

## Sai Vibrionics Newsletter

<http://www.vibrionics.org>

“Lorsque vous voyez une personne malade, une personne dans le désespoir, inconsolable ou malade, c’est ici qu’est la place de votre seva.” ...Sri Sathya Sai Baba

Vol 9 N° 3

Mai/Juin 2018

### Sommaire

☞ Depuis le bureau du Dr Jit K Aggarwal	1 - 2
☞ Profils de Praticiens	2 - 4
☞ Etude de cas utilisant les Combos	4 - 9
☞ Questions - Réponses	9 - 10
☞ Paroles divines du Maître Guérisseur	10 - 11
☞ Annonces	11
☞ Supplément	11 - 15

## ☞ Depuis le bureau du Dr Jit K Aggarwal ☞

Chers Praticiens

Je voudrais commencer par un message très important de notre bien-aimé Seigneur à tous ceux qui sont impliqués dans la pratique des soins de santé. Swami a déclaré: "*Les médecins doivent insuffler le courage chez les patients et parler et irradier compassion et amour. Pendant que vous examinez les patients, vous devriez avoir des visages souriants et parler aux patients avec douceur.*" ... Discours de Sathya Sai Baba, le 6 février 1993. Je crois qu'en tant que praticiens vibrionics, nous devons tous maintenir un niveau de conscience accru pour s'assurer que nos interactions avec les patients se déroulent dans un champ de force d'amour divin. Cela transformerait notre travail de traitement en une guérison complète. Cet esprit devrait être ancré en nous, dans notre cœur !

L'un des principes directeurs les plus importants de vibrionics est que la spiritualité peut influencer la santé et favoriser la guérison. Nous avons adopté les cinq valeurs humaines telles que proposées par Swami : Sathya (vérité), Dharma (conduite juste), Shanti (paix), Prema (amour) et Ahimsa (non-violence) comme attributs de la spiritualité. Pratiquer ces valeurs est la clé pour devenir une personne spirituelle accomplie et, par conséquent, un bon praticien Vibrionics.

Il est dit : «Mieux vaut prévenir que guérir»; nous n'insisterons jamais assez sur l'importance de ce point. Bien que nous sachions que de nombreux praticiens se concentrent sur la prévention des maladies avant qu'elles ne se manifestent, nous n'avons reçu aucun rapport écrit à cet égard et nous ne sommes donc que dans la connaissance d'un état de fait mais non concret. Je demande humblement que tous les praticiens envoient des cas documentés de leur expérience en matière de soins préventifs. Quelques cas réussis et suggestions en matière de soins préventifs qui ont été partagés avec nous concernent **CC6.3 Diabète** pour les personnes de plus de 40 ans, car l'incidence du diabète augmente avec l'âge ; **CC14.2 Prostate** chez les hommes de plus de 60 ans pour prévenir le développement ou la manifestation d'une hypertrophie bénigne de la prostate et **CC2.1 Cancer** chez les personnes ayant des antécédents familiaux de cancer. De cette manière, en fonction de l'histoire médicale et familiale du patient, des remèdes prophylactiques peuvent être donnés pour prévenir l'apparition de maladies chroniques graves.

Dans la dernière newsletter nous avons souligné l'importance de nous envoyer vos rapports mensuels en ligne, nous n'avons pu que constater que le nombre de personnes ayant transmis des rapports a considérablement diminué au cours des deux derniers mois. Il semble que beaucoup de praticiens rencontrent des difficultés à se connecter et à entrer leurs heures de seva directement sur notre site web. Pour surmonter cette difficulté, nous avons créé une adresse e-mail spéciale [admin@vibrionics.org](mailto:admin@vibrionics.org) pour aider les praticiens à passer aisément à la saisie de rapports sur le Web. Si vous éprouvez des difficultés à envoyer vos rapports mensuels en ligne, veuillez communiquer au travers de cette adresse mail. Si vous

n'êtes pas en mesure de faire une déclaration en ligne, vous pouvez continuer à envoyer votre rapport à votre coordinateur par SMS ou par téléphone.

Dans le but d'améliorer notre base de praticiens, je voudrais exhorter tous les AVP, qui ont complété au moins 3 mois de pratique à postuler pour être promu au niveau de VP en écrivant à [applicationjvp@vibrionics.org](mailto:applicationjvp@vibrionics.org) et devenir par la suite membres de l'IASVP. Il est désormais obligatoire pour tous les VP et plus d'être membres de l'IASVP.

Alors que notre planète continue de subir des dommages et des souffrances intenses, notre mission Vibrionics se perpétue de manière prolifique, apportant réconfort et guérison aux masses qui sont affectées par les périls de la modernisation - qu'il s'agisse de plantes, d'animaux ou de l'humanité. Il est profondément encourageant de voir que nous avons un impact là où c'est le plus nécessaire. Ma prière sincère est que nous nous stimulions nous-mêmes dans notre pratique personnelle et augmentions notre portée afin que nous puissions apporter la joie à tous !

Dans le service aimant à Sai  
Jit K Aggarwal

\*\*\*\*\*

## ☪ Profils de Praticien ☪

**La Praticienne** <sup>11583...Inde</sup> est née dans une famille de médecins. Passionnée par l'enseignement, elle a fait son doctorat en chimie et, jusqu'à tout récemment, elle était professeure agrégée dans une école d'ingénieurs. Elle est entrée dans le giron de Swami en 1995 s'est rendue chaque année à Puttaparthi depuis 1998 pour assister sa mère, gynécologue, lors du camp médical annuel organisé pendant l'anniversaire de Swami. Son désir de s'engager dans un seva médical a pris son envol lorsqu'elle a entendu parler de vibrionics et de ses zéros effets secondaires par son cousin déjà praticien. Elle a lu le site web vibrionics et les newsletters, est ainsi convaincue que Sai Vibrionics approfondirait sa connexion avec Swami, elle s'est inscrite immédiatement au cours et est devenue AVP en novembre 2016.



Elle se considère privilégiée du fait que le système de mentorat ait été mis en place juste au moment où elle s'est qualifiée. Elle attribue sa progression en tant que praticienne aux précieux conseils et encouragements donnés par son tuteur<sup>10375</sup>. Selon ses propres mots, " le fait d'être encadrée pendant quelques mois au quotidien fut une véritable bénédiction ". Aussi, en juillet 2017, est-elle devenue VP et a elle-même accepté un mentorat auprès d'un nouveau praticien à partir de novembre 2017. Jusqu'à présent, elle a traité avec succès plus de 300 patients atteints de diverses affections aiguës et chroniques, telles que rhume, grippe, sinusite, allergies cutanées, gastrite, psoriasis et cancer.

La praticienne démontre l'efficacité de **CC7.3 Eye infections**. Elle a essayé ce commun combo sur elle-même, il y a plus d'un an, pour un orgelet récidivant et a été guérie en moins d'une semaine, sans récurrence.

Un garçon de 7 ans est venu la voir avec une douleur aiguë, une inflammation et une tache rouge due à un caillot de sang dans l'œil, peu de temps après s'être blessé en jouant. Il n'a pas eu d'autres traitements. La douleur et l'inflammation ont été réduites en trois jours et la marque rouge a disparu en une semaine.

Elle a traité un autre cas intéressant : un homme de 32 ans souffrant d'apnée du sommeil, de fatigue extrême et de périodes de respirations superficielles suivies de ronflements bruyants pendant son sommeil depuis 6 ans. Il n'a pas été soulagé par le traitement allopathique. Il a reçu **CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.3 Chest infections chronic** pendant la journée et **CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.6 Sleep disorders** avant le coucher. Il ne prenait aucun autre médicament pendant le traitement vibratoire. Le patient a signalé une amélioration de 50 % de tous les symptômes en un mois et une amélioration de 90 % en deux mois. Après cinq mois, juste avant d'émigrer en Allemagne, le patient a signalé une récurrence de ses symptômes, car il ne prenait plus les remèdes de façon régulière. Déterminé à être régulier cette fois, il a repris le traitement. La famille du patient a déclaré que son état c'était amélioré de 90 % à tous niveaux en deux mois et qu'il continuait à recevoir des renouvellements de remèdes en Allemagne.

