి కొనసాగితే చేజేతులా అనారోగ్యము తెచ్చుకొని రోగాలపాలు పడక తప్పదు. పరిశోధనలు ఏం సూచిస్తున్నాయంటే నిద్ర అనేది ఒక ప్రధానమైన జీవ ప్రక్రియ. నిద్రలేమి కొనసాగినట్లయితే అది భౌతిక, మానసిక పరంగా అస్వస్థతకు దారితీసి అభిజ్ఞాన ప్రక్రియలను నిర్వీర్యం చేస్తుందని పరిశోధనలు తెలుపుతున్నాయి.²⁵⁻²⁶

నిద్ర లేమి రుగ్మతలు²⁷: ప్రతీ మనిషికి తన నిద్ర అవసరాలేమిటో తన పరిధులేమిటో తెలుసుకొని తన అంతః చేతన అనుసరించి వర్తిస్తూ ఆరోగ్యకరమైన జీవితాన్ని గడపాలి. అశ్రద్ధ చేసినట్లయితే నిద్రకు సంబంధించిన సమస్యలు మొదలై అనేక రుగ్మతలకు దారితీస్తాయి. కొన్ని ఉదాహరణలు: నిద్ర పట్టక పోవడం, నిద్రకు సంబంధించిన శ్వాస సంబంధిత సమస్యలు (ఉదాహరణకు తాత్కాలికంగా శ్వాస నిలిచిపోవడం, గురక) అంతరంగిక జీవగడియారానికి మన ఆహార విహార పద్ధతులు అలవాట్లు సరిపడకపోవడం ఇలాంటివన్నీ కలుగుతూ ఉంటాయి. రుగ్మత అనేది జెట్లాగ్ కారణంగానో, రాత్రిపూట ఉండే షిఫ్ట్ కారణంగానో లేక జీవనవిధానము కారణంగానో లేక ఆరోగ్య సమస్యల కారణంగానో తాత్కాలికంగా కలిగినది కావచ్చు. ఐతే వెంటనే డాక్టర్ ను సంప్రదించడం ద్వారా ఇది రుగ్మత కాకుండా నివారించవచ్చు.

సాయి వైబ్రియోనిక్స్ ; భగవాన్ బాబా వారిచేత ఆశీర్వదింపబడిన ఈ దివ్య వైద్య విధానము నిద్రలేమి సమస్యకు అలాగే వివిధ రకాల నిద్రలేమి రుగ్మతలకు అద్భుతమైన నివారణలు కలిగి ఉంది. ఆసక్తి కలిగిన వారు '108 కామన్ కొంబోస్' లేదా 'వైబ్రియోనిక్స్ 2016' పుస్తకాన్ని చూడవచ్చు.

అవసరమైన వెబ్సైట్ లింకులు:

1. <https://www.sathyasai.org/discour/2007/d070115.pdf>
2. https://sathyasaiwithstudents.blogspot.in/2014/03/three-point-personal-lifestyle-charter_20.html#.WtF6SSN97x4
3. <https://hbr.org/2009/01/why-sleep-is-so-important.html>
4. <https://sleepfoundation.org/how-sleep-works/what-happens-when-you-sleep>
5. <https://www.nhlbi.nih.gov/node/4605>
6. <https://www.ninds.nih.gov/Disorders/Patient-Caregiver-Education/Understanding-Sleep>
7. <https://www.scientificamerican.com/article/what-happens-in-the-brain-during-sleep1/>
8. https://www.huffingtonpost.in/entry/your-body-does-incredible_n_4914577
9. <https://sleepfoundation.org/excessivesleepiness/content/how-much-sleep-do-we-really-need-0>

