

Sai Vibrionics Newsletter

www.vibrionics.org

“Wann immer du einen kranken, niedergeschlagenen, unglücklichen Menschen siehst, da ist dein Tätigkeitsfeld für Seva”

...Sri Sathya Sai Baba

Vol 10 Ausgabe 1

Jan/Feb 2019

In dieser Ausgabe

☞ Vom Schreibtisch von Dr. Jit K Aggarwal	1 - 2
☞ Praktiker Profile	2 - 4
☞ Fallberichte mit der Verwendung von Kombos	4 - 9
☞ Antworten Ecke	9 - 10
☞ Göttliche Worte vom Meister Heiler	11
☞ Ankündigungen	11 - 12
☞ Ergänzungen	12 - 15

☞ Vom Schreibtisch von Dr. Jit K Aggarwal ☞

Liebe Praktiker,

wir verabschieden uns vom Jahr 2018 und begrüßen das Jahr 2019. Herzliche Grüße an Sie alle! 2018 war für uns ein Meilenstein Jahr. Wir haben in diesem Jahr zahlreiche Erfolge erzielt und es gibt noch so viel mehr zu erreichen. Es ist eine großartige Zeit für die Zielsetzung - sowohl auf der persönlichen als auch auf der beruflichen Ebene. Es ist meine bescheidene Bitte an jeden Praktizierenden, dass Sie sich bei Ihrer Vibrionics Tätigkeit, für Ihr eigenes Wachstum und für das der gesamten Mission, mindestens ein Ziel setzen.

Wir berichten im Folgenden über einige unserer wichtigsten Leistungen im Jahr 2018:

- Alle drei Webseiten (Vibrionics.org, Newsletter Seite und Praktiker Seite) wurden überarbeitet und verbessert.
- Das Auswahl- und Bewerbungsverfahren für zukünftige neue Kandidaten wurde rationalisiert und hochselektiv gestaltet, um Qualität zugunsten von Quantität zu gewährleisten (eine Lektion, die Swami besonders für mich, während eines Gespräches über Vibrionics betonte). Darüber hinaus wurde die Messlatte für neue SVPs durch die Einführung obligatorischer Verwaltungspflichten noch höher gesetzt.
- Es wurde ein Kern-Führungsteam, bestehend aus engagierten und erfahrenen SVPs für die Leitung verschiedener Funktionen der Organisation, wie Ausbildung, Entwicklung, Forschung, Publikationen usw., festgelegt.
- Unser One-to-One-Mentoren-Programm deckt jetzt alle neuen AVPs, bis sie VPs werden, ab.
- Wir haben neue Ausgaben der AVP- und SVP-Handbücher sowie des Vibrionics-Leitfadens für SVPs 2018 herausgegeben. Das 108CC-Buch wurde ebenfalls erheblich ergänzt.
- Die reguläre Vibrionics-Klinik im Wellness-Center in SSSIHMS (Whitefield, Bengaluru) und in den Gebäuden der Sevadals für Frauen und Männer in Prashanti Nilayam sind mittlerweile etabliert.
- Wir haben erfolgreich zwei solide Netzwerke für die Behandlung aufgebaut - das Verschicken von Heilmitteln per Post über ein zentrales Team (in Indien) und die weltweite Behandlung von Patienten über ein Besendungsnetz in den USA.
- Wir haben begonnen, heilende Schwingungen auf Mutter Erde zu übertragen und auch in öffentlichen Parks zu sprühen. Die Praktiker haben bereits die positiven Auswirkungen dieses Vorgehens zu beobachtet.

Einige andere Initiativen, die wir im Jahr 2019 aufbauen möchten, lauten wie folgt:

- a. Die Übersetzung von Vibrionics-Bücher in andere indische Sprachen (z. B. Hindi, Telugu, Tamil), um eine maximale Verbreitung vom Vibrionics zu gewährleisten. Bisher wurde die Marathi-Übersetzung von 2 AVP-Büchern durchgeführt.
- b. Größere Konsequenz bei der Durchführung von Forschungsprojekten – eine der bereits angelaufenen Forschung ist die Bestimmung der Wirksamkeit von Vibrionics bei der Behandlung von Depressionen während der Schwangerschaft. Eine weitere Forschung über Diabetes beginnt in Kürze.
- c. Kohorte Struktur zur Förderung der Zusammenarbeit - diese umfasst regelmäßige Treffen mit anderen Praktikern, um Gruppendiskussionen zu den Themen in den Newslettern zu führen, der Austausch von erfolgreichen Fallberichten, das Schreiben von Fallberichten, welche die Eckpfeiler unserer Arbeit sind und vor allem informelle freundschaftliche Zusammenkünfte, um dauerhafte Bindungen für eine moralische Unterstützung, aufzubauen.
- d. Unsere Datenbank muss vollständig überarbeitet werden, um nur aktive Praktiker einzubeziehen. Zu diesem Zweck wurde eine beträchtliche Menge an Arbeit geleistet, aber es bleibt noch viel zu tun.

Ich möchte nun mit einer sehr kraftvollen und zur gleichen Zeit sehr ermutigenden Nachricht von unserem allerteuersten und Liebenden Gott enden – " *Viele Menschen erwarten, dass das neue Jahr ihnen Glück und Wohlstand verleiht. Tatsächlich verleiht ihnen das neue Jahr jedoch nur die Ergebnisse ihrer vergangenen Handlungen. Um eure früheren Sünden zu sühnen, müsst ihr heilige Qualitäten kultivieren und euch im Neuen Jahr noch mehr an heiligen Aktivitäten beteiligen... Lasst unter allen Umständen eure Gefühle rein und vollkommen sein. Lasst alle eure Handlungen zum Wohle anderer sein.* **Sathya Sai Baba, Divine Discourse, 1 January 2001, Prasanthi Nilayam.**

Lasst uns alle diese Worte unseres geliebten Sai in unseren Herzen tragen, wenn wir gemeinsam in das neue Jahr gehen und uns die Hände mit dem Beschluss reichen, es zu unserem bislang schönsten Jahr zu machen.

Im liebenden Dienst an Sai
Jit K Aggarwal

☞ Praktiker Profile ☞

Praktiker ^{11586...India}, ein diplomierter Bankkaufmann, der 24 Jahre in Indien und später bis Mitte 2015 in



der Finanzbranche in Indonesien gearbeitet hat. Er kam 1970 zu Swami, nachdem er von Swamis Biografie "Sathyam Sivam Sundaram" inspiriert wurde. Schon bald nahm er an verschiedenen Serviceaktivitäten der Sai-Organisation teil. Seine Karriere führte ihn an verschiedene Orte in Indien und im Ausland. Er fand immer eine Gelegenheit, durch den Kontakt mit den örtlichen Sai-Zentren, Seva zu praktizieren. Als er 2010 in Indonesien war, hörte er Swami über das Heilungspotenzial der beim Singen der Veden entstehenden Schwingungen, sprechen. Bald lernte er das Singen der Veden und praktizierte es. Er spürte, nach zwei Jahren Singen, deren Kraft im seinem Haus. Die Rudraksha-Bäume in seinem seit Jahren unfruchtbaren Vorgarten begannen zu blühen! Nach einer Weile trugen sie Früchte, die verarbeitet werden konnten und er erhielt dabei 20.000 Rudraksha-Perlen. Er verteilte sie ehrfürchtig an verschiedene Tempel und an Menschen in seiner Umgebung.

Im Jahr 2013 hörte er von Sai Vibrionics aus dem Souljourns Videos mit Dr. Jit und Frau Hem Aggarwal. Er fühlte sich intuitiv dazu hingezogen. Er wurde auch von Swamis Worten inspiriert: "Vibrionics ist die Medizin der Zukunft". Er beschloss diese Therapie zu lernen. Er zog sich aus seiner Anstellung zurück und kehrte im Mai 2015 nach Indien zurück. Sobald seine Umstände es erlaubten, beantragte er 2016 den AVP-Kurs. Nach dem E-Kurs, dem Workshop und den erforderlichen Tests qualifizierte er sich im März 2017 als AVP. Nach Abschluss des Mentoren-Prozesses wurde er im Oktober 2017 VP. Sein Engagement für Vibrionics ließ ihn hart arbeiten und wurde im November 2018 ein SVP.