La praticienne a trouvé que **CC9.2 Infections acute + CC19.2 Respiratory allergies** faite dans de l'eau stérile, à utiliser comme gouttes nasales, apporte un grand soulagement aux patients souffrant de congestion nasale. Elle recommande de pulvériser **CC15.2 Psychiatric disorders + CC17.2 Cleansing** dilué dans l'eau dans la maison ou sur le lieu de travail pour se protéger des énergies et entités négatives.

Elle a trouvé que **CC17.2 Cleansing** est très bénéfique dans le traitement du Syndrome des Ovaires Polykystique (SOPK) et de la thyroïde.

Dans son kit bien-être, la praticienne dispose d'un combo supplémentaire **CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic** qui est merveilleux pour traiter les étudiants stressés par les examens. Elle-même prend **CC17.2 Cleansing...TDS** pour réduire au minimum les effets nocifs des produits chimiques auxquels elle est exposée dans le laboratoire de chimie. Elle a constaté que l'utilisation de **CC10.1 Emergencies** dans l'eau pour laver la peau de ses élèves brûlée par les projections accidentelles d'acide dans le laboratoire apporte un soulagement instantané sans même laisser de cicatrice.

Elle a rejoint une équipe de praticiens de seva vibrionics à "Shivam", la demeure de Swami à Hyderabad. Cette clinique hebdomadaire, qui a débuté en décembre 2017, a traité 300 patients en trois mois. Son expérience de travail dans cette clinique avec des praticiens seniors lui a permis d'enrichir ses connaissances, déclare-t-elle. La praticienne a pris une pause temporaire de l'enseignement professionnel pour se consacrer à ses obligations familiales impératives et se concentrer sur vibrionics. Elle fait partie de l'équipe de mise à jour de la base de données et se prépare à passer au niveau suivant de SVP.

La praticienne trouve son épanouissement et une joie incomparable dans le seva vibrionics. Elle a approfondi sa conviction que " Dieu est le maître guérisseur et Celui qui fait" et cela l'a aidée à pratiquer avec plus de vigueur et de calme. Elle est remplie de gratitude pour le précieux cadeau vibrionics qu'elle a reçu, qui a transformé son environnement de négatif à positif. Sa prière quotidienne à Swami est : " Que vibrionics continue d'étendre ses services à tous les nécessiteux du monde ! Que de plus en plus de gens profitent de cette thérapie autotransformatrice".

#### Cas partagés :

- [Orgelet](#)
- [Aphtes](#)



**Le Praticien** <sup>10831...Inde</sup> diplômé en sciences vétérinaires, a pris sa retraite en 2002 en tant que professeur adjoint après 37 ans d'enseignement dans une institution gouvernementale où il exerçait également en tant que vétérinaire. Tombé dans le giron de Swami en 1985, il est devenu un membre très actif de l'équipe de seva dal à partir de 2003 et il va à Puttaparthi faire du seva chaque fois que possible. Lors d'une de ses visites en septembre 2009, il a découvert vibrionics par l'intermédiaire d'un ami. Il pense que c'est par la Grâce de Swami qu'il a pu participer au cours de Solapur, Maharashtra, le mois suivant, et est devenu AVP. Sa pratique a commencé avec la boîte 54CC selon les normes de l'époque.

Au début, alors qu'il n'avait que quelques patients, quelque peu désespéré, il a prié Swami et a demandé Son aide. Très vite, il a commencé à avoir des opportunités pour traiter divers personnes, y compris des handicapés mentaux. Puis il a été contacté pour traiter directement sur place les employés d'une grande usine. En tant que salariés journaliers, ils ne pouvaient ni prendre un congé pour aller se faire soigner, ni se permettre de payer leur traitement ; le fait de pouvoir les soigner le rendait très heureux. A partir de 2010, il a commencé à traiter des patients tous les jeudis dans un temple Shirdi avoisinant, matin et soir. Sa pratique a vraiment décollé après qu'il ait obtenu la boîte 108CC en tant que VP en janvier 2011. Il a commencé à traiter les vaches dans une cabane près de là, où il pouvait aussi traiter, deux fois par semaine, beaucoup de gens qui visitaient le lieu pour la célébration traditionnelle de la vache.

Une agréable avancée dans sa pratique a été l'opportunité en or de servir les volontaires de différents États de l'Inde dans le bâtiment seva dal hommes de l'ashram de Prashanti, sur une base régulière, à partir d'avril 2014. Il visite Puttaparthi à cet effet pendant 15 jours en moyenne par mois et donne des remèdes vibrionics du matin au soir. Ceci est particulier pour lui car cela se passe dans la demeure de son vénéré Maître. Cela lui a permis de mieux comprendre les diverses conditions de santé des personnes de diverses cultures. Dans ses patients de nombreux médecins allopathiques qui, après avoir vu les résultats, non seulement recommandent à leurs propres patients, parents et amis de suivre un traitement vibrionics, mais aussi l'aident à interpréter les rapports médicaux. Sa propre expérience en tant que vétérinaire lui a permis de comprendre les problèmes de santé et de soulager rapidement les patients.

Il continue à faire son seva vibrionics chaque mois dans le temple de Shirdi et l'abri à vaches pendant son séjour à Hyderabad où il réside et il participe aussi au Prashanti seva deux fois par an. Il continue d'être un membre actif de l'équipe d'entretien et de nettoyage de Prashanti.

Le praticien emporte toujours avec lui le kit bien-être pour dispenser rapidement des remèdes aux patients atteints d'affections très aiguës. Il partage le cas intéressant d'un chien qui boitait et gémissait de douleur pendant que le praticien était en service de nuit à la porte de l'hôpital super spécialisé. Le chien a reçu le combo **Move Well** dans une tasse d'eau et a absorbé le remède 4 fois à intervalles réguliers. En moins d'une demi-heure, le chien s'est enfui sans boiter.

Il recommande **CC17.2 Cleansing** pour les patients présentant des symptômes récurrents, en particulier les allergies cutanées, les troubles respiratoires et le stress. D'après son expérience, **CC12.4 Autoimmune diseases** est efficace pour traiter le psoriasis, la maladie de Parkinson et les maladies dont la cause est inconnue.

Le praticien se contente de servir avec la boîte 108CC qui lui donne de très bons résultats ; il ne ressent donc pas le besoin de passer au niveau suivant de SVP. Cependant, il garde Rescue et d'autres remèdes de fleurs de Bach, préparés par un praticien senior, pour faciliter le traitement des troubles mentaux. Il a traité avec beaucoup de succès des cas tels que le manque de confiance, la rigidité, l'attitude très négative, les peurs profondes, la dépression. Selon lui, vibrionics lui a donné l'occasion de comprendre le "seva" dans sa vraie perspective et l'a rendu plus compatissant. Grâce à cela, il est capable d'empathie pour ses patients et de servir avec un sens d'abandon complet au Seigneur. Il souligne que si quelqu'un a envie de servir les personnes démunies toute sa vie, Sai Vibrionics est un médium béni !

