Newsletter Sai Vibrionica

[pubblicazione SVIRT]
www.vibrionics.org

"Ogni volta che vedete una persona ammalata, scoraggiata, sconsolata o inferma, quello è il vostro campo di seva." …Sri Sathya Sai Baba

Vol 14 Uscita 5 Settembre/Ottobre 2023

In Questo Numero

- Dall'Ufficio del Dr Jit K Aggarwal 1 - 2
- Profili di Praticanti 2 - 5
- Casi Clinici con l'Uso di Combo 5 - 10
- Angolo della Risposta 10 - 11
- Parole Divine dal Guaritore Principale 11
- Annunci 12
- Inoltre 12 - 19

Dall'Ufficio del Dr Jit K Aggarwal

Cari Praticanti

Mi sento felice nello scrivervi in prossimità della festività di Onam, che viene celebrata con grande gioia ed entusiasmo dalla gente del Kerala in ricordo del loro amatissimo protettore, il Re Bali. L'imperatore Bali è famoso per il suo altruismo e la generosità dimostrati al popolo della sua terra. Il nostro Amato Signore diceva: "*Incarnazioni dell'amore! Gli alberi producono frutti a beneficio dell'umanità, senza alcun motivo egoistico. I fiumi trasportano l'acqua per aiutare gli altri. Le mucche producono il latte per il bene altrui, senza alcuna traccia di egoismo. Il corpo umano vi è stato dato con lo scopo di aiutare gli altri*"…Sri Sathya Sai Baba, Discorso di Onam, 2 Settembre 2009.

Siamo così fortunati per il fatto che Swami ci abbia concesso l'opportunità di vivere le nostre vite con uno scopo, quello di intraprendere il servizio altruistico della vibrionica; in particolare, in un momento in cui una significativa percentuale della popolazione globale sta soffrendo di problemi fisici, mentali ed emozionali. Mi dà una grande gioia comunicarvi che, nel corso dell'ultimo anno, in una grande dimostrazione di seva bhava, si sono tenuti 1184 ambulatori/campi sanitari di vibrionica in tutta l'India e sono stati trattati 36.039 pazienti. 154 praticanti degli Stati del Maharashtra, Kerala, Andhra Pradesh, Telangana, Karnataka, Gujarat, Rajasthan, Delhi, Haryana, Uttar Pradesh, Uttarakhand, Tamil Nadu, Bengala Occidentale, e Odisha hanno partecipato a questi campi sanitari. Riconosciamo con gratitudine il contributo altruistico dei coordinatori regionali e dei praticanti che sono stati attivamente impegnati nell'organizzare e nel partecipare a questa massiccia iniziativa di collaborazione.

Sono entusiasta nel riferire che i praticanti degli Stati Indiani di Andhra Pradesh e Telangana hanno tenuto la loro prima conferenza a livello statale a Visakhapatnam nel luglio di quest'anno. Si è rivelato un progetto pilota di grande successo che ha portato ad unirsi insieme molti praticanti dedicati e volontari zelanti. Riteniamo che servirà da modello per altri Stati e regioni dell'India e, si spera, diffonderà i semi per una conferenza nazionale nel prossimo futuro; ulteriori dettagli nella sezione Inoltre di questo numero.

Recentemente, sono stato informato che diversi praticanti hanno espresso il proprio disappunto per non aver visto i loro casi clinici pubblicati nella newsletter. Vorrei rassicurare tutti i praticanti dicendo che ogni caso clinico che riceviamo è un importante contributo alla missione della vibrionica. L'unica ragione per cui non siamo in grado di pubblicare tutti i casi è dovuto allo spazio limitato. Per risolvere questo problema, presto pubblicheremo tutti i casi clinici sul nostro sito, con lo scopo di renderli disponibili alla comunità vibrionica. Accettiamo volentieri il suggerimento del Praticante[11573], un membro del nostro gruppo di esperti, di fornire riscontro ai praticanti su ogni caso clinico che inviano. Il nostro gruppo che si occupa dei casi clinici implementerà questa iniziativa a tempo debito.

Sebbene la minaccia mortale del Covid-19 sia calata, nuovi ceppi stanno continuamente emergendo e infettando le persone. Quest'estate, una nuova variante di Omicron definita EG.5 (Eris) ha iniziato a diffondersi. Rappresenta già la sub-variante dominante del coronavirus che si sta diffondendo a livello globale, soprattutto in paesi quali la Cina, il Regno Unito e gli Stati Uniti. Sebbene Eris sia diventata il ceppo più prevalente, non sembra che provochi malattie significative o rappresenti un pericolo immediato. La buona notizia è che i nostri praticanti hanno continuato a distribuire il Sostegno Immunitario (***IB***), che ha già portato beneficio a più di un milione di persone.

Mentre ci avviciniamo alla gioiosa festività di Janamashtami, l'anniversario della nascita del Signore Krishna, soffermiamoci su un magnifico messaggio di Swami, nella speranza che aiuti a rendere la vostra pratica vibrazionale più significativa. "*Le Gopi conoscevano il segreto della resa spirituale. La loro adorazione non era contaminata da alcuno spirito di mercanteggiamento. Poiché coloro che contrattano e bramano il profitto sono come servi pagati, che chiedono a gran voce il salario….Siate un membro della famiglia, un parente, un amico. Sentite di appartenere al Signore. Allora il lavoro non vi stancherà; verrà fatto molto meglio; produrrà più soddisfazione; e il salario? Il padrone vi manterrà nella beatitudine. A cosa si può aspirare di più? Lasciate a Lui il resto; Lui sa cos'è meglio; Lui è Tutto e la gioia di avere Lui è una ricompensa sufficiente. Questo è il segreto della felicità umana. Vivete le vostre vite in questo modo e non soffrirete mai. Krishna dice: i Miei devoti non patiranno mai la sofferenza*"…Sathya Sai Baba, Krishna Jayanti, 19 Agosto 1965.

In amorevole servizio a Sai

Jit K Aggarwal

****

∞ Profili di Praticanti ∞

La Praticante [03586...Croazia] ha una laurea in biblioteconomia e ha lavorato presso la Zadar City Library, in Croazia, durante gli ultimi 36 anni. È una musicista dotata ed un'artista ed è appassionata di medicina alternativa e di yoga. Nel 1986, quando aveva 18 anni, vide Sri Sathya Sai Baba in televisione per la prima volta e, sopraffatta da un inspiegabile sentimento d'amore, ne fu immediatamente attratta e si sentì connessa a Lui. Ottenne poi un lavoro presso la biblioteca, cominciò a leggere libri su di Lui e le capitò di trovare l'indirizzo del Suo ashram di Puttaparthi. Gli inviò una lettera chiedendogli un pò di vibhuti. Dopo un mese, facendo visita ad una sua amica di un'altra città (Spalato), ebbe in dono una scatoletta e l'amica le disse: "Qualcuno mi ha dato questa polvere sacra di un 'certo' Sai Baba. Ho sentito che avrei dovuto darla a te." Lei apparve stupita poiché non aveva parlato a nessuno del suo amore per Swami. Alla fine diede la vibhuti ad un'amica ammalata di leucemia. Sebbene nella sua città non vi fosse nessun Centro Sai, continuava ad incontrare devoti di Sai con cui poteva avere un satsang. Nel frattempo, le venne data la vibhuti diverse volte da persone che erano state a Puttaparthi e questo significava molto per lei. Quel darshan di Swami ebbe su di lei un impatto così potente che ora riteneva che l'unico scopo della sua vita fosse quello di aiutare altruisticamente tutti gli esseri viventi con compassione. Per 17 anni ha sfamato gatti randagi ogni giorno e portato regolarmente cibo alle cucine pubbliche e ai canili.

Desiderava visitare l'ashram di Baba ma le circostanze della vita, la situazione finanziaria e la guerra non le permisero di andare in India e fu solo nel 2018 che giunse a Puttaparthi. Al mattino, dopo la sua meditazione, una candela le cadde di mano e si formò l'immagine di Swami nella cera sul pavimento. In seguito, una sua amica fece diversi selfie con la praticante e sua figlia nel giardino di Swami. Due di tali

foto, che ritraggono un doppio arcobaleno che non era visibile a nessuno, furono scattate in parti diverse del giardino! Durante la sua seconda visita, un anno dopo, mentre passeggiava a Puttaparthi, una spilla di Swami si materializzò sul foulard di sua figlia.

Nel corso degli anni successivi, fece esperienza di diversi miracoli, grandi e piccoli, e sentiva costantemente la Sua presenza e la Sua guida. Venne introdotta alla vibrionica da un praticante che trattò il suo gatto e i membri della famiglia e venne ispirata dall'opportunità di servizio che questo sistema offriva. Tramite lo stesso praticante, venne a conoscenza di un seminario sulla vibrionica che si sarebbe tenuto nel settembre del 2019 nella città di Zagabria, la capitale. Partecipò al seminario con entusiasmo e divenne AVP. Da allora ha trattato molti pazienti, animali e piante.

Praticare la vibrionica le procura grande gioia e la praticante si sente non soltanto grata per l'opportunità ma anche onorata dal fatto che Swami stesso benedica i rimedi che lei dona ai pazienti. Una volta riempì alcune boccette di globuli poiché aveva bisogno di preparare dei rimedi per la famiglia. Poiché si presentò qualcosa di urgente, rimandò questo lavoro di una mezz'ora. Poi tornò, cominciò a preparare i rimedi per ciascun paziente ed ecco che, quando arrivò all'ultima boccetta, c'era *amrita* al posto dei globuli!

Ha sperimentato eccellenti risultati con allergie e diabete di diversi pazienti; condivide di seguito un esempio di ciascuno di questi disturbi.

