

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 11 Ausgabe 3

Mai/Jun 2020

In dieser Ausgabe

☞ Vom Schreibtisch von Dr. Jit K Aggarwal	1 - 2
☞ Praktiker Profile	2 - 5
☞ Fallberichte mit der Verwendung von Kombos	5 - 11
☞ Antworten Ecke	11 - 12
☞ Göttliche Worte vom Meister Heiler	12 – 13
☞ Ankündigungen	13 - 13
☞ Zusätzliches	13 - 22

☞ Vom Schreibtisch von Dr. Jit K Aggarwal ☞

Liebe Praktiker,

mit einem Herzen voller Dankbarkeit bringe ich meine demütigsten Grüße an die göttlichen Lotusfüße unseres liebenden Lord Sai dar, während ich Ihnen alle nach einem der verheißungsvollsten Monate des Jahres schreibe. Wir waren gesegnet, Ostern, Ramnavmi und Sathya Sai Aradhana Mahotsavam (Gedenktag) im April zu feiern, obwohl in diesem Jahr, gelinde gesagt, alles etwas anders war. Eines ist jedoch sicher - es ist unser geliebter Swami und nur Swami, der uns durch diese beispiellosen Zeiten führt, die sich aus der COVID-19-Pandemie ergibt. Swami sagt: "Die reine Freude am Dienst reagiert auf den Körper und macht dich frei von Krankheiten". Wir als Vibrionics-Praktiker geben Zeugnis von diesem Diktum.

Sobald wir erfuhren, dass COVID-19 eine weit verbreitete globale Wirkung haben würde, setzten unsere erfahrenen Vibrionics Anwender die Räder in Bewegung, um an beiden Fronten eine gut koordinierte Reaktion zu erzielen – sowohl bei der Forschung als auch bei der Behandlung.

Ausgerüstet mit ständig wechselnden Informationen über dieses neuartige Virus analysierte unser Forschungsteam verschiedene bewährte Mittel gegen ähnliche Krankheiten. Indem sie sich durch Meditation mit Swami verbanden und Seine Führung erhielten, kamen sie zu den am besten geeigneten Mitteln für die Situation. Selbst als die meisten Länder in den „Lockdown-Modus“ gingen, haben sich Vibration Praktiker auf der ganzen Welt, unter strikter Einhaltung ihrer lokalen Regierungsrichtlinien, der Sache verschrieben und damit begonnen, diese Mittel zu verteilen, um als „Immunitätsbooster“ sowohl für die Prävention als auch für die Behandlung dieses Virus zu agieren. Es ist herzerwärmend zu bemerken, dass viele Praktizierende, die passiv waren, auch aktiv geworden sind, um zu dienen. Wir nehmen keine Anerkennung dafür - Swami ist der Einzige "Handelnde" - und die Ergebnisse waren überwältigend! In den letzten zwei Monaten haben wir immer wieder hervorragende Rückmeldungen von denen erhalten, die Vibrionics-Mittel eingenommen haben

Wir haben das große Glück, dass die Sathya Sai Seva Organisation in dieser Zeit hinter uns stand und uns ihre Unterstützung gewährte. Ich habe mich an den All-India-Präsidenten der SSSSO gewandt, und er hat freundlicherweise seine Hilfe angeboten, indem er die verschiedenen Präsidenten der Bundesstaaten sofort angewiesen hat, unseren Praktizierenden ihre uneingeschränkte Zusammenarbeit zu ermöglichen. Mit Swamis immenser Gnade öffneten sich in Indien landesweit die Türen für Vibrionics Anwender. Sie haben sich in diesen schwierigen Zeiten wirklich sehr eingesetzt und selbstlos daran gearbeitet, um so viele Menschen wie möglich zu erreichen. Mein bescheidener Vorschlag wäre, dass die Schlüsselpraktiker mit ihren jeweiligen lokalen Leitern der Sai-Organisation in Kontakt bleiben und ihre Hilfe in Anspruch nehmen, um das Bewusstsein der Devotees für Vibrionics zu stärken. Auf diese Weise können sie den „Immunitätsbooster“ in noch größerem Maßstab verteilen, und somit können wir möglicherweise unseren kleinen Beitrag leisten, um die „Abflachung der Kurve“ zu unterstützen.

Als Praktiker haben Sie die Wunder von Vibrionics bereits aus erster Hand gesehen und Sie werden daher nicht überrascht sein zu hören, dass wir Nachrichten über viele erfolgreiche Ergebnisse mit diesen Mitteln erhalten haben. Wir freuen uns, Ihnen im Abschnitt „Zusätzlich“ in dieser Ausgabe einige inspirierende Geschichten und Daten aus der ganzen Welt mitteilen zu können

Obwohl die Pandemie einen verheerenden Tribut an die Menschheit fordert - wirtschaftlich, emotional, mental, physisch, mit dem Verlust vieler Menschenleben - hat sie uns gleichzeitig eine phänomenale Gelegenheit geboten, in selbstlosen Dienst einzutauchen und so vielen Menschen zu helfen! Stellen Sie sicher, dass Sie die neuen Patienten, denen Sie Immunity Booster gegeben haben zur Nachbehandlung kontaktieren und erkundigen Sie sich bei deren Familienmitgliedern nach Stress, Depressionen oder anderen gesundheitlichen Problemen, bei denen Vibrionics helfen kann. Eine weitere wichtige Empfehlung, die ich aus unserer Erfahrung im proaktiven Umgang mit dieser Pandemie für alle Praktiker habe, ist, dass wir uns in Zukunft für eine maximale Wirkung mit einem ausreichenden Bestand an Flaschen, Zuckerpillen und der Basistinktur eindecken müssen (Ethylalkohol).

Ich bin besorgt darüber, dass die allgemeine Öffentlichkeit und sogar unsere Praktiker mit zunehmender Abflachung der Kurve neuer Fälle dazu neigen werden, weniger wachsam zu sein, wenn es darum geht, soziale Distanzierung zu praktizieren und andere Vorsichtsrichtlinien einzuhalten. Machen Sie keinen Fehler, da dies rücksichtslos sein würde und wir damit viele Leben in Gefahr bringen würden; vor allem diejenigen, die anfälliger für Infektionen sind, wie ältere Menschen und diejenigen, deren Immunität bereits in irgendeiner Weise beeinträchtigt ist. Ich ermutige alle Praktiker nachdrücklich, weiterhin ein hohes Maß an Hygiene zu praktizieren und alle Schutzmaßnahmen zu ergreifen, bis COVID-19 vollständig unter Kontrolle ist.

Swami sagte: „Mit jeder Handlung deines täglichen Lebens manifestiere selbstlose Liebe. Daraus wird Göttlichkeit hervorgehen!“ - *Divine Discourse*, 5. Juli 1996. Ich bete, dass Er durch uns arbeitet, um diese tödliche Pandemie einzudämmen und uns alle sicher und gesund hält! Es ist verständlich, dass in Bezug auf verschiedene Aspekte des Lebens große Angst besteht - Gesundheit, persönliche Beziehungen, Wirtschaftlichkeit und allgemeine Unsicherheit über die Zukunft. Wir müssen uns an Swamis Worte erinnern "Warum fürchten, wenn Ich hier bin" erinnern und diese Botschaft an alle weitergeben, mit denen wir interagieren (Patienten, Freunde, Familien, Nachbarn, Benachteiligte), um ihr Leben auf sinnvolle Weise zu berühren.

In liebendem Dienst an Sai

Jit K Aggarwal

☪ Praktiker Profile ☪

Praktiker 10354...Indien ist ein ausgebildeter Chemie Ingenieur mit Abschluss in Chemieanlagen Planung.



Nach 25 Jahren in bekannten IT-Unternehmen ging er 2012 freiwillig in den Ruhestand, um sein Interesse am Bau- und Immobiliengeschäft zu verfolgen, das er seit 6 Jahren in Bengaluru betreibt.

Im Jahr 2002, als er bei einer offiziellen Ausschreibung in Maskat war, brachte ihn sein Freund zu den Sai Bhajans, die er sehr mochte. Als er Bücher über Sai Baba las, begann er ihn als Gott wahrzunehmen. Innerhalb eines Jahres, unabhängig davon, wohin ihn sein Job führte, nahm er aktiv an den verschiedenen Serviceaktivitäten der Sai-Organisation teil. Er besuchte auch Puttaparthi und machte dort einmal jährliche Seva, als Mitglied des Maharashtra Seva Dals. Im Jahr 2008, inspiriert von der Pune Sai-Gruppe, bat er zusammen mit vielen anderen, um die Zulassung zum Vibrionics-Kurs.

Nachdem er sich im Dezember 2008 als AVP und im Oktober 2009 als VP qualifiziert hatte, nahm er an Gesundheitscamps in und um Pune teil und behandelte ein Jahr lang viele Patienten. Später konnte er aufgrund des Arbeitsdrucks einige Jahre lang keine Zeit ausschließlich für Vibrionics aufwenden. Im Jahr 2018 absolvierte er, wie von Dr. Aggarwal vorgeschlagen den Online Kurs und nahm im Juli 2018 am AVP-Workshop in Puttaparthi teil, um sein Wissen aufzufrischen.

Ab dem folgenden Monat begann er jeden Donnerstagmorgen in einem Shirdi Sai Tempel in Bengaluru mit der Behandlung von Patienten. Nach einigen Monaten begann er, unterstützt von einem anderen Praktizierenden¹¹⁵⁹⁷, abends in einem anderen Shirdi-Tempel Seva zu machen, wo sie zwischen 60 und

70 Patienten betreuen, die aus weit entfernten Orten der Stadt und aus abgelegenen Gebieten kommen. Als es den Patienten besserging oder sie geheilt wurden, schickten sie immer mehr Menschen in das Gesundheits Camp am Donnerstag. Der Praktiker führt dies auf Vibrionics und auch auf das positive Ambiente der Tempel zurück. Während Shivaratri, am 21. Februar 2020, behandelte er alleine Patienten bis in die frühen Morgenstunden. Er macht auch regelmäßig Vibrionics Seva in den medizinischen Camps der Sai-Organisation, die jeden letzten Sonntag im Monat in abgelegenen Gebieten stattfinden.

Der Praktizierende enthüllt, dass einige Patienten in ihren Träumen von Shirdi Sai Baba angewiesen wurden, ihn zu besuchen, zum Beispiel:

- Ein 11-jähriger Junge, der wegen seines vergrößerten Schilddrüsenkropfes kaum sprechen konnte, wurde im Mai 2019 zu ihm gebracht. Kurz nachdem seine Mutter einen solchen Traum hatte. Sie hatte viel Leid erlitten, als sie das Kind in mehrere Krankenhäuser brachte, und auch viel Geld für Behandlungen ausgegeben. Der Zustand des Jungen verbesserte sich innerhalb von 2 Monaten um 60%. Seit März 2020 ist er zu 90% geheilt und seine Vibrionics Behandlung wird fortgesetzt.
- Eine 39-jährige Frau hatte den Traum, alle teuren Medikamente, die von ihr und ihren beiden kleinen Kindern eingenommen wurden, zu stoppen und stattdessen den Tempel zur Vibrionics-Behandlung zu besuchen. In nur 3 Wochen war sie vollständig von ihrer 10-jährigen Migräne, Verdauungsstörung und Schlaflosigkeit befreit. In ähnlicher Weise haben sich ihre Tochter und ihr Sohn zu 95% von ihren chronischen Problemen erholt und nehmen die Heilmittel weiterhin ein.

Er hat bisher mehr als 4000 Patienten behandelt. Vielen geht es mit ihren Krankheiten wie Bluthochdruck und Diabetes wesentlich besser. Einige wurden von Hämorrhoiden, Gastroenteritis, unregelmäßiger oder schmerzhafter Menstruation, polyzystischem Ovarialsyndrom (PCOD), Leukorrhoe, Haarausfall, Migräne, Nierensteinen, Heuschnupfen, Atemproblemen, Epilepsie, Knie- und Muskelschmerzen und Allergien geheilt.

Der Praktiker berichtet über einige interessante Fälle:

- Zwei Frauen hatten in den letzten 2 Jahren 3-4 Fehlgeburten erlitten. nach 5 Monaten Behandlung hatten sie normale Schwangerschaften und brachte gesunde Babys zur Welt.
- Ein 30-jähriger Bauarbeiter litt mehr als 3 Jahre lang an mehreren Problemen, darunter Hämorrhoiden, Magengeschwüre und Blähungen. Vor der Konsultation des Praktikers hatte der Patient die Behandlung in verschiedenen Krankenhäusern ohne Verbesserung durchgeführt. Innerhalb von 3 Monaten wurde er frei von allen Symptomen.
- Sieben Typ-2-Diabetiker, die 6 Monate lang Vibrionics genommen haben, haben die allopathischen Medikamente in Absprache mit ihren Ärzten über einen Zeitraum von 3 Monaten schrittweise abgebaut und setzen die Behandlung nur mit Vibrionics Heilmittel fort. Ihr Zuckerspiegel ist seit mehr als einem Jahr stabil.
- Einige seiner Typ-1-Diabetiker haben nach Beginn der Vibrionics Mittel und Fortsetzung der Insulineinnahme, eine erhebliche Verbesserung ihres allgemeinen Gesundheits- und Energieniveaus gemeldet

Bei Muskelschmerzen, Verbrennungen, rissigen Fersen, nicht infizierten Wunden und Hautausschlag gibt er zur schnellen Linderung zusätzlich zu den Pillen ein Mittel in einfachem Vaseline, gemischt mit Vibhuti, zur äußerlichen Anwendung. Bei Haarproblemen und Kahlheit hat das in Kokosnussöl hergestellte Mittel zum Auftragen auf die Kopfhaut seinen Patienten immens geholfen. Kinder, denen 2 Monate lang **CC12.2 Child Tonic + CC17.3 Brain & Memory Tonic** verabreicht wurde, zeigten beim Lernen eine deutliche Verbesserung. Diejenigen, die 9 Monate oder länger fortfuhren, zeichneten sich beim Lernen, Sport und sogar allgemeines Verhalten aus. Der Praktiker teilt mit, dass während der Dengue-Epidemie von 2019 keiner seiner 250 Patienten aus 150 Familien, denen **CC9.2 Infections acute + CC9.3 Tropical diseases + CC9.4 Children's** verabreicht wurden Dengue Fieber bekam, obwohl es in diesem Gebiet sehr verbreitet war. Seit März 2020 hat er 300 Familien das vorgeschriebene Mittel namens **Immunity Booster** zur Vorbeugung gegen das neue Coronavirus COVID-19 sowie Anweisungen zur Hygiene gegeben

Um eine große Anzahl von Patienten in kurzer Zeit zu behandeln, verwendet der Praktiker ausgiebig sein Wellness-Kit. Er hat eine verbesserte Version von Wellness-Kombinationen entwickelt, indem er die vorhandenen Mittel, die im Allgemeinen den Bedürfnissen seiner Patienten entsprechen, weiter ergänzt. Je nach Alter und Situation berät er seine Patienten bei der Lebensführung. Zu seinen Ratschlägen gehört normalerweise eine gute Wasserversorgung, eine gesunde Ernährung mit frischem Gemüse und Obst, die

Vermeidung von verarbeiteten Lebensmitteln, tägliche Spaziergänge und vor allem das Darbringen ihrer Probleme zu den göttlichen Lotusfüßen. Nach seiner Erfahrung führt ein ganzheitlicher Ansatz zu einer schnelleren Heilung und minimiert die Möglichkeit eines erneuten Auftretens bei chronischen Erkrankungen.