Der Praktiker begann seine Arbeit, indem er sich und seine zuvor identifizierten Patienten behandelte. Bald musste er wegen familiären Verpflichtungen für 4 Monate in die USA bei seinem Sohn sein. Er bekam die Gelegenheit in einem Sikh- und einem Hindu-Tempel über Vibrionics zu sprechen, und behandelte dabei 72 Patienten! Anfang 2018 besuchte er seinen Sohn für 2 Monate in Deutschland. Auch

dort konnte er ein Bewusstsein für Vibrionics in einer örtlichen religiösen Versammlung verbreiten. Da sein Sohn Deutsch sprach, waren die Konsultationen einfacher. Damit konnte er insgesamt 26 Patienten behandeln. Jedes Mal, bevor er nach Indien ging, übergab der Praktiker dem örtlichen Praktiker für Nachuntersuchungen Einzelheiten über alle Patienten.

Der Praktiker ist Mitgleid Bisher hat er 480 Patienten behandelt. Zu den behandelten Krankheiten gehören Arthritis, Rückenschmerzen, chronischer Husten, Migräne, Schlafstörungen, Krampfadern, Hautallergien und Vitiligo mit positiven Ergebnissen. Seiner Erfahrung nach, hatten die meisten Jugendlichen und Erwachsenen emotionale Probleme als zugrundeliegende Ursache der Erkrankung. Die Zugabe von CC15.1 Mental & Emotional Tonic zu dem Heilmittel führte zu hervorragenden Ergebnissen. In ähnlicher Weise funktionierte bei Frauen über 45 Jahre die Zugabe von CC8.6 Menopause gut bei Rückenschmerzen. Er berichtet über den herzerwärmenden Fall einer schwangeren Frau von 21 Jahren, die aufgrund ihrer stressigen häuslichen Atmosphäre sehr beunruhigt war. Da ihr erstes Kind geistig behindert war, erwog sie zu dem Zeitpunkt, als sie den Praktiker besuchte, eine Abtreibung. Das CC8.2 Pregnancy tonic hat Wunder gewirkt, sie wurde ruhig und brachte ein gesundes Baby zur Welt. In einem anderen Fall bei der einen schwangeren Frau im Alter von 35 Jahren schwarzer Magie ausgesetzt war, half CC15.2 Psychiatric disorders zusammen mit dem Schwangerschaftstonic der Frau sich beschützt zu fühlen. Drei Monate später brachte sie ein gesundes Kind zur Welt.

Er ist Mitglied eines Teams, das Patienten in weit entfernten Gebieten ohne Zugang zu medizinischer Hilfe versorgt. Sie interagieren mit den Patienten per Telefon und senden dann die Arzneimittel per Post. Er hat in den letzten 6 Monaten mehr als 50 Patienten auf diese Weise gedient. Seiner Erfahrung nach wirken die Heilmittel noch besser, wenn er bei deren Herstellung das Sai Gayathri singt. Er stellte fest, dass viele Patienten im Umgang mit ihrer Gesundheit achtlos waren, da sie die Behandlung auf halbem Weg abbrachen, obwohl sie davon profitierten. In solchen Fällen betet er weiter für sie. Einmal pro Woche besendet er Mutter Erde mit Frieden und Liebe.

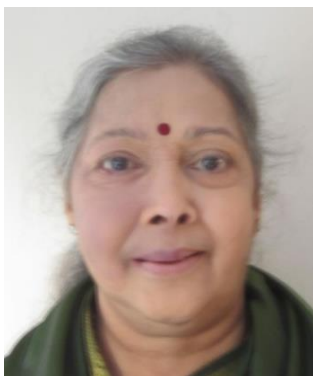
Er beteiligt sich an der administrativen Arbeit, wie der Aktualisierung der Datenbank von Praktikern in Tamil Nadu und das Hochladen ihrer Monatsberichte. Er organisiert Bewusstseinsgespräche in den Sai-Zentren von Chennai. Dies kann Devotees dazu inspirieren, Praktiker zu werden. Er nutzt jede Gelegenheit, um Freunde und Bekannte dazu zu bringen, Vibrionics zu lernen.

Nachdem er angefangen hatte, Vibrionics zu praktizieren, hat sein Leben eine neue Bedeutung und einen neuen Sinn erhalten. Es ist seine Überzeugung, dass er mit Vibrionics täglich Liebe in Aktion ausdrücken kann und Swamis Botschaften von "Manav Seva ist Madhav Seva" und "Love All Serve All" leben kann. Er bringt Swami jeden Morgen ein spezielles Gebet dar, indem er Ihn bittet alle Praktizierenden auf der ganzen Welt zu segnen, damit sie ein reiner Kanal der Liebe, des Lichts und der heilenden Energie für alle in Not, sind.

Fallberichte:

- [Migräne](#)
- [Niedriger Blutdruck, chronische Müdigkeit](#)
- [Verletzter Hund](#)

+++++
Praktikerin ^{10001...India}, eine studierte Volkswirtin mit einem Diplom in Arbeitsrecht, arbeitete drei Jahre in Mumbai. Nach der Heirat kündigte sie ihren Job und half ihrem Mann, einem Anwalt auf dem Gebiet von Arbeit und Industrie, in Pune. Sie kam 1997 zu Swami, nachdem sie "Man of Miracles" von Howard Murphet gelesen hatte. Bald beteiligte sie sich an den Wochenenden und Feiertagen an den Seva-Aktivitäten der Sai-Organisation.



Die Praktikerin hatte keine Ahnung von Vibrionics, bis sie an dem ersten Workshop in Mumbai im Jahr 2007 teilnahm. Sie war von einem der Devotees dazu überredet worden, mitzumachen. Sie wurde die erste Praktikerin von Pune. Am selben Tag musste sie ins Krankenhaus eilen, um ihre jungen Neffen zu besuchen, der einen Unfall hatte. Alle Familienmitglieder befanden sich in einem Schockzustand. Ihre Praxis begann von diesem Tag an. Sie verabreichte sofort das Mittel CC10.1 Emergency + CC15.1 Mental & Emotional Tonic an alle nahen Familienmitglieder. Ihr Vertrauen in Vibrionics wurde durch ihr ermutigendes Feedback zur Wirkung des Mittels gefestigt. Innerhalb von sechs Monaten wurde sie eine VP.

Sie hatte schon seit ihrer Kindheit eine spezielle Aufmerksamkeit auf Ärzte gerichtet, da sie sah, wie sie Patienten dienten. Nun hatten Vibrionics für sie die Türen geöffnet, um selbstlos zu dienen, so wie es ihr Verlangen war. Sie hat sich im April 2014 als SVP qualifiziert, nachdem sie 2012 mit einer Krebserkrankung gefordert war. Sie nahm für kurze Zeit eine allopathische Behandlung in Anspruch, bei der sie sich einer Operation und einer Chemotherapie unterzog. Danach nahm sie Vibrionics.

Als Balvikas-Guru besuchte sie nahe gelegene Slums, um Unterricht für Bedürftige abzuhalten. Dort begann sie, Kindern die Gedächtnismittel zu geben. Die Reaktion war großartig. Innerhalb weniger Wochen konnten sie sich besser an ihren Unterricht erinnern und erhielten gute Noten bei den Prüfungen. Sie erzählten den Ärzten, die sie wegen gesundheitlicher Probleme aufsuchen, sie hätten ihre Heilmittel eingenommen. Sehr bald begannen ihre Eltern, Großeltern und Nachbarn für die Heilmittel zu interessieren. Die meisten von ihnen arbeiteten als Dienstmädchen, und ihre Männer fuhren mit der Rikscha. Viele von ihnen waren süchtig nach Tabak. 6 Frauen konnten mit Hilfe der Heilmittel den Tabakkonsum innerhalb von 4 Monaten einstellen. Ein Alkoholiker hatte sich innerhalb eines Monats seiner Gewohnheit entledigt. Die Vibrionics Heilmittel halfen jenen, die die Gewohnheit wirklich ablegen wollten.

Sie behandelt regelmäßig Patienten bei Medical Camps in den in nahe gelegenen Dörfern. Sie hat bisher mehr als 9.500 Patienten behandelt. Die erfolgreich behandelten Krankheiten sind Übersäuerung, Magengeschwür, Erkältung, Frauen- und Teenagerprobleme, Hautallergien und Hautinfektionen, Sucht und chronische Depression. Sie hat auch Patienten mit Allergien gegen Sonne, Weizen, Zucker und Jaggery erfolgreich durch die Potenzierung des Allergens behandelt. Sie ist äußerst zufrieden, wenn sie sieht, dass Patienten von ihren chronischen Leiden geheilt werden.

Die Praktikerin hat eine wichtige Rolle dabei gespielt, die Praktizierenden in Pune und Nagpur zu ermutigen, ihre Praxis wiederaufzunehmen. Sie half ihrer Lehrerin und Mentorin bei der Durchführung von Refresher-Workshops an beiden Orten. Die Teilnehmer waren anfangs zögerlich, da sie Englisch nicht so gut verstehen konnten, und so unterstützte sie die Erklärungen auf Marathi. Sie spielte eine Schlüsselrolle bei der Überprüfung der Übersetzung des JVP-Handbuchs und des 108CC-Buchs von Englisch in Marathi und beim Drucken des Handbuchs. Sie ist in Pune für die Demut und Liebe bekannt, mit der sie Seva macht.

