

సాయివైబ్రియానిక్స్ ధారాల్ఖ

www.vibrionics.org

“ఎప్పుడైతేనీకంటికికరోగికానిలేకమానసికంగా, శారీరికంగాదుర్బలతచెందినమనిషికానీ కనిపిస్తాడో,
అదేనీసవకుస్థానమనితెలుసుకో”

సంపుటము 12 సంచిక 1

...శ్రీసత్యసాయిబాబా

జనవరి/ఫిబ్రవరి 2021

ఈసంచికలో

ఆ డా.జి.టి.కే.అగ్రర్వాల్యోక్కుడెస్కుండి	1 - 3
ఆ ప్రాక్టీషనర్లవివరాలు	3 - 9
ఆ వైబ్రోమిశ్రమాలు (రేమెడీలు) ఉపయోగించినకేసులవివరాలు	10 - 17
ఆ ప్రశ్నలు జవాబులు	17 - 18
ఆ దివ్యవైద్యుడియొక్కదివ్యవాక్కు	19
ఆ ప్రకటనలు	19 - 20
ఆ మరికొన్నివివరాలు	20 - 28

ఆ డా.జి.టి.కే.అగ్రర్వాల్యోక్కుడెస్కుండి ఖ

ప్రియమైనప్రాక్టీషనర్లకు,

ఈనూతనసంవత్సరవేడుకసందర్భంగానేనుమీకురాస్తున్నప్పుడుస్వామిచెప్పినమాటలునాకుగుర్తుకువస్తున్నాయి “ప్రతిసెకను కొత్త సంవత్సరం గానే భావిస్తూఆభావనతోనేవ్యవహరించండి. ఏదైనాసంస్థనో లేదా వ్యాపారమునో ప్రారంభించుటకు మీరు 12 నెలలు గడిచేవరకూవేచి ఉండాల్సిన అవసరం లేదు. ప్రతీక్షణం మీకు మీరే రూపాంతరం అవ్వండి, కొత్త సంవత్సరపు స్ఫూర్తిని ప్రభావితము చేసి పాత ఆలోచనలు వదిలించుకోండి. మీ జీవితాలను పవిత్రం చేసుకొనడానికి సేవా కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనండి. ధర్మబద్ధమైన ప్రవర్తనకు కట్టుబడి ఉండండి. “ఎల్లప్పుడూ సహాయం చేయండి ఎవరినీ బాధపెట్టకండి” అనే సూక్తికి అనుగుణంగా జీవించండి... శ్రీ సత్య సాయి బాబా దివ్య వాణి 1993 జనవరి 1 ప్రశాంతి నిలయం.

సూర్యుడు2020 సంవత్సరములో అస్తమిస్తూ ఉండగా 2021 యొక్క వేకువ పొడజూపుతూఉంది.ఇప్పటికే కోవిడ్-19 మహమ్మారి ప్రపంచవ్యాప్తంగా వినాశనం కలిగించినప్పటికీ ఇది మనందరినీ అనేక విధాలుగా సుసంపన్నం చేసింది. వైబ్రియానిక్స్ విషయానికి వస్తే ఈ సంవత్సరం మనకు అనేక పాఠాలు నేర్పడమే కాక మనం ఎలా బోధించాలి, రోగులకు చికిత్స మరియు సంరక్షణ వంటి అనేక అవకాశాలను అందించింది. 2020 సంవత్సరంలో మైలురాళ్ళుగా భావించే కొన్ని విషయాలు క్రింద ఇవ్వబడ్డాయి.

1. కొత్త ప్రవేశ ప్రక్రియ మరియు ఆన్లైన్ పాఠ్యాంశాల కంటెంట్ మరియు డెలివరీ మెకానిజంతో సహా వైబ్రియానిక్స్ యొక్క శిక్షణ మరియు అభివృద్ధి కోసం డిజిటల్ వేదికను విజయవంతంగా స్వీకరించడం. ఈ కాలంలో ప్రాక్టీషనర్లగా మారటానికి ఆసక్తి ఉన్న

వారందరికీ ఇది అందుబాటులో ఉండేలా చేయడము ద్వారా వేగవంతమైన పద్ధతికి వైబ్రియానిక్స్ విద్య రూపాంతరం చెందింది. ముందు ముందు ఈ ప్రక్రియ సుదూరప్రాంతాల్లో ఉంటూ వర్క్ షాప్ కు హాజరు కావడానికి ప్రయాణం చేయలేని వారికి ప్రయోజనం చేకూరుస్తుంది.

2. భౌతిక సంప్రదింపుల నుండి ఆన్లైన్ లేదా టెలిఫోన్ సంప్రదింపులకు మారడం మరియు వ్యక్తిగతంగా సాధ్యమైన చోట రెమిడిలను ఇవ్వడం లేదా పోస్టు ద్వారా పంపడం లేదా బ్రాడ్ కాస్టింగ్ చేయడం వంటివికి ప్రాధాన్యతను మారడం అభిలషణీయం. గత తొమ్మిది నెలలుగా శ్రమతో ఈ సేవను అవిశ్రాంతంగా చేస్తున్న వారికి నా ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు.

3. మెరుగైన లక్షణాలు మరియు ప్రాముఖ్యత కలిగిన హాంబులతో నవీకరింపబడిన వెబ్ సైట్ ను ప్రారంభించడం జరిగింది. ఆశ్చర్య కరంగా ప్రారంభించిన 5 నెలల్లోనే ల్యాండింగ్ పేజీలో 5700 హిట్లను నమోదు చేయబడినవి, దీని ఫలితంగా ప్రాక్టీషనరులకు సంబంధించిన సమాచారము కోసం ప్రశ్నలు పెరిగాయి మరియు AVPకోర్సు కోసం దరఖాస్తు చేసుకున్న అభ్యర్థులు పెరిగారు.

4. ఇంటర్నెషనల్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ సాయి వైబ్రియానిక్స్ ప్రాక్టీషనర్స్ (IASVP)లో 64 మంది కొత్త ప్రాక్టీషనర్లు చేరారు. ఈ సభ్యుల కోసం రూపొందించిన ప్రామాణిక సందర్శన కార్డుకు కూడా అసోసియేషన్ సభ్యులందరినూండిమంచి ఆదరణ లభించింది. వైబ్రియానిక్స్ రెమిడిలు రోగులందరికీడబ్బుగానీ లేదా ఏ రకమైన విరాళాలు గానీ లేకుండా పూర్తిగా ఉచితంగా అందించబడతాయి. దీనిని అతిక్రమించిన వారు ఎవరైనా సరే వారి పేర్లు వెంటనే మా డేటాబేస్ నుండి తొలగించ బడతాయి, SRHVP మిషను మరియు 108 సిసి బాక్సు IASVP యొక్క సంపద. ఇవి దానిని స్వీకరించే ప్రాక్టీషనరు ఉపయోగం కోసం మాత్రమే ఇవ్వబడతాయి, వీటిని మరెవరికీ ఇవ్వకూడదు, కొనకూడదు.

5. కోవిడ్-19 కొరకు రోగ నిరోధకముగానూ మరియు చికిత్సగా కూడా పనిచేసిరోగనిరోధకశక్తిపెంపొందించే ఇమ్యూనిటీ బూస్టరెమిడిని విజయవంతంగా అభివృద్ధి చేశాము. మహమ్మారి ప్రారంభంలోనే మన పరిశోధనా బృందం ఈ సవాలుకు ధీటుగా స్పందించింది, దీని ఫలితంగా ఈ రెమిడి వేలాది మందికి లభించడం నిజంగా ఒక వరం. సాధ్యమైనంత ఎక్కువగా దీనిని విస్తరించడానికి ఏప్రిల్ లోనే అన్ని రాష్ట్రాల అధ్యక్షులకు ఒక ప్రకటన జారీ చేసినందుకు సత్యసాయి సంస్థల అఖిలభారత అధ్యక్షుడు శ్రీ నిమీష్పాండ్యగారికినేను ఎప్పటికీ రుణపడిఉంటాను. తత్ఫలితంగా లాక్డౌన్ సమయంలో కూడా ఈ రెమిడి విస్తృతముగా పంపిణీ చేయబడి తద్వారా 270,000 మందికి ప్రయోజనం చేకూరింది. రాబోయే సంవత్సరంలో భారతదేశంలో మా ప్రాంతీయ సమన్వయ కర్తల యొక్క భాగస్వామ్యాన్ని మేము ఎక్కువగా అభిలషిస్తున్నాము.

6. బలమైన మరియు చురుకైన సంస్థ నిర్మాణాన్ని అమలు చేయడం ద్వారానూ మరియు సమర్థవంతమైన ప్రామాణిక నిర్వహణా విధానాలను రూపొందించడం ద్వారా మా నిర్వహణా వేదికను బలోపేతం చేయడం జరిగింది. ఇంతటి గొప్ప పరిణామ ప్రగతి ఉన్నప్పటికీ ఇది మనం పొందిన పురస్కారాలనూ చూసి మురిసిపోతూ విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి సమయం కాదు. మనము మరెన్నో కార్యక్రమాలకు ప్రణాళికలను సిద్ధంచేసి రాబోయే సంవత్సరానికి ఇప్పటికే కొత్త లక్ష్యాలను నిర్దేశించుకున్నాము. బెంజమిన్ ఫ్రాంక్లిన్ మాటల్లో చెప్పాలంటే “నీవు చనిపోయిన తరువాత నిద్రించడానికి చాలా సమయం ఉంటుంది” ప్రతీ సంవత్సరం వైబ్రియానిక్స్ షన్ ను బలోపేతం చేయడానికి మరింతగా విస్తరించడానికి అంకితభావంతోను ధృఢమైన ప్రయత్నంతో మనం మరింత ముందుకు సాగాలి.

2021లో క్షేత్రస్థాయిలో అనేక కార్యక్రమాలు అమలు చేయడం ద్వారా మరింత ఉత్సాహాన్ని పొందాలని మేము ఎదురుచూస్తున్నాము. ఈ విషయంలో మొదటి దశగా చిన్న సామాజిక సమూహాలు, పాఠశాలలు, ప్రైవేటు సంస్థలు, మరియు ఇతర సంస్థలలో అవగాహన చర్చల ద్వారా స్పెషియల్ పేరుతో వైబ్రియానిక్స్ గురించి ప్రచారం ప్రారంభించాలని మేము ప్రణాళిక సిద్ధం చేస్తున్నాము. దీనిలో భాగంగా అలోపతి వైద్యులు సందర్శించే పెద్ద పెద్ద సంస్థలను సంప్రదించి అలోపతితో కలిపి వైబ్రియానిక్స్ కూడా ప్రయత్నించమని సూచించడం ద్వారా దీనిని సహాయక చికిత్సగా పరిచయం చేయాలనే ఆలోచన ఉంది. అలాగే హోమియోపతి

క్లినిక్ నిర్వహిస్తున్న దేవాలయాలు మరియు గురుద్వారా వంటి ప్రార్థన స్థలాలను కూడా సంప్రదిస్తాము.వైబ్రియానిక్స్ యొక్క సమర్థతగురించి అలోపతి వైద్యులు పరిశీలనలను నమోదు చేయడంపైన కూడా మేము దృష్టి పెడతాము.

ఈ విషయంలో కంపెనీలు, పాఠశాలలు మొదలైన వాటిని సంప్రదించడానికి మీలో ఎవరైనా జంటగా లేదా సమూహంగా కలసి పని చేయడానికి ఆసక్తి ఉంటేమీ ప్రతిపాదనలను admin@vibrionics.orgకు పంపమని నేను ఆహ్వానిస్తున్నాను.మా అడ్మిన్ టీం ద్వారా పఠనసామాగ్రి మరియు ప్రజెంటేషన్ రూపంలో మా మార్గదర్శకత్వము,సహాయము మరియు మద్దతు మా నిర్వాహకుల ద్వారా అందరికీ అందించబడుతుంది. ఈ చొరవ ప్రాక్టీషనర్లకు అపారమైన సేవా అవకాశాన్ని అందిస్తుందని నేను భావిస్తున్నాను. కమ్యూనిటీ సేవా ప్రాజెక్టులను చేపట్టడం ద్వారా వైబ్రియానిక్స్ విస్తరణకు మంచి అవకాశం ఉంది. అటువంటి సేవా ప్రాజెక్టులలో ఒకదాని గురించి సంపుటి 11 సంచిక 5 లో వివరంగా ఇవ్వబడింది. క్రోయేషియా కు చెందిన ఒక ప్రాక్టీషనరు స్థానిక ప్రభుత్వ అధికారులను సంప్రదించి కమ్యూనిటీ వాలంటీర్ల సహాయంతో లావెండర్ పొదలను వైబ్రియానిక్స్ మిడిలతో చికిత్స చేయడం ద్వారా పునరుద్ధరించడం జరిగింది. ఈ సంవత్సరం మనచుట్టుప్రక్కల ఉన్న పశు శాలలు (ముఖ్యంగా గోశాలలు), స్థానిక ఉద్యాన వనాలు మొదలైన ప్రాజెక్టులపై పైన మన దృష్టి ఉంటుంది.

ఇటీవలే క్రిస్మస్ వేడుకలు జరుపుకున్న సందర్భంలో యేసు పై స్వామి చెప్పిన మాటలను పునరుద్ఘాటించడం సముచితమని నేను భావిస్తున్నాను. స్వామి ఏమిచెప్పారంటే ఏసు పేదవారిలోకెల్లా నిరుపేదలైన వారికి సేవ చేస్తూ తన అనుయాయులకు ఇలా బోధించారు.పేదల అవసరాలు తీర్చడం, సహాయం అవసరమైన వారికి, ఆకలితో ఉన్నవారికి, రోగ గ్రస్తులకు, సేవ చేయడం ద్వారా మనం దేవునికే సేవ చేస్తున్నామని బోధించారు. ఇలా చెబుతూ స్వామి “మనలో ఉన్న యేసును మేలుకొల్పాలని” పిలుపు నిచ్చారు. నిజమే ఇది ఇప్పుడు చాలా అవసరం. నేను మన ప్రాక్టీషనర్లందరినీ యేసు జీవితం నుండి జీవిత పాఠాలను ఆకళింపు చేసుకుంటూ మానవాళి నుండి దైవత్వం వరకు కొనసాగే ఈ ప్రయాణంలో కలిగే అన్ని అడ్డంకులు మరియు కష్టాలను అధిగమించాలని మీ అందర్నీ వినయంగా కోరుతున్నాను.

ఈ 2021 మన వైబ్రియానిక్స్ కు మరిన్ని సేవా అవకాశాలను తెస్తుందని నేను నిజంగా ఆశిస్తున్నాను. దైవిక తేజస్సును మరియు దైవ ప్రేమను సమిష్టిగా వ్యాప్తి చేయడానికి మనమందరం ప్రతీరోజు ప్రేమతో మన జీవితాన్ని ప్రారంభించడం, ప్రేమతో గడపడం, ప్రేమతో నింపడం, మరియు ప్రేమతో రోజు ముగించడం అనే సంకల్పం చేయాలని ప్రార్థిస్తున్నాను. ఆ విధంగా మనమందరం సమిష్టిగా ఈ భూమాతను ఒక చక్కని ప్రదేశంగా మార్చే అవకాశం ఏర్పడుతుంది.

ప్రేమతో సాయి సేవలో

జె కె అగర్వాల్

ఆ ప్రాక్టీషనర్ల వివరాలు ఖ

SSSIHMS వైట్ ఫీల్డ్ వెల్నెస్ సెంటరులో వైబ్రియానిక్స్ క్లినిక్

వైట్ ఫీల్డ్ లోని సూపర్ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్ లో గల వెల్నెస్ సెంటరులో వైబ్రియానిక్స్ వల్ చురుకుగా పాల్గొన్న మన ప్రాక్టీషనర్ల వివరాలను అందించడం మాకు ఎంతో ఆనందంగా ఉంది. 2017 ఫిబ్రవరి 23న ప్రారంభించినప్పటి నుండి వెల్నెస్ క్లినిక్ లో అంతర్భాగంగా ఉంది. దీన్ని వారానికి మూడు రోజులు ప్రాతిపదికన ఐదుగురు అంకితభావం గల ప్రాక్టీషనర్లు నిర్వహిస్తున్నారు. ప్రారంభంలో పేలవమైన ప్రతిస్పందన ఉంది కానీ రోగుల సంఖ్య నోటి మాట ద్వారా క్రమంగా పెరుగుతూ రావడంతో పాటు ఆసుపత్రి వైద్యులు ఈ ప్రత్యామ్నాయ చికిత్స వైపు ఆకర్షితులవడంతో వారే రోగులకు ఈ చికిత్సను రోగులకు సూచింప సాగారు.



ప్రాక్షీషనర్ 10776 2009లో బెంగళూరులో మొదటి వర్క్ షాప్ జరిగినప్పటి నుండి కర్ణాటక కోఆర్డినేటర్ గా ఉన్నారు మరియు కర్ణాటక లో అనేక శిక్షణ మరియు ప్రొఫెషనల్ వర్క్ షాపులను నిర్వహించడంలో మార్గదర్శకముగా ఉండడమే కాక వెల్ నెస్ సెంటరులో వైబ్రియానిక్స్ క్లినిక్ ఏర్పాటులో ఆయన కీలకమైన పాత్ర పోషించారు.



ప్రాక్షీషనర్ 12051 సంపుటము 9 సంచిక 2 అనగా 2018 మార్చి ఏప్రిల్ వార్తా లేఖలో వీరి ప్రొఫైల్ ప్రచురించబడినది. అప్పటినుండి ఆమె పని భారం చాలా రెట్లు పెరిగింది. 2020 మార్చిలో కోవిడ్ మహమ్మారి ప్రారంభమైనప్పటి నుండి ఆమె కర్ణాటకలోని అన్ని వర్చువల్ వర్క్ షాపులను నిర్వహిస్తూ మార్గ నిర్దేశం చేస్తున్నారు. ఈ వైబ్రియానిక్స్ క్లినిక్ తో అనుసంధానించబడిన కార్యకలాపాలు అన్నింటికీ ఆమె బాధ్యత వహిస్తున్నారు. క్రింద ఇవ్వబడిన ఐదు ప్రాక్షీషనర్ల వివరాలను వీరే సంకలనం చేశారు.



ప్రాక్షీషనర్ 10741 ఈమె బి.ఎ డిగ్రీ పొందిన తర్వాత ఐదు ఏళ్ళు డివైన్ లైఫ్ సొసైటీ సెక్రటరీగా పని చేశారు. ఇప్పుడు ఈమె ఒక



గృహిణి. 1956లో మొట్టమొదటి సారి తన 12 సంవత్సరాల వయసులో ఆమె స్వామి యొక్క దివ్యత్వాన్ని ప్రగాఢంగా విశ్వసించే ఈమె తల్లిదండ్రులతో కలిసి స్వామి వారి మొదటి దర్శనం చేసుకున్నారు. స్వామివారి దివ్య ఉపన్యాసం విని ముగ్ధులయ్యారు. 1969లో వివాహం తర్వాత ఆమె ముంబై వెళ్ళారు, అక్కడ ఆమె అత్తగారు ప్రోత్సహించడంతో గాయకురాలిగా సాయి సంస్థలలో చురుకుగా పాల్గొన్నారు. తర్వాత ఆమె బాలవికాస్ సమన్వయకర్తగా మరియు లేడీస్ ఇన్స్పిర్షిగా మారడంతో ఆధ్యాత్మిక, విద్య మరియు సేవ అనే మూడు విభాగాల పర్యవేక్షణ అవసరమైనది. ఇవన్నీ ఆమెకు అపారమైన శాంతిని ఆత్మవిశ్వాసాన్ని ఇచ్చాయి. 1975లో స్వామి పిలుపుతో పుట్టపర్తి సందర్శించారు. 1997లో ఆమె బెంగళూరు వెళ్ళినప్పుడు ఆమె సేవ కొనసాగిస్తూ

బృందావనం భజన గ్రూప్ లో చేరడం అదృష్టంగా భావిస్తున్నారు.

