Sai Vibrionics ... hacia la excelencia en cuidado de la salud asequibles - gratis para los pacientes

Boletín Vibriónica Sai

www.vibriónica.org

"Cada vez que ves a una persona enferma, desanimada, desconsolada o enferma, ahí está tu campo de seva". ...Sri Sathya Sai Baba

Vol 13 Número 1 ene/feb 2022

En este asunto

CS	Desde escritorio del Dr. Jit K Aggarwal	1 - 2
CS	Perfiles de practicantes	2 – 5
CS	Historias de casos usando Combos	5 – 10
CS	Rincón de respuestas	10 – 11
Œ	Palabras Divinas del Maestro Sanador	11 - 12
CS	Anuncios	12
CS	Además	12 – 17

☞ Desde escritorio del Dr. Jit K Aggarwal ల

Estimados practicantes

A medida que avanzamos hacia 2022, para quien ve la vida a través de una lente mundana, parece que el próximo año será otro lleno de incertidumbre y ansiedad como resultado de soportar la pandemia. Pero para aquellos que viven la vida con un propósito superior, 2022 será recibido como un año de crecimiento, esperanza y un presagio de oportunidades para servir y compartir amor. Swami dice: "Dotado de un cuerpo sagrado, el hombre lo está abusando. La vida humana es como un bambú que tiene muchos nudos en forma de deseos de riqueza, esposa e hijos. Estos nudos tienen que ser eliminados. A partir del año nuevo, debes comprender el verdadero significado de la humanidad y transformar tu vida. Entonces seréis verdaderos servidores de la nación. Juega tu parte en todos los campos de la vida pública, manteniendo tu corazón puro e inmaculado". — Sathya Sai Baba, Discurso de Año Nuevo, 1¹ de enero de 1998.

Si vamos a llevar la humanidad a cada uno de nuestros pensamientos, palabras y acciones, la perspectiva correcta es imperativa. Como organización, siento que hemos hecho justicia al 2021 y espero y rezo para que podamos llevar adelante el ímpetu hacia el nuevo año. Mirando hacia atrás en el año pasado, como practicantes de vibriónica y como organización dedicada al seva, hemos crecido y evolucionado a pasos agigantados en todos los frentes.

- Nuestra campaña 'Corre la voz' lanzada en 2020 despegó a lo grande el año pasado, ¡una ventaja inesperada de la pandemia! Mientras se adhirieron a las restricciones, nuestros practicantes aceptaron el desafío de frente y crearon conciencia en cada oportunidad que tuvieron al dar charlas en escuelas, universidades, Centros Sai y en plataformas virtuales para llegar a audiencias que van desde devotos hasta estudiantes, maestros y fuerzas armadas. personal, desde áreas urbanas hasta rincones remotos del mundo.
- En India, vimos surgir una mayor cooperación entre la Organización Sai Seva y Sai Vibrionics que allana el camino para el buen funcionamiento de las clínicas de vibriónica en Prashanti Nilayam y la apertura de otras nuevas en varios otros lugares, como la apertura de una nueva clínica en el Centro Internacional Sai. Nueva Delhi.
- El mundo se volvió un lugar más pequeño como resultado del cambio a las reuniones virtuales y nos acercamos más como familia y organización. La creación de redes virtuales entre los practicantes ganó un impulso significativo durante el año con varias regiones nuevas que iniciaron reuniones mensuales para mantenerse conectadas y actualizadas.

- La distribución de Immunity Booster (IB) al máximo de personas siguió siendo el enfoque principal de los profesionales durante el año. La demanda de IB crece día a día y estamos cerca de una cifra de 600.000 beneficiarios de IB a finales de 2021.
- El paso más grande que hicimos este año está en el campo de la formación de nuevos practicantes y el reciclaje de los existentes. En 2021 hemos trabajado arduamente para mejorar significativamente nuestros estándares de capacitación. Los SOP actualizados ahora están vigentes desde la admisión hasta la acreditación para las designaciones de AVP y SVP y también para la categoría de asistente de practicante (AP) recientemente instituida. Nuestra eterna gratitud a todos los profesores, mentores y el coordinador de formación, apoyados por el equipo de admisiones y el equipo de TI que trabajan muy duro y están atentos.
- Otro desarrollo ha sido elevar a nuestros antiguos coordinadores de informes mensuales a coordinadores regionales (CR). Los CR ahora tienen un papel muy importante de ser una interfaz entre la administración y los profesionales sobre el terreno. Una reunión bimensual de coordinación y actualización de los CR es ahora una característica regular.
- El lanzamiento inaugural de nuestro curso AP en un idioma vernáculo, combinado con la apertura de clínicas en varias partes remotas de la India, nos ha acercado significativamente a nuestra meta de hacer que Sai Vibrionics sea accesible para las masas. En 2021 comenzamos con hindi y telugu y en 2022 esperamos aprovechar este éxito y expandir nuestro alcance lanzando cursos AP en otros idiomas como kannada, tamil y malayalam y lanzando varias clínicas adicionales.
- Me complace informar que en 2021, nuestro equipo de TI administró nuestros recursos de TI (servidores, bases de datos, almacenamiento de datos y sitios web) de manera efectiva y aseguró un tiempo de actividad superior al 99 %. Sus principales planes para 2022 son lanzar una versión revisada de nuestro sitio web principal con soporte de idiomas para usuarios de hindi y telugu, proporcionar soporte para buscar historias de casos en varios idiomas, poner a disposición en nuestro sitio de noticias todas las historias de casos publicadas en nuestro Libro de conferencias internacionales y para capacitar personal administrativo adicional para fines de contingencia de TI. Extienda su apoyo y cooperación al equipo de TI en la implementación de sus planes. Puede escribirles a helpdeskIT@vibrionics.org.
- Hace un par de meses iniciamos la construcción del Centro Sai Vibrionics. Esto se suspendió
 recientemente debido a desafíos inesperados con los contratistas de construcción. Esperamos
 reanudar labores lo antes posible. Si bien esto puede resultar en un retraso, los retrasos no son
 denegaciones.

Como organización, seguimos siendo un "trabajo en progreso". Espero que siempre estemos en ese modo. Porque si no estamos cambiando y evolucionando, ¡no estamos creciendo!

Esta es la perspectiva real que todos necesitamos desarrollar según el propio Swami: "El corazón lleno de compasión es el templo de Dios. Jesús suplicó por Compasión. La compasión fue Su Mensaje. Se angustió mucho al ver a los pobres. Este día, se adora a Jesús pero se descuidan sus enseñanzas. Se está adorando a Sai, pero se descuidan Sus enseñanzas. ¡Por todas partes, pompa, pompa, exhibicionismo hueco! Conferencias, conferencias, conferencias! Sin actividad, sin amor, sin seva. Héroes al sermonear, ceros al poner en práctica lo dicho. Desarrolla la compasión. Vive enamorado. Sé bueno; hacer el Bien y ver el Bien. Este es el camino a Dios". — Sathya Sai Baba, Discurso de Navidad, 25 de diciembre de 1981.

Deseándole a usted y a sus seres queridos un feliz, saludable y próspero 2022,

En amoroso servicio a Sai

Jit K. Aggarwal

ঙ্গে Perfiles de practicantes থে

Practicante 11599...India se retiró a la edad de 44 años después de una exitosa carrera en ventas durante más de 2 décadas, con la esperanza de dedicar su tiempo a los deportes de resistencia. La vida tenía otros planes para él. Un encuentro casual con un clarividente en un aeropuerto en 2000 despertó su interés en la astrología védica y lo llevó a leer sobre la filosofía Advaita. En 2005, se sintió atraído por Sathya Sai Baba a través de Sus discursos que exponían la más grande de las verdades de una manera muy sencilla.

En 2007, mientras trataba de mantenerse ocupado para superar el trauma de la muerte de su madre,



cometió un gran error mientras ayudaba a un amigo con un trabajo de transcripción médica. Sus oraciones a Swami fueron respondidas y fue testigo de un gran milagro cuando el archivo que había cargado erróneamente en el servidor del cliente desapareció misteriosamente, jaunque se reflejaba como si hubiera sido cargado en su propia computadora!

Durante muchos años, el practicante ha estado involucrado en diversas actividades de servicio, como llevar a los enfermos a sus citas en el hospital, explicarles sus diagnósticos e informes de laboratorio y sugerir posibles alternativas para resolver sus problemas médicos. En 2016, después de ver los videos enfermos de Souljourns, Sai Vibrionics tocó una fibra sensible con él, ya que ya estaba activamente involucrado apoyando a la gente. Se inscribió para convertirse en practicante y ahora dice que vibriónica seva es

su propio aliento de vida.