Sie ist Swami gegenüber voller Dankbarkeit, dass sie zu einem bescheidenen Instrument geworden ist, um Seine Botschaft von „Love all and Serve all“ zu leben. Sie sagt, dass sich ihr Leben, seit sie eine Praktikerin ist und sie aufgehört hat für weltliche Vorteile zu arbeiten und sie ganz in Sai Seva eingetaucht ist, verändert hat. Es hat ihr geholfen, sich spirituell zu entwickeln und liebevoller zu werden. Sie ist der Meinung, dass jeder Haushalt ein Familienmitglied dazu inspirieren sollte, ein Praktiker zu werden, um im Leben glücklich zu sein und Glück zu verbreiten!

Fallberichte:

- [Inkontinenz, trockener Mund, hoher Blutdruck](#)
- [Zyste am Augenlid](#)
- [Psoriasis](#)

☞ Fallberichte mit der Verwendung von Kombos ☞

1. Migräne ^{11586...Indien}

Eine 34-jährige Frau litt unter Kopfschmerzen auf der linken Seite, die sie in den letzten 10 Jahren fast täglich quälten. Jedes Mal dauerten sie mindestens zwei Stunden an. Als IT-Profi musste sie den ganzen Tag am Computer arbeiten. Sie hatte Angst vor Kopfschmerzen und nahm bei Bedarf allopathische Schmerzmittel ein. Die schnelle Genesung ihrer Mutter nach einem chronischen Husten veranlasste sie, sich für die Behandlung mit Vibrionics zu entscheiden. Am 8. Februar 2018 wurde ihr folgendes Heilmittel verabreicht:

CC11.3 Headaches + CC11.4 Migraines + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

Nach einer Woche berichtete sie mit großem Staunen, dass sie seit der ersten Einnahme nicht einmal mehr Kopfschmerzen hatte. Der Praktiker bat sie, die gleiche Dosierung fortzusetzen. Nach einem Monat hatte sie das Heilmittel verlegt. Zu diesem Zeitpunkt war der Praktiker für zwei Monate nach Deutschland gegangen. Während dieser Zeit hatte sie jede Woche intermittierende Kopfschmerzen, wenn auch weniger heftig als zuvor. Bei seiner Rückkehr gab der Praktizierende ihr am 20. Mai 2018 dasselbe Mittel.

Nach zwei Monaten der Wiederaufnahme der Einnahme des Heilmittels störte sie der Kopfschmerz erst nach einer Kopfwäsche, sonst aber nicht. Es war nur einmal heftig und dauerte nur eine Stunde. Sie nahm kein Schmerzmittel ein. Nach 5 Monaten wurde die Dosis auf **BD** reduziert. Nach jeder Kopfwäsche hatte sie leichte Kopfschmerzen, aber diese dauerten nur kurze Zeit. Sie hatte keine Angst mehr vor Kopfschmerzen, so dass sie bequem am Computer arbeiten konnte. Da in den nächsten zwei Wochen keine Kopfschmerzen auftraten, wurde die Dosis auf **OD** reduziert. Sie hatte ihre Mutter am 6. Dezember 2018 verloren und musste mehrmals eine Kopfwäsche machen. Sie hatte keine Kopfschmerzen. Am 23. Dezember 2018 wurde ihr geraten, die Heilmittel **OD** für einen weiteren Monat fortzusetzen, bevor sie weiter reduziert wurden. Sie hat zugestimmt, später ein Jahr lang abwechselnd ein Reinigungs Heilmittel und ein Heilmittel für das Immunsystem einzunehmen, um Krankheiten zu verhindern

+++++

2. Niedriger Blutdruck, Müdigkeit ^{11586...India}

Ein Tischler im Alter von 42 Jahren litt in den letzten 20 Jahren unter einem niedrigen Blutdruck und er fühlte sich seit einem Jahr sehr müde. Er nahm für den niedrigen Blutdruck eine allopathische Behandlung erfolglos in Anspruch. Er musste seine Tischlerarbeiten vorübergehend einstellen und lieferte stattdessen jeden Morgen in etwa 24 Hochhäuser Zeitungen aus. Während seiner Auslieferungstätigkeit konnte er keine Toilette aufsuchen und dies führte wiederum zu Druck und Schmerzen in der Blase. Er hatte keine regelmäßigen Essenszeiten und trank sehr viel Tee. Er war süchtig nach dem Kauen von Bettelnussblättern.

An 10 Mai 2017 erhielt er folgende Kombos:

CC3.2 Bleeding disorders + CC4.1 Digestion tonic + CC12.1 Adult tonic + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.1 Brain disabilities...TDS

Nach zwei Wochen berichtete er von völliger Befreiung der Müdigkeit. Nach einer weiteren Woche war sein Blutdruck normal und sein Arzt stellte sein Arzneimittel wegen niedrigem Blutdruck ab. Der Praktiker riet ihm, das Heilmittel **OD** für einen Monat fortzusetzen. Bald ging sein Teekonsum deutlich zurück und er begann mittags Mahlzeiten einzunehmen. Er setzte seine Tischlerarbeiten fort und lieferte auch weiterhin die Zeitungen aus. Der Patient kam nicht mehr, da er sagte, dass es ihm gut geht. Mit Stand Dezember 2018 ist sein Blutdruck weiterhin normal und er kann seinen Beruf ausüben. Er kaut weiterhin die Bettelnussblätter und hat auch nicht die Absicht diese Gewohnheit aufzugeben.

+++++

3. Verletzter Hund ^{11586...India}

Seit acht Jahren lebt ein streunender, männlicher Hund in dem Apartmentgebäude, in dem der Praktiker wohnte. Er wurde vor etwa zwei Jahren von einem Motorrad angefahren und erhielt erste Hilfe. Da es keine Nachbehandlung gab, befand er sich in einem kläglichen Zustand. Seine Haut war mit Ausschlägen bedeckt, und er aß kaum etwas.

An 25. März 2017 gab ihm der Praktiker folgende Kombos:

#1. CC1.1 Animal tonic + CC20.7 Fractures + CC21.1 Skin tonic...BD, in sein Trinkwasser

Nach zwei Wochen bewegte er sich etwas und er begann zu essen. Nach einer weiteren Woche, da sich sein Hautzustand nicht verbesserte, machte der Praktiker **#1** in Vibhuti und mischte dies in Wasser, um den Hund zu baden und anschließend auf die Hautausschläge aufzutragen. Es gab kaum Verbesserungen und so wurde **# 1** durch das folgende Mittel ersetzt und in sein Trinkwasser gemischt:

#2. CC1.1 Animal tonic + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.1 Brain disabilities + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine + CC21.1 Skin tonic + CC21.11 Wounds & Abrasions...BD

Innerhalb einer Woche begann die Haut zu heilen und der Hund gewann an Stärke und Appetit. 7 Wochen nach dem Beginn von **# 2**, erholte sich der Hund vollständig. Das Heilmittel wurde für weitere 4 Wochen fortgesetzt und dann beendet. Mit Stand Dezember 2018 ist der Hund fit und gesund

+++++

4. Inkontinenz, trockener Mund, hoher Blutdruck ^{10001...India}

Eine 79-jährige Frau litt in den letzten 6 Monaten unter häufigem Wasserlassen, manchmal mit Brennen. Ihre Zunge wurde plötzlich trocken und rot werden und ihre Sprache wurde ein- oder zweimal am Tag unklar.

Am 27. April 2018 bekam sie folgende Kombo:

#1. CC11.5 Mouth infections + CC13.3 Incontinence + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

Alle ihre Symptome verschwanden in zwei Wochen. Die Dosierung wurde langsam über einen Monat auf **OW** reduziert und dann gestoppt. Sie besuchte den Praktiker erneut am 26. Mai 2018, um ein anderes Problem zu behandeln. Ihr Blutdruck war in den letzten zwei Jahren, trotz allopathischer Medizin, hoch.

Sie erhielt:

#2. CC3.3 High Blood Pressure (BP)...TDS

Sie berichtete nach einer Woche, dass sich ihr Blutdruck zum ersten Mal seit zwei Jahren normalisiert hatte. Seitdem ist er im normalen Bericht. Mit Stand Dezember 2018 traten die Symptome von Inkontinenz und Mundtrockenheit nicht mehr auf. Ihr Blutdruck ist weiterhin normal und sie nimmt, sowohl Allopathie als auch Vibrionics, ein.

