

Sai Vibrionics Newsletter

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 12 Numéro 5

Sept/Oct 2021

Dans ce numéro

☞ Depuis le bureau du Dr Jit K Aggarwal	1 - 2
☞ Profils de Praticiens	2 – 5
☞ Etude de cas utilisant les Combos	5 – 11
☞ Questions réponses	11 – 13
☞ Paroles divines du Maître Guérisseur	13
☞ Annonces	13
☞ Supplément	13 – 21

☞ Depuis le bureau du Dr Jit K Aggarwal ☞

Chers praticiens

C'est l'une des périodes les plus propices et les plus festives de l'année. Nous venons tout juste de célébrer deux fêtes importantes - Onam et Krishna Janmashtami, qui, dans des circonstances normales, auraient été célébrées à Prashanti Nilayam avec beaucoup d'énergie et d'enthousiasme. Mais si la pandémie nous a appris quelque chose, c'est que le moment est venu de nous tourner vers l'intérieur. Il y a beaucoup à apprendre de ces deux festivals. Ces 2 fêtes sont le symbole de l'esprit d'amour, du sacrifice et surtout, du service désintéressé. Swami dit : "Considérez toutes les activités comme une offrande à Dieu et tout travail comme le travail de Dieu. Tout comme deux ailes sont essentielles pour qu'un oiseau puisse s'élever dans le ciel, et deux roues pour qu'une bicyclette puisse se déplacer, prema (amour) et seva (service) sont essentiels pour que l'homme atteigne sa destination. Il n'y a aucun avantage à rendre un service sans amour. N'attendez aucun retour pour vos actes de service. La satisfaction que vous tirez du service rendu est en soi une récompense." - Sathya Sai Baba, Discours de Krishna Jayanti, 3 septembre 1999. Comme vous le savez tous, la mission de Sai vibrionics est basée sur ces mêmes prémisses de service désintéressé et d'amour inconditionnel !

Je suis ravi de partager avec vous le fait que nos frères et sœurs ont créé le Cercle Vibrionics des Praticiens d'Amérique du Nord ("vCNAP"), un réseau de communication sécurisé et privé pour les praticiens des Etats-Unis, du Canada, de la Guyane et de Trinidad. Cette étape importante est l'aboutissement des efforts incessants de la coordinatrice pour l'Amérique du Nord, avec le soutien technique du praticien ⁰²⁸⁴⁴, pour créer une plateforme hautement collaborative et enrichissante pour l'échange d'idées, les questions-réponses, l'inspiration, les leelas de Swami, les annonces en direct, les demandes de prière, et bien d'autres fonctionnalités passionnantes. Ce réseau qui remplace les appels zoom mensuels est suivi quotidiennement et les réponses aux questions des praticiens sont apportées par un groupe de trois SVP expérimentés et publiées sur le forum pour le bénéfice de tous les praticiens de cette région.

La troisième vague de la pandémie étant maîtrisée en Inde, la demande de notre Immunity Booster **IB** a commencé à ralentir. Néanmoins, la distribution de l'**IB** à Puttaparthi se poursuit avec beaucoup de vigueur grâce aux praticiens locaux et à l'administration vibrionics, soutenus par d'autres bénévoles. Le praticien ⁰²⁸³⁵ d'Orissa, qui a préparé 550 tubes de **IB** pour être distribués dans les plus brefs délais, mérite une mention spéciale. Au moment où nous mettons sous presse, le nombre total de bénéficiaires de l'**IB** en Inde s'élève à **487 089**. De plus, avec l'assouplissement des restrictions dans de nombreuses régions de l'Inde, nous voyons des praticiens planifier des camps sur place et relancer des cliniques. J'encourage vivement les praticiens à participer aux camps médicaux organisés par l'Organisation Sai pour atteindre les populations, en prenant toutes les précautions nécessaires pour la sécurité. Nous attendons avec impatience de recevoir vos rapports et d'entendre parler de vos expériences sur le terrain.

Notre initiative de diffusion à distance (broadcasting) a très bien fonctionné pendant la pandémie et connaît, en fait, une forte augmentation des demandes de diffusion, principalement à partir de notre nouveau site Web optimisé. Je demande à tous les praticiens disposant d'un appareil SRHVP de se porter volontaires pour ce service. Nous avons finalisé la procédure opérationnelle standard (SOP) et les instructions de diffusion qui seront bientôt envoyées aux praticiens volontaires. Je demande également à tous les praticiens qui n'ont pas de SRHVP d'adresser leurs demandes de diffusion à leurs coordinateurs régionaux.

Conformément à notre mission d'amener Sai vibrionics aux populations, nous devons identifier et former les membres de notre communauté Sai locale qui sont prêts à servir dans les camps et les centres communautaires de leur quartier et des villages voisins. En conséquence, nous avons créé une nouvelle catégorie de porteurs de flambeau vibrionics, les Assistants Praticiens, pour lesquels nous avons conçu un processus d'admission plus simple et plus rapide qui est suivi d'un e-cours et d'un atelier de formation dans leur langue vernaculaire. Tous les praticiens sont priés de trouver des candidats potentiels et de les mettre en contact avec nous. Nous sommes en train de sélectionner le premier groupe de candidats qui suivra une formation en hindi lors d'un atelier prévu en décembre 2021.

L'année a été fructueuse pour notre "campagne d'information", puisque nous avons organisé plusieurs webinaires interactifs de sensibilisation. Nous avons eu l'honneur de nous associer à la célèbre Chinmaya Mission de Delhi-NCR pour l'une de ces conférences de sensibilisation. J'ai le plaisir de vous annoncer que la conférence a été très bien accueillie et qu'elle a été suivie d'une séance de questions-réponses intéressante et stimulante, ouvrant des perspectives pour l'avenir. Afin de stimuler la mission de Sai Vibrionics, nous proposons que tous les coordinateurs régionaux de Vibrionics se mettent en contact avec leurs coordinateurs nationaux respectifs pour organiser des conférences similaires pour les fidèles de Sai sur des plateformes virtuelles appropriées. Nous sommes toujours heureux de vous apporter toute l'aide dont vous pourriez avoir besoin pour faciliter de tels programmes. Vous pouvez nous envoyer un courriel à admin2@vibrionics.org pour de plus amples informations.

Comme toujours, j'aimerais demander humblement à tous les praticiens d'envoyer davantage de témoignages de patients (audio, vidéo, texte). Notre organisation s'appuie fortement sur l'expérience des praticiens et plus la contribution de chacun d'entre vous sera importante, plus nous apprendrons et grandirons collectivement.

Je vous souhaite à tous des moments enrichissants à venir. Soyez prudents et continuez à faire du très bon travail !

Dans le service aimant à Sai

Jit K Aggarwal

☞ Profils de Praticien ☞

Le Praticien ^{11573...Inde} était un tout petit enfant lorsque Sai Baba est entré dans sa vie de façon



mystérieuse. Sa famille a été impliquée dans un accident gravissime dans lequel lui et son père ont été miraculeusement sauvés, mais sa mère a été gravement blessée. C'est à son chevet, à l'hôpital, que son père athée a prié sincèrement pour qu'elle vive et qu'il a eu une vision de Baba. Il va sans dire que la mère a survécu et que toute la famille est entrée dans le giron de Swami. Le praticien et ses frères et sœurs ont commencé le seva dès leur plus jeune âge et ont servi comme sevadals à la fois dans leur localité et à Puttaparthi.

En 1996 la mort de ses deux parents, emportés simultanément par un cancer à cinq mois d'intervalle, l'a incité à explorer des alternatives aux traitements allopathiques coûteux. Au fil des ans, chaque fois qu'il en avait le temps et l'occasion, il donnait des conseils gratuits à ses amis et connaissances sur un mode de vie sain grâce à l'Ayurveda, au pranayama, à la méditation, à l'observation du soleil, etc. Cependant, il n'était pas satisfait car il sentait que quelque chose " ne collait pas ", car il ne pouvait ni suivre les progrès ni assurer la continuité du service. En décembre 2014, lorsqu'il a appris l'existence de Vibrionics par un autre fidèle Sai, il a instantanément reconnu qu'il s'agissait pour lui d'un appel. En conséquence, il s'est inscrit à un cours AVP, s'est qualifié en avril 2015 et a été promu VP en

mars 2016. Il a présenté sa demande officielle de SVP le 31 décembre 2016. Dès le lendemain, le 1er janvier, alors qu'elle offrait le prasadam à Swami, la fille du praticien a remarqué que le plafond de tout leur appartement était couvert de grosses gouttelettes d'eau". Inquiet d'une éventuelle fuite, il a fait appel à un plombier pour vérifier. Aucune fuite n'a été trouvée, et il n'y avait aucun problème dans les deux appartements, au-dessus et au-dessous du sien. Ce n'est qu'à ce moment-là qu'ils ont réalisé qu'il s'agissait d'une pluie d'Amrit (nectar divin), qu'ils ont pris comme une énorme bénédiction en réponse à sa demande de SVP. Aujourd'hui encore, des traces de cet Amrit coulent sur les murs. Il a terminé son cours SVP en novembre 2017 et, l'année suivante, a pris sa retraite anticipée pour se consacrer à plein temps au seva vibrionics.

À ce jour, il a traité plus de 4 500 patients souffrant de diverses affections et a obtenu plus de 90 % de réussite dans le traitement des cancers et des tumeurs, des troubles digestifs, des problèmes féminins, des fièvres et des infections, des affections de la bouche et de la tête, des problèmes musculo-articulaires et des problèmes de peau. La prise de conscience de la portée potentielle de vibrionics et du bien-être de l'humanité qui en découle n'a cessé de pousser le praticien à atteindre le plus grand nombre de personnes possible. Cela l'a conduit à initier des camps mensuels dans son district, avec la participation active de dévots issus des centres Sai locaux. Le premier de ces camps a eu lieu le 16 janvier 2016 dans un marché très fréquenté où l'accès aux équipements médicaux était limité. Bien qu'il s'agisse d'une première expérience pour le praticien et les autres bénévoles, ils ont accueilli 80 patients de tous âges sur une période de 8 heures. Ce qui était encourageant à observer, c'est que le pourcentage de patients venant pour un renouvellement était en constante augmentation. Dans chacun de ces camps, le praticien a ressenti la présence divine, ce qui a rendu cette expérience très gratifiante. Un cas notable d'un patient de 60 ans a été l'amélioration remarquable (80%) d'une brûlure à la jambe avec **CC10.1 Emergencies + CC21.2 Skin infections + CC21.3 Skin allergies + CC21.4 Stings & Bites + CC21.10 Psoriasis + CC21.11 Wounds & Abrasions**, dans le mois qui suit et une guérison complète peu après. Il rapporte plusieurs cas de guérison par dose unique, y compris le cas d'un asthmatique de 15 ans. Un mal d'oreille qui durait depuis un an a disparu instantanément avec une seule dose. Lors de ses visites à Puttaparthi, les dévots l'entouraient dans le bâtiment des seva dal pour être soignés après avoir entendu des histoires de guérisons instantanées. Il s'est souvent retrouvé à supplier Swami d'avoir suffisamment de fournitures pour s'occuper de tous ces gens, et Swami a toujours fait en sorte que rien ne lui manque. Comme il est d'usage dans les situations de camp, des combos à large spectre sont préparés spécifiquement pour les problèmes digestifs, musculo-articulaires, respiratoires, de peau et les problèmes mentaux, pour une distribution rapide et facile. En septembre-octobre 2016, lors d'une épidémie de Chikungunya à Delhi, il a distribué un remède préventif à plus de 150 familles avec d'excellents résultats.