Der Praktiker wird von seiner Frau in seinen wöchentlichen Kliniken und monatlichen Gesundheits Camps unterstützt. Sie spielt eine Schlüsselrolle bei der Verwaltung der Warteschlange, der Verabreichung der ersten Dosis im Mund, der Erläuterung der Vorsichtsmaßnahmen, sowie bei der Weitergabe von Gesundheitstipps. Er glaubt aufrichtig, dass er ein Instrument in den Händen von Swami ist und sein Lebensziel ist es, der Menschheit mit Demut und Hingabe zu dienen, um sein Diktat zu erfüllen: „Manav Seva ist Madhav Seva“ („Dienst am Menschen ist Dienst an Gott“).

Fallberichte:

- [Frostbeulen, Schmerzen im Handgelenk und in den Fingern](#)

+++++

Praktiker 12013 & 11553...India sind ein ergebnes Paar aus spirituellen Familien. Der Ehemann, ein ausgebildeter Maschinenbauingenieur mit einem Diplom in Managementstudien, ging 2010, nach 38 Dienstjahren in einer renommierten Organisation als Senior General Manager in den Ruhestand. Die Frau, Absolventin der Naturwissenschaften und Pädagogik arbeite 30 Jahre als High Lehrerin School Teacher, bevor sie 2012 in den Ruhestand ging.



Der Ehemann wuchs mit Swamis Wundern auf und seine Frau kam nach der Hochzeit zu Baba. In den letzten 40 bis 45 Jahren waren sie aktive Teilnehmer der Sai-Organisation und wurden von Swami mit vielen Wundern gesegnet. Die Frau ist seit 1985 ein Balvikas-Guru und dient derzeit als Balvikas- und Mahila-Koordinatorin im örtlichen Sai-Zentrum, wo der Ehemann als spirituelle Koordinatorin fungiert. Im Jahr 2011 erhielt der Ehemann die Gelegenheit, eine führende Rolle beim Sponsoring, der Materialbeschaffung und der rechtzeitigen Durchführung eines Projekts zu spielen, das Wasser in ein Dorf auf einem

Hügel im Bezirk Raigad in Maharashtra brachte. Mit Hilfe der Dorfbewohner am Flussufer wurde ein Brunnen gebaut und Wasser in einen auf dem Hügel gebauten Tank gepumpt. Dies brachte 200 Einwohnern unbeschreibliche Freude, die jahrelang enorme Schwierigkeiten hatten, Wasser aus den Ebenen zu holen.

Im Jahr 2008 hatte das Paar das Glück, eng mit einem älteren Praktizierenden zusammenzuarbeiten. Sie sahen, wie Patienten durch die Vibrionics Heilmittel ohne Nebenwirkungen geheilt wurden. Sie wurden vom Praktizierenden inspiriert und motiviert, sich einer Ausbildung zu unterziehen und selbst Vibrionics Praktiker zu werden. Bald nach seiner Pensionierung beendete der Ehemann seine Ausbildung im Jahr 2011 und seine Frau folgte dem Beispiel, um AVP zu werden. Zunächst behandelten sich Ehemann und Ehefrau selbst und wurden von ihren chronischen Problemen mit Übersäuerung bzw. Knieschmerzen befreit. Dies erhöhte ihr Vertrauen und ihre Überzeugung in die Behandlung verschiedener Krankheiten. In den letzten 8 Jahren haben sie 500 Patienten behandelt und bei vielfältigen Beschwerden, wie Krampfadern, Säuregehalt, Durchfall, Fieber, Husten und Erkältung, Rhinitis, Migräne, Schwindel, Epilepsie, Lähmung, Arthritis, gefrorene Schulter, Rückenschmerzen und Psoriasis, Erfolge erzielt.

Viele ihrer Patienten, die zuvor verschiedene Mittel ohne großen Erfolg ausprobiert hatten, haben schließlich auf Vibrionics zurückgegriffen und wurden von diesen geheilt. Solche Personen sind sehr glücklich und verkünden mutig anderen mit ähnlichen Problemen, dass sie nur aufgrund von Vibrionics geheilt wurden. Im Allgemeinen stellen sie fest, dass der Grad der Verbesserung des Zustands eines Patienten von der Art und dem Verlauf der Krankheit und dem Vertrauen, Geduld und Ausdauer des Patienten abhängt. Diejenigen, die eine sofortige Heilung erwarten, werden entmutigt, wenn es nur eine marginale Erleichterung gibt. In solchen Fällen arbeiten die Praktizierenden mit ihnen zusammen, um Vertrauen aufzubauen und Vertrauen in die Fortsetzung der empfohlenen Einnahme zu schaffen. Nach ihrer Erfahrung werden etwa 70% aller Patienten geheilt

Die Praktizierenden haben auch an wöchentlichen Gesundheits Camps teilgenommen, die von ihren Sai Samiti durchgeführt wurden. Während eines solchen Camps im Juni 2016 stießen sie auf zwei männliche Patienten Anfang 40, die viele Monate an Psoriasis litten. Einer nahm eine homöopathische und der andere eine allopathische Behandlung in Anspruch, ohne in beiden Fällen eine Verbesserung zu erzielen.

Innerhalb von 2 Monaten nach Einnahme der Kombos **CC21.3 Skin allergies + CC21.5 Dry Sores + CC21.10 Psoriasis**, oral und in Kokosöl zur äußerlichen Anwendung, wurde der erste Patient vollständig geheilt. Bei anderen Patienten kam es innerhalb von 4 Monaten etwa zu einer 80% Erleichterung und die Behandlung wird fortgesetzt. Das Paar ist der Meinung, dass Vibrionics Teil aller Gesundheits Camps der Sai Organisation werden sollte, da viele Ärzte aufgrund ihres Vertrauens in Swami und ihres Wissens über Vibrionics ihre Patienten an sie überweisen, um die Heilung zu beschleunigen. Dies gilt insbesondere für chronische Krankheiten wie Verstopfung, Hämorrhoiden, Schlaflosigkeit, Kniebeschmerzen, Rückenschmerzen und Asthma, da Patienten stärkere Medikamente suchen (für schnellere Heilung) für diese Beschwerden, da die ihre Routine Tätigkeiten herausfordernd machen.

Die Praktizierenden senden auch Heilmittel per Post an Verwandte und Freunde in verschiedenen Teilen Indiens. Wenn sie ihre Kinder in den USA besuchen, normalerweise einmal in 2 Jahren, tragen sie zusätzlich zu ihrem Wellness-Kit 36 wesentliche Mittel aus der 108CC-Box mit. Diese sind für häufig auftretende akute Probleme wie Erkältung, Husten, Fieber, Kopfschmerzen, Verdauungsstörungen und alle Schmerzen, sowie Heilmittel für bestimmte chronische Erkrankungen auf der Grundlage vorheriger Informationen. Viele Sai-Anhänger in den USA haben von ihrem Seva profitiert. Die Familie ihrer Tochter hat ein starkes Vertrauen in Vibrionics entwickelt, so dass ihre 4-jährige Enkelin, wenn es ihr nicht gut geht nur nach „Vibrionics-Medikamenten“ fragt.

Die Praktizierenden halten es für einen Segen für die Menschheit, dass eine solche Medizin, welche auf Schwingungsebene wirkt und keine Nebenwirkungen hat, verfügbar und kostenlos ist! Sie geben Vibrionics Heilmittel mit dem festen Glauben, dass Swami heilt und sie sind nur Seine Instrumente. Ihre eigene Überzeugung von der Wirksamkeit von Vibrionics hat sich im Laufe der Zeit um ein Vielfaches vergrößert. Sie sind der Meinung, dass immer mehr Menschen geheilt, sie werden sie es anderen empfehlen und dieses Gebiet der Medizin wird wachsen. Sie hoffen, dass in Zukunft mehr Devotees geschult werden und sie in Gebiete gehen, welche noch nicht davon profitieren. Abschließend sagen sie, dass Seva mittels Vibrionics sehr erfüllend ist, so wie ein Opfer an Gott.

Fallberichte

- [Übersäuerung](#)
- [Migräne](#)
- [Bell's Palsy](#)

☞ Fallberichte mit Verwendung von Kombos ☜

1. Frostbeulen, Schmerzen im Handgelenk & Fingern ^{10354...India}

Seit den letzten 10 Jahren litt ein 42-jähriger leitender Sicherheitsbeamter, der in Schichten auf einer Baustelle arbeitete, unter starken Schmerzen in den Gelenken seiner Hände, insbesondere an den Handgelenken. Aufgrund der Exposition an kalten Abenden in der Wintersaison hatte er Frostbeulen (kleine Läsionen, die durch die Entzündung winziger Blutgefäße nach Exposition gegenüber kalter Luft verursacht wurden und dazu neigen, die Haut an Händen und Füßen zu beeinträchtigen), wodurch es ihm schwerfiel seine Finger zu beugen und zu strecken. Er hatte auch ein brennendes Gefühl in den Handflächen und eine leichte Schwellung an seinen Füßen. Seine Schmerzen waren im Winter stark, besonders während der Nachtschichten, wenn seine Finger rot, taub und steif wurden, als wären sie gefroren. Sein Zustand verbesserte sich, wenn das Wetter warm wurde. Viele Jahre lang nahm er dafür allopathische Medikamente ein, die von seinem Arzt verschrieben wurden, aber es kam kaum zu einer Verbesserung. Da er aufgrund von Schmerzen nicht richtig schlafen konnte, musste er sich auf Schmerzmittel verlassen. Außerdem litt er oft unter Gedächtnisverlust. Am 30. September 2018, als er den Praktizierenden in seinem regulären Gesundheitslager besuchte, erhielt er:

Move Well-2* + Tiredness/Fatigue + CC9.2 Infections acute + CC12.4 Autoimmune diseases + CC15.6 Sleep disorders + CC21.2 Skin infections + CC21.3 Skin allergies...QDS**

Nach einem Monat am 1. November berichtete der Patient, dass er seine Finger ohne große Schmerzen einigermaßen gut bewegen könne; Das brennende Gefühl in seinen Handflächen und die Schwellung an seinen Füßen waren verschwunden. Er war sehr froh, dass er sein Fahrrad selbst lenken konnte, nachdem er in den letzten 10 Jahren am Sozius gesessen war. Er schlief auch ohne Schmerzmittel gut! Als der Patient eine wesentliche Verbesserung seines Zustands feststellte, stoppte er die allopathischen Arzneimittel. Am 22. November 2019 war er frei von allen Symptomen und die Dosierung wurde auf **TDS**

reduziert. Im Dezember kam er nicht zum Nachfüllen ins Gesundheits Camp, sondern berichtete im Januar 2020, dass er zu 100% fit sei. Der ganze Winter war friedlich vergangen, ohne die üblichen Symptome von Schmerz, Rötung, Taubheit oder Steifheit. Er fühlte sich gesund und konnte seine Pflichten problemlos erfüllen. Der Patient war zuversichtlich, dass seine Symptome nicht wieder auftreten würden, kam also nicht zurück, überwies jedoch viele seiner Freunde zur Behandlung ins Gesundheits Camp. Mit Stand April 2020 kam es zu keinem Wiederauftreten der Beschwerden.

Anmerkung des Herausgebers: Entsprechend den spezifischen Bedürfnissen der Patienten im Camp hat der Arzt seinem Wellness-Kit weitere Kombinationen hinzugefügt und zwei solcher Kombinationen (siehe unten) zur Behandlung dieses Patienten verwendet. **CC9.2 Infections acute** wurden hinzugefügt, um eine mögliche Infektion der Atemwege zu verhindern, wenn der Patient den klimatischen Schwankungen durch die Schichtarbeit ausgesetzt war. Hautmittel wurden verabreicht, um eine mögliche Infektion durch Frostbeulen zu vermeiden. **CC15.6 Sleep disorders** wurden nicht *separat* verabreicht, da er sich tagsüber ausruhen und schlafen musste.