+++++
5. Zyste am Augenlid 10001...India

Ein 15-jähriges Mädchen hatte in den letzten 4 Monaten eine 4-5 mm-Zyste am linken Oberlid. Sie hatte allopathische Medikamente und Augentropfen erhalten und es zeigte sich aber keine Verbesserung.

An 20. April 2018 bekam sie folgendes Heilmittel:

CC2.3 Tumours & Growths + CC7.3 Eye infections + CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic...TDS oral und **BD** in Wasser für die externe Anwendung.

Nach einem Monat wurde die Zyste um die Hälfte kleiner und auch die Rötung verblasste. Nach 2 Monaten war das Auge wieder vollkommen normal. Die Dosierung wurde 2 Wochen lang auf **OD** und dann auf **OW** reduziert. Sie möchte **OW** bis zum Ende ihrer großen Prüfungen im März 2019 fortsetzen.

+++++
6. Psoriasis 10001...India

Eine 30-jährige Frau hatte in den letzten 10 Jahren an ihren Beinen und Armen (einschließlich der Handflächen) hellrote Flecken. Den Juckreiz verspürte sie nur an ihren Handflächen. Dies wurde als Psoriasis diagnostiziert, aber sie nahm dagegen nie eine Behandlung in Anspruch.

Am 12. Dezember 2015 kam sie zum Praktiker und er gab ihr folgende Heilmittel:

#1. CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.10 Psoriasis...TDS

Nach 15 Tagen wurde der Juckreiz weniger, aber die Flecken hatten sich nicht verändert. Nach einem Monat bereitete er die **#1** neu zu, aber dieses Mal ohne **CC10.1**:

Nach insgesamt 3 Monaten normalisierte sich ihre Haut. Die Dosierung wurde allmählich auf **OW** reduziert und seit August 2016 wird diese Beibehaltungsdosis angewendet. Bei ihrer letzten Konsultation im November 2018 war die Haut völlig normal.

+++++
7. Chronische Ischias Schmerzen 11600...India

Die 75-jährige Mutter des Praktikers hatte 10 Jahre lang Schmerzen im rechten Bein, insbesondere im Knie. Sie nahm Schmerzmittel, wann immer es nötig war, aber diese brachten ihr auch nur eine vorübergehende Erleichterung.

Gleich nachdem sie die AVP Prüfung gemacht hatte, behandelte der Praktiker sie und gab ihr am 13. August 2018 folgende Kombos :

#1. CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.3 Arthritis...TDS

Nach 3 Tagen berichtete die Patientin über eine 30% ige Verbesserung und nach 7 Tagen über eine 50% Verbesserung der Symptome. Bevor sie mit der Einnahme der Heilmittel begonnen hatte, stoppte sie die Schmerzmittel.

An 23. Aug 2018 wurden die Schmerzen im Bein und im Rücken sehr heftig. Die Kombo **#1** wurde wie folgt erweitert :

#2. CC3.7 Circulation + CC18.5 Neuralgia + CC20.4 Muscles & Supportive tissues + CC20.5 Spine + CC20.6 Osteoporosis + #1...TDS

Am 26. Aug. 2018 zeigten sich bei der Patientin Symptome einer Erkältung und eines Hustens und es wurde ihr folgende Kombo verabreicht:

#3. CC9.2 Infections acute + CC19.6 Cough chronic...TDS

Nach weiteren 3 Tagen verspürte die Patientin eine 80%ige Erleichterung bei der Erkältung und dem Husten und bei den Rückenschmerzen eine 50%ige Verbesserung. Die Dosierung wurde nun von #2 und #3 auf **OD** reduziert. Nach einem Monat am 12. September berichtete die Patientin über eine 100%ige Erleichterung von ihren Schmerzen und der Erkältung und dem Husten. Die Dosierung von beiden Heilmitteln wurde in wöchentlichen Intervallen **3TW, 2TW** auf **OW** herabgesetzt. Per Dezember 2018, nimmt die Patientin die Heilmittel **OW** ein und bis dahin sind die Symptome nicht wieder aufgetreten.

Anmerkung des Herausgebers: Normalerweise beginnen wir mit der Verringerung der Dosierung, wenn die Symptome verschwunden sind. In diesem ungewöhnlichen chronischen Fall wurde die Reduktion der Dosierung bei nur 50% iger Verbesserung der Symptome begonnen und dennoch wurde eine 100% ige Verbesserung sehr schnell erreicht

+++++
8. Nagelbettentzündung 03572...Gabon

Eine 35-jährige Frau hatte 3 Tage lang unerträgliche Schmerzen am linken Ringfinger. Sie hatte eine Entzündung von der Fingerspitze bis zum Nagel. Es wurde als Nagelbettentzündung diagnostiziert. Sie nahm keine Medikamente und konsultierte den Praktiker am 5. August 2018. Er fragte sie, ob sie dieses Problem zum ersten Mal habe. Sie erinnerte sich daran, dass sie vor 20 Jahren einen ähnlichen Zustand hatte, der sehr schmerzhaft war.

Sie bekam folgende Kombo:

CC18.5 Neuralgia + CC21.11 Wounds & Abrasions...eine Dosis alle 10 Minuten für 1-2 Stunden und dann **TDS**

Innerhalb einer Stunde waren ihre Schmerzen um 50% zurückgegangen. Nach einer weiteren Stunde verspürte sie kaum mehr Schmerzen. Die Patientin dachte, dass sie bereits geheilt sei und hörte auf, das Mittel zu nehmen. Nach drei Tagen traten die Schmerzen jedoch wieder auf, weshalb sie das Mittel bei **TDS** wieder einnahm. Gleich in dieser Nacht verschwand ihr Schmerz! Aus Angst vor einem erneuten Auftreten entschied sie sich, die Dosierung bei **TDS** zwei Wochen lang fortzusetzen, bevor diese auf **OD** reduziert wurde. Nach weiteren 2 Wochen wurde das Mittel eingestellt. Per November 2018 ist ihr Problem nicht wieder aufgetreten.

+++++
9. Pilzinfektion auf der Kopfhaut, schwarze Magie und schlechte Merkfähigkeit 3572...Gabon

Der 9-jährige Sohn des Praktikers hatte eine Pilzinfektion, die auf seiner ganzen Kopfhaut wie Schuppen aussah und bis zum Hals reichte (siehe Bild unten).

Es juckte oft. Jedes Mal, wenn eines der Elternteile sein Haar kämmt, fielen schuppenartige weiße Partikel ab. Er hatte auch große weiße Flecken rechts und Rückseite des Halses und auf dem Kopf. Alle Symptome hatten vor drei Jahren begonnen. In dieser Zeit konsultierte er mehrere renommierte Dermatologen. Laboruntersuchungen von Proben, die von seiner Kopfhaut abgekratzt wurden, ergaben keine medizinische Diagnose. Verschiedene allopathische Arzneimittel brachten keine Verbesserung. Das Kind hatte Probleme mit seinen Schulaufgaben und hatte kein Selbstvertrauen. Es wurde angenommen, dass das Kind in den Bann einer schwarzen Magie geriet, die an dem Ort an dem er lebte weit verbreitet war.

Am 3. August 2018 wurde die allopathische Medizin eingestellt und folgendes Heilmittel gegeben:

#1 CC11.2 Hair problems + CC15.2 Psychiatric disorders + CC21.7 Fungus...TDS in Kokosnussöl und dann mit Vibhuti vermischt für die externe Anwendung

#2. CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic + #1...QDS

Nach 3 Wochen kam es bei den weißen Partikeln am Kopf zu einer Verbesserung von 50%, bei den weißen Flecken kam es aber zu keiner Veränderung. Am 8. September nach weiteren zwei Wochen, spürte der Praktiker, dass sich der Heilungsprozess verlangsamt hatte und erweiterte die **#1 & #2** wie folgt:

#3. CC11.1 Hair tonic + CC17.2 Cleansing + CC21.2 Skin infections + CC21.3 Skin allergies + #1...TDS für die externe Anwendung



Before treatment



After treatment

#4. CC17.3 Brain & Memory tonic + #3...QDS

Nach 6 Wochen waren die weißen Flecken sowie die weißen Partikel vollständig verschwunden (siehe Bild). Es gab kein Jucken mehr. Seine Lernfähigkeit und Gedächtnisleistung, um seine Merkfähigkeit verbesserten sich enorm. Er erledigte glücklich die Hausaufgaben. Die Dosierung von # 3 wurde 6 Wochen lang auf **OD** reduziert und gestoppt. Die Dosierung von # 4 wurde für einen Monat auf **TDS** reduziert, gefolgt von zwei Wochen **OD** und dann auf **OW**. Seit Dezember 2018 ist der Junge frei von allen seinen Symptomen.