El practicante ha sido testigo de resultados espectaculares en el tratamiento de episodios agudos de problemas crónicos. En uno de esos casos, una paciente diabética, cuya glucosa en sangre inicial era de más de 300, se acercó al practicante con una lectura de 580. Al negarse a ir al hospital, le dieron CC6.3 Diabetes + CC12.1 Adult tónic + CC15.1 Mental and emocional Tónic ...una dosis cada 10 min durante dos horas, y luego 6TD. ¡Sus números se redujeron en más de 150 en las primeras dos horas y volvieron a su línea de base en solo 12 horas! En otro caso de un paciente de leucemia de 10 años, los niveles de plaquetas habían disminuido repentinamente. Le dieron una transfusión de sangre y al mismo tiempo un remedio vibriónico: CC2.1 Cancers - all + CC2.2 Cancer pain + CC3.2 Bleeding disorders + CC15.1 Mental & Emotional tonic. En dos días, el recuento de plaquetas del niño volvió a la normalidad y fue dado de alta del hospital.

El practicante también ha tratado casos de cáncer en los que los pacientes han mostrado una notable tendencia a la baja en sus marcadores tumorales después de tomar vibriónica. Un paciente varón de 53 años con cáncer de colon y metástasis recientemente diagnosticados consultó al médico antes de iniciar la quimioterapia y el 14 de mayo de 2021 recibió CC2.1 Cancers - all + CC2.3 Tumours & Growths + CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.4 Constipation + CC4.11 Liver & Spleen + CC15.1 Mental & Emotional tonic...6TD. Después de dos rondas de quimioterapia, el paciente lo llamó emocionado para decirle que los médicos estaban desconcertados con el valor del CEA (un marcador tumoral), originalmente era 523 y en un mes bajó a 28; cayendo aún más a 16 en septiembre de 2021. Estaba seguro de que era vibriónica en el trabajo. Los médicos confirmaron que si este progreso continuaba, les permitiría realizar una disección de ganglios, ya que la metástasis previamente extendida ahora estaba dentro del alcance de la cirugía. En otro caso, a un hombre de 60 años, después de un año de quimioterapia por cáncer de páncreas, se le dijo que su pronóstico era malo y que, por lo tanto, no se justificaba ningún otro tratamiento. Recibió CC2.1 Cancers - all + CC2.2 Cancer pain + CC2.3 Tumours & Growths + CC4.7 Gallstones el 5 de agosto de 2021. Más tarde, el paciente fue a otro hospital oncológico donde cambiaron su régimen de tratamiento. Antes de reinstaurar la quimioterapia, un análisis de sangre reveló por primera vez en un año una disminución sustancial de CA 19-9, un marcador tumoral. La esposa del paciente, encantada con el resultado, expresó su gratitud a la vibriónica. Tales casos han servido para que el practicante se sienta aún más humilde y agradecido por ser un instrumento de Swami.

Participa fácilmente en campamentos médicos, hace visitas mensuales a hogares de ancianos para proporcionar remedios y ha estado haciendo seva de vibriónica semanal en Sundaram en Chennai. En mayo de 2021, durante la pandemia, participó activamente en la distribución en bicicleta del refuerzo inmunitario a los pacientes de Covid en Chennai, ya que el transporte público no estaba operativo. Ha transcrito varias charlas sobre vibriónica y actualmente está involucrado en la traducción del manual 108CC al tamil. Siempre está buscando más oportunidades para ayudar a otros y, fuera de la vibriónica, continúa como voluntario en la célula de consumidores de Rotary para brindar ayuda con las solicitudes de pasaporte y licencia de conducir, etc.

Vibriónica, dice el practicante, le ha enseñado a ser más observador, agudizó sus habilidades para escuchar, lo hizo más empático y, sobre todo, le enseñó humildad. A menudo descubre que Swami lo insta a prescribir remedios más allá de los que ha buscado en el manual; tales incidentes ayudan a fortalecer su fe. Él cree que el tratamiento holístico solo puede ocurrir cuando el practicante escucha al paciente a nivel físico y escucha las palabras no dichas por el paciente. Su consejo para los compañeros

practicantes es vivir según el dicho de Swami: "Siempre que veas a una persona enferma, desanimada, desconsolada o enferma, ahí está tu campo de servicio".

Casos para compartir

- Artritis reumatoide
- Cálculos renales
- Acidez crónica

El practicante 03518...India es una profesional de las finanzas que se mudó de Canadá a Puttaparthi en 2020



después de jubilarse, para servir a Swami de una manera más enfocada. Desde entonces, ha estado involucrada en varias actividades de servicio, una de las cuales está trabajando activamente en el proyecto Swachh Parthi para crear conciencia sobre los peligros ambientales y para la salud del plástico y educar a los residentes locales sobre los mismos. Conoció por primera vez a Sathya Sai Baba en 1986 y se sintió atraída por Sus enseñanzas sobre la unidad de las religiones. Comenzó a asistir a bhajans semanales e inscribió a su hija en clases de Bal Vikas (SSE). Ha servido en varios puestos de liderazgo en su Centro Sai local y en el Instituto Canadiense de Educación Sathya Sai. Durante más de dos décadas, ha brindado asesoramiento gratuito sobre bienestar preventivo a amigos y colegas. Por diez años

enseñó meditación Jyoti en escuelas locales para ayudar a los estudiantes a lidiar con el estrés y la ansiedad. Hizo una serie de videos de bienestar

espiritual en su lugar de trabajo como parte de su oferta de Bienestar Corporativo y mantiene un blog de salud preventiva.

La practicante escuchó por primera vez sobre vibriónica en 2003, pero su mente analítica no estaba convencida. En 2014, fue testigo del poder de las vibraciones cuando un grupo de amigos cantó todo el Bhagawad Gita en su casa y las rosas ofrecidas a Swami, que normalmente se marchitarían en 5 días, permanecieron frescas durante 2 semanas. Unos meses más tarde, se encontró con los videos de Souljourns del Dr. y la Sra. Aggarwal. Inspirada por las palabras de Swami que describían la vibriónica como la 'medicina del futuro y al encontrar la vibriónica en sintonía con sus propias creencias en el bienestar preventivo y las prácticas de estilo de vida saludable, inmediatamente solicitó la capacitación AVP. Calificó en marzo de 2015 y trató a 90 pacientes hasta mediados de 2020 en Canadá, se convirtió en VP en agosto de 2020 y trató a otros 85 pacientes después de mudarse a Puttaparthi en septiembre de 2020, a pesar de las limitaciones de Covid-19.

Ha sido un miembro clave del equipo administrativo de vibriónica desde julio de 2021 cuando se le asignó el rol de Coordinadora de Capacitación. Ha ayudado al Jefe de Capacitación Global en la creación de POS (Procedimientos Operativos Estándar) de principio a fin desde la admisión hasta la acreditación para las designaciones de AVP y SVP. Muy comprometida con el seva vibriónico, con voluntad de hacer lo que sea necesario, también está involucrada en resumir las transcripciones de las charlas, formatear los boletines para su publicación y coordinar el trabajo relacionado con el mantenimiento de la Caja Maestra bendecida por Swami y facilitar la recarga de la Cajas de 108CC de practicantes en activo. Ella también está recibiendo capacitación para convertirse en SVP.

Uno de los primeros casos de la practicante fue el de una mujer que no pudo conducir durante el último año debido a un fuerte dolor en el cuerpo. Le administraron CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.5 Spine + CC20.6 Osteoporosis + CC20.7 Fractures y en cuatro meses tuvo una recuperación milagrosa y ya no tenía ningún dolor. Ahora, la practicante descubre que CC20.4 Muscles & Supporting fabric, cuando se agrega a cualquier otra combinación de SMJ, es extremadamente eficaz para proporcionar un alivio rápido del dolor. Una vez ella misma tuvo un ataque de laringitis aguda y no pudo hablar una palabra. Después de tomar CC19.7 Throat chronic...6TD, ¡milagrosamente pudo dar un discurso programado al día siguiente!

Una mujer joven desesperada por tener un hijo finalmente concebido a través de FIV pero enfrentó muchos desafíos durante su embarazo. A los tres meses, desarrolló complicaciones como fotofobia y diabetes gestacional, también reapareció su asma infantil con tos. Fue tratada con CC7.1 Eye tonic y CC19.6 Cough chronic a medida que surgían estas molestias y el combo CC8.2 Pregnancy tonic +

CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic, además del *IB*. No solo desaparecieron todas las complicaciones, sino que también tuvo un embarazo seguro y dio a luz a una niña sana en agosto de 2020, todo lo cual la paciente atribuye al milagro de la vibriónica.

Al ser muy sensible a las energías negativas externas, la practicante trabaja arduamente para limitar las interacciones sociales innecesarias para que su vibro-práctica no se vea afectada y pueda ser un conducto para que el amor de Swami fluya a través de ella y trate a los pacientes de manera efectiva. A través de sus experiencias personales, habla con confianza sobre la eficacia de la vibriónica para todos, pero lamenta que muchos pacientes tomen la vibriónica como último recurso cuando han agotado todas las demás vías de tratamiento.