***Move Well 2: CC3.7 Circulation + CC12.1 Adult tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.2 SMJ pain + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine**

****Tiredness/Fatigue: CC3.1 Heart tonic + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic + CC18.1 Brain disabilities**

+++++

2. Übersäuerung ^{12013...India}

Ein 62-jähriger Mann, der in einer leitenden Position tätig war, wurde im Jahr 2006 in eine noch verantwortungsvollere Position befördert. Dies brachte viel Stress mit sich und bald bekam er nach jeder Mahlzeit sauren Reflux, Blähungen und Aufstoßen mit saurem Geschmack nach jeder Mahlzeit, vor allem beim Frühstück! Auch die Häufigkeit seines morgendlichen Stuhlgangs stieg von einmal auf 2-3-mal täglich. Anfang 2007 verschrieb sein Arzt Pantocid-Tabletten, die einmal täglich eingenommen werden sollten, und er setzte diese 5 Jahre bis 2011 fort. Dies brachte ihm eine Linderung, aber alle oben genannten Symptome traten immer noch 2-3 Tage die Woche auf. Bei seiner Pensionierung im Jahr 2010 war der Bürostress weg, aber er war immer noch gestresst, weil er nun eine führende Rolle bei vielen Seva-Aktivitäten übernahm. Er war immer noch auf seine allopathischen Tabletten angewiesen, da er glaubte, keine andere Wahl zu haben. Als er 2011 Vibrionics Praktiker wurde, nutzte er die Gelegenheit, um sich selbst zu behandeln, und am 8. November begann er folgende Heilmittel einzunehmen:

CC4.1 Digestion tonic + CC4.10 Indigestion + CC15.1 Mental & Emotional tonic...QDS

Innerhalb von 3 Monaten war er frei von Aufstoßen, sein Stuhlgang normalisierte sich und der saure Reflux und die Blähungen verringerten sich um etwa 70%. Am 15. Februar 2012 reduzierte er die Einnahme von Pantocid auf jeden zweiten Tag und bis zum 31. März auf zweimal pro Woche, während er die Vibrionics Heilmittel bei gleicher Dosierung fortsetzte. Am 1. Juli, als er zu 100% von allen Symptomen befreit war, hörte er mit der Einnahme von Pantocid auf und reduzierte die Dosierung seines Heilmittels auf **TDS**. Nach zweieinhalb Monaten, als keines der Symptome erneut auftrat, reduzierte er die Dosierung auf **OD** und stoppte die Einnahme am 15. November 2012. Bis dato kam es zu keinem Wiederauftreten der Symptome.

+++++

3. Migräne ^{12013 & 11553...India}

Eine 29-jährige Frau litt seit Dezember 2014 immer 15 bis 20 Tage im Monat unter starken Kopfschmerzen. Die Schmerzen begannen über den Augen und wurden zur linken Seite des Kopfes hin sehr stark und dauerten den ganzen Tag bis sie schlief. Manchmal waren die Schmerzen von einem Schüttelfrost und Fieber begleitet und die Temperatur stieg auf über 38 Grad Celsius und sank nur, wenn sie Medikamente einnahm. Da der CT-Scan keine Anomalie zeigte, führte sie ihren Zustand auf übermäßigen Arbeitsdruck und daraus resultierenden psychischen Stress zurück. Sie nahm allopathische Medikamente für ungefähr ein Jahr lang ein, aber als sie ein brennendes Gefühl in ihrem Magen bekam, setzte sie sie ab.

Im Dezember 2015 wechselte sie dann zur homöopathischen Behandlung und es ging ihr dann bis Jänner 2017 um 75% besser. Die Häufigkeit von Kopfschmerzen hatte sich auf einmal pro Woche verringert, sie waren weniger schwerwiegend und dauerten jedes Mal bis zu 3-4 Stunden. Im Juni 2017, da es zu keiner weiteren Verbesserung kam und finanzielle Belastung zu groß war, stoppte sie die homöopathische Behandlung und am 15. Februar 2018 konsultierte sie den Praktiker, der ihr folgende Heilmittel verabreichte:

CC4.10 Indigestion + CC11.3 Headaches + CC11.4 Migraines + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.5 Sinusitis...6TD

Am 30. April 2018 berichtete die Patientin, dass sie sich viel besser fühlte als zuvor, da sie in den letzten 2½ Monaten nur einmal in 10-15 Tagen Kopfschmerzen hatte. Die Intensität war viel geringer und die Kopfschmerzen dauerten 2-3 Stunden. Am 30. Juni wurde die Dosierung auf **TDS** reduziert, da die Kopfschmerzen weniger häufig waren und nur etwa eine Stunde anhielten. Die Kopfschmerzen wurden zunehmend milder und verschwanden bis zum 30. September 2018, was ihr die dringend benötigte Erleichterung verschaffte. Sie zog es vor, das Mittel ein paar Monate bei **TDS** fortzusetzen, da sie die Möglichkeit einer Wiederholung fürchtete. Im April 2019 wurde die Dosierung auf **OD** reduziert. Diese Dosierung behält die Patientin bei und ist nicht bereit sie zu stoppen oder weiter zu reduzieren.



4. Bell'sche Lähmung ^{12013 & 11553...India}

Eine 62-jährige Frau aus den USA war in den letzten 6 Monaten in ihrem Leben übermäßigem Stress ausgesetzt. Am 4. Juni 2015 spürte sie während des Auto Fahrens ein plötzliches Taubheitsgefühl und schmerzhaftes Zucken auf der linken Seite ihres Gesichts und musste daher ihr Auto am Straßenrand anhalten. Da sie das Gefühl hatte, dass ihr Gesicht gelähmt war, ging sie zur Notfall Behandlung in ein Krankenhaus. Der Arzt, der es als Bell'sche Lähmung diagnostizierte, gab ihr nicht viel Hoffnung und sagte ihr, dass es Wochen der Einnahme von Steroiden und Physiotherapie dauern würde, um, wenn überhaupt, eine Verbesserung zu erreichen. Sie entschied sich, keine Steroide einzunehmen, begann aber wie empfohlen zweimal pro Woche mit der Physiotherapie. Als ihr Mund nach links sank und sie keine Empfindung hatte und auf dieser Seite des Mundes weder Essen kauen konnte, ohne sich dabei auf die Wange oder Lippe zu beißen. Da es zu keiner Besserung kam, machte sie sich Sorgen und ihr Stresslevel wurde noch höher. Am frühen Morgen des 18. Juni 2015 fühlte sie sich verzweifelt und betete intensiv zu Swami. Sie erhielt innerlich eine Nachricht, dass sie sich von den Praktizierenden, den Eltern ihrer Freundin die gerade in den USA waren, behandeln lassen sollte.

CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.4 Paralysis...6TD

Am 21. Juni 2015, als die Praktizierenden das Sai-Zentrum besuchten, waren sie angenehm überrascht, sie ohne Anzeichen einer Gesichtslähmung zu sehen. Sie vermittelte freudig, dass ihr Gesicht innerhalb von 48 Stunden völlig normal wurde. Es gab keine Schädigung der Nerven und sie fühlte sich 100% gut. Am 24. Juni 2015 wurde die Dosierung auf **TDS** reduziert. Da die Patientin nicht das Bedürfnis hatte, das Mittel lange fortzusetzen, stoppte sie es nach einem Monat. Sie ist weiterhin in Kontakt mit den Praktizierenden. Bis April 2020 kam es zu keinem Wiederauftreten.

Patientenbericht:

„Nach 48 Stunden war mein Gesicht wieder vollständig normal, ohne Lähmungen oder Nervenschäden. Vor der Einnahme von Vibrionics konnte ich nicht einmal mit dem linken Auge blinzeln und musste es oft mit dem Finger schließen und mit Wasser waschen. Durch Swamis Gnade und Liebe des Praktikers wurde ich durch Vibrionics vollständig geheilt und das Gesicht ist wieder ganz normal.“

„Der Arzt war erstaunt über die Nachricht, da er noch nie eine so schnelle Genesung erlebt hatte - insbesondere ohne Physiotherapie oder Steroide -, wie sie vorgeschlagen hatten. Sein Zitat lautete: "Dies ist definitiv ein Wunder, das ich in all meinen Tagen als Arzt nicht gesehen habe“.“



5. Angst, Depression, Panik Attacke, Tinnitus ^{02899...UK}

Eine 63-jährige Frau litt seit den letzten 10 Jahren an Angstzuständen, Depressionen, Panik Attacken und unter Schlaflosigkeit. Sie war völlig abhängig von allopathischen Medikamenten geworden, weil diese zur Kontrolle der Panik Attacken beitrugen. Sie konnte zur Arbeit gehen und ihre üblichen Aktivitäten fortsetzen. Wenn sie die Einnahme für eine Weile abbrach, kehrten ihre Symptome zurück und ihr Zustand verschlechterte sich. Es ging ihr nur besser, wenn sie wieder mit der Einnahme der Medikamente beginnt und dann dauert es lange bis sie sich normalisiert. Die aktuelle Krankheitsphase begann am 1. April 2016, als die Panik Attacken sehr heftig und konstant wurden, begleitet von einem Summen (Tinnitus) in ihrem Kopf und Appetitlosigkeit. Sie ging zur Arbeit und kehrte direkt nach Hause zurück und hatte kein Interesse daran, auszugehen oder Besucher zu Hause zu empfangen. Das anhaltende Summen in ihren Ohren hielt sie wach und die Schlaftabletten halfen nicht. Es war so mühsam, dass sie im Juli die Arbeit stoppt. Die Ärzte wollten die Ursache des Summens ermitteln. Am 24. Juli 2016 wurde sie zu einer MRT-

Untersuchung des Gehirns geschickt, aber ihr Zustand verschlechterte sich. Obwohl sie sehr an die Allopathie glaubte, erklärte sie sich aufgrund der 20-jährigen Freundschaft bereit erklärt, den Praktizierenden am 23. August 2016 aufzusuchen und sie bekam folgende Heilmittel:

#1. CC5.3 Meniere's disease + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC15.2 Psychiatric disorders + CC15.6 Sleep disorders + CC17.3 Brain & Memory tonic...TDS

Die Zwillingsschwester der Patientin hatte Kontakt mit dem Praktiker und sagte ihr, dass sie nach der ersten Dosis der **#1** das Heilmittel nicht weiter eingenommen hat. Während der nächsten zwei Monate verschlechterte sich ihr Zustand zunehmend, so dass sie immer wieder im Krankenhaus war. Sie aß kaum etwas, wurde sehr schwach und konnte nicht schlafen. Sie war nicht in der Lage, das Haus zu verlassen. All dies gab ihr das Gefühl, dass niemand etwas tun konnte, um ihr zu helfen. Sie sagte ihrer Schwester, dass sie das Gefühl habe, dass sie sterben würde.

In ihrer Verzweiflung kontaktierte die Schwester den Praktizierenden am 28. Oktober 2016. Da die Patientin keine Bereitschaft zeigt die Heilmittel einzunehmen, fragte die Schwester, ob irgendetwas für sie getan werden könne. Da der Praktiker gerade seinen SVP Kurs beendet hatte bot er am 31. Oktober eine Fernbehandlung, mit einem Bild der Patientin in voller Größe, an.

Die Kombo war folgende:

#2. NM5 Brain TS + NM6 Calming + NM12 Combination-12 + NM88 Meniere's Disease + SM39 Tension + SM41 Uplift...TDS

Am selben Tag fühlte sich die Patientin ruhiger und aß ein wenig. Noch am selben Abend ging sie zu ihrem Sohn und ihren Enkelkindern. Während die Fernbehandlung weiterging, aß sie jeden Tag etwas mehr und fing sogar an sich normal unterhalten. In nur 3 Tagen verbesserte sich ihre Panikattacke und ihr Appetit um etwa 50%, aber das Summen in ihrem Kopf hielt an. Am 3. November 2016 wurde das Mittel wie folgt erweitert:

#3. SM19 Ohren + # 2 ...

Mit 8. November 2016 ging es der Patientin viel besser, aber das Summen in ihrem Kopf war nur 50% besser. Sie hatte erst jetzt die MRT-Scan-Ergebnisse erhalten, die zeigten, dass alles normal war. Die Patientin war nun bereit, das Mittel oral einzunehmen, so dass ihre Schwester **#3** brachte und daher die Fernheilung eingestellt wurde.

Bis zur letzten Jännerwoche 2017 hatte sich das Summen im Ohr der Patientin um 60% verringert. Zu diesem Zeitpunkt ging sie zu einer Fachärztin, die diagnostizierte, dass das Summen durch eine chemische Vergiftung verursacht wurde, die auf die Einnahme von verschiedenen allopathischer Arzneimittel über einen langen Zeitraum zurückzuführen war. Die Ärzte begannen mit der Reduktion der Medikamente. Sie nahm weiterhin die Vibrionics Heilmittel ein und es zeigte sich bis Ende März eine rapide Verbesserung all ihrer Symptome.

Daher wurde die Dosierung auf **BD** reduziert, mit dem Rat, sie vor dem Stoppen allmählich zu verringern. Bis Ende Juli 2017 kam es zu einer 100% Genesung. Sie nimmt derzeit keine allopathischen Medikamente ein und ist vollständig normal und begann im September 2017 mit einer Vollzeitarbeit.

Aktueller Bericht des Praktikers: von März 2020: Die Patientin hatte die Einnahme des Heilmittels tatsächlich abgebrochen, als die Dosierung auf **BD** reduziert wurde, und hatte darüber geschwiegen. Bis Dezember 2019, als sie einen leichten Rückfall von Angstsymptomen hatte, ging es ihr ohne Medikamente gut. Aber sie entschied sich, keine Medizin und auch keine Vibrionics Heilmittel einzunehmen, zuversichtlich, dass sie sich selbst heilen kann. Trotz des leichten Rückfalls, ist die positive Seite des Falles, dass ein Patient, der über 10 Jahre in einem so ernsthaften Zustand war, innerhalb von 5 Monaten Vibrionics Behandlung fast vollständige genesen war und stark genug geworden war, ohne äußere Hilfe, selbst damit umgehen konnte.

Bei Verwendung der 108CC Box, für #2: CC5.3 Meniere's disease + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.2 Cleansing; für #3: CC5.1 Ear infections + CC5.3 Meniere's disease + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.3 Cleansing

+++++

6. Unfruchtbarkeit - Erektionsstörung, Eierstock Zyste ^{10980...India}

Ein junges Paar hatte seit seiner Heirat im Jahr 2011 drei Jahre lang versucht, ein Baby zu bekommen. Am 10. März 2014 kam der 26-jährige Ehemann mit seinem medizinischen Bericht zum Praktizierenden, aus dem hervorgeht, dass er unter einer erektilen Dysfunktion litt. Er hatte sich, mit großen Ausgaben, für 2 Jahre einer ayurvedischen und später homöopathischen Behandlung, leider ohne Erfolg, unterzogen.