\*\*\*\*\*

## ☪ Etudes de cas utilisant les Combos ☪

### 1. Orgelet <sup>11583...Inde</sup>

Le 28 novembre 2016, une femme de 40 ans a consulté ce praticien immédiatement après l'apparition de symptômes dans l'œil droit : démangeaisons soudaines, gonflement, larmoiement et rougeur dus à un orgelet. Le problème avait commencé il y a plus de 10 ans et se répétait en moyenne tous les 6 mois. Chaque fois, le médecin lui prescrivait des antibiotiques et les symptômes disparaissaient complètement en général en 2 semaines.

Elle a reçu le combo suivant :

**CC7.3 Eye infections...** une dose toutes les dix minutes pendant deux heures suivi par 6TD

Après le premier jour, il y eut une réduction de 40% des symptômes. Après 2 autres jours l'état s'était amélioré de 80% et le dosage a donc été réduit à TDS. Au bout de 5 jours, tous les symptômes avaient complètement disparu, de sorte que le remède a été arrêté. Il est intéressant de noter que cette fois, le patient n'avait pas pris de traitement allopathique qui amenait généralement la guérison de l'orgelet 10 à 14 jours plus tard. Lors de sa dernière visite récente chez le praticien pour le traitement des membres de sa famille, le patient a rapporté que les orgelets ne sont jamais revenus !

Commentaire de la Rédaction : Bien que dans ce cas, le traitement ait été couronné de succès, dans de tels cas chroniques, le dosage devrait normalement être réduit progressivement avant l'arrêt du traitement.

+++++

### 2. Aphtes <sup>11583...Inde</sup>

Au cours des dernières années, un garçon âgé de 10 ans développait des aphtes douloureux causés par le stress des examens. Le médecin lui avait toujours prescrit des comprimés de vitamines B à prendre pendant la période d'examen. Cela n'avait aidé que temporairement et le problème revenait toujours pendant les examens.

Le 19 décembre 2016, la mère a amené son fils voir le praticien, il ressentait une forte douleur dans la bouche à cause d'une ulcération, il lui a donné le combo suivant :

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

Après 6 jours, le garçon a rapporté une amélioration de 100%, de sorte que le dosage a été réduit à TDS et après 3 jours, le traitement a été interrompu. Cependant, la mère a voulu donner une dose préventive du remède pendant les examens; il prend donc **OD** seulement pendant les examens et il ne prend aucun autre médicament.

La mère est en contact avec le praticien pour son propre traitement. Elle a rapporté en avril 2018 que son fils n'avait aucune récurrence d'aphte même pendant les examens depuis le traitement en décembre 2016.

+++++

### 3. Métastases cutanées dues au cancer <sup>01448...Allemagne</sup>

Une femme de 58 ans a approché le praticien pour le traitement de métastases cutanées dues au cancer. Mis à part sa tante maternelle qui est décédée d'un cancer, il n'y avait pas d'antécédents de cancer dans sa famille. Cependant, la patiente elle-même a reçu un diagnostic de cancer du sein en avril 2011, et son sein gauche a été retiré chirurgicalement. Elle a refusé la chimiothérapie par peur des effets secondaires mais a subi une radiothérapie entre juin et août 2011, après quoi elle s'est sentie bien pendant 3½ ans. En janvier 2015, elle a ressenti des douleurs et des grosseurs visibles avec sensibilité dans la région où le sein avait été retiré chirurgicalement et autour du cou. On lui a diagnostiqué des métastases cutanées pour lesquelles on lui a prescrit une chimiothérapie de 8 séances de perfusion de Kadcylla, une toutes les 3 semaines. Après trois perfusions douloureuses, d'une durée de 1½ heure chacune, elle a rencontré le praticien qui lui a donné ce qui suit le 27 juillet 2015 :

**#1. CC10.1 Urgences + 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 pendant 4 weeks**

En deux semaines, les grosseurs ont diminué de 50 % en taille et en nombre, de sorte qu'elle a annulé les autres rendez-vous de perfusion de chimiothérapie. Elle n'a pas pris d'autres médicaments allopathiques. Après trois mois de traitement, les grosseurs avaient disparu et la douleur et la sensibilité avaient diminué de 50%. Au 31 janvier 2016, tous ses symptômes avaient disparu et la patiente se sentait 100 % mieux. Elle a continué **#1** et **#2**. Environ six mois plus tard, elle pouvait s'occuper seule de ses tâches quotidiennes et continuait d'être exempte de tous symptômes. En novembre 2017, elle prenait les remèdes **TDS** et a l'intention de les prendre pendant cinq ans. Elle n'a pas eu besoin de chimiothérapie et ne prend aucun médicament allopathique. Le médecin la surveille tous les 6 mois et toutes ses analyses sanguines sont normales.

+++++

### 4. Vésicules dans l'utérus, infertilité <sup>11585...Inde</sup>

Une femme de 31 ans mère d'une fillette de 6 ans essayait de concevoir à nouveau depuis deux ans. Pendant plus de six mois, elle a pris des médicaments allopathiques qui ont provoqué plusieurs effets secondaires tels que des douleurs à l'estomac, fatigue et vomissements. De plus, elle n'a pas été enceinte. Il y a deux mois, le médecin avait donc demandé une échographie qui a révélé la présence de vésicules aqueuses dans son utérus. Pour cela, on lui a de nouveau prescrit des médicaments allopathiques qu'elle a pris avec beaucoup d'hésitation en raison de son expérience précédente désagréable. Au bout d'une semaine, lorsque les mêmes effets secondaires sont apparus, elle a interrompu le traitement. Sa mère, qui recevait des remèdes vibrionics, a encouragé sa fille à suivre un traitement vibro.

Le 22 juillet 2017 le praticien lui donna les remèdes suivants :

**#1. CC2.3 Tumeurs & Growths + CC8.2 Pregnancy tonic + CC8.4 Ovaries & Uterus + CC10.1 Urgences + CC12.1 Adult tonic...TDS**

Au cours de son suivi après un mois, elle était complètement guérie des vésicules dans l'utérus, comme l'a confirmé le médecin. Elle a continué **#1**.

La semaine suivante, le 1er septembre, elle n'a pas eu ses règles et a fait un test de grossesse. À son grand étonnement, son médecin a confirmé qu'elle était enceinte. Au cours des sept semaines suivantes, le **#1** a été réduit à **OD**.

Le 20 octobre, le combo a été changé avec :

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

Elle a pris **#2** tout au long de sa grossesse et a donné naissance à une petite fille le 14 avril 2018. La mère et le bébé sont à la fois en bonne santé et heureux. **#2** a été interrompu le 15 mai 2018. Lorsque la praticienne les a rencontrés, la maman a exprimé sa plus profonde gratitude à vibrionics et à notre Swami bien-aimé.

+++++

## 5. Sinusite chronique <sup>01768...Grèce</sup>

Une femme de 58 ans souffrait de sinusite chronique tous les hivers pendant quatre mois (novembre à février) depuis plus de 15 ans. Elle avait le nez qui coulait, le nez bouché et une pression derrière les yeux et les joues.

Elle a essayé plusieurs médications. Bien qu'elle ait obtenu un certain soulagement, elle n'a jamais pu se débarrasser complètement de ces symptômes.

Le 4 février 2017, on lui a donné le combo suivant :

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

Après deux mois de prise du remède, elle se sentait 100% libérée de tous les symptômes. Il n'y a pas eu de récurrence de cette affection même au cours de la saison hivernale suivante, comme l'a confirmé la patiente lorsque le praticien l'a rencontrée en mars 2018.

## 6. Varices <sup>01768...Grèce</sup>

Un recteur d'université âgé de 42 ans souffrait de varices depuis 7 ans. Les veines de ses jambes étaient enflées et noir foncé. Lorsqu'il a rendu visite au praticien, les jambes étaient extrêmement douloureuses et une veine s'était tellement dilatée qu'elle s'est rompue. Comme il avait saigné, la jambe a été bandée et cela s'est transformé en ulcère. Le patient n'avait pas de diabète et il n'avait pas suivi d'autres traitements.