Nel marzo del 2020, trattò un uomo di 32 anni che soffriva da cinque anni di allergie che sorgevano all'inizio della primavera. I suoi sintomi comprendevano attacchi di starnuti e occhi gonfi. La praticante gli somministrò **CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.2 Respiratory allergies**. I sintomi scomparvero entro pochi giorni senza recidive! Nel giugno del 2021, venne consultata da una donna di 75 anni che soffriva di diabete fin da giovane. Assumeva medicinali allopatici, nonostante i quali la sua glicemia era alta e fluttuante. Consigliandole di non sospenderli, la praticante le diede **CC6.3 Diabetes** da assumere quotidianamente al risveglio e a stomaco vuoto. Questo riportò la sua glicemia alla normalità in cinque giorni e rimase stabile per due anni, dopo i quali perse il contatto con la paziente.

La praticante è estremamente grata a Swami per averla introdotta alla vibrionica. Si è resa conto che nulla è fortuito e tutto avviene soltanto per Sua volontà. Nel corso della sua pratica ha imparato che i risultati spesso dipendono dalla volontà del paziente di apportare cambiamenti nella propria vita quotidiana. Praticare la vibrionica ha avuto un potente impatto trasformativo sulla sua stessa vita e ogni giorno lei si sforza di diventare una persona migliore. Sa che Swami la osserva per seguirla e sostenerla in questo seva.

Per lei, la cosa più importante è la fede in Swami. Ritiene che si diventi vulnerabili alla malattia se ci si allontana mentalmente da Dio; i pensieri negativi spesso scatenano la malattia. Con una forte fede, pensa che ogni problema si possa risolvere. Dobbiamo aver fiducia che Swami farà ciò che è meglio per noi e quindi essere grati per qualunque risultato, anche se in quel momento sembra doloroso. Un atteggiamento di gratitudine, anche verso coloro che sembrano averci fatto del male, poiché queste persone sono spesso i nostri importanti insegnanti, ci renderà più sani e più felici. Il suo motto è quello di aiutare tutti – persone e animali, troppo deboli per prendersi cura di se stessi.

Casi da condividere:

- **Allergia respiratoria**
- **Emicrania**

++

Il Praticante 18004...India ha una laurea triennale e lavora come insegnante di scuola elementare dal 2001. Vive nel remoto distretto di Kalimpong, Bengala Occidentale, India, dove la maggior parte delle persone lavora nelle piantagioni di china gestite dal governo.

Nel 1996, sentì parlare per la prima volta di Baba tramite due libri in cui si era imbattuto - *Nara Narayana Gufa Ashram* e *Miracoli di Baba*. Ebbe il suo primo darshan virtuale di Sai nel dicembre del 1997, quando un incontro internazionale di cricket a Puttaparthi venne trasmesso in diretta televisiva. Nel 2000 divenne un insegnante Balvikas dopo aver ricevuto la formazione a Prashanti Nilayam. Nel 2001, venne formato un gruppo di bhajan Sai nel suo villaggio e da allora è stato

un sevadal attivo. Attualmente funge da Coordinatore del Seva Samiti e insegna Balvikas in un villaggio vicino.

Dopo aver seguito un video su YouTube che presentava il Dr Aggarwal che parlava della vibrionica, fu curioso di saperne di più. Lesse alcune newsletter e rimase meravigliato per come la gente venisse miracolosamente guarita, senza dover spendere un solo centesimo! Fu ispirato a chiedere un trattamento per sua moglie, che in quel momento non stava bene, ed anche a diventare lui stesso un praticante.

All'inizio era molto esitante nel far domanda per il programma di formazione a causa della sua scarsa padronanza dell'Inglese e dell'Hindi e l'assoluta mancanza di conoscenza medica. Era inoltre timoroso circa l'essere in grado di partecipare alle lezioni on-line poiché la connessione internet nel suo remoto villaggio era pietosa. Tre mesi dopo la scadenza, provò ad inviare il suo modulo di richiesta al gruppo di selezione ma il messaggio ritrasmesso fu che non era andato a buon fine. Noi possiamo avere i nostri dubbi e affrontare vari ostacoli, ma nulla può fermare ciò che il Signore ha voluto. Con sua totale sorpresa, ricevette la conferma che la sua domanda era stata approvata e lui aveva realizzato il primo passo per diventare un praticante! Si qualificò come AP nel dicembre del 2021.

Mentre studiava per l'esame di vibrionica, Swami lo rassicurò della Sua onnipresenza in diverse occasioni; ecco un paio di esempi. Una volta il fornello a gas su cui suo figlio aveva messo un recipiente di latte a fiamma *alta* e lo aveva dimenticato, fu miracolosamente ritrovato a fiamma *bassa*. In un'altra occasione, sua moglie trovò il bollitore elettrico spento dall'interruttore principale anche se nessuno in casa lo aveva fatto. Durante la festività di Dussehra, mentre la famiglia era in vacanza, i vicini videro una luce e l'ombra di qualcuno che camminava all'interno della loro casa chiusa a chiave. Al ritorno e accertandosi che la casa fosse esattamente come l'avevano lasciata, il praticante concluse che Swami stava sorvegliando la loro casa mentre erano via.

Il praticante iniziò trattando la sua famiglia e la gente del suo villaggio ma, gradatamente, le storie delle 'cure miracolose' si diffusero ai villaggi adiacenti e lui fu sommerso di pazienti – talvolta fino a 250 al giorno! Con il suo lavoro a tempo pieno, talvolta riceveva i pazienti fino a tarda notte! Infine, pregò Swami di controllare il flusso di pazienti ed ora è in grado di dedicare il tempo sufficiente ad ogni paziente. Senza alcuna conoscenza della terminologia medica, esaminava i referti del paziente come se li comprendesse, pregando Swami con fervore affinché lo indirizzasse verso la combinazione giusta. In seguito, cercando i loro sintomi on-line, scoprì che in ciascun caso Swami lo aveva guidato a prescrivere la combinazione giusta! Successivamente, partecipò ad un corso on-line di medicina di base e si informò tramite video on-line sulle diverse malattie, leggendo referti e analisi, ecc.

Ha riportato notevoli successi con il trattamento di una gran varietà di disturbi. Una donna di 60 anni soffriva di dolore al ginocchio da cinque anni e faceva fatica a salire e scendere le scale. Tornò a casa dopo che le era stata somministrata una dose di rimedio vibrazionale, solo per scoprire che era in grado di salire e scendere le scale con facilità e senza alcun dolore. Una guarigione miracolosa con una singola dose!

Trattò una donna di 32 anni con insufficienza renale bilaterale, in seguito a taglio cesareo. I suoi livelli di creatinina e urea erano molto superiori al normale e le venne consigliata la dialisi. Si sottopose a due cicli di dialisi ma, avendo visto morire un'altra paziente nelle stesse condizioni, temette per la propria vita e interruppe il trattamento. Anche le restrizioni finanziarie furono un elemento per questa decisione. Un mese dopo, il marito della paziente consultò il praticante poiché sua moglie soffriva di UTI con sangue nelle urine, capogiri, intorpidimento al volto e ai piedi, dolori generalizzati, difficoltà di respirazione, mal di stomaco e stitichezza. Le venne somministrato: **#1. CC8.1 Female tonic + CC10.1 Emergencies + CC13.1 Kidney & Bladder tonic + CC13.2 Kidney & Bladder infections + CC13.4 Kidney failure…6TD**. Il mattino seguente, il praticante fece visita alla paziente e le diede una combo aggiuntiva: **#2. CC3.7 Circulation + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue**; **#3. CC4.4 Constipation + CC4.8 Gastroenteritis** e **#4. CC3.3 High Blood pressure (BP) + CC12.4 Autoimmune diseases.** Tre settimane dopo, la paziente riferì dolore acuto al basso addome e due giorni dopo espulse una sostanza carnosa durante la minzione, dopo la quale il dolore addominale si placò. Nel giro di due mesi, la creatinina e l'urea scesero ad una gamma quasi normale e la paziente si sentiva abbastanza bene da svolgere alcune faccende domestiche in casa! La coppia, che aveva perso ogni speranza solo due mesi prima, era colma di gratitudine per il praticante e per Swami.

In un altro caso, una donna di 31 anni con due bambini nati dal suo primo matrimonio non era in grado di concepire con il suo secondo marito. Il praticante le somministrò: **CC8.4 Ovaries & Uterus + CC8.5 Vagina & Cervix + CC8.7 Menses frequent…TDS**. Un mese dopo il marito venne a ritirare un rimedio per il vomito e le venne dato: **CC8.9 Morning sickness.** Dieci mesi dopo diede alla luce un bimbo sano!

Il praticante ha sperimentato fantastici risultati con il trattamento di malattie epatiche croniche, gotta cronica, tumori al seno, vene varicose, sciatica, ulcere gastriche, e cisti epatiche. Un paziente ha espulso un calcolo renale di 3 mm, nove giorni dopo aver iniziato il trattamento vibrionico. Ha notato che tutti i suoi pazienti affetti da gotta cronica soffrono di dolore insopportabile dopo aver iniziato il trattamento vibrazionale. Alcuni lo interrompono a causa del violento pullout ma coloro che proseguono, nonostante il dolore, quasi sempre guariscono entro un mese circa. Alcuni dei suoi pazienti affetti da diabete e disturbi pressori hanno sospeso le medicine allopatiche e stanno assumendo soltanto la vibrionica da un anno. Trova che **CC3.7 Circulation** sia molto efficace per problemi relativi a reni, cuore, spina dorsale, articolazioni, mestruazioni ed emicranie.

