

## **Sai Vibrionics Newsletter**

[publication du SVIRT]

[www.vibrionics.org](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 15 Numéro 1

Jan/Fév 2024

### Dans ce numéro

☞ <a href="#">Depuis le bureau du Dr Jit K Aggarwal</a>	1 - 2
☞ <a href="#">Profils de Praticiens</a>	2 - 5
☞ <a href="#">Etude de cas utilisant les Combos</a>	5 - 11
☞ <a href="#">Questions- Réponses</a>	10 - 11
☞ <a href="#">Paroles Divines du Maître Guérisseur</a>	11 - 12
☞ <a href="#">Annonces</a>	12
☞ <a href="#">Supplément</a>	13 - 22

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

Chers praticiens,

C'est l'une des périodes les plus excitantes de Prasanthi Nilayam – la période des fêtes. En cette période de l'année, des gens de nombreux pays, de nombreuses religions et cultures se rassemblent à Prashanti Nilayam pour célébrer la sainte fête de Noël et inaugurer la nouvelle année. L'ashram brille de décorations méticuleusement arrangées par des fidèles du monde entier. Cette année, un arbre de Noël de 10 mètres de haut a été érigé devant le bâtiment Prasanthi Est. L'air est rempli d'amour, de paix et de gratitude. Swami dit : « En adoptant le service et l'amour comme idéaux, vous devez commencer une nouvelle vie à partir de maintenant - c'est Ma bénédiction pour vous » – *Sathya Sai Baba, Discours du Nouvel An, 1er janvier 2000*. C'est vraiment un moment opportun pour chacun de nous d'évoluer et de grandir. Je demande humblement à tous les praticiens de se fixer pour but de répandre les vibrations d'amour et de guérison à une plus grande population en 2024.

En regardant 2023 dans le rétroviseur, nous pouvons nous réjouir de beaucoup de choses et en tirer des leçons.

- Nous avons enregistré avec succès l'Institut Sai Vibrionics pour la Recherche et la Formation (SVIRT), qui remplace l'Association Internationale des Praticiens Sai Vibrionics (IASVP). Désormais, le SVIRT est destiné à devenir la plateforme centrale de notre mission pour mener des recherches et dispenser des formations continues.
- Une autre étape importante en 2023 a été la toute première conférence Vibrionics au niveau de l'État, qui s'est tenue en Inde le 22 juillet à Visakhapatnam et qui a rassemblé des praticiens de l'Andhra Pradesh et du Telangana. L'événement a connu un succès retentissant, réunissant des praticiens engagés et des bénévoles enthousiastes. Je m'attends à ce que ce succès incite d'autres États et régions de l'Inde à faire de même. Notre objectif est de jeter les bases d'une conférence nationale, dans l'espoir de rassembler les praticiens Vibrionics de tous les coins du pays.
- J'ai le plaisir de vous annoncer que le nombre de camps de bien-être Vibrionics n'a cessé d'augmenter, en particulier dans les bidonvilles et les zones rurales. 1 367 camps ont été organisés dans 109 localités, fournissant des remèdes vibrionics à environ 57 000 patients, ce qui est vraiment remarquable. J'invite tous les praticiens à se consacrer de tout cœur, dans les années à venir, à atteindre les personnes les plus défavorisées et à leur offrir du réconfort grâce aux remèdes vibrionics bénis par Swami.
- Quelle meilleure façon de rendre hommage à notre Seigneur que l'admirable initiative prise par les Organisations Sai Seva ! Dans le cadre de la célébration du centenaire de la naissance de Bhagwan

en 2025, elles travaillent avec diligence à orner la Terre Mère de millions d'arbres. Cet effort considérable est le résultat d'une collaboration unique entre la SSSSO et les praticiens Sai Vibrionics, en particulier ceux de l'Andhra Pradesh, du Gujarat et de Delhi NCR en Inde. Avec des praticiens du monde entier associant leurs efforts pour planter et entretenir des arbres sous l'égide de Sai Vibrionics, cette activité devrait s'accélérer en 2024.

- Notre distribution d'**IB** s'est poursuivie tout au long de l'année, et, avec une nouvelle variante de Covid en vue, elle a pris de l'ampleur.

Comme toujours, en tant qu'organisation, nous continuons à travailler et, en 2024, nous nous concentrerons plus encore sur la recherche sous l'égide du SVIRT.

En conclusion, alors que nous accueillons 2024, réfléchissons au message de Swami : "La nouvelle année ou le nouveau mois n'apportent pas de nouvelles joies ou de nouvelles peines... Chaque seconde est nouvelle, parce qu'elle annonce la marche du temps. Une année est en fait une succession de secondes qui se transforment en minutes, en jours et en mois. Ce n'est que lorsque chaque instant est chéri comme nouveau que la nouvelle année devient nouvelle. La manière sacrée dont chaque instant est vécu déterminera la fécondité de l'année. Si vous souhaitez mener une vie sacrée et vivre des expériences sacrées, vous devez vous engager dans des actions sacrées". - *Sri Sathya Sai Speaks, Vol 31, 1er janvier 1998.*

Pour profiter d'une année 2024 fructueuse, prenons tous la résolution de "commencer chaque journée avec Amour, de passer la journée avec amour, de remplir la journée avec Amour et de terminer la journée avec Amour".

Je vous souhaite à tous une année 2024 heureuse, saine et prospère.

Au service aimant de Sai,

Jit K Aggarwal

\*\*\*\*\*

## ☪ Profils de Praticien ☪

**La Praticienne**<sup>18001...Inde</sup>



est titulaire d'une licence et a également étudié l'homéopathie. Elle a eu la chance de naître dans une famille Sai ; son père a visité Puttaparthi pour la première fois en 1976, alors qu'elle avait sept ans. C'est dix ans plus tard qu'elle a eu pour la première fois la bénédiction du darshan de Swami, lorsqu'elle s'est rendue à Prashanti Nilayam avec sa famille.

Depuis 2000, elle s'est portée volontaire pour le seva semestriel à Puttaparthi, 8 jours en mars et 10 jours en décembre. Pendant 11 ans, elle a fait du seva en tant que technicienne en télémédecine pour l'hôpital super spécialisé de Puttaparthi et de Whitefield, deux fois par semaine. Elle a également été coordinatrice de la branche spirituelle et enseignante Bal Vikas dans son samiti.

Elle a enseigné la couture au centre Mother Teresa Leprosy pendant 11 ans, jusqu'en 2012, date à laquelle les cours ont été interrompus. Elle est passionnée par le seva et se porte volontaire chaque fois que l'occasion se présente : visite de maisons de retraite, participation à des camps médicaux, seva Narayan lors du Rath Yatra dans sa ville natale, ainsi qu'au gurudwara local lors du Guru Nanak Jayanti et des célébrations de l'anniversaire de Guru Gobind Singh. Elle aime fabriquer des peluches, peindre des feuilles d'aluminium, jardiner, faire de la pâtisserie et cuisiner.

Elle a entendu parler de Vibrionics en 2002 par son père qui a même rencontré le Dr Aggarwal à l'ashram pour obtenir des détails sur les cours, mais à l'époque, elle n'était pas destinée à apprendre vibrionics. C'est presque vingt ans plus tard, pendant la pandémie, qu'elle a lu par hasard une lettre d'information qui lui a donné l'idée que, grâce à Vibrionics, elle serait en mesure de servir davantage de personnes dans le besoin, en particulier celles qui vivent dans des régions isolées. Elle s'est inscrite au cours en ligne et est devenue AP en décembre 2021.

Elle a obtenu d'énormes succès dans le traitement de patients souffrant d'affections diverses. En mai 2022, elle a traité un garçon autiste de 8 ans qui ne parlait pas, était hyperactif et souffrait d'insomnies, ce qui l'amenait à déranger sa mère au milieu de la nuit depuis l'âge d'un an. Elle pense que ces problèmes sont dus au fait que la mère avait l'habitude de donner son téléphone portable au bébé pour le faire taire. Elle lui a donné : **#1. CC12.2 Child tonic + CC15.5 ADD & Autism + CC17.3 Brain & Memory tonic + CC18.1 Brain disabilities + CC18.2 Alzheimer's disease** et **#2. CC15.6 Sleep disorders**. Un mois plus

tard, sa mère a signalé qu'il parlait pour la première fois, que son comportement s'était amélioré et qu'il dormait toute la nuit.

Dans un autre cas, elle a été contactée par un parent qui souffrait d'un excès de mucus dans ses selles depuis 15 ans, sans qu'aucun médicament ne le soulage. Elle lui a donné : **CC4.1 Digestion tonic + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.5 Ulcers + CC4.6 Diarrhoea + CC4.8 Gastroenteritis + CC4.10 Indigestion + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.2 Psychiatric disorders**. En l'espace de quatre semaines, le problème a été complètement résolu.

Dans un autre cas, elle a traité une fillette de 12 ans qui avait des petits furoncles blancs sur les mains et le cou. Elle avait essayé l'allopathie et l'homéopathie pendant trois mois, sans succès. Le praticien lui a donné : **CC10.1 Emergencies + CC21.2 Skin infections + CC21.8 Herpes + CC21.11 Wounds & Abrasions**. Au bout de 15 jours, du pus a commencé à se former à l'intérieur des furoncles et ceux-ci sont devenus très douloureux. La praticienne a recommandé, en plus du remède oral, des compresses à l'eau chaude. Le pus s'est écoulé progressivement, et la peau est redevenue tout à fait normale en deux mois.

La praticienne a mis au point une combinaison pour les douleurs articulaires qui, selon elle, fonctionne miraculeusement : **CC3.7 Circulation + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.2 SMJ pain + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine**. Elle l'utilise également en usage externe dans de l'huile de noix de coco ou de moutarde. Lors d'un voyage à Char Dham à Uttarkashi, elle est tombée sur une pierre pointue, ce qui lui a causé de graves contusions aux deux genoux. Elle a pris la combinaison ci-dessus toutes les dix minutes pendant une heure et l'a appliquée sur ses genoux avec de l'huile d'olive. À son grand étonnement, elle n'a plus ressenti la douleur et a pu terminer son pèlerinage sans problème.

Fille d'un médecin allopathe, elle était témoin des sourires des patients guéris et de l'immense joie qui se lisait sur leur visage ; elle a donc toujours aspiré à devenir médecin. Aujourd'hui, elle se sent bénie par le fait que Swami a réalisé son rêve de devenir "médecin". Au cours de sa pratique, elle s'est rendu compte que pour obtenir les meilleurs résultats, il ne faut jamais s'attarder sur des pensées négatives et, par conséquent, ne pas considérer une maladie comme incurable. Lorsque l'on s'en remet à Swami et que l'on prescrit un remède avec un état d'esprit positif et une foi totale, les résultats sont invariablement favorables.