Le 23 mai 2017, il a reçu le remède suivant :

**#1. CC3.1 Heart tonic + CC3.7 circulation + CC21.11 Wounds & Abrasions...6TD** pendant 3 jours puis **TDS**

Le praticien est parti à l'étranger pour deux mois, de sorte qu'il n'y a pas eu de contact avec le patient, qui a bien poursuivi le traitement. À son retour en juillet 2017, le patient a signalé que l'ulcère avait complètement disparu en une semaine. Après deux mois de traitement vibrionics, son état général s'était amélioré de 80% en termes de douleur et de gonflement.

Comme désormais il n'y avait plus besoin de **CC21.11 Wounds & Abrasions** le remède a été changé :  
**#2. CC3.1 Heart tonic + CC3.7 circulation...OD**

Le praticien s'est de nouveau rendu à l'étranger et a rencontré le patient en février 2018. Il a ainsi reçu l'information que l'enflure et la douleur avaient disparu depuis longtemps et que le remède avait été arrêté. Lors d'un nouvel entretien en mai 2018, le patient a confirmé qu'il n'a jamais pris d'autres médicaments, qu'il n'y a pas eu de récurrence et qu'il va très bien.

### Commentaire de la Rédaction :

Lorsqu'un praticien s'absente pour une période prolongée, il est préférable qu'il prenne des dispositions pour que ses patients soient soignés par un autre praticien à proximité. Vérifiez avec le coordinateur national pour les détails des praticiens OU, si vous résidez en Inde, écrivez à l'équipe HealerInfo : [healerInfo@in.vibrionics.org](mailto:healerInfo@in.vibrionics.org).

## 7. Triple fracture de l'avant bras avec greffe osseuse <sup>03558...France</sup>



Le 12 novembre 2017, un médecin retraité de 64 ans a été renversé par une voiture alors qu'il était assis sur sa moto à l'arrêt. Il a eu le bassin fracturé et de graves blessures au bras droit. Il a été emmené à l'hôpital, mais il voulait aussi recevoir un traitement vibrionics. Une opération était prévue le 15 novembre pour fixer les os brisés, ce qui lui permettrait également de lui retirer la bosse disgracieuse de son poignet. Le patient était assez anxieux concernant cette opération.

On lui donna le combo suivant :

**#1. NM59 Pain + SR348 Cortisone + Potentised paracetamol 200C + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.7 Fractures + CC21.11 Wounds & Abrasions...QDS** dans de l'eau sauf à l'hôpital où il prendra directement les granules.

Le 8 décembre, le patient a signalé que vibrionics le soulageait. La douleur avait presque disparu malgré la chirurgie majeure et il a constaté une amélioration globale de 30 %. Les grandes incisions de son poignet guérissaient bien. Comme il n'avait pris des antalgiques que pendant quelques jours, et ensuite seulement vibrionics, il a conclu que vibrionics avait produit un très bon effet thérapeutique.



Le praticien a retiré les quatre premiers remèdes de #1 et a donné :  
**#2. CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.7 Fractures + CC21.11 Wounds & Abrasions...TDS**

Un mois plus tard, le 9 janvier 2018, le patient a fait état d'une nouvelle amélioration de 30%, bien que le cubitus ne fût pas encore assez solide. La dose de #2 a été réduite à **BD** pendant trois semaines, puis à **OD** pendant trois autres semaines.

Le 10 février, la consolidation osseuse était complète, il ne restait que les cicatrices. Il n'avait plus besoin de porter l'attelle et on lui a conseillé de prendre des précautions telles que d'éviter les mouvements trop brusques et de ne pas exercer une forte tension sur ce membre pendant un à deux mois. Il était très heureux de montrer son avant-bras droit parfaitement guéri et son poignet parfaitement lisse sans que cette horrible bosse ne lui rappelle l'accident.

### Témoignage du Patient :

Je me suis fait opérer le 15/11/2017 d'une triple ostéotomie de rallongement osseux, avec traitement de pseudarthrose de cals vicieux des deux os de l'avant bras droit. Avec greffe osseuse iliaque et prolongement des radius et cubitus de un centimètre chacun (pont osseux comblé par les greffons osseux iliaques).J'ai alors pris un traitement vibrionics ciblé donné par mon praticien, et l'ai suivi scrupuleusement, jusqu'à ce jour (10 février 2018). Pour le moment, je termine les derniers granules prescrits OD. La consolidation osseuse s'est faite totalement en trois mois. Les radiographies montrent une consolidation osseuse correspondant à six mois d'immobilisation ; donc un gain substantiel de trois mois au moins, alors qu'on pouvait même s'attendre, avec une telle greffe osseuse, à une non consolidation.L'immobilisation a été réalisée avec une résine de contention fermée également pendant trois mois. J'ai écrit ceci pour donner un témoignage de l'efficacité de la thérapeutique vibrionics, entre autres facteurs de guérison : entraînement musculaire sur immobilisation, alimentation équilibrée et saine. J'ai joint les radiographies de mon poignet fracturé avant la chirurgie et après le traitement.

### 8. Dysphagie 01001...Uruguay

Au cours de l'année écoulée, cette fillette de 8 ans a eu de la difficulté à avaler la nourriture qui lui restait coincée dans la gorge. D'une certaine façon, elle ne parvenait à manger qu'en buvant beaucoup d'eau, même si c'était difficile et douloureux. La patiente se sentait craintive et nerveuse à chaque repas par crainte de s'étouffer. Elle ne pouvait donc pas profiter de ses repas. Ces incidents se produisaient tous les jours. Elle n'avait pris aucun traitement.

Le 15 février 2018, elle a reçu le remède suivant :

**CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.4 Constipation + CC4.10 Indigestion + CC10.1 Emergencies + CC12.2 Child tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic... BD** dans de l'eau

Après avoir pris une seule dose, elle n'eut plus aucune difficulté à avaler la nourriture et depuis, elle peut apprécier ses repas. En mars 2018, l'enfant continuait à prendre le remède à **BD**.

### Commentaires de la patiente :

Je suis très heureuse parce que ce médicament m'a guérie. Je ne souffre plus en mangeant. Auparavant, je devais tenir un verre d'eau pendant les repas parce que j'avais peur que de la nourriture reste coincée dans ma gorge.

**Commentaires récents de son enseignant :** La fillette n'est plus anxieuse et, de ce fait, c'est une enfant plus calme maintenant. Elle est un exemple pour les autres enfants de sa classe ; elle aide ses camarades à résoudre des problèmes. Elle n'a plus jamais eu de soucis pour avaler de la nourriture.

## 9. Dépression, dyspepsie et constipation <sup>11581...Inde</sup>

Une femme de 64 ans est devenue anxieuse et dépressive à la suite de la mort subite de son mari en 1990. En raison de son anxiété, elle a développé un déséquilibre psychologique se traduisant par une dyspepsie et de la constipation et elle a vécu tout cela durant 15 longues années. Elle ne souffre ni de diabète ni d'hypertension. Elle prenait des médicaments allopathiques contre la dépression, les flatulences, l'acidité et la constipation. En raison de la prise quotidienne ininterrompue et ce pendant plusieurs années, il semble qu'elle soit devenue résistante aux médicaments mentionnés ci-dessus. Elle était livide et sans enthousiasme dans la vie. Son fils l'a amenée chez le praticien qui lui a insufflé une force morale et l'a encouragée à avoir foi en Dieu, ce qui lui serait assurément utile. La patiente s'est montrée très coopérative et a accepté de prendre les remèdes prescrits.