వైబ్రియానిక్స్ క్షణ కార్యక్రమంలో పాల్గొని 2009లో AVP గా మరియు ఒక సంవత్సరం తర్వాత VP గా మారడానికి మార్గనిర్దేశం చేయబడినందుకు అదంతా స్వామి ఆశీర్వాదంగా ఈ ప్రాక్షీషనర్ భావిస్తున్నారు. క్రమం తప్పకుండా నిర్వహించే రిప్రెజెంటేటివులు తనకు అవసరమైన విశ్వాసాన్ని పొందేటట్లు చేశాయని వీరి అభిప్రాయం. ఆమె తన సమితి సభ్యులకు బాల వికాస్ పిల్లలు మరియు వారి తల్లిదండ్రులకు స్నేహితులు మరియు బంధువులకు కూడా చికిత్స చేశారు. 2011 నుండి 2014 వరకు వైట్ ఫీల్డ్ లోని సూపర్ స్పెషాలిటీ ఆస్పత్రిలో సేవాదళ మహిళలకు సేవచేసే ఈ అవకాశాన్ని ఆమె ఎంతో అదృష్టంగా భావించారు. జీర్ణ వ్యవస్థ, తీవ్రమైన ఇన్స్పెక్షన్, ఉష్ణమండల వ్యాధులు, శ్వాసకోశ ఎల్లర్జీలు, అస్థిపంజర కండరాల కీళ్ల సమస్యలు, చర్మ సమస్యలు వంటి అనేక వ్యాధులకు ఆమె విజయవంతంగా చికిత్స చేశారు. ఎంతోమంది మహిళలు తమ కుటుంబ సభ్యులకు కూడా వీరి నుండి రెమిడిలను తీసుకొనేవారు.

బృందావన ఆశ్రమానికి సమీపంలో ఉన్న పాఠశాలలో స్వామి విద్యార్థులు క్రమం తప్పకుండా నిర్వహించే వైద్య శిబిరంలోని రోగులకు కూడా వీరు తమ సేవలను విస్తృత పరిచారు. ఆమెకు కేటాయింపబడిన రోగులలో ఎక్కువశాతం మూర్ఖ,మెదడు వైకల్యాలు,వెర్టిగో(తల తిరుగుట),న్యూరాల్జియా(నాడీ శోధన) వంటి నాడీ సంబంధిత వ్యాధులే ఎక్కువగా ఉన్నాయి.వ్యాధులు నయమైన శాతం చాలా ఎక్కువగా ముఖ్యంగా మూర్ఖ రోగులలో 90 నుండి 95%మెరుగుదల గుర్తించబడింది.2017లో క్లినిక్ ప్రారంభించినప్పుడు ప్రాక్టీషనర్ అక్కడ నాలుగు నెలలు పని చేశారు మరియు తర్వాత క్రమం తప్పకుండా ప్రయాణించడం కష్టమనిపించి ప్రస్తుతం సేవ అవసరానికి తగ్గట్టుగా చేస్తున్నారు.

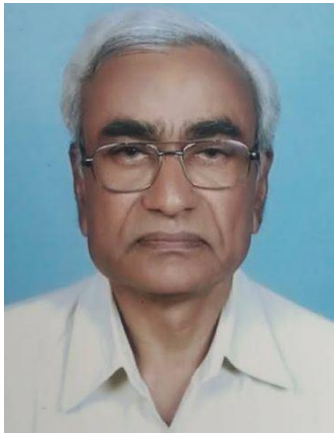
వైబ్రియానిక్స్ వ తన ఆధ్యాత్మికప్రయాణంలో తనకు ఎంతో సహాయపడింది అనిప్రాక్టీషనర్ చెబుతున్నారు. శారీరక శ్రేయస్సు, మానసిక సంతృప్తి మరియు ఆధ్యాత్మిక సమతుల్యత అనే మూడు స్థాయిలలో ఆమె తన స్వీయ పరివర్తనను గ్రహిస్తున్నారు. రోగులకు వైబ్రేషన్లను ఇచ్చేముందు ఈసేవ యొక్క ప్రత్యేకతను మననం చేస్తూరోగులకోసం గాడంగా హృదయపూర్వకంగా ప్రార్థిస్తున్నప్పుడు ఆమె తన హృదయంలో స్వామి ప్రేమను అనుభవిస్తున్నారు.స్వామి చెప్పినట్లుగా “దిల్ మే రామ్ హాత్ మే కామ్,అనగా హృదయంలో నామస్మరణ చేతులతో దీనజన సేవ” ఈ విధంగా స్వామి నామస్మరణ చేయడం ద్వారా ఆమె నిస్వార్థ సేవలో నిమగ్నం అయినప్పుడు సానుకూల, పవిత్రమైన మరియు స్వస్థ పరిచే ప్రకంపనలను పొందగలుగుతున్నారు.

పంచుకున్న కేసు:

- [కుక్క పిల్లకు గాయం](#)

+++++

ప్రాక్టీషనర్ 10767 మెఖానికల్ ఇంజనీర్ గా పట్టా పొంది, ప్రీమియర్ స్టేట్ ప్లాంట్ లో పని చేసిన వీరు తోటి సహోద్యోగి ప్రేరణతో 1970లో



స్వామి ఫోల్డ్ లోనికి వచ్చారు. వెంటనే వీరు వైట్ ఫీల్డ్ స్వామి దర్శనం మొదటిసారి పొందే అవకాశం పొందారుఅప్పటినుండి స్థానిక సాయి భజనలు, స్టడీ సర్కిల్, నారాయణ సేవ మరియు వారాంతపు వైద్య శిబిరాలు వంటి వివిధ సేవా ఆధ్యాత్మిక కార్యక్రమాలలో క్రమం తప్పకుండా పాల్గొనసాగారు. ఈ కార్యకలాపాలలో పాల్గొనడం వీరికి మానవ జీవితం యొక్క లక్ష్యం గురించి అంతర్దృష్టిని ఇచ్చింది.

2005లో స్వచ్ఛంద పదవీ విరమణ చేసి బెంగళూరుకు వెళ్లారు. త్వరలోనే బృందావన్ వద్ద బాబా ఆశ్రమంలో నిర్దిష్ట విధులు మరియు బాధ్యతలు వీరికి అప్పగించడం తన అదృష్టంగా భావించారు.2009లో సాయి వైబ్రియానిక్స్ క్షణా కార్యక్రమానికి సంబంధించిన సమాచారం ఇచ్చే

సర్క్యులర్ ను వీరు చూశారు. ఈ వైద్యం గురించి తెలియకపోవడంతో ఈ వర్క్ షాప్ కు హాజరు కావాలనే అంతః చేతన యొక్క ప్రేరణతో వర్క్ షాప్ కి హాజరై AVP గా అర్హత సాధించారు. సూపర్ స్పెషాలిటీ మరియు జనరల్ హాస్పిటల్ మరియు బృందావన్ ఆశ్రమంలో వారానికి మూడు రోజులు పనిచేయడం వల్ల తోటి సేవాదళ వారికి చికిత్స చేసే అవకాశం లభించింది.

ఈ రెమిడీల ప్రభావమునకు సాక్ష్యంగా కర్ణాటక లోని వివిధ ప్రాంతాల నుండి వచ్చిన సేవకులు వారివారి సమితుల వద్ద వైబ్రియానిక్స్ బిరాలు నిర్వహించాలని ఆహ్వానించసాగారు. ఇది ఈ ప్రాక్టీషనరును చాలా బిజీగా ఉండేలా చేసింది. ఉదాహరణకి ఇలాంటి ఒక శిబిరంలో వీరు110మంది రోగులకు చికిత్స చేసి అర్ధరాత్రి మాత్రమే ఇంటికి తిరిగి వచ్చేవారు.అలాగే 11 రోజులకు పైగా నడిచిన మరొక శిబిరంలో మొత్తం 398 మంది రోగులకు సేవలు అందించారు. ఈరోజు వరకు చాలా మంది రోగులు అతనిని సంప్రదించడం కొనసాగిస్తూనే ఉండడంతో వారికి రెమిడీలు పోస్టు ద్వారా పంపిస్తూనే ఉన్నారు.వీరు వెల్నెస్ క్లినిక్ ప్రారంభంలోనే ఇందులో చేరారు. అనేక సందర్భాలలో స్వామిపట్ల రోగుల శరణాగతి,వైబ్రో రెమిడీల పట్ల వారి విశ్వాసం ఈ ప్రాక్టీషనర్ హృదయాన్ని కదిలించింది. ఈ సందర్భంగారెండు సంవత్సరాల బిడ్డకి తన శరీరమంతా వ్యాపించిన దురద దద్దుర్లకుచికిత్సపొందిన కేసును గురించి

తన అనుభవాన్ని పంచుకుంటున్నారు. పుల్లూట్ కారణంగా దురద యొక్క తీవ్రత బాగా ఉండడంతో మోతాదు తగ్గించమని ప్రాక్టీషనరు ఆదేశించినప్పుడు పిల్లవాని తండ్రి వెంటనే "లేదు సార్ ఇది చాలా మంచి ఔషధం నాకు తెలుసు" అని సమాధానమిచ్చారు. కృతజ్ఞతతో చాలా మంది రోగులు అతని పాదాలను తాకాలని కోరుకుంటారు, మరియు కొందరు క్రమం తప్పకుండా రోగులను అతని వద్దకు పంపిస్తారు. ఇది ప్రాక్టీషనరుకు మరింత బాధ్యతను అందిస్తూ రోగులను చాలా జాగ్రత్తగా చూసుకోవాలనే భావాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్నది. వార్తాలేఖను కన్నడంలోకి అనుమతించే పనిని కూడా వీరు చేపట్టారు.

ఎక్కువమంది రోగులు ఆరోగ్యకరమైన జీవన శైలిని అనుసరించరని వీరు కనుగొన్నారు అందువల్ల రోగులకు ఆహారం మరియు నీటి నియమావళి పై చిట్కాలు ఇవ్వడం మరియు క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయమని వారిని ప్రోత్సహిస్తూ ఉంటారు. ఈ సేవ కోసం ఎంపిక చేయబడినందుకు తాను నిజంగా అదృష్టవంతుడననివీరు భావిస్తున్నారు. రీఫిల్ కోసం తనను సందర్శించే రోగుల నవ్వుతున్న ముఖాలను చూడడం ద్వారా అతను చాలా ఆనందం పొందుతూ ఉంటారు. చికిత్స చేసేదంతా స్వామిమాత్రమే అనే ప్రగాఢ విశ్వాసంతో మిగతా ప్రాక్టీషనర్లు అందరికీ వీరు ఇచ్చే సలహా ఏమిటంటే స్వామికి శరణాగతి చేసి అత్యంత చిత్తశుద్ధితో రోగులకు సేవ చేయాలని సూచిస్తున్నారు.

పంచుకున్న కేసు:

- [సోరియాసిస్](#)

+++++
ప్రాక్టీషనర్ 11210 వీరు భౌతికకాస్తంలో మాస్టర్స్ డిగ్రీని కలిగి ఉండి భారత ప్రభుత్వ ఆధ్వర్యంలోని విద్యాసంస్థల అగ్రగామియైన



కేంద్రీయ విద్యాలయ సంఘటన్ లో మూడు దశాబ్దాలుగా ఉపాధ్యాయురాలిగా ఉన్నారు. ఈమె తల్లిదండ్రులు 60వ దశకం ఆరంభం నుండి సత్యసాయిబాబావారి విశ్వసనీయమైన భక్తులు. ఆమె యుక్త వయసులో ఉన్నప్పుడు సమితి కార్యక్రమాల్లో మరియు ముఖ్యంగా సేవా కార్యక్రమాల్లో చురుకుగా పాల్గొన్నారు. గ్రామ వైద్య శిబిరాలలో సమితి సభ్యులు చేస్తున్న సేవలు చూస్తూ ప్రజల బాధలను తగ్గించడానికి ఈ సేవలో భాగంకావాలని ఆమె ఆకాంక్షించారు. అయితే ఆమెకు వైద్య నేపథ్యం లేనందువలన ఇది సుదూరకల అని ఆమె భావించారు. 2010లో వైట్ ఫీల్డ్ లోని బృందావనంలో జరిగిన వర్క్ షాప్ లో పాల్గొనడానికి ఆమెకు భగవంతుడు పంపినట్లుగా ఒక

అవకాశం రావడంతో AVPG మామారు మరి రెండు సంవత్సరాల తర్వాత VP కూడా అయ్యారు, ఆ విధంగా ఆమె కల నిజమైంది. రోగుల బాధలను తొలగించడానికి స్వామి తనను ఒక సాధనంగా ఉపయోగించుకుంటున్నారనేపూర్తి అవగాహనతో మొదట తన సమితిలోను ఆ తర్వాత బృందావనం ఆశ్రమంలోని రోగులకు చికిత్స చేయడం ప్రారంభించారు. ఆమె గత పది సంవత్సరాలుగా నిరంతరాయంగా ఇలా ప్రాక్టీస్ చేస్తూనే నెలవారి గ్రామీణ వైద్య శిబిరాల్లో కూడా పాల్గొంటున్నారు. ఆమె వైట్ ఫీల్డ్ సూపర్ స్పెషాలిటీ హాస్పిటల్ లో 2017లో వెల్నెస్ క్లినిక్ ప్రారంభమైనప్పటి నుండి సేవలు అందించారు. వార్తాలేఖ సంపుటి 11-సంచిక 6 అనగా 2020 నవంబర్- డిసెంబర్ లో ప్రొఫైల్ ఇవ్వబడిన **ప్రాక్టీషనర్ 11597** ద్వారా 2019 జులై నుండి ఆమె ప్రతీ నోమవారం క్రమం తప్పకుండా సహాయం పొందుతున్నారు.

ఈ ప్రాక్టీషనర్ ద్వైకాలిక సోరియాసిస్, ల్యుకోడెర్మా, తామర మరియు గోళ్ళలో ఫంగల్ ఇన్ఫెక్షన్ వంటి చర్మవ్యాధులకు విజయవంతంగా చికిత్స చేశారు. 10 సంవత్సరాలుగా మొత్తం శరీరమంతా సోరియాసిస్ తో బాధపడుతున్న మహిళ ఉండతాన్ని మనతో పంచుకుంటూ దీనికోసం ఆమె **CC12.4 Autoimmune diseases + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.10 Psoriasis for oral intake** ఇచ్చారు. చికిత్స ను వేగవంతం చేయడానికి బాహ్యంగా చర్మం పై పూతగా రాయడానికి స్వచ్ఛమైన పెట్రోలియం జెల్లీ మరియు కొబ్బరి నూనె మిశ్రమానికి ఈ కొంటోనుజోడించడం ద్వారా ఒక లేపనం తయారు చేశారు. రోగి నుండి క్రమం తప్పకుండా పొందిన ఫీడ్ బ్యాక్ బట్టి మొదటి 6 నెలల వరకూ మెరుగుదల నెమ్మదిగా ఉన్నప్పటికీ చర్మం యొక్క అసలు

రంగు కాళ్ళు చేతులపై కనిపించడం ప్రారంభమయింది. చికిత్సను కొనసాగించడానికి రోగికి ఇది ఎంతో ప్రోత్సాహం ఇవ్వడంతో మరో ఐదు నెలల్లో పూర్తిగా మామూలు స్థితికి రావడం భగవంతుని వరంగా ఆమె భావించారు. అదనంగా ఈ ప్రాక్టీషనర్ ఉబ్బసం, మద్యపాన ధూమపాన వ్యసనం, రొమ్ములలో గడ్డలు, చెవికి సంబంధించిన ఇన్ఫెక్షన్లు మరియు గ్యాంగ్రీన్స్ వంటి కేసులకు విజయవంతంగా చికిత్స అందించారు. తన సుదీర్ఘకాల వైబ్రియానిక్స్ అనుభవంతో ప్రతీరోగితోనూ హృదయపూర్వకమైన సంబంధాన్ని పెంపొందించుకోవడం యొక్క ప్రాముఖ్యతను ఆమె తెలియజేస్తున్నారు. ఇతర ప్రాక్టీషనర్లకు ఆమె ఇచ్చే సలహా ఏమిటంటే రోగి యొక్క చరిత్ర ఓపిగ్గా వినడం మరియు వారికి సలహా అవసరమైనప్పుడు ఫోనులో వారికి అందుబాటులో ఉండాలని పేర్కొంటున్నారు. స్వామి, రోగి మరియు ప్రాక్టీషనర్ మధ్య ఏర్పడే దివ్య త్రికోణం యొక్క ప్రాముఖ్యతను గుర్తించడం ఆమె నేర్చుకున్నారు. రోగుల పట్ల ఆమె ప్రేమపూర్వక వైఖరి సత్యలితాలు సాధించిందనడంలో అతిశయోక్తి లేదు. అనారోగ్యంతో మరియు మానసికంగా, భావోద్వేగ పరంగా బలహీనంగా ఉన్న రోగులను చూసి ఆమె ఎంతో వినయంగా తన యొక్క పూర్తి స్థాయిలో వారికి సేవ చేయడానికి పూనుకుంటారు. అన్నింటికన్నా ముఖ్యమైనది “కేవలం స్వామి మాత్రమే ఈ సేవకు మార్గనిర్దేశం చేసి రోగిని స్వస్థత పరిచేవారుకనుక అహంకారం మచ్చుకుకూడా మనసులోకి ప్రవేశించడానికి అవకాశం ఇవ్వకూడదు”

పంచుకున్న కేసు:

- [ఆవుపు మంట. మలబద్ధకం, భయాలు](#)

+++++

ప్రాక్టీషనర్ ¹¹²¹⁷ ఒక గ్రాడ్యుయేట్ మరియు మాజీ వ్యాపార వ్యవస్థాపకులైన వీరు చిన్నప్పటినుండి స్వామి ఫోలోలో ఉండడం తన



అదృష్టంగా భావిస్తున్నారు. 2009లో వీరి ట్రిగ్లిజరైడ్ స్థాయిచాలా ఎక్కువగా 450 mg/dL (నార్మల్ స్థాయి < 150 mg/dL) ఉందని మరియు అతని లిపిడ్ ప్రొఫైల్ నియంత్రించడానికి వైద్యుడు అల్లోపతి మందులు సూచించిన సందర్భంలో వీరికి వైబ్రియానిక్స్ గురించి మొదట పరిచయం అయ్యింది. అదే రోజు సాయంత్రం భజన అనంతరం వీరు ప్రాక్టీషనర్ ను కలుసుకొని మొదట వైబ్రియానిక్స్ తీసుకుంటున్నారని నిర్ణయించుకున్నారు. అతనికి **CC4.2 Liver & Gallbladder tonic...TDS. ఇవ్వబడింది.** మరుసటి నెల వైద్య పరీక్షలో అతని లిపిడ్స్ స్థాయి 220 mg/dL కి పడిపోయింది.

2010లో బృందావనంలో సేవాదర్శి గా డ్యూటీ లో ఉన్నప్పుడు ఆశ్రమంలోనే జరగబోయే AVP కోర్స్ కోసం సంతకం చేసే అవకాశం వీరికి లభించింది. వర్క్ షాప్ విజయవంతంగా పూర్తి చేసిన తర్వాత ఈ బృందంలోని సభ్యులంతా తాము కొత్తగా పొందిన 108 సిసి బాక్స్ మరియు సర్టిఫికేట్ తో స్వామి ఆశీర్వాదం కోసం ప్రశాంతి నిలయానికి చేరుకున్నారు. తిరిగి వచ్చేటప్పుడు రైలు ప్రయాణంలో తోటి ప్రయాణికుడు అతని కిట్ చూసితన దీర్ఘకాలిక అనారోగ్యానికి ఔషధం కోరారు. అలా రైలులోనే తన మొట్టమొదటి సేవ మొదలైనది.