Son diplôme de MBA (Master in Business Administration) obtenu après un diplôme en commerce et son expérience professionnelle en gestion de la chaîne d'approvisionnement l'ont rendu parfaitement apte à accomplir de nombreuses tâches administratives. Le praticien s'estime chanceux d'avoir reçu un immense amour, des conseils et des bénédictions de ses aînés. Le Dr Aggarwal lui a dit un jour : "Deux choses seulement sont nécessaires pour le seva : le temps et la dévotion, et vous avez les deux". Cette déclaration ne l'a pas quitté et au cours des cinq dernières années, il s'est vu confier de nombreuses tâches administratives ; pour n'en citer que quelques-unes, le tutorat, la mise à jour de la base de données, l'organisation de rencontres régionales, l'aide à la traduction en hindi du manuel AVP, le lancement en Inde d'une initiative de paix mondiale pour guérir notre mère la Terre, l'aide au développement d'un nouveau site Internet et la participation au Projet de Recherche Vishoochika. Chacune d'entre elles a été une expérience enrichissante pour lui. Début 2016, il a pris en charge le travail de suivi des Rapports Mensuels. Il était loin de se douter que ce travail administratif l'entraînerait dans un voyage éclairant sur les relations interpersonnelles et la psychologie humaine. Malgré les nombreux défis, il a pris la résolution personnelle de ne jamais parler de façon désagréable à qui que ce soit, ce qui lui a permis d'apprendre l'une des plus grandes leçons de sa vie : "Il n'y a qu'une seule façon de traiter les gens et les situations : **avec Amour**, alors on peut atteindre n'importe quel objectif". Ses efforts persistants dans ce domaine ont tellement payé qu'en déc 2016, tous les praticiens de sa liste soumettaient leurs rapports mensuels un jour avant la date d'échéance.

Le fait de se voir confier la responsabilité du broadcasting l'a aidé à se rapprocher de Swami et à établir une connexion plus solide avec Lui. Il trouve que ce seva, s'il est fait avec un amour pur, peut donner plus de 95% de résultats positifs. Il pense que de nombreux praticiens n'ont peut-être pas compris le véritable potentiel du broadcasting. Au cours de cette pandémie, il a diffusé des messages à une centaine de patients atteints de la maladie de Covid-19 avec beaucoup de succès. En janvier 2020, il est devenu le coordinateur Vibrionics pour l'ensemble de l'Inde et, sous la direction du responsable de l'IASVP, il a joué

un rôle majeur dans le déploiement de l'Immunity Booster (**IB**), pilotant finalement le projet avec six autres SVP depuis mars 2020 (487 089 bénéficiaires à ce jour).

Sur le plan personnel, il pratique quotidiennement la méditation "Heartfulness" (du cœur) au cours de laquelle des prières sincères sont adressées à Swami, ce qui a pour effet d'envoyer des vibrations d'amour à partir du cœur lui-même, contournant ainsi le mental. Il trouve cette technique très utile pour résoudre les conflits ; il la complète par une "technique de pardon" qui consiste à dresser la liste de tous ceux qui l'ont troublé au fil des ans, puis à brûler cette liste, tout en demandant pardon au Seigneur et à tous ceux qui figurent sur la liste, ainsi qu'à lui-même. Cela lui procure une libération pratiquement immédiate. Ces pratiques lui ont permis de rester concentré pendant les longues heures de patient seva, notamment lors du broadcasting. Lors de l'anniversaire de Swami en 2017, alors qu'il se trouvait à Puttparthi, il a fait l'expérience de l'activation de son chakra racine, ce qui a entraîné une plus grande conscience de son environnement, une plus grande confiance en l'avenir et une plus grande proximité avec Swami.

En tant que praticien, il se sent privilégié d'avoir reçu cette opportunité de servir l'humanité sous Sa direction et Sa grâce, ce qui lui permet de traiter des patients au-delà des frontières géographiques. Les dictons simples et profonds de Swami "Aimez tout le monde, servez tout le monde" et "Aidez toujours, ne blessez jamais" continuent de guider et d'inspirer notre praticien qui ne cesse d'étendre son impressionnant service partout où son esprit généreux et ses capacités se sentent appelés à aider.

Cas partagés :

- [Dysphagie](#)
- [Infection fongique](#)

+++++

Les praticiens ^{03594 & 03521...USA} sont tous deux titulaires d'un diplôme d'ingénieur, le mari travaillant comme



responsable informatique et la femme comme conseillère fiscale. Le mari a grandi dans une famille naturellement spirituelle ; ils assistaient régulièrement à des bhajans Sai chez un voisin. Il a eu la chance de recevoir le darshan de Swami à plusieurs reprises pendant ses études à Chennai. L'épouse n'a appris l'existence de Swami qu'après leur mariage et a été enchantée par les mélodieux bhajans Sai. Ce n'est qu'en janvier 2004 qu'elle a eu son premier darshan de Baba lorsqu'ils ont emmené leur nouveau-né, une fille

pour obtenir Ses bénédictions. Après leur retour à New York, où ils vivent depuis 2000, ils ont commencé à assister à des sessions de bhajans, qui se sont progressivement développées pour aboutir à un accueil chez eux une fois par mois. En 2008, ils ont commencé à participer à diverses activités de service dans un centre Sai local : cuisiner et servir de la nourriture dans des refuges pour sans-abri et des soupes populaires, préparer des kits de soins pendant Noël et mettre en sac des produits pour les distribuer à la banque alimentaire locale. L'épouse est devenue coordinatrice du seva, puis des programmes spirituels pour le centre.

En 2010 le pèlerinage du groupe américain, de dix jours à Parthi a marqué un tournant dans leur vie. Dans le cadre de leur sadhana pour ce voyage, ils ont sérieusement étudié de nombreux discours de Swami. Cela a changé leur perception de la vision et de la reconnaissance de la divinité chez les autres ainsi qu'en eux-mêmes, et ce voyage se poursuit toujours. Ils ont également appris que le véritable objectif du seva est avant tout un moyen de transformation de soi. Cela s'est traduit par des visites annuelles à Puttparthi.

En 2014, au cours de leur satsang hebdomadaire, un médecin allopathique a mentionné Sai Vibrionics comme étant une modalité de guérison alternative bénie par Swami. Cela a éveillé leur intérêt et leur curiosité, ils ont donc fait leurs propres recherches en consultant le site Web, en lisant les newsletters et en regardant les vidéos Souljourns. Réalisant qu'une expérience médicale préalable n'était pas nécessaire, ils étaient convaincus que c'était l'occasion de participer à la mission de Swami de fournir un service médical gratuit à tous. Ils ont tous deux suivi une formation AVP en mars 2015 et sont devenus SVP en septembre 2016.

Dès la première semaine de pratique, un médecin allopathe souffrant d'un torticolis douloureux depuis trois mois a reçu given **CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine**. Le lendemain matin, elle a appelé pour dire qu'après avoir pris une seule dose la nuit précédente, elle s'était réveillée sans douleur à 100% et pouvait bouger sa tête confortablement. Les praticiens ont été très heureux de ce résultat, qui leur a semblé être un miracle et a renforcé leur confiance. Trois mois plus tard, elle allait toujours bien, sans récurrence. Dans un autre cas remarquable, une femme de 55 ans de leur centre Sai a été traitée pour une toux avec des mucosités qui durait depuis un mois. Elle était réticente à prendre des médicaments allopathiques et on lui a donné **CC9.2 Infections acute + CC10.1 Emergencies + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic**. Dès le lendemain, la patiente a signalé que la toux avait complètement disparu !

Les praticiens ont reconnu que **CC15.1 Mental & Emotional tonic** est très efficace à la fois comme remède autonome et en combinaison avec d'autres remèdes, en particulier dans le traitement des adolescents. Il procure un état d'esprit positif et un bien-être émotionnel, favorisant ainsi l'absorption des autres vibrations incluses dans le remède. Ils ont observé que **CC17.2 Cleansing** est très efficace pour éliminer les toxines accumulées et aide ainsi à lancer le processus de guérison, mais qu'il doit être utilisé avec précaution, en tenant compte de la possibilité de pullout. Le couple l'utilise assez souvent pour lui-même avec succès. Pour se détacher du résultat de leur service, pendant la préparation des remèdes, ils mettent un point d'honneur à prier et à remettre le résultat à Swami. Bien qu'ils utilisent l'index du livre 108CC et les conseils glanés dans d'autres histoires de cas, ils en sont venus à se fier davantage à la connexion intérieure avec Swami. Ainsi, ils sont souvent guidés à inclure d'autres remèdes pour le cas en question, car chaque patient est unique.

Ils sont toujours vigilants et cherchent des opportunités de seva. Lors de leurs voyages en Inde, ils sensibilisent les gens à vibrionics et traitent les membres de leur famille et leurs voisins. Avec la propagation de la Covid, ils ont mis des flacons de Immunity Booster (**IB**) à la disposition des patients ainsi que des professionnels de santé pour la prévention. Tous deux sont très actifs dans le travail administratif de vibrionics. Depuis 2017, ils encadrent les nouveaux AVP et participent au seva de broadcasting. L'épouse a fait partie de l'équipe de rédaction des études de cas de déc 2016 à mai 2018 et depuis, elle a obtenu un rôle de premier plan dans le département des admissions. Son mari aide à la mise à jour de la base de données.