Le 23 juin 2017, on lui a donné :

**# 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 Psychiatric disorders + CC15.6 Sleep disorders + CC17.2 Cleansing + CC17.3 Brain & Memory tonic...TDS**

Après un mois, la patiente a ressenti une amélioration de 40% de sa santé émotionnelle. Elle a donc cessé de prendre tous les médicaments allopathiques. Elle a continué **#1** et **#2** pendant 3 mois.

Le 6 octobre 2017, elle a fait état d'une amélioration de 100% de sa santé émotionnelle et de 80% de soulagement de la dyspepsie et de la constipation. Le dosage de **#2** a été réduit à **BD** jusqu'au 3 février 2018 et ensuite à **OD** pendant un mois. Le 3 mars, il a été réduit à **OW** avant d'arrêter le remède le 9 mai 2018.

Pour la dyspepsie, il y eut une amélioration supplémentaire de 90% après un mois, de sorte que le dosage de **#1** fut réduit à **BD** qu'elle a continué par crainte d'une rechute jusqu'à sa visite du 9 mai. La patiente se sentait en meilleure santé physique et mentale, ce qui l'a incitée à modifier son mode de vie.

+++++

## 10. Polyarthrite psoriasique <sup>11590...Inde</sup>

Une femme de 33 ans a développé une plaque de psoriasis sur son cuir chevelu il y a sept ans, un an après la naissance de son fils autiste. La patiente associe sa maladie au traumatisme mental de la naissance d'un enfant autiste. Elle a utilisé une pommade allopathique pendant 4 ans qui a empêché la progression de la lésion sur le cuir chevelu mais il y a 3 ans, de nouvelles lésions sont apparues sur son cou et ses mains et 2ans plus tard, sur ses jambes. Les lésions présentaient des croûtes qui provoquaient des démangeaisons. Pendant l'hiver, son état s'est aggravé car la peau est devenue très sèche. À l'occasion, elle utilisait une pommade de stéroïdes lorsque les démangeaisons devenaient insupportables.

En outre, il y a 1½ an elle a vécu une grossesse extra-utérine et de l'arthrite est apparue peu après cet événement. Elle a donc commencé à ressentir des douleurs au genou, les articulations de la hanche devinrent douloureuses et enflées. Il y a un mois, la douleur s'est étendue à l'articulation du coude. Pendant ces 7 années, elle avait aussi souffert de troubles du sommeil.

Le 7 janvier 2018, elle reçut les combos suivants :

**#1. CC10.1 Emergencies + CC15.2 Psychiatric disorders + CC20.3 Arthritis + CC21.10 Psoriasis...TDS**

**#2. CC10.1 Emergencies + CC21.10 Psoriasis...TDS** dans de l'eau en application locale

**#3. CC15.6 Sleep disorders...OD** avant le coucher

Elle ne prenait aucun autre traitement. Après une semaine, la patiente a fait état d'un soulagement de 30 % des douleurs articulaires et de 20 % des démangeaisons et des croûtes et elle dormait bien.

Un mois après le traitement, elle sentait une amélioration de 90% des douleurs articulaires, il n'y avait pas de gonflement des genoux, la taille des lésions sur le cou, les mains et les jambes avait diminué de 50% et les démangeaisons et les croûtes avaient complètement disparu de toutes les lésions. En 2 mois, les douleurs articulaires avaient totalement disparu et les lésions avaient diminué de 70%. Aucune nouvelle lésion n'est apparue. A compter du 15 mai 2018, la patiente a été à 100% à l'aise et très heureuse et veut continuer de prendre le remède à TDS. Au début, elle était réticente à vouloir prendre un remède vibro pour son fils, mais maintenant, après sa propre guérison, elle a demandé un traitement vibro pour lui !

+++++



## 11. Règles irrégulières <sup>11589...Inde</sup>

Une femme de 32 ans a consulté le praticien car depuis sa puberté elle avait des règles irrégulières et douloureuses. Celles-ci étaient caractérisées par des saignements abondants se prolongeant sur une période de 9-10 jours, une forte odeur et des douleurs menstruelles. Elle eu même un retard de cycle menstruel qui a atteint 40-45 jours au lieu des 28 jours normaux. Elle eut recours à des médicaments allopathiques, ayurvédiques et homéopathiques à divers moments, mais sans succès.

Le 19 juillet 2017, on lui a donné :

**CC3.7 Circulation + CC8.1 Female tonic + CC8.8 Menses Irregular + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS** dans de l'eau

Après avoir commencé le remède, la patiente a signalé des douleurs abdominales (possible pullout), mais elle a constaté une amélioration de ses douleurs menstruelles. En 3 mois, tous ses symptômes avaient complètement disparu et les saignements étaient devenus normaux et duraient de 4 à 5 jours. Le même dosage a été maintenu pendant deux mois encore, après lesquels le cycle menstruel s'est régularisé à 28 jours. Par conséquent, le dosage a été réduit à **BD** pendant deux mois, puis à **OD** dosage qu'elle poursuit actuellement comme prophylactique.

## 12. Stress des examens <sup>11590...Inde</sup>

Une étudiante en médecine de 17 ans était extrêmement stressée par ses examens finaux à venir. Elle étudiait de longues heures, mais depuis deux semaines, elle avait de la difficulté à se souvenir de ce qu'elle lisait. Lorsqu'elle a consulté le praticien le 1er décembre 2017, elle s'est plainte de troubles du sommeil, d'un manque de concentration et d'une mauvaise mémoire due au stress.

On lui a donné le combo suivant :

**CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic...TDS** dans de l'eau

Dès le premier jour de prise du remède, la patiente a bien dormi. Elle a pu davantage se concentrer et bien étudier au cours des 25 jours suivants et terminer ses examens l'esprit tranquille. Elle se sentait en confiance pour se souvenir de toutes les réponses pendant ses examens et elle a été reçue brillamment.

La patiente a pris le remède pendant toute la durée des examens, puis le remède a été réduit à **OD** avant d'arrêter le 31 décembre 2017.

## ❧ Questions - Réponses ❧

1. *Question : Si un patient atteint d'une maladie grave (p. ex. essoufflement, saignement excessif ou blessure grave) vient pour un traitement vibro, puis-je lui recommander d'aller consulter un médecin pour un traitement allopathique ?*

*Réponse :* S'il s'agit d'une urgence ou si l'état du patient semble être grave, donnez d'abord un remède vibro approprié, puis conseillez au patient de consulter le médecin ou de se rendre à l'hôpital le plus proche. Cependant, vous n'êtes pas qualifié pour recommander un traitement allopathique.

2. *Question : Peut-on traiter une maladie suspectée avant même qu'elle ne soit diagnostiquée ?*

*Réponse :* Oui, elle peut être traitée avec un remède vibro car les vibrations sont totalement inoffensives. Dans tous les cas, tous les remèdes vibro agissent en prophylaxie. De plus, si le diagnostic confirme la suspicion, le remède aura déjà commencé à agir.

3. *Question : Comment puis-je aider mon patient atteint de colite ulcéreuse qui n'a pas répondu au traitement de **CC4.6 Diarrhoea**, ni à la Prednisolone potentialisée (un stéroïde) qu'il prenait.*

*Réponse :* Plusieurs praticiens ont trouvé qu'un nosode fait à partir des selles du patient à 1M est très efficace. Notez que nous recommandons maintenant une puissance de 1M au lieu de 200C. Toute rétroaction sur vos résultats sera appréciée. *Avertissement :* Veuillez faire preuve d'une grande prudence lors de la manipulation de toute matière morbide provenant du patient.