La práctica de vibriónica le ha enseñado a ser más amorosa y sin prejuicios. Su consejo para los compañeros practicantes es nunca perder la esperanza, incluso cuando no parece haber una cura a la vista. Cada paciente proporciona al practicante una experiencia de aprendizaje sutil y esto está facilitando un cambio transformacional gradual en ella.

Casos para compartir

- Dolor severo en la región del cuello.
- dolor en el brazo

⊠ Historias de casos usando combos

1. Artritis reumatoide 11599 ...India Una maestra de escuela de 52 años sufría de dolor en las pequeñas articulaciones de sus manos y pies. Su capacidad para sostener un trozo de tiza para escribir en la pizarra fue disminuyendo gradualmente. Su reumatólogo le diagnosticó artritis reumatoide y osteoporosis y comenzó a tomar medicamentos y suplementos recetados en diciembre de 2015. Aunque casi no hubo mejoría en el dolor, decidió continuar con todos estos medicamentos. Además, hace dos años, desarrolló dolor en la rodilla (posiblemente debido a estar de pie durante largas horas en la escuela) y desarrolló malestar gastrointestinal (ardor de estómago) hace un año. Para enero de 2018, ni siquiera podía sostener la tiza y tuvo que tomar una licencia médica. Cuando visitó a la practicante el 2 de agosto de 2018, estaba muy deprimida y le dieron:

Para la artritis reumatoide y la osteoporosis:

#1. CC12.1 Adult tonic + CC12.4 Autoimmune diseases + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.3 Arthritis + CC20.6 Osteoporosis...TDS

Para el malestar GI:

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

Un mes después, el 5 de septiembre, la sensación de ardor en el estómago se redujo en un 90 % y el número 2 se redujo a OD y se detuvo el 15 de octubre, ya que hubo una mejora del 100 %. El 20 de septiembre informó solo una ligera reducción del dolor en las articulaciones pequeñas y las rodillas. Para el 28 de diciembre, hubo una mejora del 50 % en las articulaciones pequeñas y del 80 % en el dolor de rodilla. El 10 de julio de 2019, el dolor en todas las articulaciones mejoró en un 90%, por lo que la dosis de #1 se redujo a BD . El 21 de octubre, declaró que, a pesar de suspender todos sus medicamentos alopáticos durante los últimos dos meses, solo sentía un dolor marginal en las articulaciones. Como no hubo dificultad para sostener la tiza, pudo reanudar la enseñanza. El 15 de diciembre, la dosis de #1 se redujo a OD y para enero de 2020, se había recuperado por completo. Dos veces trató de suspender el remedio, una en marzo de 2020 y otra vez en enero de 2021, cada vez que sintió un ligero dolor después de aproximadamente dos semanas. Por lo tanto, decidió continuar con la dosis de mantenimiento de OD . A partir de noviembre de 2021, el paciente está completamente libre de síntomas y está en contacto regular con el médico.

2. Cálculos renales 11599 ...india Un hombre de 62 años tenía antecedentes de cálculos renales desde que estuvo hospitalizado durante diez meses debido a una fractura compuesta en el tobillo derecho causada por un accidente automovilístico en abril de 2007. Le daba un dolor insoportable en ambos flancos una vez cada 18 a 24 meses y cada episodio duraría 4 días. Dependiendo de si el cálculo estaba presente en el riñón, el uréter, la vejiga o la uretra, sus otros síntomas eran dolor en la parte inferior del abdomen,

urgencia y ardor al orinar, dificultad para orinar y fiebre ocasional. Había sido hospitalizado seis veces en 12 años e invariablemente se le mantenía con líquidos y se le daba de alta el mismo día con varios medicamentos para tomar durante 7 a 10 días. Las piedras nunca superaron los 7 mm. Le habían pedido que bebiera mucha agua y que siguiera una dieta baja en oxalatos. Le diagnosticaron diabetes, hipertensión y colesterol elevado en 2013 y tomó medicamentos alopáticos para estos hasta 2018 cuando vibriónica puso todas estas condiciones bajo control completo. Luego experimentó un dolor insoportable en los costados el **14 de octubre de 2019**, por lo que se acercó al practicante en unas pocas horas y le dio:

CC10.1 Emergencies + CC12.1 Adult tonic + CC13.5 Kidney stones + CC15.1 Mental & Emotional tonic...every 10 min durante 2 horas seguido de 6TD

En tres horas, el dolor había disminuido, por lo que podía asistir a su oficina y esa misma noche, su dolor había desaparecido. Confirmó al día siguiente que se vieron restos de piedras al orinar. Estaba absolutamente emocionado ya que sus otros síntomas también habían desaparecido. El 21 de octubre se redujo la dosis a **TDS** y luego a **OD** el 30 de octubre. Hace más de dos años sin recurrencia de un episodio pero prefiere continuar en **OD** como preventivo. ¡Él es extremadamente feliz y ha estado recomendando vibriónica constantemente a todos sus amigos!

3. Acidez crónica 11599...India Un hombre de 51 años había estado sufriendo de acidez que le causaba ardor, eructos y reflujo ácido durante cinco años. Tenía un estilo de vida sedentario y un trabajo muy estresante como jefe de una cadena de ventas minoristas, y durante más de 30 años fumaba 10 cigarrillos al día. Durante los últimos cinco años, había probado muchos medicamentos de venta libre y recetados, pero nada ayudó. Cuando vio al practicante el **9 de septiembre de 2018**, no estaba tomando ningún medicamento y le dieron:

CC4.5 Ulcers + CC4.8 Gastroenteritis + CC4.10 Indigestion + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

Se le aconsejó dejar de fumar y evitar el sedentarismo. El paciente no volvió hasta el 16 de febrero de 2019, cuando dijo que mientras tomaba el remedio los síntomas no eran intensos. Ahora que terminó ese remedio en enero, han vuelto a agravarse. Además de darle una recarga, se le aconsejó que caminara durante 40 minutos al menos cinco días a la semana. El 19 de marzo, se alegró de informar que sus síntomas volvieron a ser menos intensos. El 6 de junio hubo una mejora del 20%. No había sido regular al tomar el remedio, pero ahora que sintió una mejoría notable, comenzó a tomarlo regularmente. No hizo ningún esfuerzo por dejar de fumar. El 11 de noviembre, informó una mejora del 50 % que subió al 80 % el 26 de diciembre. Para la tercera semana de marzo de 2020, no había rastro de acidez.

Como no visitó al practicante debido al confinamiento por el Covid-19, dejó de tomar el remedio en marzo de 2020. El lado positivo del confinamiento fue que se vio obligado a dejar de fumar porque no podía conseguir su marca de cigarrillos y en un plazo de semana comenzó a sentirse fortalecido con energía extra. Esto llevó a grandes avances en el cambio de su estilo de vida. Ahora se da cuenta de la importancia de una vida sana, poco a poco ha dejado de fumar y ha comenzado a andar en bicicleta, recorriendo diariamente una distancia de 10 a 15 km y los fines de semana más de 30 km al día. Cuando se contactó por última vez en noviembre de 2021, más de 18 meses después de suspender el remedio, el paciente no ha vuelto a tener acidez.

Nota del editor: este caso demuestra claramente la importancia de tomar remedios regularmente y llevar un estilo de vida saludable.

4. Dolor intenso en la región del cuello 03518... India Un hombre de 42 años sufría de dolor en la parte posterior del cráneo y las orejas hasta el cuello durante 10 años; gradualmente empeoró y ahora era grave. Él creía que esto se debía a una postura incorrecta durante el uso prolongado de su computadora portátil, ocho horas al día. Probó la homeopatía durante algunos meses pero sin mucho alivio. No tomó ningún medicamento alopático. Cuando no trabajaba en la computadora portátil (por ejemplo, durante las vacaciones), sentía algo de alivio. Cuando volvía a trabajar, el dolor se agravaba. El **16 de abril de 2021**, consultó al practicante que le enseñó cómo aplicar acupresión en puntos específicos de la cabeza y la cara y le dio el siguiente remedio:

CC3.7 Circulation + CC11.3 Headaches + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia + CC20.5 Spine...TDS

En un mes, el dolor se redujo en un 80 % y sus horas diarias de trabajo en la computadora se mantuvieron entre 4 y 5. Para el 13 de junio, el dolor había mejorado en un 90 % y para el 27 de junio estaba completamente libre de dolor, por lo que la dosis se redujo a **OD** . A partir del 1 de julio, su trabajo informático aumentó a 8 horas diarias. En dos ocasiones en las que se sintió sobrecargado, pudo sentir algo de dolor, pero al aumentar la dosis a **BD** durante dos días, se sintió absolutamente bien. A partir de la tercera semana de julio dejó de tomar el remedio ya que no hubo recurrencia del dolor a pesar de que se le aconsejó continuar con la dosis de mantenimiento de **OD** . A partir del 30 de noviembre de 2021, continúa estando completamente bien y ha estado haciendo digitopuntura diligentemente.