Vibrionics leur a fait prendre conscience de l'importance et du potentiel d'une approche holistique de la santé. Ils comprennent que les symptômes extérieurs ne reflètent pas souvent la cause sous-jacente qui doit être traitée pour qu'une véritable guérison se produise, ce qui exige de ne pas se contenter de prescrire des remèdes mais de se connecter véritablement avec le patient et de mieux comprendre sa situation. Ce seva a insufflé un plus grand sens de l'objectif et de la signification dans leurs vies. Ils sont immensément reconnaissants à Swami de leur avoir donné l'occasion d'être son instrument pour partager l'amour et la compassion avec leurs patients sans jugement. Ce fut un voyage personnel de transformation, de satisfaction et d'expansion. Leur cercle de prière s'est élargi pour inclure leurs patients et toute personne en détresse qu'ils rencontrent. Le couple se réjouit de son rôle de praticien Sai Vibrionics.

Cas partagés :

- [Toux hivernale](#)
- [Addiction aux dessins animés](#)

☞ Etude de cas utilisant les Combos ☞

1. Dysphagie ^{11573...Inde}

Une femme de 44 ans souffrait de difficultés de déglutition, diagnostiquées comme une dysphagie il y a cinq ans. Chaque fois qu'elle commençait à manger, une aspiration se produisait (la nourriture descendait par le mauvais canal), ce qui provoquait de la toux et une sensation d'étouffement. En raison de l'impact de cette toux violente et continue, aussi bien le jour que la nuit, elle souffrait souvent de douleurs corporelles (plus importantes la nuit) et de fièvre, probablement causées par une infection respiratoire. Elle n'a pas consulté de médecin car elle craignait qu'il ne recommande une intervention chirurgicale. Elle n'a pris que des médicaments en vente libre, mais sans grand succès. Le **17 janvier 2018**, le praticien a donné :

NM18 General Fever + NM20 Injury + NM30 Throat + NM31 Tonsils (& Glands) + NM32 Vein-Piles + NM36 War + SM41 Uplift...toutes les 10 minutes pendant 2 heures suivi par 6TD

En une semaine, les douleurs corporelles et la fièvre avaient disparu, elle pouvait mieux avaler sans avoir l'impression de s'étouffer, la toux était devenue sporadique pendant la journée, mais elle était encore continue la nuit. Une semaine plus tard, il n'y avait plus de toux pendant la journée et la toux nocturne s'était améliorée de 50 %, le dosage a donc été réduit à **TDS**. Son état a continué à s'améliorer et deux semaines plus tard elle était complètement rétablie. Elle était maintenant capable d'apprécier ses repas. Le dosage a été lentement réduit jusqu'à zéro le 28 février 2018. Depuis juillet 2021, cette affection n'a jamais réapparu.

*Si vous utilisez la boîte 108CC donnez : **CC19.7 Throat chronic + CC3.7 Circulation***

+++++

2. Infection fongique ^{11573...Inde}

Un homme de 55 ans souffrait de démangeaisons et de squames au niveau des deux aines et des pieds depuis dix ans, uniquement pendant l'été et la saison des pluies. On a diagnostiqué une infection fongique au cours de l'été 2008. Pendant quelques saisons, il a pris des médicaments allopathiques mais l'infection réapparaissait la saison suivante, il a donc arrêté de les prendre. Il s'est débrouillé avec seulement de l'huile de noix de coco qui lui a apporté au moins un certain soulagement. Cependant, l'infection a persisté tout au long de l'année dernière sans interruption, et les démangeaisons étaient intolérables pour lui. Contrarié par le besoin de se gratter continuellement, il a consulté le praticien le **11 janvier 2018**, et a reçu :

NM2 Blood + NM6 Calming + NM27 Skin-D + NM101 Skin-H + NM102 Skin Itch + OM17 Liver Gallbladder + SM27 Infection...TDS et dans l'eau pour application externe...**BD**

En une semaine, les démangeaisons ont diminué de 25%. Par la suite, une amélioration d'environ 20% a été observée chaque semaine et à la fin de la cinquième semaine, le 15 février, sa peau était complètement normale. Le dosage a été lentement réduit jusqu'à zéro le 2 mars 2018. Trois ans et demi plus tard il n'a plus jamais souffert d'infection fongique.

*Si vous utilisez la boîte 108CC donnez : **CC21.3 Skin allergies + CC21.7 Fungus***

+++++

3. Toux hivernale ^{03521...USA}

Une femme de 37 ans a déménagé aux États-Unis en 2013. Depuis lors, chaque hiver, elle souffrait d'une toux continue jour et nuit, et d'une sensation d'étouffement en mangeant. Sa mère était asthmatique, mais elle n'avait eu que de légers rhumes et de la toux dans son enfance. Au cours des deux hivers précédents, on lui a prescrit des stéroïdes et un inhalateur qui l'ont soulagée, mais ce n'était que temporaire. Le début de l'hiver suivant a déclenché la redoutable toux sévère mais elle a décidé de ne pas prendre de médicaments allopathiques car elle avait été gênée par leurs effets secondaires les années précédentes. Le **20 oct 2016**, elle s'est adressée au praticien qui lui a donné :

NM8 Chest + NM9 Chest TS + NM30 Throat + NM71 CCA + SM31 Lung & Chest + CC10.1 Emergencies...TDS

En une semaine, la toux nocturne avait complètement disparu et la toux diurne s'était améliorée de 25 %. Après trois autres semaines, la toux diurne a également disparu, de même que la sensation d'étouffement. Cependant, si elle oubliait de prendre une dose, les symptômes revenaient, on lui a donc conseillé de continuer à prendre **TDS**. Après quatre semaines supplémentaires, le remède a été modifié en excluant **CC10.1 Emergencies**. Comme c'était le pic de l'hiver, le dosage a été maintenu à **TDS** avant de le réduire à **BD** le 15 février 2017, puis à **OD** après un mois, avant de l'arrêter la troisième semaine d'avril 2017. Quatre hivers se sont écoulés et elle se sent parfaitement bien jusqu'à aujourd'hui, juillet 2021.

*Si vous utilisez la boîte 108CC donnez : **CC19.6 Cough chronic + CC19.7 Throat chronic + CC10.1 Emergencies***

+++++

4. Addiction aux dessins animés ^{03594...USA}

Un homme de 25 ans s'est installé aux États-Unis il y a sept ans pour poursuivre ses études de premier cycle. Pendant sa première année d'université, il a commencé à regarder des séries de dessins animés

japonaise, appelés anime*. Cela s'est lentement transformé en une addiction et, après quelques mois, il regardait ces séries animées en continu pendant les nuits. Pendant la journée, il manquait donc de concentration et ne pouvait pas se centrer sur ses études. Par conséquent, il n'a pas eu de bons résultats aux examens et a fini par abandonner l'université après deux ans d'études. Il était en bonne forme physique et a pris un emploi à temps partiel comme réceptionniste. Son père a réussi à le convaincre d'abandonner sa dépendance et lui a suggéré de recourir à vibrionics convaincu de sa puissance de guérison suite à une expérience antérieure. Le fils a accepté, le praticien a préparé le remède suivant qui a été donné le **14 déc 2015** :

#1. CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC15.3 Addictions...TDS

Le 29 décembre, le praticien a reçu l'information de l'incapacité du patient à s'endormir pendant la nuit ce qui contribuait à ce qu'il regarde les films. Afin de l'aider à retrouver un rythme de sommeil normal, un remède supplémentaire a été donné :

#2. CC15.6 Sleep disorders...30 minutes avant l'heure normale du coucher, puis jusqu'à deux doses, espacées de 30 minutes, en cas d'insomnie.

Cela a aidé le patient à réduire son habitude des écrans en permanence et à mieux travailler pendant la journée.

Dès le début, le temps passé à regarder les séries a diminué semaine après semaine. Le 3 mars 2016, il avait le sentiment de s'être amélioré de 50 %. Avec le soutien de sa famille, il a continué à prendre les remèdes et ils ont observé d'autres améliorations régulières. La première semaine de juin, il avait complètement vaincu son addiction, même s'il aimait toujours regarder les séries. Le dosage de **#1** a été réduit à **BD** et progressivement réduit à zéro la dernière semaine de juillet et il n'avait plus besoin de **#2**. En 2017, il a repris ses études et a obtenu son diplôme en 2019. En juillet 2021, il se porte bien.

***L'addiction aux dessins animés japonais** est très réelle et peut être dangereuse (comme l'addiction aux jeux vidéo). parce que c'est amusant, plein d'action, comique et divertissant. C'est comme une émission si captivante que vous ne pouvez pas vous empêcher de regarder un autre épisode.

+++++

5. Démangeaisons cutanées 03578...France

Depuis 25 ans, une femme de 45 ans souffrait de démangeaisons cutanées sur différentes parties de son corps, les mains et les pieds étant les plus touchés. Cela ne la dérangeait pas beaucoup, mais il y a un an cela s'est bien aggravé. Elle grattait constamment sa peau, surtout la nuit, ce qui l'empêchait de dormir. Elle a essayé différents médicaments allopathiques et homéopathiques qui ne lui ont apporté aucun soulagement. Il y a six mois elle a commencé un travail de femme de ménage, son état a encore empiré, probablement à cause de l'utilisation de produits de nettoyage chimiques. Elle était presque en larmes lorsqu'elle a rencontré le praticien le **12 juillet 2019** car les démangeaisons étaient devenues insupportables. Il lui a donné :

#1. CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.3 Skin allergies...6TD pendant une semaine suivi par **TDS**

#2. CC21.3 Skin allergies...TDS dans de l'huile de coco pour application externe

Le 21 juillet, elle a signalé une amélioration de 20 % des démangeaisons, et maintenant elle dormait bien. Cependant, au réveil, les démangeaisons recommençaient. Après huit jours supplémentaires, comme il y avait très peu d'amélioration, le **#2** a été amélioré pour :

#3. CC10.1 Emergencies + #2...TDS dans de l'huile de coco pour application externe

En deux semaines, les démangeaisons se sont améliorées de 70% et après un autre mois, de 90%. Elle a choisi de réduire le dosage des deux remèdes à **OD**. Le 11 octobre, elle a été ravie d'annoncer que sa peau était totalement exempte de démangeaisons. Après deux autres semaines, le dosage a été réduit à **OW** avant d'être arrêté le 15 décembre 2019. Lors de leur dernier contact en juillet 2020, il n'y avait aucune rechute, même après sept mois d'arrêt du remède.