4. *Question : Je préparais SR341 Alfalfa + SM39 Tension sur la machine SRHVP. En utilisant une goutte d'alcool, j'ai d'abord fait SR341Alfafa à 200C. Puis pour ajouter SM39 Tension, j'ai réglé le cadran sur (1)000 pour une puissance de 10MM nécessaire à Tension. Comme le réglage du cadran pour la neutralisation est également (1)000, mon doute est de savoir si cette action neutralisera le remède Alfalfa précédemment fabriqué ?*

*Réponse :* Vous serez heureux d'apprendre qu'il ne neutralisera pas la vibration précédente dans le flacon car au moment du réglage de la puissance (1)000, le tube remède n'est pas dans l'orifice. Comme vous insérerez ensuite la carte SM39 dans la fente avant de remettre le tube dans l'orifice, ce sera la vibration de cette carte qui sera infusée dans la goutte d'alcool !

5. *Question : Est-il sans risque d'utiliser un genre de désodorisant électrique dans la pièce où sont conservés les remèdes et les produits vibro ?*

*Réponse :* L'air frais est ce qu'il y a de mieux. Si vous devez utiliser un désodorisant, utilisez un vaporisateur naturel, non aérosol ou une bougie pure sans métal dans la mèche, ou une huile essentielle pure. Les déodorisants électriques sont synthétiques, ils ne sont pas bons ni pour la pièce, la santé des habitants ou les vibrations.

6. *Question : La santé d'un patient s'améliore-t-elle globalement lorsqu'il prend un nosode de cheveux ?*

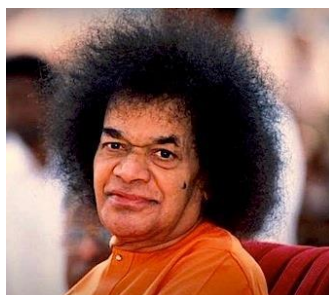
*Réponse :* Oui. Un nosode de cheveux, fait spécifiquement pour les problèmes de cheveux, devrait également avoir comme conséquence une amélioration globale de la santé d'une personne. En effet, le cheveu contient toute la signature d'un être, qu'il soit humain ou animal.

7. *Question : A quel âge peut-on arrêter d'utiliser CC12.2 Child tonic et commencer à donner CC12.1 Adult tonic ?*

*Réponse :* Tout dépend de la croissance et de la santé des enfants. Certainement à partir de la puberté établie, nous pouvons arrêter d'utiliser Child tonic mais c'est différent pour chaque adolescent. Avant de commencer **Adult tonic**, il serait utile de donner un traitement de **BR16 Female/BR17 Male** pendant 3 mois - **BD** le premier mois et **OD la nuit** pendant les deux derniers mois.

8. *Question : Si un patient prend plus d'un combo, peut-on les mélanger ensemble dans l'eau et les prendre ? Si oui, alors pourquoi devons-nous attendre 5 minutes entre les combos ?*

*Réponse :* Précédemment, nous avons recommandé 5 minutes entre les combos pour que le 1er ait une chance d'être absorbé par la partie appropriée du corps. Sur la base de notre expérience récente, nous avons conclu que si nous combinons dans l'eau les combos et les remèdes (leur dosage doit bien sûr être le même), leur efficacité ne sera pas réduite de beaucoup. Après avoir pris en considération le fait que les patients préfèrent prendre moins de flacons, nous recommandons maintenant que **la plupart** des combos et des remèdes puissent être pris ensemble. Par contre, fin d'en tirer le maximum d'avantages, les remèdes/combo agissant en profondeur, comme un miasme, un nosode ou un remède constitutionnel, qui agissent sur l'esprit et les émotions (habituellement à une puissance de plus de 200C) ne devraient pas être combinés avec d'autres combos. Il est plus sûr d'avoir un espace temps de 30 minutes entre les prises.



## ☯ Paroles Divines du Maître Guérisseur ☯

*"La plus grande maladie (ou absence de bien-être) est l'absence de santhi (paix) ; quand l'esprit obtient la paix, le corps aura aussi la santé. Ainsi, tous ceux qui aspirent à une bonne santé doivent*

*prêter attention aux émotions, aux sentiments et aux motifs qui animent l'individu. Tout comme vous donnez des vêtements à laver, vous devez laver l'esprit de la saleté encore et encore ; sinon, si la saleté s'accumule et que vous formez une "habitude"<sup>2</sup>, ce sera difficile pour le dhobi (laveur) et néfaste pour les vêtements. Cela devrait être un processus quotidien ; vous devriez vous assurer qu'aucune saleté ne s'installe dans votre esprit ; c'est-à-dire, vous devez choisir dans quelle compagnie vous évoluez pour éviter la saleté. Fausseté, injustice, indiscipline, cruauté, haine - ceux-là créent la saleté ; Sathya, Dharma, Santhi, Prema (Vérité, Justice, Paix, Amour) – ceux-ci sont les éléments propres. Si vous inhalez l'air pur de ces derniers, votre esprit sera libre de bacilles maléfiques et vous serez mentalement solide et physiquement fort".*

... Sathya Sai Baba, " The Best Tonic" Discourse 21 September 1960  
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume01/sss01-28.pdf>

+++++  
*"Le phénomène le plus rare dans cet Univers est d'être un contemporain de l'Avatar Vivant... Et Swami a poursuivi en disant que même plus rare que de vivre avec l'Avatar est de connaître l'Avatar Vivant... Et encore plus rare que de connaître l'Avatar est d'aimer le Seigneur sous forme humaine et encore plus rare et probablement le plus rare de tout dans cet Univers est d'avoir une chance de servir Le Seigneur."*

... Sathya Sai Baba, Conversations with Students in Kodaikanal  
<http://www.theprasanthereporter.org/2013/07/follow-his-footprints/>

\*\*\*\*\*  

## ☪ Annonces ☪

### Ateliers programmés

- ❖ **USA Richmond VA** : Atelier AVP 22-24 juin 2018, contact Susan à [trainer1@us.vibrionics.org](mailto:trainer1@us.vibrionics.org)
- ❖ **Inde Puttapparthi** : Atelier AVP 22-26 juillet 2018, contact Lalitha à [elay54@yahoo.com](mailto:elay54@yahoo.com) ou par téléphone au 8500-676 092
- ❖ **France Perpignan** : Atelier AVP et Séminaire de remise à niveau 8-10 septembre 2018, contact Danielle à [trainer1@fr.vibrionics.org](mailto:trainer1@fr.vibrionics.org)
- ❖ **Inde Puttapparthi** : Atelier AVP 18-22 novembre 2018, contact Lalitha à [elay54@yahoo.com](mailto:elay54@yahoo.com) ou par téléphone au 8500-676 092
- ❖ **Inde Puttapparthi** : Atelier SVP 24-28 novembre 2018, contact Hem à [99sairam@vibrionics.org](mailto:99sairam@vibrionics.org)

\*\*\*\*\*  

## ☪ Supplément ☪

### 1. Conseils de santé

#### Réveillez-vous à bien dormir !

*" On devrait avoir un sommeil profond pendant la nuit.<sup>1</sup> L'oubli s'installe si l'on dort plus longtemps que nécessaire. Par conséquent, l'oubli ne vient pas avec l'âge, mais à cause d'un sommeil qui dépasse le temps nécessaire.<sup>2</sup>"....Sri Sathya Sai Baba*

*Chaque nuit, quand je vais dormir, je meurs. Et le lendemain matin, quand je me réveille, je renais.  
...Mahatma Gandhi*

#### 1. Le sommeil est important<sup>3-6</sup>

Le sommeil est un élément précieux pour nous. C'est une nécessité, pas un luxe.<sup>3</sup> Quand on se réveille le matin reposé et paisible, nous disons : "J'ai bien dormi". Le sommeil a un impact sur notre vie quotidienne en tous points. Cela se reflète dans notre apparence, notre réceptivité, notre comportement et la façon dont nous accomplissons nos tâches.<sup>4</sup> Nous réalisons son importance lorsque nous sommes privés d'un bon sommeil nocturne à tout moment.<sup>5</sup> Plusieurs structures du cerveau sont impliquées dans le sommeil.<sup>6</sup> Nous devons être conscients de notre horloge intérieure et de ce qui se passe lorsque nous dormons.