Nel 2022, il praticante ha curato 1400 pazienti e ha distribuito 500 boccette di ***IB***, da solo! Ora riceve i pazienti tre volte alla settimana e organizza campi sanitari. Dice che praticare la Vibrionica è stato un 'punto di svolta' per lui. Si è guadagnato il rispetto di centinaia di persone con il suo servizio altruistico e vede quanto tutti siano meravigliati dal fatto che questo trattamento sia completamente gratuito. Praticare la Vibrionica lo ha aiutato ad intensificare la sua sadhana personale. Prega sempre mentre prepara i rimedi e, inoltre, fa il likhita japa (scrittura ripetuta dei mantra) e canta il mantra vedico Rudram ogni giorno per il benessere dei suoi pazienti. Per il centenario di Swami del 2025, suggerisce a tutti i praticanti di imparare e offrire a Lui il Rudram, poiché le vibrazioni di questi canti rendono le combo più efficaci. Per lui, la Sai Vibrionica è il percorso verso l'auto-realizzazione e, immerso nella beatitudine del servizio, sente costantemente la presenza di Swami intorno a lui.

Casi da condividere:

- **Fibroadenosi**
- **Soffocamento durante il sonno**
- **Gotta**

****

☙ Casi Clinici con l'Uso di Combo ❧

1. Allergia respiratoria [03586...Croazia] Un uomo di 32 anni soffriva di allergia respiratoria da cinque anni, ovvero dal 2015. Ogni anno starnutiva e aveva gli occhi gonfi per tutta la stagione primaverile (da marzo a giugno) e la sua vita quotidiana e il normale funzionamento erano diventati difficili. Tuttavia, il paziente si gestiva con i medicinali allopatici ma questi fornivano solo un sollievo temporaneo. Non stava assumendo alcuna medicina o trattamento quando si presentò alla praticante, la quale sentiva che la possibile causa di questa allergia era psicologica. Il **15 marzo 2020,** gli somministrò:
CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.2 Respiratory allergies...TDS

Dopo soli due giorni, riferì che i suoi sintomi allergici erano scomparsi! Continuò ad assumere il rimedio per altri due mesi prima di sospenderli il 15 maggio 2020. Successivamente, non vi fu alcuna recidiva dell'allergia e, in data 27 luglio 2023, continua a star bene.

++

2. Emicrania [03586...Croazia] Una donna di 52 anni soffriva di emicranie da tre anni, cioè dal 2017. Durante ciascun attacco, che durava diverse ore e che si presentava un giorno o talvolta alcuni giorni alla settimana, aveva un mal di testa sordo, nausea, vomito e forte sensibilità alla luce. Gli attacchi erano così intensi che le era impossibile svolgere qualunque lavoro o mansione normalmente. Si isolava dal mondo esterno chiudendosi a chiave in una stanza. Non presentava altri problemi di salute, era fisicamente attiva e impegnata nello sport. Non assumeva alcun trattamento tranne aver consultato la praticante che ritenne che la possibile causa delle sue condizioni fosse psicologica. Il **20 marzo 2020**, le venne somministrato:
CC11.3 Headaches + CC11.4 Migraines + CC15.1 Mental & Emotional tonic...6TD

Il 28 marzo, fu lieta di riferire che non aveva avuto neppure un singolo attacco di emicrania! Il dosaggio venne ridotto a **TDS.** Per sicurezza, proseguì a **TDS** per un anno prima di sospenderlo il 20 marzo 2021. Da quando ha iniziato la vibrionica fino ad ora, luglio 2023, non vi sono state recidive di alcun sintomo.

++

3. Fibroadenosi [18004...India] Una donna di 37 anni, nell'agosto 2019, manifestò un nodulo rosso e dolente al seno sinistro; perciò consultò un medico e un'ecografia rivelò una leggera fibroadenosi. Le vennero prescritti antidolorifici e antinfiammatori che assunse per due anni senza miglioramenti e li sospese ad agosto 2021. Durante i mesi successivi, notò che le dimensioni del nodulo e il dolore stavano

aumentando, si preoccupò e a gennaio 2022 consultò il medico che consigliò una biopsia. Poiché non voleva ricorrere ad una procedura invasiva, si rivolse al praticante il **16 febbraio 2022,** e le venne somministrato:

#1. CC2.3 Tumours & Growths + CC3.7 Circulation + CC8.3 Breast disorders…TDS

Poi non ebbe più contatti con il praticante fino all'8 maggio, quando tornò con un grande sorriso e in maniera entusiasta comunicò che il nodulo e il dolore erano scomparsi. A questo punto desiderava qualcosa per la prevenzione e un tonico; il rimedio **#1** venne rafforzato con:

#2. CC8.1 Female tonic + #1…OD

Sebbene il praticante avesse suggerito di ripetere l'ecografia, lei non ne sentiva la necessità. Assunse il rimedio **#2** fino a quando le pillole furono esaurite, il 14 luglio. Dopo un anno, a luglio 2023, confermò che tutto andava bene e non vi erano state recidive.

Testimonianza della paziente: "Entro 3 mesi, il dolore e il tumore erano completamente scomparsi. Sono molto felice. Adesso partecipo ai bhajan di Sai Baba e ad altri programmi del Samithi. Ho partecipato ad un corso di formazione per insegnanti balvikas e adesso conduco le lezioni di balvikas nel mio villaggio."

++

4. Soffocamento durante il sonno [18004…India] Dal 2010, un poliziotto di 44 anni che lavorava presso il confine Indo-Cinese, soffriva quasi ogni notte di attacchi di soffocamento e mancanza di respiro accompagnati da palpitazioni cardiache durante il sonno profondo. Si svegliava all'improvviso con le palpitazioni, che proseguivano all'incirca per un'altra ora. Dopodiché, questo lo manteneva sveglio per l'intera notte. Non poteva permettersi di consultare uno specialista, perciò non seguì mai alcun trattamento. Inoltre, dal 2019, sebbene stesse prendendo dei medicinali prescritti per la pressione alta, questa stava ancora oscillando tra 160/100 e 80/60. Il **15 maggio 2022,** gli venne somministrato:

CC3.1 Heart tonic + CC3.3 High Blood Pressure (BP) + CC3.7 Circulation…TDS

Non fu in grado di fornire aggiornamenti periodici. Dopo tre mesi, quando la moglie del paziente fece visita al praticante per chiedere un trattamento per se stessa, comunicò che il marito aveva ottenuto un sollievo del 100% dagli episodi di soffocamento nel giro di due settimane e da allora stava godendo di un sonno indisturbato. Perciò aveva sospeso il rimedio dopo altre due settimane, mettendo da parte le pillole rimanenti per il futuro. Anche la sua pressione sanguigna si è stabilizzata mentre continua a prendere le pillole per la pressione.

In data 10 agosto 2023, ha confermato di non avere più alcun episodio di soffocamento ed è in grado di avere un sonno profondo.

++

5. Gotta [18004…India] Un agricoltore di 76 anni soffriva da 22 anni di gonfiore, sensazione di bruciore e dolore ad entrambe le caviglie e le ginocchia, come pure di dolori alle articolazioni delle dita. Faceva fatica a camminare in salita. Ogni volta che il dolore era intenso, aveva anche la febbre. Nel 2000, i suoi esami del sangue rivelarono un elevato livello di acido urico e la sua condizione venne diagnosticata come gotta. Seguì il trattamento di diversi medici ma senza alcun evidente miglioramento. Doveva dipendere dall'assunzione di antidolorifici prescritti. Anche così, per lui divenne difficile continuare a lavorare nei campi per guadagnarsi da vivere.

Nel 2018, iniziò ad avere dolore e sensazione di bruciore all'addome, alle gambe e ai piedi. Ogni volta che aveva gravi problemi digestivi come gas, acidità o indigestione, si gestiva con rimedi erboristici e antiacidi. Il **27 giugno 2022**, gli venne somministrato:

Per gotta, sensazione di bruciore ai piedi e alle gambe:

#1. CC3.7 Circulation + CC12.1 Adult tonic + CC12.4 Autoimmune diseases + CC18.5 Neuralgia + CC20.2 SMJ pain + CC20.3 Arthritis…TDS

Per problemi gastrici:

#2. CC4.5 Ulcers + CC4.8 Gastroenteritis + CC4.10 Indigestion…TDS

Il paziente non sentì il bisogno di assumere rimedi erboristici o antiacidi ma continuò l'assunzione di antidolorifici quando necessario. Il 4 luglio, riferì di avere un dolore insopportabile alle ginocchia e alle caviglie e febbre. Pensando che potesse trattarsi di un pullout, il praticante ridusse il dosaggio del rimedio **#1** a **BD**. Entro il 10 luglio, il dolore era diminuito del 50% ed era sopportabile ma entrambe le ginocchia erano diventate rosse. Entro il 17 luglio, il rossore sulle ginocchia scomparve ma le caviglie divennero arrossate e dolenti. Il praticante si sentiva a proprio agio e fiducioso che il rimedio **#1** stesse agendo bene. Entro il 24 luglio, ***tutti*** i sintomi erano completamente scomparsi! Dopo una settimana, il 31 luglio, il

paziente decise di sospendere il rimedio #**2** ma continuò ad assumere il rimedio #**1** a **BD**. Il 28 agosto, riprese il lavoro nei campi. Il 2 settembre sospese anche il rimedio #**1**.

In data luglio 2023, continua ad essere libero dalla gotta e da tutti i problemi digestivi.