అప్పటినుండి తన నివాసము, స్థానిక భజన కేంద్రాలు మరియు వైద్యశిబిరాలలో రోగులకు సేవలందిస్తూ రోజుకు సగటున ఇద్దరు ముగ్గురు రోగులకు చికిత్స అందించసాగారు. జిల్లా సేవా సమన్వయకర్తగా ఉన్న వీరు 2011 నుండి 2013 వరకు వైట్ ఫీల్డ్ లోని సూపర్ స్పెషాలిటీ ఆసుపత్రిలో డ్యూటీ లో ఉన్నప్పుడు తన వైబ్రియానిక్స్ బాక్సు తీసుకువెళ్ళి అక్కడ సేవకులకు చికిత్స చేసేవారు. 2013లో అతను శ్రీ సత్యసాయి సేవా సంస్థ జిల్లా ప్రధాన కార్యాలయంలో వైబ్రియానిక్స్ ఒక ప్రదర్శన నిర్వహించగా ఎంతోమంది దీనికి హాజరయ్యారు. ఐతే 2014లో బృందావన్ ఆశ్రమంలో నెలరోజులపాటు సాధనా శిబిరం నిర్వహించినప్పుడు వైబ్రియానిక్స్ వ్యవస్థను దీనిలో చేర్చినప్పుడు ఇతని అభ్యాసానికి నిజమైన ప్రోత్సాహం లభించింది. రోగుల నుండి మరియు ఆశ్రమ అధికారుల నుండి చక్కని స్పందన రావడంతో ఆశ్రమంలో శాశ్వత వైబ్రియానిక్స్ నిక్ నిర్వహణకు పుట్టుక ఏర్పడింది. ఇది

వారానికి ఏడు రోజులు పనిచేస్తుంది. అప్పటినుండిరోజు వారిగా 10నుంచి 15మంది సగటుతో వేలాది మంది రోగులు చికిత్స పొందుతున్నారు. వారంతాల్లో సహాయం చేయడానికి మరో ఇద్దరు ప్రాక్టీషనర్లువీరితో చేరుతూ ఉండేవారు.

ప్రాక్టీషనర్ తన అభ్యాసంలో అద్భుతమైన విజయాన్ని సాధించారు. అతని రోగుల్లో 60% మంది పూర్తిగా రోగవిముక్తి పొందినట్లు తెలియజేశారు. ఒక సందర్భంలో ఆశ్రమం యొక్క శాశ్వత వాలంటీరు కుమార్తె దుందుడుకు స్వభావం కోసం గత మూడు సంవత్సరాలుగా ఎన్నో రకాల చికిత్సలు తీసుకున్నా ఏమాత్రం ఫలితం కలగలేదు. గత ఆరు నెలల్లో అమ్మాయి పరిస్థితి మరింత దిగజారి ఆశ్రమంలోనే తన తల్లిని దుర్భాషలాడటం ప్రారంభించినప్పుడు పరిస్థితి చాలా ఇబ్బందికరంగా మారింది. నిరాశతో ఉన్న కుటుంబ సభ్యులు ప్రాక్టీషనరును సంప్రదించగా **CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC18.1 Brain disabilities** రెమిడి ఇచ్చారు. ఇది ప్రారంభంలో ఆమె ప్రవర్తనను భరింపజేసినదిగా చేయగా మరో మూడు నెలల్లో ఆమె తన సాధారణస్థితికి చేరి తన సేవా విధులు నిర్వహించడానికి తిరిగి చేరగలిగింది. మరొక సందర్భంలో అల్టీమర్స్ వ్యాధితో బాధపడుతున్న సాయి సంస్థ ట్రస్టీ యొక్క మహిళా బంధువు చంచలస్వభావం కలిగి లక్ష్యం లేకుండా తిరుగుతూ ఉండేవారు. ఒకటిన్నర సంవత్సరాలు అన్ని చికిత్సలు విఫలమైన తర్వాత వైబ్రియనిక్స్ రెమిడి **CC18.2 Alzheimer's disease** రోగికి రక్షణ అందించి చాలా తక్కువసమయంలోనే వారిలో మార్పు తీసుకొనివచ్చి ఇతరుల మాటలకు ప్రతిస్పందించడంతో పాటు ఇంటికే పరిమితమయ్యారు. మరొక సందర్భంలో మెదడు కణితకి శస్త్ర చికిత్స అనంతరం ఒక చిన్న పిల్లవాడి జ్వరం సాధారణ స్థాయికి రాకపోవడంతో సర్దన్లు అన్ని ప్రయత్నాలు చేసి ఆశలను కోల్పోయారు. ఆందోళన చెందుతున్న తల్లిదండ్రులు ఆశ్రమానికి రాగా కేవలం రెండు మోతాదుల **CC9.4 Children's diseases**, తో జ్వరం తగ్గిపోయింది.

ప్రాక్టీషనర్ అభిప్రాయం ప్రకారం మానవుడు తప్ప అన్ని జీవులు ప్రకృతికి అనుగుణంగా జీవిస్తాయి. ఔషధం లేదా శస్త్ర చికిత్స పై ఆధార పడకుండా తమ పూర్తి జీవిత కాలం గడుపుతాయి. అన్ని ఇతర జీవుల మాదిరిగానే మానవ శరీరం కూడా ఒక సంపూర్ణ యంత్రం. ఇది స్వస్థత మరియు పునరుత్పత్తి చేసుకోగల యంత్రంగాన్ని కలిగి ఉంటుంది. మనము ప్రకృతి నియమాలను పాటించక పోవడం వలన అసమతుల్యత పొందుతూ వివిధ వ్యాధులతో బాధపడుతున్నాము. వైబ్రియానిక్స్ మతుల్యతను పునరుద్ధరించడం ద్వారా శారీరక మానసిక మరియు ఆధ్యాత్మిక అనే మూడు స్థాయిలలోనే కాక పర్యవరణ స్థాయిలో కూడా సంపూర్ణ సంరక్షణను పొందటానికి ఇది తనకు మద్దతు ఇచ్చిందని ఈ ప్రాక్టీషనరుభావిస్తున్నారు.

పంచుకున్న కేసు:

- [స్థంభన సమస్య, వీర్య శాతములో తగ్గుదల](#)



ప్రాక్టీషనర్¹¹⁵²⁹ హిందీ లో మాస్టర్స్ డిగ్రీ కలిగిన ఈ గృహిణి 2006లో కాలిఫోర్నియాలోని సాయి ఆధ్యాత్మిక విద్య (SSE) తరగతులకు ఈమె ఇద్దరు కుమార్తెలు హాజరు కావడం ప్రారంభించినప్పటి నుండి స్వామి ఫోల్డ్ లోనికి వచ్చారు. ప్రొఫెషనల్



కూచిపూడి నర్తకి కావడంతో 2007లో ఈశ్వరమ్మ దినోత్సవ ప్రదర్శన కోసం పిల్లలకు డాన్స్ నేర్పించడానికి ఆమెను ఆహ్వానించారు. ఆ తర్వాత ఆమె సాయి సెంటర్ కు క్రమం తప్పకుండా హాజరు కావడం ప్రారంభించి సేవా కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనసాగారు. 2010లో బెంగళూరుకు వెళ్ళిన తర్వాత ఆమె వైట్ ఫీల్డ్ లోని జనరల్ మరియు సూపర్ స్పెషాలిటీ ఆసుపత్రులలో సేవాదళ గా సేవ చేయడం ప్రారంభించారు. 2013లో ఒక సీనియర్ ప్రాక్టీషనరు సూచన మేరకు వైబ్రియానిక్స్ పాప్ కు హాజరుకావలసినదిగా ఆమె భర్త ప్రోత్సహించారు. మొదటి నుండి కూడా వైబ్రియనిక్స్ మద్దత గురించి ఆమెకు ఎప్పుడూ సందేహం లేదు. ఆమె తనశిక్షణ పూర్తిచేసిన మొదటి రోజే 20 సంవత్సరాల క్రితం ప్రమాదం కారణంగా

జారిపోయిన C4-C6డిస్కుల కోసం ఆమె తనను తాను చికిత్స చేసుకున్నారు.ఆమె వీపు మరియు మెడ లో నొప్పి కారణంగా ప్రతి ఉదయం పక్క మీద నుండి లేవడం నరక ప్రాయంగా ఉండేవి.**CC20.5 Spine**తీసుకున్న రెండు రోజుల్లోనే ఆమె నొప్పి చాలావరకు తగ్గి పోయింది.అప్పటినుండి ఆమె కుటుంబం అల్లోపతి ఔషధాన్ని దాదాపుగా నివారించి వైబ్రియానిక్స్ రెమిడిలను మాత్రమే తీసుకొనసాగారు.

2013ఆగస్టు నుండి ఆమె ప్రతీశనివారం సాయి గీతాంజలి సెంటర్లో సేవ చేయడం ఆమెకు ఎంతో సంతోషిని ఇచ్చింది.వైబ్రియానిక్స్ సేవ చేస్తున్నప్పుడు దీర్ఘకాలిక రోగులు ప్రత్యేకించి 10నుండి 20 సంవత్సరాల కాలపు అనారోగ్యాల నుంచి బయట పడడం గమనించినప్పుడు ఆమెకు ఎంతో ఆనందంగా ఉండేది. ఆమె కుటుంబ సభ్యులు మరియు స్నేహితులు ఎంతో మంది వైబ్రియానిక్స్ నుండి లబ్ధిని పొందారు. 20సంవత్సరాల నుండి మూర్ఛతో బాధపడుతున్న ఆమె బావ వైబ్రియానిక్స్ పూర్తిగా నయంఅయ్యారు.

వెల్నెస్ క్లినిక్ బృందంలో చేరమని ఆహ్వానం వచ్చినప్పుడు ఆమె ఎంతో ఆనందించి అందుకు అవసరమైన విధంగా 2017 లో VP కోర్సు పూర్తి చేసి IASVP లో సభ్యురాలుగా మారారు.క్లినిక్ కు వచ్చే రోగుల సంఖ్యక్రమంగా పెరగడం ప్రారంభమైంది. గుండె వైఫల్యంతో బాధపడుతున్న చాలా మంది రోగులకుచికిత్స లేకపోవడంతోవారు వైబ్రియానిక్స్మిడిలద్వారా అనేక ప్రయోజనములను పొందుతూ ఉన్నారన్న విషయాన్ని ఈ ప్రాక్టీషనరుపూర్వలోకనం చేసుకుంటూ ఈ రోగులు రిఫిల్ కోసం ప్రాక్టీషనరుకు ఫోన్ చేస్తూ ఉండడంతో అవసరం మేరకు సుదూర ప్రాంతాలనుండి రిఫిల్ కోసం వచ్చే వారికి ఆమె క్రమం తప్పకుండా పోస్ట్ ద్వారా పంపుతూ ఉంటారు. ఇప్పటివరకూ ఆమె 1500 మందికి పైగా రోగులకు కీళ్ళనొప్పులు ఆర్థరైటిస్, మరియు హెర్నెస్వంటివివిధ రకాల వ్యాధులకు చికిత్స చేసి పూర్తి స్వస్థత చేకూర్చారు. అలాగేరోగిప్రాక్టీషనరుఇచ్చిన సూచనలను పాటిస్తూ రెమిడిలు తీసుకొంటే ఇతర వ్యాధుల విషయంలో కూడా సంపూర్ణ స్వస్థత సాధ్యమే అని భావిస్తున్నారు.

అనేక మందిని బాధలనుంచి నివారణ చేసేలా చేసినందుకుఆమె స్వామికి కృతజ్ఞతలు తెలుపుతున్నారు.ఇది ఆమెలో అంతర్గత పరివర్తనకు దోహదపడిందని తెలుపుతున్నారు.ఈ సేవ కారణంగా ఆమె ఆందోళన లేకుండా మానసిక ప్రశాంతతతో ఉంటూ ఏదైనా సమస్య తలెత్తినప్పుడు ఒత్తిడికి గురి కాకుండాఇది తనను బలోపేతం చేయడానికి స్వామి పరీక్షా మార్గంగా భావిస్తున్నారు.ప్రాక్టీషనర్లకుఆమె ఇచ్చే సలహా ఏమిటంటే వైబ్రియానిక్స్ పైపూర్తి విశ్వాసం ఉంచి మన వంతు కృషి మనం చేస్తూ ఫలితాలను స్వామికి వదిలివేయాలి.

పంచుకున్న కేసు:

- [గొంతులో గడ్డ](#)

ఆ కోంటోలు ఉపయోగించిన కేసుల వివరాలు ఖ

1. కుక్కపిల్ల యొక్క గాయం^{10741...ఇండియా}

2 నుండి4 వారాల వయసు గల కుక్క పిల్ల రోడ్డు పక్కన వణుకుతూ కనిపించింది. విచ్చలవిడిగా సంచరించే వీధికుక్కలద్వారా పొంచిఉన్న ప్రమాదం గుర్తించి దయనీయమైన స్థితిలో ఉన్న ఈ చిన్ని ప్రాణిని రక్షించడానికిదయగల ఒక బాటసారి పూనుకున్నారు. ఆమె ఈ కుక్కపిల్లని ప్రశాంతి అని పిలవ నారంభించారు.బహుశాఈపేరు దాని స్వభావమును ప్రభావితం చేసి దానిలో విశ్వాసాన్నిపెంపొందిస్తుందనిఆశించారు. ఈ కుక్క పిల్లను ఒక పశు వైద్యుని వద్దకు తీసుకొనివెళ్ళారు కానీ ఒక నెల పాటు సూచించిన మందులు తీసుకున్నప్పటికీ ప్రశాంతి ఏదైనాతినాలంటే విపరీతంగా భయపడసాగింది. కాబట్టి శ్రద్ధగలఈ మహిళవైబ్రియానిక్స్ చికిత్స ఎంచుకున్నారు. 2018 జూన్ 5 న ప్రాక్టీషనర్గిరింది రెమిడి సూచించారు:

#1. CC1.1 Animal tonic + CC10.1 Emergencies + CC12.2 Child tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...6TDనీటిలో

రెమిడీ తీసుకున్న ఒక వారం అనంతరం ప్రశాంతి ఆహారం తీసుకోవడం ప్రారంభించడంతో ఈ కుటుంబం వారు ఎంతో ఉపశమనం పొందారు. మోతాదును ఒక వారంపాటు TDS కి తగ్గించారు. స్థిరమైన మెరుగుదల ఉన్నందున మరో వారానికి BD ఆ తర్వాత ఒక వారానికి OD కి తగ్గించబడింది.

13 నెలల తర్వాత ప్రశాంతిలో మార్పు వచ్చి తినదగినవి తినకూడనివి అనే భేదం లేకుండా అన్నింటినీ తినడం ప్రారంభించింది. ఇది ఆ కుక్క పిల్లలో త్రేన్సులు, గ్యాస్ మొదలగు జీర్ణ సమస్యలకు కారణం అయింది. రెండవ రెమిడీ ద్వారా ఈ సమస్యను పరిష్కరించారు:

#2. CC1.1 Animal tonic + CC4.1 Digestion tonic + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.10 Indigestion + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.4 Eating disorders...TDS.

వారం తర్వాత ప్రశాంతి చెత్తను తినటం మానేసింది. దాని జీర్ణక్రియ మెరుగు పడింది. కాబట్టి మోతాదును మరో వారం BD కి మూడో వారానికి OD కి తగ్గించి ఆపి వేశారు.

+++++

2. సోరియాసిస్^{10767...ఇండియా}

64 ఏళ్ల వ్యక్తికి రెండు కాళ్ళకు చీలమండల పైన చర్మం పొడిబారిదురద ఏర్పడింది. మరియు చర్మం కూడా నల్లగా మారిపోయి ఉంది. అతని వైద్యుడు దీనిని సోరియాసిస్ అని నిర్ధారించగా రోగి సూచించిన మందులను రెండేళ్ల పాటు తీసుకున్నారు కానీ మెరుగుదల లేదు. 2019 మే 18న రోగి తన ఉంటున్న పట్టణ ప్రాంతంలో జరిగిన వైబ్రియానిక్స్ బిరంలో ప్రాక్టీషనరును సంప్రదించే అవకాశం లభించింది. అతనికి ఈ క్రింద రెమిడీ ఇవ్వబడింది:

CC12.4 Autoimmune diseases + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.3 Skin allergies + CC21.10 Psoriasis...TDS కొబ్బరినూనెలో బాహ్య అనువర్తనం కోసం. రోగి అల్లోపతి చికిత్స తీసుకోవడం మానివేశారు.

నెల తర్వాత పేషెంటు తనకు దురద విషయంలో 70% ఉపశమనం ఉందని మరియు చర్మం క్రమంగా మృదువుగా మారి దాని సాధారణ రంగు లోకి తిరిగి వస్తున్నట్లు ఫోన్ ద్వారా తెలియజేశారు. అతనికి పోస్ట్ ద్వారా రీఫిల్ పంపబడింది. మరో నెల రోజుల తర్వాత తనకు కలిగిన ఉపశమనానికి సంతోషించిన వాడై స్వామికి మరియు ప్రాక్టీషనరుకు కృతజ్ఞతలు తెల్పడానికి సొంత ఊరు నుండి 300 కిలోమీటర్లు ప్రయాణం చేసి వెల్సెన్ క్లినిక్ కు రావడం జరిగింది. రెండు కాళ్ళపై నల్లదనం మరియు విస్ఫులి విషయంలో 80% తగ్గింపు ఉంది. రెండు నెలల తర్వాత సెప్టెంబర్ మధ్యలో అతనికి మరొక రీఫిల్ పంపబడింది. పూర్తిగా నయమైందని నివేదించడానికి రోగిని నవంబర్ ఆరంభంలో పిలిపించగా అప్పటినుండి మోతాదు మూడు వారాలపాటు BD కి అనంతరం OD కి తగ్గించాలని సూచించారు. జనవరి మూడో వారంలో చివరిసారి అతనికి ఫోన్ చేసినప్పుడు తను పూర్తిగా బాగానే ఉన్నానని 2020 జనవరి 8వ తేదీకి ఇచ్చిన గోళీలు పూర్తి అయ్యాయని తెలిపారు.

+++++

3. ఆవుపు మంట, మలబద్ధకము, భయాలు^{11210...ఇండియా}

గత రెండేళ్లుగా 52 ఏళ్ల మహిళకు ఆవుము అన్నవాహిక లోనికి మరలడం, మలబద్ధకం మరియు కుక్కర్ లేదా ఫుడ్ మిక్చర్ విజిల్ యొక్క ఆకస్మిక శబ్దము, కరెంట్ ఇస్త్రీ పెట్టి లేదా మొబైల్ ఛార్జర్ నుండి విద్యుత్ షాక్ కలుగుతుందేమో అనే రకరకాల భయాలతో బాధపడుతూ ఉన్నారు. ఆవు సమస్య మరియు మలబద్ధకం కోసం ఆమె వైద్యులు ఆరు నెలల పాటు మందులు తీసుకోవలసినదిగా సూచించినా నెల తరువాత ఎటువంటి మార్పు రాకపోవడంతో వాటిని ఆపివేసి హోమియోపతి చికిత్స ప్రారంభించి నాలుగు నెలలు తీసుకున్నారు. ఇది కూడా సహాయం చేయకపోవడంతో ఆమె వైబ్రియానిక్స్ ఎంచుకున్నారు. 2020 ఫిబ్రవరి 17 న ఆమె ప్రాక్టీషనర్ ను సంప్రదించగా క్రింది రెమిడీ ఇవ్వబడింది:

CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.4 Constipation + CC4.6 Diarrhoea + CC4.10 Indigestion + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

రోగి ఎక్కువ నీరు తాగాలని సరియైన వేళకు భోజనం చేయాలని అధిక మసాలా లేదా వేపుడు ఆహారాన్ని నిషేధించాలని ప్రాక్షిషనరు సూచించారు. మార్చి 9న మూడు వారాల తర్వాత రోగి తన వ్యాధి లక్షణాలన్నీ పూర్తిగా కనుమరుగు అయ్యాయని తెలిపారు. మోతాదు రెండు వారాలపాటు ODకి తగ్గించి మార్చి 25న ఆపివేశారు. 2020 డిసెంబర్ నాటికి వ్యాధి లక్షణాలు ఏవీ పునరావృతం కాలేదు.