Ihm wurde folgende Kombo gegeben:

CC14.3 Male infertility...TDS

Nach 2 Wochen berichtete der Patient, dass seine Erektion um 50% besser war als zuvor. Am 5. April 2014 kam er mit seiner Frau, beide sahen glücklich aus, als seine erektile Dysfunktion vollständig verschwunden war. Er setzte das Mittel für weitere zweieinhalb Monate bei **TDS** fort und stoppte es am 20. Juni 2014 von sich aus, da er das Gefühl hatte, es nicht mehr zu brauchen.

Inspiziert von der schnellen Genesung des Mannes wollte die 23-jährige Frau auch bei ihren Problemen die Vibrionics Heilmittel ausprobieren. Sie hatte im letzten Jahr unregelmäßige und verspätete Perioden, wobei die Zeitspanne zwischen ihren Zyklen 2 bis 3 Monate betrug. Eine im Dezember 2013 durchgeführte Ultraschalluntersuchung ergab eine Ovarialzyste. Sie erhielt am 5. April 2014 folgende Heilmittel:

CC8.1 Female tonic + CC8.4 Ovaries & Uterus + CC8.8 Menses irregular...TDS

Ihre nächsten 3 Zyklen von Mai bis Juli 2014 waren regelmäßig und innerhalb eines Monats nach dem vorherigen. Zu ihrer großen Freude wurde die Frau im August 2014 schwanger. Ein Routine-Scan während ihrer Schwangerschaft ergab, dass keine Zyste vorhanden war. Obwohl ihr geraten wurde, das Mittel während der Schwangerschaft fortzusetzen, kontaktierte das Paar die Praktizierende nur, um ihr die gute Nachricht zu übermitteln, dass am 29. Mai 2015 ein gesundes Mädchen geboren wurde. Sie wurde wieder schwanger und hatte im Mai 2018 einen Jungen zur Welt gebracht, beide, Mutter und Kind waren gesund. Jetzt nimmt die ganze Familie nur noch Vibrionics Heilmittel bei gesundheitliche Probleme. Mit Stand April 2020 geht es den Eltern und den Kindern gut.

Bericht des Patienten vom 15 März 2019: Ich und meine Frau nahmen im März 2014 Vibro-Medikamente gegen meine erektile Dysfunktion, die Ovarialzyste und unregelmäßige Perioden meiner Frau ein. Aufgrund der oben genannten Probleme bekamen wir erst 3 Jahre nach der Heirat ein Kind. Nachdem ich 3 Monate lang Medikamente eingenommen hatte, wurde meine Frau schwanger und wir wurden im Mai 2015 mit einem kleinen Mädchen gesegnet. Kürzlich im Mai 2018 wurden wir mit einem kleinen Jungen gesegnet. Seit 2014 bis heute haben wir keine anderen Medikamente gegen die oben genannten Probleme eingenommen, und sie sind auch nicht wieder aufgetreten. Wir sind der Vibrionics-Behandlung und Sai Baba dankbar, dass sie uns dabei geholfen haben, uns von diesen Problemen zu befreien.

+++++

7. Menstruationsbeschwerden, Anämie, Übersäuerung ^{11585...India}

Eine 38-jährige Frau aus einem abgelegenen Dorf litt in den letzten 25 Jahren während jedes Menstruationszyklus unter starken Schmerzen, obwohl die Blutung normal war. Auf Anraten ihres Arztes nahm sie Schmerzmittel nur dann ein, wenn der Schmerz unerträglich wurde. Vor zwei Jahren bekam sie ein brennendes Gefühl im Magen und nahm Antazida, um damit fertig zu werden. Im März 2017 wurde festgestellt, dass sie anämisch war, da ihre Hb-Zahl 7 betrug und damit weit unter dem normalen Bereich von 12 bis 16 g / dl lag. Am 25. April 2017 besuchte sie die Praktizierende und klagte über Schwäche und Müdigkeit. Sie erhielt das folgende Heilmittel

Für die Menstruationsschmerzen und die Anämie:

#1. CC3.1 Heart tonic + CC8.8 Menses irregular + CC12.1 Adult tonic...TDS

Sie stoppte die Schmerzmittel bevor Sie mit der **#1** begann setzte aber die Einnahme von Antacid fort.

Bei der Nachsorge Untersuchung am 19 May 2017 berichtete sie glücklich, dass sie **das erste Mal seit 25 Jahren keine Schmerzen** bei der Menstruation hatte. Sie wurde gebeten die **#1** fortzusetzen und sie erhielt zusätzlich:

Für die Übersäuerung:

#2. CC4.10 Indigestion...TDS

Zu diesem Zeitpunkt stellte sie auch Antazida ein. Nach 8 Wochen, am 16. Juli, teilte sie der Praktizierenden mit, dass sie während der Menstruationszyklen von Juni und Juli schmerzfrei war und sie

auch von der Übersäuerung befreit war. Sie fühlte sich auch nicht mehr schwach oder müde und hatte nicht das Bedürfnis, eine weitere Blutuntersuchung durchzuführen. Die Dosierung von #1 und #2 wurde für zwei Wochen auf **BD**, dann für die nächsten zwei Wochen auf **OD** und allmählich auf **OW** reduziert bevor sie am 30. September 2017 endgültig die Einnahme stoppte. Inspiriert von der heilenden Wirkung von Vibrionics, ließen sich auch ihre Familie und deren Mitglieder vom Praktizierenden behandeln. Im April 2020 bestätigte sie, dass sie gesund ist und keine Symptome wiederaufgetreten sind.

+++++

8. Verstopfung ^{11614...India}

Eine 61-jährige Frau litt in den letzten fünf Jahren an Verstopfung, obwohl sie täglich 2 Liter Wasser und eine ausgewogene Ernährung mit Obst und Gemüse zu sich nahm. Sie konnte keinen Stuhlgang haben, ohne sich anzustrengen, es sei denn, sie nahm jeden zweiten Tag Abführmittel. Vor drei Monaten wurde ihr Zustand so schlecht, dass sie jeden Tag Abführmittel nahm. Selbst dann hatte sie nur einmal in 3 Tagen Stuhlgang und das auch nur mit großen Schwierigkeiten. Am 7. September 2019 erhielt sie:

CC4.1 Digestion tonic...TDS

Nach einer Woche berichtete die Patientin über eine Verbesserung von 30 bis 40%, da sie nun an jeden zweiten Tag und mit weniger Schwierigkeiten Stuhlgang hatte. Nach einer weiteren Woche hatte sie eine 100% Verbesserung und hatte jeden Tag problemlos Stuhlgang. Am 4. Oktober 2019 bestätigte die Patientin, dass sie vor 3 Tagen die Einnahme von Abführmitteln abgebrochen hatte; Der Stuhlgang war jetzt normal und ihre 5-jährige Tortur war wirklich vorbei. Die Dosierung wurde auf **OD** reduziert und am 23. Oktober langsam auf **OW** reduziert. Am 28. Oktober 2019 hörte sie selbst auf das Mittel einzunehmen, da sie es nicht für nötig hielt. Bis April 2020 gab es kein Wiederauftreten der Beschwerden.

+++++

9. Spondylitis, Hautjuckreiz ^{11614...India}

Ein 54-jähriger Mann litt unter mehreren Problemen, als er den Praktizierenden aufsuchte. Er hatte seit 6 Monaten anhaltende Schmerzen und Steifheit in der Schulter und im Nacken und konnte diesen nicht ohne Beschwerden bewegen. Aber er nahm keine Medikamente ein. Zusätzlich bekam er vor drei Monaten Juckreiz an seiner linken Hand und am linken Schienbein, was ihn die ganze Zeit störte. Die von seinem Arzt verschriebene Salbenanwendung half nicht, weshalb er die Anwendung einstellte. Vor fünfzehn Tagen waren die Nacken- und Schulterschmerzen unerträglich geworden und er bekam jede Nacht Schmerzen im ganzen Körper. Irgendwann ging er zur Untersuchung und es wurde Spondylitis diagnostiziert. Der Arzt verschrieb ihm eine Woche lang Physiotherapie, was nicht viel half. Folglich wurde diese in der zweiten Woche mit allopathischen Arzneimitteln unterstützt. Dies brachte ihm eine gewisse Erleichterung, aber der Schmerz hielt immer noch an. Zusätzlich verspürte er vor 3 Tagen ein Taubheitsgefühl in seiner linken Schulter. Dann beschloss er, die allopathische Behandlung abzubrechen und stattdessen Vibrionics Heilmittel zu nehmen. Am 29. September 2019 gab ihm der Praktizierende folgende Mittel:

CC20.5 Spine + CC21.3 Skin allergies...TDS

Innerhalb von 5 Tagen war der Patient frei von Taubheitsgefühl, Schmerzen und Steifheit im Nacken und in der Schulter. Zusätzlich verbesserte sich der Juckreiz um etwa 60-70%. Bis zum 17. Oktober 2019 war er zu 100% frei von allen Symptomen, die ihn belastet hatten. Er sagte, es sei ein Wunder für ihn, innerhalb von 18 Tagen nach der Behandlung mit Vibrionics, von allen körperlichen Beschwerden befreit zu werden. Die Dosierung wurde zuerst auf **OD** herabgesetzt und dann über einen Zeitraum von 3 Wochen auf **OW** reduziert und am 7. November gestoppt. Am 19. Dezember 2019 bestätigte der Patient, dass alles in Ordnung war. Bis April 2020 kam es zu keinem Wiederauftreten der Symptome.

+++++

10. Papulöse Urtikaria ^{03552...UAE}

Eine 37-jährige schwangere Frau hatte Juckreiz an Händen, Füßen und Bauch. Sie war im sechsten Monat schwanger und wurde vor 3 Wochen mit papulöser Urtikaria diagnostiziert. Der Arzt verschrieb eine Kortikosteroid-Hautcreme, welche die Patientin nicht verwenden wollte. Daher griff sie auf Kräuterbehandlungen wie Neempaste, Aloe Vera Gel und Haferflockenbad zurück, aber diese hatten wenig Wirkung. Sie kam am 18. Juli 2016 zur Praktikerin und erhielt:

#1. **CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC21.3 Skin allergies...TDS** und in Wasser für die externe Anwendung...**BD**, am Morgen nach dem Baden und abends vor dem Schlafengehen

#2. CC8.2 Pregnancy tonic...TDS

Am nächsten Tag verschlimmerte sich der Juckreiz an Händen und Füßen, aber die Patientin nahm das Mittel **TDS** weiter ein. Nach zwei Tagen ließ die Verstärkung der Symptome nach und innerhalb dieser Woche besserte sich der Juckreiz an Händen und Bauch um 90% und an ihren Füßen um 50%.

Am Ende der dritten Woche, am 7. August 2016, war der Juckreiz vollständig abgeklungen. Die Patientin war glücklich, als sie bemerkte, dass die Schmerzen, die sie an der Stelle ihres vorherigen Kaiserschnitts hatte, ebenfalls verschwunden waren. Die Dosierung von **#1** wurde für eine Woche auf **BD** und dann für einen Monat auf **OD** reduziert, bevor sie am 15. September die Einnahme stoppte. Ihr wurde geraten, **# 2** bis zu ihrer Entbindung fortzusetzen. Im Oktober 2016 wurde ein gesundes Kind geboren. Als die Patientin 2019 das letzte Mal den Praktiker kontaktierte, war der Juckreiz nicht mehr aufgetreten.

+++++

☞ Antworten Ecke ☜

Frage 1: Kann ich mein Mittel gegen andere akute oder chronische Probleme zusammen mit dem prophylaktischen Mittel Covid-19 einnehmen?

Antwort: Das vorbeugende Mittel gegen Covid-19 sollte beim Aufwachen am Morgen alleine (ohne Kombination mit einem anderen Mittel) eingenommen werden. Die Behebung eines anderen Problems kann 20 Minuten später erfolgen. Übrigens wissen wir, dass die 20-Minuten-Regel auch für eine Nosode und ein Miasma gilt, wenn es unvermeidlich ist, sie mit einem anderen Mittel zu verabreichen. Wir waren immer der Ansicht, dass eine Lücke von 5 Minuten zwischen den Arzneimitteln normalerweise ausreicht, aber nach neuesten Forschungsergebnissen ist eine Lücke von 20 Minuten in allen Fällen ideal.

+++++

Frage 2: Bei akuten Problemen in meiner Familie finde ich, dass ein Tropfen aus einer 108CC-Box, der direkt in Wasser gegeben wird, schnell zubereitet und wirksamer ist als in Wasser gelöste Pillen. Kann ich das auch für meine Patienten tun?

Antwort: Ja, Sie können das tun, aber denken Sie daran, dass das Wasserheilmittel so lange anhält, wie die Wasserqualität für den oralen Verzehr gut bleibt, sagen wir eine Woche. Daher ist diese Methode bei chronischen Problemen möglicherweise nicht praktikabel, es sei denn, der Patient kann Sie jede Woche zum Nachfüllen besuchen. (Siehe auch Q3 aus Band 9 # 2)

+++++

Frage 3: Die Kupferschächte in meinem SRHVP sind im Laufe der Jahre sehr abgenutzt. Beeinflusst dies in irgendeiner Weise die vorbereiteten Heilmittel?

Antwort: Es spielt keine Rolle, ob die Schächte stumpf und matt sind, da dies die Qualität der vorbereiteten Mittel nicht beeinträchtigt. Es wird jedoch empfohlen, die Vertiefungen regelmäßig mit einigen Tropfen Ethylalkohol auf einem weichen weißen Tuch zu reinigen.

+++++

Frage 4: Ich habe vor kurzem begonnen, einen Diffusor (anstelle einer Sprühflasche) zu verwenden, um das Mittel CC15.1 Mental & Emotional Tonic in meinem Haus zu verteilen, um negative Energien abzuwehren. Würden Sie die Verwendung eines Diffusors empfehlen?