+++++

6. Eczéma 11629...Inde

Une femme de 25 ans présentait des zones de peau sèche et squameuse, avec des démangeaisons, principalement sur le haut du dos.



7 April – before treatment

4 May – after treatment

Les zones affectées étaient plus claires que la couleur normale de sa peau. Peu à peu, ces taches ont commencé à s'étendre vers l'avant (voir photos). Le diagnostic d'eczéma a été posé il y a un an et on lui a prescrit des comprimés et une pommade. Cependant, elle ne les utilisait que lorsque la peau s'enflammait et qu'il y avait des lésions ; cela se produisait tous les mois et l'aggravation disparaissait après 8-10 jours de traitement allopathique. Le 7 avril 2020, elle a décidé de consulter le praticien qui lui a donné le remède suivant :

CC21.2 Skin infections + CC21.6 Eczema...TDS

Le 4 mai, elle a signalé une amélioration de 100% de tous les symptômes et sa peau était normale (voir photos). Le dosage a été réduit à **OD** qu'elle a préféré continuer à titre préventif. Comme aucun symptôme n'est réapparu, même après six mois, elle a arrêté le remède au cours de la dernière semaine de novembre. Depuis en août 2021, elle va parfaitement bien.

Note de la rédaction : Pour les affections de la peau, l'application du remède en externe est vivement recommandée.

+++++

7. Douleurs abdominales intractables^{01001...Uruguay}

Un garçon de sept ans se plaignait de douleurs abdominales peu après avoir commencé à manger et s'arrêtait donc de manger. Sa consommation de nourriture était donc minime et il devenait maigre. Le médecin lui a fait passer un test de dépistage de parasites, mais le résultat était négatif. Il n'a donc pas prescrit de médicaments et a dit que la cause sous-jacente était émotionnelle. Tout cela a commencé il y a quatre mois lorsqu'il a débuté sa scolarité et se produisait à chaque repas. La mère inquiète a consulté le praticien le **20 janvier 2020**. La mère n'a pu identifier aucune cause évidente, si ce n'est que le fils était nerveux à l'idée d'aller à l'école et de rencontrer les enseignants et ses camarades. On lui a donné :

NM6 Calming + NM12 Combination-12 + NM29 SUFI...TDS

Le premier jour, il a vomi 3 fois. Se rendant compte qu'il s'agissait d'un pullout, la mère a continué le même dosage. Les vomissements ont continué pendant deux autres jours, puis se sont arrêtés le 22 janvier. Après cela, il a commencé à se sentir mieux pendant les repas et a pu manger de petites portions sans douleur. Sa situation s'est améliorée de façon continue et, peu de temps après, il a pu manger un repas complet sans problème. Cela a rendu toute la famille très heureuse. Le dosage a été réduit à **OD** le 26 février et progressivement réduit à zéro le 2 avril. Bien qu'il soit encore mince, il se sentait fort et énergique. Cela fait plus d'un an et le garçon apprécie ses repas et grandit bien.

*Si vous utilisez la boîte 108CC donnez : **CC4.1 Digestion tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic***

+++++

8. SIDA ^{11585...Inde}

Un ouvrier du bâtiment de 42 ans souffrait de fièvre, de perte d'appétit, de fatigue, de perte de poids et de sueurs nocturnes depuis le début du mois de février 2019. Le 7 mars, il a été diagnostiqué séropositif et a immédiatement commencé à prendre des médicaments antiviraux dans un hôpital public. Sa femme a été testée négative. Il savait qu'il avait attrapé l'infection en raison de ses relations extraconjugales alors qu'il travaillait fréquemment loin de chez lui. Aujourd'hui, il éprouve un tel sentiment de culpabilité qu'il ne veut plus sortir de chez lui. Angoissée par l'état de son mari, l'épouse a contacté le praticien pour savoir si la " médecine de Sai Baba " (vibrionics, connue sous ce nom dans le village) pouvait aider son mari. **Le 13 mars 2019**, le praticien a rendu visite au patient à son domicile. En voyant les rapports, il a conseillé au couple d'avoir la bonne attitude et de braver la situation, et a donné le remède suivant :

NM12 Combination 12 + NM63 Back-up + NM90 Nutrition + OM28 Immune System + SM26 Immunity + SM29 Kidney + SM30 Life (AIDS) + SM41 Uplift + SR250 Psorinum + SR272 Arsen Alb CM + SR282 Carcinoin + SR292 Graphites 30C + SR318 Thuja 200C + SR345 Calendula + SR360 VIBGYOR...TDS

En un mois, le patient a ressenti une amélioration de 30 % de tous ses symptômes. Il s'est rendu lui-même chez le praticien pour un renouvellement de son traitement et avait l'air très optimiste et confiant. Après deux autres mois, il se sentait 80% mieux et avait assez de force pour reprendre son travail. Après trois mois, en sept 2019, il était libéré à 100% de tous les symptômes, il a donc arrêté de prendre des médicaments allopathiques. Le 9 décembre 2019, le praticien a été heureux de constater que le résultat du test VIH était négatif, le dosage a donc été réduit à **OD** et finalement arrêté le 14 mars 2020. En juillet 2021, l'homme est en pleine forme.

*Si vous utilisez la boîte 108CC donnez : **CC12.3 AIDS - HIV + CC12.4 Autoimmune diseases***

+++++

9. Peau prurigineuse et squameuse sur les paumes des mains ^{11210... Inde}

Un homme de 50 ans souffrait depuis quatre ans de vésicules et d'une peau squameuse avec des démangeaisons sur les deux paumes et, aussi un peu sur les pieds. Pendant les deux premières années, il s'est débrouillé en appliquant uniquement de l'huile de noix de coco, mais cela n'apportait qu'un soulagement temporaire. En 2019, lorsque son état s'est aggravé, il a consulté un dermatologue qui lui a prescrit des comprimés antiallergiques ainsi que la crème Prosviate S (corticostéroïde). Il n'a pas pris les comprimés mais la crème l'a bien soulagé. Cependant, après un court laps de temps, les symptômes réapparaissaient.

Il a donc dû utiliser la crème presque quotidiennement, ce qu'il a fait pendant deux ans. Il a dû renoncer à conduire la moto car les poignées frottaient sur ses paumes, ce qui aggravait son état. **Le 3 mars 2021** (voir photo), il s'est adressé au praticien qui lui a donné :

CC21.3 Skin allergies + CC21.5 Dry Sores + CC21.6 Eczema...TDS par voie orale et en application externe dans de l'huile de coco...**BD**



Before treatment – 3 Mar 2021



After treatment – 29 Mar 2021

Il n'a pris que le remède vibro et après une semaine, il a rapporté que ses pieds étaient maintenant normaux et que les vésicules sur les paumes avaient disparu ! Cependant, les démangeaisons et la peau squameuse ne s'étaient améliorées que de 25% mais le 29 mars, il se sentait 90% mieux (voir photo). Le dosage oral a également été réduit à **BD**. Le 6 avril, il se sentait complètement bien et a commencé à réduire progressivement le dosage jusqu'à ce qu'il arrête d'utiliser les remèdes le 20 avril. Depuis en juillet 2021, aucun symptôme n'est réapparu.

+++++

10. Douleur à l'épaule après une fracture guérie ^{11626...Inde}

Le 23 février 2020, une femme de 61 ans a fait une chute, provoquant une fracture capillaire de l'épaule droite avec une douleur intense. Son bras a été enveloppé dans un bandage en crêpe, on lui a prescrit un antalgique et conseillé le repos. Après trois jours, elle a cessé de prendre ce médicament par crainte de ses effets secondaires. Le bandage a été retiré au bout de 45 jours, l'os ayant guéri. La douleur était toujours récurrente et s'aggravait chaque fois qu'elle essayait de lever son bras droit. Elle ne pouvait même pas tenir un verre d'eau et avait du mal à effectuer les tâches ménagères. En mai 2020, elle a reçu du praticien le remède **IB** (pour Covid-19) et en deux semaines, son problème de sommeil perturbé depuis 18 mois a été complètement résolu. Impressionnée par le pouvoir de vibrionics elle a consulté le praticien pour sa douleur au bras. Depuis deux ans, elle avait également une légère douleur dans les genoux lorsqu'elle faisait un effort physique excessif ou qu'elle s'asseyait les jambes croisées pendant plus de 15 minutes. Le 1er juin 2020, elle a reçu le traitement suivant :

#1. CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.3 Arthritis + CC20.6 Osteoporosis + CC20.7 Fractures...TDS

Après un mois, le 5 juillet, elle a signalé un soulagement de 100 % de ses douleurs à l'épaule et aux genoux. Elle était capable de bouger son bras droit, d'effectuer ses tâches quotidiennes avec facilité et de s'asseoir les jambes croisées pendant de longues périodes. Le dosage a été réduit à **OD** au cours des huit semaines suivantes avant d'être arrêté le 10 septembre, date à laquelle elle a reçu le remède suivant pour l'aider à maintenir la santé de son squelette :

#2. CC20.1 SMJ tonic + CC20.6 Osteoporosis...TDS pour cinq mois, **BD** pour un mois, **OD** pour 2 mois et arrêt le 20 Mai 21.

Lors d'un nouvel examen en août 2021, il n'y avait aucune récurrence de la douleur.