+++++

4. అంగ స్తంభన సమస్య తక్కువ వీర్యకణాల ఉత్పత్తి^{11217...ఇండియా}

40 ఏళ్ల వ్యక్తికి మరియు నర్సగా పనిచేసే 35 ఏళ్ల అతని భార్యకు 2012లో మొదటి బిడ్డ కలిగిన తరువాత వారు మూడు నాలుగు సంవత్సరాలుగా మరొక బిడ్డ కోసం ప్రయత్నిస్తున్నారు కానీ ఫలితం కలుగలేదు. భర్త పరీక్ష కోసం వెళ్ళినప్పుడు అతనికి తక్కువ స్పెర్ము కౌంట్ అలాగే అంగ స్తంభన సమస్య కూడా ఉన్నట్లు తెలిసింది. అతను వైబ్రియానిక్స్ కిత్స్ తీసుకోవాలని నిర్ణయించుకున్నారు. 2016 సెప్టెంబర్ 10న వారు ప్రాక్షిషనరును సంప్రదించగా ఈ క్రింది రెమిడిలు ఇవ్వబడ్డాయి:

భర్త కోసం:

CC14.3 Male infertility...TDS

భార్య కోసం:

CC8.1 Female tonic...TDS

అక్టోబర్ 10న భర్త అంగస్తంభన లో 20% మెరుగుదల ఉన్నట్లు తెలిపారు, తన తదుపరి నెలవారీ సందర్శనలో అతను 50% మెరుగుదల ఉన్నట్లు తెలిపారు. మరో నెల తర్వాత రీపిల్ కోసం వచ్చిన సమయంలో 80% మెరుగుదల ఉన్నట్లు తెలిపారు. అతను స్థిరమైన పురోగతి సాధిస్తూ అదే మోతాదు కొనసాగించారు. 2017 ఏప్రిల్ 9 న భర్త తన భార్య గర్భవతి అయినట్లు మరియు ఆమె యొక్క గర్భస్థ అల్ట్రాసౌండ్ చిత్రాలు సాధారణ పిండాన్ని చూపిస్తున్నాయని కూడా ఆనందంగా ప్రాక్షిషనరుకు తెలియజేశారు. కాబట్టి ఇద్దరూ రెమిడి తీసుకోవడం ఆపివేశారు. 2017 అక్టోబర్ 2న వారికి ఆరోగ్యకరమైన మగపిల్లవాడు జన్మించారు మరియు ఈ జంట స్వామికి కృతజ్ఞతలు తెలపడానికి బాబును ఆశ్రమానికి తీసుకువచ్చారు.

సంపాదకుని వ్యాఖ్య: సంతానం ఆశించే తల్లులందరికీ **CC8.2 Pregnancy tonic** ఇవ్వడం మంచిది, ఇది గర్భస్రావం నుండి కూడా రక్షణ కల్పిస్తుంది.

+++++

5. గొంతులో గడ్డ^{11529...ఇండియా}

78-ఏళ్ల మహిళకు గత ఏడాది కాలంగా గొంతులో పొరబారుతూ ఉన్న లక్షణంతో బాధ పడుతున్నారు. పరిస్థితి క్రమంగా మరింత దిగజారి బొంగురు గొంతు మరియు దుర్బలమైన గొంతుకు దారి తీసింది. తత్ఫలితంగా ఆమె మాట్లాడలేకపోవడం, తను ఇష్టపడి చేసే రోజువారీ ప్రార్థనలను చేయలేకపోవడం జరుగుతోంది. వైద్య పరీక్ష చేయించగా ఆమె గొంతులో గడ్డ కలిగి ఉన్నట్లు రిపోర్టు తెలియజేసింది. వైద్యుడు శస్త్ర చికిత్స ద్వారా దానిని తొలగింపచేయాలని సూచించారు. అయితే ఆమె తన గొంతును కోల్పోయే ప్రమాదం 50% ఉందని కూడా హెచ్చరించారు. అందుకు భయపడిన రోగి రిస్క్ తీసుకోవడానికి ఇష్టపడక తన విధిఎలా ఉంటే అలా జరుగుతుందని ఊరుకున్నారు. ప్రాక్షిషనర్ రోగి కుమార్తెకు స్నేహితురాలు కావడంతో వైబ్రో రెమిడిలు తీసుకోవలసిందిగా సూచించగా రోగి వెంటనే ఒప్పుకున్నారు. 2017 మార్చి 18న ఆమెకు క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది:

#1. CC2.3 Tumours & Growths + CC12.1 Adult tonic + CC19.7 Throat chronic...6TD

మూడు వారాల తర్వాత ఏప్రిల్ 8న రోగితనకు పొరబారటం మరియు గొంతు బొంగురు 50% తగ్గిందని మరియు పది నిమిషాలు సులభంగా మాట్లాడగలుగుతున్నానని తెలిపారు. **#1** నికొనసాగించాలని ఆమెకు సూచించబడింది. అప్పటినుండి నెమ్మదిగా

స్థిరమైన అభివృద్ధి కలిగి ఎనిమిది నెలల అనంతరం డిసెంబర్ 16న ఆమె 80% మెరుగుదల ఉన్నట్లు మరియు సులువుగా 40 నిమిషాల వరకు మాట్లాడగలుగుతున్నట్లు తెలిపారు. కాబట్టి మోతాదు QDS కి తగ్గించారు. అలాగే ఆమెకు దవడ నొప్పి ప్రారంభం కావడంతో కొంట్రోల్ చేసి విధంగా మెరుగుపరచబడినది:

2. CC11.6 Tooth infections + #1...QDS

మరో రెండు నెలల తర్వాత 2018 ఫిబ్రవరి 17న దవడ నొప్పి పూర్తిగా పోయి ఆమె స్వరం సాధారణ స్థితికి రావడంతో ఆమె చాలా సంతోషంగా ఉన్నారు. ఆమె ఇప్పుడు తన రోజు వారి ప్రార్థనలను సులభంగా చేయగలుగుతున్నారు. వైట్ రెమిడి ప్రారంభించిన తర్వాత ఆమె ఎప్పుడూడాక్టరును సంప్రదించలేదు. మోతాదు TDSకి తగ్గించబడితమంగా జూలై 31న ODకి తగ్గించబడింది. డిసెంబర్ 2020నాటికి వ్యాధి లక్షణాలు పునరావృతం కాలేదు రోగిరెమిడిని ODకొనసాగిస్తూ సంతోషంగా ఉన్నారు.



6. కీళ్లనొప్పి-పోస్ట్ చికెన్ న్యూ ^{11627...ఇండియా}

57-ఏళ్ల మహిళ 2018లో చికెన్ న్యూనియాతో బాధపడిన సందర్భంలో ఒక నెలరోజుల పాటు అల్ట్రాపతి చికిత్స తీసుకున్నారు. ఈ వ్యాధియుక్త సాధారణమైనలక్షణం కారణంగా ఆమె వ్రేళ్ళు, పాదాలు, మరియు మోకాళ్ళవద్ద నొప్పి రెండు సంవత్సరాలు కొనసాగింది. ఈ కాలంలో ఆమె ఆయుర్వేద మందులు మూడు నెలలు తీసుకున్నారు కాని ఉపశమనం కలగలేదు. 2020 మే 26న ఆమెప్రాక్టిషనర్వద్దకు వచ్చినప్పుడు ఆమె వేరే ఔషధం ఏదీ తీసుకోవడం లేదు. ఆమెకు ఈ క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది:

CC3.7 Circulation + CC9.1 Recuperation + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.3 Arthritis + CC20.5 Spine + CC20.6 Osteoporosis + CC20.7 Fractures...6TD

ఐదు రోజుల తర్వాత ఆమెకు నొప్పులు అన్నిటి నుండి 90% ఉపశమనం కలిగింది. మోతాదును TDSకి తగ్గించడం జరిగింది. మరో 20 రోజుల తర్వాత రోగికి 100% ఉపశమనం కలిగింది. మోతాదును 2020 ఆగస్టు 1న రోగి పూర్తిగా ఆపే వరకూ రెండు నెలల కాలంలో క్రమంగా OD, 3TW, 2TW మరియు OW తగ్గించుకుంటూ రావడం జరిగింది. 2020 డిసెంబర్ నాటికి పునరావృతం లేకుండా రోగి ఆరోగ్యంగా ఉన్నారు.



7. చర్మము పై అలర్జీ ^{11624...ఇండియా}

38-ఏళ్ల వ్యక్తి బొటనవ్రేళ్ళు మరియు అన్నివ్రేళ్ళచివరలవద్ద దురదతో గత మూడు సంవత్సరాలుగా బాధపడుతున్నారు. ఈ దురద పక్షం రోజులకు ఒకసారి కనిపించి 3-4 రోజులు ఉంటుంది. కొన్ని సమయాల్లో ఈ దురద ఎంత తీవ్రంగా ఉంటుందంటే అతను తన వ్రేళ్ళనుచిత్తక కొట్టుకోవాలనే బాధఅనిపిస్తూ ఉంటుంది. అదనంగా అతను వంకాయ, గోంగూర తినడం వల్ల దురద బాగా పెరిగి అతని శరీరం అంతాపాలిపోయిన రంగుతో బొబ్బలు లేస్తూ ఉంటాయి. అలాగే స్నానం చేయడానికి చందనపు సబ్బును ఉపయోగించడం వల్ల తన నడుం చుట్టూ మధ్యస్థంగా ఉండే దురద ఏర్పడుతున్నట్లు అతను కనుగొన్నారు. రెండేళ్ల క్రితం పనిలో ఇబ్బంది వస్తుందనే భయంతో ఇతను వంకాయ గోంగూర తినడం గంధపు సబ్బువాడడం మానేశారు. పారామెడికల్ సహాయకుడిగా అతను రబ్బరు తొడుగులు (గ్లోజ్) ధరించవలసిఉంటుంది. అది కూడా కొన్ని సార్లు అతని చేతుల్లో దురదకు కారణమవుతోంది. విరంజన కారికి (బ్లీచ్) అలెర్జి కలిగి ఉన్న తన తల్లి నుండి వారసత్వంగా ఈ జబ్బు ఏర్పడిందని రోగి భావించారు. వైద్యుడిని సంప్రదించకుండా స్టెరాయిడ్లు, యాంటీ బయోటిక్ క్రిములు మరియు కొన్నిసార్లు యాంటీ హిస్టమిన్ ట్యాబ్లెట్లు కూడా తీసుకున్నారు. కానీ వాటిప్రతికూల ప్రభావాల పట్ల అవగాహన వల్ల ఇతను ప్రాక్టిషనరును సంప్రదించారు. అతనికి 2020 మార్చి 12 న క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది:

CC4.10 Indigestion + CC12.1 Adult tonic + CC17.2 Cleansing + CC18.5 Neuralgia + CC21.3 Skin allergies...6TD

మార్చి 14 ఉదయం అతనికి తల మరియు ముఖం మీద పులాట్ ను సూచించే విధంగా తీవ్రమైన దురద ఏర్పడింది. పులాట్ యొక్క అవకాశం గురించి అప్పటికే తెలుసుకున్న అతను పట్టుదలతో 6TD మోతాదు కొనసాగించారు. పగటి పూట దురద తీవ్రతరం కావడంతో అతను తన గడ్డము, మీసము కూడా తీసేసారు. ఆ రోజు సాయంత్రానికి అతని పరిస్థితి మెరుగుపడి రాత్రికి దురద దాదాపుగా మాయమైంది. మరో రెండు రోజుల తర్వాత మోతాదు TDS కి తగ్గించాలని సూచించారు.

వారం తర్వాత రోగి చందనం సబ్బును ఉపయోగించడం మరియు కొన్నిసార్లు వంకాయ, గోంగూర తినడం కూడా ప్రారంభించారు. ఏప్రిల్ 1 న తన పరిస్థితి మెరుగుపడిందని గత రెండు వారాలలో తేలికపాటి దురద మాత్రమే అనుభవించినట్లు అతను తెలిపారు. అతను ఇప్పుడు అలర్జికి భయపడకుండా తన అభిమాన కూరలను సంతోషంగా తినగలుగుతున్నారు. మే 1న మోతాదును రెండువారాల వరకూ BD కి మరో రెండు వారాలు OD కి చివరికి 2020 మే 30న పూర్తిగా మానివేశారు. డిసెంబర్ 2020 నాటికి ఎటువంటి పునరావృతం లేకుండా ఉన్నారు.

రోగి యొక్క సాక్ష్యము:

వైబ్రియానిక్స్ హోయంతో నా ఎలర్జీ పూర్తిగా నయం అవడంతో నేను స్టెరాయిడ్ క్రీములు, మరియు యాంటీ హిస్టమిన్ యాక్టివేషన్ వాడకాన్ని ఆపి వేశాను. నేను ఇప్పుడు అలర్జీ ఇబ్బందులు లేకుండా వంకాయ వంటి కూరలు తినగలుగుతున్నాను. ఈ అద్భుతమైన ఔషధాన్ని నాకు ఇచ్చినందుకు వైబ్రియానిక్స్ రియూప్రాక్టీషనరుకు కృతజ్ఞతలు.



8. కడుపులో ఆమ్లము కారణముగా నడుము నొప్పి ^{11508...ఇండియా}

40- ఏళ్ల మహిళ గత ఏడాది కాలంగా వెన్నుకీంది భాగంలో తీవ్రమైన నొప్పితో బాధపడుతున్నారు. ఇది హైపర్ ఎసిడిటీ కారణంగా కావచ్చని ఆమె భావించారు. వారములో అనేకసార్లు ఆమె సాయంత్రం భోజనం తర్వాత త్రేనుపులు మరియు వాయువును అనుభవించారు. 2019 ఫిబ్రవరిలో ఒక వైద్యుడిని సంప్రదించారు. మూడు నెలలు పాటు ఆమెకు ఫిజియోథెరపీ మరియు బాహ్య చర్మం పై పూతగా రాయుటకు ఒక జెల్ క్రీమును సూచించగా వాటితో ఆమెకు పూర్తి ఉపశమనం లభించింది. చికిత్స ఆపిన ఒక నెల తర్వాత లక్షణాలు తిరిగి కనిపించడం ప్రారంభించాయి. ఆ తర్వాత నెలలో ఆమె నడుము నొప్పి ఎంత తీవ్రంగా మారినదంటే ఆమె దైనందిన విధులు నిర్వహించడంలో కూడా ఎన్నో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నారు. 2019 జూలై 15న ప్రాక్టీషనరును సంప్రదించినప్పుడు ఆమె తన బాధను 10/10 రేట్ గా నమోదు చేశారు. ఆమెకు క్రింది రెమిడి ఇవ్వబడింది:

#1. CC4.10 Indigestion...TDS

మూడు రోజుల తర్వాత గ్యాస్ట్రిక్ లక్షణాలు మరియు వెన్ను నొప్పి రెండింటిలో 40% మెరుగుదల కలిగింది. మరో నెల తరువాత 70% మెరుగుదల గమనించబడింది. సెప్టెంబర్ 21న ఆమె 80% మెరుగుదల ఉన్నట్లు తెలపడంతో #1 యొక్క మోతాదు BD కి తగ్గించబడింది. అయినప్పటికీ ఆమె గత వారం రోజులుగా మలబద్ధకం ఎదుర్కొంటున్నందువలన అదనపు రెమిడి ఇవ్వబడింది:

#2. CC4.4 Constipation...TDS

రెండు వారాల్లో అక్టోబర్ 6 నాటికి ఆమె ప్రేగు కదలిక సాధారణమగుటచేత #2ను ఆపడానికి ముందు రెండు వారాలపాటు BD కి తగ్గించబడింది. ఆమె వెన్ను నొప్పి మరియు ఉబ్బరం 90% మెరుగుపడడం వలన #1వ మోతాదు OD కి తగ్గించబడింది. నవంబర్ 9 నాటికి ఆమెకు 100% ఉపశమనం కలగడంతో 2019 నవంబర్ 23న రెమిడి ఆపివేయబడింది. 2020 అక్టోబర్ నాటికి ఆమె యొక్క గ్యాస్ట్రిక్ లక్షణాలు పూర్తిగా కనుమరుగై ఆమె తన భయాలనన్నింటినీ అధిగమించారు.



9. స్వరమును కోల్పోవడం ^{03570...కెనడా}

54- ఏళ్ల మహిళ బద్దెళ్లుగా ఆమ్లము గొంతులోనికి వచ్చే యాసిడ్ రిఫ్లెక్స్ ముస్యతో బాధపడుతున్నారు. ఇది ఒక్కొక్కసారి సంభాషణ మధ్యలో కూడా యాదృచ్ఛికంగా ఏర్పడి ఆమె తన స్వరమును కోల్పోయేలా చేస్తోంది. వైద్యుడు ఆమెకు పెంటాప్రోల్మిన్ గ్లైసియం

అనే యాంటాసిడ్ సూచించారు. ప్రారంభంలో ఇది ODగా తీసుకోబడింది కానీ తర్వాత అవసరమైనప్పుడు మాత్రమే తీసుకోవాలనివైద్యుడు సూచించారు. ఆమె దానిని రోజుకు నాలుగు సార్లు తీసుకుంటూ ఉండడంతో ఇది ఆమెకు సహాయం చేసింది కానీ తాత్కాలిక ఉపశమనం మాత్రమే ఇస్తున్నది. 2019 జనవరి 19న ఆమెప్రాక్టీషనరునుకలసి కొన్ని సమయాల్లో ఆమె నోటి నుండి ఆమ్లము పారదర్శక క్షేపణం లాగా వెలువడుతోందని పేర్కొన్నారు. ఆమెకుక్రింది రెమిడీ ఇవ్వబడింది:

CC4.10 Indigestion + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...QDS

పై కొంబోలో**CC13.1** ఆమెకు అసిడోసిస్ఉన్నదేమో అన్న భావనతో చేర్చబడింది. టీ తాగడం తగ్గించడం లేదాతేనెతో కూడిన బ్లాక్ టీతోఆ అలవాటు భర్తీ చేసుకోవడం,ఆహారంలో ఎక్కువ ఆకుకూరలు మరియు సలాడ్లను జోడించడం, మరియు వేళకు నిద్రించడం వంటి కొన్ని సాధారణ జీవనశైలి మార్పులు కూడాప్రాక్టీషనరుసిఫార్సు చేయగా రోగి వాటిని అనుసరించడానికి పూనుకున్నారు. ఫిబ్రవరి 3న రెండు వారాల తర్వాత క్షేపణం ఆగిపోయిందని మొత్తం మీద 50% మెరుగుదల ఉందని కనుక తను రోజు 4 సార్లు తీసుకునే అంటాసిడ్కాత్రలు ఇప్పుడు 2-3 సార్లు తగ్గించగలిగానని తెలిపారు. ఏప్రిల్ 19నాటికి 70% మెరుగుపడి ఇప్పుడు స్వరంకోల్పోవడంజరగక పోవడంతో ఆంటాసిడ్కాత్రలు తీసుకోవడం ఆపివేశారు. అనంతరం ఆమ్లము వెనకకి రావడం, స్వరం కోల్పోవడం ఈ రెండు లక్షణాల విషయంలో స్థిరమైన పురోగతి ఉన్నట్లు తెలిపారు. చివరిగా 2019 ఆగస్టు 11న ఆమె చివరి రీఫిల్ తీసుకునే సమయంలో తన స్వరం సాధారణమైందని ధృవీకరించారు. ఆ తర్వాత ఆమె ప్రాక్టీషనరునుసంప్రదించలేదు కానీ 2008 జూలై 11న ఆమె కొత్త ఆరోగ్య సమస్యకోసం వచ్చినప్పుడు విచారణచేయగా 2019 సెప్టెంబర్ నాటికి తనకు ఇచ్చిన గోళీలు పూర్తి చేసినట్లు 2020 డిసెంబర్ నాటికి ఆమె సమస్యలు పునరావృతం కాలేదని సంతోషంగా తెలియజేశారు.