Antwort: Auf den ersten Blick scheint die Verwendung eines Diffusors eine gute Idee zu sein, da er kontinuierlich einen feinen Sprühnebel oder Nebel erzeugt, der sich in einem größeren Bereich des Raums ausbreiten kann. Kein Zweifel, bei etwas Physikalischem wie Blütenessenzen ist ein Diffusor sehr hilfreich. Aber wenn man ein Mittel sprüht, geschieht es beim Beten. Wenn man das Mittel in einem Diffusor belässt, vergisst man wahrscheinlich den Gebetsaspekt, der mindestens so wichtig ist wie das Mittel selbst. Es ist daher besser, proaktiv zu sprühen / zu streuen, als einen Diffusor zu verwenden. Darüber hinaus spielen die Gedanken, Gefühle und Visualisierungen der im Haus lebenden Menschen eine wichtige Rolle bei der Abwehr negativer Energien.

+++++

Frage 5: Mein im Ausland lebender Patient hat systemischen Lupus, bei dem gemäß dem SVP-Handbuch die Blutnosode gut funktioniert. Er kann keine Blutprobe senden. Gibt es eine Alternative?

Antwort: Ja die gibt es. Eine Blutnosode wird hauptsächlich zur Behandlung von Bluterkrankungen verwendet, aber weil Blut trägt die vollständige energetische Signatur einer Person trägt, wird sie auch zur

Behandlung komplizierter oder systemischer Erkrankungen verwendet. Der einzige andere Körperteil, der einen vollständigen Abdruck einer Person trägt, sind Haare, die, obwohl hauptsächlich zur Behandlung von Haarproblemen verwendet, werden sie auch zur Behandlung systemischer Erkrankungen verwendet. Im Fall Ihres Patienten sollte die Haar-Nosode genauso wirksam sein wie die Blut-Nosode.

Beachten Sie, dass eine Nosode aus krankhaften Stoffen im Körper wie Urin, Auswurf, Eiter, Ohr / Auge / Nasenausfluss zur Behandlung von Erkrankungen des entsprechenden Körpersystems oder Organs verwendet wird. Blut- oder Haar-Nosoden könnten auch für diese Beschwerden verwendet werden, aber die Nosode, die aus der spezifischen krankhaften Substanz hergestellt wird, erzielt ein viel schnelleres Ergebnis.

+++++

Frage 6: Ich möchte 4 verschiedene allopathische Arzneimittel potenzieren, die mein Patient einnimmt. Diese verursachen aufgrund ihrer Nebenwirkungen einige neue Probleme für ihn, obwohl diese bei seinen verschiedenen Gesundheitsproblemen gut funktionieren. Könnte das potenzierte Mittel einen schweren Pullout verursachen?

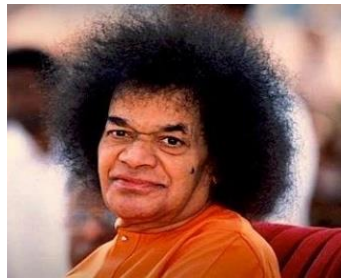
Antwort: Die Tatsache, dass die Medikamente, die Ihr Patient einnimmt, einige neue Probleme verursachen, impliziert, dass sich Toxine ansammeln. Das potenzierte Mittel kann bei den Nebenwirkungen helfen, indem es diese Giftstoffe aus dem Körper herauszieht. In den meisten Fällen ist dieser Pullout ruhig, sodass der Patient keine Beschwerden verspürt. In einigen Fällen kann dieser Pullout jedoch stark sein und zu Leiden führen, und wir haben keine Möglichkeit, das vorherzusehen. Daher ist es ratsam, auf Nummer sicher zu gehen, indem Sie mit einer niedrigen Dosierung beginnen, z. B. **OD** oder sogar einer Einzeldosis, und dann langsam auf **TDS** ansteigen. Im Übrigen gilt genau das Gleiche, wenn ein Patient mit einem potenzierten Allergen behandelt wird

+++++

Frage 7: Da der Geist die Hauptursache aller Krankheiten ist, ist es dann möglich, dass er auch für eine durch einen Unfall verursachte Krankheit verantwortlich ist, auch wenn man zu diesem Zeitpunkt noch überhaupt nicht an einen Unfall gedacht hat?

Antwort: Wenn eine Person einen Unfall hat und verletzt wird, scheint es, dass ihr Geist nicht dafür verantwortlich sein konnte, da er nicht bewusst darüber nachdachte. Hier müssen wir uns bewusst sein, dass alle unsere Gedanken und Emotionen in unserem Unterbewusstsein aufgezeichnet werden. Ein negativer Gedanke aus dem Unterbewusstsein kann zu einem Unfall führen und Verletzungen verursachen.

☪ Göttliche Worte vom Meister Heiler ☪



“Überall dort, wo Schmutz und unreine Atmosphäre herrschen, gibt es schlechte und schmutzige Bakterien, während an einem sauberen Ort, an dem die Atmosphäre gut und sauber ist, saubere Bakterien vorhanden sind. Wenn wir einen unreinen Körper berühren besteht die Möglichkeit, dass die krankheitsverursachenden Keime in uns fließen. Ferner kann dieser unreine und nicht heilige Körper einen Teil der Unreinheit auf uns übertragen. Ein Körper und ein anderer sind in diesem Fall wie Magneten. Aus diesem Grund sollten sich Personen die den Weg des Sadhana gehen von unreinen Umgebungen und Objekten fernhalten. In diesem Zusammenhang haben uns die Alten geraten, dass wir die Füße heiliger und älterer Menschen berühren sollten, damit die in ihrem Körper enthaltene Heiligkeit auf uns übertragen wird. Gleichmaßen kann auch die Unreinheit oder Unheiligkeit in dich eindringen, wenn du einen nicht heiligen Körper berührst.“

... Sathya Sai Baba, Good Health is Man's Greatest Wealth, Summer Showers June 1978

<http://www.ssbpt.info/summershowers/ss1978/ss1978-28.pdf>

+++++

„Nutzt jede nur mögliche Gelegenheit, um der Gesellschaft zu dienen. Der Dienst am Nächsten muss nicht auf Einzelpersonen beschränkt sein. Es ist wichtig nationalen Dienst zu leisten. Ihr müsst nicht herausfinden, welche Arten von Dienst am Nächsten getan werden sollten. Wann immer ihr merkt, dass ihr Bedürftigen helfen könnt, bietet eure Hilfe an. Unterscheidet nicht zwischen Armen und Reichen oder zwischen jenen die es verdienen und jenen die es nicht verdienen. Bietet euren Dienst am Nächsten entsprechend den Bedürfnissen der jeweiligen Situation an.“

... Sathya Sai Baba, "The Spirit of Service" Discourse 21 November 1988
<http://www.ssbpt.info/ssspeaks/volume21/sss21-31.pdf>

☞ Ankündigungen ☞

Bevorstehende Workshops*

- ❖ **Indien Delhi-NCR:** Virtual Refresher Seminar 8-12 Mai 2020, 2 Stunden täglich kontaktiere Dr. Sangeeta Srivastava unter dr.srivastava.sangeeta@gmail.com oder telefonisch unter 9811-298-552
- ❖ **Indien Puttaparthi:** AVP Workshop 8-14 Juli 2020 kontaktiere Lalitha unter elay54@yahoo.com oder telefonisch unter 8500-676-092
- ❖ **India Puttaparthi:** SVP Refresher Seminar 16-17 Juli 2020 kontaktiere Hem unter 99sairam@vibrionics.org
- ❖ **UK London:** UK National Annual Refresher Seminar 20 September 2020 kontaktiere Jeram Patel unter jeramjoe@gmail.com
- ❖ **USA Richmond VA:** AVP Workshop 9-11 Oktober 2020 kontaktiere Susan unter saivibrionics.usa.can@gmail.com
- ❖ **Indien Puttaparthi:** AVP Workshop 25 Nov-1 Dez 2020 kontaktiere Lalitha unter elay54@yahoo.com oder telefonisch unter 8500-676-092
- ❖ **Indien Puttaparthi:** SVP Workshop 3-7 Dezember 2020 kontaktiere Hem unter 99sairam@vibrionics.org

* AVP- und SVP-Workshops sind nur für diejenigen gedacht, die den Aufnahmeprozess und den E-Kurs. Auffrischungsseminare sind für bestehende Praktiker.

☞ Zusätzliches ☞

1. Gesundheit Tipps

Würze deinen Tag auf eine gesunde Art und Weise!

„Das Essen, das wir konsumieren, sollte geschmackvoll, nahrhaft und wohltuend sein. Es sollte nicht zu scharf oder zu salzig sein; es muss ein Gleichgewicht und eine Ausgewogenheit beibehalten werden. Es sollte nicht erregen oder dämpfen. Rajasisches Essen entflammt die Emotionen; Tamasisches Essen führt zu Trägheit und Schlaf. Sattvisches Essen sättigt, entflammt aber nicht die Leidenschaften und verstärkt nicht die Emotionen“... Sri Sathya Sai Baba¹

Was ist ein Gewürz?

Ein Gewürz ist der getrocknete Teil einer Pflanze, außer den Blättern die Kräuter genannt werden, aber in diesem Artikel nicht behandelt werden. Es kann sich um eine Samen- oder Fruchtschale handeln (Senf, Kreuzkümmel, Koriander, Bockshornklee, Carom, Nigella, Muskatnuss, Fenchel, Anis, Sternanis und Kardamom). Rinde (Zimt und Muskatblüte), getrocknete Knospe (Nelke), Blütenstigma (Safran), Beere (Pfefferkorn, Piment), Wurzel oder Rhizom (Ingwer, Kurkuma), Harz (Asafoetida) oder Zwiebel (Knoblauch)^{2,3}

Verwendung, Nutzen und Lagerung von Gewürzen

Verwendung: Gewürze werden seit der Antike zum Würzen, Aromatisieren oder Garnieren eines Rezepts verwendet, da sie aromatisch sind und einen besonderen Geschmack, Aroma und manchmal auch Farbe verleihen! Frische Gewürze, ganz oder gemahlen, können zuerst angebraten oder geröstet und dann gegen Ende des Garvorgangs oder kurz vor dem Servieren zu einem Gericht gegeben werden, um den Geschmack und das Aroma der Mahlzeit beizubehalten. Sie können auch vorher im Kochprozess hinzugefügt werden, um sie aufnahmefähiger zu machen. Sie sind auch gute Konservierungsstoffe, da sie

das Wachstum von Krankheitserregern in Lebensmitteln hemmen und deren Haltbarkeit verbessern können.^{4,5}

Vorteile: Fast alle Gewürze sind reich an Antioxidantien, Mineralien wie Kalzium, Magnesium, Kalium, Phosphor, Spurenelementen wie Eisen, Mangan, Kupfer, Selen sowie Vitaminen, Aminosäuren und einigen mit Omega-3-Fettsäuren zu Kohlenhydraten, Eiweiß und Ballaststoffen. Sie gelten aufgrund ihrer antimykotischen, antiviralen, antimikrobiellen, entzündungshemmenden, antiseptischen, anästhetischen und analgetischen Eigenschaften als stark heilend. Daher werden sie in alten und traditionellen medizinischen Systemen heilsam eingesetzt. Obwohl die Forschung inadäquat ist, um ihre Wirkung klinisch nachzuweisen, haben einige Studien und Praktiken gezeigt, dass Gewürze den Körper nähren, die Stimmung verbessern und Krankheiten verhindern und behandeln können, auch lebensbedrohliche Krankheiten wie Krebs, Diabetes, Schlaganfall und Herzkrankheiten.^{2,4,5,8}

Lagerung: Mit der Zeit verlieren Gewürze ihr Aroma und ihren Geschmack. Lagern Sie sie daher in luftdichten Behältern, die nicht in der Nähe von Wärme- und Feuchtigkeitsquellen liegen, damit die Samen bis zu 2 Jahre und die Gewürzpulver bis zu 1 Jahr haltbar sind.²

Vorsicht: Gewürze sind nur in kleinen Mengen heilsam und sicher, normalerweise 1 Teelöffel (2 bis 2,5 g) pro Tag, manchmal aber auch nur ein oder zwei Prisen. Menschen mit Erkrankungen, sowie schwangere und stillende Frauen, sollten ihren Arzt bezüglich der Einnahme von Gewürzen und ihrer Menge konsultieren.^{2,8}

Spezifische Gewürze

Es gibt mehr als 100 Gewürzsorten, aber wir behandeln nur die allgemein bekannten 20 Gewürze, deren indische Namen in Klammern angegeben werden.

1. Senfkörner (Sarso, Rai)

Diese Samen werden am besten sautiert bis sie aufplatzen und dann andere aromatische Zutaten hinzugefügt werden. Pulverförmige Samen können auf einen Salat oder ein warmes Gericht gestreut oder zu Gewürzen und eingelegtem Gemüse gegeben werden. Beliebt ist auch die Senfpaste aus der über Nacht eingeweichten Samen. Sie sind reich an vielen Mineralien und Omega-3-Fettsäuren und können Darmparasiten beseitigen, das Bronchialsystem heilen, die Durchblutung fördern, Skelett- und Muskelschmerzen, Verstauchungen und Krämpfe lindern sowie Psoriasis und Kontaktdermatitis heilen.



Mustard seeds

Externe Anwendung: Patienten mit Halsschmerzen können mit Tee aus Senfkörnern gurgeln. Das Hinzufügen von Senfpulver zu einem Fußbad kann die Verschleimung der Brust lindern. Eine Senfpackung kann auf den Körper aufgetragen werden, um Bronchitis, Bronchialpneumonie, Pleuritis und alle Schmerzen zu lindern. Als Reinigungsmittel verwendet, schrubben Sie einfach die Mischung einiger gequetschter Senfkörner mit Wasser und Essig auf schmutzigen Töpfen und Pfannen, lassen Sie diese über Nacht stehen und waschen den Topf oder die Pfanne am nächsten Tag gründlich.