+++++

11. Stérilité ^{03572...Gabon}

Une femme de 38 ans souffrait de règles douloureuses et il lui a été diagnostiqué un kyste de 5 cm dans son ovaire droit en octobre 2015 ; les résultats hormonaux étaient normaux. Sa gynécologue a prescrit pour le kyste, du lutényl pendant 10 jours mais cela n'a pas aidé. Elle avait une fille de 8 ans et essayait d'avoir un deuxième enfant depuis février 2017. En juin 2018 comme elle n'avait toujours pas conçu, elle a subi un test HSG (Hystérogaphie) qui a révélé que ses deux trompes de Fallope étaient complètement bouchées. On lui a prescrit du clomid et du dufaston pendant trois mois pour réguler son cycle et stimuler l'ovulation. Cependant, elle n'a pas réussi à concevoir un enfant et son cycle menstruel ne s'est pas amélioré. Comme il y avait beaucoup de jalousie dans sa famille, elle a soupçonné que quelqu'un lui avait jeté un sort, de sorte qu'elle ne pouvait pas concevoir. Le 15 sept 2018, elle a contacté le praticien qui lui a donné le remède suivant :

#1. CC8.1 Female tonic + CC8.4 Ovaries & Uterus + CC12.1 Adult tonic + CC15.2 Psychiatric disorders...TDS

Elle ne prenait aucun autre médicament. Le 10 mai 2019, elle a signalé que ses règles n'étaient plus douloureuses et que le gynécologue avait constaté qu'une trompe de Fallope s'était débouchée tandis que l'autre restait bloquée. Le remède a été amélioré pour :

#2. CC8.5 Vagina & Cervix + #1...TDS

En juin, le médecin a découvert qu'elle avait une grossesse extra-utérine dans la trompe ouverte. Il a recommandé de l'interrompre et la trompe a dû être retirée. Après l'opération, elle a reçu un traitement antibiotique oral de 10 jours. Même après cette expérience, elle était déterminée à avoir un enfant et a décidé de continuer avec vibrionics. Le praticien a changé le remède en :

#3. CC8.4 Ovaries & Uterus + CC8.5 Vagina & Cervix + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.2 Psychiatric disorders...TDS

Le 30 septembre, elle est ravie d'informer le praticien que son test de grossesse est positif. La gynécologue s'étonne qu'elle ait pu concevoir avec une trompe de Fallope bouchée et que le fœtus soit très bien logé. Elle fait remarquer : "Madame, c'est un miracle que vous soyez enceinte". Comme le médecin a détecté une hypertension artérielle, on lui a prescrit de l'aldomet. #3 a été remplacé par les remèdes suivants à prendre tout au long de la grossesse et jusqu'à un mois après l'accouchement.

Pour la grossesse

#4. CC8.2 Pregnancy tonic + CC8.9 Morning sickness + CC12.1 Adult tonic + CC15.2 Psychiatric disorders...TDS

Pour l'hypertension

#5. CC3.3 High Blood Pressure (BP) + CC3.5 Arteriosclerosis + CC3.7 Circulation + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC10.1 Emergencies + CC17.2 Cleansing...TDS

Le 1er avril 2020, elle a donné naissance à un petit garçon en bonne santé. Elle a arrêté de prendre le #4 le 1er mai mais on lui a conseillé de continuer le #5 car sa tension était légèrement élevée. Le 1er juin, sa tension est redevenue normale et elle a arrêté de prendre le #5. En juillet 2021, elle et son bébé continuent de bien se porter.

☞ Questions - Réponses ☞

Q1. Je comprends, d'après la réponse à la question 6 de la newsletter vol 12#3, qu'un patient peut développer une résistance à un remède lorsqu'il est pris sur une longue période. Comme nous prenons **IB** depuis le début de la Covid-19, depuis plus d'un an, cela signifie-t-il que **IB** n'est plus aussi efficace ?

R. Oui, cela aurait pu se produire si nous prenions le même **IB** tout le temps. Comme le virus Covid-19 a muté rapidement (il s'agit d'un virus à ARN plutôt qu'à ADN), notre **IB** a été révisé plusieurs fois et est donc tout aussi efficace qu'avant.

Q2. Un combo dans une boîte 108CC contient plusieurs remèdes. Le mélange conserve-t-il la vibration de chaque remède individuel ? De plus, nous mélangeons souvent plusieurs CC dans un flacon, comment cela fonctionne-t-il pour apporter la guérison ?

R. Lorsque vous mélangez plusieurs remèdes, le mélange contient une seule vibration combinant tous ses composants. Mais cette vibration composite conserve le pouvoir de guérison de chacun de ses remèdes individuels. Cependant, lorsque nous combinons un trop grand nombre de vibrations, cela risque de ralentir l'action de chaque vibration (semblable à l'effet de dilution). Il est donc recommandé de ne choisir judicieusement que les combinaisons pertinentes pour la maladie du patient. En outre, la foi et la prière du praticien sont très importantes et il est également très utile que le patient ait foi en vibrionics et confiance dans le praticien. Ce qui est de la plus haute importance, c'est l'intention du praticien lorsqu'il prépare le remède.

+++++

Q3. Après avoir traité une patiente pour une dépression avec **CC15.2 Psychiatric disorders** pendant environ deux semaines, sa douleur est réapparue aux endroits exacts où elle avait eu des fractures suite à un grave accident de voiture il y a 15 ans. Je lui ai donné **CC10.1 Emergencies** pendant une semaine et la douleur a disparu. Dans un cas d'insomnie, le **CC15.6 Sleep disorders** n'a pas fonctionné, mais lorsqu'il a été combiné au **CC10.1**, il a fonctionné comme par magie. Je vois de nombreux cas publiés où les praticiens ajoutent **CC10.1** à de nombreuses combinaisons différentes. Cela signifie-t-il que nous pouvons l'ajouter à tous les combos afin d'en améliorer l'efficacité ?

R. La réapparition de la douleur de la fracture chez votre première patiente était un cas de pullout de 3e type. C'est pourquoi **CC10.1 Emergencies** a fonctionné sur votre patiente car il répondait de manière appropriée au problème, Chez le 2ème patient, la cause sous-jacente de l'insomnie pouvait être un traumatisme ou un problème émotionnel pour lequel **CC10.1** est un bon remède et donc il a fonctionné. Cependant, nous ne recommandons pas l'ajout de **CC10.1** à chaque combo comme expliqué ci-dessus en réponse à Q2. Donnez toujours des combos, uniquement en rapport avec les symptômes. Pendant le traitement, si un ancien symptôme fait surface et que **CC10.1** est indiqué, donnez-le à ce moment-là..

+++++

Q4. Existe-t-il un remède que l'on peut donner à un patient pour faciliter son décès pendant ses dernières heures sur terre ?

R. Oui, **SR272 Arsen Alb CM** donne le calme et la sérénité dans les derniers moments de la vie. Pour ceux qui n'ont pas le SRHVP, **CC15.2 Psychiatric disorders** (qui contient d'ailleurs le **SR272**) de la boîte **108CC** sera tout aussi efficace.

+++++

Q5. Pour ma propre maladie, est-il préférable que je me soigne moi-même ou que je m'adresse à un autre praticien ?

R. Pour une maladie aiguë, il est préférable de se soigner soi-même car on peut alors commencer à prendre le remède immédiatement. Cependant, pour un problème chronique, une réponse complète est fournie dans le vol 7 #3. Il est toujours préférable de s'adresser à un autre praticien pour se soigner, car donner et recevoir de l'amour et des prières fait partie du processus de guérison. En outre, il faut s'engager à suivre un calendrier lorsqu'on prend des remèdes d'un autre praticien, car on vous demandera également de signaler les progrès réalisés après une certaine période. Si la gêne est importante, vous risquez de ne pas pouvoir penser calmement et il est donc d'autant plus important de consulter un autre praticien. Dans les cas où vous savez qu'un certain remède a fonctionné pour vous dans le passé et que vous voulez l'utiliser sans avoir à consulter un autre praticien, vous pouvez préparer votre propre remède.

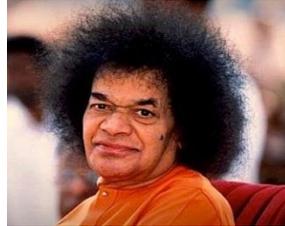
+++++

Q6. Comme cela a été précisé dans les Newsletters vol 4 #5, vol 7 #3 et vol 12 #3, je comprends qu'une maladie chronique est susceptible de revenir si nous n'adoptons pas un mode de vie sain. Chaque fois que j'aborde ce sujet avec mes patients, ils ne veulent pas en parler. Comment dois-je gérer une telle situation ?

R. Une façon de procéder consiste à recueillir des informations sur le mode de vie (petit à petit) au cours des consultations successives avec le patient, tout en essayant d'établir une relation avec lui. Par exemple, pour un patient diabétique, vous pouvez lui demander s'il fait de l'exercice tous les jours et, si oui, en quelle quantité. Pour un patient souffrant d'hypertension, vous pouvez demander s'il saupoudre ses aliments de sel supplémentaire. Après connaître mieux votre patient et avoir recueilli des informations sur les différents aspects de son mode de vie, vous pouvez introduire lentement (1 ou 2 à la fois) des recommandations positives sur le mode de vie. N'oubliez pas qu'en tant que praticien, vous devez vous

efforcer d'adopter vous-même un mode de vie sain et être un modèle pour vos patients, ce n'est qu'ainsi que vos conseils seront suivis.

☞ Paroles Divines du Maître Guérisseur ☛



Vous devez développer votre force physique, pour laquelle une alimentation équilibrée est nécessaire. Vous pouvez manger du riz et du chapati. Vous devez développer votre force mentale pour chasser les pensées négatives. Lorsque vous avez une force mentale, vous pouvez rester imperturbable face aux difficultés et aux chagrins... Lorsque vous développez votre force physique et mentale, votre force spirituelle s'améliore également. Lorsque vous suivez la voie de la spiritualité, vous êtes libéré de tous les doutes et de toutes les illusions. C'est la mauvaise nourriture qui donne naissance aux mauvaises tendances comme la colère, la luxure et la tension et qui cause tous les problèmes. Par conséquent, il est nécessaire que vous ne mangiez toujours que des aliments purs (sattvic).

...Sathya Sai Baba, "Supreme Bliss Comes From Absolute Wisdom" Discours du 1er septembre 1996
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/d960901.pdf>

Offrez des services et recevez de l'amour." C'est la recette pour faire l'expérience de la Divinité. Mais aujourd'hui, le service n'est pas offert de tout cœur. Peu rendent service avec amour et donc peu reçoivent la grâce de Dieu. Même leur amour est égocentrique et n'englobe pas tout. Notre amour ne doit pas se limiter à nos parents et à nos proches. Il doit s'étendre au-delà de la famille, à la société dans son ensemble, puis à la nation dans son ensemble, et enfin embrasser le monde entier.