10. <http://isha.sadhguru.org/blog/lifestyle/health-fitness/to-sleep-or-not-to-sleep/>
11. <https://www.rd.com/health/wellness/best-time-to-wake-up-productivity/>
12. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5468315/>
13. <https://newatlas.com/nobel-prize-2017-circadian-rhythm/51586/>
14. https://www.nobelprize.org/nobel_prizes/medicine/laureates/2017/press.html
15. <http://www.sciencemag.org/news/2017/10/timing-everything-us-trio-earns-nobel-work-body-s-biological-clock>
16. How much sleep I need https://www.youtube.com/watch?v=zs3bps_dX9Y
17. Sleep is a form of Rest https://www.youtube.com/watch?v=X_fHa73_nOg
18. Tips to sleep and wake up well: <https://www.youtube.com/watch?v=WPznkcqemo8>
19. <https://sleep.org/articles/best-hours-sleep/>
20. <https://www.helpguide.org/articles/sleep/getting-better-sleep.htm>
21. Sleeping and waking positions: <http://isha.sadhguru.org/blog/lifestyle/health-fitness/why-we-do-what-we-do-sleeping-right/>
22. Why Sleep on left side <https://www.youtube.com/watch?v=UbElZBptFZg>
23. <https://lifespa.com/amazing-benefits-of-sleeping-on-your-left-side/>
24. <https://www.artofliving.org/us-en/meditation/meditation-for-you/meditation-for-better-sleep>
25. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9322273>
26. <https://www.nosleeplessnights.com/sleep-deprivation-experiments/>
27. <http://www.sleepeducation.org/sleep-disorders-by-category>



2. చెన్నై, ఇండియా - ఒకరోజు శిక్షణా శిబిరము 15 ఏప్రిల్ 2018

వైబ్లియోనిక్స్ టీచర్ ¹¹⁴²² నిర్వహించిన ఒకరోజు శిక్షణా శిబిరమునకు 8 మంది ప్రాక్టీషన్ లు హాజరయ్యారు. యధావిధిగా



వీరు తమ అనుభవాలను విజయవంతమైన కేసులను తాము ఎదుర్కొన్న కష్టమైన కేసులను గురించి చర్చించారు. ముందు సూచించిన విధంగా గత 12 వారాలేఖలకు చెందిన సమాచారము పైన క్వీజ్ నిర్వహించారు. పరస్పర భావ ప్రసార కార్యక్రమంలో ప్రశ్నలు ప్రధానంగా వార్తాలేఖలలోని ప్రశ్నోత్తరాల నుండి సేకరించడం జరిగింది. ఇవే ఆనాడు హైలైట్ గా నిలిచాయి. అనంతరం డాక్టర్ అగర్వాల్ గారితో స్ట్రైప్

సంభాషణ అనంతరం మేము గ్రహించిన ప్రాధాన్యతా అంశాలు :

- మనసుతో కాక హృదయంతో పనిచేయడం
- మొక్కలు, జంతువులకు మనసు ఉండదు కనుక ఇవి వైబ్లిో రెమిడిలకు అద్భుతంగా ప్రతిస్పందిస్తాయి అనే భావంతో వీటికి ఎక్కువ ప్రాధాన్యత ఇవ్వడం.
- పేషంట్ల రోగచరిత్రలను సరియైన సమయంలో ప్రాధాన్యతా క్రమంలో నమోదు చేస్తూ వైబ్లియోనిక్స్ విస్తరణకు తోడ్పడడం.
- పేషంట్లకు రెమిడిలను వ్రాసే సమయంలో స్వామిని మన హృదయ సింహాసనంపై అధిష్టించి చేసుకొని స్వామిని హృదయపూర్వకంగా ప్రార్థిస్తూ వారికి మేలు చేకూర్చవలసిందిగా వేడుకోవాలి.
- స్వామి మాత్రమే వైద్యుడు మనమంతా వారి వినయ పూర్వక పనిముట్లు మాత్రమే అనేది ఎల్లప్పుడూ గుర్తుంచుకోవాలి.