++

6. Allergia respiratoria, difficoltà di respirazione **03609…Emirati Arabi Uniti** Un uomo di 45 anni, dagli ultimi 20 anni soffriva di difficoltà di respirazione, affanno e oppressione toracica (che causava dolore alla parte superiore della schiena) dovuta all'odore del fumo, naso chiuso causato dall'allergia alla polvere; perciò usava inalatori quotidianamente. I suoi sintomi si aggravavano durante i mesi invernali. Il **31 agosto 2022**, gli venne somministrato:

#1. CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic…6TD

Gli venne consigliato di consumare più cibo preparato in casa, usare olio spremuto a freddo per cucinare e smettere di mangiare cibo confezionato. Essendo consapevole di tali pratiche, ora decise di seguirle rigorosamente. Entro l'8 ottobre, non aveva affanno subito dopo l'esposizione a fumo e polvere, vi era un miglioramento del 50% della respirazione e pure il mal di schiena era quasi scomparso. Aveva bisogno di usare l'inalatore solo una volta alla settimana. Ispirato dal rapido miglioramento, rivelò che per più di 10 anni, mangiare fuori gli provocava formazione di gas, dilatazione e indigestione, ma non vi erano tali problemi con il cibo preparato in casa. Perciò il rimedio #**1** venne rafforzato con:
#2. CC15.4 Eating disorders + #1…6TD

Dopo una settimana riferì che la sua difficoltà respiratoria era peggiorata, perciò aveva dovuto usare l'inalatore alcune volte. Il 24 ottobre si recò dal praticante che sospese il rimedio #**2,** gli diede di nuovo il rimedio #**1** e separatamente il #**3**:
#3. CC15.4 Eating disorders…TDS

Nel giro di una settimana ebbe una riduzione del 75% dei disturbi respiratori, gas, dilatazione e indigestione; perciò il rimedio #**1** venne ridotto a **TDS**. Entro il 24 novembre ebbe un miglioramento di almeno il 90% di tutti i sintomi respiratori e aveva sospeso l'uso dell'inalatore. Ora era in grado di tollerare polvere e fumo di bastoncini di incenso e il suo mal di schiena era totalmente scomparso. Il 15 dicembre, il rimedio #**1** venne ridotto a **BD**. Entro il 15 gennaio 2023, tutti i suoi sintomi erano scomparsi e il rimedio #**1** fu ridotto a **OD** e lentamente diminuito e poi sospeso a maggio. Il rimedio #**3** venne interrotto a marzo. Ha trascorso un buon inverno 2022-23 senza problemi respiratori.

In data 10 agosto 2023, continua ad essere in buona salute.

++

7. Dolore al ginocchio **03609…Emirati Arabi Uniti** Una casalinga di 57 anni soffriva di rigidità e dolore alle articolazioni del ginocchio da oltre un anno, dal dicembre 2020. Essendo una devota di Sai fin dall'infanzia, per lei era importante sedersi sul pavimento per i bhajan. Entrambe le sue ginocchia dolevano intensamente quando si sedeva a gambe incrociate e si alzava da terra. Pensando che il dolore fosse dovuto all'avanzare dell'età e quindi non potesse essere curato, non consultò alcun medico. Poi suo fratello divenne un praticante e il **25 dicembre 2021**, le somministrò:
CC12.1 Adult tonic + CC20.2 SMJ pain...TDS

Entro il 9 gennaio 2022, si rese conto che le sue articolazioni erano diventate meno rigide, e stimò un miglioramento del 25% che salì al 50% in due settimane. Ora riusciva a sedersi e a rialzarsi più facilmente. Entro il 15 febbraio, in meno di due mesi dall'inizio del rimedio, la rigidità e il dolore erano scomparsi. Il dosaggio venne ridotto a **OD** e sospeso il 15 marzo 2022. Da allora, ha fatto ricorso ai rimedi vibrazionali per altri problemi di salute. In data agosto 2023, non ha avuto alcun problema alle ginocchia.

++

8. Lesione cutanea **11632…India** Una donna di 40 anni presentava da un anno una lesione cutanea di cm 8x6, probabilmente tigna o eczema, sulla spalla destra. Aveva un aspetto arrossato con intenso prurito che si aggravava ed emetteva pus ogni volta che mangiava melanzane, acetosa rossa (gongura in Telugu), carne o cibo speziato. Non assumeva nessun altro trattamento e il **1° luglio 2022**, il praticante le prescrisse:
#1. CC21.3 Skin allergies + CC21.6 Eczema + CC21.7 Fungus + CC21.11 Wounds & Abrasions…BD in olio di cocco per applicazione esterna

#2. CC4.10 Indigestion + CC10.1 Emergencies + #1

Allo scopo di evitare qualunque pullout, il rimedio **#2** venne iniziato a dosaggio **OD.** Non rilevando alcun problema dopo tre giorni, il dosaggio venne aumentato a **BD** e poi a **TDS** dopo altri tre giorni, l'8 luglio. Il 12 luglio ebbe un sollievo del 100% dal prurito ma la dimensione della macchia rimaneva la stessa. Entro il 24 dicembre si ridusse del 50% e del 95% entro il 26 gennaio 2023 e, entro il 23 marzo 2023, era scomparsa, perciò il rimedio **#1** venne sospeso. Il 20 giugno, il rimedio **#2** fu ridotto a **BD.** La paziente decise di proseguire con questo dosaggio come misura profilattica. Alla fine di luglio 2023 sta bene poiché non vi sono state recidive.

1 Jul 2022 | 24 Dec 2022 | 26 Jan 2023

++

9. Stitichezza in un bambino 11604…India Un bimbo di sei anni, di altezza e peso normali e bravo a scuola, soffriva di stitichezza da cinque anni. Evacuava feci dure ogni 2 o 3 giorni; poiché tutto ciò era molto doloroso, evitava di andare in bagno. Se non aveva movimenti intestinali per due giorni, diventava molto irrequieto, incollerito e talvolta violento. La madre del bambino aveva sofferto di parecchio stress mentale prima e durante la gravidanza e stava assumendo farmaci per l'ipotiroidismo. Il bimbo aveva provato molti medicinali prescritti da diversi medici ma non vi era mai stato un evidente miglioramento, perciò erano stati sospesi.

Il **12 giugno 2022**, la madre consultò il praticante che prescrisse:
CC4.4 Constipation + CC4.10 Indigestion + CC10.1 Emergencies + CC15.2 Psychiatric disorders…6TD

Alla madre venne consigliato di dargli alimenti ad alto contenuto di fibre, frutta e noci e due bicchieri di acqua calda al mattino presto e di aumentare in generale l'assunzione d'acqua. Entro il 10 luglio evacuava feci normali a giorni alterni e il dosaggio venne ridotto a **TDS.** Tuttavia, era ancora riluttante ad andare in bagno e sua madre doveva spingerlo a coltivare quest'abitudine. Inoltre, ci fu un miglioramento del 50% nel suo comportamento. Questo proseguì regolarmente e, entro la fine di settembre, non manifestava più irrequietezza e scatti di collera.

Il 7 dicembre 2022, la madre riferì che il bimbo era in grado di liberare l'intestino quotidianamente senza alcuna difficoltà o dolore. Il 1° gennaio 2023, il dosaggio venne ridotto a **BD,** a **OD** il 1° febbraio e a **3TW** il 3 luglio, che ora sta proseguendo secondo il desiderio della madre.

++

10. Visione doppia dopo una caduta 03604…USA Il 20 settembre 2021, quando un uomo di 70 anni sbatté il viso contro un mobile, il suo occhio destro divenne sanguinolento, gonfio, dolente, con lividi scuri, e comparsa di diplopia (visione doppia). Un oculista ritenne che sarebbe guarito in modo naturale, perciò non gli diede alcun medicinale. La lesione guarì nel giro di una settimana ma la diplopia continuava; ciò era estremamente faticoso per il cervello e ne rendeva difficile il normale funzionamento. Temendo si trattasse di una condizione grave che richiedeva un intervento chirurgico, non tornò dall'oculista ma si rivolse al praticante il **23 novembre 2021** e gli venne prescritto:
#1. CC7.6 Eye injury + CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic…TDS oralmente e in acqua distillata come collirio

Il 1° dicembre, sebbene non vi fosse alcun miglioramento nella visione, si sentiva più calmo e centrato sia mentalmente che emozionalmente. Questo era un *effetto collaterale* inaspettato – un cambiamento gradito! Tuttavia, il rimedio **#1** venne rafforzato con:
#2. CC7.5 Glaucoma + #1, dosaggio come in precedenza

Il 7 dicembre, il paziente riferì che la visione doppia era peggiorata; era particolarmente fastidiosa quando guardava la TV e leggeva. Si era parlato di consultare uno specialista della retina ma poi il miglioramento ebbe inizio e, nel giro di una settimana, la visione doppia migliorò dell'85%.

Dopo un totale di quattro settimane, il 21 dicembre, il paziente aveva raggiunto una visione normale al 100% e smise di assumere il rimedio di sua iniziativa. Il 7 gennaio 2022, il paziente comunicò di essere molto felice per la sua elevata prospettiva mentale ed emozionale, per la sua maggiore pazienza e per l'accettazione di ciò che è.

In data 9 luglio 2023, la vista del paziente continua a rimanere normale.

++

11. Effetti post-Covid, mal di schiena lombare [11648…India] Una donna di 33 anni contrasse il Covid (variante Delta) nell'aprile del 2021 e si riprese dopo due mesi. Tuttavia, iniziò ad avere dolore e rigidità a ***tutte*** le articolazioni ogni mattina e questo si riduceva solo dopo aver fatto movimento per un paio d'ore. Si sentiva estremamente debole e aveva poca energia per tutto il giorno. Venne nuovamente infettata dal Covid (variante Omicron) nel giugno 2022 e si riprese dopo 15 giorni di trattamento con steroidi ma si sentiva ancora più debole in generale, praticamente ogni giorno.