5. Dolor en el brazo 03518...India Una maestra de 41 años sufría de dolor en el brazo derecho, más en el codo, durante ocho meses desde el inicio de las clases en línea durante la pandemia. Gradualmente empeoró, causando que ella se agotara al final del día. Un dolor persistente en una calificación de siete en una escala de 1:10 estuvo presente en todo momento. Mientras escribía en el teclado o hacía ganchillo, el dolor aumentaba a un grado de ocho y se disparaba hasta su hombro. En los últimos cuatro días, el brazo izquierdo también se vio afectado. No tomó ningún analgésico ni ningún otro medicamento y el **14 de mayo de 2021** se le administró:

CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue...QDS

En una semana, el dolor en su brazo izquierdo desapareció por completo, pero el brazo derecho se sentía igual. Para el 13 de junio, había una reducción del 75 % del dolor en el brazo derecho, aunque el dolor aumentaba cuando hacía ganchillo, ya no le llegaba al hombro. El 24 de junio se reanudaron las clases online. Continuó tomando el remedio diligentemente y para el 15 de julio había un 100 % de alivio de todo el dolor. Ya no se sentía cansada incluso después de un día completo en la escuela. La dosis se redujo a **BD** y se redujo gradualmente a cero el 11 de agosto. A fines de noviembre de 2021, a pesar de las continuas clases en línea, no siente dolor y se siente con energía, maneja bien sus clases y se dedica a su pasatiempo de ganchillo.

- **6. Eczema** OSSSS...EELUU. Durante más de dos años, una niña de 11 años tuvo eczema seco sobre los pliegues de su codo izquierdo con piel áspera y descolorida junto con picazón severa. Los medicamentos alopáticos, tanto orales como en crema para aplicación externa, ayudaron a disminuir los síntomas temporalmente, ya que el problema se repetía cada tres o cuatro meses. En general, su piel era tan sensible que incluso un insecto diminuto o una picadura de insecto le provocaban un absceso. Cuando los síntomas del eccema reaparecieron esta vez, la madre de la paciente no optó por la alopatía, sino que consultó al médico el **3 de noviembre de 2020**, la niña recibió:
- #1. NM27 Skin-D + NM36 War + NM46 Allergy-2 + NM62 Allergy-B + NM102 Skin Itch + BR13 Allergy + SR308 Pituitary Gland + CC10.1 Emergencies + CC21.1 Skin tonic + CC21.3 Skin allergies + CC21.6 Eczema ...TDS en crema base acuosa para aplicación externa
- #2. CC12.2 Child tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + #1...TDS

Después de una semana hubo una mejora del 60 % en la picazón y del 50 % en la aspereza y la decoloración. El 22 de noviembre, como la niña había desarrollado secreción nasal y obstrucción nasal con ojos llorosos, probablemente debido a una alergia estacional, **el número 2** se cambió a:

#3. CC9.2 Infections acute + CC10.1 Emergencies + CC12.2 Child tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.2 Respiratory allergies + CC21.1 Skin tonic + CC21.3 Skin allergies + CC21.6 Eczema...TDS

Dentro cinco días el 27 de noviembre, hubo un 50 % de alivio en todos los síntomas agudos y su piel estaba un 90 % mejor. El 4 de enero de 2021, hubo una recuperación completa y la piel se normalizó. **El #1** se detuvo y **el #3** se redujo a **BD** durante una semana antes de detenerse. A partir de diciembre de 2021, casi un año después de suspender el remedio, no ha habido recurrencia del eccema.

Si usa la caja de 108CC, dé el n .º 1: CC10.1 Emergencias + CC21.1 Tónico para la piel + CC21.3 Alergias en la piel + CC21.6 Eczema

7. Espasmo hemifacial 11626...India Una mujer de 60 años había sufrido espasmos musculares en el lado derecho de la cara (espasmo hemifacial) durante cuatro años. Las contracciones comenzaron cerca del ojo y se extendieron gradualmente a los músculos de las mejillas; su ojo derecho parecía más pequeño que el izquierdo (ver foto). Hace dos años, consultó a un médico que le recetó cuatro inyecciones de



Before treatment



After treatment

Botox. Recibió una inyección en marzo de 2018. Como esto le provocó hinchazón en el ojo y teniendo en cuenta el gran gasto, decidió no continuar con las inyecciones. Casi al mismo tiempo, su esposo falleció y ella estaba bajo mucho estrés. Gradualmente, la frecuencia de las contracciones aumentó de 30 a 40 veces por minuto, especialmente por la mañana y mientras hablaba. El **17 de marzo de 2020,** estaba muy incómoda y consultó al practicante que le dio:

#1. CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.4 Paralysis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue...TDS

Dentro del primer mes, las contracciones se redujeron en un 30 % y en otro mes en un 50 %. Como se sentía letárgica, **el número 1** se mejoró el 16 de junio de 2020:

#2. CC12.1 Adult Tónic + #1...TDS

remedio para su condición crónica:

Para el 25 de agosto, su mejilla parecía normal pero todavía tenía algunas contracciones. Esto se resolvió por completo el 18 de octubre. Por lo tanto, la dosis de **#2** se redujo a **BD** y luego a **OD** el 12 de febrero de 2021 antes de detenerse el 3 de mayo. En octubre de 2021, su ojo era normal, pero ocasionalmente, cuando está bajo mucho estrés, se producían espasmos leves. Entonces, decidió reanudar el remedio con la dosis de mantenimiento de **OD** que continúa a partir de diciembre de 2021, se siente bien.

8. Desgarro muscular 03601...Nepal En agosto de 2018, una mujer de 52 años tuvo un accidente de motocicleta. Su codo derecho golpeó contra el cordón del suelo. A medida que el dolor del brazo aumentó durante los dos días siguientes, se hizo una radiografía, que no mostró fractura, pero el médico diagnosticó un desgarro en el músculo cerca del codo. Tomó el medicamento recetado y usó la pomada durante un mes. Esto le dio un 50% de alivio del dolor, pero tenía dificultad para levantar objetos pesados en la cocina. En octubre de 2018, el dolor empeoró, optó por un remedio a base de hierbas y un masaje que la ayudaron, por lo que manejó su vida con dolor ocasional. En junio de 2019, el dolor volvió a aumentar y no podía levantar ni medio kilo de verduras. Su médico le aplicó una inyección que le proporcionó algo de alivio, pero solo fue temporal ya que el dolor reapareció en noviembre de 2019. Decidió tomar un tratamiento a base de hierbas de un curandero tradicional, esto pareció funcionar. Durante el encierro de Covid-19, como tenía dificultades para desplazarse, no pudo continuar con este tratamiento y el dolor se extendió al hombro derecho, el cuello y parte de la parte superior de la espalda, tenía dificultad para doblar el cuello. El 9 de agosto de 2021, se despertó con un dolor insoportable y planeó visitar a su médico. El mismo día recibió Immunity Booster (IB) de su hermano que acababa de calificar como AVP: ella tomó una dosis esa noche. ¡A la mañana siguiente, milagrosamente su dolor desapareció por completo! El 15 de septiembre de 2021 recibió de su hermano el siguiente

CC12.1 Adult tonic + CC20.1 SMJ tonic + CC20.2 SMJ pain + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.7 Fractures...BD

También continuó tomando *IB* en *OD*. Después de una semana, pudo llevar una bolsa de verduras de 5-6 kg y después de dos semanas, una bolsa de 25 kg. Podía realizar todas las tareas del hogar sin dificultad. A partir del 15 de octubre, la dosis se redujo gradualmente a *OW* durante el mes siguiente. A partir de diciembre de 2021, continúa con la dosis de mantenimiento de *OW*, también *IB* en *OD*; ella está absolutamente bien sin dolor.

9. Infestación de ácaros en el agua 12051...India Muchos habitantes de un pequeño pueblo habían estado sufriendo de picazón severa y sarpullido en todo el cuerpo durante casi un mes. Descubrieron que el agua de los 41 tanques (40 tanques domésticos individuales + un tanque común) en su aldea estaba descolorida y tenía infestación de ácaros. Uno de los principales aldeanos se puso en contacto con el practicante, quien le dio el siguiente remedio el 17 de julio de 2021:

NM36 War + NM101 Skin-H + NM102 Skin Itch + SM2 Divine Protection + SM41 Uplift + SR272

Arsen Alb 30C + SR293 Gunpowder + SR311 Rhus Tox 200C + SR497 Histamine...TDS para uso oral y en vibhuti para mezclar en tanques ...2TW

41 aldeanos usaron el remedio por vía oral. En 20 días, todos los niños y personas de mediana edad del grupo estaban totalmente libres de todos los síntomas y los ancianos tardaron otros 10 días en mejorar al 100%. Se aconsejó a los aldeanos que continuaran con el remedio oral en **OD** como dosis de mantenimiento.