Elle est toujours à la recherche de nouveaux endroits pour organiser des camps. Bien qu'elle ait



déménagé à Puttparthi en février 2023, la praticienne continue de visiter et d'organiser des camps trimestriels dans trois endroits différents près de chez elle à Kolkata, au Bengale-Occidental. Après une brève halte chez elle, elle se rend dans un village pauvre du Jharkhand pour y organiser des camps similaires à deux endroits avant de retourner à Puttparthi. Cette initiative a été lancée à la demande d'un sevalal de ce village, qui avait expérimenté lui-même l'efficacité de vibrionics lors de son

séjour à Puttparthi. Pour le suivi, les patients peuvent la consulter sur son téléphone portable. Elle leur envoie des remèdes par l'intermédiaire des fidèles locaux qui visitent l'ashram et, lorsque cela n'est pas possible, elle envoie les tubes de remèdes par courrier. Elle fait partie de l'équipe de praticiens qui tient une clinique au bureau du SVIRT deux fois par semaine, ainsi qu'au village d'Eswaramma et à Brahmanapalli à intervalles réguliers. Elle est bénévole tous les dimanches dans une nouvelle clinique située dans un mandir près du Super Hospital à Puttparthi ; en outre, elle reçoit bien sûr des patients dans son appartement pendant son séjour à Puttparthi.

Elle estime que les bénédictions de ses patients lui donnent une énergie supplémentaire pour développer son seva. Elle vit chaque instant de sa vie en suivant le dicton de Swami selon lequel Manav Seva est Madhav Seva (le service à l'homme est le service à Dieu).

#### Cas partagés :

- [Allergie cutanée](#)
- [Retard des dents définitives](#)
- [Genou et douleur musculaire au mollet](#)

**La Practicienne** <sup>11633...Inde</sup>



titulaire d'une licence en botanique, est actuellement tailleur professionnel ; elle a également suivi des cours de dessin à main levée et d'après modèle. Ses passions sont la couture, le dessin et le jardinage. Elle a entendu parler de Sathya Sai Baba pour la première fois par ses beaux-parents après son mariage en 1992. En 1994, elle a eu son premier darshan de Sai Baba à Bangalore et le fait de Le voir de si près, ainsi que la lecture de Ses enseignements, l'ont incitée à devenir une fidèle de Sai. En 2000, elle a eu la chance de participer à un mois de 'Koti Archana' (dix millions de récitations des noms de Swami) qui se déroulait à Mumbai et cette expérience l'a transformée. En 2003, sa sœur l'a présentée au Sai Samiti local et elle est devenue une bénévole régulière pour les Bal Vikas, Narayana Seva et pour chanter des bhajans. Elle a participé au Narayana Seva mensuel au NIMHANS pendant 5 à 6 ans, a fait du seva à l'hôpital de Whitefield, et s'est portée volontaire pour l'empaquetage de vibhuti au temple Shirdi Sai et au Sai Premanjali, ainsi que pour la préparation des **IB** pour les sevadals pendant la pandémie de Covid. Elle défend également des causes sociales et rencontre souvent des représentants du gouvernement afin d'améliorer les infrastructures locales telles que l'éclairage public et la réparation des routes.

Depuis son enfance, elle a vu son père pratiquer l'homéopathie et a toujours nourri un profond penchant pour les médecines alternatives. Son père soignait gratuitement les habitants de leur village et elle se souvient de patients arrivant chez eux en pleine nuit avec des piqûres de scorpion. Après que son père leur ait administré le remède, ils revenaient à la normale en moins d'une demi-heure ! Elle a grandi en entendant des histoires sur ses ancêtres qui pratiquaient des thérapies naturelles et pouvaient même réparer des doigts amputés avec des remèdes maison ! Tout cela a incité la praticienne à s'orienter vers le "seva médical". En 2018, elle a observé des vibro praticiens en action au Sai Gitanjali samiti et a été inspirée de poser sa candidature pour devenir praticienne. Après des retards dus à des engagements familiaux, elle a terminé sa formation AVP en juillet 2021 et est devenue VP en août 2022.

Ravie d'avoir été choisie comme instrument du Guérisseur Universel, la praticienne ne trouve pas de plus grande joie que d'assister au bonheur des patients après leur guérison. Son premier patient a été son mari qui, à la suite d'une blessure, a souffert de douleurs et d'enflures à la main pendant quatre mois et s'est complètement rétabli en l'espace d'un mois grâce à vibrionics.

La praticienne souhaite partager quelques cas intéressants. En novembre 2020, elle a fait une chute et a subi une fracture par tassement de vertèbres. Des antalgiques lui ont été prescrits pour gérer la douleur intense qui s'en est suivie. À ce moment-là, elle était en pleine procédure d'admission au cours d'AVP. Deux jours plus tard, l'équipe administrative l'a mise en contact avec un praticien qui l'a aidée à gérer la douleur uniquement à l'aide d'un remède vibro, sans antalgique. Quelques semaines plus tard, elle a rencontré un chien errant gravement blessé à la patte, qui gémissait continuellement de douleur et était incapable de bouger. Elle a mis son propre remède dans du lait et l'a donné au chien. Elle a également dissous quelques granules dans de l'eau et les a saupoudrés sur le corps du chien. Miraculeusement, après 2 ou 3 doses, le chien a pu marcher normalement !

En mars 2022, elle a traité avec succès un bébé perroquet en état de choc qui saignait du nez après être tombé d'un arbre. Après quelques doses de **CC10.1 Emergencies**, le perroquet a commencé à répondre aux autres oiseaux et à voler à nouveau. En septembre 2022, sa fille a ramené à la maison un aquarium avec six poissons. Malheureusement, ils sont tous morts le lendemain et elle a dû en acheter six autres. Cette fois, la praticienne a mis dans l'aquarium **CC1.1 Animal tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.1 Travel sickness** (car il arrive souvent que les poissons meurent à cause d'un changement d'eau). Les six ont survécu et sont restés en bonne santé.

D'après son expérience, l'**IB** donne des résultats spectaculaires. En commençant à prendre l'**IB** régulièrement à partir du 17 août 2021, un homme de 61 ans a obtenu en l'espace de trois semaines un soulagement de 50 % de sa migraine vieille de dix ans, et celle-ci a complètement disparu le 17 octobre, sans qu'il ait à prendre d'autres médicaments. À la grande joie du patient, les douleurs au talon, les maux de tête et la toux qu'il avait de temps à autre ont également disparu au cours de cette période. En décembre 2023, aucun de ces symptômes n'est réapparu, bien qu'il ait arrêté le remède le 22 janvier 2023.

Le mental étant la cause première de toutes les maladies, elle a découvert que l'ajout de **CC15.1 Mental & Emotional tonic** à tous les remèdes permet d'améliorer la confiance des patients et d'accélérer leur guérison. Elle ajoute **CC10.1 Emergencies** aux combos données aux nouvelles mères, car

l'accouchement est un choc pour le corps tout entier. Pour améliorer l'immunité générale, elle aime ajouter **CC12.1 Adult tonic** ou **CC12.2 Child tonic** à tous les remèdes.

Elle a traité une jeune fille de 14 ans souffrant d'un kyste dermoïde du limbe à l'œil droit, qui l'empêchait de fermer la paupière. La patiente avait subi une opération au laser à l'âge de deux ans, sans succès, et avait essayé l'allopathie, l'homéopathie et l'ayurvéda, en vain. Elle ne voyait plus de cet œil et les médecins lui ont proposé une greffe de la cornée. La praticienne lui a donné : **#1. CC2.3 Tumours & Growths + CC7.2 Partial Vision** en gouttes et **#2. CC10.1 Emergencies + CC12.4 Autoimmune diseases + CC18.5 Neuralgia + #1**. Sa vision a commencé à s'améliorer peu à peu, La couche blanche



qui recouvrait son iris a commencé à s'accumuler en un seul endroit et, en l'espace d'un mois, elle pouvait voir clairement dans un rayon de 0,696 mètres. Au bout de trois mois, la taille du kyste a diminué et elle pouvait fermer complètement l'œil. Elle a ensuite subi avec succès une greffe de cornée.

Une femme de 38 ans qui avait des règles irrégulières depuis la puberté se soignait avec des médicaments allopathiques mais le problème réapparaissait à l'arrêt du traitement. Le 22 novembre 2021, elle a reçu **CC8.1 Female tonic + CC8.4 Ovaries & Uterus + CC8.8 Menses irregular**. Les règles sont devenues régulières dès le mois suivant ! Elle a obtenu les mêmes excellents résultats avec une jeune fille de 15 ans dont les règles étaient irrégulières depuis la puberté, en utilisant **CC8.8**

#### **Menses irregular + CC12.2 Child tonic.**

Elle aime faire ses consultations par téléphone afin d'avoir le temps d'étudier les symptômes, d'évaluer la cause profonde et d'examiner le diagnostic médical, s'il y en a un, avant de faire une prescription. Ayant réalisé son rêve d'enfant de participer à un seva médical, la praticienne se sent bénie et satisfaite. Lorsqu'elle voit des patients guéris par vibrionics après avoir essayé en vain d'autres systèmes de guérison, elle éprouve une profonde gratitude à l'égard de Swami pour ses immenses bienfaits.

Jardinière passionnée, elle cultive un potager et des plantes médicinales sur sa terrasse (voir photo). Elle donne à ses plantes non seulement **CC1.2 Plant tonic**, mais aussi tout les restes d'eau de remède. Elle s'est montrée très intéressée par la recherche sur les plantes et par la traduction en tamoul. Elle décrit vibrionics comme une "médecine divine" et dit que le grand plaisir qu'elle tire de sa pratique ne peut être exprimé par des mots.

#### **Cas partagés :**

- [Leucorrhée](#)
- [Essoufflement - respiration sifflante](#)
- [Migraine](#)

## ☞ Etude de cas utilisant les Combos ☞

**1. Allergie cutanée** <sup>18001...Inde</sup> Une femme de 26 ans s'est présentée avec une éruption cutanée sévère sur le visage, caractérisée par des rougeurs, un léger gonflement et des démangeaisons. L'éruption était apparue il y a trois mois, peu après sa visite dans un salon de beauté. Elle a commencé à utiliser des comprimés et de la pommade allopathiques qui lui avaient été prescrits, mais ils n'ont apporté qu'un soulagement partiel et temporaire. Pendant ce traitement, elle a essayé l'homéopathie, mais cela n'a pas aidé non plus. Dès qu'elle a découvert vibrionics, elle a décidé d'interrompre les autres traitements, car elle cherchait désespérément une solution rapide pour pouvoir assister à une cérémonie de mariage une semaine plus tard.

Le 27 Jan 2022 elle a reçu :

**CC8.1 Female tonic + CC21.2 Skin infections + CC21.3 Skin allergies + CC21.11 Wounds & Abrasions...toutes les 10 minutes pendant une heure**, suivi de **6TD** et en application externe...**BD** dans de l'eau.

En trois jours, à l'agréable surprise de la patiente, les rougeurs, les gonflements et les démangeaisons ont diminués de 50 %, de même que les autres symptômes ; sa peau était redevenue normale ! L'application externe a été arrêtée et la diminution du remède oral commencée. Elle était ravie de pouvoir assister au mariage sans problème. Le remède oral a été arrêté le 16 février.

En novembre 2023, il n'y avait pas eu de récurrence.

+++++  
**2. Retard des dents définitives** <sup>18001...Inde</sup> Lors d'un camp vibrionics, une fillette de 8 ans, désespérée, s'est adressée à la praticienne parce qu'elle avait perdu, il y a deux ans, deux incisives supérieures primaires et que les dents définitives n'apparaissaient pas. Elle a pris des médicaments allopathiques pendant plus d'un an, mais en vain. Ce qui la contrariait le plus, c'étaient les moqueries de ses camarades.

