

Boletín Sai Vibriónica

www.vibrionica.org

“Cada vez que ves a una persona enferma, desanimada, desconsolada o enferma, ahí está tu campo de seva”.

...Sri Sathya Sai Baba

Vol 14 Número 4

julio/agosto 2023

En este asunto

☞ Desde el escritorio del Dr. Jit K Aggarwal	1 - 2
☞ Perfiles de practicantes	2 - 45
☞ Historias de casos usando Combos	5 - 11
☞ Rincón de respuestas	11- 12
☞ Palabras Divinas del Maestro Sanador	12
☞ anuncios	12
☞ Agregados	12 - 18

☞ Desde el escritorio del Dr. Jit K Aggarwal ☞

Estimados practicantes

Tengo la bendición de escribirles en la víspera de la ocasión más auspiciosa de Guru Purnima. También es un hito para nuestro boletín Sai Vibrionics ya que estamos ofreciendo la 80^a edición a los pies de nuestro amado Swami. No ha sido una tarea fácil mantener el boletín informativo sin perder un solo plazo y agradecemos a todos los que están involucrados en su producción por su continuo esfuerzo y dedicación.

Nuestro Amoroso Señor Sai Baba dice: “¿ Cuál es el significado de Guru Purnima? Gurú es aquel que ilumina el camino a la divinidad. Purnima representa la fresca luz de la luna llena. La luna llena representa una mente con total iluminación y pureza. Incluso si hay un rastro de mancha en la mente, conducirá a la oscuridad. No puede darte felicidad total. ¡Encarnaciones del amor! Deja que tu mente se llene con el resplandor del amor divino... No puedes alcanzar a Dios con tu educación, poder y riqueza. Él es accesible por amor y sólo por amor. Solo puedes experimentarlo cuando desarrollas amor. Devoción significa amar a Dios de todo corazón ”...Sri Sathya Sai Speaks Vol 35:Ch13, Divine Discourse 24 de julio de 2002.

Con tanta violencia en aumento, las calamidades naturales alimentadas por el cambio climático y las épicas oleadas de enfermedades, el sufrimiento, la ansiedad y el miedo son rampantes en todo el mundo. No podría haber un momento más propicio que ahora para que los practicantes nos unamos y ofrezcamos nuestro amor en forma de servicio vibriónico desinteresado a nuestro eterno Guru Sai, quien está siempre presente en los corazones de todos aquellos a quienes servimos. Swami dice: “A través del sentido de unidad, la voluntad de sacrificarse y la dulzura de la compasión, se pueden obtener todos los objetos. Por lo tanto, la Organización Sai debe avanzar con gran entusiasmo en el campo del servicio a la sociedad... lo que un solo individuo no puede lograr, un grupo bien unido o una sociedad lo pueden lograr.” Sri Sathya Sai Speaks, Vol 15, 1981 – 82. De hecho, es este mismo mensaje de nuestro Señor que es la génesis del Instituto Vibriónico Sai para Investigación y Entrenamiento (SVIRT). Su objetivo principal es capacitar, desarrollar y enriquecer nuestra base de practicantes. Es nuestro centro de mando central el que aprovechará el poder de la colaboración y aprovechará el efecto de red para aumentar el alcance de nuestra misión y llevar el amor divino en forma de vibraciones curativas a las masas.

Incidentalmente, la oficina de SVIRT en Puttaparthi ahora está operativa, donde además de la carga de cajas de 108CC y la distribución de material y literatura vibriónica, se lleva a cabo una clínica dos veces por semana. En un futuro cercano, planeamos realizar talleres desde las mismas instalaciones. Si algún practicante o alguien que usted conoce está planeando mudarse o visitar Parthi por un período prolongado en el futuro cercano y podría estar interesado en inscribirse para el seva administrativo en

SVIRT, envíenos un correo electrónico a admin@vibrionics.org. La transición de IASVP a SVIRT está en curso, salvo algunos contratiempos de procedimiento.

Puede parecer que me estoy repitiendo, pero no puedo enfatizar lo suficiente la importancia de las historias de casos en la sostenibilidad, el desarrollo y la mejora de SVIRT. Las maravillosas historias de casos que hemos estado recibiendo de practicantes nuevos y experimentados contribuyen en gran medida al enriquecimiento y crecimiento no solo de nuestros practicantes sino también de toda nuestra base de lectores. Las historias clínicas no solo son una ayuda didáctica para los médicos, sino que también brindan esperanza y aliento a los pacientes y lectores en general de muchas maneras. La redacción y presentación de historias de casos exitosos sigue siendo un desafío para muchos profesionales para quienes el inglés no es su primer idioma. Hemos ideado un plan para abordar este impedimento en serio. Estamos buscando voluntarios que puedan comunicarse con estos profesionales en su lengua vernácula, comprender sus casos en función de los registros de los pacientes y luego enviar los casos en inglés a nuestro equipo editorial, quien los perfeccionará aún más para su publicación. Hago un llamamiento a todos nuestros coordinadores regionales y nacionales para que tomen la iniciativa y encabecen esta iniciativa. Todos aquellos que deseen ser voluntarios en este esfuerzo pueden escribirnos a news@vibrionics.org.

Es muy alentador ver que hay muchas actividades grupales de vibriónica que se llevan a cabo regularmente en todo el mundo. De mención especial son nuestros practicantes de Kerala y el Reino Unido. La comunidad de profesionales en ambas áreas es extremadamente consistente en la coordinación y organización de reuniones regulares para una colaboración efectiva y mantener a todos motivados. Para obtener más detalles, consulte la sección Agregados de este número. ¡Esperamos que algunos de ustedes se sientan inspirados para emprender iniciativas similares!

Swami dice: “ *Ofrezcan servicio y reciban amor. Esta es la receta para experimentar la Divinidad.* ” Sri Sathya Sai Speaks, Vol 20 1987. Con motivo del Día de Guru Purnima, es mi oración sincera y sincera a Swami que todos los practicantes se comprometan a aumentar la colaboración y expandir sus actividades de servicio para llevar la vibriónica a mayores alturas.