Primero se mezcló un pequeño paquete de remedio en vibhuti con un litro de agua y luego se agregó esta solución al tanque y se agitó con un palo de madera. Este método se siguió consistentemente dos veces por semana en los 41 tanques durante cuatro semanas. ¡Algunos tanques se liberaron de la infestación en una semana y otros en un período de 10 días, según el grado de infestación y el agua ahora era segura para usar! Se les aconsejó tratar los tanques una vez por semana. Por cierto, esta agua se usaba para todo menos para beber. ¡Durante todo el mes de tratamiento, continuaron usando el agua infestada sin filtrar! Ganaron tanta confianza en la vibriónica que ni siquiera buscaron la ayuda de las autoridades locales del agua para el futuro tratamiento de su agua.

Testimonio de pobladores: Estamos muy contentos de informarles que con su orientación se administró el medicamento vibriónico para la piel debido a la infestación de ácaros a 11 niños, 13 jóvenes y 17 ancianos. Como le solicitamos que envíe esto según nuestros requisitos, esto ha funcionado especialmente bien para nosotros. Diariamente lo hemos tomado dos veces durante 2 semanas y estamos felices de haber estado 100% curados en 20 días. Usamos el remedio en 40 tanques de acuerdo con sus instrucciones dos veces por semana. Incluso analizamos el agua y la encontramos completamente purificada y utilizable. Le solicitamos que proporcione lo mismo para otras condiciones también, ya que hemos desarrollado la máxima confianza en este medicamento.

Enlace al video testimonio de los aldeanos: https://photos.app.goo.gl/vfYrTwY8v9octcr87

Si usa la caja de 108CC, dé: **CC21.1 Tónico para la piel + CC21.10 Psoriasis + CC21.11 Heridas y abrasiones** ;

Nota del editor: la adición de **NM103 Stings & Bites** o **CC21.4 Stings & Bites** podría haber generado una respuesta más rápida.

10. Rejuvenecimiento de la planta Brahma Kamalam ^{11615...India} La anciana cuñada de la practicante, una gran amante de las plantas, había plantado una Brahma kamalam* (Saussurea obvallata) hace cinco años. Aparentemente, estaba creciendo, ¡pero ni una sola flor había florecido! Había experimentado los beneficios de la vibriónica para su estreñimiento y nuevamente durante la pandemia de Covid-19. Tan pronto como supo que la vibriónica también puede beneficiar a las plantas, inmediatamente solicitó un remedio para el rejuvenecimiento de su planta. El siguiente remedio se dio el **15 de julio de 2020** :

CC1.1 Animal tonic + CC1.2 Plant tonic...OD en agua

El 15 de septiembre compartió con gran alegría que había florecido una gran flor (ver foto). Continuó el remedio sin faltar ni un solo día. Tres flores más florecieron en la primera semana de noviembre. Descontinuó el agua vibro a partir de abril de 2021 porque estaba fuera de temporada para la floración. ¡Durante la próxima temporada, cinco flores florecieron en julio de 2021 (ver foto), seguidas de





5 Sep 2021

15 Sep 2020 10 July 2021

*Esta planta, una hierba medicinal llamada el rey de las flores del Himalaya, se ofrece en los santuarios más

necesitaba volver a usar el

15 en agosto y 18 en septiembre (ver foto)! ¡Su planta favorita había rejuvenecido y no

remedio! A partir de noviembre de 2021, la planta continúa floreciendo.

sagrados de Badrinath y Kedarnath.

11. Menstruaciones frecuentes y dolorosas ¹¹⁶²⁴...lndia Un ama de casa de 34 años había estado sufriendo de menstruaciones frecuentes y dolorosas desde su primer parto en junio de 2012. Su ciclo mensual se redujo a 15-18 días y el sangrado duraba de 4 a 5 días. Después del nacimiento de su segundo hijo en noviembre de 2017, también comenzó a tener un dolor intenso en la espalda y las piernas que comenzaba de 4 a 5 días antes de la menstruación y continuaba durante todo el período. Esto iba acompañado de entumecimiento en la parte inferior del abdomen, no podía defecar durante los períodos y esto le dificultaba realizar las tareas del hogar. Además, solo podía comer frutas y tomar jugos. No consultó a un médico y no estaba tomando ningún medicamento. El **5 de abril de 2021**, se le entregó:

Para la menstruación:

#1. CC8.4 Ovaries & Uterus + CC8.7 Menses frequent + CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

Para la digestión:

#2. CC4.1 Digestion tonic + CC4.4 Constipation + CC12.1 Adult tonic...TDS

El día que empezó a tomar el remedio resultó ser el quinto día de su ciclo. Su siguiente período llegó el día 21 y observó una mejora del 20 % en el dolor y entumecimiento premenstrual de la espalda y las piernas, y un alivio del 100 % del estreñimiento durante los períodos. El 20 de julio informó que sus períodos se habían regularizado (ciclo de 26-27 días) y había un 100% de alivio en todos sus síntomas premenstruales desde el mes de mayo. Además, su ingesta de alimentos durante los períodos ha sido normal.

El 15 de agosto, la dosis tanto del n.º 1 como del n.º 2 se redujo a **BD**, que continuó hasta mediados de octubre antes de detenerse. A partir de diciembre de 2021, está bien sin recurrencia de ninguno de los síntomas. El practicante está en contacto regular con la paciente y la seguirá monitoreando por un año más.

12. Falta de confianza en sí misma ^{03852...Sudáfrica} Una niña introvertida de 13 años que carecía de confianza en sí misma tenía miedo de hablar incluso con su propia familia y amigos desde que tenía 3 años. También encontró que los exámenes en la escuela eran muy estresantes. La tía de la niña la llevó al médico que le dio el siguiente remedio el **3 de agosto de 2021:**

CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC17.3 Brain & Memory tonic...TDS

Un mes después, el 5 de septiembre, la practicante estaba encantada de saber de la madre de la niña sobre su transformación completa, lea su testimonio a continuación. El remedio se continuó en **TDS** hasta que completó sus exámenes en noviembre, después de lo cual se redujo a la dosis de mantenimiento de **OD**.

Testimonio de la madre del paciente

"Ashreya siempre ha sido una persona introvertida que estaba feliz de seguir la corriente y prefería dar un paso atrás y mirar y escuchar a los demás sin contribuir a menos que fuera absolutamente necesario. Le resultaba difícil hablar frente a una multitud, incluso si se trataba de familiares y amigos: sus manos se ponían sudorosas y tenía gotas de sudor en la frente. Era testaruda, pero prefería guardarse sus opiniones. Todo eso cambió desde que comenzó a tomar vibriónica para aumentar sus niveles de confianza.

Desde entonces, se ha convertido en una joven segura de sí misma, que ahora participa en debates saludables sobre diversos temas. Ashreya tampoco tiene tanto miedo como antes de hablar y dejar que se escuche su voz, especialmente si es algo que le apasiona. Sus maestros, amigos y familiares también han notado que definitivamente "ha salido de su caparazón". Nuestra pequeña se ha convertido en una joven hermosa y segura de sí misma que ahora realmente cree que el mundo es suyo para asumirlo. Gracias Swami por introducirnos a la vibriónica."

☞ Rincón de respuestas ∞

Q1. Mientras leo el boletín, encuentro algunos casos sorprendentes de sanación. Me preguntaba si hay algo de arte para obtener resultados tan fantásticos.

R. Hay muchos aspectos para una curación exitosa. En primer lugar, es muy importante dispensar la vibración correcta (una que coincida con la frecuencia de la enfermedad). No hace falta decir que se deben cumplir las dosis y precauciones prescritas. Otros factores determinantes que crean energía

positiva y desencadenan el proceso de curación son: la pureza del practicante en general, su conexión con lo Divino durante la consulta, su empatía por la condición del paciente y su amor por el prójimo. Cuando el paciente se llena de confianza y esperanza de recuperación por este tratamiento, se acelera el proceso de curación. La fe del paciente en vibriónica, su confianza en el practicante y su propia pureza también son factores que contribuyen a producir resultados positivos.

Q2. Entiendo que un remedio no debe entrar en contacto con ningún metal (una excepción mencionada en un boletín es la plata o el cobre puros). Observé que la botella utilizada para rociar el remedio con aqua contiene un resorte de metal que entra en contacto con el remedio. ¿Reducirá la eficacia de las vibraciones o está bien que las plantas, aunque tengan vida, no tengan una mente como los humanos?