Après avoir conseillé la jeune fille et l'avoir rassurée en lui disant qu'il y avait de l'espoir, la praticienne lui a administré le remède suivant, le **21 Décembre 2022** :

**CC9.4 Children's diseases\* + CC10.1 Emergencies + CC11.6 Tooth infections + CC12.2 Child tonic...TDS**

Exactement un mois plus tard, lors du camp suivant, la jeune fille est venue toute excitée vers la praticienne pour lui annoncer la bonne nouvelle : les deux incisives, source d'inquiétude depuis deux ans, avaient enfin percé ! La jeune fille a exprimé sa sincère gratitude.

\*La praticienne a ressenti une forte incitation à ajouter ce remède.

!+++++  
**3. Genoux et mollets douloureux** <sup>18001...Inde</sup> Depuis 2020, une femme de 75 ans souffrait de douleurs persistantes aux genoux et aux muscles du mollet dans les deux jambes. La douleur était légère pendant la marche mais s'intensifiait pendant la nuit, ce qui l'empêchait d'étirer ses jambes. Elle a eu recours à des massages à l'huile, ce qui l'a quelque peu soulagée. Elle prenait l'analgésique prescrit de temps en temps, lorsque la douleur devenait insupportable. Lorsqu'elle a entendu parler de vibrionics par la praticienne, elle l'a consultée sans tarder.

Le **10 Juin 2022**, elle a reçu :

**CC3.7 Circulation + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.2 SMJ pain + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue...TDS** oralement et **BD** dans de l'huile de coco en application externe.

Au bout de deux semaines, la douleur musculaire aux mollets et sa capacité à étirer les jambes se sont améliorées de 40 %. Elle a poursuivi son massage habituel au milieu de la nuit. Le 10 juillet, les symptômes avaient diminué de 90 %. Le dosage du remède oral a été réduit à **OD** et le massage à l'huile a été arrêté. Une semaine plus tard elle a déclaré avec joie qu'elle ne ressentait plus aucune douleur. Le dosage a été réduit jusqu'à ce que le remède soit arrêté le 5 août.

En novembre 2023, elle est heureuse de pouvoir effectuer ses tâches ménagères sans gêne, contrairement à ce qui était avant le traitement.

+++++  
**4. Leucorrhée** <sup>11633...Inde</sup> Une couturière\* de 36 ans avait des pertes vaginales blanchâtres nauséabondes tous les jours depuis quatre mois, c'est-à-dire depuis septembre 2022. Elle ressentait également des démangeaisons dans la région vaginale, ce qui la mettait mal à l'aise sur son lieu de travail. En novembre, son médecin, soupçonnant un ulcère de l'utérus, lui a recommandé de passer un scanner pelvien. Craignant l'examen, elle a opté pour les seuls médicaments prescrits, mais les a abandonnés au bout de deux jours en raison d'effets secondaires tels que des vertiges et une vision floue. Lorsque sa voisine lui a parlé de vibrionics, elle a consulté la praticienne et lui a révélé qu'en raison de son emploi du temps chargé, elle ne buvait pas suffisamment d'eau.

Le **22 Janvier 2023**, elle a reçu :

**CC8.5 Vagina & Cervix + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.7 Fungus...TDS**

Il lui a été conseillé d'augmenter progressivement sa consommation d'eau. À la fin du mois de février, une amélioration de 30 % de tous les symptômes était constatée ; cette amélioration est passée à 80 % à la fin du mois de mars. Le 10 avril, elle ne présentait plus aucun symptôme et pouvait continuer son travail de couturière sans gêne. Le dosage a été réduit à **OD** pendant 10 jours et diminué progressivement avant d'être arrêté le 25 mai. Depuis novembre 2023, il n'y a pas eu de récurrence.

\*une femme tailleur dont le métier consiste à coudre des vêtements, des tissus et des articles vestimentaires.

**5. Essoufflement - respiration sifflante** <sup>11633...Inde</sup> Un homme de 55 ans souffrait d'essoufflement et de respiration sifflante depuis 24 ans. Au départ, ces symptômes ne se manifestaient que pendant les hivers et l'exposition à la poussière, ce qui a conduit à un diagnostic de bronchite allergique en 1998. Le traitement a commencé par des comprimés d'asthaline, suivis d'un bronchodilatateur et d'un stéroïde (par voie orale et par injection), mais avec un soulagement limité. En 2002-2003, il a également essayé des méthodes non conventionnelles, comme le traitement par poissons vivants, mais celles-ci se sont révélées vaines. En 2007, l'essoufflement et la respiration sifflante sont devenus quotidiens, aggravés lorsqu'il montait les escaliers, se lavait la tête et consommait certains aliments comme du lait caillé, des concombres ou de la crème glacée. Même le fait de s'allonger provoquait une gêne qui l'obligeait à dormir en position assise toute la nuit. On lui a prescrit un inhalateur d'asthaline qui le soulageait en 10 minutes et lui permettait de ne pas ressentir de symptômes pendant toute la journée. S'il sautait une dose, il se sentait essoufflé.

Pour éviter sa dépendance aux médicaments allopathiques, il a essayé l'homéopathie de 2016 à 2021. Cependant, le soulagement n'était que temporaire et il avait encore besoin de l'inhalateur une à deux fois par semaine pour un meilleur confort. À la recherche d'une solution plus prometteuse et permanente, il a consulté la praticienne le 5 janvier 2022, peu après avoir appris l'existence de vibrionics. Il se plaignait également de ronflements depuis plusieurs années. En dehors de l'inhalateur, il ne prenait aucun autre médicament. Il a reçu :

**Pour l'essoufflement et la respiration sifflante**

**#1. CC3.1 Heart tonic + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.4 Asthma attack...TDS**

**Pour le bien-être général :**

**#2. IB...OD**

**Pour le ronflement :**

**#3. CC15.6 Sleep disorders...OD**

Le 29 janvier, l'essoufflement et la respiration sifflante avaient diminué de 30 % et l'utilisation de l'inhalateur avait été ramenée à une fois par semaine. À la fin du mois d'avril, il a fait état d'un soulagement de 80 % et a déclaré que l'essoufflement ne survenait que lorsqu'il était exposé à la poussière ou qu'il montait les escaliers, ou après s'être lavé la tête, plutôt que tous les jours. Il était soulagé de pouvoir dormir dans une position normale sans gêne et de n'avoir utilisé l'inhalateur qu'une seule fois au cours des trois derniers mois !

Suivant les conseils de la praticienne, il a prudemment réintroduit dans son alimentation le lait caillé, le concombre et la crème glacée en quantités minimales. Il a été agréablement surpris de constater que ces aliments ne déclenchaient ni n'exacerbaient plus ses symptômes ! Cinq mois plus tard, à la fin du mois de septembre, tous ses symptômes avaient disparu ; monter les escaliers et s'exposer à la poussière ne lui causait plus qu'une gêne négligeable. Le dosage de **#1** a été réduit à **BD**.

En janvier 2023, il a voyagé à l'étranger sans que les symptômes réapparaissent, ce qui constitue un changement bienvenu par rapport à la gêne ressentie lors de ses précédents voyages. Cependant, un lavage de tête en hiver déclenchait toujours un léger essoufflement pour lequel il trouve pratique, en raison de son emploi du temps chargé, d'obtenir un soulagement instantané grâce à l'inhalateur.

Depuis le mois de novembre, il n'y a pas eu de récurrence et il préfère continuer les traitements **#1** et **#2** à un dosage d'entretien de **OD**. Malheureusement, il n'a pas pris le **#3** au sérieux et ne s'attendait donc pas à une amélioration du ronflement.

+++++

**6. Migraine** <sup>11633...Inde</sup> Une femme de 49 ans souffrait de migraines 2 à 3 fois par semaine depuis 12 ans, Ces épisodes se caractérisaient par une douleur aiguë sur le côté gauche de la tête, des nausées, de la fatigue, de l'irritabilité et une transpiration excessive. Tous les symptômes disparaissaient généralement d'eux-mêmes dans les deux heures qui suivaient. Cependant, les séquelles laissaient une sensation de fatigue pendant toute la journée, ce qui perturbait sa routine quotidienne. Si le mal de tête survenait la nuit, il perturbait son sommeil. L'exposition à un bruit fort ou à la lumière du soleil, ou le fait de regarder un écran de téléphone portable pendant dix minutes exacerbait les symptômes.

Réticente à opter pour un traitement allopathique, elle prenait des antalgiques en vente libre chaque fois que le mal de tête était insupportable. Cela la soulageait au bout d'une heure environ. Dans les cas moins graves, elle choisissait de se reposer jusqu'à ce que les symptômes disparaissent. Inspirée par

l'expérience réussie de son mari avec le traitement vibrionics du diabète, elle a consulté la praticienne le 24 janvier 2022 qui lui a donné :

**#1. CC11.4 Migraines + CC12.1 Adult tonic + CC18.5 Neuralgia...TDS**

**#2. CC15.6 Sleep disorders...OD**

Au cours des quatre mois suivants, la patiente n'a pas donné de nouvelles jusqu'en mai 2022, date à laquelle son mari est venu chercher un renouvellement de son propre remède. Il lui a dit que sa femme n'avait plus du tout ses fortes migraines.

Lorsque la praticienne a contacté la patiente pour obtenir plus de détails, elle lui a dit qu'au cours des deux semaines qui ont suivi le début du traitement, elle n'avait eu que deux épisodes de maux de tête. En particulier, les maux de tête étaient plus légers et ne s'accompagnaient pas des symptômes habituels. Au cours des deux semaines suivantes, son état s'est encore amélioré, avec un seul épisode. La fréquence et l'intensité ont diminué régulièrement pendant deux mois, jusqu'à ce que les maux de tête disparaissent en avril. Elle était heureuse d'annoncer qu'elle n'avait plus besoin des médicaments en vente libre et qu'elle n'avait plus de troubles du sommeil depuis qu'elle avait commencé à prendre le remède. Elle a pu apprécier, sans mal de tête, son récent pèlerinage dans une destination chaude. Elle a arrêté de prendre les remèdes à la fin du mois de mai 2022.

En novembre 2023, elle se porte très bien et n'a pas eu de récurrence.

**7. Troubles menstruels** <sup>03614...USA</sup> Une femme de 44 ans avait toujours eu un cycle menstruel régulier de 23 à 25 jours avec des saignements normaux durant quatre jours. À partir de novembre 2022, elle a constaté une diminution constante du flux et de la durée de ses règles, accompagnée de douleurs au bas-ventre, de ballonnements et de faiblesses tout au long de chaque période. En janvier 2023, ses règles n'ont duré que trois jours, avec un flux peu abondant, et sont tombées à deux jours en mars. En mai, ses règles ont été retardées de 10 jours. Attribuant ces changements à une ménopause précoce, caractéristique observée chez sa mère, elle n'a suivi aucun traitement. Bien qu'elle soit en surpoids (75 kg) depuis des décennies, elle est active, mange de bons plats végétariens, fait de l'exercice tous les jours et maintient un mode de vie sain. Peu après avoir entendu parler de vibrionics par son oncle, elle a consulté le praticien qui lui a donné le 5 juin 2023 :

**Pour les troubles menstruels :**

**#1. CC8.8 Menses irregular...TDS**

**Pour le bien-être global :**

**#2. IB...OD**

Lors du suivi du 30 juin, la patiente a signalé que ses règles avaient repris comme prévu après 23 jours, avec une durée et un flux normaux, sans aucune trace de douleur, de ballonnement ou de faiblesse ! Le 30 juillet, la patiente a répété la même histoire ; le dosage du remède **# 1** a donc été réduit à **BD** pendant deux semaines, à **OD** pendant une semaine, puis à **OW** comme dosage d'entretien.