...Sathya Sai Baba, "Born to Serve" Discours du 19 novembre 1987
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume20/sss20-26.pdf>

☞ Annonces ☛

Ateliers programmés *

- **USA** : Atelier AVP Virtuel** sessions bi-hebdomadaire **15 Sept au 23 Nov 2021** contact Susan à Saivibrionics.usa.can@gmail.com
- **RU Londres** : Séminaire de remise à niveau du **RU 19 September 2021** contact Jeram Patel at jeramjoe@gmail.com
- **Inde Puttaparthi** : Atelier virtuel pratique AVP, **1-18 Nov 2021**** suivi par un atelier en présentiel à Puttaparthi les **24-26 novembre 2021** contact Lalitha à elay54@yahoo.com ou par téléphone au 8500-676-092
- **Inde Puttaparthi** : Atelier AP **16-18 Décembre 2021**, contact Padma à trainer-cc@in.vibrionics.org ou par téléphone au 8329-848 898
- **Inde Puttaparthi** : Atelier virtuel SVP **Jan 2022**** Les dates seront précisées contact Hem à 99sairam@vibrionics.org

* AVP et SVP : Les ateliers AVP et SVP sont réservés à ceux qui ont suivi la procédure d'admission et le cours en ligne. Les séminaires de Remise à Niveau sont destinés aux praticiens existants.

** Sujets à changement

Supplément

1. Conseils de santé

Une alimentation saine à base de céréales complètes

Le type de nourriture que vous consommez détermine le degré de concentration que vous pouvez atteindre ; sa qualité et sa quantité décident de la diminution ou de la progression de votre maîtrise de soi...Sathya Sai Baba¹

1. Céréales complètes et moins complètes

1.1 Les céréales complètes : les céréales sont la graine ou le grain entier d'une herbacée dans son état naturel. Elles sont composées de trois parties - le son, le germe et l'endosperme (voir image) - et contiennent un bon mélange de glucides amylicés, de fibres, de protéines, de vitamines, de minéraux et de substances phytochimiques, et sont naturellement pauvres en graisses saturées et en sel. Les céréales complètes ne peuvent être qualifiées d'"entières" que lorsqu'elles contiennent 100% des trois parties et des nutriments naturels de la graine entière dans leur proportion d'origine²⁻⁶.



Whole grain

Les fibres alimentaires contenues dans les céréales complètes dégagent le tube digestif et améliorent la santé digestive, renforcent l'immunité, équilibrent la glycémie et réduisent le risque de prise de poids et d'obésité. Les nutriments contenus dans les céréales complètes aident à combattre les inflammations, à améliorer l'état de santé général, à prévenir le cancer et à protéger contre les maladies cardiaques et les accidents vasculaires cérébraux²⁻⁶.

1.2 Pseudo-céréales : Ce sont des céréales provenant de plantes qui ne sont pas classées comme des graminées, mais qui sont considérées comme des céréales complètes en raison de leur profil nutritionnel similaire. De plus, elles sont naturellement sans gluten et disponibles sous leur forme entière. Les principales sont l'amarante, le sarrasin, le quinoa, le kaniwa et le riz sauvage⁷⁻⁹.

1.3 Les céréales raffinées : Pratiquement tous les céréales complètes sont nettoyées et traitées de façon minimale pour éviter qu'elles ne se détériorent pendant le transport ou le stockage, mais elles conservent toutes leurs parties nutritives. Elles deviennent des céréales raffinées lorsque le son et le germe huileux (qui a tendance à rancir lorsqu'il est exposé à la chaleur et à la lumière) sont enlevés, ne laissant que l'endosperme mou et facile à digérer. Leur valeur nutritionnelle s'en trouve considérablement réduite, leur durée de conservation augmente, leur coût diminue et leur aspect est attrayant. Les céréales raffinées sont utilisées dans toutes les préparations céréalières, les pâtes et la plupart des produits de boulangerie.¹⁰⁻¹³

1.4 Céréales enrichies/supplémentées : De nombreuses céréales raffinées sont enrichies ou supplémentées en nutriments qui se perdent au cours de la transformation ou qui ne sont pas présents à l'origine. Les protéines sont naturellement conservées tout au long de la transformation, les vitamines B et le fer qui sont perdus peuvent être rajoutés, mais dans des proportions différentes de celles d'origine. Les fibres et les substances phytochimiques ne peuvent pas être rajoutées et sont perdues à jamais. Des graisses, du sucre ou du sel peuvent également être ajoutés. Les aliments enrichis ont permis de prévenir les carences et les problèmes de santé qui en découlent chez certaines populations, par exemple les céréales pour nourrissons enrichies en fer et en vitamines B pour prévenir l'anémie, la farine de blé enrichie en acide folique pour prévenir les malformations congénitales.¹¹⁻¹⁴

2. Céréales entières & Pseudo-céréales – sans gluten *Noms indiens entre parenthèses*

2.1 Amarante (Cholai/Ramdana/Rajgira) : Une super-céréale à haute teneur en protéines (13-14%) et riche en vitamine E et en vitamines du complexe B de haute qualité et en minéraux comme le calcium, le fer, le manganèse et le zinc. Il s'agit d'une protéine complète considérée comme égale aux protéines animales. Ses minuscules grains contiennent les neuf acides aminés essentiels, dont la lysine, rare et importante, qui manque dans les céréales, à l'exception du quinoa. Elle est mieux absorbée et digérée lorsqu'elle est trempée pendant 8 heures ou plus et qu'elle est cuite.^{6-11,15-18} (voir vol 12 #3 article sur la santé des herbes)

2.2 Riz brun/non poli (Bhoora chawal) : la moitié de la planète a pour aliment de base le riz. Le riz complet est généralement brun, mais peut aussi être noir, violet ou rouge. L'enrobage de son donne au riz brun un goût de noisette et une texture moelleuse. Il contient trois fois plus de fibres que le riz blanc, mais

moins de fibres que les autres céréales complètes. Il est riche en vitamines, en minéraux, notamment en sélénium, en magnésium et en manganèse, dont on parle moins mais qui est essentiel à une santé optimale. Les protéines du riz sont en équilibre avec les glucides qu'il contient. **Le riz noir**, riche en calories, est plus nutritif que le riz brun. Le riz rouge bhoutanais est tout aussi nutritif. ^{6,19-21}

2.3 Le sarrasin (Kuttu) offre 33 % de fibres en plus, un peu plus de glucides, mais beaucoup moins de calcium que l'amarante. C'est la seule céréale à contenir des niveaux élevés de rutine, un antioxydant. ^{6,22,23}



Amaranth



Brown rice



Buckwheat

2.4 Maïs (Makka) : Typiquement jaune, il existe dans de nombreuses couleurs. Riche en caroténoïdes antioxydants, il est excellent pour la santé des yeux et de la peau. Consommer le maïs avec des haricots ou des légumes crée un mélange complémentaire d'acides aminés qui augmente la valeur des protéines. Ses nutriments sont mieux absorbés lorsqu'il est cuit. Le maïs sucré est une variété de maïs récolté avant que les grains ne soient complètement mûrs ; il contient donc des quantités plus importantes de sucre et d'amidon. ^{6,16,24,25} (voir vol 11 n°5, article sur la santé des légumes)

2.5 Les millets sont des céréales rustiques à petites graines qui nécessitent peu d'entretien, résistent à la sécheresse et poussent en deux fois moins de temps que le riz et le blé. Connus sous le nom de médecine alimentaire, les millets sont des céréales riches en amidon et en protéines, avec un faible indice glycémique, riches en antioxydants, en minéraux, en vitamines B et en fibres, excellentes pour la santé et idéales pour les enfants en pleine croissance. ²⁶⁻³⁰ Certaines des variétés de millet bien connues sont :

2.5.1 Le millet de la basse-cour (sanwa chawal) : D'un goût similaire à celui du riz brisé cuit, il est faible en calories, riche en fibres et connu pour réduire le taux de sucre dans le sang et le poids. ³¹

2.5.2 Le millet à doigts (Ragi) : Considéré comme la plus nutritive de toutes les céréales, sa teneur en calcium est cinq à trente fois supérieure à celle des autres céréales, et trois fois supérieure à celle du lait, ce qui en fait la meilleure alternative aux suppléments pour prévenir l'ostéoporose. Riche en acides aminés essentiels pour la santé et en protéines, phosphore et fer facilement absorbables, le porridge de ragi est le premier aliment solide des bébés dans le sud de l'Inde. Il prévient la malnutrition et l'anémie et facilite la croissance du cerveau chez les enfants. Il peut contrôler le taux sanguin et accélérer la cicatrisation des plaies chez les personnes atteintes de diabète. ^{29,32,33}



Corn



Barnyard millet



Finger millet

2.5.3 Le millet perlé (Bajra), riche en vitamine B et en minéraux alimentaires (notamment en fer), présente un bon équilibre en acides aminés. C'est l'un des meilleurs remèdes maison pour les crampes menstruelles et les sautes d'humeur associées. ^{29,32,33}

2.5.4 Sorgho/grand millet (Jowar/milo) : Très efficace au niveau de la photosynthèse, la plante mûrit très rapidement et est considérée par certains scientifiques comme une culture du futur lorsque les

réserves alimentaires seront insuffisantes. Généralement disponible sous forme de farine, riche en antioxydants, c'est une céréale très nutritive - parfaite pour les enfants.^{29,35,36}

2.5.5 Teff : Une denrée de base fiable partout où elle est cultivée, polyvalente et facile à préparer, ce petit millet est excellent pour la santé des os, peut prévenir et traiter l'anémie, et équilibre naturellement les niveaux d'hormones. Le teff est plus doux, avec des notes de cacao et de noisette, et convient bien à la polenta chaude et au porridge, car les grains s'agglutinent à la cuisson.^{37,38}



Pearl millet



Sorghum



Teff

2.5.6 Les autres millets nutritifs sont le **millet à queue de renard**³⁹ (Kangni/Korra), riche en minéraux et en glucides sains pour équilibrer la glycémie ; le **millet Kodo**³⁶ (Kodrav), qui contient trois fois plus de fibres alimentaires que le blé et le maïs et dix fois plus que le riz ; et le **petit millet**⁴⁰ (kutki/samai), plus riche en fer que les autres millets, convenant à tous les groupes d'âge ; le **millet proso/rouge/blanc**, considéré comme un aliment pour oiseaux, est progressivement accepté pour la consommation humaine. Son mélange complexe de lipides à forte teneur en lécithine aide à traiter les troubles neuroaux et mentaux.⁴¹

2.6 Avoine : Largement utilisée dans les céréales et les produits de boulangerie. Les gruaux d'avoine (lorsque l'enveloppe est retirée du grain d'avoine) sont moulus, coupés en tranches ou cuits à la vapeur et aplatis pour améliorer la texture et réduire le temps de cuisson. Ils peuvent être consommés tels quels pour leur valeur nutritive concentrée, mais il faut les faire tremper toute une nuit pour les ramollir. Même l'avoine instantanée est de l'avoine entière précuite, séchée et roulée. L'avoine, très nutritive, est un aliment sain pour le cœur en raison de sa teneur élevée en bêta-glucane. De plus, elle a la particularité d'être une grande source d'antioxydants qui contribuent à protéger les vaisseaux sanguins des effets néfastes du cholestérol LDL.^{6,42-44}