En amoroso servicio a Sai

Jit K. Aggarwal

☞ Perfiles de practicantes ☜

Practicante ^{10760...India} tiene un título de posgrado en Gestión de Personal y Relaciones Industriales y ha



trabajado en el mundo corporativo durante 38 años en capacitación en ventas, marketing y habilidades blandas y ahora se jubiló en 2019. Oyó hablar de Sai Baba por primera vez en 1992 cuando acompañó su madre en su primera visita a Shirdi. Durante aarti en el templo, tuvo una experiencia electrizante, una profunda y misteriosa sensación de que había estado allí antes y casi se derrumba. Más tarde ese año, visitó Prashanti Nilayam y fue bendecido al recibir padnamaskar en su primera visita. A lo largo de los años, su fe ha tenido altibajos, pero los mensajes de Swami lo han guiado constantemente en forma de sueños y esto lo ha mantenido firmemente en el camino de Sai.

Desde 1996, el practicante ha estado involucrado activamente en varias actividades espirituales como el canto de bhajans, el canto de Veda y el servicio hospitalario. Ha estado dirigiendo voluntariamente sesiones de capacitación para los estudiantes de Swami en Whitefield, Anantapur y Puttaparthi desde 2007. Está estrechamente asociado con 'Catalyst', la iniciativa de 'capacitación, mejora de habilidades y ubicación' dirigida por el Instituto Sri Sathya Sai de Educación Superior. (SSSIHL) ex alumnos para posgraduados de las instituciones de Swami.

Buscando más oportunidades para hacer seva, se inscribió en el primer lote de entrenamiento vibro en Whitefield y se convirtió en AVP en octubre de 2008, comenzando con la caja **de 54CC**. Hizo más entrenamiento en 2009 y después de haber calificado como VP, trajo a casa una caja **de 108CC**. Sin embargo, el momento no resultó propicio para él. No pudo cultivar una mentalidad positiva hacia la vibriónica y comenzó a sentirse inadecuado. Una vez en 2013, experimentó un hermoso resultado con **CC1.2 Plant tonic**. Se lo dio a un colega para que tratara plantas casi muertas y, en pocos días, ¡estas no solo habían revivido sino que incluso habían florecido! A pesar de esta experiencia, sus colegas

permanecieron escépticos acerca de tomar vibro por sí mismos y este hecho solo alimentó su creciente apatía hacia la vibriónica.

Cuando un miembro de la familia no respondió al tratamiento, se desanimó y, al no tener un mentor que lo alentara, dejó de practicar por completo. Él regaló sus botellas y pastillas de repuesto a otros practicantes pero, para su sorpresa, por mucho que lo intentó, no pudo regalar las cajas **de 54CC y 108CC** - ningún practicante las tomó y ni siquiera se le permitió donarlas a su ¡Centro Sai donde los pacientes estaban siendo tratados por otros practicantes! Desconocido para él, su viaje con vibriónica aún no había terminado; de hecho, ¡todavía estaba por comenzar!

Se involucró activamente en Nithya Narayan Seva en el Kidwai Cancer Hospital y Sai Gitanjali (su Centro Sai en Bangalore), que alimentaba a 750-800 personas todos los días. Durante la pandemia, apoyó iniciativas como la creación de ayudas visuales por capítulos para Rama Katha Rasa Vahini, Bhagwat Vahini y Gita for Children y las transmitió a través de Whatsapp. Fue durante este tiempo, cuando COVID paralizó el mundo, que notó que los practicantes de vibro distribuían activamente cientos de botellas de **IB**, beneficiando a innumerables familias. Inspirado por su seva desinteresado y fervientemente alentado por practicantes experimentados, realizó un curso de actualización de AVP en julio de 2022 y reinició su práctica vibro, esta vez, con vigor, fe y enfoque renovados, apoyado por mentores motivadores.

En su segunda etapa como practicante de vibriónica, ha encontrado una gran cantidad de realización espiritual. Su fe en Sai Vibrionics se ha multiplicado y encuentra que sus oraciones por el bienestar de sus pacientes durante Brahma muhurta* (3.30 a 5.30 am) son muy efectivas.

El médico considera que **CC10.1 Emergencies + CC15.1 Mental & emocional tonic** es un remedio maravilloso para tratar el trauma que atraviesan los familiares de los pacientes. También ha experimentado excelentes resultados con **CC4.4 Constipation, CC4.10 Indigestion and Move Well - CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC20.5 Spin** Recuerda el caso de un hombre de 65 años que sufría de sibilancias severas durante un año. Le dio **CC12.1 Adult tonic + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic...TDS**. ¡En dos meses, los síntomas del paciente habían desaparecido! En otro caso, una mujer de 31 años acudió a él con esofagitis por reflujo, gastritis y dolor de estómago intenso que se repitió casi a diario durante más de dos años. Él le dio: **CC4.5 Ulcers+ CC4.8 Gastroenteritis + CC4.10 Indigestion + CC15.1 Mental & Emotional tonic** y en tres meses, todos los síntomas desaparecieron casi por completo. En enero de 2023, a una mujer de 67 años que sufría de callos con picazón, durante más de un año se le administró **CC21.3 Skin allergies + CC21.5 Dry Sores + CC21.6 Eczema** para tomar por vía oral y en aceite para aplicación externa. Obtuvo un alivio sustancial muy rápidamente. En todos estos casos, los pacientes informaron un factor de sentirse bien mientras tomaban remedios, por lo que se continúan.

Basado en su experiencia, dice que ningún médico debería quejarse de la escasez de pacientes. ¡Difunde la conciencia de vibro donde quiera que va y está constantemente asombrado por la forma en que las personas receptivas están tomando remedios vibriónicos! A menudo se le acercan completos extraños, referidos a él por pacientes que se beneficiaron de vibro. Desde el 22 de julio, el practicante es voluntario en el Kidwai Cancer Hospital, donde dispensa remedios a los seva dals y sus familias. Hace lo mismo los domingos en Sai Gitanjali mientras va allí para Narayana seva. Junto con las píldoras vibro, le resulta útil dar un folleto de vibriónica, una foto de Swami y un paquete de vibhuti.

Mientras disfruta plenamente de su práctica como conducto de sanación en el plan Divino, alienta a otros practicantes inactivos a tomar una hoja de su experiencia y una vez más saltar a esta maravillosa oportunidad de seva sin perder más tiempo.

*Tiempo sagrado antes del amanecer cuando nuestra energía vital se considera más fuerte. Durante este tiempo, uno puede experimentar una mayor sensación de claridad mental y conciencia espiritual, así como una mayor oportunidad de experimentar un despertar espiritual. La mente también se encuentra en un estado de mayor claridad, enfoque y atención.