Vorsicht: Bis zu 2 g pro Tag gelten als sicher. Menschen mit Schilddrüsen-, Nieren- oder Gallenblasenproblemen sollten ihren Arzt konsultieren.^{6,7}

2. Kreuzkümmel (Jeera)

In einigen Kulturen ist das Kochen ohne die erdigen, nussigen, würzigen und warmen Kreuzkümmel nicht komplett, ohne dass warmer Kreuzkümmel, sautiert dem Gemüse, der Suppe und Linsen oder Reis- oder Hirsezubereitungen zugesetzt wird. Sein Pulver kann den Geschmack von Joghurt und Buttermilch verbessern. Er ist reich an Eisen, Kalzium und Vitamin A und C und kann Anämie, durch Lebensmittel übertragene Virusinfektionen, Schlaflosigkeit und Osteoporose verhindern und dabei helfen, den Blutdruck zu regulieren, die Leber zu entgiften, die Verdauung zu fördern, den Blutzucker zu senken und das Immunsystem zu stärken und das Energieniveau zu verbessern. Eine Studie ergab, dass fettleibige Frauen, die 3 Monate lang zu 2 Mahlzeiten täglich eine hohe Dosis Kreuzkümmelpulver in Joghurt konsumierten, eine signifikante Abnahme des Körpergewichts und des Fettgehalts aufwiesen und ihr HDL / LDL-Cholesterin-Verhältnis stabilisierten. In einer anderen Studie war der Insulinspiegel in 8 Wochen gesunken.^{4,8,9,10}



Cumin seeds

Eine Tasse frisch zubereiteten Kreuzkümmel-Tee kann als wirksames Schmerzmittel wirken, insbesondere bei Bauchschmerzen, den Brustbereich freieren machen und die Laktation in der Schwangerschaft fördern.^{11A}

Vorsicht: Eine Prise (0,1 g) pro Tag reicht aus, um einen Nutzen zu erzielen. Bis zu 0,6 g (1/4 Teelöffel) gelten als sicher und ungiftig. Übermäßige Einnahme kann zu Problemen wie Sodbrennen und saurem

Reflux führen. Vermeiden Sie Kreuzkümmel 2 Wochen vor der Operation anzuwenden und auch wenn eine Blutungsstörung vorliegt, denn er zeigt eine Tendenz die Blutgerinnung zu verlangsamen und den Blutzuckerspiegel zu senken.⁸⁻

3. Asafoetida (Hing)

Es ist ein harter, harziger Kaugummi mit starkem Geruch und wird aus getrocknetem Saft hergestellt, der aus Stielen und Wurzeln einer mehrjährigen Fenchelpflanze gewonnen wird. Normalerweise in Klumpen, Granulat oder Pulver erhältlich, ist es in sehr kleinen Mengen zu verwenden, ein oder zwei Prisen sollten ausreichen. Einmal gekocht, fügt es einen angenehmen Geschmack hinzu und macht Linsen und Hülsenfrüchte verdaulich. Es wird seit den Tagen des Römischen Reiches zur Vorbeugung von Krämpfen und Blähungen sowie als Expektorans, Abführmittel und Beruhigungsmittel verwendet. Es hilft bei der Behandlung des Reizdarmsyndroms, lindert Atembeschwerden bei Bronchitis, Schweinegrippe und Asthma, hilft bei Menstruationsstörungen, unterstützt einen gesunden Blutzuckerspiegel und Blutdruck und erhält die kardiovaskuläre Gesundheit. In einigen traditionellen Systemen wird es mit Jaggery zur Behandlung von Krämpfen und psychischen Störungen und mit Ghee gegen Ischias Schmerzen verwendet.



Asafoetida

Vorsicht: Die traditionelle Dosis, die vorteilhaft für medizinische Zwecke verwendet wird, beträgt 0,2 bis 0,5 g. Nicht empfehlenswert für schwangere Frauen und Säuglinge, Personen mit Geschwüren, Magen-Darm- oder Blutungsstörungen, Epilepsie oder Blutdruckproblemen oder 2 Wochen vor der Operation.¹²⁻

4. Rote Chilischoten (Lal mirch) /Paprika/Pfeffer

Rote Chilis / Chilipfeffer: In Indien gibt es eine große Auswahl an roten Chilis in Trocken- und Pulverform, die in speziellen Reiszubereitungen, Currys, eingelegten Gemüsen und Chutney (Kräuter-, Gemüse- oder Linsenpasten) verwendet werden. Es ist eine gute Vorspeise. Reich an Vitamin A, C und E, kann es das Immunsystem stärken, die Augen gesund halten, Migräne, Sinusitis, Erkältung und Grippe bekämpfen. Aufgrund seiner chemischen Verbindung Capsaicin (verantwortlich für das Wärmeelement in Chilis) kann Chilipfeffer lebensbedrohlichen Krankheiten vorbeugen und wird in Salben verwendet, um Schmerzen, Verstauchungen und Taubheitsgefühl zu lindern.



Chilli Peppers

Paprika: Sein Geschmack kann von süß bis feurig reichen. Es ist ein einzigartiges gemahlenes Gewürz, das aus mehreren Paprikasorten hergestellt werden kann. Süßer Paprika wird hauptsächlich aus gemahlener roten Paprikaschoten hergestellt, denen das chemische Capsaicin fehlt, die jedoch reich an Vitamin A sind. Paprika ist besonders dafür bekannt, bei der Behandlung von Autoimmunerkrankungen zu helfen und Magenkrebs vorzubeugen.

Cayenne Pfeffer: Ein erdiger Pfeffer, der jedem Rezept einen Schuss Wärme verleiht. Er ist normalerweise in trockener oder fein gemahlener Form erhältlich, er ist normalerweise schärfer als Paprika und rote Chilis. Er kann insbesondere bei Verdauungsproblemen, Zahnschmerzen, Seekrankheit, Alkoholismus, Malaria und Fieber helfen, den Körperstoffwechsel zu regulieren und denjenigen Linderung bringen, die Schwierigkeiten beim Schlucken haben. Einige Versuche und Studien haben gezeigt, dass sich Cremes, welche diesen Pfeffer enthalten, sehr effektiv bei der Behandlung von Psoriasis erweisen.

Vorsicht: Tragen Sie 1-2 Tropfen Öl auf die Handflächen und Finger auf, bevor Sie dieses Gewürz berühren oder anfassen. Reiben Sie nach der Verwendung die Hände gut mit etwas Zitrone ein und waschen Sie die Hände gut, bevor Sie das Gesicht oder die Augen berühren. Die Dosierung hängt davon ab, wie viel Wärme eine Person aushalten kann. Nicht ratsam, wenn man unter Geschwüren oder Übersäuerung leidet.¹⁵⁻¹⁸

5. Schwarzer Pfeffer/Peppercorns (Kaali mirch)

Wenn halb reife Beeren aus der Pfefferpflanze gepflückt und getrocknet werden, schrumpfen und falten sie und werden dunkel. Dies sind schwarze Pfefferkörner, die im gemahlener Zustand Pfeffer genannt werden. Als König der Gewürze braucht man nur eine Prise pro Mahlzeit. Sie sind ein wichtiger Bestandteil bei Husten und Erkältungsmitteln, helfen bei der Heilung von Magengeschwüren und Vitiligo und können das Fortschreiten des Tumors verhindern. Sein Wirkstoff namens Piperin verbessert die kognitiven Gehirnfunktionen, bekämpft Depressionen, fördert die Nährstoffaufnahme und verbessert die Magen-Darm-Funktion. Wenn die Beeren vollständig gereift sind und ihre äußere Schale entfernt wurde (wodurch einige Nährstoffe verloren gehen), werden diese als weiße Pfefferkörner bezeichnet. Der Geschmack von weißem Pfeffer wird als erdig und vielschichtig beschrieben.



Black Pepper / Peppercorns

Vorsicht: Übermäßiger Konsum kann zu Brennen im Hals oder Magen.¹⁹⁻²²

6. Koriander/Cilantro seeds (Dhaniya)

Dies sind warme, süße und nussige Samen mit einem einzigartigen exotischen Geschmack. 1½ Teelöffel Samen über Nacht einweichen in zwei Tassen Wasser abseihen und als Koriandertee trinken oder einfach zu Ihrem morgendlichen Smoothie geben.

Studien haben gezeigt, dass es sowohl den Blutdruck als auch den Blutzucker senkt, Verdauungsbeschwerden wie IBS lindert, Geschwüre und Wunden im Mund heilt und Infektionen, einschließlich Harnwegsinfektionen, bekämpft. Er enthält die natürliche Verbindung, Dodecanal, die stärker als ein Antibiotikum ist und vor Lebensmittelvergiftungen schützt. Es ist bekannt, dass die starken Samen eine gesunde Menstruationsfunktion unterstützen und Neurokrankheiten vorbeugen.^{23,24}



Coriander Seeds

7. Fenugreek-Bockshornklee (Methi)

In Currys verwendet, hat er ein scharfes Aroma mit einem ziemlich bitteren Geschmack, der beim Kochen angenehm wird. Er kann geröstet und gemahlen werden, um Kaffee zu machen. Reich an Nährstoffen, reduziert er Entzündungen (kann auch als Packung verwendet werden), lindert Geschwüre im Mund, Furunkel, Bronchitis und chronischen Husten und verbessert Appetit, Verdauung und Verstopfung. Traditionell wird er auch zur Einleitung der Geburt eines Kindes verwendet, verbessert er die Laktation bei stillenden Müttern, lindert die Wechseljahre, verbessert die Fortpflanzungsfunktionen bei Männern und kann die sportliche Leistung erheblich verbessern, indem er die Kraft erhöht und die Erholung nach dem Training unterstützt. Studien haben gezeigt, dass der Verzehr, von in heißem Wasser getränkten Bockshornkleesamen, bei der Behandlung von Typ-2-Diabetes helfen kann.



Fenugreek

Vorsicht: Schwangere Frauen und Personen mit Blutungsstörungen und unter Einnahme von Medikamenten sollten die Anwendung vermeiden oder ihren Arzt konsultieren.²⁵⁻²⁷

8. Karom/Kümmelsamen (Ajwain)

Diese haben einen scharfen bitteren Geschmack und Geschmack und werden beim Kochen von Linsen, Bohnen und einigen Wurzelgemüsen wie Taro (Colocasia) und Kartoffeln hinzugefügt, um Blähungen zu reduzieren. Auch in Currys, Gurken und indischem Brot. Gut trocken zu rösten oder in Ghee (geklärte Butter), um den Geschmack zu verbessern, haben einen scharfen bitteren Geschmack und Geschmack und werden beim Kochen von Linsen, Bohnen und einigen Wurzelgemüsen wie Taro (Colocasia) und Kartoffeln hinzugefügt, um Blähungen zu reduzieren. auch in Currys, Gurken und indischem Brot. Gut trocken zu rösten oder in Ghee (geklärte Butter), um den Geschmack zu verbessern.



Carom / Caraway Seeds

Bekanntes Hausmittel zur Verbesserung des Appetits und zur Behandlung von Blähungen. Kauen Sie nach einer Mahlzeit ein paar rohe Samen, um die Verdauung zu unterstützen. Tee aus gerösteten Samen, bei Bedarf mit wenig Honig, fördert den Stoffwechsel des Körpers, verbrennt Fett, lindert Husten, verbessert die Atmung und kann Entzündungen reduzieren.

Vorsicht: Für schwanger Frauen bedenklich.^{28,29}

9. Nigella/Schwarzkümmel (Kalonji)

Diese pechschwarzen Samen werden trocken geröstet und aufgrund ihres Geschmacks und Aromas Currys, Gemüse, Linsen und einigen eingelegten Gemüsen beigemischt. Umfangreiche Forschungen über Nigella haben seine wundersame Heilkraft offenbart! Daher ist er in der alten und traditionellen Medizin als blutdrucksenkend, durchfallhemmend, leberstärkend, appetitanregend, analgetisch, antibakteriell, harntreibend und zur Heilung von Hauterkrankungen eingesetzt worden. Er kann auch Linderung bei allergischer Rhinitis bringen. Eine Handvoll mit Senföl erhitzter Samen kann aufgetragen werden, um eine Entzündung der Gelenke zu lindern.



Nigella / Black Cumin

Vorsicht: Normalerweise sollte 1 g (½ Teelöffel) zum Kochen ausreichen, obwohl 0,3 bis 0,5 g, die medizinisch verwendet werden, vorteilhafte Wirkungen gezeigt haben.^{30,31,32}

10. Kurkuma – Gelbwurzel (Haldi)

Dieses berühmte goldene Gewürz ist frisch oder getrocknet erhältlich und kann zu einem feinen Pulver gemahlen werden. Sie hat ein erdiges Aroma, leicht pfeffrig und bitter, mit einem subtilen Ingwergeschmack und passt gut zu anderen Gewürzen. Sie gilt als wertvolles medizinisches Gewürz, da ihr Wirkstoff Curcumin ist - ein leuchtend gelbes natürliches Phenol. Da Curcumin fettlöslich ist, sollte Kurkuma zusammen mit einem gesunden



Turmeric

Fett (Kokosöl, Olivenöl oder Ghee) und auch mit schwarzem Pfeffer (da sein Piperin-Gehalt die Bioverfügbarkeit von Curcumin um das 20-fache erhöht) eingenommen werden, um eine optimale Absorption durch zu erzielen der Körper. Bei alleiniger Anwendung wird Curcumin metabolisiert, bevor es absorbiert werden kann.

Vorsicht: Größere Mengen können zu Übelkeit und Durchfall führen. ³³⁻³⁸

11. Ingwer (Adrak)

Er hat einen pfeffrigen und leicht süßen Geschmack mit einem scharfen und würzigen Aroma. Er passt gut zu vielen Gemüsen, Salaten, Suppen und Saucen. Fügen Sie Ingwer hinzu, um das Beste aus seinen Nährstoffen herauszuholen, sowohl zu Beginn als auch am Ende des Kochens eines Gerichts. Ingwerkekse und Ingwertee sind bei vielen ein Favorit. Als eines der besten entzündungshemmenden Gewürze kann eine Magenverstimmung, Übelkeit und Erbrechen, morgendliche Übelkeit bei schwangeren Frauen, Reisekrankheit und Schmerzen, insbesondere bei rheumatoider Arthritis, lindern.



Ginger

Heißes Ingwerwasser beruhigt gut bei Erkältung, Grippe oder Husten; seine regelmäßige Einnahme kann diese Symptome in Schach halten. Eine Studie ergab, dass der tägliche Verzehr von rohem und wärmebehandeltem Ingwer zur Reduzierung von belastungsbedingte Muskelverletzungen und Schmerzen beitrug. Es kann auch bei der Behandlung von Darmkrebs helfen.