Au cours des quatre mois suivants, ses règles ont été normales, les mêmes qu'avant novembre 2022.

En novembre 2023, la patiente est heureuse de continuer à prendre les deux remèdes,

**Le témoignage de la patiente est disponible sur notre site web.**

**8. Allergie respiratoire, troubles du sommeil** <sup>11655...Inde</sup> Une femme de 45 ans souffrait depuis 15 ans de crises d'éternuement, d'écoulement nasal et de troubles du sommeil. Les symptômes allergiques, probablement causés par la poussière et le pollen, se produisaient tous les deux jours et persistaient tout au long de l'année, avec un pic en hiver. Les crises d'éternuement se répétaient toutes les 10 à 15 minutes et pouvaient durer des heures. Lorsque les éternuements ne cessaient pas au bout d'une ou deux heures, elle prenait l'antihistaminique prescrit (OD) et les éternuements disparaissaient dans les 30 minutes suivantes. En raison de l'effet sédatif de l'antihistaminique, elle a été invitée à l'utiliser avec précaution. En mai 2023, alors qu'elle tente de se passer du médicament pendant un mois, elle constate que ses symptômes s'aggravent et s'accompagnent d'une forte toux sèche. Le recours à des remèdes maison, comme le gingembre et le miel, lui apportait un certain soulagement. Toutefois, réalisant la nécessité de prendre des antihistaminiques, elle a recommencé à en prendre. Lorsqu'elle a consulté le praticien, cela faisait un mois qu'elle souffrait d'une toux sèche sévère et qu'elle éternuait.



Elle avait également des difficultés à s'endormir et essayait de s'endormir en lisant des livres. En cas d'échec, elle prenait les somnifères prescrits et s'endormait au bout d'une heure. Le 10 juin 2023, on lui a donné :

**Pour l'allergie respiratoire :**

**#1. CC19.2 Respiratory allergies + CC19.5 Sinusitis + CC19.6 Cough chronic...toutes les 10 minutes** pendant 2 heures, puis **6TD**

**Pour les troubles du sommeil :**

**#2. CC15.6 Sleep disorders... toutes les 10 minutes** pendant une heure avant le coucher

Le lendemain, la patiente a déclaré s'être endormie après avoir pris deux doses de **#2** la nuit précédente, sans avoir eu besoin de somnifères. La toux a également diminué de 25 %. Elle a continué à prendre l'antihistaminique en cas de besoin.

Le 17 juin, la toux ayant disparu, le dosage de **#1** a été réduit à **TDS**. De plus en plus confiante en vibrionics, elle a arrêté l'antihistaminique. Elle a remarqué que les crises d'éternuement et l'écoulement nasal ne se produisaient que si elle manquait une dose, auquel cas il lui a été conseillé de prendre le **#1** fréquemment.

Son sommeil s'étant complètement rétabli au cours de la première semaine de juillet, **#2** a été arrêté. Le mois suivant, elle n'a présenté aucun symptôme, de sorte que **#1** a été réduit à **OD**, puis à **OW** à la fin du mois d'août.

Depuis le 23 novembre, il n'y a pas eu de récurrence et elle suit un dosage d'entretien d'**OW**.

**9. Polyarthrite rhumatoïde**<sup>11647...Inde</sup> Une femme de 50 ans souffrait de douleurs persistantes et de gonflements qui se manifestaient initialement au niveau des doigts et des poignets, depuis 1997, soit depuis 30 ans. En 2000, on a diagnostiqué une polyarthrite rhumatoïde et elle a pris des médicaments allopathiques prescrits, par voie orale et externe. Son état s'est détérioré au fil du temps, entraînant des douleurs atroces et des raideurs dans les doigts, les poignets, les cuisses, les genoux, les orteils et le dos, particulièrement intenses le matin. Des douleurs au cou et aux épaules sont venues aggraver ses difficultés, l'empêchant de se déplacer librement ou d'effectuer des tâches routinières ; son sommeil a également été perturbé.

Bien que les médicaments allopathiques soient utiles, ils provoquaient des effets secondaires tels que la somnolence, la faiblesse et des vomissements occasionnels. Elle s'est déplacée à de nombreux endroits à la recherche d'une meilleure solution, elle a essayé divers traitements alternatifs, y compris l'ayurveda, sans obtenir d'amélioration notable. Désireuse d'améliorer sa qualité de vie, elle s'est tournée vers vibrionics sur la recommandation de sa sœur. Le 8 janvier 2023, le praticien lui a donné :

**#1. CC10.1 Emergencies + CC12.4 Autoimmune diseases + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue... toutes les 10 minutes** pendant 2 heures, puis **6TD**

**#2. CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.7 Fractures...OD** dans de l'huile de moutarde en application externe

Elle a également poursuivi son traitement allopathique. Le 15 février, signalant une atténuation de 25 % de la douleur, du gonflement et de la raideur, elle a déclaré être très heureuse de se sentir bien après une longue période de souffrance ! Le 2 juin, ses symptômes se sont améliorés de 60 %, ce qui lui a permis de mieux dormir. Suivant les conseils du praticien, elle a adopté un mode de vie sain - exercice physique, yoga et alimentation équilibrée. Le 10 août, elle a ressenti un soulagement de 80 % et s'est sentie suffisamment confiante pour arrêter son traitement allopathique ; le dosage de **#1** a été réduit à **TDS**.

Le 9 septembre, elle a été ravie d'annoncer qu'elle n'avait plus aucun symptôme et qu'elle pouvait reprendre ses activités quotidiennes sans avoir besoin des coûteux médicaments aux effets secondaires indésirables. **#1** a été réduit à **OD**. Elle a exprimé sa gratitude et sa joie pour son remarquable rétablissement. Elle est désormais capable de sortir de chez elle et recourt occasionnellement à un antalgique lorsqu'elle voyage. Elle préfère continuer à prendre les remèdes à **OD**.

Depuis le 25 décembre 23, il n'y a pas eu de récurrence.

**10. Démangeaisons cutanées**<sup>11652...Inde</sup> Lorsque le praticien a rendu visite à sa cousine de 57 ans, cette dernière lui a parlé des souffrances que lui occasionnaient des démangeaisons sur l'avant-bras droit près du poignet, sur la cuisse droite et sur la cheville droite. Cette affection était apparue il y a trois ans, en mai

2020, lors de la pandémie de Covid, alors qu'en l'absence d'aide à domicile, sa charge de travail avait augmenté. Les démangeaisons se produisaient 2 à 3 fois par jour, surtout après les travaux ménagers et plus encore après le jardinage. De petites taches sombres, dues à un grattage fréquent, marquaient son poignet et sa cheville. Avec le temps, les démangeaisons se sont étendues aux cuisses, à la taille et au bas-ventre. Un bain d'eau salée chaude et l'utilisation d'une crème antifongique la soulageaient pendant 2 à 3 heures. Elle a essayé de changer de savon, mais les démangeaisons ont persisté. Elle a également ressenti de légers picotements au bout des doigts et des orteils pendant 10 à 15 minutes au réveil.

Elle était réticente à l'idée de consulter un médecin. Le praticien a remarqué qu'elle grattait les zones affectées.

Le 24 mai 2023, elle a reçu :

**#1. CC21.3 Skin allergies + CC21.6 Eczema...BD** dans de l'huile de coco vierge en application externe.

**#2. CC18.5 Neuralgia + #1...TDS**

Il lui a été conseillé d'éviter de porter des bracelets jusqu'à ce que son état s'améliore. Elle a commencé à prendre des bains normaux et a cessé d'utiliser la crème antifongique. En l'espace de deux semaines, le 7 juin, les démangeaisons ont diminué de 50 %, tandis que les plaques sont restées inchangées. Les démangeaisons se sont localisées aux poignets et aux chevilles, leur fréquence est tombée à 2 ou 3 fois par semaine et elle s'est sentie beaucoup mieux.

Le 26 juin, elle a indiqué que les démangeaisons avaient disparu et que les plaques étaient devenues plus claires. Un mois plus tard, le 25 juillet, comme elle fait état d'un soulagement à 100 %, plus de plaques, plus de démangeaisons ni picotements même pendant le jardinage,

**#2** est réduit à **BD** et diminué progressivement jusqu'à son arrêt le 22 août.

**#1** est poursuivi jusqu'à épuisement du remède.

Lorsque le praticien l'a rencontrée en octobre, elle a exprimé sa satisfaction et sa joie, car elle n'avait plus de démangeaisons. En décembre 2023, elle va toujours bien.

\*\*\*\*\*  
**11. Hyperpigmentation post ménopausique, fatigue** <sup>11654...Inde</sup> Une femme de 45 ans était préoccupée par la post-ménopause ; ses règles se sont arrêtées il y a un an et demi, en décembre 2021. Depuis mars 2022, elle ressentait de la fatigue et de l'irritabilité, accompagnées de taches sombres sur les deux joues, qui s'étendaient progressivement, sans toutefois provoquer de démangeaisons. Elle n'a pris aucun traitement pour l'hyperpigmentation et a géré les autres symptômes en se reposant. Lorsqu'elle consulte le praticien le 6 juin 2023, elle apparaît faible et semble perturbée, notamment par la pigmentation. On lui a donné :

**#1. CC8.6 Menopause + CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS**

Au 18 juin, les taches s'étaient estompées pour prendre une teinte brune plus claire et la fatigue et l'irritabilité avaient diminué de plus de 50 %. Elle a aussi mentionné une légère douleur au dos après un effort. Le traitement **#1** a donc été amélioré pour traiter la décalcification post-ménopausique :

**#2. CC20.6 Osteoporosis + #1...TDS**

Le 23 juin, elle a déclaré avec joie que les taches avaient disparu sans laisser de traces, de même que la fatigue et l'irritabilité. Le dosage a été réduit à **OD** et a été maintenu pendant les deux mois suivants avant l'arrêt du traitement le 23 août.

Au 8 décembre 23, elle ne présente plus aucun symptôme et en est heureuse.



Before treatment



After treatment

\*\*\*\*\*  
**12. Perte de la voix après Covid** <sup>03604...USA</sup> Une actrice et chanteuse de 68 ans, gravement touchée par le Covid (Omicron) en juin 2022, a été traitée avec des antibiotiques et des stéroïdes puissants et s'est rétablie. Cependant, le mal de gorge et la toux ont persisté pendant plus de quatre mois et elle avait mal à la gorge lorsqu'elle essayait de parler. Sa voix, autrefois puissante, s'est réduite à un faible grincement. Le 4 novembre, un ORL a détecté une corde vocale enflée et enflammée avec un polype, et a suggéré une intervention chirurgicale. Elle craignait que l'opération n'endommage les cordes vocales, ce qui aurait

un impact négatif sur sa carrière. Elle décida alors de consulter un laryngologue qui a confirmé le diagnostic et recommandé une intervention chirurgicale. Réticente à se faire opérer, elle a pris un troisième avis auprès d'un autre laryngologue qui confirma les résultats précédents et fait remarquer qu'il est très peu probable que les polypes disparaissent d'eux-mêmes. C'est donc avec hésitation qu'elle a accepté l'opération.