Casos para compartir:

- [Menstruaciones dolorosas y prolongadas.](#)
- [Rinitis, espinillas](#)

+++++
Practicante ^{11117...India} Trabajó como profesora de inglés en Dehradun, India, durante 30 años hasta 2017. La enseñanza es su pasión y le encanta contar historias, hablar motivacionalmente, cantar bhajans y

hacer videos. Siempre ansiosa por aprender cosas nuevas, ha aprendido reiki que ofrece como seva y durante el último año ha estado escribiendo artículos sobre temas espirituales para su publicación.



se ha convertido en una ferviente devota de Sai que participa activamente en las actividades de la Organización Sai Seva: Balvikas, canto de bhajans, círculos de estudio, Narayan seva y visitas a hogares de ancianos. Se convirtió en la Coordinadora de Ladies Sevala de su estado Uttarakhand en 2018. En 2010, impulsada por su amor por probar cosas nuevas, asistió a un taller de vibrionica en Rishikesh. Aquí fue testigo de primera mano de la eficacia de **CC10.1 Emergencias cuando, con solo unas pocas dosis en el agua, se recuperó por completo de la fiebre y la debilidad extrema.** Completó con éxito su formación y se convirtió en AVP. Desde el principio, tuvo la suerte de tratar a decenas de pacientes con resultados notables. En

2012, completó el siguiente nivel de

su entrenamiento. para tratar decenas de pacientes con resultados notables. En 2012, completó el siguiente nivel de su formación.

La practicante ha tenido varias experiencias maravillosas que le gustaría compartir. Una vez se acercó a ella una mujer que había estado involucrada en un accidente. Los doctores en el hospital estaban tratando sus heridas pero no la hinchazón en su oído que notó el practicante. Le dio su **CC5.1 Ear tonic..** cada diez minutos durante una hora. En dos horas, el paciente estaba feliz de reportar un alivio significativo. Otro paciente con el oído externo hinchado y enrojecido con pus, cuya operación le recomendó anteriormente su médico, se curó casi por completo en 2 días, con **CC5.1 Ear tonic + CC 21.11 Wounds & abrasions** . En el caso de otra mujer que tenía dolor de garganta y úlceras en la boca que comenzaron recientemente, con remedios vibro, ambos síntomas casi desaparecieron de la noche a la mañana. Su propia curación durante la noche de un esguince de tobillo y una rodilla hinchada y dolorosa por una caída ya ha sido documentada en el vol. 13 # 4.

Ha visto resultados espectaculares con varios remedios para los ojos. En marzo de 2022, una mujer joven con ojos inyectados en sangre fue tratada con **CC7.6 Eye injury + CC10.1 Emergencias** y en dos días, sus ojos estaban claros sin rastro de enrojecimiento. En mayo de 2022, mientras viajaba desde el aeropuerto en un taxi, cuando la practicante regresaba de Puttparthi, sus ojos estaban llorosos. Le pidió al conductor que le pasara su equipo de una bolsa que tenía en el asiento delantero. Después de tomar 3 a 4 dosis de **CC7.3 Eye infections** en el agua (10 minutos de diferencia), sus ojos dejaron de lagrimear. El taxista estaba intrigado y asombrado por esta 'cura' y le hizo muchas preguntas sobre este medicamento 'milagroso'. Impresionado por todo esto, más tarde le derivó a varios pacientes. De nuevo en febrero de 2023, poco después de que la practicante regresara de un viaje a Puttparthi, tenía una infección grave en la garganta y los ojos hinchados y llorosos enrojecidos. Esta fue la primera vez que usó el remedio para infecciones oculares *en forma de gotas para los ojos* y estuvo bien en dos días.

En el mismo mes, su criada que sufría de dificultad para respirar, después de consultar a un médico especialista en el hospital, le dijeron que necesitaría un stent que no podía pagar. El practicante le administró **CC3.4 Heart Emergencias + CC3.5 Arteriosclerosis** y mejoró en unos pocos días. A pesar del consejo del facultativo de volver al mismo médico para revisión, el paciente prefiere seguir tomando el remedio. A partir de junio de 2023, está absolutamente bien.

Cada vez que la practicante ve sufrir a una persona, siente que Swami le ha dado la oportunidad de servir. Ella difunde activamente el conocimiento de Sai Vibrionics de boca en boca y es visitada por pacientes no solo de su propia ciudad sino también de pueblos y ciudades cercanas e incluso del extranjero. Ella se esfuerza por asistir a todos los talleres y reuniones regionales para mejorar su conocimiento y toma nota diligentemente de historias de casos inusuales e información pertinente en el boletín para referencia futura. Ella ha jugado un papel importante en revivir a los practicantes inactivos en su región.

En diciembre de 2021, asistió al primer taller de capacitación AP en hindi y fue mentora de un practicante durante tres meses. Ella siente que aprendió mucho al hacer este servicio de mentoría. También trabajó con su aprendiz para administrar clínicas gratuitas en las aldeas.

Ser una practicante de Vibrionica la ha transformado como individuo, haciéndola más desinteresada y compasiva. Encuentra alegría en servir a los demás y se siente bendecida por haber encontrado este camino de servicio. Ella reza para que se le dé la oportunidad de ayudar a más y más personas y poder administrar más clínicas en el futuro, especialmente en áreas rurales.

Casos para compartir:

- [heridas en las piernas](#)
- [Soriasis](#)
- [Her m orroides](#)

œ Historias de casos usando combos œ

1. Menstruaciones dolorosas y prolongadas ^{10760...India} Una mujer de 50 años padecía períodos dolorosos y prolongados (que duraban > 5 días) durante cuatro años desde 2018. Controló el dolor con Primolut-N (tabletas a base de hormonas), según lo prescrito por su médico. A pesar de esto, el dolor se repitió durante cada ciclo. En 2019, el médico le diagnosticó adenomiosis y le inició terapia hormonal para detener la menstruación. Esto lo tomó durante seis meses, pero no funcionó. El médico ahora le recetó otro medicamento y solo le dio un alivio temporal del dolor durante la menstruación. Todo esto le generaba mucha ansiedad, aunque su tiroides y PA eran normales. El **17 de octubre de 2022**, se le entregó:

CC8.6 Menopause + CC8.7 Menses frequent + CC8.8 Menses irregular + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS pero 6TD durante menstruaciones dolorosas

No tomó ningún medicamento alopático y hubo una reducción del 90% del dolor durante los siguientes dos ciclos y la menstruación duró cinco días. El 30 de diciembre de 2022, cuando dejó de sentir dolor, la dosis se redujo a **OD**. Para febrero de 2023, su menstruación fue totalmente indolora y duró de 3 a 4 días y la ansiedad también desapareció.