In ottobre, dopo un trasloco durante il quale sollevò oggetti pesanti, sviluppò un dolore lombare che mostrava qualche miglioramento solo dopo essere stata a completo riposo per tutta la notte. Se rimaneva seduta per oltre due ore, il dolore aumentava e diventava insopportabile. Il suo medico le diagnosticò un prolasso discale e le prescrisse un miorilassante e un antidolorifico, raccomandandole di muoversi molto lentamente e attentamente. Questi le fornirono solo un po' di sollievo. Inoltre, nel corso degli ultimi 3 anni e mezzo, era solita soffrire occasionalmente di una leggera emicrania ma, dopo il covid, era diventata acuta, ricorreva ogni settimana e lei doveva quindi fare ricorso agli antidolorifici. Il **2 gennaio 2023**, le venne somministrato:

Per i problemi post-Covid:
#1. *IB* Recuperation*…OD

Per il mal di schiena lombare:
#2. CC20.5 Spine + CC20.7 Fractures…BD in olio di senape per applicazione esterna

Le venne consigliato di fare delle passeggiate e moderati esercizi di estensione per 10-15 minuti al giorno. Cominciò a sentirsi meglio e, entro il 17 gennaio, la sua letargia si era ridotta del 50% ma il dolore articolare e la rigidità erano scomparsi. Entro il 1° febbraio, letargia e debolezza si ridussero del 70% ma il mal di schiena solo del 30%. Smise di assumere il miorilassante e l'antidolorifico a marzo. Entro l'inizio di maggio, tutti i suoi sintomi post-Covid, compreso il mal di schiena lombare, erano scomparsi, perciò sospese i rimedi **#1** e **#2** nella seconda settimana di maggio.

In data 3 agosto, non vi sono state recidive. Incoraggiata da questo miglioramento ora ha chiesto un trattamento per la PCOD e l'occasionale leggera emicrania di cui soffriva prima del Covid.

*Fate riferimento all'uscita #5 del vol 13 di settembre/ottobre 2022 per l'aggiornamento sui rimedi per il Covid-19.

++

12. Fascite plantare, stress e sbalzi d'umore [03611…USA] Una donna di 40 anni zoppicava a causa di un acuto dolore, gonfiore e rigidità alla pianta del piede sinistro (più a livello del tallone) dal marzo del 2022. Il suo medico le aveva diagnosticato una fascite plantare (infiammazione del tessuto fibroso lungo la pianta del piede, che collega il tallone alle dita). Le vennero prescritti antidolorifici e consigliato di applicare del ghiaccio, cambiare tipo di scarpa, stare a completo riposo quando il dolore era troppo forte. Prese le medicine e seguì diligentemente i consigli ma non avvertì alcun sollievo. Consultò anche qualche altro medico ma inutilmente.

Ad aprile il dolore divenne insopportabile e costante anche mentre stava seduta, influendo sulle sue attività quotidiane. Presto divenne depressa e stressata. Si irritava per cose banali, era restia a parlare persino con i membri della sua famiglia e presentava sbalzi d'umore. Tutto ciò aveva come risultato episodi di mal di testa simili ad emicrania. Alla fine, ad agosto, un medico le suggerì un intervento ai legamenti del piede ma lei rifiutò.

Inoltre, soffriva di mestruazioni dolorose con eccessivo sanguinamento dal febbraio del 2018. Divenne anemica, con un livello di emoglobina pari a 9, perciò si sentiva molto debole e letargica nel compiere le attività quotidiane e si irritava facilmente. Dopo la vaccinazione covid all'inizio del 2021, le sue mestruazioni erano divenute frequenti e, talvolta, il sanguinamento era continuo per tutto il ciclo; tutto ciò andava avanti da più di un anno. Non assunse alcun trattamento per questo, ma si gestiva con la dieta,

multivitaminici, rimedi casalinghi e riposo. Tuttavia, il suo problema più pressante era il dolore al tallone. Quando si recò dal praticante, il **26 agosto 2022**, le venne somministrato:

Per la fascite plantare:
#1. CC3.7 Circulation + CC10.1 Emergencies + CC11.3 Headaches + CC11.4 Migraines + CC18.5 Neuralgia + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spine...ogni 10 minuti per le prime 2 ore e poi a dosaggio **QDS**

Per favorire l'immunità per il benessere generale:
#2. Immunity Booster*…BD

Per l'eccessivo sanguinamento, la depressione, gli sbalzi d'umore e l'anemia:
#3. CC3.1 Heart tonic + CC8.7 Menses frequent + CC15.2 Psychiatric disorders…TDS

Entro la prima settimana vi fu un miglioramento del 15% del dolore al tallone; durante i successivi tre mesi, la paziente provò un costante miglioramento di vario grado di tutti i sintomi. Entro il 10 dicembre, ebbe un miglioramento dell'80% del dolore al tallone, dello stress e degli sbalzi d'umore, del 50% di debolezza e letargia e del 35% nel dolore mestruale e nel sanguinamento, con un cambiamento di colore del sangue da scuro a rosso medio. Non ebbe più alcun tipo di mal di testa. Sviluppò lentamente un approccio positivo alla vita di tutti i giorni, migliori relazioni familiari e maggiore concentrazione sul lavoro.

Entro il 28 dicembre, il dolore al tallone, lo stress e gli sbalzi d'umore scomparvero. Vi fu un miglioramento del 70% della debolezza e della letargia, il problema mestruale si ridusse ulteriormente e il colore del sangue divenne normale. Cominciò a gustare la vita familiare e il suo lavoro. Il 7 gennaio 2023, il rimedio **#1** venne ridotto a **TDS** e poi diminuito e sospeso il 15 febbraio.

In data 5 agosto 2023, non vi sono state recidive del dolore al tallone; continua ad assumere i rimedi **#2** e **#3**, poiché sta facendo buoni progressi con entrambi. C'è già un miglioramento del 95% della debolezza e della letargia.

*Fate riferimento all'uscita #5 del vol 13 di settembre/ottobre 2022 per l'aggiornamento sui rimedi per il Covid-19.

****

☙ Angolo della Risposta ❧

D1. In che modo la vibrionica è collegata all'omeopatia e, in generale, ottiene guarigioni più rapide?

R. Sia la vibrionica che l'omeopatia utilizzano la stessa vibrazione di base di una sostanza per ottenere una guarigione tramite l'equilibrio dei centri energetici interessati nell'organismo. Inoltre, poiché entrambi i sistemi di guarigione ci sono stati donati da Dio, non sosteniamo la supremazia di uno rispetto all'altro. Poiché la vibrionica viene praticata come servizio gratuito all'umanità, l'amore e la compassione del praticante è probabilmente più predominante, fornendo così risultati più rapidi. Questo è inoltre supportato dall'energia straordinaria di Swami che ha personalmente benedetto questo sistema molte volte. Un punto supplementare è che soltanto coloro che hanno piena e ferma fede nel sistema vengono selezionati per praticare la vibrionica e ciò ha un diretto rapporto con i risultati.

++++++++++

D2. In vista dell'emergenza per la nuova sotto-variante di Omicron, Eris, c'è qualche modifica nel nostro rimedio IB?

R. Poiché i sintomi di Eris sono simili a quelli di Omicron, la nostra ultima versione del Sostegno Immunitario ***IB*** li copre tutti. Considerando qualunque possibilità di infezione, si raccomanda che l'***IB*** venga proseguito come misura profilattica.

++++++++++

D3. Sono confuso riguardo il momento in cui dovrei preparare un nosodo. Dovrei usare il nosodo soltanto dopo non aver ottenuto i risultati previsti con un rimedio creato usando le 108CC o le 576 carte?

R. Sia le 108CC che le 576 carte hanno la capacità di creare rimedi per qualunque malattia e, certamente, è nostra prassi abituale optare per un nosodo dopo aver provato i rimedi di entrambi i sistemi. Nel vol 10 #3 D5 maggio/giugno 2019, citiamo diversi praticanti che hanno provato i nosodi in primo luogo e hanno ottenuto eccellenti risultati. Incoraggiati da ulteriori riscontri positivi, invitiamo gli SVP esperti a formare un gruppo di ricerca per portare avanti questo progetto.

++

D4. Qual è il rimedio per l'occlusione dell'arteria retinica?

R. *L'occlusione dell'arteria retinica* si riferisce al blocco dell'arteria retinica che porta l'ossigeno alle cellule nervose della retina, nella parte posteriore dell'occhio, e questo può portare ad una grave perdita della vista. Perciò il paziente dovrebbe richiedere immediatamente l'assistenza medica e farsi curare da un medico qualificato. Tuttavia, la combo da noi suggerita è **CC2.3 Tumours & Growths + CC7.6 Eye Injury + CC15.1 Mental & Emotional tonic**.

++

D5. Come praticante vibrazionale di vecchia data, ho usato per anni per la trasmissione a distanza, per il potenziamento e per la preparazione di nosodi, la potenza 200C (regolazione sul quadrante 468), ma molti dei miei colleghi hanno scoperto che la potenza 1M (regolazione sul quadrante 573) ha funzionato meglio. Ci potrebbe essere un motivo per questo e quale potenza dovrei usare in futuro?

R. Sì, c'è un motivo ma è richiesta qualche conoscenza di base per comprenderlo.

Sebbene matematicamente previsto nel 1952, fu soltanto dopo un decennio di duro lavoro che il fisico tedesco Schumann fu in grado di misurare la frequenza del campo elettromagnetico terrestre (noto come battito terrestre) e scoprì che essa varia da da 7 a 8 Hz con una media di 7.83 Hz; questa è conosciuta come risonanza fondamentale di Schumann. Nei decenni più recenti è andata lentamente aumentando e, nella terza settimana di giugno 2023, ha iniziato a cambiare notevolmente. Poiché il battito terrestre è salito, è probabile che anche la migliore potenza alla quale trasmettere o potenziare si sia alzata. Ci sono molti praticanti che sono soddisfatti con la potenza 200C ma ve ne sono molti altri che stanno scoprendo che la potenza 1M funziona meglio. Perciò sta a ***voi*** decidere se usare l'una o l'altra. In termini di vibrazioni, non vi è una grossa differenza tra queste due potenze. Una volta che la vostra mente ritiene che quella particolare potenza sia molto migliore, ricordatevi di attenervi ad essa. Fate riferimento anche al vol 7 #4 D4.