## 2. Connaître son cycle du sommeil<sup>3,4,6-8</sup>

Un sommeil réparateur a un cycle en quatre étapes. La **phase 1** est une phase de sommeil léger entre l'éveil et l'endormissement. Lors de la **phase 2**, nous nous dissocions de notre environnement ; la respiration, la fréquence cardiaque et la pression artérielle ralentissent et la température corporelle chute. Puis, nous nous débranchons graduellement du monde et entrons dans la **phase 3** du sommeil profond (appelé SWS, sommeil lent)<sup>7</sup> lorsque le corps et le cerveau se reposent et que le sang est redirigé vers les muscles. Cette étape est cruciale pour la reconstitution physique et le rechargement, la régulation hormonale, le renforcement de l'immunité et la croissance.

La **phase 4** appelée **REM** (mouvement rapide des yeux) est cruciale pour les facultés cognitives et la mémoire. Dans cette étape, le cerveau catalogue et nettoie les expériences de la veille, efface les indésirables, améliore notre mémoire, notre humeur et notre vigilance. Le rêve se produit souvent à ce stade. Quand on interrompt notre sommeil, c'est le sommeil paradoxal qui en souffre le plus.

Nous faisons l'expérience de 3 ou 4 cycles de ces quatre phases pendant une nuit complète de sommeil, chacun d'une durée de 60 à 90 minutes. Le sommeil profond, qui représente environ 20 % de notre sommeil total, se produit pendant de plus longues périodes au cours de la première moitié de la nuit. Le sommeil paradoxal REM augmente au fur et à mesure que la nuit progresse. Le cycle du sommeil n'est pas une science exacte et peut ne pas être le même pour tout le monde, et peut ne pas être le même chaque nuit pour la même personne. Cela dépend de l'environnement, du style de vie et de l'état de santé.

## 3. Quelle est la quantité de sommeil appropriée ?<sup>2,6,9-12</sup>

Le sommeil ne doit être ni trop court ni trop long. Il ne peut y avoir une seule formule "adaptée à tous". Les nourrissons ont besoin de 22 heures de sommeil. Le nombre d'heures de sommeil diminue au fur et à mesure que l'enfant grandit. Pour les enfants âgés de 5 à 12 ans, dix heures de sommeil sont essentielles. Ensuite, jusqu'à l'âge de 32 ans, on a besoin de 7 à 8 heures de sommeil.<sup>2</sup> Cela dépend aussi de notre niveau d'activité. Avec l'âge et un rythme de vie détendu, le rythme du sommeil peut varier. Nous devons l'élaborer et laisser le corps décider de la quantité de sommeil dont il a besoin.<sup>6,9,10</sup>

Le fait de dormir et de se réveiller à peu près à la même heure est aussi important que le nombre d'heures de sommeil.<sup>11-12</sup> C'était une tradition en Inde d'aller dormir avant 21h30 et de se réveiller vers 4h30 tous les jours pour rester en bonne santé et en harmonie avec la nature et son horloge biologique intérieure.<sup>2</sup> Un horaire régulier de coucher et de réveil maintient alerte et améliore les performances, selon certaines recherches effectuées sur des étudiants.<sup>11-12</sup>

Selon une découverte scientifique récente on devrait suivre son l'horloge intérieure.<sup>13-15</sup> Trois lauréats du prix Nobel 2017 en physiologie/médecine ont élucidé le mystère et l'importance de notre horloge biologique interne (connue sous le nom de rythme circadien) en découvrant et en isolant les gènes qui entraînent le mécanisme circadien chez les êtres vivants. Notre horloge intérieure adapte notre physiologie aux différentes phases et fluctuations de la journée avec une précision remarquable en accord avec le rythme terrestre du jour et de la nuit. Il est aussi fondamental que notre respiration et régule les fonctions essentielles comme le comportement, les niveaux d'hormones, le cycle du sommeil, la température corporelle et le métabolisme. Notre bien-être est affecté lorsqu'il y a un décalage temporaire entre l'environnement externe et cette horloge biologique interne, par exemple, lors d'un décalage horaire. La discordance chronique entre notre mode de vie et le rythme dicté par notre chronométrateur intérieur est associée à un risque accru de diverses maladies.

## 4. Perspective holistique du sommeil<sup>2,10,16-17</sup>

Il existe un point de vue selon lequel la façon idéale de bien vivre sa vie est de dormir le moins possible et de se sentir à l'aise le reste du temps. Le corps humain a besoin de repos et le sommeil n'est qu'une forme de repos. Le " repos " implique que nous changions l'équation énergétique en nous en diminuant notre consommation pour nous sentir rajeunis. Si nous nous détendons consciemment, même si nous sommes actifs pendant la journée, nous ne nous sentirons pas fatigués et notre besoin de sommeil diminuera.

Cela peut ne pas être possible pour un être humain moyen en raison de l'inertie dans le corps et de l'incapacité à rester en paix avec soi-même en raison de diverses considérations matérielles qui tournent dans le mental. Un corps-esprit épuisé s'endormirait à la première occasion, car c'est la seule façon pour lui de se reposer. Nous devons d'abord améliorer la qualité de notre vie pour améliorer la qualité du sommeil. Si nous dormons bien, nous vivons bien. Un corps bien reposé se réveillerait naturellement sans avoir besoin d'une alarme.<sup>16-17</sup>

## 5. Conseils pour bien dormir et bien se réveiller [2,3,6,9,10,18-24

- \* Laissez la digestion du repas se faire avant d'aller dormir. Cela signifie également que ni les boissons ni aucun autre stimulant ne doit être pris le soir afin de permettre au corps d'être dans son propre rythme.<sup>3,6,9,18,20</sup>
- \* Vous pouvez prendre une douche avant d'aller dormir pour purifier l'énergie intérieure et induire un sommeil profond. Une promenade à l'air frais peut aider.<sup>6,18</sup>
- \* Buvez un verre d'eau avant d'aller au lit.<sup>18</sup>
- \* Tenez à l'écart de votre chevet tous les gadgets modernes et autres accessoires.<sup>3,6,9,20</sup>
- \* Vous pouvez allumer dans la chambre une bougie ou une lampe avec une mèche de coton et de l'huile biologique pour purifier l'environnement.<sup>18</sup>
- \* Dormez sur le côté gauche pour stimuler les systèmes digestif, cardiaque et lymphatique. Ne jamais dormir avec la tête vers le nord quand on est dans l'hémisphère nord et vice versa, car l'attraction magnétique fera affluer du sang excédentaire vers le cerveau et, par conséquent, exercera une pression sur lui.<sup>18,22,23</sup>
- \* Laissez le sommeil prendre le dessus. Il ne faut pas prendre l'habitude de rester éveillé longtemps pendant la nuit sous prétexte d'une charge de travail ou d'avoir à respecter les impératifs. Se dissocier du travail et des activités de la journée et des identifications que l'on porte dans le mental. Cela devient plus facile si l'on lit, médite, chante et fait de profondes respirations détendues ou toute autre pratique spirituelle pour être en accord avec son moi intérieur. Il est bon de se rappeler chaque nuit que personne ne sait avec certitude si l'on se réveillera le lendemain, car des millions de personnes quittent la planète terre chaque jour, pour ensuite se débarrasser de tous les bagages de leur tête.<sup>2,18,20</sup>
- \* Établissez un horaire pour aller dormir et vous réveiller à la même heure tous les jours.<sup>6,9,19,24</sup>
- \* Réveillez-vous en souriant. Frottez les paumes des mains plusieurs fois et placez-les sur vos yeux pour que les terminaisons nerveuses des mains réveillent les systèmes du corps d'une manière naturelle. Puis levez-vous après avoir roulé sur le côté droit pour qu'il n'y ait pas de pression sur le cœur.<sup>18,21</sup>
- \* Les aînés peuvent faire une sieste après le déjeuner ou à la mi-journée pendant au plus 10 à 20 minutes pour recharger le complexe corps-esprit pendant la journée. Les jeunes devraient simplement s'asseoir les yeux fermés pendant cinq minutes après le déjeuner, car le sang se précipite de la tête vers le système digestif, induisant la somnolence.<sup>2</sup>
- \* Adoptez un mode de vie et un régime alimentaire appropriés couplés à des pratiques spirituelles régulières comme la méditation pour calmer le corps et l'esprit et améliorer la qualité de vie.<sup>24</sup> Les exigences en matière de sommeil diminueront graduellement jusqu'au minimum nécessaire, donnant plus de temps productif pour poursuivre et atteindre le but de la vie.<sup>10,17,18,20</sup>