3. ఇటలీ లో AVP వర్క్ షాప్ - ఉత్తీర్ణులైన ప్రాక్టీషన్ ల అనుభవాలు

“ ఇటలీ లోని వివిధ ప్రాంతాలకు చెందిన మేమంతా 26 జనవరి 2018 న మా e కోర్సు ప్రారంభించాము. మా వైబ్లియోనిక్స్ ప్రయాణమనేది ఒక అద్భుతమైన సాహసోపేతమైన చర్యగా భావిస్తున్నాము. మేమంతా దశాబ్దాల క్రింద చదువుకొని , చదివినదంతా మర్చిపోయిన ఈ వయసులో మరలా చదువుకు ఉపక్రమించడం కొంత ఆందోళన కలగజేసిన మాట వాస్తవమే.

ఐతే మాకు ఇవ్వబడిన స్టడీ మెటీరియల్ మరియు బోధనా విధానము చక్కటి అనుభవంతో సిద్ధం చేసింది కనుక ఆసక్తికరంగా సాగింది.

అత్యంత ఆనందదాయకమైన అంశం ఏమిటంటే మాకు శిక్షణ ఇచ్చిన ట్రైనర్ ^{02566...ఇంటి} యొక్క ప్రేమ, ఆప్యాయతా, సౌశీల్యము, జ్ఞానము వైబ్రియోనిక్స్ పట్ల వారికి ఉన్న అంకితభావము బోధనా అంశాలను అర్థమయ్యే విధంగా బోధించడమే కాక మమ్మల్ని ఏకాగ్రతతో ఆద్యంతం ఆకళింపు చేసుకునేలా చేసింది.

రెండు నెలల పాటు మా శిక్షకుడి తో నిరంతర సంబంధ బాంధవ్యాలు కలిగి ఉన్నాము. ప్రతివారము పుస్తకం నుండి ఒక అధ్యాయాన్ని పంపించగా దానిని అనేక సార్లు మా నోట్ పుస్తకంలో వ్రాసేవారము. రెండు రోజుల తర్వాత మేము అధ్యయనము చేసిన అధ్యాయము పైన ప్రశ్నలు పంపగా వాటికి జవాబులు మేము వ్రాసి పంపేవారము. శుక్రవారం మరియు శనివారము స్ట్రైప్ కాల్ ద్వారా సంభాషించుకొనే వారము. 2గంటల సమయం మా భావాలను పంచుకుంటూ మెటీరియల్ లోని అంశాలను అవగాహన చేసుకొని మా తప్పులను సరిచేసుకొనే వారము. రెండు నెలల తర్వాత శిక్షణ కోసం మేమంతా సమావేశము అయ్యాము. రెండు రోజుల పాటు మా ట్రైనర్ తో పూర్తి శిక్షణ అనంతరం డాక్టర్ అగర్వాల్ గారితో స్ట్రైప్ కాల్ ...ఓ అద్భుతమైన అనుభూతి !!!

ఎంతో ఉత్సాహంతో మేము మా ఇళ్ళకు చేరుకున్నాము. దీని ఫలితాలు అద్భుతంగా ఉండడమేకాక వెంటనే ఆకృతి దాల్చాయి. మాకు అత్యంత ఆశ్చర్యం కలిగించిన అంశం ఏమిటంటే మొదటిసారి చికిత్స తీసుకున్న పేషంట్ల అనుభవాలు. పైసా ఖర్చులేకుండా వారు పొందిన అత్యంత ఫలవంతమైన ఈ చికిత్సా విధానము చూసి వారు అవాక్కయ్యారు. ప్రతీ ఒక్కటి వ్యాపార దృష్టితో చూసి ఈ రోజుల్లో ప్రతిఫలాపేక్ష లేకుండా చేసే ఈ సేవ వారి ఉహకు కూడా అందని విషయం. మమ్మల్ని ఒక కొత్త నిస్వార్థ సేవా ప్రపంచానికి పరిచయం చేసిన వైబ్రియోనిక్స్ శిక్షణా విధానమునకు ఎంతో కృతజ్ఞులం. మాకిది ప్రకృతికి దివ్యత్వమునకు సామరస్యము నెలకొల్పే దిశలో మొదటి అడుగుగా భావిస్తున్నాము.

ఓం శ్రీ సాయి రామ్!

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