Aunque dejó de venir a por una recarga, a partir de junio de 2023 sigue estando bien.

2. Rinitis, espinillas ^{10760...India} Una niña de 24 años sufría todos los meses de resfriado, tos y sibilancias desde su infancia y obtenía alivio con medicamentos de venta libre (OTC). En 2017 tuvo que mudarse a otra ciudad para realizar estudios superiores. Vivir lejos de sus padres y amigos, junto con las presiones académicas, la hizo sentirse emocionalmente deprimida. Durante un año desde diciembre de 2021, tuvo granos y sarpullido con picazón en la cara. Tenía todos los síntomas anteriores cuando se consultó a la practicante el **26 de diciembre de 2022**, siendo su problema respiratorio el más largo y molesto, y se le dio:

#1. CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.2 Respiratory allergies + CC19.3 Chest infections chronic...TDS

#2. CC8.1 Female tonic + CC21.2 Skin infections + CC21.3 Skin allergies...TDS en agua para lavar la cara

En una semana, el resfriado, la tos y las sibilancias prácticamente desaparecieron sin ningún medicamento de venta libre y hubo una mejora del 100 % para el 30 de enero de 2023. Además, hubo una mejora lenta y constante en la condición de la piel. El 17 de abril de 2023, **el número 1** se redujo a **BD** durante dos semanas y a **OD** a partir de entonces. Las espinillas y el sarpullido se habían reducido en un 60 % y ya no tenía comezón. **#2** también se inició por vía oral.

Para el 15 de mayo de 2023, las espinillas se redujeron en casi un 90 % y **el número 2** se redujo a **BD**. A partir de junio de 2023, no ha habido recurrencia de los síntomas respiratorios y se ha sentido significativamente mejor emocionalmente, tiene un buen desempeño académico y ahora está cursando su maestría en administración de empresas. Debido a sus estudios, dejó de venir por una recarga.

Nota del editor: si **el #2** se hubiera administrado por vía oral *poco después de que el primer problema crónico se hubiera curado en un 50 %, durante la primera ^{semana} de enero de 2023*, uno habría esperado una mejoría mucho más rápida.

3. Heridas en las piernas ^{11117...India} Un hombre de 59 años en julio de 2013 tuvo un accidente en el que se lesionó ambas piernas. El médico local lo había estado tratando durante los últimos seis meses, pero fue en vano. Cuando consultó al practicante, sufría de infecciones severas y dolor en ambas piernas. Había sangre y pus saliendo de las heridas en la parte delantera de ambas piernas debajo de las rodillas. El **11 de enero de 2014**, se le entregó:

#1. CC3.7 Circulation + CC21.11 Wounds & Abrasions... en vaselina blanca para aplicar **BD** en las áreas afectadas

#2. CC15.1 Mental & emocional tonic + #1... para tomar por vía oral **TDS**

Un mes más tarde, cuando vino por una recarga, las heridas se veían solo un poco mejor, pero el dolor casi había desaparecido. Después de eso, como hubo una mejora continua, dejó de tomar medicamentos alopáticos en junio. En su última visita el 25 de diciembre, sus heridas se curaron casi por completo, por lo que **el #2** se redujo a **OD** durante un mes y **el #1** se detuvo. No hubo más contacto con el paciente.

En junio de 2022, tuvo un accidente de scooter y se lesionó ambas piernas. Hizo tratamiento alopático durante dos meses y no hubo mejoría. Cuando visitó al practicante el 15 de agosto de 2022, tenía moretones en todas las piernas, la sangre brotaba de las heridas y las venas parecían dilatadas; no podía caminar ni siquiera estar de pie. Se le dio:

#3. CC10.1 Emergencies en el agua cada 10 minutos mientras esperaba. Después de una hora, el dolor disminuyó sustancialmente pero había mucha picazón, por lo que se le dio:

#4. CC21.3 Skin allergies + #1...6TD y para aplicación externa, en vaselina blanca... **BD**

Hubo una mejora del 15% cada mes y sus heridas se curaron por completo en marzo de 2023. El las venas se normalizaron aunque las cicatrices permanecieron. La dosis oral de **#4** se redujo a **TDS**, que continúa a partir de junio de 2023, también por su propia voluntad, aplicación externa en **BD** hasta que desaparezcan las cicatrices. Ahora solo toma vibriónica para todos sus problemas de salud y también ha recomendado a varios de sus familiares y amigos.

+++++
4. PSoriasis ^{11117...India} Una maestra de escuela de 48 años tenía un cuero cabelludo supurante con picazón, erupciones, escamas blancas y manchas rojas desde 2004, esto fue diagnosticado como psoriasis. Tomó medicamentos recetados, incluidas inyecciones de esteroides, durante dos años y luego



Before treatment



After treatment

cambió a un tratamiento ayurvédico durante un año y medio; ninguno de los dos dio ningún alivio. En 2008 empezó a tomar homeopatía que ralentizó considerablemente el avance de la enfermedad pero no la curó. Sin embargo, decidió continuar con los homeomedicamentos para la psoriasis, que estaba confinado únicamente a su cabeza. Mantuvo su cabello con aceite normal, champú y henna para teñir. Además, a menudo tenía un dolor leve en la rodilla.

El **2 de febrero de 2022**, cuando se acercó al médico, había dejado de tomar homeopatía y no estaba tomando ningún medicamento. a ella se le dio:

CC11.1 Hair tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.3 Arthritis + CC21.3 Skin allergies + CC21.10 Psoriasis... **TDS** internamente y para aplicar externamente en el cuero cabelludo después de mezclar unas pastillas trituradas en vaselina.

Después de seis semanas, tuvo una mejora del 50 % en la picazón y la secreción acuosa del cuero cabelludo y un alivio del 100 % del dolor de rodilla. En agosto, informó que su cuero cabelludo había mejorado en un 70 % en general. Para diciembre, su cuero cabelludo estaba bien excepto por algunas pequeñas escamas blancas y manchas rojas.