+++++
10. Wahnvorstellungen, inkohärente Sprache, Besessenheit von Wesenheiten ^{03572...Gabon}

Ein 33-jähriger Mann wurde am 3. August 2018 um 2 Uhr nachts von seiner Schwester zum Praktiker gebracht. Er hatte in den letzten zwei Wochen unter Wahnvorstellungen gelitten, unzusammenhängend gesprochen und er konnte nachts nicht schlafen. Seine Handlungen waren so störend, dass niemand in dieser Nacht schlafen konnte, daher wurde die Behandlung zu dieser ungewöhnlichen Stunde gesucht. Sein Verhalten verursachte bei den Kindern zu Hause Angst. Der Patient sagte, dass er vom Geist seines Großvaters besessen war, der ihn dazu brachte, Familiengeheimnisse auszusprechen. Das ärgerte die Familienmitglieder.

Er wurde zu einem katholischen Priester gebracht und dieser erzählte der Familie, dass der Patient von negativen Wesenheiten verfolgt wurde. Es wurde jedoch kein Exorzismus durchgeführt. Er wurde auch von einem Arzt untersucht, der Antidepressiva verschrieb, von denen er nur eine Dosis nahm. Sein Arbeitgeber sah seinen erbärmlichen Gesundheitszustand und gab ihm ein paar Tage frei, um sich medizinisch behandeln zu lassen.

Der Patient verließ sich ausschließlich auf Vibrionics und erhielt keine andere Behandlung. Der Praktiker gab ihm die folgenden Kombos

#1. CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC15.6 Sleep disorders...alle 10 Minuten für eine Stunde gefolgt von **6TD**

#2. CC15.2 Psychiatric disorders + CC17.2 Cleansing...6TD in Wasser, um auf den Körper des Patienten zu sprühen.

In dieser Nacht schlief der Patient gut und rief am nächsten Morgen den Praktiker an, um ihm diese gute Nachricht zu geben. Seine Schwester berichtete, dass seine Rede weniger inkohärent sei. Zehn Tage später nahm er seine Arbeit wieder auf und in weiteren zehn Tagen verbesserte sich sein Gesundheitszustand insgesamt um 70%. In den nächsten zwei Tagen verschwanden alle seine Symptome. Die Dosierung wurde über einen Zeitraum von 2 Wochen auf **OD** reduziert. Am 8. September hörte der Geist auf, mit dem Patienten zu sprechen, und die Behandlung wurde am 20. September gestoppt. Seit Dezember 2018 ist keines der Symptome wieder aufgetreten und dem Patienten geht es gut.

+++++
11. Kummer, Schock ^{11389...India}

Eine 46-jährige Haushaltshelfin kam am 27. April 2017 zum Praktiker. Sie befand sich in einer verzweifelten Situation, da ihre 19-jährige Tochter vor drei Tagen von zu Hause weggelaufen war. Die Patientin befand sich in einem Schockzustand, litt unter untröstlichem Schmerz, starken Kopfschmerzen und Atemnot und schien einen hohen Blutdruck zu haben. Sie war jedoch nicht hypertensiv und nahm keine Medikamente ein.

Sie bekam folgendes Heilmittel:

#1. CC3.3 High Blood Pressure + CC10.1 Emergencies...6TD

#2. NM6 Calming + SR327 Walnut...6TD

Am nächsten Tag fühlte sie sich insgesamt besser, die Atemnot sowie die Kopfschmerzen waren um 70% besser. Am vierten Tag fühlte sie sich völlig ruhig und nahm ihre Pflichten wieder auf. Als sie wieder in ihrem Normalzustand war, wurde die Dosierung nach 2 Wochen auf **TDS** und dann auf **OD** reduziert. Trotz keines Kontaktes mit ihrer Tochter war die Frau völlig normal und das Mittel wurde nach weiteren 2 Wochen gestoppt. Nach 6 Monaten hörte die Mutter, dass die Tochter den Mann ihrer Wahl geheiratet hatte und es ihr gut ging.

Bei Verwendung der 108CC box sollte für die #2: CC15.1 Mental & Emotional tonic...6TD gegeben werden.

+++++
12. Übersäuerung, Inkontinenz, Beckenentzündung ^{11601...India}

Eine 86-jährige Frau hatte mehrere akute und chronische Beschwerden. Seit einem Jahr litt sie täglich an Sodbrennen und rülpste nach jeder Mahlzeit. Sie konnte aufgrund des ständigen Brennens im Hals und in der Speiseröhre nicht angenehm essen. Sie kam am 25. September 2018 zur Praktikerin, als die Symptome der Übersäuerung sehr stark geworden waren. Seit einem Monat hatte sie nachts Phasen des Bettnässens und unfreiwilliges Wasserlassen während des Tages, sowie Schmerzen im Unterleib. Es wurde ein Harnwegsinfekt und eine Niereninfektion diagnostiziert, für die sie kurzzeitig allopathische Medikamente einnahm. Da diese nicht viel halfen, hörte sie mit der Einnahme auf. Sie wies darauf hin, dass sie im Alter von 46 Jahren mehrere Herzinfarkte hatte und seitdem allopathische Medikamente einnimmt.

Die Praktikerin gab ihr:

#1. CC3.1 Heart tonic + CC3.7 Circulation + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.10 Indigestion + CC10.1 Emergencies + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC13.2 Kidney & Bladder infections + CC13.3 Incontinence + CC15.1 Mental & Emotional tonic...alle 10 Minuten für den ganzen Tag und dann **6TD**

Nach zwei Tagen berichtete die Patientin, dass alle ihre Beschwerden bezüglich der Übersäuerung, des Bettnässens und der Inkontinenz verschwunden waren. Auch die Schmerzen im Unterleib waren nun um 90% geringer. Nach 4 Tagen, am 1. Oktober 2018, bekam die Patientin plötzlich starke Schmerzen im Unterbauch und wurde ins Krankenhaus eingeliefert. Sie war zwei Wochen lang auf der Intensivstation, während verschiedene Tests durchgeführt wurden. Die Ärzte schlugen eine Operation vor, aber die Patientin willigte nicht ein. Daraufhin wurde sie mit dem Hinweis entlassen, bei Bedarf ein Schmerzmittel einzunehmen, welche jedoch keine Erleichterung brachten. Am 20. Oktober 2018 kontaktierte sie den Praktiker. Da die Praktikerin nicht wusste, was er der Patientin geben sollte, betete sie intensiv. In ihrem meditativen Zustand wurde sie geleitet, um die folgenden Kombinationen für sie Beckenentzündungen und die umliegenden Organe zu geben:

#2. CC4.3 Appendicitis + CC8.4 Ovaries & Uterus + CC8.5 Vagina & Cervix...alle 10 Minuten für eine Stunde gefolgt von **6TD**

Innerhalb von 2 Tagen verschwanden die Schmerzen im Unterbauch. Nach 5 Tagen wurde die Dosierung auf **TDS** reduziert. Nach 8 Wochen berichtete die Patientin, dass kein Schmerzrezidiv mehr auftrat. Die Dosierung wurde eine Woche lang auf **OD** reduziert und dann gestoppt. Seit dem 30. Dezember 2018 ist die Patientin beschwerdefrei.

Die Praktikerin beabsichtigt der Patientin bei ihrem nächsten Besuch in 2 Tagen folgende Kombo zu geben:

#3. CC3.1 Heart tonic + CC4.10 Indigestion + CC12.1 Adult tonic...TDS, als präventive Maßnahme.

Anmerkung des Herausgebers: Die Praktikerin inkludierte, aufgrund der zurückliegenden Herzkrankheiten der Patientin, Herz- und Kreislaufkombinationen als Vorsichtsmaßnahme.

☞ Antworten Ecke ☞

1. Frage: Wenn mein Lebensstil als Praktiker kein Vorbild ist, dem man nacheifern kann und ich diese Transformation nicht perfekt schaffe, dann möchte ich wissen wie ich mich ändern kann und eine Inspiration für meine Patienten werde?

Antwort: Niemand ist im weltlichen Sinne perfekt. Aber die göttliche Kraft ist vollkommen. (übrigens, deshalb spricht Swami jeden als "Verkörperung der Liebe" an.) Entscheiden Sie sich also für eine Veränderung, Entschlossenheit und die Ausführung. Dein "Wille" wird seinen Weg finden. Die Kraft dazu ist bereits von Gott gegeben. Anstrengung wird immer von Ihm belohnt. Spüren Sie die Freude der Veränderung. Wenn der Wille nicht stark ist und die Umstände überwältigen und Sie nachgeben, beten Sie intensiv. Lassen Sie sich gegebenenfalls von einem Freund Ihres Vertrauens oder von einem anderen Praktiker beraten und nehmen Sie eine geeignete Kombination zur Reinigung.