En attendant l'intervention chirurgicale, la patiente a entendu parler de vibrionics et a consulté le praticien. Outre le polype et divers symptômes, elle a fait part de son histoire marquée par un profond chagrin et une grande colère, car elle avait perdu toute sa famille biologique à l'âge de 29 ans. Son mari est décédé subitement il y a six ans, la laissant mener seule une action en justice pour mort suspecte. Elle était désormais seule et émotionnellement désemparée.

Le **26 Mars 2023**, il lui a été donné :

**CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.6 Cough chronic + CC19.7 Throat chronic...TDS**

Lors de l'examen préopératoire du 19 mai, à la grande surprise du médecin, le polype précédemment détecté n'a pas été retrouvé. Les douleurs à la gorge et la toux avaient également disparu à ce moment-là et la patiente a arrêté de prendre le remède ! La patiente s'est exclamée : "C'est un véritable miracle de Dieu". Elle a retrouvé l'usage normal de la parole, mais elle a dû suivre une rééducation orthophonique pour retrouver un niveau de chant professionnel. Son bien-être émotionnel s'est également amélioré, ce qui lui a permis de reprendre son travail avec bonheur.

Le 18 septembre, elle a déclaré qu'elle avait retrouvé un sentiment de bien-être général et qu'elle était reconnaissante de l'impact transformateur de vibrionics. Au 10 décembre 2023, elle continue d'enseigner, de jouer et de chanter normalement.

## ❧ Questions - Réponses ❧

**Q1. Pendant le cours AVP, il a été conseillé de n'ajouter qu'un petit nombre de combos au remède comme meilleure ligne option de traitement. Or, nous ajoutons 13 combos dans l'**IB**. Est-ce que cela sera aussi efficace ?**

**R.** Tout d'abord, il n'existe pas de règles strictes quant au nombre de combos pouvant être mélangés. Il est toujours conseillé de ne mélanger que les combos directement liés à la maladie à traiter. Il est important qu'au début de votre pratique, en donnant moins de remèdes, vous étudiez l'effet des remèdes individuellement et l'efficacité de chacun d'entre eux. Mais avec l'expérience, vous saurez et pourrez décider des combos qui fonctionnent bien lorsqu'ils sont administrés ensemble. L'Immunity Booster **IB** est un exemple particulier. Le Covid-19 affecte de nombreux systèmes de l'organisme, d'où le grand nombre de combos dans l'**IB**. Nous conseillons aux nouveaux praticiens de s'en tenir au nombre minimum de combos, mais comme vous le savez, vous pouvez ajouter certains toniques. Plus tard, lorsque vous aurez acquis l'expérience nécessaire, vous pourrez commencer à ajouter d'autres remèdes, mais toujours ceux qui sont liés à la maladie que vous traitez.

**Q2. Pourquoi ne prescrivons-nous pas les dosages **QDS** et **BD** dans le cadre normal de notre protocole de traitement ?**

**R.** L'expérience nous a appris que le dosage le plus courant, qui donne de bons résultats, est **TDS**. Il est commode et pratique - une dose le matin au lever et une dose au coucher, et une dose entre les deux, de préférence avant le déjeuner. Lorsqu'aucun dosage n'est indiqué, il s'agit automatiquement de **TDS**. Nous utilisons **QDS**, mais dans la pratique, il est plus difficile à suivre. Dans de nombreux cas appropriés, nous prescrivons bien sûr **BD**.

**Q3. Ces jours-ci, la pollution de l'air, en particulier dans les grandes villes indiennes, a dépassé la limite de l'indice de qualité de l'air (IQA) recommandée par l'OMS de 60. Récemment, à Delhi, l'IQA a dépassé les 500. Existe-t-il un remède pour lutter contre les effets néfastes de cette pollution ?**

**R.** Oui, utilisez les remèdes suivants :

Pour ceux qui utilisent le SRHVP : **SM14 Chemical Poison + SM31 Lung & Chest + SM35 Sinus + SR272 Arsen Alb 30C + SR292 Graphites 30C + SR349 Euphrasia 6X + SR399 Nux Mosch**

Pour ceux qui utilisent la boîte 108CC : **CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic + CC19.6 Cough chronic**

Q4. Si un patient, en particulier un enfant, avale accidentellement le remède sous forme d'eau ou de granule au lieu de le garder sous la langue, le remède sera-t-il efficace ?

R. Les vibrations fonctionneront mais seront peut-être moins efficaces parce qu'elles sont mieux absorbées sous la langue où il y a une concentration de terminaisons nerveuses. Il peut être préférable de reprendre cette dose. Pour des conseils sur l'administration de vibrations aux nourrissons ou aux nouveau-nés, voir vol 2 #3.Q5, vol 3 #6.Q2 et vol 14 #3.Q1.

Q5. Quels sont les derniers conseils concernant la recharge de ma boîte 108CC ?

R. Cette question a déjà été traitée dans le volume 14 #4 Q2, où vous trouverez également d'autres références antérieures. Néanmoins, pendant la pandémie de Covid, de nombreux praticiens, dans l'impossibilité de recharger leur boîte 108CC, ont signalé que leurs combos étaient tout aussi efficaces, même après trois ans sans recharge. Nous pouvons attribuer cela à Sa Grâce. En outre, n'oubliez pas que notre équipe de recherche met continuellement à jour les remèdes qui sont ajoutés périodiquement à la Master Box. Il est donc conseillé de recharger votre boîte tous les deux ans.

Q6. Lors de la préparation d'un remède à l'aide de plusieurs cartes avec le SRHVP, après avoir sorti le tube de remède de son puits, où dois-je le placer ? Faut-il respecter une distance minimale entre la machine et le tube ?

R. Il convient de maintenir une distance raisonnable, d'au moins 15 cm, entre le tube et le SRHVP. Il est préférable de le placer sur le côté droit du SRHVP car, sur le côté gauche, un aimant puissant se trouve sous le puits d'échantillonnage et peut neutraliser le remède s'il est placé très près de celui-ci.

## ☞ Paroles Divines du Maître Guérisseur ☞

*"Toute cette misère est causée par l'humanité elle-même... La maladie est due à une "carence en vitamines", comme on dit ; les vitamines sont Sathya, Dharma, Shanti et Prema (vérité, droiture, paix et amour divin). Prenez-les et vous vous rétablirez ; intégrez-les à votre caractère et à votre conduite et vous rayonnerez d'une excellente santé mentale et physique".*

...Sathya Sai Speaks, Discours Divin "You are born for your own sake", 16 Déc 1964,  
SSS vol 4, chapitre 47  
<https://sssbpt.info/ssspeaks/volume04/sss04-47.pdf>

*"Vous êtes des sevak, voués au service. Que les personnes que vous servez vous remercient ou vous méprisent, vous devez accomplir avec plaisir la tâche qui vous a été confiée. Car vous vous servez vous-mêmes, et non eux, ne l'oubliez pas. Bouquets ou coups de bâton, recevez-les avec le même calme. Seuls ceux qui s'identifient au corps exultent ou souffrent ; vous devez sentir que vous êtes le dehi, et non le deha (le Soi, et non le corps), ce qui vous donnera la force de servir au mieux."*

...Sathya Sai Speaks, Discours Divin "The burden of the Badge", 24 Fév 1965, SSS vol 5, chapitre 6  
<https://sssbpt.info/ssspeaks/volume05/sss05-06.pdf>

## ☞ Annonces ☞

### Prochains ateliers\*

- **Inde : Atelier pratique virtuel** AVP 5-22 Avril 2024 suivi d'un atelier en présentiel 26-28 Avril 2024, contact [editor1@vibrionics.org](mailto:editor1@vibrionics.org)
- **Inde : Puttaparthi** : atelier SVP 3-5 Mai 2024\*\*, contact Col Dogra à : [promotionsSVP@vibrionics.org](mailto:promotionsSVP@vibrionics.org)

\*\*sous réserve de modifications

\*les ateliers sont réservés aux personnes qui ont suivi la procédure d'admission et le e-course.

\*\*\*\*\*

## ☞ Supplément ☞

### 1. Articles sur la santé

**Consommez des aliments sains et riches en vitamines, des micronutriments essentiels à la santé !**

***“Si les aliments végétariens consommés sont équilibrés et sains, ils contiennent des doses généreuses de vitamine C et de vitamine E, que l'on trouve dans des légumes comme les carottes. Tout doit être mis en œuvre pour maintenir le corps humain en bonne santé. La santé est une richesse. Une personne en mauvaise santé ne peut pas jouir pleinement de sa richesse. La santé est plus importante parce qu'elle donne de la force physique et mentale.”...Sathya Sai Baba<sup>1</sup>***

Dans le précédent numéro de notre lettre d'information, nous avons traité des macronutriments (macros) pour une alimentation équilibrée. Cet article se penche sur un micronutriment essentiel, les vitamines.

### 1. Importance des vitamines

**1.1 Vitales pour la santé :** Les vitamines et les minéraux sont deux nutriments vitaux dont l'organisme a besoin en petites quantités pour survivre et rester en bonne santé. Ils sont collectivement connus sous le nom de micronutriments (micros) ; ils métabolisent les macros et nous permettent d'obtenir de l'énergie. Les micronutriments sont si importants qu'une carence peut réduire le niveau d'énergie, la clarté mentale et la capacité globale, ce qui peut ne pas être vraiment perceptible mais peut nous rendre vulnérables aux maladies ; plus tard, cela peut conduire à des problèmes de santé graves, voire mortels.<sup>2</sup>



**1.2 Précieux rôle et variété :** les vitamines sont des substances organiques fabriquées par les plantes et les animaux, et sont obtenues à partir des aliments. Elles contiennent l'élément carbone qui permet la vie sur terre et joue un rôle dans le fonctionnement de chaque organe. La découverte des vitamines a eu lieu en



1948, après des années de recherche, et il est apparu que certaines maladies pouvaient être causées par une carence en vitamines et non par des infections ou des toxines. Au total, il y a 13 vitamines : A, C, D, E, K, et huit vitamines du complexe B : B1 (thiamine), B2 (riboflavine), B3 (niacine), B5 (acide pantothénique), B6 (pyridoxine), B7 (biotine, également appelée vitamine H), B9 (acide folique), et B12 (cobalamine). Les numéros manquants B4, B8, B10 et B11 ne sont plus considérés comme des vitamines. Toutes ces vitamines sont nécessaires à l'organisme, bien qu'en quantités variables, en fonction de sa génétique et de son individualité biochimique.<sup>3-6</sup>