Siempre que suspendía el remedio durante unos días, el picor volvía pero desaparecía al reanudar el remedio. Por lo tanto, prefiere tomar el remedio en **TDS**, que continúa a partir de junio de 2023 y se siente bien con su condición general mejorada.

5. Hemorroides ^{11117...India} Un chico de 18 años sufría de hemorroides durante los últimos seis meses desde julio de 2021. Había ampollas y sangre saliendo de la región anal que era dolorosa. A veces tenía estreñimiento severo y otras veces disentería. Durante los seis meses completos, tomó medicamentos alopáticos sin ningún alivio. Era muy joven cuando su padre falleció y vivía con sus abuelos ya que su madre trabajaba fuera de casa. Se sentía deprimido y su comportamiento era grosero. No estaba dispuesto a aceptar consejos y comía comida picante al borde de la carretera, lo cual es perjudicial para su condición. Cuando visitó al practicante el 21 de enero de 2022, tenía disentería que se trató con **CC4.6 Diarrhoea...6TD** durante cuatro días y la disentería desapareció. El **26 de enero**, el practicante dio:

#1. CC4.4 Constipation + CC4.10 Indigestion + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

El 1 de febrero, después de consultar con un médico experimentado, también se le entregó al niño:

#2. CC3.2 Bleeding disorders + CC20.4 Muscles & Supportive tissue + CC21.11 Wounds & Abrasions...TDS

En diez días, el 11 de febrero de 2022, su depresión, comportamiento grosero, disentería y estreñimiento desaparecieron y estaba abierto a los consejos y evitaba la comida callejera; las ampollas eran un 50 % más pequeñas y hubo un 70 % de alivio del sangrado y el dolor. A partir de entonces, la mejoría se hizo más lenta porque viajaba fuera de la ciudad y tenía que recurrir a comer comida picante al aire libre. En agosto de 2022, informó una mejora del 95 % y nuevamente en enero de 2023, una mejora del 100 % en todos sus síntomas. En febrero, **#1** y **#2** se redujeron a **BD** y en junio de 2023 a **OD**, la dosis en la que el paciente se siente cómodo para continuar.

6. Alergia respiratoria y alimentaria ^{11646...India} Una mujer de 58 años era alérgica a la cuajada, la harina refinada, los encurtidos, los cítricos y muchas verduras desde hacía 40 años. Estos le daban acidez estomacal, hipo y vómitos. Además, los ambientes polvorientos o los cambios de clima pueden causar sibilancias, resfriado y tos y, a veces, fiebre. Cada vez, tuvo que tomar un ciclo de antibióticos y antihistamínicos durante tres semanas. El 8 de diciembre de 2022, tuvo un ataque alérgico agudo y esta vez decidió probar Vibriónica y al día siguiente estaba mejor en un 50 % y un 100 % en seis días. Inspirada por esta cura rápida, buscó tratamiento para su dolencia crónica y el **4 Ene 2023**, le dieron, aunque no tenía síntomas:

Para alergia respiratoria:

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

Para la alergia alimentaria:

#2. CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.6 Diarrhoea + CC4.10 Indigestion...TDS (Eat Well combo)

Para tomar en caso de fiebre, tos aguda o sibilancias:

#3. CC9.2 Infections acute + CC10.1 Emergencies + CC19.4 Asthma attack + CC19.6 Cough chronic...6TD

El 14 de enero, aunque la temperatura había bajado a 7°C, no presentaba síntomas, a diferencia de ocasiones anteriores, lo que implicaba una mejoría de su alergia. Para el 30 de enero, la temperatura había bajado aún más a 3 ° C y se resfrió, tosió y tenía fiebre leve. Comenzó con el **#3** junto con un antihistamínico y tuvo un alivio completo en una semana en lugar de las tres semanas habituales con antibióticos. Para el 21 de febrero, a pesar del continuo clima frío, no tenía síntomas de alergia respiratoria y pudo comer todos los artículos sin ninguna reacción alérgica. **Los números 1 y 2** se redujeron y se detuvieron el 31 de marzo.

Hasta junio de 2023 continúa libre de síntomas.

7. Dolor en el pecho y los ojos ^{11632... India} Una profesional de software de 35 años había estado sufriendo durante seis años desde 2015, con un dolor intenso en el área del pecho cada vez que se sentía deprimida o emocionalmente baja debido a relaciones personales o carga de trabajo extrema o reuniones de oficina estresantes; estos combates duraban unas pocas horas. Sus informes de ECG y eco en 2016 y 2017 fueron normales. El cardiólogo le recetó diclofenac para el dolor y le aconsejó reposo y no levantar objetos pesados, además de tratar de evitar el estrés laboral, pero no pudo cumplir con esto último. Tomó el analgésico, pero a veces tenía que tomar una pastilla extra en medio de una reunión. Como quería evitar la dependencia del diclofenaco, probó el reiki y se sintió mejor después de una sesión. Entonces aprendió Reiki y lo usó en sí misma de 2018 a 2021. Aunque el nivel de dolor disminuyó, se sentía sin energía después de cada sesión, por lo que dejó de reiki en febrero de 2021. En cambio, optó por Vibriónica sola y el 2 de **marzo de 2021** fue dado:

#1. CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.1 Chest tonic...6TD durante 3 días seguido de **TDS**

En siete días, tuvo una mejora del 50 % y no se sintió estresada ni siquiera durante las reuniones difíciles de la oficina y pudo manejarlas con una mente tranquila. A finales de mes, incluso en la peor situación, solo sentía un leve dolor en el pecho que desaparecía rápidamente. Habiendo experimentado el poder de Vibriónica, quería un remedio para el dolor de ojos que estaba recibiendo prácticamente cada dos días durante los últimos dos años, debido a que trabajaba hasta altas horas de la noche. También desarrolló círculos oscuros debajo de los ojos.

El **5 de abril de 2021**, se le entregó:

#2. CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC7.1 Eye tonic + CC13.1 Kidney & Bladder tonic...TDS

El 9 de mayo, la frecuencia del dolor ocular se redujo a una vez por semana y sus síntomas mejoraron al menos en un 50 % y esta cifra aumentó al 70 % el 18 de mayo. También hubo una mejora adicional en el dolor de pecho.