+++++

2. Frage: Kann ich meinem Patienten die erste Dosis des Heilmittels anstatt in Pillenform in Wasser verabreichen?

Antwort: Ja, wenn Zeit und Situation dies zulassen, ist es ratsam, die erste Dosis des Arzneimittels in Wasser zu verabreichen. Da wir davon ausgehen, dass der Patient das Mittel ohnehin in Wasser einnimmt, wird dies als Demonstration der Herstellung des Mittels in Wasser dienen. Es wird den Patienten dazu anregen, zu Hause dasselbe zu tun. Ansonsten möchten viele Patienten den einfachen Ausweg, nämlich eine Pille unter die Zunge nehmen! Sie vergessen einfach die Tatsache, dass das in Wasser genommene Mittel wirksamer ist. Wenn Sie den Behälter nicht brauchen, geben Sie dem Patienten das verbleibende Arzneimittel mit. Wenn nicht, verwenden Sie dieses Wasser für Ihre Pflanzen. Sie können Ihre Patienten bitten, eine leere Flasche mitzubringen.

+++++

3. Frage: Ist es passend und professionell meinen Patienten vor ihrer Konsultation ein Formular zu senden, um Informationen über ihre Beschwerden zu erhalten?

Antwort: Ja, Sie sollen aber zuerst mit Ihrem Patienten sprechen, um herauszufinden, ob sie sich dabei wohl fühlen und das Formular wirklich ausfüllen möchten. Erklären Sie, dass das Ausfüllen des Formulars ihnen die Möglichkeit gibt, sorgfältig nachzudenken, um alle ihre Symptome und deren Dauer in der Vertrautheit des eigenen Zuhauses aufzuschreiben. Entwerfen Sie Ihr Formular sorgfältig, um bei der ersten Interaktion nicht zu viel oder zu sensible Informationen zu verlangen. Ebenso können Sie schriftlich die Vorsichtsmaßnahmen angeben, die der Patient zusätzlich zu den verbalen Anweisungen befolgen muss. Diese können auch in Ihrer Klinik oder Ihrem Beratungsort ausgehängt werden.

+++++

4. Frage: Wir händigen die Heilmittel in Plastikflaschen aus. Es gibt jedoch eine weltweite Kampagne mit dem Titel "Sag Nein zu Kunststoff", um die Umwelt zu schützen. Wie lange halten diese Flaschen, ohne das Arzneimittel zu schädigen, und wie lange können wir sie wiederverwenden?

Antwort: Sie haben Recht, nein zu Plastik zu sagen. Die Kampagne richtet sich im Wesentlichen gegen minderwertige Kunststoffe, die nicht wiederverwendbar sind und die Umwelt belasten. Wir können Glasflaschen verwenden, sie sind jedoch nicht nur teuer, sondern auch unpraktisch, können leicht brechen und Glassplitter können in die Pillen gelangen. Wir können keine metallischen Behälter verwenden, da die Schwingungen dabei gestört werden könnten. Aus praktischen Gründen verwenden wir hochwertige Kunststoffflaschen, die in renommierten homöopathischen Geschäften erworben werden. Das Heilmittel kann in Wasser zubereitet und zu Hause in Glasbehältern aufbewahrt werden. Um das Wasser während der Reise zu transportieren, können Plastikflaschen in Lebensmittelqualität verwendet werden. Kunststoffflaschen für die einmalige Verwendung sollten nicht wiederholt verwendet werden. Die Verwendung von Plastikflaschen ergibt sich mehr aus praktischen Gründen, als aus Auswahlgründen.

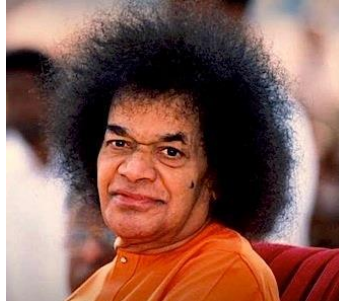
+++++

5. Frage: Wie kann man Patienten dazu inspirieren, nicht-vegetarisches Essen zu vermeiden, ohne sie zu verletzen?

Antwort: Bis wir unseren Patienten besser kennen und eine Beziehung zu ihm aufbauen, sollten wir dieses Thema nur kurz ansprechen. Sobald der Patient die Vorteile von Vibrionics wahrnimmt, wird er mehr an das glauben, was Sie ihm sagen. Die Beratung sollte angemessen und sensibel erfolgen. Es wäre einfacher, Baba Devotees zu überzeugen. Man kann Patienten auf Swamis Gespräche über Gesundheit und Ernährung verweisen, indem sie ihnen Links zu den entsprechenden göttlichen Vorträgen geben. Der menschliche Körper ist von Gott so gemacht, dass wir lange leben und auf eine natürliche Weise mit vegetarischer Nahrung, vorzugsweise roh, gesund bleiben.

6. Frage: Können wir Menschen das CC1.1 Animal tonic nach einem Hundebiss verabreichen?

Antwort: **CC10.1 Emergencies** ist die am besten geeignete Kombo, die alle relevanten Simulator Karten für Verletzungen, Schock, Angst, Tetanus und göttlichen Schutz, sowie mehrere andere enthält. Es ist nicht notwendig, **CC1.1 Animal Tonic** hinzuzufügen, das die Gesundheit der Tiere verbessern soll und sie auch gegen Würmer und Tollwut behandelt. In dem unwahrscheinlichen Fall, dass **CC10.1** nicht verfügbar ist, wird **CC1.1** sicherlich hilfreich sein.



☞Göttliche Worte vom Meister Heiler☞

„Wenn man den Geist auf Gott, gute Ideen und gute Dinge fixiert, hilft das auch der Gesundheit. Beherrscht eure Augen, Ohren, Zunge, Hände und Füße. Lest keine schwächenden oder aufregenden Dinge. Schaut euch keine Filme an, die den Geist erschöpfen oder anheizen. Verliert nicht den Glauben an euch selbst, ihr seid das Göttliche das vom Körper umhüllt ist. Zufriedenheit ist das beste Stärkungsmittel. Warum solltet ihr euch die Krankheit der Gier auferlegen und Stärkungsmittel zur Erlangung von Kraft konsumieren und euch nach mehr sehnen? Verwendet den Körper als Boot, um den Ozean des Lebens zu überqueren, mit Hingabe und Anhaftungslosigkeit als die beiden Ruder. "

... Sathya Sai Baba, "Seaworthy boat » Discourse 12 October 1968
<http://www.sssbpt.info/ssspeak/volume09/sss09-21.pdf>

+++++

"Wenn wir dienen, und nicht nur zur eigenen Befriedigung dienen, so ist der Dienst, bei dem die Befriedigung des Empfängers des Dienstes der Zweck ist, die beste Form von Seva. Ihr müsst zunächst einmal prüfen, ob euer Dienst anderen Schaden oder Unannehmlichkeiten verursacht. ... Menschen allein zu dienen, ist kein Dienst. Es ist wichtig, allen Wesen und Geschöpfen zu dienen, wenn die Notwendigkeit gegeben ist. Gott ist in allen Wesen. Ihr müsst zuerst diese Wahrheit erkennen, dass Gott in allen Wesen gegenwärtig ist. Nur wenn dieser heilige Gedanke in eurem Geist verankert ist, wird der von euch durchgeführte Dienst geheiligt. Ohne diesen Glauben und dieses Vertrauen wird jeder Dienst, der lediglich dazu dient, Namen und Ruhm zu verdienen, euch nicht helfen, euer Leben zu heiligen."