10. మెలితిరిగిన నరం వలన నడుము నొప్పి ^{03596...USA}

65 ఏళ్ల మహిళ మెడ మరియు భుజం నుండి నడుము క్రింది వరకూ వరకు కుడిఅర్థ భాగంలో నొప్పితో బాధపడుతున్నారు.ఇది కోవిడ్కాన్వాల్యూరణంగా ఆమె ఇంటి నుండి పని చేయడం ప్రారంభించిన రెండు నెలల తర్వాత అనగా 2020 మే నెల నుండి ప్రారంభమై మరో రెండు నెలలలో తీవ్రంగా మారింది. ఆమె ప్రతీరోజుకండరాలకు విశ్రాంతి నిచ్చే ఔషధం, నొప్పి నివారణలు రోజుకు రెండుసార్లు తీసుకుంటున్నారు, మరియు దాదాపు రోజంతా తాపనస్యాడ్కా అవసరం అవుతోంది. నొప్పిలేకుండా చేసుకోవడానికి ఆమె తరచూ కండరాలను సాగదీయడం,కూర్చునేటప్పుడు,పడుకునే సమయంలో సపోర్టు కోసం వ్యూహాత్మకంగా అమర్చిన అదనపు తలదొడులనుఅమర్చుకోవలసి వస్తోంది. ఆగస్టునెల ఆరంభంలో నొప్పి చాలా తీవ్రంగామారడంతో ఆమె ఒక వైద్యుడిని సంప్రదించారు. కిచెన్ టేబుల్ వద్ద సరైన భంగిమలో కూర్చోనక పోవడం,మరియు కంప్యూటర్ స్క్రీన్ వైపు ఎక్కువసేపు చూడటం వలన మెడలో నరం మడత పడడం కారణం అని గుర్తించారు. అతను ఇబుప్రోఫెన్ (ఒక NSAIDబాధా నివారిణి)మరియుభుజము మరియు మెడ సాగదీసే విధంగాఫిజియోథెరపీ సూచించారు కానీ అవి పెద్దగా సహాయపడలేదు. కనుక మూడు వారాల తర్వాత ఆమె 2020 ఆగస్టు 27న ప్రాక్టీషనరును సంప్రదించారు. ఆ సమయంలో ఆమె తీవ్రమైన నొప్పితో ఉన్నారు మరియు రాజకీయ మరియు సామాజిక అశాంతి కోవిడ్కారణంగా మానసికంగా ఒత్తిడికి గురై ఉన్నారు.ఆమెకు క్రింది రెమిడీ ఇవ్వబడింది:

CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC18.5 Neuralgia + CC20.3 Arthritis...one dose every 10 minutes for 2 hours అనంతరం TDS

మూడు రోజుల తర్వాత రోగి తన వెన్నునొప్పి కొంత రిలీక్స్ అయిందని నొప్పి క్రమంగా తగ్గుతోందని, నీటి నివారణ తీసుకున్న ప్రతీ సారి ఆమెకు వెంటనే ఓదార్పు కలుగుతోందని తెలిపారు. సెప్టెంబర్ 5న మరో ఆరు రోజుల తర్వాత నొప్పి పూర్తిగా అదృశ్యమవగా ఆమె TDSవద్ద రెమిడీ మరో వారం రోజులు కొనసాగించారు. ఆమె వెనక భాగంలో కుషన్ వేసుకోవడం తప్ప నొప్పి నివారణ లేదా గతంలో ఉపయోగించిన ఉపకరణాలుఏవీ అవసరం రాలేదు. సెప్టెంబర్ 12న మోతాదు ODకి తగ్గించాలని మరియు ఇంటి నుండి పని చేసినంతవరకు మోతాదు కొనసాగించాలని సూచించారు. 2020 డిసెంబర్ 20నాటికి ఆమె ఇప్పటికీ ఇంటి నుండే పని కొనసాగిస్తూ ఉన్నా ఎటువంటి వ్యాధి లక్షణాల పునరావృతం లేకుండా హాయిగా ఉన్నారు.



11. సూర్య తాపపు అలెర్జీ^{11620...ఇండియా}

46 ఏళ్ల మహిళకు 2009 అక్టోబర్ లో తనకు వచ్చిన హెర్పెస్ సూర్య నయమైన తరువాత ఆమె ముఖం మీద దురద రావడం ప్రారంభమైంది. నెల తర్వాత దురద తీవ్రమై ఆమె కొన్ని గంటలు బయటకు వెళితే సూర్య తాపానికి వాపు కూడా వస్తోంది. అప్పటినుండి ఆమె కొంచెం సేపు ఎండకు గురైనా దురద మరియు వాపు ఈ రెండింటితో ఆమె బాధ పడసాగారు. ఇది ఆమె చర్మాన్ని నల్లగా మార్చేసింది. దీని నిమిత్తం ఆయుర్వేద చికిత్స తీసుకున్నా అది ఏమాత్రం సహాయం చేయలేదు. 2010 జనవరిలో టైయాప్సీ రిపోర్టు సూర్య తాపపు ఎలర్జీ కారణంగా ఆమెకు ఈ పరిస్థితి ఏర్పడినట్లు వెల్లడించింది. ఆమెకు ట్యాబ్లెట్లు మరియు స్టెరాయిడ్ క్రీములు కూడా సూచించి పూర్తి రక్షణ లేకుండా బయటకు అడుగు పెట్టవద్దని డాక్టర్లు తెలిపారు. అంతేకాకుండా ఈ వ్యాధికి చికిత్స లేదని కాబట్టి జీవితమంతా స్టెరాయిడ్లు తీసుకోవాల్సి ఉంటుందని వైద్యుడు సూచించారు. ఈ మందులు ఆమెకు తాత్కాలిక ఉపశమనం మాత్రమే ఇచ్చినప్పటికీ వేరే మార్గం లేక 2019 మార్చి వరకు వీటిని కొనసాగించారు. కాలం గడిచేకొద్దీ ఆమె పరిస్థితి మరింత దిగజారి వాపు సంభవించినప్పుడు ఆమె కళ్ళు కూడా తెరవలేని పరిస్థితి ఏర్పడింది. అలాగే ఆమె చేతులపైన చర్మం పలచగా మారి పైన పొర ఉడిపోవడం ప్రారంభించింది. 2020 ఫిబ్రవరి 9న ఆమె వైబ్రియానిక్స్ చికిత్సను ఎంచుకోగా ప్రాక్టీషనర్ ఆమెకు క్రింది రెమిడి ఇచ్చారు:

#1. CC8.1 Female tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.3 Skin allergies...TDS నీటిలో

రెండు నెలల్లోనే దురద యొక్క తీవ్రత 60% తగ్గింది మరియు మరో నెలలో ఏప్రిల్ 26నాటికి ఆమెకు దురదతో పాటు వాపులో 100% మెరుగుదల కనిపించింది. వేసవికాలం సమీపిస్తున్నందున వలన రోగి TDS వద్ద రెమిడి కొనసాగించడానికి ఇష్టపడ్డారు. జూన్ 6న చర్మము యొక్క అసలు రంగు పునరుద్ధరించడానికి మరియు అంతర్లీనంగా చర్మ సంక్రమణ (ఇన్ఫెక్షన్) ఏదైనా ఉంటే తొలగించడానికి ప్రాక్టీషనర్ రెమిడిని క్రింది విధంగా మెరుగుపరిచారు:

#2. CC21.2 Skin infections + #1...TDS

జూలై 5న #2ను ODకి మరియు క్రమంగా రెండు నెలలలో OWకు తగ్గించి సెప్టెంబర్ 6 న నిలిపివేయడం జరిగింది. ఆమె చర్మం రంగు సాధారణమైనందుకు రోగి చాలా సంతోషించారు, 2020 డిసెంబర్ నాటికి వ్యాధి లక్షణాలు పునరావృతం కాలేదు.

పేషంటు సాక్ష్యము:

సూర్య తాపపు ఎలర్జీ కారణంగా నా ముఖం మీద చర్మముపై భయంకరమైన దురద మరియు వాపు ఏర్పడినట్లుగా కమిలి పోవడంతో బయటకు వెళ్ళి ఎవరినైనా కలవడానికి సిగ్గుపడేదానిని. దీనికి చికిత్స లేదు జీవిత కాలం స్టెరాయిడ్ క్రీములు కొనసాగించాలని డాక్టర్ తెలిపారు. ప్రతి సంవత్సరం గణేష్ చతుర్థి నాటికి చర్మంపై దురదలు ఎదుర్కొంటూనే ఉన్నాను (బహుశా పూల వలన కావచ్చు). కానీ ఈ సంవత్సరం నేను ఎటువంటి చర్మ సమస్యలు లేకుండా సంతోషంగా పండుగను జరుపుకున్నాను. ఇటువంటి అద్భుతమైన రెమిడి ఇచ్చినందుకు స్వామికి కృతజ్ఞతలు తెలుపుకుంటున్నాను.



12. ADHD & ఆటిజం^{03518...కెనడా}

2020 జనవరి 3న అటెన్షన్ డిఫిసిటీ హైపర్ యాక్టివ్ డిజార్డర్ ADHD మరియు ప్రసంగ బలహీనత, మరియు ఆటిజం తో బాధపడుతున్న ఐదు సంవత్సరాల బాలిక విషయమై ఆమె తల్లి ప్రాక్టీషనరును సంప్రదించారు. ఆమె ఒక చోట స్థిరంగా ఉండక ఎప్పుడూ కదులుతూ హైపర్ ఆక్టివ్ గా ఉంటుంది. ఆమె కోరింది ఇవ్వకపోతే అన్నీ విసిరేస్తూ ఉంటుంది. రోజంతా ఆమె గిరగిరా తిరగడం, పైకి ఎక్కడం లేదా దిగడం చేస్తూ ఉంటుంది. ఆమె ఏదైనా చెప్పదలుచుకుంటే శబ్దాలు చేస్తుంది కానీ సరళ పదాలు కూడా

మాట్లాడలేదు. ఆమె డయాపర్స్ 24/7 ఉపయోగిస్తూనే ఉంటుంది. పాప తల్లిదండ్రులు ఈ పాపని భరించడం కష్టమని ఆమెను సామాజిక సమావేశాలకు ఎప్పుడూ తీసుకెళ్ళవారుకాదు.

ఆమె ఎల్లప్పుడూ కడుపు ఉబ్బరం, అజీర్ణం, మలబద్ధకం లేదా విరేచనాలతో బాధ పడుతూ ఉంటుంది. ప్రతీ సాయంత్రం ఆమె పొత్తికడుపు పట్టుకొని ఏడుస్తూ ఉంటుంది. ఆమెకు ఎప్పుడూ సరైన నిద్ర ఉండదు. 3 సంవత్సరాల క్రితం ప్రకృతి వైద్యులు నిద్రకు మరియు అజీర్ణం కోసం మందులు ఇచ్చారు. ఇవి సహాయపడుతూనే ఉన్నాయి కనుక వాటిని కొనసాగిస్తూనే ఉన్నారు. కానీ అల్లోపతి మందులు మాత్రం ఇవ్వలేదు. ఆమె స్పీచ్ థెరపీ చేయించుకుంటున్న ప్రత్యేక అవసరాల కార్యక్రమంలో ఉంది. 1 నుండి 10 వరకూ ఉండే హైపర్ యాక్టివిటీ రేటింగ్ విషయంలో ఆమె బిహేవియర్ రేటింగ్ 8 వద్ద ఉంది.

ప్రాక్టీషనర్ ఆ పాపతో ప్రతీ రోజు 21 సార్లు ఓంకారం జపించాలని మరియు ఇంట్లో గాయత్రి మంత్రము రికార్డు వినబడుతూ ఉండేలా చేయాలని సిఫారసు చేస్తూ క్రింది రెమిడి ఇచ్చారు:

CC12.2 Child tonic + CC15.5 ADD & Autism...TDS

పాప తల్లి 2020 ఫిబ్రవరి 26 మంచినీటిగా భావించి రెమిడి ప్రారంభించారు. ఈ సమయానికి పాప వ్యర్థంగా తిరగడం 20% తగ్గింది. రోజువారీ జపపలితం దీనికి కారణమని తల్లి భావించారు. ఒక వారంలోనే అమ్మాయి భోజనం చేసిన వెంటనే దుర్వాసన కలిగించే జారుడు విరోచనం చేసుకోవడం ప్రారంభించింది కానీ నొప్పి మాత్రం జాడలేదు. పాప ప్రకృతి మీద మెలికలు తిరుగుతోంది, ఇది ఒక క్రొత్త ప్రవర్తనవలె ఇదిపులాట్ వలన ఏర్పడిందని ప్రాక్టీషనరు చెప్పి రెమిడిని కొనసాగింపజేశారు. నిద్రా భంగం అలానే కొనసాగింది. ఏప్రిల్ చివరినాటికి హైపర్ యాక్టివిటీ మరియు బిహేవియల్ రేటింగ్ 6 కంటే తక్కువ స్థాయిలో మెరుగుపడింది. ఆమె ఇష్టపూర్వకంగా ఆదేశాలు వింటూనే ఉంది. ఆమె మామూలుగా తినగలుగుతున్నది. మరో నెలతరువాత మంచం మీద పొరలడం పైకి ఎక్కాలని ప్రయత్నించడం తనచుట్టూ తాను తిరగడం వంటివి అన్నీ ఆగిపోయాయి. ఆమెకు విరోచనం సాఫీగా బయటైంది. ఆమె రాత్రిళ్ళు 7½ గంటలు నిద్రపోగలుగుతోంది. అంతేకాక ఆమె మొదటిసారి ఇతర పిల్లలతో సంభాషించడం ప్రారంభమైంది. అలాగే తనంత తాను **ఆడుకోవడం** కూడా ప్రారంభించింది. గతంలో ఇది చాలా అరుదుగా ఉండేది. ఆమె బైక్ రైడింగ్ మరియు తనంత తాను రంగులను ఎంపిక చేసుకుంటూ పెయింటింగ్ పట్ల ఆసక్తి చూపించింది. ఈ మార్పులతో తల్లిదండ్రులు ఎంతో ప్రోత్సహించబడి పాపకు టాయిలెట్ శిక్షణ ప్రారంభించారు.

జూన్ చివరి నాటికి తల్లిదండ్రులు పగటిపూట డయాపర్స్ తో పూర్తిగా అవసరం లేకుండా బయటపడడంతో టాయిలెట్స్ శిక్షణ చాలా విజయవంతం అయిందని తల్లిదండ్రులు భావించారు. పాపకు శిష్య ఇచ్చే థెరపిస్టు పాపకు టాయిలెట్ శిక్షణ అభివృద్ధికి ఎంతో సంతోషించారు.

సెప్టెంబరులో పాప పాఠశాలకు వెళ్లడం ప్రారంభించింది. అక్కడ కూడా చాలా చక్కగా ప్రవర్తించడం తరగతి గదులలో కూర్చోగలగడం మరియు స్వయంగా బాత్ రూమ్ కు కూడా వెళ్లగలగడం కొనసాగింది. పాప హైపర్ యాక్టివ్ స్థాయి 3 కు తగ్గిందని ఆమె తల్లి తెలియజేశారు. 2020 డిసెంబర్ 2 నాటికి నాటికి పాప హైపర్ యాక్టివ్ స్థాయి ఆమె వయసు పిల్లల సాధారణ స్థాయికి చేరింది. ఆమె తన ఆన్లైన్ తరగతుల కోసం కూడా పూర్తి శ్రద్ధతో కూర్చోవడం కూడా కొనసాగింది. ఆమె రెమిడి అదేమోతాదులో కొనసాగించబడుతోంది.

పాప తల్లి యొక్క సాక్ష్యము:

మా కుమార్తెకు 2017 ఏప్రిల్ లో 2 సంవత్సరాల వయసులో సోషల్ కమ్యూనికేషన్ డిజార్డర్ తో ఉన్నట్లు నిర్ధారణ అయింది. ఆమె ప్రతీ వారం రెండు గంటల సమయం SLP (స్పీచ్ లాంగ్వేజ్ పాతాలజీ/ భాషా ప్రక్రియల శిక్షణ) మరియు OT (ఆక్యుపేషనల్ థెరపీ/ప్రవృత్తి చికిత్స) పొందడంతోపాటు జీర్ణ సమస్యల కోసం మరియు నిద్ర కోసం ప్రకృతి వైద్యులు సూచించిన మందులపై ఆధారపడి ఉంది. 2020 ఫిబ్రవరిలో సాయి వైబ్రియానిక్స్ సుకున్నప్పటి నుండి పాప విషయంలో గణనీయమైన పురోగతిని మేము

చూసాము. ఈ పురోగతి మమ్మల్ని ఎంతో ఆకట్టుకునడంతో 2020 మేలో టాయిలెట్ శిక్షణకు ప్రయత్నించాలని నిర్ణయించుకున్నాము (గతంలో ఇది సాధ్యం కాలేదు). ఆమెలో అనూహ్యమైన మార్పు వచ్చి పూర్తిగా డయాపర్స్ నుండి బయట పడటమేకాక అవసరమైనప్పుడు స్వతంత్రంగా టాయిలెట్ ఉపయోగించడం ప్రారంభించింది. ఆమె ఇప్పుడు గ్రేడ్ వన్ లో ఉండి ఆన్లైన్ స్కూలు తీసుకుంటూ చదువుపై దృష్టి సారించి ఇష్టపూర్వకంగా కార్యకలాపాల్లో పాల్గొంటూ తన హోం వర్క్ అసైన్మెంట్లను పూర్తిచేసుకోగలుగుతోంది. ఆమె అపరిచితులతో మరియు తన తోటి సమూహంతో బాగా కలవగలుగుతున్నది. ఈ అభివృద్ధిని చూసి ఆమెకు చికిత్స చేసే డెరపిస్టులు ఎంతో ముగ్ధులయ్యారు. డిసెంబర్ మా కుటుంబం క్రీస్మస్ సెలవులవలన గడపడానికి రాత్రి సమయంలో 12 గంటలు ప్రయాణంలో కూడా మా అమ్మాయి చాలా బాగా ప్రవర్తించింది. మేము ఈ ఫలితాలతో ఎంతో ఆనందంతో ఉండడమే కాకుండా వైబ్రియన్ క్స్ రెమిడిలు కొనసాగడానికి ఇష్టపడుతున్నాము. ఈ సానుకూల ధృక్పథముతో మరింత మెరుగైన ఫలితాలు చూస్తామని ఆశిస్తున్నాము.

ఆ ప్రశ్నలు-సమాధానాలు బ

ప్రశ్న 1. కోవిడ్ వ్యాక్సిన్ త్వరలో లభిస్తుందని అందరూ ఆశిస్తూ ఉన్నారు. నేను వ్యాక్సిన్ తీసుకున్న తరువాత వైబ్రిో IB రెమిడి ఆపాలా?

జవాబు. లేదు ఉత్తమమైన వ్యాక్సిన్ కూడా 95% కంటే ఎక్కువ ప్రభావవంతం కానందున మీరు ఆపకూడదు మరియు ఇది ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ యొక్క అభిప్రాయం కూడా. అలాగే వైరస్ యొక్క కొత్త వైవిధ్యాలు కూడా కనిపిస్తున్నాయి కనుక ఇటువంటి అనిశ్చితస్థితిలో మీరు IB కొనసాగించడమే కాక రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుకోవడానికి తగిన చర్యలు కూడా తీసుకోవాలని మా సూచన. అలాగే స్థానిక ఆరోగ్య అధికారి జారీచేసిన మార్గదర్శకాలను కూడా అనుసరించండి.

+++++

ప్రశ్న 2. అత్యంత ప్రమాదకర ప్రాంతంలో ఉన్నటువంటి కుటుంబం వారికి బిబి రెమిడిను ప్రసారం/ట్రాడ్ కాస్టింగ్ చేయమని నన్ను అభ్యర్థించారు. కుటుంబసభ్యులు మొత్తము ఉన్న గ్రూప్ టోన్సు రెమిడి వెల్ లో ఉంచడం ద్వారా నేను ప్రసారంచేయవచ్చా?

జవాబు. ఉత్తమ ఫలితాల కోసం మీరు ప్రతీవ్యక్తికి విడిగా ప్రసారం చేయాలి, అయితే మీరు అదే రెమిడిని సభ్యులందరికీ ఉపయోగించవచ్చు. (సంపుటి 7 #1, సంపుటి 7 #2 మరియు సంపుటి 11 #4లో సంబంధిత ప్రశ్నలను కూడా చూడండి).

+++++

ప్రశ్న 3. ఎముక అంటుకట్టుట (బోన్ గ్రాఫ్ట్) చేయవలసి ఉన్న రోగికి ఏరెమిడి ఇవ్వవచ్చు?

జవాబు. ఎముక అంటుకట్టుట అనేది శస్త్ర చికిత్సా పరమైన విధానము, దీనిలో వ్యాధిగ్రస్తమైన లేదా పాడైన, దెబ్బతిన్న ఎముకను ఆరోగ్యకరమైన ఎముకతో రీప్లేస్ చేస్తారు. సాధారణంగా రోగి యొక్క దేహం నుండి దీనిని గ్రహిస్తారు, మరికొన్ని సందర్భాల్లో కృత్రిమ ఎముకలు ఉపయోగిస్తారు. ఎముక అంటు కట్టడం కోసం మేము క్రింది రెమిడి సిఫార్సు చేస్తున్నాము: **CC10.1 Emergencies + CC20.1 SMJ tonic + CC20.7 Fractures; if using an SRHVP, NM3 Bone I + NM25 Shock + SM28 Injury + SR271 Arnica 30C + SR361 Acetic Acid 6X + SR457 Bone**; గ్రాఫ్టింగ్ చేయడానికి రెండు రోజుల ముందు TDSగా ప్రారంభించాలి. సర్జరీ పూర్తి ఐన తర్వాత వారం రోజులు 6TD ఇచ్చి అనంతరం పూర్తిగా తగ్గే వరకూ TDSగా కొనసాగించాలి.