R. Hemos encontrado por experiencia que un remedio rociado usando una botella de este tipo ha sido efectivo siempre. Esto puede deberse a que el remedio rociado entra en contacto con el resorte de metal por un tiempo muy corto y, por lo tanto, no se neutraliza.

Q3. ¿Es recomendable envolver el bote del remedio en papel de aluminio al enviarlo por correo?

R. En los últimos años ha habido un aumento exponencial en la cantidad de torres móviles y otros equipos electrónicos que emiten radiación poderosa. En vista de esto, la respuesta a una pregunta similar dada en el volumen 9 # 6 necesita ser revisada. Es aconsejable envolver con cuidado el frasco del remedio en papel de aluminio fuerte y fresco para minimizar el riesgo de exposición a la radiación durante el tránsito. Incluso si la lámina parece intacta, nunca la reutilice, ya que puede haber microagujeros en la lámina invisibles a simple vista que dejarán pasar la radiación. Lo mejor es mantener los remedios a una distancia mínima de 30 cm (12 pulgadas) de las fuentes de radiación.

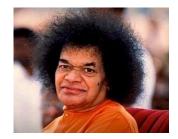
Q4. Generalmente dispensamos remedios en botellas de plástico de 5 ml. Como la mayoría de mis pacientes viven lejos, ¿puedo enviar los remedios por correo en frascos más grandes?

R. Es comprensible que desee enviar botellas más grandes y también es reconfortante para los pacientes que tengan suficiente suministro. Pero lo mismo se puede lograr enviando dos botellas de 5 ml. La ventaja de enviar dos botellas es que el paciente puede guardar la segunda botella lejos de fuentes de radiación en caso de que la botella en uso se exponga a la radiación. Solo si a un paciente le resulta difícil manejar una botella más pequeña, por ejemplo, una persona mayor, puede enviar una botella más grande.

P5. ¿Son las potencias vibriónicas diferentes de las potencias homeopáticas?

R. Las potencias de Vibriónica se basan en potencias homeopáticas y, por lo tanto, son similares y funcionan de manera similar, pero los remedios se fabrican de manera diferente. Los remedios homeopáticos se elaboran tradicionalmente a partir de una sustancia madre, utilizando el método de dilución y sucusión, por lo que es probable que aquellos en potencias por debajo de 12C contengan trazas de la sustancia original. Por otro lado, los remedios vibriónicos se preparan en una máquina potenciadora en la que solo se infunden vibraciones sutiles en un medio de curación; por lo que estos no contienen sustancia física alguna.

ඏ Palabras Divinas del Maestro Sanador හ



La salud no depende de la medicina: las buenas palabras, los buenos modales, la buena vista, los buenos pensamientos son esenciales. ¿Qué pueden hacer incluso las medicinas poderosas o costosas si

uno está enfermo con malos pensamientos y malos sentimientos? Por otro lado, la vida virtuosa, los pensamientos benéficos, los ideales elevados y la conducta recta pueden conferir no solo salud, sino lo que es aún más precioso, *Atmananda*, la Conciencia Extática de la Realidad misma.

...Sathya Sai Baba, "La joya en la caja fuerte de hierro", Discurso divino, 20 de noviembre de 1982 https://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume15/sss15-54.pdf

La vida en Prasanthi Nilayam debe profundizar la fe en el camino del seva hacia la salvación. Es la actitud lo que importa. El artículo de servicio en particular puede ser pequeño. Es posible que no tenga la oportunidad de participar en algún esquema gigantesco de servicio a través del cual se pueden beneficiar millones; puedes levantar un cordero cojo sobre un montante, o llevar a un niño ciego a través de una calle transitada. Eso también es un acto de adoración.

...Sathya Sai Baba "Una flor a Sus pies" Discurso Divino 4 de marzo de 1970 https://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume10/sss10-06.pdf

Anuncios

Próximos talleres*

- **EE . UU** .: Se anunciará el Taller **virtual** AVP 2022, comuníquese con Susan en Saivibrionics.usa.can@gmail.com
- India Puttaparthi : taller de AP en curso Telugu del 30 de diciembre de 2021 al 1 de enero de 2022 , comuníquese con Padma en trainer-cc@in.vibrionics.org o por teléfono al 8329-848 898
- India Puttaparthi: Taller SVP del 3 al 7 de marzo de 2022** comuníquese con Hem al 99sairam@vibrionics.org
- * Todos los Talleres AP, AVP y SVP son solo para aquellos que han realizado el proceso de admisión y el curso electrónico. Los seminarios de actualización son para profesionales existentes.
- ** Sujeto a cambios

ശ Agregados ഉ

1. Consejos de salud

Promueva la salud con legumbres en la dieta

Satisfacer los antojos de la lengua y tragar alimentos pesados tres o cuatro veces al día solo puede contribuir al montón. Las ingestas regulares y limitadas por sí solas pueden permitir que una persona cumpla con sus deberes... Sathya Sai Baba¹

1. ¿Qué son las legumbres?

Las legumbres son semillas comestibles que crecen en vainas que son frutos de plantas leguminosas con múltiples semillas que se cosechan únicamente como granos secos, a diferencia de los cultivos de hortalizas. Incluyen una variedad de lentejas, guisantes y frijoles secos. Los cultivos de legumbres usan menos agua que otros cultivos, ayudan a minimizar los gases de efecto invernadero y mejoran la salud del suelo. ²⁻³

2. Beneficios, uso y almacenamiento de legumbres

Beneficios: Las legumbres son una fuente baja en grasa de proteína de origen vegetal esencial para la función celular y el crecimiento muscular. Su contenido proteico es el doble que el del trigo o la quinua y el triple que el del arroz; hay *aproximadamente 9 g de proteína en una ración, es decir, media taza de legumbres cocidas*. También contienen carbohidratos complejos, tienen un índice glucémico bajo (1/3 de la carga glucémica del arroz) y son ricos en fibra (cuatro veces



más que el arroz integral), antioxidantes, ácido fólico, aminoácidos esenciales, vitaminas y minerales. En consecuencia, pueden reducir el riesgo de enfermedades cardíacas y diabetes tipo 2, mejorar la salud intestinal y la visión, mantener el peso, fortalecer los huesos, promover la salud de la piel y mejorar la inmunidad. Las legumbres deben ser una parte vital de cualquier dieta vegetariana. ³⁻⁸

Uso: Remójelos durante la noche, más tiempo en el caso de guisantes y frijoles secos. En el proceso, las legumbres vuelven a la vida, sus enzimas se activan y los antinutrientes se descomponen para ayudar a una mejor digestión y absorción de nutrientes. Se pueden germinar para mejorar su biodisponibilidad. (*Consulte el volumen 9 #5 para el artículo sobre brotes*). Las lentejas, los guisantes y los frijoles, cuando se cocinan con algunas especias, son los favoritos en las comidas indias. Los platos dulces y salados también se elaboran con harina de lentejas y garbanzos. ^{3,4,8,9}

Precaución: una cantidad excesiva de proteínas en la dieta puede conducir a la proliferación celular que afecta el corazón, los riñones y el hígado con riesgos potenciales de cáncer. 10,11

Almacenamiento: Las legumbres tienen una vida útil prolongada y deben mantenerse alejadas del calor, la luz y la humedad en recipientes herméticos. Se pueden poner algunos trozos de pimienta negra, guindillas rojas, clavo de olor, neem u hojas de laurel para prevenir bichos e insectos, especialmente en la temporada del monzón; las legumbres orgánicas atraen insectos fácilmente. ^{12,13} (también refiérase al vol. 12 #5, para el almacenamiento de granos bajo el artículo de Salud)

3. Variedad de lentejas/dallas:

Están disponibles enteras, partidas con la piel puesta y partidas sin la piel. Las lentejas son variadas en color y textura con menos fitatos antinutrientes que los frijoles. Ayudan a alcalinizar el cuerpo y equilibrar el nivel de pH. Con un alto contenido de folato, manganeso, hierro y fósforo, una taza de lentejas cocidas puede satisfacer el 90 % de nuestras necesidades diarias de folato y el 37 % del hierro necesario en un día. 6,14,15

- **3.1 Gramo de caballo (Kulthi)**: Conocido como un pulso milagroso, generalmente se alimenta a los caballos de carrera, es muy rico en proteínas y puede curar una variedad de enfermedades como el resfriado común, infección de garganta, fiebre, asma, bronquitis, enfermedades del corazón, ictericia, ciclos menstruales irregulares, cálculos urinarios y leucoderma. En algunas partes de la India se utiliza para prevenir la desnutrición. Al tener el mayor contenido de calcio entre las legumbres, es excelente para los huesos. Su sopa es ideal para un frío día de invierno para dar calorcito; el exceso de calor generado por él en el cuerpo se puede equilibrar tomando gramo verde germinado o jugo de calabaza de ceniza para enfriar el sistema. ^{16,17}
- **3.2 Lentejas (Masoor): Las de color** marrón con un suave sabor a tierra son ideales para sopas y guisos, se ablandan al cocinarlas; se vuelven blandas cuando se cocinan demasiado. Los verdes con un sabor más picante, crujiente y a nuez son ideales para ensaladas después de la germinación. La variedad roja suave es la más común. *La pasta de lentejas cuando se aplica facilita la cicatrización rápida de las heridas*. ^{14,15,18}