... Sathya Sai Baba, "The Yoga of Selfless Service" Discourse 16 November 1975
http://media.radiosai.org/journals/vol_13/01AUG15/Sathya-Sai-Speaks-on-The-Yoga-of-Selfless-Service.htm

☞Ankündigungen☞

Bevorstehende Workshops

- ❖ **Indien Mumbai (DK):** Auffrischungs Seminar am 9. Februar 2019, Kontaktiere Satish Ramaswamy unter satish281265@yahoo.com oder telefonisch unter 9869-016 624
- ❖ **Indien Puttaparthi:** AVP Workshop 6.-10. März 2019, kontaktiere Lalitha unter elay54@yahoo.com oder telefonisch unter 8500-676 092
- ❖ **Frankreich Dordogne:** SVP Workshop & Auffrischungs Seminar 16.-20. März 2019, kontaktiere Danielle unter trainer1@fr.vibrionics.org
- ❖ **USA Richmond VA:** AVP Workshop 5.-7. April 2019, kontaktiere Susan unter trainer1@us.vibrionics.org
- ❖ **Indien Puttaparthi:** AVP Workshop 17.-21. Juli 2019, kontaktiere Lalitha unter elay54@yahoo.com oder telefonisch unter 8500-676 092

- ❖ **Indien Puttaparthi:** AVP Workshop 18.-22. November 2019, kontaktiere Lalitha unter elay54@yahoo.com oder telefonisch unter 8500-676-092
- ❖ **Indien Puttaparthi:** SVP Workshop 24.-28. November 2019, kontaktiere Hem unter 99sairam@vibrionics.org

Zusätzliches

1. Gesundheitsartikel

Übung für Gesundheit und Glück

„Der Mensch braucht einen gesunden Körper für einen gesunden Geist, gefüllt mit guten Gedanken. Es muss anerkannt werden, dass Sport und Musik dem Menschen Gesundheit und Glück verleihen. Aber körperliche Fitness allein reicht nicht aus. Geistige Gesundheit ist ebenso wichtig. Zusammen mit dem groben physischen Körper hat jeder einen subtilen Körper. Man muss sich auch um diesen feinstofflichen Körper kümmern. Dafür müssen spirituelle Übungen durchgeführt werden, die einem dabei helfen, das Göttliche zu verwirklichen.“¹

1. Was ist körperliche Übung?

Körperliche Übungen sind jedes körperliche Streben oder Training, das intensiver und damit herausfordernder ist als unser gewöhnlicher Alltag.²

2. Warum körperliche Übungen machen?

Das Ziel ist, körperlich fit und gesund zu sein, geistig frisch und beweglich zu sein, Spaß zu haben und sich glücklich und in Harmonie mit sich selbst zu fühlen. Dies ist unabhängig von Alter, Geschlecht oder körperlicher Fähigkeit.^{3,4,5}

3. Die Vorteile der körperlichen Übungen sind vielfältig!

- Jedes Training mit ausreichender Intensität, Zeit und Häufigkeit verbessert den Körper in Bezug auf Gewicht, Körperfettanteil, Ausdauer und Kraft. Die Übung verbrennt Kalorien und kontrolliert das Gewicht. Sie stimuliert die Gehirnchemikalien und verbessert kognitive Funktionen und Stimmungen. Die Bewegung versorgt das Blut und das Gewebe mit Sauerstoff, verbessert die Muskelkraft, verbessert das Herz-Kreislauf- und Atmungssystem und steigert das Energieniveau. Das Gehirn setzt Endorphine frei, die Angstzustände und Depressionen lindern, die Stimmung heben und sie sich gut fühlen lassen.^{3,4,5,6}
- Körperliche Aktivitäten mit Familie und Freunden können das Leben angenehmer machen und einen besseren Schlaf fördern. Frauen, die regelmäßig Sport treiben, haben während der Schwangerschaft und nach der Geburt keine Komplikationen.³⁻⁵ Kinder ab 6 Jahren und Teenager profitieren von Bewegung und Fitness genauso wie Erwachsene.⁷ Übungen reduzieren die Komplikationen bei bettlägerigen Patienten und helfen ihnen, sich schneller zu erholen. Übungen helfen den Patienten sogar auf einer Intensivstation, das Krankenhaus früher, stärker und glücklicher zu verlassen.^{8,9} Menschen mit Behinderungen können sich mit einer auf ihre Bedingungen abgestimmten Übung gesund fühlen.
- Körperliche Übungen helfen eine Vielzahl von Gesundheitsproblemen und Krankheiten, insbesondere Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfall, metabolisches Syndrom, Bluthochdruck, viele Arten von Krebs, Arthritis und Stürze, zu verhindern und zu behandeln. Sie lindern auch Schmerzen und Schwellungen in den Gelenken.³⁻⁵
- Körperliche Übungen sind Eckpfeiler des Diabetes-Managements. Sie können das Auftreten von Diabetes verzögern, den Blutzucker kontrollieren und diabetische Komplikationen verhindern. In einigen Fällen kann durch eine Kombination mit einem Diätplan, Diabetes ohne Medikamenteneinnahme, kontrolliert werden.⁶
- Untersuchungen haben gezeigt, dass Bewegung das Altern verlangsamt und den altersbedingten Rückgang auf zellulärer Ebene umkehren kann.¹¹ Man muss regelmäßig und konsequent trainieren, um zu erkennen, welche Wunder körperliche Übungen bewirken kann.

4. Gehen (walking) ist die einfachste aller körperlichen Übungen!

- Gehen ist eine rhythmische, dynamische, aerobe Aktivität der großen Skelettmuskeln. Es ist einfach, und hat nur ein minimales Verletzungsrisiko. Es ist kostenlos, benötigt keine besonderen Fähigkeiten

und ist für jedes Alter geeignet. Man kann mit der eigenen Fitness und körperlichen Fähigkeiten maximal schnell gehen, ohne dabei atemlos zu werden.¹²⁻¹³

- Nach einer wegweisenden, im Jahr 1989 von Cooper Institut durchgeführten Studie von 13.000 Männern und Frauen in den USA, hat flottes Gehen den Status einer körperlichen Übung erlangt.¹⁴ Studien zeigen, dass das flotte Gehen von Patienten genauso wirksam ist wie das Laufen, und das Risiko einer Hypertonie, eines hohen Cholesterinspiegels und Diabetes reduziert.⁴
- Walking gilt seit langem als beste Medizin.¹¹ Durch gemütliches Gehen können Stimmung und psychisches Wohlbefinden gesteigert werden. Untersuchungen haben gezeigt, dass 4.000 Schritte pro Tag die kognitive Funktion älterer Menschen verbessern kann.¹⁵ Das meditative Gehen an der frischen Luft in den frühen Morgenstunden ist eine sanfte Übung und ein schöner Start in den Tag. Barfuß auf leeren Magen zu laufen, gilt als am besten.
- Das Gehen in der 8-Form, entsprechend dem Unendlichkeitszeichen, war in Indien eine alte Praxis um sich gesund und frei von Krankheiten zu halten. Die 8-Form kann gebildet werden, indem zwei Kreise mit einem Durchmesser von ungefähr 6 Fuß (ca. 183cm) in Nord-Süd-Richtung verbunden werden. Diese Form kann im freien Raum zum Gehen geschaffen werden. Der Infinity Walk wird von Therapeuten und Lehrern im Gesundheits- und Bildungswesen weltweit als Skillbuilding-Übung eingesetzt.¹⁶⁻²⁰

5. Auswahl der passenden Übungen

- Ein gesunder Erwachsener kann und sollte moderate aerobe Aktivitäten ausführen, wie z. B. zügiges Gehen, Laufen, Joggen, Springen, Radfahren, Schwimmen, Tanzen, Gartenarbeit oder andere Sportarten. Es sollte jeden Tag etwa 20 bis 25 Minuten dauern. Stattdessen kann man 10 Minuten lang anaerobe Aktivitäten wie Gewichtheben und Körpergewichtsübungen durchführen, wobei das Gewicht der einzelnen Personen verwendet wird, um der Schwerkraft Widerstand zu leisten.²¹ Es kann eine optimale Kombination der beiden (gemäßigt und kräftig) sein, je nach Kapazität, Beschäftigung und Gesundheitszustand.³⁻⁵
- Diabetikern wird normalerweise geraten, täglich eine halbe bis eine Stunde lang moderate Übungen durchzuführen.⁶ Kinder und Jugendliche sollten Sport betreiben oder eine Sportart spielen, die gemäßigt bis kraftvoll ist. Die Übungen sollten sie dazu inspirieren, sich körperlich zu fordern. Es sollte auch dazu führen, dass sie besser atmen und ihr Herz schneller als normal schlagen lässt, um ihr Herz-Kreislauf- und Skelettsystem zu stärken. Die Übungen sollten eine Stunde pro Tag in Anspruch nehmen, entweder in kleinen Blöcken oder an einem Stück durchgeführt werden.⁷
- Stretching (Dehnungsübungen) sind zwar sanft, aber eine Übung für sich. Es ist am besten für diejenigen geeignet, die keine Zeit für Bewegung haben oder täglich lange am Schreibtisch sitzen. Es würde die Körperflexibilität erhöhen, die Haltung verbessern und auch Stress und Körperschmerzen reduzieren. Es kann mehrmals am Tag gemacht werden, indem man kurze Pausen von der Routine macht, selbst an Tagen, an denen man nicht trainiert. Es würde uns den ganzen Tag über entspannt und beweglich halten.