**1.3 Nature et utilisation des vitamines :** Les vitamines A, E, D et K sont liposolubles et nécessitent une quantité suffisante de minéraux et de graisses saines dans l'alimentation pour être mieux absorbées ; elles sont stockées dans le foie et les tissus adipeux ; il n'est pas nécessaire d'en prendre tous les jours. La vitamine C et les vitamines B sont solubles dans l'eau et stockées pour une courte durée dans l'organisme. Elles doivent être renouvelées fréquemment, à l'exception de la B12 qui est stockée principalement dans le foie pendant 3 à 5 ans ; tout excès est normalement éliminé dans l'urine.<sup>7,8</sup>

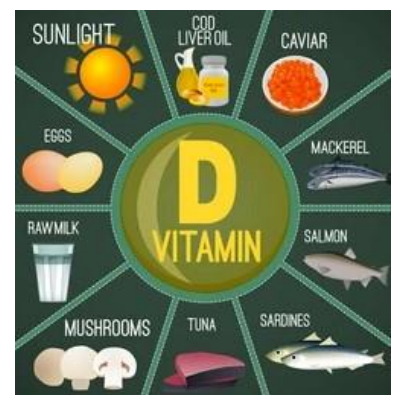
### 2. Les vitamines lipo-solubles

**2.1 La vitamine A** est vitale pour les yeux, la peau et le système immunitaire afin de lutter contre les maladies et les infections. Elle maintient également en bon état la muqueuse des poumons, des intestins et des voies urinaires. La vitamine A administrée par voie orale ou topique (locale) peut prévenir et traiter l'acné et guérir les blessures. La "vitamine A préformée" ou rétinol se trouve naturellement dans les produits animaux, notamment les œufs et les produits laitiers. La "provitamine A" ou caroténoïde (le plus courant étant le bêta-carotène), un nutriment que l'organisme convertit en vitamine A, se trouve dans tous les fruits et légumes de couleur vive. L'organisme peut mieux utiliser la vitamine contenue dans les légumes lorsqu'ils sont cuits et consommés avec des graisses saines.<sup>9-12</sup>



Les symptômes de carence sont la fatigue, la sécheresse des yeux (l'un des premiers signes est l'incapacité à produire des larmes), la perte de vision, l'incapacité à voir dans l'obscurité conduisant à la cécité nocturne, une peau sèche, squameuse, qui démange ou qui est rugueuse et inégale, la stérilité, un retard de croissance et de développement chez les enfants. Une carence, légère ou grave, peut augmenter le risque d'infection, en particulier au niveau de la poitrine et de la gorge.<sup>9-11</sup>

**2.2 La vitamine D (la vitamine du soleil) / Le calciférol** est à la fois un nutriment dont nous avons besoin et une hormone que notre corps produit pour aider à absorber et à retenir les minéraux essentiels à la formation des os, réduire la croissance des cellules cancéreuses, l'inflammation et l'infection ; il soutient également les systèmes nerveux, cardiovasculaire et endocrinien. Pour plus de détails sur son rôle, sur la manière d'utiliser la lumière du soleil et d'autres sources, et sur les maladies dues à sa carence, consultez nos newsletters vol 3 #4 juillet-août 2012 et vol 5 #1 janvier-février 2014 ainsi que les liens.<sup>13-19</sup>



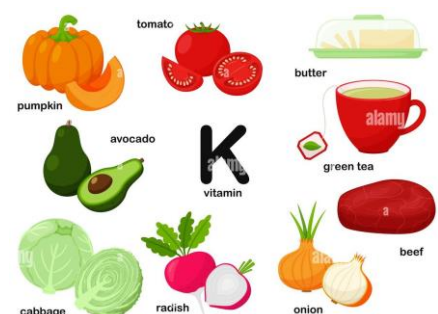
Les indicateurs de carence sont un faible taux de calcium (hypocalcémie), une hyperactivité des glandes parathyroïdes (hyperparathyroïdie), une déminéralisation osseuse et des os mous, une déformation des os et des articulations chez les enfants (rachitisme), une faiblesse musculaire, des crampes, des chutes fréquentes, des troubles de la marche, de la fatigue et une dépression. Il faut donc être attentif aux symptômes.<sup>16</sup>

**2.3 La vitamine E** est naturellement présente dans les fruits, les noix, les graines et les légumes verts feuillus, en particulier dans l'huile de germe de blé (source la plus riche), les graines de tournesol et les amandes. Elle aide l'organisme à utiliser la vitamine K. Antioxydant puissant, la vitamine E peut améliorer les fonctions cognitives et immunitaires, protéger les cellules de l'organisme et prévenir la formation de caillots dans les artères, la perte de vision liée à l'âge, les maladies neurodégénératives et le cancer. Des études suggèrent qu'elle peut améliorer la santé de la peau, des cheveux et du foie et soulager les douleurs et les crampes menstruelles, en particulier lorsqu'elle est associée à la vitamine C et à un acide gras oméga-3 tous les jours pendant 8 semaines. L'huile de vitamine E est considérée comme saine pour une application sur la peau, les ongles et les cheveux et peut éliminer les cicatrices, la sécheresse

et les boutons.<sup>20-23</sup>

Les signes de carence sont des lésions de la rétine, une neuropathie périphérique, une perte de contrôle des mouvements du corps et une diminution de l'immunité.<sup>20-23</sup>

**2.4 La vitamine K** : connue comme un nutriment très actif, elle fabrique certaines des protéines essentielles nécessaires à la coagulation du sang, à la santé cardiaque, à la solidité des os et à la cicatrisation des blessures. La vitamine K1, la plus courante, se trouve dans les légumes à feuilles vertes et les légumes crucifères, dans les fruits comme les myrtilles et les figes, et en plus petites quantités dans les céréales et les produits laitiers. La K2, moins répandue, se trouve dans les produits animaux et les aliments fermentés et est également produite par les bactéries intestinales ; elle reste plus longtemps dans l'organisme que la K1, ce qui accroît ses bienfaits. En cas de carence en



vitamine D, la K2 empêche la calcification des artères en dirigeant le calcium vers les os ; la recherche montre que la prise de K2 dans l'alimentation en même temps que la vitamine D peut réduire les fractures osseuses, prévenir la formation de plaques d'athérome dans les artères et diminuer le risque d'arthrite et de démence.<sup>24-28</sup>

Les signes de carence sont de petites ecchymoses sous les ongles, un retard dans la coagulation du sang, des saignements incontrôlés, des saignements de gencives et de nez, des selles sombres et sanguinolentes, des hémorragies, une ostéopénie ou une ostéoporose. Les personnes qui prennent des anticoagulants ne doivent pas prendre de suppléments de vitamine K et doivent également planifier son apport dans leur régime alimentaire selon les conseils de leur médecin. Dans le cas des nourrissons, dont l'organisme contient normalement de très faibles quantités de vitamine K à la naissance, il est recommandé d'administrer une dose intramusculaire unique de vitamine K à la naissance pour prévenir les hémorragies.<sup>24-29</sup>

### 3. Les vitamines hydrosolubles

**3.1 La vitamine C (acide ascorbique) :** puissant antioxydant, elle renforce le système immunitaire et la



santé cellulaire, ce qui réduit le risque de maladies graves, atténue la gravité des rhumes et des gripes et préserve la santé des yeux et de la peau. Elle facilite également l'absorption du fer et aide à cicatriser rapidement les plaies et les coupures. Les aliments riches en vitamine C sont la groseille à maquereau indienne (amla), les cerises, les fraises, les agrumes, le kiwi, la goyave, la papaye, le kaki, les prunes vertes, les poivrons jaunes, les tomates, les légumes crucifères, le persil frais et les pommes de terre blanches.<sup>30-33</sup>

Les signes d'une carence sont des taches sur la peau causées par des saignements ou des ecchymoses dus à la rupture de vaisseaux sanguins, un gonflement ou un saignement des gencives et éventuellement la perte de dents, la perte de cheveux, un retard dans la cicatrisation des blessures, la fatigue et l'anémie ferriprive. Le scorbut est la maladie caractéristique d'une carence grave.<sup>30-33</sup>

**Attention :** Les gens ont tendance à prendre des suppléments de vitamine C en abondance. Bien que soluble dans l'eau, un excès peut entraîner des maux de tête, ballonnements, diarrhée, rougeur de la peau et crampes ; il peut également entraîner des calculs rénaux, voire une insuffisance rénale ; il peut provoquer une surcharge en fer qui endommage le cœur, le foie et le pancréas.<sup>30-33</sup>

**3.2 Les vitamines B :** Les huit vitamines B contribuent à la santé, réduisent l'inflammation, soutiennent la fonction hormonale, développent les globules rouges et assurent un métabolisme et un système digestif sains. Bien que leurs rôles et leurs propriétés chimiques soient similaires, chaque vitamine a son propre fonctionnement pour prévenir la fatigue, l'anémie, les troubles de l'humeur et les problèmes de mémoire. Un mélange de plusieurs d'entre elles (complexe B) est préférable car elles agissent en synergie.<sup>7,34,35</sup>

**3.2.1 La vitamine B1 :** présente naturellement dans les céréales complètes, la plupart des graines, les haricots noirs, les pois verts, le tamarin et le yaourt, elle joue un rôle essentiel dans le métabolisme énergétique et la fonction nerveuse. Le thé et le café bloquent l'absorption de la thiamine. Une carence sévère peut entraîner un béribéri qui altère les réflexes et la fonction motrice, provoquant une perte musculaire et une diminution de la sensation dans les mains et les pieds (neuropathie périphérique), un déclin cognitif, une paralysie et une insuffisance cardiaque.<sup>34,36-38</sup>



**3.2.2 La vitamine B2 :** elle est surtout présente dans le yaourt, le lait, le fromage, l'avoine, le quinoa et les amandes. Une petite quantité est présente dans les pommes, les épinards, les tomates, les graines de tournesol, les haricots rouges et dans les bactéries de l'intestin. Essentielle pour la santé de la peau et des yeux, elle réduit le stress oxydatif et aide à absorber le fer et d'autres vitamines B. Les symptômes d'une carence sont les suivants : lèvres gercées, maux de gorge, éruptions cutanées, yeux rouges qui démangent, cataracte dans les cas graves et anémie ferriprive. Une carence à long terme peut provoquer des migraines, des troubles cérébraux et cardiaques et certains cancers. Un excès peut rendre l'urine jaune vif.<sup>4,6,39-41</sup>

**3.2.3 La vitamine B3 :** on la trouve dans les céréales comme le riz brun, les noix, les graines, les légumineuses et les bananes ; le maïs est naturellement riche en B3 mais n'est pas absorbable s'il n'est pas cuit et moulu. Bien que rare, une carence sévère peut entraîner une maladie, la pellagre, avec des éruptions cutanées sombres et écailleuses sur les zones de la peau exposées au soleil, une rougeur vive de la langue, des diarrhées, une dépression et une démence.<sup>42,43</sup>

**3.2.4 La vitamine B5 :** elle est présente dans le chou, le brocoli, les pommes de terre et les patates douces, les avocats, le riz brun, l'avoine, les graines de tournesol et les produits laitiers ; les bactéries intestinales en produisent une petite quantité. La B5 aide l'organisme à utiliser efficacement la vitamine B2 ; elle est également utilisée en cosmétique pour soigner diverses affections cutanées, notamment l'eczéma, les contacts avec les plantes urticantes, les piqûres d'insectes, l'érythème fessier, et pour hydrater la peau et les cheveux. Les symptômes de carence comprennent la fatigue, l'irritabilité, les problèmes neurologiques et les infections des voies respiratoires supérieures. Les carences graves sont rares, mais les carences légères peuvent entraîner de sévères problèmes de santé.<sup>44-46</sup>