+++++

ప్రశ్న 4. మనకు పెద్ద మొత్తంలో నీటితో తయారుచేసిన కొంబో అవసరం అయినప్పుడు (ఉదాహరణకు: పశువులు లేదా పొలాల కోసం), మొదట 100 మిల్లీలీటర్ల నీటిలో కొంబోను ప్రార్థన ద్వారా జోడించి దానికి 900 మిల్లీలీటర్ల నీటిని కలపడం ద్వారా ఒక లీటరు

ఔషధాన్ని తయారు చేస్తాము, ఆ తర్వాత తొమ్మిది లీటర్ల నీటిని ఈ లీటరు కొంబో నీటికి జోడించి పది లీటర్ల ఔషధాన్ని తయారు చేస్తామని ఇలా అనవసరమైన పరిమాణానికి చేరుకునే వరకు ఈ విధానాన్ని పునరావృతం చేయవచ్చని నేర్చుకున్నాము. మరి ఈ బహుళ వరుస చర్యలతో పల్పగా చేయడం అనేది మనం తీసుకున్న రెమిడిని బలహీన పరచదా?

జవాబు. వైబ్రియానిక్రమిడిలుపలచన చేసినప్పుడు బలహీనంగా మారటానికి ఇవి భౌతిక పదార్థం నుండి తయారుచేయబడినవి కావు. అందువల్ల ఇవిపలచన చేయడం వంటి భౌతిక ప్రక్రియలకు లోబడి ఉండవు. రెమిడి లోని ప్రకంపనలు ఆలోచనల యొక్క శక్తివంతమైనతరంగాలకు అనుగుణంగా ఉంటాయి (ప్రార్థనలు, విశ్వాసము మరియు ప్రేమవంటివి). అందువలన భౌతికంగా పలచన చేయడం ద్వారా వైబ్రియానిక్స్ యొక్క ప్రభావం తగ్గదు.

+++++

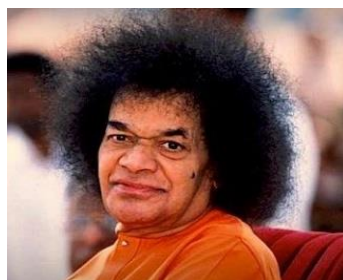
ప్రశ్న 5. అవయవ మార్పిడి చేసిన రోగికి శరీరం దానిని తిరస్కరించే అవకాశాలు తగ్గించడానికి ఏరెమిడి ఇవ్వవచ్చు?

జవాబు. అవయవ మార్పిడికి వారం రోజులు ముందు క్రిందిరెమిడి TDSగా ప్రారంభించవచ్చు. మార్పిడి తర్వాత ఒక వారం మోతాదును 6TDకి పెంచండి. ఆ తరువాత శరీరం కొత్త అవయవంతో సుఖంగా ఉండే వరకు TDSలో కొనసాగించవచ్చు.

108CCబాక్సు ఉపయోగించేవారు: **CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic+ మరియు అవయవానికి తగిన కేటగిరీ కొంబో** ఉదాహరణకి, కిడ్నీ మార్పిడి విషయంలో **CC13.1 Kidney & Bladder tonic** వంటివి చేర్చాలి.

SRHVPబాక్సు ఉపయోగించేవారు: **NM25 Shock + SM2 Divine Protection + SM4 Stabilising + SM5 Peace & Love Align. + SM41 Uplift + SR266 Adrenalin + SR271 Arnica 30C + SR295 Hypericum 30C + SR318 Thuja 30C + SR353 Ledum 30C + SR361 Acetic Acid 6X + మరియు అవయవానికి తగిన కేటగిరీ కొంబో** చేర్చాలి, ఉదాహరణకి, కిడ్నీ మార్పిడి విషయంలో, **OM15 Kidney** లేదా **SR501 Kidney**.

ఆ దివ్య వైద్యుని దివ్యవాణి ఋ



"మీరు దేహము అనే భ్రమలో ఉన్నప్పుడు ఈ శరీరము ఎక్కువ ఆహారాన్ని, వైవిధ్యమైన ఆహారాన్ని, మీ రూపానికి ఎక్కువ శ్రద్ధ మరియు శారీరక సౌకర్యాన్ని కోరుతుంది. ఇటీవల మనం తినే ఆహారంలో ఎక్కువ భాగం నిరుపయోగంగా నే ఉంటున్నది; మితమైన ఆహారంతో కూడా మనిషి చాలా ఆరోగ్యంగా జీవించగలడు. దుచికరమైన ఆహారం కోసం మరియు ఆడంబరం కోసం అధిక ప్రయత్నము మరియు అధిక ధనము వ్యర్థం చేయడం మానితే ఆరోగ్యం చేకూరుతుంది. "మితమైన ఆహారం అమితమైన హాయినిస్తుంది. "కష్టపడి పని చేసే వారు మాత్రమే తమ తమోగుణాన్ని (జడత్వము లేదా బద్ధకము మరియు అనాసక్తి) విస్మరించగలరు. జీవించడం కోసం తినండి కానీ తినడమే జీవితమని భావించ రాదు."

...శ్రీ సత్యసాయిబాబా, "నాలుగు మచ్చలు" దివ్యవాణి

<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume14/sss14-15.pdf>

+++++

"బాధలలో ఉన్న వ్యక్తులు దుఃఖంలో మునిగి పోయిన వ్యక్తులు మరియు నిస్సహాయంగా ఉన్న వారు మీ నిజమైన స్నేహితులుగా భావించండి. మీరు అలాంటి వారికి సహాయం చేయాలి. ఇదే మీ ప్రాథమిక కర్తవ్యముగా భావించి సహాయం చేయాలి."

...శ్రీ సత్యసాయిబాబా, "మానవసేవయే మాధవ సేవ" వేసవి వెన్నెల1973

<http://www.sssbpt.info/summershowers/ss1973/ss1973-08.pdf>

ఆ ప్రకటనలు ఖ

భవిష్యత్తులో నిర్వహించబోయే వర్కుషాపులు*

- USA: **వర్చువల్AVP** పునశ్చరణ తరగతి ** (మార్చు చేయబడినది) 13-14 ఫిబ్రవరి 2021, రెండు రోజులు, (వివరాలు పాల్గొనే వారికి తెలియపరచబడతాయి) సంప్రదించ వలసిన వారు సుశాన్, వెబ్సైట్ Saivibrionics.usa.can@gmail.com
- USA: **వర్చువల్AVP** వర్క్ షాప్ ** వారాంతపు సెషన్లు ఏప్రిల్ -జూన్ 2021. సంప్రదించ వలసిన వారు సుశాన్, వెబ్సైట్ Saivibrionics.usa.can@gmail.com
- ఇండియా **పుట్టపర్తి: వర్చువల్AVP** వర్క్ షాప్ వారపు సెషన్లు 9 జనవరి -7 మార్చి 2021 ప్రాక్టికల్ వర్క్ షాప్ పుట్టపర్తిలో 13-14 మార్చి 2021 నిర్వహించబడును. (వివరాలు పాల్గొనే వారికి తెలియపరచబడతాయి), సంప్రదించ వలసిన వారు లలిత వెబ్సైట్ elay54@yahoo.com లేదా టెలిఫోన్ నంబరు 8500-676-092
- ఇండియా **పుట్టపర్తి: AVP** వర్క్ షాప్ **25-31 జులై 2021 సంప్రదించ వలసిన వారు; లలిత వెబ్సైట్ elay54@yahoo.com లేదా టెలిఫోన్ నంబరు 8500-676-092
- ఇండియా **పుట్టపర్తి: AVP** వర్క్ షాప్ **25 నవంబర్ -1 డిసెంబర్ 2021; సంప్రదించ వలసిన వారు లలిత వెబ్సైట్ elay54@yahoo.com లేదా టెలిఫోన్ నంబరు 8500-676-092
- ఇండియా **పుట్టపర్తి: SVP** వర్క్ షాప్ **3-7 డిసెంబర్ 2021 సంప్రదించ వలసిన వారు; హెమ్మెట్ వెబ్సైట్ 99sairam@vibrionics.org

* AVP మరియు SVP వర్కు షాపులు ప్రవేశ ప్రక్రియ మరియు e కోర్సు పూర్తిచేసుకున్న వారికి మాత్రమే. పునశ్చరణ తరగతులు ప్రస్తుతం ఉన్న ప్రాక్టిషనర్లకు మాత్రమే ఉంటాయి.

**మార్పులు ఉండవచ్చు.

ఆ అదనంగా ఖ

1. ఆరోగ్య చిట్కాలు

మీ వంట నూనెలను జాగ్రత్తగా ఎంపిక చేసుకొని వాడండి

"ఆధునిక మానవుడు జీవితంలోని ప్రతి అంశములోనూ మితము అనే సూత్రాన్ని పాటించక పోవడం ద్వారా తన ఆరోగ్యానికి, సంక్షేమానికి హాని కలిగించు కుంటున్నాడు. తన ఆహారంలో ఎక్కువ కొవ్వు పదార్థం లేకుండా జాగ్రత్త వహించాలి ఎందుకంటే ఎక్కువ మొత్తంలో తీసుకునే కొవ్వులు శారీరక మరియు మానసిక ఆరోగ్యానికి ముప్పు కలుగజేస్తాయి. పెద్ద మొత్తంలో కొవ్వు పదార్థాలు తీసుకోవడం హృదయ సంబంధ వ్యాధులకు కారణమవుతుంది." ...శ్రీ సత్యసాయిబాబా¹

1. వంట నూనెల స్వభావము:

వంట నూనెలు అనేవి మొక్కలనుండి (గింజలు, విత్తనాలు, పండ్లు, అలివ్వు, ధాన్యాలు లేదా చిక్కుళ్ళు) యాంత్రిక లేదా రసాయన ప్రక్రియ ద్వారా సేకరించిన కొవ్వు వంటి పదార్థము. వీటిరుచి, ఆకృతి, మరియు నిలువ ఉండే సామర్థ్యము మెరుగు పరచడానికి ఇది వడకట్టబడడము, శుద్ధి చేయబడడము, లేదా రసాయనికంగా మార్చబడడము చేయబడతాయి. కొవ్వులు అనేవి సంతృప్త కొవ్వులు, ట్రాన్స్ ఫ్యాట్ అంటే హైడ్రోజనేటెడ్ అనగా డాల్డా వంటి కొవ్వులు, మోనో లేదా పాలీఅసంతృప్త కొవ్వులను కలిగి మొత్తంగా ఇవి కొవ్వు ఆమ్లాలు అని పిలవబడతాయి. సంతృప్త మరియు ట్రాన్స్ ఫ్యాట్స్ కొవ్వులు సాధారణంగా కరోనరీ హార్ట్ డిసీజ్ ప్రమాదంతో సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. ఒమేగా-3 అనేది గుండె, మెదడు, మరియు కళ్ళకు అలాగే ఒమేగా-6 అనేవి శక్తికి ఉపయోగపడే అతి ముఖ్యమైన పాలీఅసంతృప్త కొవ్వు ఆమ్లాలను మన శరీరం ఉత్పత్తి చేయలేదు. ఒమేగా-9 అనేది ఒక ఆరోగ్యకరమైన సంతృప్త కొవ్వు, ఇది శరీరం ద్వారా ఉత్పత్తి అవుతుంది.²⁻⁹

1.1 కొవ్వు ఆమ్లాలు అవసరం: కొవ్వు ఆమ్లాలు అనేవి శరీరానికి అవసరమైన A, D, E, మరియు K విటమిన్లను

గ్రహించడానికి, రోగనిరోధక శక్తి పెంచడానికి, ముఖ్యమైన హార్మోన్లను ఉత్పత్తి చేయడానికి, కణాల పెరుగుదలకు, అవయవాలను రక్షించడానికి, కళ్ళు చర్మం మరియు జుట్టును ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి, శక్తివంతంగా ఉంచడానికి, శరీరాన్ని తగినంత వెచ్చదనంతో ఉంచడానికి ఉపయోగపడతాయి. మన ఇళ్ళలో తీసుకొనే సలాడ్ లలో ఒక చెంచా (లేదా 2 గరిష్టంగా) నూనె చేర్చితే వాటిని మరింత పోషకమైన దిగా చేస్తుంది. ఎక్కువ భాగం వంటనూనెలు గుండెకు మేలు కలిగించే శోధ నిరోధక పాలీలేదా మోనో అసంతృప్త కొవ్వులను ఎక్కువ శాతం కలిగి, అసంతృప్త కొవ్వులు తక్కువగా కలిగి ఉంటాయి. మన రోజువారీ ఆహారంలో ఒమేగా 6 మరియు ఒమేగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు 1:1 నుండి 4:1 (ఇకనుండి దీనిని నిష్పత్తి అని పిలుద్దాం) గా తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ఒమేగా 6 అనేది మనం ఉపయోగించే అనేక వంటనూనెలలో పుష్కలంగా ఉంటుంది కానీ ఒమేగా-3 యొక్క మూలాలు చాలా పరిమితం. ఒమేగా 6 యొక్క అధిక వినియోగం ఒమేగా 3 ను గ్రహింపును⁷ నిరోధిస్తుంది కనుక B6 & B7 వంటి ప్రధాన పోషకాలను మరియు మెగ్నీషియం, జింక్ వంటి ఖనిజాలను మన ఆహారంలో చేర్చడం అవసరం. కనుక కొవ్వులను మన ఆరోగ్యకరమైన ఆహారంలో ఒక భాగంగానే చూడాలి తప్ప వాటిని ప్రత్యేకమైనవి భావిస్తూ పక్కన పెట్టకూడదు.²⁻⁹

1.2 నూనెల స్మోక్ పాయింట్: స్మోక్ పాయింట్ అంటే ఏదైనా నూనె మరుగుదల లేదా పొగలు గ్రక్కే ఉష్ణోగ్రత యొక్క స్థానం. అన్ని శుద్ధిచేసిన నూనెలు కూరగాయల ఉత్పాదనా నూనెలు 200 C నుండి 270 C మధ్య అధిక స్మోక్ పాయింట్ కలిగి ఉంటాయి. చాలా వరకూ శుద్ధి చేయని నూనెలు తక్కువ స్మోక్ పాయింట్ కలిగి ఉంటాయి కనుక తక్కువ వేడి అవసరమయ్యే వంటల కోసం ఉపయోగించవచ్చు.¹⁰ అన్ని రకాల నూనెల నిర్మాణము వాటి స్మోక్ పాయింట్ కు చేరుకునే సరికి వాటిలోని అన్ని పోషకాలు మరియు రుచిని కోల్పోయి ఆరోగ్యానికి హాని కలిగించే ప్రీ రాడికల్స్ విడుదల చేయడం ప్రారంభిస్తాయి. ప్రామాణికమైన గృహ వంట చాలా తక్కువ ఉష్ణోగ్రతల వద్ద జరుగుతుంది అనగా మరిగించడం/ఉడకబెట్టడం 100C వద్ద, ప్రెజర్ కుకింగ్ (పీడన వంట) 120 C వద్ద, వేపుడు చేయడం 120 C వద్ద, మాడ్చడం 160C నుండి 190C వద్ద జరుగుతుంది.¹⁰

1.3 శీతల ఉష్ణానికి ఘనీభవింపజేసిన నూనెలు ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయి: ప్రకృతికి దగ్గరగా ఉన్న శుద్ధి చేయని నూనెలు ప్రత్యేకించి సెంద్రియ నూనెలు ఆరోగ్యానికి అనువైనవి, ఎందుకంటే తయారీ ప్రక్రియలో వాటి ప్రయోజనకరమైన లక్షణాలను కోల్పోవు. ప్రధానంగా వాటిని వేడి చేయకూడదు మరియు పూర్తి ప్రయోజనం పొందడానికి వీటిని సలాడ్లు, సాస్లు, స్కూటీలు, మొదలైన వాటిని తయారుచేయడానికి తగినవి. ఐతే కొంతమంది వేయించడానికి లేదా ఫ్రైచేయడానికి వాడుతూ ఉంటారు.^{10,11}

1.4 తీసుకోవడం: ఏదైనా నూనె ఆరోగ్యకరమైనది లేదా ఇతరత్రా ప్రయోజన కరంగా భావించడానికి దానిలో తప్పనిసరిగా కొవ్వు (9 క్యాలరీలు/ గ్రాము) చేరి ఉండాలి. ఐతే ఎంతనూనె తీసుకోవాలి అనేది వయసు, లింగము, మరియు శారీరక స్థాయి మరియు ఇతర

కొవ్వు పదార్థాల వినియోగం మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. రోజువారీ కేలరీల వినియోగం 25-30% మధ్య కనిష్టంగా ఉంచడం ఉత్తమం. ఈ పరిమితిలో సంతృప్త కొవ్వులు 10% కన్నా తక్కువ ట్రాన్స్ ఫ్యాట్స్ కొవ్వులు 1% కన్నా తక్కువ ఉండేవిధంగా చూసుకోవాలి.¹²

1.5 నిలవేయడం: అన్ని నూనెలు వేడి, కాంతి మరియు ఆక్సిజన్ నిక్షయంలో సున్నితంగా ఉంటాయి కనుక తగు జాగ్రత్త వహించాలి. సూర్యరశ్మి విటమిన్ E ని నాశనం చేస్తుంది కనుక చల్లని అల్మారాలలో భద్రపరుచుకోవలసి ఉంటుంది. వాటి నాణ్యత నిలుపుకోవడానికి ఎప్పుడూ స్టవ్ దగ్గరలేదా వేడిమూలందగ్గర ఉంచవద్దు. ఎందుకంటే కాలం గడిచేకొద్దీ ఈ నూనెలలో ఆక్సికరణం వలన వ్యాధులకు కారణమయ్యే ఫ్రీ రాడికల్స్ వృద్ధి చెందుతాయి. వాసన వచ్చే ఏదైనా నూనెను వెంటనే విడిచి పెట్టండి.^{3,4,5}

మనకు తెలిసినంతవరకు 100 కంటే ఎక్కువ వంట నూనెలు¹³ ఉన్నాయి. ఈ అధ్యయనం నెయ్యితో (ఇదొక్కటే మొక్కల మూలం కాదు) సహా 23 ప్రధాన నూనెలను గురించి తెలుపుతుంది. సలాడ్లు, స్మూతీస్, డిప్స్, స్ప్రెడ్స్ దలైన వాటికి నూనె వాడడం శీతల ఉష్ణోగ్రతకు ఘనీభవింప చేసిన శుద్ధి చేయని నూనెను సూచిస్తుంది.