Attention : L'avoine est naturellement exempte de gluten, mais de nombreux types d'avoine sont cultivés à proximité d'endroits où sont cultivées des plantes riches en gluten ou sont traités dans des installations où sont également traités le blé, l'orge et le seigle ; le risque de contamination croisée ne peut donc être exclu. Recherchez les étiquettes "sans gluten" sur les emballages des flocons d'avoine.^{6,42-44}

2.7 Le quinoa : Riche en nutriments, juste après l'amarante, c'est une protéine complète contenant les 20 acides aminés, dont les 9 essentiels, avec un excellent rapport protéines/glucides.⁴⁵ Le quinoa existe en plusieurs variétés, les principales étant le blanc ivoire (largement connu et facile à cuisiner), le rouge (idéal pour les salades froides) et le noir (au goût sucré, nécessitant 15 à 20 minutes de cuisson). Le **kaniwa** est très similaire en termes de nutrition et d'utilisation, mais il est deux fois plus petit que le quinoa.⁴⁶

2.8 Riz sauvage : Il s'agit d'une pseudo-céréale, et non du riz ; il est consommé en mélange avec d'autres céréales dont le riz. Il contient deux fois plus de fibres et de protéines que le riz brun, mais moins de fer et de calcium.⁴⁷



Oats



Quinoa



Wild rice

3. Céréales complètes contenant du gluten - Noms indiens entre parenthèses

Le gluten contenu dans ces céréales aide à lier et à façonner les aliments comme les produits de boulangerie, les pâtes, etc. mais certaines personnes présentent une intolérance au gluten. Un régime strict sans gluten est la seule solution pour elles et pour les personnes atteintes de la maladie cœliaque, un trouble auto-immun.⁴⁸⁻⁵³

3.1 Orge (Jau) : L'orge mondé est plus sain, plus dense en nutriments que l'orge perlé transformé (ayant perdu sa couche de son lors du polissage). Riche en vitamines et en minéraux, elle est moins grasse et plus riche en fibres alimentaires que la plupart des céréales complètes. Le pain, la bouillie et la soupe d'orge sont très appréciés. La consommation régulière mais limitée d'eau d'orge aide à évacuer les toxines des reins et peut prévenir, dissoudre et éliminer les calculs rénaux^{54,55}.

3.2 Le seigle est plus nutritif et contient moins de gluten que le blé ou l'orge. La farine de seigle foncé est la plus saine car elle contient le maximum de son et de germe.⁵⁶

3.3 Le blé complet (Gehoon) : Principalement composé de glucides, c'est un aliment nutritif et énergétique. Il existe de nombreuses variantes : le **boulgour**, blé séché et concassé ; le **farro**, utilisé indifféremment en différents endroits sous le nom *d'épeautre, d'emmer, ou de blé dinkel* ; le **blé dur** (le plus courant) ; le **freekah** - blé dur, grillé et vendu concassé ; le **kamut/khorasan** - plus gros, contenant plus de protéines et de vitamine E que le blé commun, et toléré par les personnes allergiques au blé ; le **tritcale**, un hybride de blé dur et de seigle ; le **blé blanc entier** est tout aussi nutritif et plus doux au goût.^{2,6,57-60}

Attention : Une protéine du blé peut provoquer une allergie se traduisant par une éruption cutanée, de l'urticaire, un gonflement ou des difficultés respiratoires telles qu'une respiration sifflante, plus fréquente chez les enfants (elle disparaît normalement avec l'âge) et chez les personnes sujettes aux allergies. Ceci est différent de l'intolérance au gluten qui n'est pas une allergie.^{58,61}



Barley



Rye



Whole wheat

4. Conseils pour tirer le meilleur parti des céréales complètes

- Vérifiez les étiquettes et choisissez un produit sans OGM, non raffiné et contenant un pourcentage plus élevé de grains entiers.^{2-6,12,13, 62}
- Recherchez des grains fins et secs dans un emballage hermétique et stockez-les dans un endroit frais et sec pour conserver leur fraîcheur ou congelez-les dans des sacs de congélation hermétiques. Placez des feuilles de laurier pour les conserver plus longtemps ; ajoutez des bâtons de cannelle et des clous de girofle pour réduire le risque d'infestation.⁶²⁻⁶⁵
- L'idéal est de consommer environ 200 grammes (6-8 onces) de céréales par jour, dont au moins 50 % de céréales complètes pour améliorer la santé et prévenir les maladies.^{4,10,11,66}
- Utilisez une variété de céréales complètes pour obtenir la meilleure combinaison de nutriments. En effet, la dépendance à une seule céréale peut entraîner des problèmes de santé.^{2-6,12,15,27}
- Faites-les tremper toute la nuit ou faites-les germer pour éliminer les antinutriments, réduire la teneur en gluten et augmenter la digestibilité.^{2-6,12,15,27}
- Augmentez progressivement votre consommation de céréales complètes riches en fibres pour éviter les ballonnements, les gaz et la constipation ; buvez beaucoup d'eau pour faciliter le transit dans le tube digestif.⁴³
- Il est préférable de consommer au moins 2 à 3 heures avant le coucher pour permettre aux aliments à base de céréales complètes de se métaboliser et de libérer de l'énergie.²⁹

Références et Liens

1. Food and Health, Sathya Sai Speaks: <https://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume14/sss14-31.pdf>
2. Whole grains: <https://wholegrainscouncil.org/definition-whole-grain>
3. Whole grains & benefits: <https://draxe.com/nutrition/whole-grains/>
4. <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/what-should-you-eat/whole-grains/>
5. <https://www.glnc.org.au/grains/grains-and-nutrition/wholegrains/>
6. <https://www.masterclass.com/articles/what-are-whole-grains-learn-how-to-cook-with-whole-grains#what-are-whole-grains>
7. Pseudograins: <https://www.glnc.org.au/when-is-a-grain-not-a-grain-when-its-a-pseudo-grain/>
8. <https://sharonpalmer.com/what-are-pseudograins/>
9. <https://paleofoundation.com/complete-list-of-grains-and-pseudograins/>
10. Refined grains: <https://www.masterclass.com/articles/all-about-grains-21-types-of-grains>
11. <https://wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/whats-whole-grain-refined-grain>
12. <https://diet.mayoclinic.org/diet/eat/whole-grains-vs-regular-grains?xid=nl> MayoClinicDiet 20160421
13. <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthy-living/cereals-and-wholegrain-foods#when-wholegrains-are-refined>
14. Fortified grains: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/processed-foods/>
15. Amaranth: <https://draxe.com/nutrition/amaranth/>
16. <https://wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/whole-grains-z;>
17. <https://www.glnc.org.au/grains/types-of-grains/amaranth/>
18. <https://www.nutrition-and-you.com/amaranth-grain.html>
19. Brown rice: <https://draxe.com/nutrition/brown-rice-nutrition/>
20. <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/food-features/rice/>
21. Bhutanese red rice: <https://healthyeating.sfgate.com/nutritional-information-cooked-bhutanese-red-rice-1150.html>
22. Buckwheat: <https://draxe.com/nutrition/buckwheat-nutrition/>
23. Amaranth versus Buckwheat: <https://calories-info.com/compare/buckwheat-amaranth/>
24. Corn: <https://draxe.com/nutrition/nutritional-value-of-corn/>
25. <https://wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/grain-month-calendar/corn-%E2%80%93-october-grain-month>
26. Millets: <https://vikaspedia.in/health/nutrition/nutritive-value-of-foods/nutritive-value-of-cereals-and-millets/milletsthe-nutricereals>
27. Benefits of millet: <http://www.whfoods.com/genpage.php?tname=foodspice&dbid=53>
28. <https://www.thehindu.com/news/national/andhra-pradesh/include-millets-in-regular-diet-say-experts/article3248602.ece>
29. Importance of millets: Finger/pearl/sorghum: <https://fdocuments.in/document/food-body-by-sadhguru.html>
30. <https://blog.slurpfarm.com/millets/different-types-of-millet/>
31. Barnyard millets: <https://www.medindia.net/dietandnutrition/top-5-health-benefits-of-barnyard-millet.htm>
32. Finger millet (Ragi): <https://isha.sadhguru.org/in/en/blog/article/7-health-benefits-of-ragi-6-great-ragi-recipes>
33. <https://www.netmeds.com/health-library/post/ragi-nutrition-health-benefits-uses-for-skin-and-hair-side-effects>
34. Pearl millet: <https://www.medindia.net/dietandnutrition/health-benefits-of-pearl-millet.htm>
35. Sorghum: <https://draxe.com/nutrition/sorghum/>
36. <https://foodtank.com/news/2018/04/icrisat-millets-sorghum-forgotten-foods-future/>
37. Teff: <https://draxe.com/nutrition/teff/>
38. <https://wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/grain-month-calendar/millet-and-teff-%E2%80%93-november-grains-month>
39. Foxtail millet: <https://www.netmeds.com/health-library/post/foxtail-millet-nutrition-health-benefits-ayurvedic-uses-and-recipes>
40. Little millet: <https://www.medindia.net/dietandnutrition/little-millet-the-immune-boosting-indigenous-grain.htm>
41. Proso millet: <https://www.mdpi.com/2077-0472/9/3/64/htm>
42. Oats: <https://wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/grain-month-calendar/oats-%E2%80%93-january-grain-month#>
43. <https://draxe.com/nutrition/oatmeal-nutrition/>
44. <https://www.bobsredmill.com/blog/healthy-living/is-oatmeal-gluten-free/>
45. Quinoa: <https://draxe.com/nutrition/10-quinoa-nutrition-facts-benefits/>
46. Kaniwa versus quinoa: <https://nuts.com/healthy-eating/kaniwa-vs-quinoa#>
47. Wild rice: <https://wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/whole-grains-z#wildrice>
48. What is gluten: <https://wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/whats-whole-grain-refined-grain/gluten-free-whole-grains>
49. What is Gluten intolerance: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/312898#symptoms>
50. Are gluten-free grains healthy: <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/expert-answers/is-gluten-free-healthy/faq-20348653>
51. <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/gluten-free-diet/art-20048530>
52. <https://draxe.com/nutrition/gluten-free-grains>
53. Is gluten-free diet always good?: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/288406#benefits>
54. Barley: <https://draxe.com/nutrition/barley-nutrition/>
55. Barley water: <https://www.1mg.com/articles/did-you-know-barley-water-aids-dissolution-of-renal-stones/>
56. Rye: <https://draxe.com/nutrition/rye-flour/>
57. Wheat berries/whole wheat: <https://draxe.com/nutrition/wheat-berries/>
58. Wheat: <https://www.healthline.com/nutrition/foods/wheat#nutrition>
59. Wheat Bulgur: <https://www.healthline.com/nutrition/bulgur-wheat#nutrition>
60. Wheat family: Farro: https://www.healthline.com/nutrition/farro-benefits#TOC_TITLE_HDR_2
61. Wheat allergy different from gluten intolerance: <https://acaai.org/allergies/types/food-allergies/types-food-allergy/wheat-gluten-allergy>
62. Storage of whole grains: <https://wholegrainscouncil.org/recipes/cooking-whole-grains/storing-whole-grains>
63. <https://www.indiatoday.in/lifestyle/what-s-hot/story/tips-ways-get-rid-of-weevils-grain-beetles-bugs-ghuns-entering-spices-grains-monsoon-lifest-331259-2016-07-25>
64. <https://www.thekitchn.com/tips-bay-leaves-in-the-pantry-69557>
65. <https://kitchenhandsdown.com/kitchen-extras/how-to-store-grains-in-your-kitchen/>
66. Intake of whole grains: https://wholegrainscouncil.org/sites/default/files/atoms/files/WG_HowMuch.pdf