**3.2.5 La vitamine B6 :** on la trouve naturellement dans les pois chiches (une tasse couvre 65 % de nos besoins quotidiens) et d'autres légumineuses, ainsi que dans les avocats, les pruneaux, les bananes, les pistaches, les légumes verts à feuilles sombres, les pois verts, les carottes et les patates douces. Elle est connue pour protéger le système immunitaire, le cerveau et les nerfs, prévenir les maladies et soulager les nausées matinales des femmes enceintes. Sa carence survient lorsque la B12 et l'acide folique sont insuffisants. Une carence légère peut ne présenter aucun symptôme, tandis qu'une carence sévère peut se traduire par une anémie, une dépression, une confusion et une baisse de l'immunité. Des doses élevées peuvent provoquer une neuropathie périphérique, une perte de contrôle des mouvements du corps, des nausées et une sensibilité à la lumière, mais ces symptômes disparaissent quand la dose revient à la normale.<sup>47-49</sup>

**3.2.6 La vitamine B7 :** les bonnes sources alimentaires sont l'avocat, la patate douce, les graines de tournesol, les noix, les légumineuses et les champignons. Sa carence peut entraîner la chute des cheveux, des éruptions cutanées et des ongles cassants. Les bienfaits de la supplémentation reposent sur des études peu concluantes, bien qu'ils soient glorifiés et populaires. Attention pour ceux qui consomment des œufs crus : ils contiennent une protéine appelée avidine qui empêche l'absorption de la B7, mais ils sont sans danger lorsqu'ils sont cuits.<sup>50,51</sup>

**3.2.7 La vitamine B9 :** elle joue un rôle clé dans le métabolisme des protéines, la production de matériel génétique et la santé des globules rouges, ce qui est très important pendant la grossesse et le développement du fœtus pour prévenir les malformations congénitales. Les meilleurs aliments sont les légumes à feuilles vert foncé, crus ou cuits brièvement à la vapeur pour conserver le plus de folate, ainsi que les haricots, les cacahuètes, les graines de tournesol, les céréales complètes et le tamarin. Elle est mieux absorbée dans les suppléments sous forme d'acide folique (85 %) que dans les aliments sous forme de folate (seulement 50 %) ; des quantités plus élevées peuvent masquer une carence en B12. Les symptômes d'une carence sont l'anémie, la fatigue, un rythme cardiaque irrégulier, l'essoufflement, la perte de cheveux et les plaies buccales.<sup>52</sup>

**3.2.8 La vitamin B12 :** elle est vitale pour la fonction neurologique, la production d'ADN et le développement des globules rouges. Découvrez les bienfaits et les sources de la vitamine B12, son absorption, les symptômes de carence, le diagnostic et le traitement dans l'article de notre lettre d'information vol 4 #6, nov-déc 2013. Les bactéries intestinales peuvent fabriquer de la B12, mais le processus est entravé par les gaz, la constipation ou l'indigestion.<sup>53-55</sup>

#### 4. Prévenir la perte des vitamines

La carence survient lorsque la teneur en vitamines de notre alimentation est insuffisante pendant une longue période, soit que l'alimentation n'est pas saine, que les vitamines des aliments ne sont pas absorbées en raison de l'âge ou d'une maladie sous-jacente, ou que le mode de vie est malsain, en particulier l'alcoolisme. En outre, les antibiotiques peuvent éliminer des microbes bénéfiques et appauvrir les nutriments tels que la vitamine K et les vitamines B. L'exposition à la lumière détruit/désactive les vitamines A, D, E, K, B2, B7 (lumière UV) ; la chaleur détruit les vitamines A, C, B1, B9, B12 ; l'air détruit les vitamines D, E, K, C, B9, B12.<sup>5,34,36,56,57</sup>

La consommation d'aliments diversifiés contenant des flavonoïdes nous permettra d'utiliser au mieux toutes les vitamines. Les flavonoïdes sont un groupe de substances naturelles présentes dans les produits végétaux - fruits (baies, cerises, agrumes) et légumes à feuilles vertes, céréales (noires, violettes, rouges), légumineuses, noix, graines, écorces, racines, tiges, fleurs (persil séché, origan, camomille,



menthe poivrée, poivrons rouges) et certaines boissons comme le thé blanc, vert, oolong et noir, le chocolat noir, et ont de nombreuses propriétés bénéfiques pour la santé.<sup>58</sup>

Certains nutriments contenus dans les légumes ne peuvent être absorbés que lorsqu'ils sont cuits, par exemple les carottes entières (avec la peau et non coupées), les épinards, les tomates, les poivrons ; certains doivent être consommés crus pour obtenir suffisamment de vitamine C. Les vitamines B1, B2, B3, B6 et C passent dans l'eau de cuisson ; il est donc intéressant d'utiliser le liquide restant comme base pour les sauces par exemple.<sup>5,12</sup>

## 5. Conseils pour tirer le meilleur parti des vitamines

- Prenez soin de votre intestin, qui fabrique certaines vitamines, et de votre foie, qui les stocke.<sup>7,8,59</sup>
- Mettez sur une alimentation équilibrée composée de légumes (cuits et crus), de fruits, de céréales complètes, de graines et de noix, de légumineuses, de haricots, de lentilles et de produits laitiers pour faire le plein de vitamines et remédier aux problèmes de santé. Évitez les glucides transformés et raffinés.<sup>6,36</sup>
- Faites cuire les aliments avec juste la quantité d'eau et de chaleur nécessaire.<sup>5,12</sup>
- Si vous le pouvez, choisissez des aliments enrichis sans sucre ajouté, car ils sont généralement trop transformés.<sup>60</sup>
- N'optez pas pour des suppléments sauf si vous présentez des symptômes de carence ou si votre médecin vous le conseille. Il n'y a pas de crainte à avoir quant à une surconsommation de vitamines provenant de l'alimentation ; l'excès d'un supplément peut entraîner une toxicité. En cas de prises de doses élevées, il est important d'effectuer un contrôle régulier.<sup>6,34,61</sup>
- Pour une absorption maximale, prenez les vitamines liposolubles A, E, D et K après avoir mangé des aliments contenant des matières grasses, par exemple une petite quantité de yaourt ou des aliments cuits avec des matières grasses. Le meilleur moment pour prendre les vitamines hydrosolubles C et B12 est à jeun avant un repas, de préférence le matin, ou 2 à 3 heures après un repas. Prenez également les vitamines hydrosolubles et liposolubles séparément, avec un écart de 1 à 2 heures. Les multivitamines contenant les deux types de vitamines peuvent constituer un défi pour l'organisme ; mieux vaut les prendre séparément !<sup>62</sup>

**Le mot de la fin :** « Que l'aliment soit ton médicament et que le médicament soit ton aliment. » Hippocrate, le père de la médecine moderne.<sup>5,63</sup>

## Références et Liens

1. Divine Discourse of 21 Jan 1994 on "Food, the heart and the mind": <https://www.ssbpt.info/ssspeaks/vol27/ss27-03.pdf>
2. What are micros: [https://www.who.int/health-topics/micronutrients#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/micronutrients#tab=tab_1)
3. <https://www.nia.nih.gov/health/vitamins-and-supplements/vitamins-and-minerals-older-adults>
4. RDA for Micros: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/vitamins/>
5. Nature of Vitamins: <https://www.bodybuilding.com/fun/vitamins.htm>
6. <https://www.foodunfolded.com/article/vitamins-in-food-why-do-we-need-vitamins>
7. Vitamins profile: <https://extension.colostate.edu/topic-areas/nutrition-food-safety-health/water-soluble-vitamins-b-complex-and-vitamin-c-9-312/>
8. Healthy fats: <https://news.vibrionics.org/en/articles/419>
9. Vit A deficiency: <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/23107-vitamin-a-deficiency>
10. <https://www.healthline.com/nutrition/vitamin-a-deficiency-symptoms>
11. <https://patient.info/healthy-living/vitamin-a-deficiency-leaflet>
12. Veg best cooked: <https://theconversation.com/nine-vegetables-that-are-healthier-for-you-when-cooked-182723>
13. Vitamin D: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/vitamin-d/#>
14. Enhanced role of vitamin D: <https://ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4399494/>
15. <https://consultqd.clevelandclinic.org/understanding-the-endocrine-impact-of-vitamin-d-calcium-deficiency-in-the-elderly/#>
16. D deficiency: <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/15050-vitamin-d-vitamin-d-deficiency>
17. Source sunshine: <https://news.vibrionics.org/en/articles/133>
18. <https://news.vibrionics.org/en/articles/167>
19. <https://www.goodreads.com/quotes/tag/vitamins>
20. Vitamin E: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/vitamin-e/>
21. [https://www.healthline.com/health/all-about-vitamin-e#3.-May-benefit-those-with-nonalcoholic-fatty-liver-disease-\(NAFLD\)](https://www.healthline.com/health/all-about-vitamin-e#3.-May-benefit-those-with-nonalcoholic-fatty-liver-disease-(NAFLD))
22. <https://ufhealth.org/conditions-and-treatments/vitamin-e>
23. <https://www.lybrate.com/question/1095904873/hey-i-bought-evion-400-capsule-can-i-have-it-what-are-the-uses-of-it-in-skin-and-hair>
24. Vitamin K: <https://health.clevelandclinic.org/vitamin-k>
25. <https://health.clevelandclinic.org/vitamin-k2>
26. <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/vitamin-k/#>
27. <https://www.healthline.com/health/vitamin-k>