Para el 12 de septiembre, todos sus síntomas habían desaparecido y el **n.º 1** y el **n.º 2** se redujeron a **BD** y luego disminuyeron gradualmente. El 28 de diciembre de 2021, se detuvo el **n.º 1**, pero el **n.º 2** continúa en **OW** según lo prefiera la paciente considerando su profesión. ¡A partir de junio de 2023, ella está absolutamente bien sin ninguna recaída de ninguno de los síntomas!

+++++

8. PCOD y migraña ^{11595...India}

Una niña de 23 años tuvo su menarquia en 2015 a la edad de 18 años y tuvo ciclos mensuales regulares de 40 días con flujo normal hasta 2017, luego su menstruación comenzó a ocurrir una vez cada seis meses o más con solo punteo. Teniendo antecedentes familiares de pubertad tardía y períodos irregulares, supuso que esto era normal y no buscó ningún tratamiento inicialmente. Luego, el 18 de noviembre de 2019, una exploración reveló que tenía SOP por lo que tomó medicamentos recetados durante casi nueve meses, pero en vano. Cuando se acercó a la practicante el **28 de octubre de 2020**, también se le cayó el cabello y estaba extremadamente estresada y mentalmente agotada. Su último período fue en febrero de 2020. Le dieron:

#1. CC4.2 Liver & Gallbladder tonic* + CC8.4 Ovaries & Uterus + CC8.8 Menses irregular + CC9.1 Recuperation* + CC11.1 Hair tonic + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

Después de diez días, tuvo sus períodos que se volvieron regulares con un ciclo de 45 a 60 días, pero el flujo fue escaso y duró 1 o 2 días. Teniendo en cuenta su historial, ella lo consideró normal. Para el 13 de abril de 2021, la caída de su cabello se había reducido considerablemente. ¡La paciente se sintió tan bien con este remedio que aumentó la dosis a **6TD**! La exploración del 3 de mayo de 2021 reveló que el folículo dominante del ovario se había reducido a su tamaño normal. El 5 de julio, la paciente recibió un remedio adicional para su migraña de 3 años que no mencionó antes porque no era malo:

#2. CC11.3 Headaches + CC11.4 Migraines + CC4.10 Indigestion + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

Contrajo Covid en agosto de 2021 y se recuperó, pero los dolores de cabeza por migraña se volvieron tan severos que no pudo trabajar durante días seguidos; la dosis de **#2** se aumentó a **6TD**. También consultó a un médico y le dieron esteroides, los cuales suspendió después de dos meses porque no ayudaron en absoluto.

Dado que la mejora con el **n.º 2** parecía lenta, se modificó el 15 de noviembre de 2021 para:

#3. CC3.7 Circulation + CC11.3 Headaches + CC11.4 Migraines + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC18.5 Neuralgia...6TD

Sin embargo, el 20 de diciembre, para comodidad del paciente, el n.º 1 y el n.º 3 se combinaron en un solo remedio n.º 4...6TD

La frecuencia y la intensidad de los dolores de cabeza por migraña se redujeron de manera constante y, para el 7 de enero de 2022, se sentía completamente recuperada. En la siguiente revisión, el 22 de septiembre, tenía ciclos mensuales regulares con flujo normal. A partir de abril de 2023, continuaba con el puesto número 4 en 6TD por su propia voluntad, teniendo en cuenta su historial familiar.

A junio de 2023 continúa libre de migraña sin recurrencia. Se cayó y se fracturó la pierna en diciembre de 2022 y le administraron una inyección de esteroides seguida de una terapia de PRP (plasma rico en plaquetas) y tabletas T-Heal para su recuperación. Sus ciclos mensuales, que fueron regulares hasta abril de 2023, se alteraron y hasta ahora ha perdido sus períodos en mayo y junio de 2023. El 20 de junio de 2023 se le dio el siguiente remedio para volver a regular sus ciclos:

#5. CC3.7 Circulation + CC8.4 Ovaries & Uterus + CC8.8 Menses irregular + CC10.1 Emergencies + CC17.2 Cleansing + CC18.5 Neuralgia...TDS

La paciente está muy segura de que sus períodos volverán a ser regulares con Vibriónica.

*El practicante agregó **CC4.2 Liver & Gallbladder tonic**, pensando que esto podría ayudar a eliminar las toxinas. Además, se agregó **CC9.1 Recuperation porque, según su experiencia, cuando se administra junto con CC12.1 Adult tonic**, es un excelente remedio para el estrés extremo y el agotamiento.

9. Estreñimiento, tos recurrente y resfriado en niño ^{11645... India} Un niño de ocho años tenía estreñimiento severo: heces secas y duras una vez cada dos días, desde la edad de dos años y lloraba de dolor al defecar. Le dieron agua para la gripe, plátano, enema de jabón, pero ninguno le proporcionó ningún alivio. Su ingesta de agua era de sólo dos vasos al día. Desde los cuatro años fue tratado con medicamentos ayurvédicos durante dos años y laxantes alopáticos durante un año; estos proporcionaron un alivio del 50% que también fue solo temporal. En enero de 2022, comenzó a tener tos húmeda intermitente, secreción nasal y dolor de garganta, una vez al mes durante el invierno y una vez cada tres meses durante otras estaciones. Cada vez que tuvo que tomar medicamentos alopáticos incluyendo un antibiótico durante 5 días para obtener un alivio completo. El **16 de enero de 2023**, se le entregó:

#1. CC4.4 Constipation + CC12.2 Child tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...BD en agua

#2. IB* ...BD en agua, también agregado a su botella de agua escolar

Usó gotas nasales durante una semana pero no tomó ningún otro medicamento y en nueve días hasta el 25 de enero, la gravedad de la tos se redujo en un 20 % y el estreñimiento en un 30 %. Las heces no estaban tan duras ni secas y el niño ya no lloraba. Para el 25 de febrero, estaba evacuando heces normales todos los días y el estreñimiento desapareció, por lo que el **número 1** se redujo a **OD**. La tos mejoró en un 90% y la secreción nasal en un 60%.

Para el 15 de marzo de 2023, todos los síntomas respiratorios desaparecieron, por lo que el **#2** también se redujo a la dosis de mantenimiento de **OD**. Aunque no hubo recurrencia de ningún síntoma hasta la última revisión en junio de 2023, los padres del niño decidieron continuar con ambos remedios en **OD** durante varios meses.