++

D6. L'apparecchio SRHVP richiede qualche particolare manutenzione o trattamento durante l'utilizzo?

R. Si sa bene che sia la cassettina delle 108CC che l'apparecchio SRHVP andrebbero protetti dalle fonti di radiazioni. Tuttavia, poiché entrambe sono state benedette direttamente da Swami nella Sua forma fisica, andrebbero trattate con estrema cura e usate con profondo rispetto. Riguardo la manutenzione dell'apparecchio SRHVP, una risposta esauriente è stata fornita nel vol 12 #2 D5.

****

☙ Parole Divine dal Guaritore Principale ❧

"Dovete consumare cibo satvico. Consumando cibo satvico, sarete in grado di coltivare pensieri satvici. E, coltivando pensieri satvici, sarete in grado di garantirvi karma satvici…A volte potreste avere il dubbio di non ottenere tale cibo satvico. Non sono affatto d'accordo con questa visione. Non trovate verdure e foglie verdi commestibili in abbondanza? In realtà, dal momento in cui nascete dal grembo di vostra madre, sopravvivete e prosperate grazie al latte di vostra madre o a quello di mucca. Non è questo cibo satvico? Non potete vivere con una dieta vegetariana…?"

...Sathya Sai Baba, "Coltivate Qualità Satviche fin dall'Infanzia" Discorso Divino 22 Ottobre 2005
https://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume38/sss38-17.pdf

"La persona che serve è la persona che viene servita; quando servite un altro servite voi stessi. Servite un altro poiché la sua sofferenza vi causa dolore e, alleviandolo, volete salvaguardare voi stessi da quel dolore. A meno che non proviate quel dolore, il vostro servizio sarà vuoto e insincero."

…Sathya Sai Baba, Seva come Sadhana, Discorso Dvino, Bombay, 6 Novembre, 1967
https://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume07/sss07-40.pdf

****

☙ Annunci ❧

Prossimi seminari*

- Regno Unito **Londra**: Incontro Annuale di Sai Vibrionica, **24 settembre 2023**, contattare jeramjoe@gmail.com
- India **Puttaparthi**: Seminario Pratico Virtuale per AVP **2-20 novembre 2023** seguito da un seminario faccia a faccia **25-27 novembre 2023**, contattare admin1@vibrionics.org

***I** seminari sono soltanto per coloro che hanno superato il processo di ammissione e il corso on-line.

****

☙ Inoltre ❧

1. Articolo sulla salute

Farine per la salute e il gusto!

"Noi consumiamo una gran varietà di prodotti come cibo per sostenere l'organismo umano. Ma nessuno si domanda se il cibo che si consuma sia appropriato e sano; se sia benefico per alimentare e nutrire la sua salute fisica, mentale e spirituale."…Sathya Sai Baba[1]

Introduzione: Per la serie 'Evitare i bianchi nocivi', abbiamo preso in considerazione i pro e i contro di latte, zucchero, sale e riso, le loro varietà e le alternative nei tre numeri precedenti del vol 14. *"La conoscenza è farina, ma la saggezza è pane*".[2] Esploriamo ora il mondo delle farine per ottenere la saggezza fondamentale per preparare in maniera sana pane, porridge, budini, dessert e salse!

1. Cos'è la farina?

La farina è una polvere ottenuta macinando cereali crudi, noci, semi, legumi, radici o frutti, come ad esempio il cocco.

2. Guida dietetica per le farine

2.1 Le direttive dietetiche americane raccomandano per gli adulti da 1600 a 3000 calorie/giornaliere in base all'età, al sesso, al peso, alle condizioni mediche e allo stile di vita. Suggeriscono inoltre una proporzione ottimale di ciascuno dei tre macronutrienti dietetici, vale a dire carboidrati 45-65%, grassi 20-35%, e proteine 10-35%.[3-5]

2.2 I carboidrati sono indispensabili: I carboirati, costituiti da zucchero semplice, amido e fibra, sono la principale fonte di carburante per l'organismo. Frutta, verdura, cereali integrali, noci e semi, tutti quanti contengono carboidrati essenziali per una salute digestiva ottimale, per il bilanciamento dello zucchero, per la protezione contro le malattie e il controllo del peso. I cereali integrali, grazie al loro contenuto di fibra, hanno un basso indice glicemico (IG) ma questo sale nel momento in cui un cereale viene trasformato in farina, ad esempio il grano integrale ha un IG pari a 30 ma la sua farina ha un IG pari a 70. Vi sono farine con un basso IG e un basso contenuto di carboidrati, ad esempio le farine ottenute da noci, semi ed altre fonti vegetali.[5,6]

2.3 Gamma IG delle farine: Mandorle, noci e semi di lino macinati presentano un IG pari a zero e un basso contenuto di carboidrati con elevati livelli di grassi salubri. Le farine con un basso IG fino a 50 sono quelle di noci e semi, soia, ceci, avena e cocco; quelle aventi un IG nella fascia media sopra 50 sono di quinoa, mais, grano integrale, semola, riso integrale, orzo, farro, sorgo, tapioca e maranta. Un IG elevato pari o superiore a 70, comprende la farina bianca per tutti gli usi (maida) e le farine di riso bianco, segale, miglio e amaranto. Quasi tutte le farine, ad eccezione di quelle raffinate, sono ricche di fibre e proteine.[6-8] Fate riferimento alla precedente newsletter per un profilo nutrizionale dettagliato del riso (vol 14 #4), altri cereali integrali (vol 12 #5), noci (vol 11 #1), semi (vol 4 #6), e legumi (vol 13 #1).

2.4 Il glutine è una proteina contenuta nel grano, nell'orzo e nella segale. La maggior parte delle altre farine sono naturalmente prive di glutine ma possono essere contaminate dal glutine in maniera incrociata durante il raccolto o la lavorazione, soprattutto nel caso di avena coltivata o lavorata nei pressi o all'interno della stessa struttura. Il glutine fornisce all'impasto la sua elasticità e la sua struttura che, altrimenti, potrebbe lacerarsi facilmente. Il glutine, soprattutto integrale, fa bene alle persone sane ma andrebbe evitato dalle persone affette da celiachia; potrebbe non essere adatto a coloro che hanno una deficienza dell'intestino tenue o un sistema digestivo carente.[9,10]

2.5 La crusca è lo strato esterno duro dei cereali integrali, per lo più rinvenuto nel grano, nell'orzo, nella segale, nel riso, nell'avena, nel miglio e nel mais. Costituisce una buona fonte di fibra, antiossidanti, minerali e vitamine. La crusca di grano possiede una fibra insolubile e prebiotica che stimola lo sviluppo di batteri benefici e previene la stitichezza; la crusca di avena e orzo contiene sia fibre solubili che insolubili considerate salutari per il cuore e per prevenire picchi glicemici. Ma la crusca possiede antinutrienti e potrebbe non essere adatta alle persone affette da sindrome dell'intestino irritabile.[11-13]

Crusca di riso

Crusca di grano

3. Varie farine

3.1 Farine di cereali contenenti glutine

Esistono diversi tipi di **farina di grano**, a seconda del loro contenuto di glutine. La **farina di grano integrale** (**atta)**, ricca di fibre e nutrienti, e la **semola** ricca di carboidrati (**suji**) derivante dal grano duro, sono le farine più comuni con un contenuto del 13-14% di glutine; la **farina per tutti gli usi** (**maida**) con il 12% di glutine, un'altra sua versione è la farina **autolievitante** contenente lievito e sale; la **farina per dolci** con il 9-10% di glutine; **farina per dolci soffici** con un contenuto di glutine dal 7.5 al 9%. Alcune di queste vengono mischiate per creare differenti consistenze e miglior lievitazione in cottura.[14-16]

La **farina d'orzo**, più ricca di fibra dietetica rispetto al grano, contiene il 5-8% di glutine. La **farina di segale** è più nutriente e contiene soltanto il 3% di glutine.[17-18]

Farina di grano

Farina di segale

3.2 Farine di cereali senza glutine

Le **farine di pseudocereali,** essendo proteicamente complete e molto nutrienti, sono quelle di **amaranto** e **grano saraceno**, entrambe con un sapore nocciolato terroso, e la costosa **quinoa** che ha un sapore erbaceo con una punta di amaro che può essere attenuato tostando i chicchi prima di macinarli. Uno studio ha rivelato che, quando queste farine di pseudocereali venivano combinate individualmente con farina di riso per fare il pane, ne conseguiva un miglioramento della morbidezza della mollica, dell'aspetto, del colore, dell'odore, della consistenza, del sapore e del gradimento in generale. La percentuale accettabile di riso è risultata essere del 40% con l'amaranto, del 15% con il grano saraceno e del 18% con la quinoa.[19-23]

La **farina di riso** possiede tutte le qualità della farina di grano, quella integrale è più nutriente, e può costituire un valido sostituto della farina per tutti gli usi. Per la cottura con farina di riso può essere necessario il lievito.[24]

La **farina di mais** è una delle migliori farine da includere nella dieta, soprattutto d'inverno. Usata con moderazione, è una buona fonte di energia e di nutrienti con benefici per la salute digestiva.[25]

Le **farina di miglio** sono altamente nutrienti e ricche di fibre, poiché contengono tutti gli elementi nutritivi dei cereali integrali.[26]

La **farina di avena** è considerate salutare, benefica e un'importante fonte di antiossidanti, eccellente per il cuore.[26]

3.3 Farina di noci

In generale, le farine di noci presentano un basso IG, con abbondante contenuto di fibre, grassi salubri, proteine e vitamine e possono essere utili per il controllo dello zucchero nel sangue.