2. సాధారణంగా ఉపయోగించే వంట నూనెలు (సాధారణంగా అధిక ఒమేగా 6 కలిగి ఉండి వేడి చేయడం ద్వారా వంట చేయడానికి ఉపయోగించేవి):

2.1 బాదంనూనె: విటమిన్ E యొక్క మంచి మూలమువన దీనిని గోరు వెచ్చగా ఒక టేబుల్ స్పూన్ తీసుకోవడం ద్వారా ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. సలాడ్ డ్రెస్సింగ్ మరియు సువాసన కోసం వాడబడుతున్నప్పటికీ తక్కువ వేడి వద్ద బేకింగ్, దోరగా వేయించే వాటికి ఉపయోగిస్తారు. ఇది కొవ్వును సమతుల్యం చేస్తుంది, క్యాన్సర్ మరియు మధుమేహాన్ని నివారిస్తుంది, పెద్ద పేగు మరియు పురీష నాళాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. చెవులలో నొప్పిని తొలగిస్తుంది, కళ్ళ కింద చీకటి వలయాలను రూపుమాపుతుంది, తామర మరియు సోరియాసిస్కు సహజమైన ఔషధంగా పనిచేస్తుంది.¹⁴

2.2 అవకాడోనూనె: అవకాడో పండు యొక్క గుజ్జితో తయారైన ఈ నూనె అత్యధిక స్ట్రోక్పాయింట్లు కలిగిన ఉత్తమ వంటనూనె. ఇది వేయించడానికి, బేకింగ్, మాడ్చడానికి, గ్రిల్లింగ్, యాడ్డానికి తగినది. సలాడ్లు, స్మూతీస్, డిప్స్ మరియు స్ప్రెడ్స్ అనువైనది. ఇది మధుమేహ నివారణ, కంటి శుక్లాలు నివారణ, మాక్యులార్ రిజినరేషన్ మరియు సోరియాసిస్ వంటి చర్మ సమస్యలను నివారిస్తుంది అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. జీర్ణవ్యాధులు, నాడీ సంబంధిత సమస్యలు, స్వయం ప్రతిరక్షకపరిస్థితులు, మరియు చర్మ గాయాలకు చికిత్స చేయడంలో దీన్ని ఉపయోగిస్తారు. కీళ్లనొప్పుల లక్షణాలను వెనక్కి మళ్ళించే సామర్థ్యం ఉన్నందున ఇది ఫ్రాన్స్ లో వైద్యుల చేత సూచించబడే ఔషధ శక్తిని కలిగి ఉంది.¹⁵

హెచ్చరిక : రక్తాన్ని పలుచన చేసే మందులు వాడేవారు ఈ నూనెను వాడే ముందు వారి వైద్యుడిని సంప్రదించడం మంచిది ఎందుకంటే ఇది అట్టి ఔషధాలపై ప్రభావం చూపిస్తుంది.¹⁵

2.3 నెయ్యి: వెన్నని వేడి చేయడం ద్వారా ఉత్పత్తి చేయబడిన ఈ పదార్థంలో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు మరియు కరిగే విటమిన్లు అధికంగా ఉంటాయి. గడ్డి తినే ఆవుల పాలను చిలికి తయారుచేసిన ఈ వెన్నలో ఇతర నూనెల కన్నా మంచి నిష్పత్తి (1.5:1) కలిగి ఉంటుంది. ఆరోగ్యకరమైన దృష్టికి, జీర్ణక్రియ, బలమైన ఎముకలు మరియు మెరుస్తున్న చర్మానికి నెయ్యితో చేసిన వంటలు ఎంతో ఉపయోగపడతాయి.^{9,16,17}

2.4 కెనోలా/ర్యాప్ సీడ్ నూనె: ఇది ఆలివ్ ఆయిల్ వలెనే మోనోశాచ్యరేటెడ్ కొవ్వులను అధికంగా కలిగి ఉంటుంది, సంతృప్త కొవ్వు తక్కువగా అద్భుతమైన 2:1 నిష్పత్తిలో ఉంటుంది. దీని ఉపయోగితమరియు తక్కువ ధరలో లభ్యమయ్యే వెసులుబాటు కారణంగా మరియు వంటకు మరియు ఆహార ప్రాసెసింగ్లో విస్తృతంగా ఉపయోగించబడుతుంది.

హెచ్చరిక: ఇది ఎక్కువగా ప్రాసెస్ చేయబడినది, పాక్షికంగా హైడ్రోజనేట్ చేయబడినది మరియు జన్యుపరంగా మార్పు చెందినది.¹⁸

2.5 కొబ్బరి నూనె: ఇది అధిక వేడి నిరోధకతను కలిగి ఉంటుంది. 185C వద్ద 8 గంటల నిరంతర వేపుడు తర్వాత కూడా దాని నాణ్యత ఆమోదయోగ్యంగా ఉందని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. అవకాశం మాదిరిగా వేయించడానికి ఇతర నూనెల కన్నా ఇది మంచిది అని భావిస్తారు. అనేక ఔషధ లక్షణాలతో ఆరోగ్యానికి అద్భుతమైనది అని చెప్పడానికి తగిన శాస్త్రీయ ఆధారాలు ఎన్నో ఉన్నాయి. ఇతర దీనిలో 90% మధ్యస్థ స్థాయి సంతృప్త కొవ్వుల కంటెంట్ కారణంగా అపోహ పడుతూ ఉంటారు కానీ దీని కొవ్వుపదార్థంలో సగం లారిక్ ఆమ్లం ఉంటుంది కనుక ఇది అనేక వ్యాధులను నివారించగలుగుతుంది¹⁹. దీని ప్రత్యేక ప్రయోజనాలు మరియు హెచ్చరికల కోసం మునుపటి వార్తాలేఖలు చూడండి.

2.6 మొక్కజొన్న నూనె: ఇది మొక్కల నుండి లభించే బాగా శుద్ధి చేయబడిన నూనె సులభంగా లభిస్తుంది, మరియు స్పృటతకు (క్రిస్ప్ గా ఉండడం) ఎక్కువగా వేయించడానికి విస్తృతంగా ఉపయోగపడుతుంది.²¹

హెచ్చరిక: ఇది ఎక్కువగా జన్యుపరంగా మార్పు చేయబడినది.²¹

2.7 పత్తి విత్తన నూనె: తప్పనిసరిగా శుద్ధి చేయబడినదే వాడవలసి ఉంటుంది. దీనియొక్క రుచి మరియు తక్కువ ఖర్చు దృష్ట్యా ఫ్రాసెస్ చేసిన ఆహారాలు, బేకింగ్ మరియు మాడ్చడంకొరకు మరియు రుచి కారణంగా ఉపయోగిస్తారు. గాయాలు నయం చేయడానికి మరియు ఇన్ఫెక్షన్లుండి రక్షించడానికి బాహ్య అనువర్తనానికి అనువైనది.²²

హెచ్చరిక: సంతృప్త కొవ్వులు అధికంగా కలిగి ఉంటుంది.²²

2.8 ఆవనూనె: భారతదేశం యొక్క ఆలివ్ ఆయిల్ అని పిలువబడే ఈ నూనెను వంట కోసం మరియు పచ్చళ్ళ నిలువకు ఉపయోగిస్తారు. ఇతర నూనెలతో పోలిక దృష్ట్యా సంతృప్త కొవ్వులు తక్కువగా ఉండే ఇది ఒకేగా 3 ఒకేగా 6 మరియు ఒకేగా 9 కొవ్వు ఆమ్లాల విషయంలో వాంఛనీయమైన స్థాయి కలిగి ఉంటుంది. ఇది విటమిన్ E యొక్క అధిక స్థాయిని కలిగి ఉండి రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది మరియు పగిలిన పాదాలకు, గోళ్ళకు రక్షణ మరియు దంతాల ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. మసాజ్ కోసం తరచుగా ఉపయోగిస్తారు. ఈ నూనె యొక్క కొన్ని చుక్కలు నీటి ఆవిరిలో వేసుకొని పీల్చీత్ జలుబును నిరోధించడమే కాక చాతీ రద్దీని తగ్గిస్తుంది.²³

2.9 ఆలివ్ నూనె: ఆలివ్ చెట్టు యొక్క పండు నుండి తయారయ్యే ఈ నూనె అనేక శతాబ్దాలుగా ప్రపంచంలో ఆరోగ్యకరముగాను మరియు ఎక్కువ కాలం జీవించే ప్రజల ఆహారంలో ఒక భాగము. పరిశోధన దృష్ట్యా అధిక నాణ్యత గల వర్జిన్ ఆలివ్ ఆయిల్ యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ సమ్మేళనాలు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, మరియు అనేక గుండె సంబంధిత ఆరోగ్యకరమైన పోషకాలు కలిగి ఉంటాయి. ఇది మెదడు ఆరోగ్యానికి, మానసిక రుగ్మతలు రూపు మాపుటకు ఉపయోగపడడమే కాక రొమ్ము క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. దీన్ని తినడానికి ఉత్తమ మార్గం వండిన వంటకాలు, కూరగాయలు, ధాన్యపు వంటకాలు, సలాడ్ల మీద పల్చగా చల్లుకొని ఉపయోగించవచ్చు. లేదా వంట చివరిలో చేర్చవచ్చు. ఇది చర్మం మరియు జుట్టు కోసం అద్భుతమైనదే కాక గ్రీజును తొలగించడానికి మరియు ఫర్నిచర్ను పాలిష్ చేయడానికి ఉపయోగించవచ్చు.²⁴⁻²⁷

2.10 పామాయిల్: దీనిని అనేక బేకింగ్ పదార్థాల తయారీకి, డైట్ బార్ మరియు చాక్లెట్ల తయారీకి ఉపయోగిస్తారు. ఔషధపరంగా ఇది విషానికి విరుగుడుగానూ, గనేరియా అనే సుఖవ్యాధి నివారణకు, సహజ మూత్ర విసర్జనకారి గానూ, మరియు డై యురైటిక్ గానూ ఇంకా తలపోటు, చర్మవ్యాధి సంక్రమణ చికిత్సకు ఉపయోగపడుతుంది.²⁸

హెచ్చరిక : ఎక్కువగా భారీగా ఫ్రాసెస్ చేయబడినది.²⁸

2.11 వేరుశనగ నూనె: వేయించడానికి ఉపయోగ పడేది మరియు ఎక్కువ ఉపయోగించదగిన కాలం కలిగి ఉండేదివన ఈ నూనె యాంటీఆక్సిడెంట్స్ మరియు విటమిన్ E యొక్క గొప్ప మూలము. గుండె, మెదడు, కళ్ళు, మరియు రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణకు ఆరోగ్యకరమైనది. సాధారణంగా సురక్షితమైనదిగా పరిగణింపబడుతుంది.²⁹

హెచ్చరిక:కొన్ని సార్లు జన్యపరంగా మార్పుచేయబడినదిగాను మరియు పాక్షికంగా హైడ్రోజనెటెడ్ గానూ ఉంటుంది.²⁹

2.12 ధాన్యపు నూనె: దక్షిణ ఆసియా లో చాలా సాధారణమైన ఈ నూనె అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలతో కూడి మోనోశాచ్యురేటెడ్ కొవ్వులగొప్ప మూలంగా ఉంటుంది. ³⁰

2.13 కుసుమ నూనె:వేయించడం, బేకింగ్ చేయడం, మాడ్చడం వంటి అధిక వేడితో కూడిన పంటలకు అనువైనది. ఇది మలబద్ధకం నుండి ఉపశమనం పొందడం లో సహాయపడుతుంది.³¹

2.14 నువ్వుల నూనె:వంటలకు చక్కని రుచిని అందిస్తూ శతాబ్దాలుగా వాడుకలో ఉన్న అద్భుతమైన నూనె ఇది. అధిక వేడి చూపించే వేపుడు వంటకాలకు, సాటియింగ్ చేయడానికి, పచ్చళ్లు తయారీకి, మరియు సలాడ్లకు ప్రత్యేకించి రోస్ట్ చేసే వంటకాలకు ఈ నువ్వుల నూనె బాగా సరిపోతుంది. యాంటీ ఆక్సిడెంట్ల యొక్క గొప్ప మూలము మాత్రమే కాక రక్తంలో చక్కెర స్థాయి నియంత్రణకు గుండె జబ్బుల నియంత్రణకు అద్భుతమైనది.^{32,33}

2.15 సోయాబీన్ నూనె:రక్తం గడ్డ కట్టడానికి మరియు ఎముకల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి అవసరమైన ఆరోగ్యకరమైన విటమిన్ కె కు ఇది మంచి మూలము. ఇది ప్రయోజనకరమైన అసంతృప్త కొవ్వు ఆమ్లాల తో నిండి ఉంటుంది.³⁴

హెచ్చరిక: హానికరమైన ట్రాన్స్ ఫ్యాటీ ఆమ్లాలు ఉండవచ్చు.³⁴

2.16 సస్ ఫ్లవర్ లేదా పొద్దుతిరుగుడు నూనె:దీనిలో ఉండే వివిధ రకాల కొవ్వు ఆమ్లాల కూర్పు వల్ల అనేక రకాల పొద్దుతిరుగుడు నూనెలు లభ్యమవుతూ ప్రయోజనాలు మరియు అప్రయోజనాలు కూడా కలిగి ఉన్నాయి. మధ్యస్థ ఓలిక్ మరియు ఎక్కువ ఓలిక్ ఆమ్లాలు తక్కువ వేడి వద్ద వంట చేయడానికి ఆరోగ్యకరంగా భావిస్తారు.³⁵

హెచ్చరిక: అధిక ఉష్ణోగ్రత వద్ద విశుభ సమ్మేళనాలను విడుదల చేయవచ్చు అధిక స్మోక్ పాయింట్ ఉన్నప్పటికీ వేయించడానికి మంచిది కాదు.³⁵

2.17 కూరగాయల నూనెల మిశ్రమం:వినూనెకూడా పరిపూర్ణమైనది కానందున కావలసిన కొవ్వు ఆమ్లముల నిష్పత్తుల సాధనకు మరియు మొత్తం సూక్ష్మపోషక ప్రొఫైల్ మెరుగుపరచడానికి పరిశోధనలు నూనె మిశ్రమాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్నాయి.³⁶

హెచ్చరిక: చాలా విస్తృతంగా ప్రాసెస్ చేయబడతాయి మరియు సులభంగా ఆక్సికరణం చెందుతాయి.³⁶

3. అధిక ఒమేగా-3 కంటెంట్ కలిగి నూనెలు (నిష్పత్తి ప్రకారం జాబితా చేయబడ్డాయి) వంట చేయడానికి అనుకూలం

కాదు: మసాలా, స్మాతీస్, పులుసులు, పేక్ లు, పెరుగు, ఓట్ మీల్ మరియు సలాడ్ డ్రెస్సింగ్ కోసం అనువైనవి. మునుపటి వార్తాలేఖను చూడండి.⁸

3.1 అవిశ గింజల నూనె (1:4 నిష్పత్తి): ప్రకృతిలో ఒమేగా 3 యొక్క ఉత్తమ వనరులలో అనగా దాదాపు 50-60% నూనెలో ఇది లభ్యమవుతుంది. మెదడు మరియు గుండెను ఆరోగ్యంగా చేస్తుంది, నిర్విషకరణ చేస్తుంది, మలబద్ధకం మరియు విరోచనాల నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. ఇది సెల్యులైట్సు (సాధారణంగా పిరుదులు మరియు తొడలలో పేరుకుపోయిన కొవ్వు డిపొజిట్లను) నివారించడం మరియు తొలగించడం, మరియు సోగ్రెన్సిండ్లోమ్ (పొడి కళ్ళు మరియు పొడి నోటి లక్షణాలతో రోగనిరోధక వ్యవస్థ యొక్క రుగ్మత)³⁷ను నివారణ గావిస్తుంది.

(పెరిల్లా గింజల నూనె: ^{8,38} 65% ఒమేగా-3 ఉంటుంది కానీ ప్రతికూలతలు: యాంటీ కోయాగ్యులెంట్ (గడ్డకట్టక పోవడం) మరియు పల్మనరీ టాక్సిసిటీ (నరాలలో విషపదార్థాలు పెరుకోవడం) వంటి ఫలితాలు ఉంటాయి)

హెచ్చరిక (అవిశ నూనె): గర్భిణీ స్త్రీలు మరియు మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు మరియు రక్తం పల్చగా చేసుకొనే మందులు వాడేవారు వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.³⁷

3.2 చియాగింజల నూనె (1:3 నిష్పత్తి): ఒమేగా 3 అధికంగా ఉన్నందున ఉత్తమ ప్రయోజనాలను పొందడానికి ఆలివ్ నూనెతో జతచేయండి.³⁹

3.3 హెంప్ గింజల నూనె (2.5:1): తగినంతయాంటీఆక్సిడెంట్లు మరియు అనేక ఖనిజాలు మరియు క్లోరోఫిల్ లు ఉంటుంది.^{40,41}

3.4 వాల్నట్ నూనె (5:1 నిష్పత్తి): మెదడు మరియు రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణకు అద్భుతమైనది.⁴²

3.5 గోధుమ పొట్టు నూనె/విటమిన్ E నూనె(7:1 నిష్పత్తి): ఒక టేబుల్ స్పూన్ నూనె రోజుకు కావలసిన విటమిన్ E అవసరాన్ని తీరుస్తుంది. ప్రతిరోజూ తీసుకోవడం వలన స్కార్వి (గాయం వలన ఏర్పడిన మచ్చలు) తొలగుతుంది.⁴³

3.6 గుమ్మడికాయ గింజల నూనె/ తక్కువ ఒమేగా 3 గల పెపిటనూనె: మంచి ఆరోగ్యం అందించే ఈ నూనెను నిశ్శుభ్ర చాంపియన్ అని పిలుస్తారు. జుట్టు రాలడాన్ని నివారించడంలో అట్టి లక్షణాలను వెనకకు మళ్లించే చేయడం, రుతువిరతి లక్షణాలను తగ్గించడం, అతి చురుకైన మూత్రాశయానికి చికిత్స చేయడం, గుండెజబ్బులు, ప్రోస్టేట్ మరియు క్యాన్సర్ రోగుల ఆరోగ్యానికి తోడ్పడుతుంది క్యాన్సర్ ను కూడా నివారిస్తుంది.⁴⁴

నూచన : చేపల నూనె అనుబంధముగా మాత్రమే తీసుకోవాలి, ఎందుకంటే దీనిలో ఒమేగా 3 నిష్పత్తి ఎక్కువ ఉండడమే కాక ఒమేగా 3 యొక్క అధిక వనరులలో ఇది ఒకటి.⁹

4. తెలుసుకోవలసిన గుర్తుంచుకోవాల్సిన విషయాలు

★ **కొనేటప్పుడు జాగ్రత్త వహించాలి:** మార్కెట్లో లభించే అనేక రకాల నూనెలు అధిక ప్రాసెస్ మరియు శుద్ధిచేసిన నూనెల మిశ్రమంతో కూడి కూరగాయల నూనెల యొక్క ప్రయోజనాలకు వ్యతిరేకంగా పనిచేసే అవకాశం ఉంది. మరికొన్ని నూనెలు వాటి రుచి మరియు సెల్ఫ్ జీవితాన్ని మరింత పెంచడానికి హైడ్రజినేట్ చేయబడతాయి, ఫలితంగా అనారోగ్యకరమైన ట్రాన్స్ ఫ్యాటీ ఆమ్లాలు గుండె జబ్బులు మధుమేహం ఊబకాయం మరియు క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని కలిగిస్తాయి. నూనెల యొక్క ప్రయోజనాలు మరియు అప్రయోజనాలు ఎల్లప్పుడూ మీ ధృక్పథంలో ఉండేలా చూసుకోండి. ముదురు రంగు గ్లాస్ బాటిళ్లలో ఉన్న నూనెలను కొనడానికి ప్రయత్నించండి.^{2,4,24}

★ **మార్పిడి చేయండి:** మీ సాధారణ వంట నూనెలను మార్పిడి చేస్తూ ఒమేగా-3 సమృద్ధిగా ఉన్న ఆహారము మరియు ఆయిల్తో అనుబంధంగా తీసుకోండి.^{3,4}

★ **దాదాపు అన్ని నూనెలు చర్మము మరియు జుట్టుకు మంచివేయినప్పటికీ బాహ్యంగా ఉపయోగించదలచినప్పుడు ఏదైనా అలర్జిక్ ప్రతిచర్య నివారణకు చర్మం మీద కొంచెం నూనెను రాసుకోవడం ద్వారా స్వీయ పరీక్ష చేసుకోవడం ఉత్తమం. కొబ్బరినూనె, నువ్వులు లేదా ఆలివ్ నూనె తో ఆయిల్ పుల్లింగ్ చేయడం దంత ఆరోగ్యంతో సహా అనేక ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంటుంది.⁴⁵**

★ **నూనె వాడకాన్ని తగ్గించండి:** స్ప్రే బాటిల్ లో సమానమైన నూనె మరియు నీటిని కలపడం ద్వారా వంటఇంట్లో తయారు చేసిన ద్రావణాన్ని సిద్ధం చేసుకొని వంటకు ఉపయోగించే పాస్ ను పదార్థానికి అంటకుండా చేయవచ్చు.⁴⁶

★ **నీరు పోకుండా కాలువలు అడ్డుపడడాన్ని నివారించండి:** పాస్ ఉపయోగించిన తరువాత దానిని కడిగే ముందు నూనె మరకలను తుడిచివేయండి, మిగిలిపోయిన నూనెను సింకులోకి విసిరివేయ వద్దు.⁴⁷

రిఫరెన్స్ లు మరియు లింకులు :