Therapeutischer Ingwertee: Kochen Sie ein 2-Zoll-Stück (ca. 5 cm) frisch geriebenen Ingwer (ohne die Haut zu schälen) in 2 Tassen Wasser für 10-20 Minuten. Gut abseihen und eine Prise anderer Gewürze der Wahl wie Kurkuma, schwarzer Pfeffer oder Zimt zusammen mit einem Löffel rohem Honig und Saft einer halben Zitrone hinzufügen, um einen leckeren Ingwertee zu erhalten.

Vorsicht: 1-2 Teelöffel geriebener oder zerkleinerter Ingwer oder Paste gelten als ausreichend und sicher. Verringern Sie bei Sodbrennen, Durchfall oder Magenschmerzen die Menge. ³⁹⁻⁴¹

12. Knoblauch (lahasun)

Obwohl es sich um ein Zwiebelgemüse handelt, wird er als Gewürz verwendet. Er ist reich an bestimmten Schwefelverbindungen und mit lebenswichtigen Nährstoffen gefüllt. Er ist intensiv aromatisch und schmackhaft und sehr scharf, wenn er roh verzehrt wird. Er kann zu jedem sautierten, rohen, gerösteten, gebackenen oder gekochten Gericht hinzugefügt werden.



Garlic

Frischer Knoblauch enthält eine Aminosäure namens Alliin. Wenn eine Knoblauchzehe zerkleinert oder gehackt wird, wird ein Enzym, Alliinase, freigesetzt. Alliin und Alliinase interagieren, um Allicin zu bilden, das als der wichtigste biologisch aktive Bestandteil von Knoblauch angesehen wird. Wissenschaftler schlagen vor, Knoblauch nach dem Zerhacken oder Zerkleinern vor der Essenzubereitung 10 Minuten stehen zu lassen, da Allicin einige Minuten benötigt, um aktiv zu werden. Roher Knoblauch bietet die meisten Vorteile; kochen Sie ihn unter 140 * F, (60 Celsius) da höhere Temperaturen Allicin töten. Fügen Sie Knoblauch am besten hinzu, wenn Sie fast fertig mit dem Kochen sind.

In der Antike und im Mittelalter wurde er für seine medizinischen Eigenschaften verehrt. Gräber verwendeten zerquetschten Knoblauch als Schutz gegen die Pest. Während der beiden Weltkriege wurde es als Antiseptikum gegen Wunden und zur Vorbeugung von Infektionen wie Brandwunden bei Soldaten eingesetzt. Er wird neben Kurkuma als ein Super Gewürz betrachtet, viele Studien über seine Vorteile zeigen seine Fähigkeit, schwere Krankheiten wie Herzkrankheiten, Schlaganfall, Krebs, Diabetes und Infektionen zu verhindern. Er kann den Blutdruck kontrollieren, Erkältungen, Haarausfall und Alzheimer Krankheit und Demenz, Pilzbekämpfung und Behandlung des Fußpilzes, vorbeugen. **Hinweis:** Knoblauchpräparate haben kaum einen Nutzen.

Vorsicht: Verwenden Sie ihn in einer minimalen Menge. Eine Knoblauchzehe pro Tag wird für Menschen empfohlen, die an chronischen oder wiederkehrenden Infektionen oder einer geringen Resistenz gegen Erkältungen und Grippe leiden. Personen mit niedrigem Blutdruck, Geschwüren, Darmproblemen und Blutverdünnern sollten vor dem Verzehr von Knoblauch ihren Arzt konsultieren. Es wird von spirituellen Meistern, bei täglicher Einnahme, als eine Nahrung mit negativer Energie betrachtet, außer als Medizin verwendet, da er das Nervensystem in großem Maße stimuliert. Er wird für ernsthafte spirituelle Suchende nicht empfohlen. ⁴²⁻⁴⁶

Zwiebel, die eine essbare Zwiebel der gleichen Familie wie Knoblauch ist, ist ein Gemüse, obwohl sie aufgrund ihres Aromas wie ein Gewürz verwendet wird. (Zwiebeln zuvor in 2 Teilen in Band 5 # 1 & 2 behandelt).

13. Anis/Fenchelsamen (Saunf)

Anis und Fenchel und Fenchelsamen stammen von zwei verschiedenen Pflanzen derselben Familie und haben einen ähnlichen Geschmack - süß, mildwürzig und aromatisch. Einer kann ein Ersatz für den anderen sein, obwohl stärkerer Anis in geringerer Menge verwendet werden kann. Ganze oder pulverisierte Samen werden in Salaten, Nudelgerichten und Gemüse verwendet, zum Teig beim Backen von Keksen, in Fruchtfüllungen, heißer Schokolade oder Kaffee sowie Tee, hinzugefügt.



Anise seeds



Fennel seeds

Sie werden oft nach einer Mahlzeit gekaut, um den Atem zu erfrischen und die Verdauung zu unterstützen. Sie können bakterielle und Pilzinfektionen bekämpfen, Magengeschwüre behandeln und Symptome von Wechseljahren und Depressionen lindern. Studien zeigen, dass die Verwendung von 5 g als Arzneimittel die postmenopausalen Symptome verbessert. Als Gewürz sollte $\frac{1}{2}$ bis 1 Teelöffel ausreichen. *Sternanis (ein sternförmiges Gewürz) sollte nicht mit Anis verwechselt werden, da er aus einer anderen Pflanzenfamilie stammt, aber beide einen Lakritz-ähnlichen Geschmack mit ähnlichen gesundheitlichen Vorteilen haben.*^{47,48}

14. Grüner Kardamom (Elaichi), Schwarzer Kardamom (Badi Elaichi)

Grüner Kardamom: Er hat einen einzigartigen Geschmack mit einem Hauch von Zitrone und Minze und sein Duft ist nussig, würzig, zitronig und süß. Da er manuell geerntet werden muss, ist es arbeitsintensiv und sehr teuer. Entfernen Sie die Samen aus der Schote und mahlen Sie sie frisch, um die beste Wirkung zu erzielen. Er ist ein beliebter Zusatzstoff in Indien in Tee; auch in herzhaften Gerichten, Brot, Pfannkuchen, Kuchen und Keksen, Kuchen und Pudding, Smoothies und Desserts. Als natürlicher Atemerfrischer und wesentlicher Bestandteil einiger Kaugummis wird er nach einer schweren Mahlzeit gekaut, um die Verdauung zu unterstützen und den Speichel zu reinigen und um Mundgeruch und Karies vorzubeugen. Er hilft bei Asthma und Bronchialerkrankungen und kann den Blutdruck senken.



Green and Black Cardamom

Schwarzer Kardamom: Er hat ein ausgeprägtes rauchiges Aroma und Aroma. Dieses Gewürz wird selten in süßen Gerichten verwendet und zum Kochen von Kidneybohnen, Kichererbsen, Gemüse, Currys und speziellen Reiszubereitungen verwendet. Schwarzer Kardamom hilft bei der Reduzierung verschiedener Magenbeschwerden, häufiger Infektionen und Zahnprobleme und wirkt als Munderfrischer. In der traditionellen chinesischen Medizin wurde es zur Behandlung von Malaria eingesetzt.

Vorsicht: Es werden nicht mehr als 1 oder 2 grüner Kardamom pro Tag für frischen Atem und Verdauung empfohlen. Ein schwarzer Kardamom sollte zum Kochen ausreichen. Vermeiden Sie Kardamom, wenn Sie Gallensteine haben, da dies krampfartige Schmerzen auslösen kann.⁴⁹⁻⁵¹

15. Gewürznelke (Laung)

Sie ist eine getrocknete Blütenknospe, intensiv aromatisch, aber scharf, mit einem süßen, warmen Geschmack, der zu einer Reihe von herzhaften und süßen Gerichten hinzugefügt wird. Mit einer hohen Anzahl an Antioxidantien kann sie lebensbedrohlichen Krankheiten wie Krebs vorbeugen. Als natürliche Hauptquelle für Eugenol, eine Phenolsäure, wirkt sie entzündungshemmend, mutagen und antimikrobiell, wirkt als Antiseptikum und Analgetikum, ist hervorragend für die Mundgesundheit geeignet, wird in zahnärztlichen Eingriffen und Präparaten verwendet und lindert Kopfschmerzen. Gemahlene Nelken werden zur Heilung auf kleinere Schnitte aufgetragen. In heißen Getränken kann sie Stauungen und Husten lindern.



Clove

Vorsicht: Es ist sicher, bis zu 15 ganze Nelken pro Tag zu nehmen; Vermeiden Sie Gewürznelken, wenn Sie anfällig für Hautallergien sind oder an einer Blutungsstörung leiden.⁵²⁻⁵⁵

16. Zimt (Dalchini)

Er stammt aus der braunen Rinde von Zimtbäumen und hat einen süßen, holzigen Duft mit einem warmen und beruhigenden Duft. Von Forschern als weltweit führendes Gewürz eingestuft, hilft er dem Körper, andere Gewürze besser aufzunehmen. Er wird zu Desserts, Getränken und Früchten hinzugefügt. Es ist ein natürliches Lebensmittelkonservierungsmittel und kann die Verfärbung von geschnittenem Obst und Gemüse stoppen. Er ist reich an Antioxidantien und besonders reich an Ballaststoffen und Mangan. Es kann Entzündungen, Infektionen, insbesondere Viren und Allergien bekämpfen, Menstruationsbeschwerden lindern und übermäßige Blutungen stoppen, den Blutzucker stabilisieren, einen hohen Blutzuckerspiegel nach



Cinnamon

der Mahlzeit, die Zahngesundheit erhalten, Candida im Verdauungstrakt verhindern und die Atemwege bei Einnahme mit Ingwer und Pfeffer freimachen, besonders bei kaltem Wetter, und bei Osteoporose helfen. Schon an Zimt zu riechen oder das Kauen von Zimt kann die Gehirnaktivität steigern.

Vorsicht: Die Einnahme von maximal 6 g pro Tag gilt als sicher. Eine höhere Aufnahme kann allergische Reaktionen, Mundschmerzen, Leberprobleme, niedrigen Blutzucker und Atembeschwerden verursachen.

56-59

17. Safran (Kesar)

Dieses exotische aromatische Gewürz stammt aus dem abgetrennten und getrockneten Stigma der lila Safranblüten und hat eine rote Farbe mit einem scharfen und leicht bitteren Geschmack. Der Anbau und die Ernte sind sehr arbeitsintensiv, da mehr als eine Million Blumen nur ein Pfund Safran ergeben. Er ist also das teuerste Gewürz und kommt in sehr kleinen Mengen als Safranfäden vor. Er passt gut zu Desserts und Pudding, Reisgerichten und Gemüse und verleiht ihnen eine schöne gelb-orange Farbe.



Saffron

Wird traditionell bei Magen-Darm-Beschwerden und Beschwerden der oberen Atemwege und um Wunden zu heilen eingesetzt. Als besonders wirksam hat er sich bei der Verringerung von Angstzuständen, Depressionen, hormonellen Störungen, Bluthochdruck, Makuladegeneration und der Verbesserung der kardiovaskulären Gesundheit erwiesen. Er kann die Aluminiumtoxizität umkehren. Mit seinem vorherrschenden Mangangehalt ist er gut für die Gesundheit von Skelett und Schilddrüse.

Vorsicht: Kaufen Sie bei einer zuverlässigen Quelle! Gemäß den meisten Studien an Patienten gilt er als sicher, 6 Wochen lang 30 mg pro Tag als Arzneimittel einzunehmen. Hohe Dosen sollen toxisch sein. ⁶⁰⁻⁶²

18. Muskatnuss/Muskatblüte (Javitri/Jaiphal)

Muskatnuss und Muskatblüte sind Geschwister aus derselben Frucht eines Muskatnussbaums mit unterschiedlichen Eigenschaften. Die Muskatnuss ist der dunkle Stein oder Samen in der Frucht; die Muskatblüte ist die rote Hülle um den Stein. Beide sind als süß und warm bekannt und werden in gebackenen Leckereien und süßen Gerichten verwendet. Die Muskatblüte ist süßer, milder und subtiler in Geschmack und Aroma. Die Vorteile sind ähnlich.



Nutmeg & Mace

Ein Teelöffel Honig mit einer vollen Prise gemahlener Muskatnuss / Muskatblüte kann dabei helfen, den Körper von Niereninfektionen und Steinen zu befreien.

Mit Wasser und etwas Ingwer vermischt, kann sie den Magen beruhigen und Durchfall stoppen. Sie ist gut für Magengeschwüre, Mundgesundheit, beruhigt die Nerven und behandelt Schlaflosigkeit sowie fördert die Gesundheit von Herz, Gehirn und Haut.