- **3.3 Frijol mungo/gramo verde: el** mungo entero es ideal para germinar y consumir crudo, al vapor o cocido. Split Mung sin piel es de color amarillo pálido y se usa con arroz en un plato llamado "Khichdi", popular en las cocinas del sur de Asia, considerado fácil de digerir y bueno para los niños, los ancianos y los pacientes convalecientes. **Los frijoles polilla (Matki)** son pequeñas lentejas oblongas de color marrón similares al mung en apariencia, beneficios y uso. ^{19,20}
- **3.4 Gandules (Toor/Arhar)**: De color amarillo, se utiliza mucho en la India para hacer un plato llamado sambar con verduras y extracto de tamarindo, que se come en combinación con arroz en una comida o con crepes salados. Esta lenteja densa en nutrientes puede satisfacer la demanda diaria de hierro y calcio; también considerado como una increíble fuente de ácido fólico esencial para el crecimiento fetal y para prevenir defectos de nacimiento del recién nacido. *La pasta de lentejas puede ayudar a controlar la hinchazón y la calvicie y las hojas de lentejas pueden curar heridas*. ^{21,22}
- **3,5 gramo negro (urad):** en India, se usa para hacer una variedad de refrigerios populares como idli, dosa, vada, kachori y para templar platos salados. El gramo negro entero cocinado con especias llamadas maah ki dal se considera un manjar nutritivo. Además de los nutrientes que se encuentran en las legumbres, tiene un alto contenido de ácidos grasos omega-3 y fósforo, esenciales para los huesos y los dientes. Un paquete de salud perfecto, especialmente para hombres y mujeres en edad reproductiva, también puede curar hemorroides y cólicos, estimular el hígado y prevenir la desnutrición y la formación de placa en las arterias. ²³⁻²⁵

Aplicación externa: la pasta de urad empapado se usa para promover la salud de la piel, tratar el acné, el bronceado, las quemaduras solares y las manchas en la piel. El urad hervido y machacado con aceite de coco se puede aplicar sobre el cabello para contener la caída del cabello, tratar la caspa y promover el crecimiento del cabello. El mismo cuando se ata en un paño y se aplica con aceite de sésamo en la parte afectada, puede aliviar el dolor en las articulaciones. ^{23,25}

Precaución: Aunque es un laxante, un diurético y un limpiador, el alto consumo de urad puede aumentar los niveles de ácido úrico; las personas con cálculos renales, biliares y gota deben tener cuidado. ²³

4. Guisantes y frijoles nutritivos

4.1 Garbanzos/Garbanzos (Kabuli chana) y gramo de Bengala (Kaala chana): Deben remojarse durante un mínimo de 12 a 24 horas para acortar el tiempo de cocción y hacerlos digeribles. Previenen la anemia, aumentan el nivel de energía y son especialmente saludables para los niños en crecimiento. Los garbanzos partidos (chana dal) con beneficios similares son más fáciles de cocinar. ^{19,26-28}

Otros usos: las mascarillas faciales de harina de garbanzos son una receta comprobada para limpiar los poros obstruidos y mantener la piel flexible. El líquido de los garbanzos enlatados o cocidos funciona como un buen aglutinante y un sustituto de huevo sin sabor en las recetas. Los garbanzos tostados y molidos se pueden usar como una alternativa al café sin cafeína. ²⁶⁻²⁸

- **4.2 Frijoles rojos (Rajma):** Estos frijoles en forma de riñón ricos en nutrientes normalmente se comen con arroz o maíz, especialmente la variedad roja más común. Un refuerzo para la salud, los frijoles rojos están solo después del gramo negro en contenido de ácidos grasos omega-3. ²⁴ Deben remojarse durante 12 a 24 horas, desechar el líquido y enjuagar los frijoles varias veces y cocinarlos hasta que estén tiernos. De esta manera, las toxinas dañinas para el hígado que se encuentran naturalmente en los frijoles crudos se eliminan o se vuelven inactivas. Hay una variedad fascinante de frijoles con beneficios similares, como frijoles blancos, frijoles negros, frijoles borlotti, frijoles blancos (los mejores para prevenir la osteoporosis), frijoles pintos, frijoles adzuki, habas, habas, frijoles cannellini, frijoles flageolet, fava /habas (ideal para ser madre y puede ayudar con la enfermedad de Parkinson y la función motora), y la alfalfa, si germinada, reduce el riesgo de cáncer de mama. ^{3,6,29,30}
- **4.3 Soja**: Es un frijol rico en proteínas muy debatido; se puede optar por soja orgánica, no transgénica, fermentada y mínimamente procesada. La mejor manera de consumirlo es en su forma fermentada como el misoempeh y el natto, ricos en probióticos y vitamina K, estos apoyan el corazón, los huesos y la salud e inmunidad en general, y alivian los trastornos del sueño. 31,32
- **4.4 Frijoles de carilla/caupí (Lobia):** Es un frijol alto en folato con vitamina A y K. Se considera insípido y puede comerse como brotes o cocinarse con cebolla, tomate y especias para realzar el sabor; no causa mucha flatulencia asociada con frijoles. ³³ **Precaución**: Considerado como un alérgeno común y, a menudo, modificado genéticamente, un mayor consumo puede causar un desequilibrio hormonal en los hombres. ³³

5. Consejos para un uso inteligente de las legumbres

- Lave bien antes de usar. Al comprar, verifique la frescura y si es un producto orgánico o libre de pesticidas. Compre en la pequeña cantidad necesaria para que se pruebe la calidad y la vida útil.
- Combine las legumbres ricas en proteínas y ricas en fibra con cereales para una dieta equilibrada. No dependa de una variedad por preferencia o conveniencia; gírelos y mezcle también las lentejas y los guisantes/frijoles. Mejore la absorción combinando legumbres con vitamina C, por ejemplo, jugo de limón fresco.
- No cocine las legumbres a menos que las remoje durante algunas horas y las enjuague bien, para una mejor nutrición. Algunas legumbres pueden brotar con cuidado e incluirse crudas en ensaladas, excepto los frijoles. ²⁹ Para un beneficio óptimo, coma una mezcla de brotes y legumbres cocidas. Cocínelos bien asimilados con algunas especias para facilitar la digestión; cocinar demasiado o freír a altas temperaturas puede afectar la calidad de los nutrientes; El ácido graso omega-3, que se encuentra solo en algunas lentejas y frijoles, puede descomponerse y perderse durante el sobrecalentamiento o la fritura. ^{3,7,29,34-}
- Sea moderado en la ingesta de legumbres y beba suficiente agua, especialmente media hora antes de cada comida para prevenir gases, calambres abdominales y distensión abdominal. Uno puede optar por desechar el agua de cocción de los frijoles para minimizar el gas, pero los minerales se perderán. 14,34
- **Puede aplicar pasta de lentejas** para la salud de la piel y el cabello, y para curar heridas y aliviar la inflamación y los dolores articulares (ver 3.2, 3.4, 3.5 y 4.1).