La **farina di mandorle** è la farina di noci più popolare e comune, ottenuta da mandorle tritate dopo sbollentatura e pelatura, mantenendo intatti tutti i benefici della mandorla originale. È migliore della farina di mandorle ricavata macinando mandorle intere non pelate. Le mandorle normalmente disponibili sono sicure da consumare; occasionalmente possono comprendere una mandorla amara, che contiene amigdalina (vitamina B17) e questa può rilasciare una tossina cianogena se ingerita. Tuttavia, quando lasciata in ammollo per 12 ore, questa tossina affiora in superficie, quindi è meglio mettere le mandorle in ammollo e pelarle. Ci sono inoltre differenti opinioni sui benefici o meno della vitamina B17, a dosaggio limitato, per rafforzare il sistema immunitario e per curare alcuni tipo di cancro.[27-31]

La **farina di noci,** sebbene ottenuta da semi dai quali è stato estratto l'olio, è ancora ricca di omega-3, proteine e fibra. Più sana di tutte le farine ma molto costosa, può essere miscelata con farina di mandorle o di grano.[32]

Altre farine di noci nutrienti sono la farina di anacardi ricca di rame e le farine di castagna, macadamia, pistacchio, nocciola, ghianda e la meno nota pecan dal sapore unico.[33-37]

3.4 Farine di semi

La **noce brasiliana (**in realtà un seme**)** è la massima fonte naturale del minerale selenio, necessario per il funzionamento della ghiandola tiroide, e previene il declino cognitivo; una dose eccessiva di selenio può risultare tossica. Altre farine altamente nutrienti sono quelle di semi di zucca, sesamo, girasole, canapa, lino e chia.[38-42]

3.5 Farine di legumi

Le **farine di legumi** sono ottenute da comuni leguminose e fagioli come ceci, ceci verdi e neri, piselli verdi e gialli, lenticchie, fagioli bianchi, semi di soia, lupini e arachidi. Sono ricchi di carboidrati complessi, proteine, fibre e micronutrienti e rappresentano un'eccellente alternativa alle farine lavorate, raffinate o per tutti gli usi.[43-48]

3.6 Farine di radici e tuberi

La **maranta** è una farina molto fine ottenuta da diverse radici di piante tropicali; ha una lunga durata di conservazione e viene comunemente usata per addensare le salse. Ricca di carboidrati e a basso contenuto di nutrienti, è più facile da digerire. Il suo contenuto di amido e prebiotici recano beneficio alla salute intestinale, controllano la diarrea e aiutano ad aumentare l'immunità.[49,50]

La **tapioca** (**Sabu dana**) è un amido estratto dalla radice di manioca e viene venduta come farina, fiocchi o perle. Ricca di carboidrati, ha meno nutrienti ma è una buona fonte di energia nel corso di una dieta restrittiva, soprattutto durante la convalescenza o il mal di stomaco. Viene anche usata per inamidare gli indumenti. La farina di **manioca** viene ricavata dall'intera radice di manioca, è meno lavorata ed è più simile ad un alimento completo, con un contenuto di vitamina C più alto rispetto alla tapioca.[51,52]

La **noce di tigre (cipero dolce)** è un tubero ricco di diversi minerali, vitamine C, D, & E, grassi salubri e fibre ed è ricco di amido. Può agire da prebiotico e controllare la glicemia.[53,54]

3.7 Farine di frutti

La **farina di noce di cocco** (in realtà un frutto) è una farina dalla polvere fine ottenuta dalla polpa di noce di cocco disidratata dopo aver estratto il latte dal cocco, adatta a persone allergiche alle noci. È una ricca fonte di minerali, eccezionalmente ricca di fibre e salubri acidi grassi monoinsaturi a basso contenuto di omega 6. Ha un sapore distinto e una dolcezza moderata. Più asciutta di altre farine a basso contenuto di carboidrati, è costosa ma può essere facilmente preparata in casa. Può causare sintomi gastrointestinali o respiratori in persone intolleranti al salicilato in essa presente.[55,56]

4. Consigli per ottenere il meglio dalle Farine

4.1 Scegliete saggiamente le farine per una dieta bilanciata e adatta a voi – priva di glutine, a basso contenuto di carboidrati, ricca di fibre o di proteine. Se l'etichetta non specifica senza glutine, è probabile che lo contenga.[4-10]

4.2 Quando fate il conto dell'assunzione totale di carboidrati, tenete presente la dimensione delle porzioni. La regola pratica prevede che le calorie consumate siano pari a quelle bruciate; mangiate meno calorie per perdere peso.[5-8]

4.3 Per preparare le farine in casa, è bene mettere a bagno i cereali e le noci 4-8 ore prima di essiccarli e macinarli. Questo aiuta ad eliminare gli antinutrienti (lectine e tannini) e i fitati che impediscono l'assorbimento dei minerali. Se si prepara la farina di noci, frullate solo per pochi secondi per evitare che diventi cremosa.[57-61]

4.4 Per un migliore controllo della glicemia, mangiate meno prodotti a base di farina come pane, riso, dolci, pasta, ecc. Se proprio dovete, optate per farine a basso IG o mischiatele con farine ricche di grassi e fibre.

4.5 La maggior parte delle farine durano da 3 a 6 mesi in contenitori ermetici, più a lungo se refrigerate e fino a due anni in un congelatore. Lasciate scongelare la farina surgelata a temperatura ambiente e mescolatela bene prima di usarla. Non mischiate farina nuova con quella vecchia. Le farine di grano integrali e biologiche hanno una durata di conservazione più breve delle altre. Evitate l'esposizione all'aria, alla luce, e all'umidità.[15,62]

Riferimenti e Collegamenti

1. Sathya Sai Speaks, Divine Discourse 22 Oct 2005, vol 38 chapter 17, "Cultivate satvic qualities right from Childhood" sss38.pdf (sathyasai.org); sss38-17.pdf (sssbpt.info)
2. Austin O'Malley: Source: 20 Healthy Flours from Lowest to Highest Carbohydrates - TheDiabetesCouncil.com
3. Calories per day: How Many Calories Should You Eat In A Day? – Cleveland Clinic
4. Daily Diet Composition Charts for Carbs, Protein, and Fat (verywellfit.com)
5. Carbohydrates: How carbs fit into a healthy diet - Mayo Clinic
6. 20 Healthy Flours from Lowest to Highest Carbohydrates - TheDiabetesCouncil.com
7. A good guide to good carbs: The glycaemic index - Harvard Health
8. Glycaemic Index Chart for Common Foods (verywellhealth.com)
9. Gluten: Gluten | The Nutrition Source | Harvard T.H. Chan School of Public Health
10. What Is Gluten and What Does It Do? | Johns Hopkins Medicine

11. Bran: Bran Benefits and Different Types to Try (verywellhealth.com)
12. Bran Fact and Types (healthbenefitstimes.com)
13. Wheat Bran: Nutrition, Benefits and More (healthline.com)
14. Wheat flour: A Guide to Different Types of Wheat Flour (thespruceeats.com)
15. All-Purpose Flour Nutrition Facts and Health Benefits (verywellfit.com)
16. Whole wheat flour: A beginner's guide to gluten | King Arthur Baking;
17. Is Barley Gluten-Free? (healthline.com)
18. Rye flour: How Much Gluten In Rye Flour – TheWellFloured Kitchen
19. Pseudo-grain flours: Amaranth Flour Nutrition Facts and Health Benefits (verywellfit.com)
20. What's A Good Amaranth Flour Substitute? - SPICEography
21. Ultimate Guide To Buckwheat Flour - From The Larder
22. The Pros And Cons Of Quinoa Flour – Healing Plant Foods
23. Study: Defining Amaranth, Buckwheat and Quinoa Flour Levels in Gluten-Free Bread: A Simultaneous Improvement on Physical Properties, Acceptability and Nutrient Composition through Mixture Design - PubMed (nih.gov)
24. Rice flour: Rice flour and its benefits (indiatimes.com)
25. Corn flour: https://www.healthifyme.com/blog/corn-flour-benefits-precautions-and-more/
26. Millets, Oats: Vibrionics Newsletter, Health article; https://news.vibrionics.org/en/articles/353
27. Nut flours: Almond Flour Benefits, Nutrition Facts and Recipes - Dr Axe (draxe.com)
28. Almond Meal vs. Almond Flour: What's the Difference? (healthline.com)
29. Are Almonds Poisonous? Different Varieties Explained (healthline.com)
30. How Almonds Went From Deadly To Delicious : The Salt : NPR
31, Amygdalin: Can Vitamin B-17 Really Kill Cancer? - LifeHack
32, Walnut Flour: The Truly European Nut Flour - SPICEography
33. 10 of the Best Low Carb Flours (and How To Use Them) (nutritionadvance.com)
34. Should You Soak Cashews Before Roasting? - Beyond (beyondthenut.com)
35. Chestnut flour: Make Your Own Chestnut Flour From Whole Chestnuts (thespruceeats.com)
36. What Is Chestnut Flour and What Can You Make With It? | Taste of Home
37. Pecan flour: Pecan Flour vs All-Purpose Flour: The Ultimate Verdict - The Coconut Mama
38. Seed flours: 7 Proven Health Benefits of Brazil Nuts - Ben's Natural Health (bensnaturalhealth.com)
39. Wholesale Brazil Nut Flour 100% Organic from the amazon rain forest para-food.com
40. Pumpkin seed flour: Pumpkin Seed Flour: Unveiling the Nutritional Powerhouse - cookindocs.com
41. What Is Sesame Flour? (What It's For, Uses, Substitutes + More) (clockworklemon.com)
42. Chia Flour | Baking Ingredients | BAKERpedia
43. Legume flours: Legume flours: varieties and benefits (steptohealth.com)
44. Chickpea flour: Chickpea Flour Benefits, Uses and Side Effects - Dr Axe (draxe.com)
45. Peanut flour: What is Peanut Flour? - The Coconut Mama
46. How to Make Peanut Butter: 15 Steps (with Pictures) - wikiHow
47. Soy flour: Soy Flour Facts, Health Benefits and Nutritional Value (healthbenefitstimes.com)
48. What Is Mung Bean Flour? - The Coconut Mama
49. Root flours: Arrowroot: Nutrition, Benefits, and Uses (healthline.com)
50. Arrowroot Flour Nutrition Facts and Health Benefits (verywellfit.com)
51. What Is Tapioca and What Is It Good For? (healthline.com)
52. Tapioca Flour: What Is It? Benefits, Uses and Side Effects - Dr. Axe (draxe.com)
53. Tiger nut flour: 9 Health Benefits of Tiger Nuts – Cleveland Clinic
54. Tiger Nuts: Benefits, Nutrition and How to Eat - Dr Axe (draxe.com)
55. Coconut flour: https://www.nutritionadvance.com/coconut-flour-nutrition-benefits/
56. Coconut Flour Nutrition, Benefits and How to Use It - Dr Axe (draxe.com)
57. Tips: Activated Nuts: How to Soak Away Hidden Anti-Nutrients | Health (paleohacks.com)
58. 12 Nuts You Should Soak Before Eating And Their Soaking Duration (healthyfoodhouse.com)
59. https://www.wikihow.com/Soak-Nuts#
60. How To Make Nut Flours [Almond, Hazelnut, Cashew] - The Healthy Maven
61. The Ultimate Guide To Nut Flours - From The Larder
62. Storage of flour: Can You Freeze Flour? (A Guide to Long Term Storage) – Easy Freezing