Stretching kann auch ein fester Bestandteil der täglichen Übungen sein. Man kann vor dem Training 3-5 Minuten dynamische Übungen machen, um die Muskeln vorzubereiten. Dynamische Dehnungen sind einfache aktive Bewegungen der Hände und Beine, um die Muskeln zu dehnen. Man sollte die Dehnungsübungen nicht in der Endposition halten. Man kann die Übungseinheit mit 3-5 Minuten statischem Strecken beenden. Jede statische Dehnung muss fast eine halbe Minute lang in einer bequemen Position gehalten werden. Man nimmt an, dass es nach dem Training sehr vorteilhaft ist, um Verletzungen vorzubeugen, einen Muskelkater zu reduzieren und die Bewegungsfreiheit zu verbessern. Man kann unter Anleitung Yoga-Asanas wählen, die Körperhaltungen, Dehnungen und Atemtechniken umfassen, um den Körper-Geist-Seele zu vereinen.²¹

- Die Übung, welche für den einen geeignet ist, ist für einen anderen zu viel oder zu wenig. Es ist besser, eine Übung zu wählen, die man gerne macht und regelmäßig ausübt. Es ist gut, sanft und langsam zu beginnen und die Intensität, Dauer und Frequenz allmählich zu erhöhen. Wenn sich der Körper an die momentanen Übungsstufen gewöhnt hat, kann man die Übungseinheit in eine anspruchsvollere Variante oder in eine andere Übung abändern. Dies wird das Interesse aufrechterhalten und Freude bereiten. Die Entscheidung kann von einem Fitnessexperten getragen werden. Menschen mit gesundheitlichen Problemen sollten vor der Auswahl einer Übung ihren Arzt oder Therapeuten konsultieren.²⁻⁶

- Wenn Sie an der frischen Luft trainieren, Mutter Erde und die Gaben der Natur fühlen, so kann sie dies auf eine höhere Ebenen führen. Übungen, welche mit Bewusstsein und ungeteilter Aufmerksamkeit für Körper und Atem kann durchgeführt werden, können uns tiefer bringen und uns die Energie im Inneren fühlen lassen. Die Übung wird dann in eine spirituelle Reise umgewandelt. ^{1,22-25}

6. Überwinden Sie die Barrieren zu den Übungen

Vielleicht haben Sie nicht die Möglichkeit, in ein Fitnessstudio zu gehen. Möglicherweise haben Sie weder Zeit noch Platz, um regelmäßig Sport zu treiben. Man mag dazu nicht geneigt sein oder lethargisch sein, es spielt keine Rolle. Jede Aktivität ist besser als gar keine. Wir können die Vorteile der Bewegung nutzen, indem wir den ganzen Tag aktiv sind. Zum Beispiel können wir die Treppe anstelle des Aufzugs nehmen, zu Fuß gehen anstatt ein Fahrzeug zu benutzen, Hausarbeit händisch erledigen anstatt eine Maschinen zu benutzen, und so weiter. Regelmäßigkeit, Beständigkeit und Begeisterung sind der Schlüssel. ^{3-6,26}

7. Sicherheitstipps für die Übungen

- Bevor Sie mit einer Übung beginnen, sollten Sie ausreichend hydratisiert sein. ^{26,27} Ein häufiger Fehler besteht darin, die Muskeln zu dehnen, bevor sie aufgewärmt werden. Man sollte nicht überdehnen oder übertreiben. ²¹
- Man sollte das Training vermeiden, wenn man akute Muskelverspannungen, eine Verstauchung der Gelenke hat, oder ein Knöchel gebrochen ist, bis der Körper wieder vollständig geheilt ist. Es ist gut, nicht zu trainieren, wenn Sie krank sind oder wenn der Blutzuckerspiegel oder der Blutdruck. ^{6,21} ansteigt
- Es ist besser, einen Cardio-Stresstest durchzuführen, bevor Sie mit einem Trainingsprogramm beginnen, das kraftvolle oder sehr intensive Aerobic-Übungen umfasst. ²⁻⁶

Praktiker können die 108CC Box oder den SRHVP verwenden, um zur Stärkung des Kreislauf- und Skelettsystems, zur Reinigung und Notfällen, das geeignete Hilfsmittel für ein stressfreies Training, herstellen.

Referenzen und Links:

1. Sathya Sai Baba, The Journey from Physical Fitness to Mental Health, Source: Only God is your true friend, Discourse 6, My dear students, Volume 2 --<https://sathyasaiwithstudents.blogspot.com/2014/01/the-journey-from-physical-fitness-to.html#.XBaQ-S2B3WU>
2. What is exercise: <https://www.weightlossresources.co.uk/exercise/questions-answers/what-is-exercise.htm>
3. Benefits of exercise: <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/fitness/in-depth/exercise/art-20048389>
4. Benefits: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/153390.php>
5. Benefits: <https://www.healthline.com/nutrition/10-benefits-of-exercise>
6. Importance of exercise: <https://drmohans.com/exercise-for-diabetes/>
7. Exercise good for children and teenagers: <https://www.uofmhealth.org/health-library/aba5595>
8. <https://www.news-medical.net/news/20090922/Mild-exercises-for-the-bed-bound-patients-helps-to-combat-muscle-wasting.aspx>
9. <https://care24.co.in/blog/exercises-for-bedridden-patients>
10. <https://www.allterrainmedical.com/benefits-of-exercise-for-persons-with-disabilities-new/>
11. <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/the-athletes-way/201703/mayo-clinic-study-identifies-how-exercise-staves-old-age>
12. Walk for health: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9181668>
13. Walk for fitness: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3490463/>
14. <https://www.webmd.com/fitness-exercise/features/is-walking-enough#3>
15. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/317451.php>
16. Figure 8 walk – an ancient practice <https://www.youtube.com/watch?v=N0hALqks-kA>
17. Infinity walking in 8 shape <https://www.youtube.com/watch?v=pjKQeVFJVvk>
18. <http://www.infinitywalk.org>
19. http://www.infinitywalk.org/medical_professionals.htm
20. <https://www.practo.com/healthfeed/8-walking-a-simple-alternative-daily-routine-33100/post>
21. Body weight Exercises: <https://www.youtube.com/watch?v=VkBxPdqczzo>
22. Stretching: <https://www.healthline.com/health/benefits-of-stretching>
23. <https://seattleyoganews.com/insight-health-habits-sadhguru/>
24. Thich Nhat Hanh, How to Walk, Parallax Press, California, 2015 edition
25. Eckhart Tolle, The Power of Now – A Guide to Spiritual Enlightenment, 2001 edition, page 92-111
26. Barriers to exercise: <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/fitness/in-depth/fitness/art-20045099>
27. <https://www.bupa.co.uk/health-information/exercise-fitness/hydration-exercise>
28. <https://isha.sadhguru.org/in/en/wisdom/article/shouldnt-drink-water-during-yoga>

2. Drei Workshops in Puttaparthi, Indien im November 2018



Der November war wie üblich voller Workshops für AVPs und SVPs mit einem zusätzlichen 2-tägigen Auffrischungsseminar für 17 VPs und 2 AVPs aus Kerala und Karnataka. Diese wurden von zwei Senior Ausbildner durchgeführt ¹⁰³⁷⁵ und ¹¹⁴²². Der Kurs wurde von inspirierenden Sitzungen mit Dr. Jit Aggarwal und Frau Hem Aggarwal ergänzt. Dr. Aggarwal erzählte ausführlich über die Anfänge von Vibrionics und wie sie zum derzeitigen Stand gelangten, wie Swami ihn bei jedem Schritt führte und wie jeder Praktiker eine Rolle zu spielen hatte und dankbar für die gegebene Gelegenheit war. Es wurde die Wichtigkeit der **vollständigen** Führung von Patientenakten und die ordnungsgemäße Dokumentierung der Fallberichte betont.

AVPs und SVPs qualifizierten sich nach Tagen intensiven Trainings. Eine der SVP-Kandidatinnen aus Uruguay nahm über Skype und WhatsApp (einschließlich der Prüfung per E-Mail) teil, da sie ein Baby und ein Kleinkind hatte und sich nicht nach Puttaparthi begeben konnte. Sie war so motiviert, dass sie an allen Sitzungen bis in die frühen Morgenstunden (wegen unterschiedlicher Zeitzone) teilnahm. Alle AVPs und SVPs präsentierten, wie diese Arbeit mit Vibrionics den Weg für ihre innere Transformation ebnete. Jeder SVP versprach, seine ihm zugeteilte Rolle bei der Weiterentwicklung von Vibrionics zu spielen.

Om Sai Ram

Sai Vibrionics. . . herausragende Leistungen in der Gesundheitsvorsorge – kostenfrei für die Patienten