Vorsicht: Es sollte sparsam verwendet werden, maximal bis zu 1 g; könnte bei 5 g toxisch werden und das Zentralnervensystem beeinträchtigen. ⁶³⁻⁶⁶

19. Piment

Im Gegensatz zu seinem Namen ist es ein einzelnes Gewürz aus getrockneten Beeren. Es sieht aus wie Pfefferkörner, aber der Geschmack hat eine Mischung aus Pfeffer, Nelke, Zimt und Muskatnuss. Es wird zum Würzen von Ingwerbrot, Desserts und Getränke verwendet. Aufgrund seiner Süße kann man den Verbrauch von Zucker reduzieren. Tee aus Piment kann Blähungen und Flatulenz lindern und ein Umschlag aus seinem Pulver kann Schmerzen lindern. ⁶⁷



Allspice

20. Populäre Gewürzmischungen

Garam Masala ist eine Mischung aus gemahlener Gewürzen, die in der indischen Küche häufig verwendet werden. Die Mischung besteht im Allgemeinen aus: Kreuzkümmel, Koriander, getrockneten roten Chilis, schwarzen und weißen Pfefferkörnern, Fenchel, Nelken, Zimt, schwarzem und grünem Kardamom und Muskatblüte. Diese können vor dem Mahlen geröstet werden, um ihre Aromen und Geschmacksrichtungen freizusetzen. Alle müssen sorgfältig gemischt werden, um eine ausgewogene Wirkung zu erzielen. ⁶⁸

Panch Phoron ist eine farbenfrohe Mischung aus 5 ganzen Gewürzen - Kreuzkümmel, Bockshornklee, schwarzer Senf, Nigella und Fenchelsamen. Die Mischung, die aus dem Osten Indiens stammt, wird ausgiebig zur Herstellung von Pickles (eingelegtes Gemüse) verwendet. Zum Kochen von Gemüse und

Linsen wird die Mischung zunächst in Öl oder Ghee gedämpft, um einen besonderen Geschmack zu erzielen.⁶⁹

Schlussfolgerung: Gewürze verleihen unserem Essen zweifellos Farbe, Leben und Lebensfreude, machen es köstlich, tragen zur Erhaltung unserer Gesundheit bei und schützen uns vor vielen Krankheiten, wenn sie mit Verständnis und Sorgfalt verwendet werden. Wie von Sri Sathya Sai Baba empfohlen, „Achtet darauf, dass ihr nicht zu viele Gewürze, Chili und Salz zu euch nehmt“.⁷⁰

Referenzen und Links:

1. Sathya Sai Speaks on "Vehicle care" to prevent illness, 16 October 1974, <http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume12/sss12-48.pdf>
2. What is a spice: <https://www.thespruceeats.com/what-are-spices-995747>
3. https://www.diffen.com/difference/Herbs_vs_Spices
4. Spices for life: <http://www.ayurvedacollege.com/blog/ayurvedic-uses-spices-incredible-powerhouses-medicinal-benefits/>
5. Benefits of spices: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5030248/>
6. Mustard seeds: <https://foodfacts.mercola.com/mustard-seed.html>
7. <https://www.healthline.com/nutrition/is-mustard-good-for-you#nutrition>
8. Cumin Benefits: <https://draxe.com/nutrition/cumin-seeds/>
9. Cumin Benefits & Caution: <https://www.emedihealth.com/cumin-benefits.html>
10. Cumin Study: <https://www.medicalnewstoday.com/articles/319562>
11. Cumin tea: <https://food.ndtv.com/health/15-incredible-benefits-of-jeera-water-for-your-skin-hair-and-health-1644227>
12. Asafoetida: <https://draxe.com/nutrition/asafoetida/>
13. <https://www.emedicinehealth.com/asafoetida/vitamins-supplements.htm>
14. <https://www.ayurtimes.com/hing/>
15. Red Chili: <https://www.gyanunlimited.com/health/top-5-health-benefits-of-chilli-the-queen-of-spices/2755/>
16. Paprika: <https://draxe.com/nutrition/paprika/>
17. Different peppers: <https://www.masterclass.com/articles/whats-the-difference-between-cayenne-pepper-paprika-red-chili-pepper-and-ground-red-pepper-plus-15-red-pepper-varieties-and-culinary-uses>
18. Cayenne: <https://draxe.com/nutrition/cayenne-pepper-benefits/>
19. Black pepper benefits: <https://www.emedihealth.com/black-pepper-benefits.html>
20. Black pepper: <https://www.24mantra.com/blogs/organic-lifestyle/top-6-health-benefits-of-black-pepper/>
21. Healthy black pepper study: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23768180>
22. Black/white/red pepper: <https://draxe.com/nutrition/black-pepper-benefits/>
23. Coriander seed: <https://draxe.com/nutrition/coriander/>
24. <https://food.ndtv.com/food-drinks/7-amazing-coriander-seeds-benefits-from-tackling-diabetes-to-improving-the-skin-1407915>
25. Fenugreek: <https://draxe.com/nutrition/fenugreek/>
26. <https://www.emedihealth.com/fenugreek-benefits.html>
27. <https://foodfacts.mercola.com/fenugreek.html>
28. Carom: <https://www.healthline.com/nutrition/carom-seeds>
29. <https://food.ndtv.com/food-drinks/9-super-benefits-of-ajwain-the-multi-talented-household-spice-1438699>
30. Nigella: Miraculous healing powers studied: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3642442/>
31. <https://food.ndtv.com/food-drinks/10-incredible-health-benefits-of-nigella-seeds-kalonji-1456233>
32. <https://www.verywellhealth.com/nigella-sativa-89064>
33. Turmeric: <https://healthcare.utah.edu/healthfeed/postings/2020/02/turmeric.php>
34. <https://food.ndtv.com/food-drinks/what-is-the-difference-between-turmeric-and-curcumin-1657211>
35. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5664031/>
36. <https://foodfacts.mercola.com/turmeric.html>
37. <https://draxe.com/nutrition/turmeric-curcumin-benefits/>
38. <https://www.hopkinsmedicine.org/news/publications/johns-hopkins-health/summer-2013/a-simple-spice-that-may-battle-cancer>
39. Ginger: <https://foodfacts.mercola.com/ginger.html>
40. <https://draxe.com/nutrition/ginger-tea-benefits/>
41. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK92775/>
42. Garlic: <https://draxe.com/nutrition/7-raw-garlic-benefits-reversing-disease/>
43. <https://www.thespruceeats.com/all-about-garlic-995693>
44. <https://health.clevelandclinic.org/6-surprising-ways-garlic-boosts-your-health/>
45. Garlic a negative energy food!: <https://www.youtube.com/watch?v=VBEOjcUDeFM;>
<https://www.youtube.com/watch?v=so3rT66Hx7E>
46. Ayurvedic view on garlic/onion: <https://www.thehealthsite.com/diseases-conditions/heres-why-a-no-onion-garlic-diet-is-recommended-in-ayurveda-bs0416-388694/>
47. Anise/Fennel: <https://www.thespruceeats.com/what-is-anise-995562>
48. Anise: <https://draxe.com/nutrition/anise-seed/>
49. Cardamom: <https://draxe.com/nutrition/cardamom/>
50. <https://foodfacts.mercola.com/cardamom.html>
51. Black cardamom: <https://www.thespruceeats.com/badi-elaichi-black-cardamom-1957875>
52. Cloves: <https://www.organicfacts.net/health-benefits/herbs-and-spices/health-benefits-of-cloves.html>
53. <https://www.prohealth.com/library/clove-valuable-spice-thats-used-centuries-89015>
54. <https://www.thespruceeats.com/substitute-for-whole-and-ground-cloves-4153883>
55. Clove, a powerful antioxidant: <https://draxe.com/essential-oils/clove-oil-uses-benefits/>
56. Cinnamon: <https://draxe.com/nutrition/health-benefits-cinnamon/>
57. <https://foodfacts.mercola.com/cinnamon.html>
58. <https://www.drugs.com/npp/cinnamon.html>
59. <https://www.organicauthority.com/health/11-health-benefits-of-cinnamon>
60. Saffron: <https://draxe.com/nutrition/saffron/>

61. <https://foodfacts.mercola.com/saffron.html>
62. <https://www.drugs.com/npp/saffron.html>
63. Nutmeg/mace: <https://thespiceguide.com/mace-vs-nutmeg-whats-the-difference/>
64. <https://thespiceguide.com/15-amazing-health-benefits-for-nutmeg/>
65. <https://draxe.com/nutrition/nutmeg/>
66. <https://www.drugs.com/npp/nutmeg.html>
67. Allspice: <https://www.thespruceeats.com/what-is-allspice-p2-995556>
68. Garam masala: https://en.wikipedia.org/wiki/Garam_masala
69. Panch Phoron: <https://www.tarladalal.com/glossary-panch-phoron-1027i>
70. Food for a healthy body and mind: Sathya Sai Baba Speaks on Food, September 2014 edition, page 65, sourced from Sathya Sai Newsletter, USA, Vol28-3 (May-June 2004)



2. AVP Workshop, Puttaparthi, Indien, 23.-29. Februar 2020

Dieser intensive einwöchige Workshop wurde von den leitenden Lehrern ¹⁰³⁷⁵ und ¹¹⁴²² durchgeführt und

von 11 engagierten Teilnehmern aus Indien und dem Ausland (Südafrika, Gabun und Indonesien) besucht. Zusätzlich nahmen vier Praktiker aus Übersee (Frankreich, Gabun, Kanada und Irland) teil, um ihr Wissen aufzufrischen und zu aktualisieren. Der Praktiker⁰³⁵⁷⁸ meldete sich freiwillig als französischer Übersetzer. Der Workshop war auf praktisches



Training, sowohl durch Übungs- als auch durch Live-Kliniken, sowie Demos und Rollenspiele von Lehrern und erfahrenen Praktizierenden ^{11578 & 11964} und Senior Praktikern ^{10375 & 11422}, ausgerichtet.

Dies belebte die Atmosphäre und trug dazu bei, die Konzepte klar zu machen. Hem Aggarwal betonte, wie wichtig es ist, die Fallstudien nach Möglichkeit mit Fotos zu unterstützen. Dr. Jit Aggarwal veranlasste die Teilnehmer in seiner Eröffnungsrede zu überlegen, warum sie an dem Workshop teilnahmen. Basierend auf seinen persönlichen Interaktionen mit Swami erklärte er, was selbstloses Seva ist, und berichtete über aktuelle Vorfälle. Er berichtete auch darüber, wie die SRHVP-Maschine gesegnet wurde und über Swamis inspirierende Worte, dass Vibrionics die Medizin der Zukunft ist, warnten die Praktiker jedoch, keine zu hohen Ansprüche an Vibrionics zu stellen und dadurch die Erwartungen in den Köpfen der Patienten zu erhöhen. Er sagte: "Lassen Sie das Mittel für sich selbst sprechen und dies wird das Vertrauen Ihrer Patienten wecken." In seiner Abschlussrede fasste er zusammen, dass man, um ein guter Praktizierender zu werden, einen professionellen Zugang haben sollte und gleichzeitig mit einem Herzen voller Liebe und Mitgefühl arbeiten muss.



3. Covid-19 – Global Rückmeldungen von Sai Vibrionics Praktikern

Die durch den Ausbruch des Covid-19-Virus verursachte Pandemiesituation hat zu beispiellosen Herausforderungen geführt. Anfang Februar 2020, als der erste Todesfall an diesem Virus außerhalb Chinas stattfand, erhielten wir Anfragen von einigen Praktikern in Europa, und das Vibrionics-

Forschungsteam erkannte bald, dass der beste Weg mit diesem Virus umzugehen darin besteht, die Immunität der Menschen zu stärken. Daher wurde am 12. Februar ein Mittel zur Stärkung der Immunität als Prophylaxe eingesetzt, das an diejenigen weitergeleitet wurde, die Nachforschungen angestellt hatten. Es wurde durch den am 1. März veröffentlichten Newsletter an alle unsere Praktizierenden verbreitet. Ab Anfang März begann sich die Situation weltweit zu verschlechtern und am 11. März erklärte die WHO Covid-19 zur Pandemie. Unser Forschungsteam trat in Aktion und hatte am 12. März sorgfältig Mittel zur Behandlung von Covid-19 zusammengestellt. Dieses Update wurde sofort an alle Praktizierenden gesendet. Mit mehr Informationen aus allen Teilen der Welt haben wir besser verstanden, wie sich das Virus auf den Körper auswirkt. Dieses Mal reagierte unser Forschungsteam mit einer verbesserten Kombination zur Vorbeugung und zur Behandlung, jedoch in einer höheren Dosierung. Ein zweites Update wurde am 20. März verschickt. Jetzt erhielten wir täglich Feedback und Anregungen von Praktizierenden auf der ganzen Welt, und schließlich wurde am 13. April ein drittes Update veröffentlicht, das ein noch verfeinertes Heilmittel ist.

Wir teilen Ihnen die begrenzte Anzahl der bisher eingegangenen Berichte mit.

Indien: Praktizierende in ganz Indien konnten das Mittel vor der nationalen Sperrung an ihre regulären Patienten, ihre Familienmitglieder und in medizinischen Camps abgeben. Nach der Sperrung begannen sie mit der Ausgabe gemäß den Richtlinien des dritten Updates vom 13. April. Zum Zeitpunkt der Erstellung des Newsletters nehmen laut aufgezeichneten Rückmeldungen aus zwölf indischen Bundesstaaten 42.903 Personen den Immunitätsverstärker! Es gibt triftige Gründe zu der Annahme, dass die Zahl viel höher sein würde, da viele Praktizierende ihre Berichte nicht gesendet haben und wir Berichte noch erhalten.

Außerhalb von Indien: Von insgesamt 80 Ländern, in denen wir Praktizierende haben, haben wir nur 19 Berichte erhalten, auch diese auch von nur einer Handvoll Praktizierenden in einigen Ländern. Insgesamt wurden 5.088 Fläschchen zur Vorbeugung ausgegeben; USA (1504), Großbritannien (1001), Polen (628), Benin (480), Frankreich (427), Slowenien (295), Kroatien (175), Russland (124), Griechenland (102), Argentinien (78); Uruguay (76), Gabun (48), Rumänien (45), Südafrika (44), Peru (29), Spanien (13), Belgien (10), Luxemburg (6) und Mauritius (3).

Insgesamt wurden 131 Patienten, die entweder positiv getestet wurden oder starke Covid-19-Symptome zeigten, behandelt manche davon durch Fern Heilung Praktisch alle erholten sich innerhalb von 2 Wochen vollständig, die Mehrheit jedoch innerhalb einer Woche und mindestens 26 innerhalb von 2-4 Tagen. Ein Patient, der sich seit Beginn der Behandlung auf der Intensivstation befindet und sich sein Zustand schon verbesserte, ist noch immer auf der Intensivstation. Die allgemeine Erfahrung war, dass dort, wo die Behandlung sofort mit dem Einsetzen der Covid-19-Symptome begonnen wurde, die Mittel sehr schnell wirkten. In drei Fällen zeigten sich bei den Patienten Symptome, während sie eine vorbeugende OD-Dosis erhielten. Wenn jedoch die Dosierung erhöht wurde, wurden die Symptome geringer und sie erholten sich schnell.

Wir haben einige inspirierende Geschichten darüber erhalten, wie viele Praktizierende sich dafür eingesetzt haben, Freude in das Leben vieler zurückzubringen. Wir hoffen, über diese zu einem späteren Zeitpunkt berichten zu können.

Samastha Lokah Sukhino Bhavantu! Mögen alle Wesen auf allen Welten glücklich und frei sein!

Om Sai Ram

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