++

2. Prima conferenza di Stato sulla Sai Vibrionica in AP & Telangana, Visakhapatnam 22 luglio 2023

Alla presenza di 21 praticanti e di oltre 50 devoti, la conferenza ha avuto inizio con le consuete preghiere e il discorso di benvenuto del presidente della conferenza, il **Praticante**[11567] e un discorso di apertura del **Direttore della Formazione**[10375] che in seguito ha fornito una presentazione sulle opportunità di seva nella vibrionica, sottolineando l'importanza del sostegno amministrativo necessario all'Istituto della Vibrionica e del raggiungimento di zone remote per servire i poveri e i bisognosi.

Il **coordinatore**[11585] regionale di AP e Telangana ha presentato il rapporto annuale sui campi sanitari e gli ambulatori di Sai Vibrionica condotti in questi Stati. Questo è stato seguito da un discorso del **coordinatore**[11573] **Nazionale** su come portare avanti la vibrionica. Il **Praticante**[11567] ha accennato a come la vibrionica può venire integrata con i concetti di allopatia, medicina Cinese, costituzione fisica ayurvedica, guarigione pranica, ecc. Ha sottolineato l'importanza della ricerca e della maniera in cui il potenziamento può essere esplorato per affrontare disturbi come diabete, ipertensione, allergie e dipendenze.

Il **Praticante**[03560] ha fatto luce sul concetto di vibrazione, frequenza, energia, onde elettromagnetiche e loro effetti sulla salute; ha proseguito spiegando come l'energia vibrazionale di un individuo può venire innalzata attraverso la respirazione profonda e controllata, la meditazione, la gratitudine, la generosità, la dieta, il contatto con la natura e sane relazioni.

La sessione pomeridiana si è aperta con il breve discorso del Dr Jit Aggarwal ai delegati, in cui ha ispirato i partecipanti su come la gratitudine nella vita di ogni giorno giochi un ruolo nella nostra spiritualità e nel nostro benessere. Ha riferito un fantastico aneddoto di come una giovane donna che soffriva di cancro sia miracolosamente guarita da sola tramite la pratica del perdono e della gratitudine. Il **Praticante**[02696] ha spiegato come interagire con i pazienti, come possiamo imparare da loro e come custodire l'amore come la più importante qualità in noi; ha sottolineato l'importanza dell'autoanalisi per guarire sia noi stessi che gli altri.

Tre **Praticanti**[11632, 11604, 11618] di AP e Telangana hanno presentato i casi clinici selezionati nel concorso di descrizione di casi clinici condotto prima della conferenza. La **Praticante**[11594] ha preparato un manifesto sull'importanza della ricerca nella vibrionica e, in sua assenza, questo è stato presentato dal presidente della conferenza.

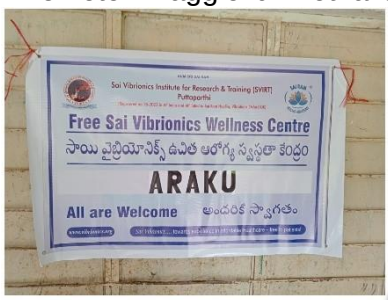
Nella sessione finale, i praticanti di AP & Telangana hanno partecipato ad un quiz. I premi sono stati distribuiti ai vincitori del quiz e del concorso sulla descrizione dei casi clinici. La conferenza si è conclusa con un discorso di ringraziamento, in particolare al Sai Samiti locale per la sua meravigliosa ospitalità e l'arathi a Swami.

Dal riscontro ottenuto dai partecipanti è apparso evidente che hanno molto apprezzato le sessioni accademiche e hanno sentito la necessità di organizzare simili conferenze su base regolare.

3. Inaugurazione del Campo Sanitario di Benessere Sai Vibrionica ad Araku Valley, Andhra Pradesh, India 23 luglio 2023

Il giorno successivo, dopo la conferenza di Stato in AP & Telangana del 22 luglio, la maggior parte dei partecipanti ha fatto un viaggio in autobus di cinque ore verso la popolare stazione collinare di Araku Valley per inaugurare un Campo Sanitario di Benessere Sai Vibrionica. A circa 111 km di distanza da Visakhapatnam, questo luogo è noto per le sue tante piccole comunità tribali e per le piantagioni di caffè.

Il remoto villaggio di Kothavalasa è stato scelto per fornire i servizi di Sai Vibrionica alle popolazioni svantaggiate e isolate che risiedono in più di 50 piccoli villaggi, e per soddisfare le loro urgenti necessità sanitarie. È stato uno sforzo collaborativo che ha richiesto il supporto del team di vibrionica, degli assistenti sociali, delle ONG, della gioventù locale e di altri volontari. I leader locali e i rappresentanti delle organizzazioni associate si sono rivolti all'assemblea sottolineando il significato del campo sanitario di benessere e hanno espresso il loro impegno a sostenere le necessità sanitarie della comunità su base regolare. È stata messa in rilievo l'importanza di mantenere una buona salute e di adottare stili di vita più sani. L'evento ha cercato di creare fiducia e relazione tra il team di vibrionica e la comunità tribale, assicurandosi che gli individui si sentissero a proprio agio nell'assumere i rimedi vibrionici che per tutti loro costituivano una novità. I **Praticanti**[11567,02696,11585] si sono rivolti a loro nella lingua locale. Dopo l'inaugurazione, si è tenuto un breve incontro con un gruppo selezionato di giovani istruiti per fornire loro una visione più dettagliata della vibrionica. Un'assistente sociale che li guida regolarmente sui loro problemi di salute, agricoltura, ecc. ha espresso il suo vivo interesse nel servire la gente con questo sistema di guarigione. Il programma si è concluso con una sessione di domande e risposte e la distribuzione di 150 ***IB*** e 100 boccette di rimedi con **CC9.3 Tropical diseases** da usare come misura profilattica. Con la collaborazione delle rappresentanze locali, è stato deciso di tenere un regolare campo sanitario la 4a domenica di ogni mese*****. Dopo il campo sanitario, i partecipanti hanno fatto una divertente gita al 'Museo del Caffè' e al 'Museo Tribale' della Valley.



***Il** primo campo sanitario mensile è stato condotto il **27 agosto 2023**, dai Praticanti 11634, 11648...India e a 47 pazienti di quella zona sono stati forniti rimedi vibrazionali per problemi relativi alla pelle, raffreddore, tosse, febbre, dolori articolari.

++

4. In Memoria

Sri Nandan Singh Bhakuni 11462...India di Faridabad è partito per la sua dimora celeste all'età di 74 anni, il 13 luglio 2023. Cominciò a praticare la vibrionica nel marzo del 2011 dopo essere andato in pensione come alto funzionario del governo centrale. Una persona molto umile, con i piedi per terra, un esperto conduttore di bhajan, era sempre pronto a servire in ogni occasione. Era stato un coordinatore Samiti e in seguito coordinatore del servizio medico distrettuale nella SSSSO, recandosi due volte all'anno a Prashanti per fare servizio. Partecipava attivamente a tutti gli incontri e alle altre attività, sia della SSSSO che della Vibrionica, condividendo i suoi preziosi suggerimenti e le sue esperienze nonostante la salute cagionevole. Il coinvolgimento della famiglia nelle attività Sai prosegue, sua moglie è un'insegnante Balvikas e i suoi nipoti sono studenti Balvikas.

****

Om Sai Ram!

*Sai Vibrionica…*verso la perfezione nell'assistenza sanitaria gratuita ai pazienti