+++++

2. Anecdotes Inspirantes

2.1. Le combo Cleansing ramène la glycémie à la normale ! ^{01001...Uruguay}

Le 23 mai 2018, lorsque cette femme âgée de 73 ans est venue consulter ce praticien, elle prenait de la Metformine depuis quatre ans mais cela n'avait absolument pas réussi à faire baisser son taux de glycémie. On lui a donné **CC6.3 Diabetes + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC12.4 Autoimmune diseases + CC15.1 Mental & Emotional tonic** qu'elle a pris **TDS** en même temps que la metformine pendant quatre mois. Même alors, il n'y avait aucune amélioration de son taux de sucre, qui restait toujours élevé à 150 mg/dl, avec parfois des pointes à 200 mg/dl. Très inquiète en septembre, elle s'est ouverte plus complètement au praticien pour révéler qu'elle souffrait de la peur et du stress qui en résultait, ce qu'elle croyait être la cause profonde de son problème. Hantée par leur relation malheureuse, elle sentait et voyait son ex-mari décédé dans sa maison. Le praticien a préparé avec confiance le **CC17.2 Cleansing** pour le vaporiser autour de sa maison pendant dix jours. En une semaine, son taux de sucre est descendu à 125 mg/dl, restant constant pendant un mois, puis à 110 mg/dl en octobre et enfin normal à 98 mg/dl le 9 novembre. Elle était enfin libérée de la présence de son ex-mari !

2.2. Guérison en rêve de maux d'oreilles ^{03566...USA}

La praticienne a une amie qui travaille dans une banque. En juillet 2018, elle a commencé à écouter de la musique, en utilisant ses écouteurs pratiquement tout le temps en travaillant. En octobre, elle avait ressenti des maux d'oreille dans les deux oreilles, elle a donc arrêté d'utiliser les écouteurs mais les oreilles ont continué à lui faire mal. La douleur était si forte qu'elle devait prendre de l'ibuprofène tous les jours. Lors du bhajan du Nouvel An 2019, la praticienne lui a proposé un traitement vibrionics. L'amie a refusé en déclarant qu'elle avait déjà un rendez-vous chez le médecin le 7 janvier. Le 5 janvier, cette amie a fait un rêve dans lequel elle entendait sonner à sa porte. A la porte, se tenait la praticienne qui prétendait avoir un médicament pour son problème. Toutes deux se sont assises en face l'une de l'autre sur le sol. La praticienne présenta un bol vert rempli de liquide et demanda à la patiente de le boire. En le buvant, le mal d'oreille disparut miraculeusement en même temps que la praticienne ! Le rêve s'est terminé. Il suffit de dire qu'elle n'a jamais vu le spécialiste ORL. À ce jour, elle n'a pas eu de douleurs aux oreilles, même si elle utilise occasionnellement les écouteurs.

2.3 Vibrionics sauve des animaux de compagnie là où les vétérinaires avaient perdu tout espoir!

^{00512...Slovénie}

Luna, un petit caniche de 10 ans, diagnostiqué avec un cancer, a subi une ablation de l'utérus le 6 février 2021. Pendant l'opération, le vétérinaire a découvert que le cancer était très étendu et a déclaré que ses jours étaient comptés. Elle a souffert de fièvre post-opératoire et n'a pas mangé pendant plus de quatre jours ; le vétérinaire a recommandé l'euthanasie. La veille de l'opération, le praticien avait déjà commencé à diffuser **CC9.2 Infections acute** deux fois par jour. Comme Luna a commencé à manger le 11 février et que sa santé s'améliorait de jour en jour, le traitement a été arrêté le 16 février, date à laquelle elle courait de joie, pleine de vie ! Le vétérinaire a été tout simplement étonné. Selon les mots du propriétaire de Luna, "Depuis 2015, je prends un traitement vibrionics chaque fois que j'ai une maladie quelconque, je m'y fie avec reconnaissance. J'ai particulièrement rencontré le pouvoir magique et la merveille de vibrionics en traitant mon chiot. Je suis reconnaissante qu'elle ait eu la chance d'une nouvelle vie. Elle court maintenant autour du terrain avec une vitalité joyeuse. Le vétérinaire lui-même a admis qu'il n'avait jamais vu ou expérimenté quelque chose de semblable.

"Floki un chien dalmatien de 13 ans a subi une crise cardiaque en 2014 qui a endommagé son système moteur et affecté son équilibre. Il avait également des problèmes de peau, diverses allergies et du sable dans ses urines mais le pire, une tumeur sous la queue qui rendait la chirurgie extrêmement dangereuse, le vétérinaire ne pouvait donc rien faire. Notre praticien a tenu le coup pendant plus de 13 mois en utilisant **CC1.1 Animal tonic + CC2.1 Cancers - all + CC2.2 Cancer pain + CC2.3 Tumours & Growths** dans l'eau et aussi par broadcasting. En conséquence, le bienfaiteur de Floki rapporte qu'il a vécu une vie bien remplie, heureux et sans restrictions, avant de s'éteindre paisiblement en sept 2016, six mois après l'arrêt du traitement.

Tim, un terrier Jack Russell de 4 ans, a souffert pendant plusieurs mois car l'allopathie ne lui apportait aucun soulagement pour une perte partielle de poils, une peau rougie (allergie à la volaille & aux cosmétiques) et une habitude nerveuse de se gratter jusqu'au sang. En juillet 2018, il a reçu **CC1.1 Animal tonic + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC21.1 Skin tonic + CC21.3 Skin allergies**, dans l'eau. En deux mois, les grattages ont complètement cessé et les autres symptômes ont également disparu. Cependant, l'année suivante en 2019, il a fait une allergie à la poussière et au pollen de

tourne-sol. Dès que le combo ci-dessus a été repris, l'allergie a disparu grâce au remède qui a été poursuivi pendant deux mois. Il est complètement guéri depuis.

+++++

3. Ateliers et Séminaires

Atelier virtuel AVP, 2 Juin au 16 Juillet 2021; Atelier pratique, Puttaparthi, 26-27 Juillet 2021

Deuxième d'une série d'ateliers AVP virtuels, récemment organisés en Inde, cet atelier hautement



interactif et orienté vers la pratique, planifié et dirigé par deux enseignants seniors, comprenait 28 sessions auxquelles ont participé plus de 30 praticiens d'Inde et d'ailleurs. La plate-forme virtuelle a permis aux praticiens de participer plus facilement depuis le confort de leur foyer. En même temps, elle a permis d'élargir le corps professoral, puisque plusieurs nouveaux enseignants (^{11568, 11583, 12051}) ont pu participer à l'enseignement sans avoir à parcourir de longues distances. Plusieurs vétérans de vibrionics ont partagé leurs connaissances et leur expérience avec les participants. Cette connectivité a été facilitée par notre nouveau coordinateur de formation ⁰³⁵¹⁸ de Parthi qui a assuré la liaison avec les participants et les a fait se sentir comme chez eux

Quelques points clés de l'atelier :

- Pour sa première apparition à un atelier virtuel, Pat Hunt, le membre le plus ancien de la famille vibrionics et responsable de la recherche, a fait comprendre aux participants l'importance de limiter le remède à des combos essentiels afin d'éviter l'effet de dilution. Elle se plonge dans sa compréhension de l'homéopathie et se connecte avec Swami à l'intérieur d'elle-même pour finaliser chaque combo. L'**IB** a également été conçu de la même manière.
- Il était intéressant pour les nouveaux praticiens d'apprendre du Dr Aggarwal comment le concept de 108CC a évolué. Il a également donné un conseil important : tout en traitant un patient avec amour, nous devons être prudents et ne pas laisser des sentiments comme l'inquiétude et l'ego s'installer dans notre cœur, car ils peuvent ralentir le processus de guérison. Hem Aggarwal a insisté sur le fait que les praticiens doivent se mettre au niveau du patient comme on le ferait pour un enfant, commencer à ressentir sa douleur, se garder de porter un jugement sur un patient, y remédier calmement avec une prière et une concentration totale sur Swami.
- Notre coordinateur pour l'Amérique du Nord ⁰¹³³⁹ a donné des conseils sur la façon de protéger et d'entretenir la boîte 108CC et a également répondu aux questions des participants.

- Deux médecins praticiens ^{11567 & 11610} ont éclairé les participants sur la façon de diagnostiquer quelques maladies courantes et certaines maladies liées au mode de vie, avec des conseils de santé, y compris l'importance de la nutrition pour une vie sans maladie et leur ont conseillé d'être des modèles et de guider ainsi les patients.
- Le directeur de l'antenne de l'IASVP a fait une brève présentation de la structure de l'organisation vibrionics.

Le dernier jour, les AVP qualifiés ont reçu leurs boîtes 108CC avec révérence et avec la résolution de donner le meilleur d'eux-mêmes et d'être d'humbles instruments au service de Sai Vibrionics.

Om Sai Ram

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