* Combo **IB** según boletín vol 12 #4.

Nota del editor: Es importante enfatizar en beber mucha agua, especialmente en casos de estreñimiento.

10. Trastorno digestivo ^{11956...India} Una mujer de 66 años tuvo flatulencia y sensación de pesadez en el estómago durante 2 a 3 horas después de cada comida y dolor de estómago ocasional, durante los últimos siete años desde octubre de 2015. Como pudo no podía permitirse un tratamiento alopático, recurría a antiácidos de venta libre cada vez que los síntomas empeoraban y obtenía un alivio temporal. Un análisis de sangre de hace dos años había mostrado que estaba al borde de la diabetes. A la hora de comer, siempre estaba preocupada por la pesadez del estómago y estaba desesperada por una solución permanente y, como tal, se acercó al practicante que le dio el **25 de junio de 2022** :

SM17 Diabetes + SM18 Digestión + SM23 Gastro...TDS*

Se le aconsejó cenar de 2 a 3 horas antes de irse a dormir. Decidió dejar de tomar antiácidos. Para el 27 de julio, tenía una mejora del 40 % en todos sus síntomas. Para el 30 de octubre, tuvo una mejora del 90

%, que se convirtió en 100 % para el 31 de enero de 2023. La dosis se redujo a **OD**, que continúa para mantenimiento. Hasta el 9 de junio de 2023, último comentario de la paciente, no ha tenido problemas digestivos.

*Si usa la caja de 108CC, dé : **CC4.8 Gastroenteritis + CC4.10 Indigestión + CC6.3 Diabetes***

11. Estreñimiento, pesadez en el estómago ^{11645...India} Un hombre de 73 años sufría de estreñimiento severo con heces escasas y duras, con sensación de pesadez en el estómago durante todo el día, durante los últimos seis meses desde mayo de 2022. Su médico le dio un laxante que dejó después de una semana porque no ayudó en absoluto y cambió a un tratamiento ayurvédico. Esto también se detuvo después de dos semanas ya que esto proporcionó poco alivio. Así que controló su condición bebiendo agua caliente temprano en la mañana y comiendo un plátano antes de irse a dormir. Después de escuchar de vibriónica de un pariente, el **16 de diciembre de 2022** consultó al practicante que le dio:

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

Para el 23 de diciembre, su estreñimiento mejoró en un 40 % y la pesadez en el estómago en un 50 %. Estas cifras subieron al 80% el 31 de diciembre. Había estado tomando medicamentos alopáticos para la presión arterial alta durante diez años; habiendo experimentado ahora excelentes resultados con vibriónica, solicitó tratamiento para su presión arterial alta. Así que **#1** fue mejorado a:

#2. CC3.3 High Blood Pressure + #1...TDS

Para el 15 de enero de 2023, la pesadez en el estómago había desaparecido por completo, pero todavía había algunos signos de estreñimiento. El practicante dividió **#2** de la siguiente manera:

#3. CC4.4 Constipation...BD

#4. CC3.3 High Blood Pressure + CC12.1 Adult tonic...TDS

Para el 31 de enero, tenía deposiciones diarias normales y el estreñimiento había desaparecido. No necesitaba beber agua caliente por la mañana. **El n.º 3** se redujo gradualmente a **OW** el 7 de marzo. A partir de junio de 2023, no ha habido recurrencia, pero prefiere continuar con el **n.º 3 en OW** por un poco más de tiempo antes de detenerse. Continúa como **N.º 4 en TDS** porque se siente mucho mejor que antes y confía en que podrá reducir gradualmente su medicamento para la presión arterial y finalmente detenerlo.

Testimonio del paciente:

“He estado sufriendo de pesadez estomacal y estreñimiento por más de 6 a 7 meses. Debido a esta incomodidad, mi ingesta de alimentos también fue menor. Probé Ayurveda y medicinas alopáticas pero no hubo mejoría. Entonces uno de mis parientes me habló de la vibriónica Sai. Empecé a usar el remedio vibriónico a partir de diciembre de 2022 para mi problema estomacal. Inmediatamente después de una semana, la gravedad de mis problemas comenzó a reducirse. A fines de enero de 2023, mis dolencias de pesadez estomacal y estreñimiento se curaron por completo. Gracias a Swami y Sai vibrionics por curar mi problema”.

12. Problemas digestivos ^{11646...India} Una mujer de 40 años sufría diariamente desde 2010 de náuseas, sensación de ardor en el esófago, flatulencia y falta de apetito, lo que le producía dolores de cabeza constantes. Su hemoglobina era 9 y tenía bajo peso. Trabajaba como asistente de dentista y no podía realizar sus funciones de manera efectiva debido a los síntomas persistentes. Durante seis años hasta 2016, dependió de medicamentos alopáticos mientras obtenía un alivio razonable. Temiendo sus posibles efectos secundarios, cuando los detuvo, los síntomas reaparecieron. Así que probó un tratamiento homeopático durante un año, pero fue en vano; decidió reanudar la alopátia pero tuvo que tomar una dosis más alta porque la dosis anterior no ayudó. No fue hasta **el 30 de diciembre de 2022** que consultó al practicante que le dio:

CC3.1 Heart tonic + CC4.10 Digestion + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic...6TD

También se le aconsejó reducir la ingesta de té, algunas legumbres (toor/gandules y chana/guisantes amarillos), encurtidos y frutas cítricas, y aumentar la ingesta de agua. Dejó de tomar los medicamentos alopáticos solo después de tres semanas, pero implementó los cambios dietéticos sugeridos de inmediato. Para el 31 de enero de 2023, tuvo una mejora del 30 % en todos sus síntomas. Para el 12 de febrero, las náuseas cesaron por completo y todos los demás síntomas mejoraron en un 50 %; la dosis se redujo a **TDS**. A fines de febrero, la mejoría subió al 80 % y al 100 % el 15 de marzo. Estaba muy

complacida de notar que había ganado dos kg de peso y que su hemoglobina había subido a 12,1. La dosis se redujo a **BD** y después de tres semanas a **OD** para mantenimiento.

Hasta el 9 de junio de 2023, no ha tenido problemas digestivos y continúa bien y feliz.

☯ Rincón de respuestas ☯

Q1. Si no hay glóbulos de azúcar de tamaño 30 disponibles, ¿podemos usar un tamaño diferente?