Referencias y enlaces

- 1. https://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume15/sss15-54.pdf
- 2. Qué son las legumbres: https://pulses.org/what-are-pulses
- 3. ¿Por qué comer legumbres?: https://www.nhs.uk/live-well/eat-well/beans-and-pulses-nutrition/
- 4. Superalimento infravalorado: https://draxe.com/nutrition/pulses/
- 5. Beneficios de las legumbres: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25061763/
- 6. https://draxe.com/nutrition/what-are-legumes/
- 7. Beneficios con precaución: https://www.usapulses.org/consumers/nutritious
- 8. Dieta equilibrada de legumbres y cereales : https://www.fao.org/3/i5388e/i5388e.pdf
- 9. Germinación de legumbres : https://food.ndtv.com/food-drinks/6-benefits-of-sprouting-and-the-right-way-to-do-it-1691887
- Riesgos de la proteína alta: ayuno para sobrevivir por el cardiólogo Dr. Jamnadas https://www.youtube.com/watch?v=RuOvn4UgznU
- 11. RDA para ingesta de proteínas y precaución : https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26797090/#
- 12. Almacenamiento: https://www.indiastudychannel.com/experts/38166-How-to-keep-grains-safe-from-bugs-for-long-storage
- 13. https://www.indiastudychannel.com/experts/46530-how-to-store-grains-and-legs-in-a-safe-manner
- 14. Lentejas: https://www.medicalnewstoday.com/articles/297638#diet
- 15. https://draxe.com/nutrition/lentils-nutrition/
- 16. Gramo de caballo/pulso milagroso : https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4397296/
- 17. Equilibrio de los beneficios del gramo de caballo: https://isha.sadhguru.org/in/en/blog/article/horse-gram-benefits-nutrition-recipes
- 18. Lentejas coloridas (Masoor): https://www.1mg.com/ayurveda/masoor-dal-239
- 19. Frijoles mungo: https://draxe.com/nutrition/mung-beans-nutrition/
- 20. Frijol polilla /Matki: https://www.netmeds.com/health-library/post/matki-moth-bean-health-benefits-nutrition-and-recipes
- 21. Gandules/Toor dal: https://www.netmeds.com/health-library/post/toor-arhar-dal-5-nutritional-reasons-on-why-you-should-eat-this-protein-rich-leguminosas diariamente
- 22. https://www.1mg.com/ayurveda/toor-dal-207
- 23. Beneficios de Black gram/urad dal : https://www.netmeds.com/health-library/post/black-gram-nutrition-therapeutic-benefits-uses-for-skin-and-hair
- 24. Omega-3 en gramo negro entero: https://www.anuradhasridharan.com/2019/12/omega-3-fats-plant-based-sources-ALA.html
- 25. Aplicación externa https://www.1mg.com/ayurveda/urad-dal-152
- 26. Garbanzos : https://draxe.com/nutrition/chickpeas-nutrition/
- 27. https://www.netmeds.com/health-library/post/kala-chana-health-benefits-nutritional-profile-uses-for-skin-hair-recipes
- 28. https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/food-features/chickpeas-garbanzo-beans/
- 29. Frijoles/Rajma: https://draxe.com/nutrition/kidney-beans-nutrition/
- 30. https://draxe.com/nutrition/10-mejores-legumbres-para-comer/
- 31. Soja: https://draxe.com/nutrition/natto/
- 32. Beneficios de la soja: https://www.lybrate.com/topic/benefits-of-soybean-and-its-side-effects
- 33. Guisantes de ojo negro/ Lobia: https://draxe.com/nutrition/black-eyed-pea-benefits/
- 34. Cómo cocinar frijoles para obtener el máximo beneficio: https://www.youtube.com/watch?v=bY7of8J2s7q
- 35. Omega-3 no se pierde al cocinar: https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/2007/06/19/ask-the-expert-omega-3-fatty-acids/
- 36. Las altas temperaturas pueden descomponer el Omega-3: https://omega3innovations.com/blog/does-frying-baking-and-canning-fish-affect-the-omega-3-content/

2. Taller virtual de AVP, del 2 al 20 de noviembre, seguido de un taller presencial del 24 al 26 de noviembre de 2021, Puttaparthi





Fue con mov edor que el

lote del taller de AVP en noviembre tuviera una representación mundial: los 7 AVP que calificaron eran de Dubai, Francia, Sudáfrica, Rumania e India. Por primera vez durante el curso electrónico integrado de 10 semanas, los candidatos tuvieron interacciones individuales semanales con

sus respectivos profesores del curso electrónico y las evaluaciones por capítulos se realizaron virtualmente bajo supervisión. Esto les dio mayor claridad sobre el tema y pudieron interactuar de manera más productiva durante el taller que trataba sobre los aspectos prácticos del diagnóstico de los problemas de los pacientes, la identificación de combos apropiados utilizando el libro 108CC y la presentación de un registro de paciente adecuado. Las dos sesiones sobre anatomía cubrieron los síntomas de los principales

enfermedades y los cambios de estilo de vida necesarios, explicados por uno de nuestros practicantes de vibriónica médicamente calificados. Después de una clínica en vivo el 24 de noviembre, los AVP



calificados prestaron juramento ante Swami, prepararon sus kits de bienestar e hicieron remedios para los pacientes con su propia caja de 108 CC recién cargada. En su discurso de despedida, el Dr. Aggarwal explicó cómo funciona la vibriónica, cómo cada enfermedad tiene su propia frecuencia y si esto coincide exactamente con la vibración del remedio, la enfermedad simplemente puede desaparecer. No necesitamos saber el nombre de una enfermedad; los síntomas y la causa probable, si se conocen, son suficientes para mostrar el camino. Solo porque una enfermedad es crónica, su curación no necesita mucho

tiempo; los resultados a veces pueden ser muy rápidos, incluso instantáneos. El enfoque, la dedicación y la devoción del practicante y los pensamientos positivos tanto del paciente como del practicante juegan un papel crucial en la curación. ¡Debemos trabajar más desde el corazón que desde la cabeza y actuar con un sentido de rendición al Divino Sanador que sabe lo que es mejor para el paciente!

3. Taller AP Hindi, 16-18 de diciembre de 2021 Puttaparthi

Como parte de nuestro impulso para llegar a las comunidades rurales y remotas, hemos iniciado un







proyecto piloto para brindar capacitación en vibriónica en lenguas vernáculas. El primer taller de este tipo se llevó a cabo en hindi para siete candidatos de las regiones norte y este de

la India. El entusiasmo de los participantes fue notable; demostraron una gran pasión por prestar servicio en sus países de origen, donde no se dispone fácilmente de instalaciones médicas. ¡Es realmente

alentador que la mayoría de ellos comenzaran su seva con gran entusiasmo el mismo día en que calificaron!

4. Campamento anual en Puttaparthi 21-23 de noviembre de 2021

Por decimotercer año consecutivo, el practicante 01228 organizó el campamento de salud anual (ver fotos) en la





estación de tren de Prashanti Nilayam como ofrenda de cumpleaños a Bhagavan. Este año, seis entusiastas practicantes unieron sus manos para servir a los devotos que llegaban a la estación. Como resultado de la pandemia, el número de beneficiarios fue terriblemente bajo el año pasado. Sin embargo, este año se les dieron remedios

vibriónicos a 419 pacientes alentadores. Cinco de los practicantes estaban participando en el campamento por primera vez y encontraron la experiencia muy agradable y satisfactoria. Varios pacientes que no sabían nada sobre vibriónica mostraron gran interés y muchos tomaron remedios para sus familias y los detalles de contacto de los practicantes locales para su uso futuro. Se siguieron estrictamente las pautas para el comportamiento apropiado de Covid.

5. Anécdota inspiradora

Milagro del remedio IB 18004...India

Un practicante en su camino de regreso a casa desde Puttaparthi después de calificar como **AP** experimentó un milagro que le confirmó la eficacia y el poder de la vibriónica. Le ofreció a un compañero de viaje que lo llevara de camino a su ciudad natal (Kalimpong) al llegar al aeropuerto de Bagdogra. Unos minutos más tarde, este hombre fue golpeado repentinamente por algún tipo de ataque. Su cuerpo se enfrió y su lado derecho quedó entumecido e inmóvil. El practicante no sabía qué hacer. Como quedaban dos pastillas en su botella de *IB*, puso una pastilla en la boca del paciente y cerró los ojos por un minuto para orar fervientemente a Swami. Cuando abrió los ojos, apenas podía creer lo que veía. El hombre estaba totalmente bien: su cuerpo estaba caliente nuevamente y podía mover su lado derecho. Sorprendido por su propia recuperación repentina, el hombre le preguntó al practicante si le había dado una píldora mágica. Entonces el hombre le explicó al practicante que se dirigía al hospital local para llevarse el cadáver de su hermano a casa. El hombre sufrió un ataque similar justo antes de abordar su vuelo desde Bangalore. Un compañero de viaje se masajeó las partes del cuerpo afectadas durante una hora, lo que le proporcionó cierto alivio y le permitió tomar el vuelo. El hombre prometió regresar pronto con el practicante para recibir tratamiento, habiendo experimentado el poder de la vibriónica de una manera tan milagrosa.

6. En memoria

Sri Narasimha Rao Yalamati ^{01456...India} de Hyderabad ha estado practicando vibriónica desde 2002, dirigiendo una clínica seis días a la semana desde su casa. Activo hasta el final, falleció sin ningún dolor o problema mientras dormía el 14 de octubre de 2021 a la edad de 77 años. Tanto su familia como la fraternidad vibriónica lo extrañarán mucho.

Sri Keshavrao Bangalkar 10300...India de Nagpur, Maharashtra, partió hacia su morada celestial el 25 de diciembre de 2020 a la edad de 85 años. Pertenecía al primer grupo de practicantes capacitados en Dharmakshetra en Mumbai. Prestó muchos años de servicio vibriónico mientras estuvo activo y esto lo reconocemos con gratitud.

Om Sai Ram

Sai Vibrionics ... hacia la excelencia en cuidado de la salud asequibles - gratis para los pacientes

17