1. Sathya Sai Baba Speaks on Food, the heart, and the mind, 21 January 1994; <http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume27/sss27-03.pdf>
2. Know about oils: <https://draxe.com/nutrition/vegetable-oil/>; <https://draxe.com/nutrition/omega-3-foods/>
3. Nature of oils, storing, & nutrition: https://www.nutrition.org.uk/attachments/113_Culinary%20oils%20and%20their%20health%20effects.pdf
4. Composition of fats & whole diet: <https://health.clevelandclinuc.org/how-to-choose-and-use-healthy-cooking-oils/>
5. Moderate fat essential: <https://www.heart.org/en/healthy-living/healthy-eating/eat-smart/fats/dietary-fats>
6. Oil makes veg nutritious: <https://sciencedaily.com/releases/2017/10/171009124026.htm>

7. Guide to Omega fats 3, 6, & 9: <https://www.healthline.com/nutrition/omega-3-6-9-overview>; https://healthline.com/nutrition/3-types-of-omega-3#TOC_HDR_6
8. Sources of Omega-3: <https://www.theplantway.com/plant-based-omega-3/>; <https://draxe.com/nutrition/vegan-omega-3/>; <https://news.vibrionics.org/en/articles/164>
9. Fatty acid ratio of oils: https://en.wikipedia.org/wiki/Fatty_acid_ratio_in_food
10. Cooking temp. & Smoke points of oils: <https://www.exploratorium.edu/food/pressure-cooking>; https://en.wikipedia.org/wiki/Pressure_cooking; https://en.wikipedia.org/wiki/Deep_frying; https://en.wikipedia.org/wiki/Smoke_point;
11. Benefit from cold pressed oils: <https://food.ndtv.com/food-drinks/guide-to-cold-pressed-oils-would-you-replace-them-with-cooking-oils-1772859>; <https://www.netmeds.com/health-library/post/go-for-cold-pressed-oils-for-amazing-health-benefits>
12. How much fat intake is good!: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
13. Edible oils list: https://en.wikipedia.org/wiki/list_of_vegetable_oils
14. Almond oil: <https://draxe.com/nutrition/almond-oil/>; <https://healthline.com/nutrition/almond-oil>
15. Avocado oil: <https://draxe.com/nutrition/avocado-oil/>; <https://www.healthline.com/nutrition/9-avocado-oil-benefits>
16. Butter oil (Ghee): <https://draxe.com/nutrition/ghee-benefits/>; <https://www.ecpi.edu/blog/culinary-nutrition-9-health-benefits-ghee>
17. Nutritious butter oil from grass fed cow milk: https://www.healthline.com/nutrition/grass-fed-butter#TOC_TITLE_HDR_2
18. Canola oil: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/2015/04/13/ask-the-expert-concerns-about-canola-oil/>; <https://draxe.com/nutrition/canola-oil-gm/>; <https://www.healthline.com/nutrition/is-canola-oil-healthy>; <https://www.healthline.com/nutrition/rapeseed-oil#benefits>
19. Coconut oil: <https://healthline.com/nutrition/healthiest-oil-for-deep-frying#coconut-oil>
20. Coconut oil article ref: <https://news.vibrionics.org/en/articles/239>; <https://news.vibrionics.org/en/articles/92>
21. Corn oil: <https://www.healthline.com/nutrition/corn-oil>; <https://www.organicfacts.net/health-benefits/oils/corn-oil.html>
22. Cottonseed oil: <https://www.healthline.com/health/cottonseed-oil>; <https://draxe.com/nutrition/cottonseed-oil/>; <https://www.organicfacts.net/health-benefits/oils/cottonseed-oil.html>
23. Mustard oil: <https://www.healthline.com/nutrition/mustard-oil-benefits>; <https://draxe.com/nutrition/mustard-oil/>; <https://food.ndtv.com/health/8-incredible-mustard-oil-benefits-that-make-it-so-popular-1631993>; <https://timesofindia.indiatimes.com/15-amazing-facts-and-uses-of-mustard-oil/articleshow/55067780.cms>
24. Olive oil: <https://draxe.com/nutrition/olive-oil-benefits/>; https://www.healthline.com/nutrition/11-proven-benefits-of-olive-oil#TOC_TITLE_HDR_2
25. Many benefits of olive oil: <https://food.ndtv.com/food-drinks/olive-oil-amazing-benefits-of-olive-oil-for-health-hair-skin-its-wonderful-uses-1736506>
26. How to nourish the body with olive oil: <https://www.oliveoilsfromspain.org/olive-oil-news/olive-oil-benefits/>
27. Stability of olive oil: <https://www.healthline.com/nutrition/is-olive-oil-good-for-cooking>
28. Palm oil: <https://www.healthline.com/nutrition/palm-oil>; <https://draxe.com/nutrition/red-palm-oil/>
29. Peanut oil Benefits and caution: <https://draxe.com/nutrition/peanut-oil/>; <https://www.healthline.com/nutrition/is-peanut-oil-healthy>
30. Rice bran oil: <https://www.healthline.com/nutrition/rice-bran-oil>; <https://draxe.com/nutrition/rice-bran-oil-versatile-healthy-fat-or-inflammatory-cooking-oil/>
31. Safflower oil: <https://draxe.com/nutrition/safflower-oil/>; <https://www.healthline.com/health/safflower-oil-healthy-cooking-oil>; <https://www.medindia.net/dietandnutrition/11-health-benefits-of-safflower-oil.htm>
32. Benefits of sesame oil: <https://draxe.com/nutrition/sesame-oil/>; <https://food.ndtv.com/food-drinks/7-sesame-oil-benefits-an-antioxidant-natural-spf-stress-buster-more-1237049>
33. Toasted sesame oil Vs. sesame oil: <https://healthyteating.sfgate.com/toasted-sesame-oil-vs-sesame-oil-11158.html>
34. Soybean oil: <https://www.healthline.com/health/soybean-oil>; <https://draxe.com/nutrition/soybean-oil/>
35. Sunflower oil: <https://draxe.com/nutrition/sunflower-oil/>; <https://www.healthline.com/nutrition/is-sunflower-oil-healthy>
36. Vegetable oil (Blends): <https://draxe.com/nutrition/vegetable-oil/>; <https://easyfitnessidea.com/benefits-of-blended-oils/>
37. Flaxseed/linseed oil: <https://draxe.com/nutrition/flaxseed-oil-benefits/>; <https://www.healthline.com/nutrition/flaxseed-oil-benefits>
38. Perilla oil: <https://www.healthline.com/health/food-nutrition/healthy-cooking-oil-perilla-oil>
39. Chia: <https://www.healthline.com/nutrition chia-seed-oil>; <https://today'sdietitian.com/newarchives/images/0215-2.pdf>
40. Hempseed oil: <https://draxe.com/nutrition/hemp-oil-benefits-uses/>; <https://www.medicalnewstoday.com/articles/324450>
41. How to use hemp oil for skin: <https://www.healthline.com/health/hemp-oil-for-skin#uses>
42. Walnut oil: <https://www.healthline.com/nutrition/walnut-oil>; <https://draxe.com/nutrition/healthy-cooking-oils/>
43. Wheat germ oil: <https://draxe.com/nutrition/wheat-germ/>; <https://food.ndtv.com/food-drinks/6-incredible-benefits-of-wheat-germ-oil-1638519>; <https://www.verywellfit.com/wheat-germ-oil-nutrition-facts-4165648>
44. Pumpkin seed oil: <https://www.verywellhealth.com/pumpkin-seed-oil-health-benefits-4686960>; <https://www.healthline.com/health/pumpkin-seed-oil#1>; <https://draxe.com/nutrition/pumpkin-seed-oil/>
45. Oil Pulling for dental & general health: <https://draxe.com/beauty/oil-pulling-coconut-oil/>
46. Spray oil: <https://www.onegoodthingbyjillee.com/homemade-cooking-spray/>
47. Prevent clogging of drains: <https://333help.com/blog/clean-clear-maintain-drain-5-easy-steps/>; <https://dummies.com/home-garden/plumbing/clogs/how-to-prevent-clogs-in-your-drai>

+++++

2. ప్రణాళికకథానికలు

a. తీర్ణయాత్రలో పరమబెషడమ్ ^{11529...౧౦డియా}

2019 జూలైలో 15 నుంచి 65 సంవత్సరాల వయస్సు గల 170 మంది యాత్రికుల బృందం నేపాల్లోనిఖాట్మండు లో ఎత్తయిన హిమాలయాల్లోకి ప్రయాణించడానికిమరియు తమ గమ్యమైన పవిత్ర మానస సరోవరం సరస్సు మరియు కైలాస పర్వతం సందర్శించడానికి బయలుదేరారు. డయామాక్స్ అనే అలోపతిఔషధం సాధారణంగా వంపులు తిరిగే పర్వత రహదారిపై ప్రయాణించేతప్పుడు పర్వతాల ఎత్తు మరియు ప్రతికూల పరిస్థితుల వల్ల ఏర్పడే అనారోగ్యమునకు రక్షణగా పరిగణించబడుతుంది. ఈ తీర్థ యాత్రలో ప్రాక్టీషనర్కుటుంబ సభ్యులు ఉన్నారు కానీ ఆమె లేరు, ఐతే అందరూ కూడా ప్రయాణపు అనారోగ్యానికి గురవుతున్నాడయామాక్స్ యొక్క ప్రతికూల దుష్ప్రభావాలు కారణంగా చాలా మంది దానిని తీసుకోవడానికి ఇష్టపడలేదు. ఇంతకుముందు 2012లో స్వయంగా తీర్థయాత్ర చేసిన తర్వాత ఈ ప్రాక్టీషనర్ప్రయాణికులకు ఏమీ అవసరమో అర్థం చేసుకుని క్రింది రెమిడీ సిద్ధం చేసి అందరికీ ఇచ్చారు:

CC3.7 Circulation + CC4.1 Digestion tonic + CC4.6 Diarrhoea + CC4.10 Indigestion + CC9.2 Infections acute + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.1 Travel sickness + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine...TDS to 6TD ప్రతీ వ్యక్తి

అవసరానికి అనుగుణంగా TDS నుండి 6TD60 వరకు

ఈ రెమిడీ వైబ్రియానిక్స్ ఎంచుకున్న బృందంలోని నలుగురు అల్లోపతి వైద్యుల తో సహా 75 మంది సభ్యులకు ఖచ్చితంగా పనిచేసి వారి ప్రతికూల పరిస్థితుల నుండి తప్పిస్తూ ప్రయాణాన్ని సుగమం చేసింది. వైబ్రియానిక్స్ తీసుకోకుండా అలోపతి ఎంచుకున్న వారిలో దాదాపు సగం మంది వాంతులు, విరేచనాలు, దగ్గు మరియు జలుబు మరియు శ్వాసతీసుకోవడంలో ఇబ్బందులకు గురయ్యారు. ఇంటికి తిరిగి వచ్చినతరువాత యాత్రికులుప్రాక్టీషనరుకుఫోన్ చేసి తమ కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

b. వృద్ధ పిల్లి యొక్క పునరుజ్జీవనం ^{00660...USA}

సింబాలనేది మార్మలాడే అనే ఉత్తమ జాతికి చెందిన ఒక వృద్ధురాలైన 20 ఏళ్ళ పిల్లి.మొదట ఇది అరణ్యవాసిగా ఉండే ఒక పిల్లి



ద్వారా జన్మించి ఒక వ్యక్తి ద్వారా గ్రహింపబడి1999లో ఆ వ్యక్తి నుండి సానుభూతి పరురాలైనఒక తల్లి చేత చిన్నతనం లోనే దత్తత తీసుకోబడింది. ఇది క్రమంగా పెరుగుతూ ప్రేమతో సంరక్షించ బడుతూ దానికి వృద్ధాప్యం వచ్చేసరికి పాపం 2019 ఆగస్టులో అనారోగ్యానికి గురైంది.దీనికి ఆకలి తగ్గిపోయి, బరువు తగ్గిపోయి దాని పై చర్మపు బొచ్చు కుచ్చులుగా ఊడిపోతూ తన స్నేహితులతో కలవడానికి సాధారణముగా చూపించే ఆసక్తిచూపక ఇంటిలోనే ఉండిపోతున్నది. పశువైద్యుడుఇది మూత్రపిండాల వైఫల్యంగా నిర్ధారించి ఇక దానిపై ఆశ వదులుకోమని చెప్పారు. పిల్లిపై ఆక్యుపంక్చర్

వైద్యం ప్రయత్నించినా ప్రయోజనం లేకపోయింది.సింబాను ఆర్థంగా (హైడ్రేటెడ్) ఉంచడానికి పొటాషియంమరియు సెల్టెన్యురోజుకు ఎనిమిది సార్లు అతని మెడ వెనుక భాగంనుండి ఇవ్వసాగారు. చివరి ఆశగా దీనిని పెంచుకునే తల్లి ద్వారా ప్రాక్టీషనరును సంప్రదించగా వారు పెండ్ల్యుమ్ ద్వారా స్వామిని కోరగా స్వామి ఉత్సాహభరితమైన అంగీకారం ఇచ్చారు. ఆ విధంగా 2020 జనవరి 18న క్రింది రెమిడీ తయారుచేయబడింది:

NM2 Blood + NM7 CB7 + NM59 Pain + NM75 Debility + NM86 Immunity + OM5 Circulation + BR11 Kidney + SM2 Divine Protection + SR325 Rescue...6TD నీటితో తయారుచేసి డ్రా ఫర్ బాటిల్ ద్వారా నోటిలో వేయబడుతోంది.

సింబా వెంటనే ప్రతిస్పందించడంతో దానికి ఆకలి తిరిగి ఏర్పడింది. దాని ఆరోగ్యం విషయంలో నిరంతర పెరుగుదల ఉండడంతో మోతాదు ఒక వారం తర్వాత TDS కు తగ్గించబడింది. పది రోజులు వరుసగా రెమిడి తీసుకున్న తరువాత సింబాపెర్ట్ల తిరగడం ప్రారంభించింది. ఒక నెలలోనే ఈ వృద్ధ పిల్లి తన సాధారణ బరువును తిరిగి పొందింది. దీనికి మెడ వెనుక ఇచ్చే ఇంజెక్షన్లు వారానికి రెండు సార్లు మాత్రమే ఇవ్వబడసాగాయి. దానికి బొచ్చు ఊడిపోవడం తగ్గిపోయి మృదువుగా మరియు అందంగా పెరగ సాగింది. దాని ప్రవర్తనలో గతంలో వలె నవయవ్వంతో నికిసలాడుతూ తరచూ ఆమెను పెంచుకునే తల్లివెంట తిరుగుతూ ఉడుతలు మరియు పక్షుల సందడిని ఆనందించడానికి భానూదయంలో తన తల్లిని అనుసరిస్తోంది. సింబాపగలంతా సంతోషంతో తన తల్లితో దోగాడుతూ రాత్రిపూట ఆమె పక్కలోనే పడుకోబోంది. ఆగస్టు చివరినాటికి మోతాదు OD కి తగ్గించబడి డిసెంబర్ 2020 నాటికి కొనసాగుతోంది.

ఇటీవల వెటర్నరీ డాక్టర్ సందర్శించినపుడు సింబాయొక్క అద్భుతమైన ప్రగతి డాక్టర్ మరియు అతని సిబ్బందిని ఆశ్చర్యపరిచింది. సింబా తల్లి మరియు ఆమె ప్రాక్టీషనర్ ఫ్రెండ్ ఇద్దరికీ తెలుసు ఈ అపూర్వ స్వస్థత వెనుక ఉన్న హస్తం ఎవరిదో. సింబా తల్లి హృదయపూర్వకంగా ఇలా ప్రకటించారు. “ఈ అద్భుతమైన వైద్యం ద్వారా మనందరికీ ముఖ్యంగా 4 కాళ్ళ రెండు రెక్కల మూగ జీవులన్నింటికీ అందుబాటులో ఉంచిన భగవాన్ బాబాకు నేను చాలా కృతజ్ఞతలు తెలుపుతున్నాను”

+++++

3. పుట్టపర్తి రైల్వే స్టేషన్ లో ఆరోగ్య శిబిరము 2020 నవంబర్ 21-23

పరిమాణము నుండి నాణ్యతకు పరిణామము



2009 నుండి ప్రశాంతి నిలయం రైల్వే స్టేషన్ నవంబర్ 21 నుంచి 23 వరకు స్వామి పుట్టినరోజు వేడుకలలో పాల్గొనడానికి రైలులో వచ్చే భక్తులకు సేవ చేయడానికి బాగా స్థిరపడిన వైబ్రియానిక్స్ దంపతుల వైద్య శిబిరానికి వేదికగా మారింది. సాధారణంగా ఇక్కడ ఆలోపతి క్యాంపు కూడా జరుగుతూ ఉంటుంది కానీ ఈ కోవిడ్ హామూరి బారిన పడిన ఈ సంవత్సరం సాధారణంగా హాజరయ్యే వేలాది మంది బదులు కేవలం వందల సంఖ్యలో భక్తులు రావడంతో కేవలం వైబ్రియానిక్స్ క్యాంపు మాత్రమే నిర్వహింపబడింది. శిబిరము నిర్వహించడానికి

ముందుగానే ప్రాక్టీషనర్ జంట 02444 & 01228 500 రెమిడి బాటిళ్ళను సిద్ధం చేశారు. స్వామి రక్షణ మరియు కోవిడ్ వారణ కోసం స్వామి అందించిన IB పై పూర్తి నమ్మకంతో అనుభవజ్ఞులైన ఈ వీరోచిత జంట హాజరైన వారందరికీ తమ అనుభవ పూర్వక సేవలను అందించడానికి వెనకాడలేదు. పేషంట్లు చాలా తక్కువగా ఉండడం వలన దీర్ఘకాలిక సమస్యలతో బాధపడుతున్న రోగులతో ఎక్కువ సమయం గడపడానికి మరియు అవసరం మేరకు వైబ్రియానిక్స్ వస్థను గురించి వివరించడం, ఎక్కువ వ్యక్తిగత సహాయాన్ని అందించడానికి వీలు కల్పించబడింది. 368 మంది రోగులు తమకు మరియు అనారోగ్యంతో ఉన్న బంధువులు మరియు స్నేహితులకు రెమిడిలు తీసుకువెళ్లడంతో పాటు తమ దీర్ఘకాలిక సమస్యలకు ఎక్కువ రెమిడి బాటిళ్ళను తీసుకు వెళ్లారు. కొంతమందికి వారి గాయాలకు పుండ్లకు ప్రథమ చికిత్స కూడా చేశారు. హ్యాండ్ సానిటైజర్లు పుండ్లకు పాటు మాస్కులు ఉపయోగించడం సామాజిక దూరాన్ని పాటించడం వంటి మార్గదర్శకాలకు కట్టుబడి సేవలు నిర్వహింపబడ్డాయి.

+++++

4. సంస్కరణలు

నవంబర్ నెలలో ఇద్దరు అనుభవం గల అభ్యాసకులు కన్నుమూసిన వార్తలను ఎంతో బాధతో నేను మీ ముందుకు తీసుకు వస్తున్నాను. 75 సంవత్సరాలవయసుగల శ్రీ దుధరాం ఎస్ సమర్త¹⁰³³⁰ మహారాష్ట్రలోని గడ్చిరోలి జిల్లాకు అధ్యక్షులు. ఎల్లప్పుడూ నవ్వుతూ ఉండే వీరు చాలాచురుకైన మరియు నిజాయితీ గల నాయకుడు. 66 సంవత్సరాలవయసు గల శ్రీ శివ దర్శనం ఎం. జి¹¹²³⁸ కేరళ లోని ఎర్ణాకులం జిల్లా సత్యసాయి సేవా సంస్థల జిల్లా సర్వీస్ ఇంచార్జిగా పనిచేశారు. ఎస్ ఎస్ఎస్ వి ఐ పి ప్రోగ్రాం క్రిందసాయి వైబ్రియానిక్స్ బిరము నిర్వహించడానికి కోఆర్డినేటర్ గా పని చేశారు. చివరి క్షణం వరకు ఇద్దరు వైబ్రియానిక్స్ సేవలో నిమగ్నమవడమే కాక వారి ఆదర్శప్రాయమైన సేవకు వైబ్రియానిక్స్ టుంబ సభ్యులందరిచేత కలకాలం గుర్తుంచుకోబడతారు.

ఓంశ్రీసాయిరాం!

సాయివైబ్రియానిక్స్... ఉచితమైన, నాణ్యమైనవైద్యసంరక్షణదిశలో - రోగులకు ఉచితం