## 6. Adopter des mesures pour prévenir les troubles du sommeil<sup>5,25,26,26</sup>

**Indicateurs clés du manque de sommeil :** Personne n'apprécierait l'idée d'être conduit par un chauffeur ou opéré par un chirurgien qui ont été privés de sommeil. Le manque de sommeil a souvent été lié aux sautes d'humeur, à l'irritation, à la colère, à la dépression, au manque de vigilance, au manque de clarté et à l'incapacité de penser et de fonctionner efficacement. Si cette accumulation se poursuit, la personne est sujette aux affections et peut contracter des maladies dévastatrices. Des études expérimentales novatrices ont prouvé que le sommeil est une fonction vitale ; la privation continue de sommeil - un véritable supplice - provoque un déclin physique et mental au point d'endommager les facultés cognitives.<sup>25-26</sup>

**Troubles du sommeil<sup>27</sup> :** Il est nécessaire d'être conscient de ses besoins en sommeil et de ses limites et donc de prendre de bonnes habitudes à temps afin de mener une vie saine en accord avec son horloge biologique. Si on les ignore, des troubles du sommeil peuvent survenir et prendre diverses formes. Par exemple, une incapacité à s'endormir ou à se maintenir endormi (insomnie), des troubles respiratoires liés au sommeil (apnée du sommeil, ronflement, etc.), des périodes de sommeil qui ne correspondent pas à l'horloge biologique de 24 heures (troubles du rythme circadien sommeil-éveil). Un trouble peut être temporaire, comme le décalage horaire ou les horaires de travail, ou il peut découler d'habitudes et d'un mode de vie ou d'un problème de santé. Il faut consulter un médecin pour y remédier à temps.

**Sai Vibrionics**, bénie par Sathya Sai Baba, offre des remèdes contre le décalage horaire ainsi que toutes sortes de troubles du sommeil. Les praticiens peuvent se référer aux livres '108 Common Combos' ou 'Vibrionics 2016'.

## Références et Liens :

1. <https://www.sathyasai.org/discour/2007/d070115.pdf>
2. [https://sathyasaiwithstudents.blogspot.in/2014/03/three-point-personal-lifestyle-charter\\_20.html#.WtF6SSN97x4](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](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](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](https://www.youtube.com/watch?v=zs3bps_dX9Y)
17. Sleep is a form of Rest [https://www.youtube.com/watch?v=X\\_fHa73\\_nOg](https://www.youtube.com/watch?v=X_fHa73_nOg)
18. Tips to sleep and wake up well: <https://www.youtube.com/watch?v=WPzncqemo8>
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=UbEIZBptFZg>
23. <https://lifespaspa.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. Chennai, Inde – Atelier de remise à niveau d'une journée : 15 avril 2018

Un atelier de remise à niveau d'une journée animé par l'enseignante Vibrionics<sup>1422</sup> a été suivi par 8



praticiens. Comme d'habitude, ils ont partagé leurs cas réussis et ont fait le point sur des cas difficiles. On leur a demandé à l'avance de parcourir les 12 derniers bulletins d'information sur la base desquels un quiz a été organisé. Dans cette séance hautement interactive, les questions provenaient principalement de la section Question-Réponses. Cela s'est avéré être le point culminant de la journée. Certains ont accepté de prendre des cours à la maison, après un entretien avec le Dr Aggarwal sur skype :

- s'efforcer de travailler davantage avec le cœur qu'avec la tête.
- penser en termes de service aux plantes et aux animaux, car ils n'ont pas de mental et sont très réceptifs à vibrionics.
- Assurer l'enregistrement complet et en temps opportun des cas des patients pour d'authentiques dossiers de cas traités qui sont essentiels à la croissance de vibrionics.
- prier intensément avec intention et dévotion pour les patients et maintenir Swami dans le cœur tout en rédigeant les prescriptions.
- Toujours se rappeler que Swami est le Guérisseur et que nous ne sommes que Ses humbles instruments !

## 3. Atelier AVP en Italie - Réflexions des participants après la qualification

"Venant de différentes régions d'Italie, nous avons commencé notre cours en ligne le 26 janvier 2018. Nous considérons notre voyage Vibrionics comme une merveilleuse aventure. Comme nous n'avons pas étudié de manière formelle depuis des décennies, nous avons peur de reprendre nos études à cet âge. Cependant, nous avons trouvé que le matériel d'étude et la méthode d'enseignement étaient présentés d'une manière efficace et intelligente.

Ce qui nous a le plus aidé, c'est la joie, la fraîcheur et l'amour du **Trainer** <sup>02566.... Italie</sup> qui non seulement nous a transmis efficacement le contenu du cours mais a aussi exprimé sa passion à l'égard de vibrionics pour nous aider à devenir des praticiens honorables et consciencieux.

Pendant 2 mois, nous avons été en contact permanent. Chaque semaine, notre formatrice nous envoyait un chapitre du livre à étudier et à lire et écrire plusieurs fois dans notre cahier d'exercices personnel. Au bout de 2 jours, elle envoyait des questions sur le chapitre que nous avons étudié, et nous écrivions les réponses. Les vendredis et samedis, nous nous rencontrions sur Skype. Pendant 2 heures, nous avons corrigé nos erreurs et nous avons travaillé pour mieux comprendre le texte et échanger nos réflexions et nos idées. Après 2 mois, nous nous sommes réunis pour recevoir notre formation pratique. Nous avons passé deux jours entiers en contact étroit avec notre formateur et deux heures sur skype avec le Dr Aggarwal....Une expérience fantastique !!!!!!! !

Nous sommes rentrés chez nous avec beaucoup d'enthousiasme. Les résultats ont été excellents et immédiatement perceptibles pour nous. Notre plus grande surprise est venue de toutes les personnes qui ont reçu leur premier traitement. Ils ont été étonnés d'apprendre que les remèdes ne leur coûtaient rien, qu'ils étaient tous gratuits. Dans notre culture, nous sommes habitués à payer pour tout et on ne peut pas imaginer recevoir un traitement sans que ce soit un commerce et sans profit. Grâce à cette méthode de formation, nous avons été pleinement introduits dans le monde désintéressé de Vibrionics.

Pour nous, c'est le début d'un voyage vers l'harmonie entre la nature et la Divinité !

**Om Sai Ram**

*Sai Vibrionics*... vers une excellente médecine – gratuite pour les patients