28. <https://www.usatoday.com/story/life/health-wellness/2023/03/27/what-vitamin-k-benefits-body-who-needs-it-k-2-explained/11548498002/>
29. Vitamin K at birth: <https://www.cdc.gov/breastfeeding/breastfeeding-special-circumstances/diet-and-micronutrients/vitamin-k.html>
30. Vitamin C: <https://health.clevelandclinic.org/vitamin-c/>
31. <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/vitamin-c/>
32. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4648887/>
33. <https://www.healthline.com/nutrition/vitamin-c-foods>
34. Vitamin B: <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/vitamin-b>
35. <https://draxe.com/nutrition/vitamin-b/>
36. Vitamin B1: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/vitamin-b1/>
37. <https://tools.myfooddata.com/nutrient-ranking-tool/thiamin-b1/nuts-and-seeds/highest>
38. <https://www.healthline.com/nutrition/thiamine-deficiency-symptoms>
39. Vitamin B2: <https://ods.od.nih.gov/factsheets/Riboflavin-HealthProfessional/>
40. <https://draxe.com/nutrition/vitamin-b2/>
41. <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/riboflavin-vitamin-b2/>
42. Vitamin B3: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/niacin-vitamin-b3/>
43. <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/23905-pellagra>
44. Vitamin B5: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/pantothenic-acid-vitamin-b5/>
45. <https://www.healthline.com/health/vitamin-watch-what-does-b5-do#food-sources>
46. <https://draxe.com/nutrition/top-10-vitamin-b5-foods-pantothenic-acid/>
47. Vitamin B6: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/vitamin-b6/>
48. <https://health.clevelandclinic.org/vitamin-b6>
49. <https://ods.od.nih.gov/factsheets/VitaminB6-HealthProfessional/>
50. Vitamin B7: <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/biotin-vitamin-b7/>
51. [https://www.medicinenet.com/11\\_foods\\_that\\_have\\_the\\_highest\\_biotin/article.htm](https://www.medicinenet.com/11_foods_that_have_the_highest_biotin/article.htm)
52. Vitamin B9: <https://medicalnewstoday.com/articles/287677>
53. Vitamin B12: <https://news.vibrionics.org/en/articles/164>
54. <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/22831-vitamin-b12-deficiency>
55. Vitamin B12 stored: <https://www.merckmanuals.com/home/disorders-of-nutrition/vitamins/vitamin-b12-deficiency#>
56. Nutritional deficiency causes: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9710417/#>
57. Antibiotics affect gut bacteria: <https://my.clevelandclinic.org/health/body/25201-gut-microbiome>
58. Flavonoids: <https://www.healthline.com/health/what-are-flavonoids-everything-you-need-to-know#sources>
59. Role of gut bacteria: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3144392/#>
60. Choose fortified foods: <https://www.healthline.com/health/food-nutrition/fortified-and-enriched-foods#Bottom-line>
61. Supplements: <https://www.pennmedicine.org/updates/blogs/health-and-wellness/2020/february/the-truth-about-supplements#>
62. Best time for vitamins: <https://health.clevelandclinic.org/the-best-time-to-take-vitamins>
63. Food as medicine: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC318470/>

## 2. Ateliers et séminaires

### 1. Atelier virtuel AVP 1-18 Nov suivi d'un atelier en présentiel à Puttaparthi du 25 au 27 Nov 2023

Cinq participants de l'Inde et un du Guatemala se sont qualifiés comme AVP et ont prêté serment. Plusieurs praticiens, y compris ceux qui aspirent à enseigner ou à faire partie de l'équipe d'administration, ont également participé à l'atelier en tant qu'observateurs. Au cours de trois jours de sessions pratiques intenses, les participants ont non seulement révisé ce qu'ils avaient appris au cours des six mois précédents d'études en ligne, mais ils ont également acquis une expérience pratique au cours d'une interaction réelle avec des patients, ce qu'ils ont tous apprécié. Dans son discours de clôture, le Dr J K Aggarwal a souligné l'immense potentiel de vibrionics. Il a encouragé les praticiens nouvellement qualifiés à considérer leur qualification AVP comme un tremplin dans leur parcours de praticiens vibrionics, car il est possible de continuer vers des niveaux supérieurs. Il a mis en garde contre le fait de donner des conférences sur Vibrionics sans disposer de connaissances et d'une expérience approfondies ; plusieurs praticiens ont déjà commis cette erreur. Il leur a également conseillé de garder les pieds sur terre, quels que soient les résultats, de rester humbles lorsque les patients les félicitent et font état de guérisons réussies (cela peut alimenter l'ego !), et de ne pas se décourager si les résultats ne sont pas ceux escomptés, car la guérison est entre les mains du Seigneur. Dans l'ensemble, l'atelier pratique a suscité un sentiment de service et de dévouement chez les nouveaux AVP, qui se sont engagés à faire de leur mieux.

### 2. Atelier AVP et remise à niveau : Périgueux, France 9-13 Nov 2023

La coordinatrice française <sup>01620</sup> a organisé un atelier pour AVP et remise à niveau pour trois participants. L'un d'entre eux est un nouveau candidat et une autre a été formée il y a deux ans et a ressenti le besoin d'une remise à niveau. La troisième avait commencé à pratiquer les soins vibrionics en 2004, mais en raison d'obligations familiales, son activité avec vibrionics s'est réduite au minimum. Elle était maintenant

enthousiaste à l'idée de reprendre son seva. Avec la coordinatrice, elle avait préparé cet atelier en suivant un cours en ligne pendant plusieurs mois. Elle est impatiente d'utiliser la 108CC Box en plus du SRHVP qu'elle possède déjà. Les trois participants ont passé avec succès leurs examens et prêté serment. Ils ont été ravis d'avoir une interaction avec le Dr Aggarwal sur Skype et il a été heureux de clarifier leurs doutes qui concernaient principalement l'écart idéal entre deux remèdes, qu'ils soient oraux, topiques ou d'autres modalités. Les praticiens étaient alors prêts à poursuivre leur seva en toute confiance.



### 3. Rencontre de praticiens au Centre Sai International à Delhi le 10 décembre 2023

Les praticiens de Delhi NCR (National Capital Region) ont eu une session interactive fructueuse avec le Dr et Mme Aggarwal lors d'un séminaire d'une demi-journée organisé par le SVIRT Governor<sup>11964</sup>. Il est très encourageant de constater qu'en dépit d'un délai très court, vingt praticiens ont participé à ce séminaire. L'accent a été mis sur l'importance de la connexion avec Swami lors de la délivrance du remède et sur le service désintéressé sans un iota d'ego ou d'attente ! Le Dr Aggarwal a exploré et expliqué en profondeur la véritable signification de la libération et a répondu aux questions des participants en donnant des exemples pratiques. De leur côté, les praticiens ont fait part de nombreux cas de réussite, voire de miracles, illustrant l'efficacité étonnante de vibrionics. Ils ont été encouragés à envoyer de tels cas pour le bénéfice de la communauté vibrionics dans son ensemble. Le président de l'État de Delhi NCR, un ancien élève de la SSSIHL, a montré un grand intérêt pour vibrionics et s'est adressé à l'assemblée, ce qui a été très encourageant pour tous.



### 3. Camps et cliniques

#### Camps tenus sous l'égide du SVIRT en Novembre 2023 pour célébrer le 98<sup>ème</sup> anniversaire de Swami.

Au cours du mois sacré de novembre, 33 praticiens de 12 États de l'Inde, à savoir. AP, Delhi, Gujarat, Haryana, Karnataka, Kerala, Maharashtra, Rajasthan, Telangana, UP, Uttarakhand et West Bengal ont organisé 30 camps d'une durée de 1 à 3 jours et ont traité 1634 patients et distribué 1668 tubes d'**IB**. Ces

camps se sont déroulés dans des écoles, des villages isolés, des lieux publics et religieux et des centres Sai locaux. Il convient de mentionner tout particulièrement le 15ème camp annuel, qui s'est tenu du 21 au 23 novembre à la gare de Puttaparthi, organisé par le **praticien** <sup>01228</sup>, soutenu par trois autres praticiens. Le flot continu de patients a tenu les quatre praticiens en haleine et cette équipe enthousiaste s'est occupée de 913 patients. Comme les années précédentes, de nombreux patients des villages voisins ont profité de cette occasion. Un groupe d'étudiants du collège voisin de Penukonda a invité notre équipe à organiser un camp médical pour leurs 300 étudiants après leurs examens et les vacances d'hiver, dans l'espoir que cela devienne une activité régulière



#### 4. Campagne écologique

#### Prematharu - L'initiative de plantation d'arbres prend de l'ampleur

Dans l'Andhra Pradesh, un programme de reboisement utilisant la technique japonaise Miyawaki a été

mis en place par l'organisation Sai à Vizag, en association avec le département de reboisement de Vizag Steel Plant. Le 27 septembre 2023, 3200 jeunes arbres ont été plantés. Le **Praticien** <sup>11634...Inde</sup>, qui fait



partie de ce méga-événement, a donné le remède suivant pour une croissance saine :

### **CC1.2 Plant tonic + NM67 Calcium + SM1 Removal of Entities + SM5 Peace & Love Alignment**

Les plantes seront entretenues avec l'aide du personnel du département de reboisement, auquel on a expliqué la procédure à suivre pour fabriquer de grandes quantités de remède.

Sur un autre site, la colonie de Donkad, 14 500 arbres d'espèces indigènes ont été plantés sur un terrain de 3 acres; sous la direction du **Praticien Senior** <sup>11567... Inde</sup>, 17 praticiens de Vizag, ont uni leurs forces à celles de diverses organisations spirituelles pour mener à bien cette tâche.

À Delhi-NCR, le **praticien** <sup>11437</sup> a pris l'initiative de pulvériser **Plant tonic** sur 1600 arbres fruitiers, arbres à fleurs et autres arbres nouvellement plantés dans la réserve ornithologique de City Forest à Noida.

---

## **5. Anecdote**

### **Au bon endroit, au bon moment** <sup>11570...Inde</sup>

Le 8 mars 2023, alors que la fête de Holi est célébrée dans son quartier, la praticienne entend de grands appels à l'aide. Elle a découvert qu'un adolescent avait frappé avec son pistolet à eau un grand nid d'abeilles logé dans un arbre voisin. Les abeilles dérangées ont attaqué un passant qui n'y était pour rien. Sans pitié, elles ont commencé à piquer l'homme de 45 ans, sans défense, sur la tête, le cou et les bras. La praticienne s'est précipitée chez elle, a préparé **CC21.4 Stings & Bites + CC21.11 Wounds & Abrasions** dans de l'eau et l'a pulvérisé sur les piqûres. Lorsqu'elle le rencontra le soir même, il l'informa qu'il était rentré chez lui et avait dormi quelques heures. Lorsqu'il s'est réveillé, il a eu de la peine à croire qu'il n'avait pas de douleur et presque pas d'oedème. Le lendemain matin, il était complètement guéri, joyeux et est allé travailler comme d'habitude. La praticienne est reconnaissante à Swami de l'avoir placée au bon endroit au bon moment !

---

## **6. Hommage**

Nous pleurons la perte en septembre 2023 de **Katharina Reiter** <sup>02713...Autriche</sup>, âgée de 59 ans, une excellente praticienne et une traductrice dévouée de la newsletter vibrionics en allemand. Son mari nous a écrit : "Notre bien-aimé Seigneur Bhagwan Sri Sathya Sai Baba nous a accompagnés et guidés à chaque instant dans cette étape de notre voyage spirituel. Katharina a quitté son corps mortel... dans une paix absolue avec elle-même". Elle souhaitait que tous ceux qui désirent se souvenir d'elle le fassent dans le silence de leur cœur, la rejoignant éternellement dans le précieux darshan du Seigneur. Dans les vagues tumultueuses de cette perte, son mari aimant se souvient des mots de Baba : "Où peut-elle aller ? Nulle part. Elle est maintenant ici. Éternellement Une."

Nous avons perdu le 22 octobre un autre joyau de Sai, **Rozalija Marolt** <sup>02243...Slovénie</sup>. Rozalija, âgée de 77 ans, était elle-même une patiente de longue date, luttant contre une leucémie lymphocytaire pendant des

années, ce qui ne l'a pas empêchée de servir les autres avec vibrionics et de soumettre ses rapports mensuels presque jusqu'à son dernier jour. Elle participait régulièrement aux activités de son Centre Sai local, toujours calme et ne se plaignant jamais, une autre fidèle praticienne de grande qualité qui repose maintenant en toute sécurité dans l'Amour le plus doux de Sai.

\*\*\*\*\*

**Om Sai Ram!**

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