A. El siguiente tamaño superior suele ser 40. Es aceptable, excepto que el mismo tamaño de botella acomodará aproximadamente la mitad de la cantidad de píldoras del tamaño 30. El siguiente tamaño inferior es 25 y hará el trabajo. El tamaño 20 también funcionará, pero puede ser mejor recetar 2 pastillas por dosis, también tenga en cuenta que las pastillas pueden empaparse. No recomendamos el tamaño 10 ya que es demasiado pequeño para manejar.

Q2. Si no puedo recargar mi **caja de 108CC** después de 2 años, ¿cuáles son mis opciones?

R. Se recomienda recargar la **caja de 108CC** cada dos años, pero con el debido y buen cuidado, es posible extender este período. Consulte el volumen 11 #6 Q3 y el volumen 9 #6 Q1 y el volumen 8 #2 Q9 y el volumen 5 #1.Q2. No es obligatorio que su caja de 108CC se cargue directamente desde la caja principal que se encuentra en la oficina de SVIRT en Puttaparthi. Algunos coordinadores mantienen una caja submaestra cargada directamente desde la caja Maestra específicamente para este propósito. Incluso puedes cargar desde la caja de otro practicante que haya mantenido su caja bien protegida contra cualquier radiación, después de haberla recargado desde el maestro o un sub-maestro en los últimos dos años. Recuerda que el objetivo de la recarga es mantener *activas todas las 108 vibraciones* y asegurarse de que estén actualizadas con las últimas modificaciones realizadas por el equipo de investigación, en base a los comentarios de los practicantes.

Q3. Una de mis pacientes quiere un remedio para el aplazamiento de la menstruación. Tomó un medicamento alopático que funcionó, pero experimentó muchos efectos secundarios como dolor de cabeza, náuseas y sangrado excesivo durante su período retrasado. ¿Hay algún remedio que le pueda dar desde mi caja de 108CC?

R. Como Sai Vibrionics promueve la salud de una manera holística, no recomendamos interferir con el ciclo menstrual natural. Si en alguna situación el aplazamiento parece esencial, comuníquese con un SVP para obtener un combo adecuado. Si el paciente decide optar por la alopátia, se debe tomar un nosode del medicamento alopático en **OD** durante la misma duración para contrarrestar sus efectos secundarios.

Q4. Quiero enviar un caso exitoso para su publicación en el boletín. Como primerizo, me gustaría saber qué detalles debo incluir en el historial de mi caso.

R. La lista de detalles que se incluirán se puede encontrar en el manual de AVP. Es esencial que la historia de un caso demuestre claramente el papel de la vibrionica en lograr la sanación. Solo se puede escribir una buena historia si se mantienen registros completos de los pacientes desde el principio. El caso debe leerse como una historia para mantener el interés del lector. Es ventajoso obtener informes de pruebas y, en caso de un problema visible, fotos de la parte del cuerpo afectada, antes y después del tratamiento. El propio registro del paciente de sus problemas y el progreso del tratamiento también será beneficioso. Un testimonio del paciente hará que el caso sea más auténtico.

P5. ¿Podemos hacer un remedio a una potencia superior a la escrita en la tarjeta, para un efecto más fuerte?

R. Un remedio hecho a una potencia más alta no necesariamente significa que será más efectivo. La potencia especificada en una tarjeta simuladora es la potencia óptima para ese remedio. En algunos casos se ha utilizado una potencia diferente, más alta o más baja, como se puede identificar fácilmente

en los libros de 108CC y Vibriónica. Esta potencia se basa en la enfermedad y sus circunstancias y generalmente la elige un SVP experimentado.

☪ Palabras divinas del maestro sanador ☪

“Todos ustedes deben andar por el camino correcto. Incluso si tus padres por alguna razón te ofrecen alimentos rajásicos y tamásicos preparados en casa, debes explicarles y convencerlos de los efectos nocivos de tales alimentos, diciendo: “¡Madre! Si me sirves alimentos rajásicos y tamásicos, te los solo tengo malos pensamientos. Esto no conduce a un buen comportamiento de mi parte”. También debes convencerlos de la necesidad de preparar y servir comida sátvica a todos los miembros de la familia. No solo debes comer comida sátvica, también debes leer buenos libros. Tu vida entera depende de la buena comida, los buenos pensamientos y la buena compañía”.

...Sathya Sai Baba, Discurso "Cultiva las cualidades sátvicas desde la niñez"
22 de octubre de 2005
<https://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume38/sss38-17.pdf>

“Dios es Amor y sólo se puede ganar a través del cultivo y ejercicio del Amor. No puede ser atrapado por ningún truco; Él otorga Gracia solo cuando se siguen Sus mandamientos: mandamientos de amar a todos, de servir a todos. Cuando amas a todos y sirves a todos, ¡te estás sirviendo más a ti mismo, a ti mismo a quien más amas! Pues la Gracia de Dios te envuelve entonces, y te fortaleces más allá de toda experiencia previa.”

.. Sathya Sai Baba, “Espejo y peine” Discurso 26 junio 1969
<https://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume09/sss09-12.pdf>

☪ Anuncios ☪

Próximos talleres*

- **Francia Périgueux:** AVP y taller de actualización del 10 al 15 de septiembre de 2023 **, comuníquese con Danielle en trainer1@fr.vibrionics.org
- **India Puttaparthi :** Taller práctico virtual de AVP 2 al 20 de noviembre de 2023 ** seguido de un taller presencial del 25 al 27 de noviembre de 2023 **, comuníquese con Padma en admin1@vibrionics.org

*Los talleres son solo para quienes hayan realizado el proceso de admisión y el e-curso.

**Sujeto a cambios

☪ Agregados ☪

1. Artículo de salud

Variedades de Arroz y sus Alternativas para la salud y la alegría

“ El principio de vida es como el grano cubierto con la cáscara del engaño (maya), igual que el arroz está envuelto en cáscara. La ilusión tiene que ser eliminada; el principio de vida tiene que ser hervido y ablandado y asimilado para que pueda aumentar la salud y la fuerza. El arroz ablandado se puede comparar con el Alma Suprema. La mente tiene que ser utilizada para este proceso. Tiene que ser fijo en la verdad y en lo eterno. Para quitar la cáscara del engaño, la discriminación es un instrumento .” ...
Sathya Sai Baba ¹

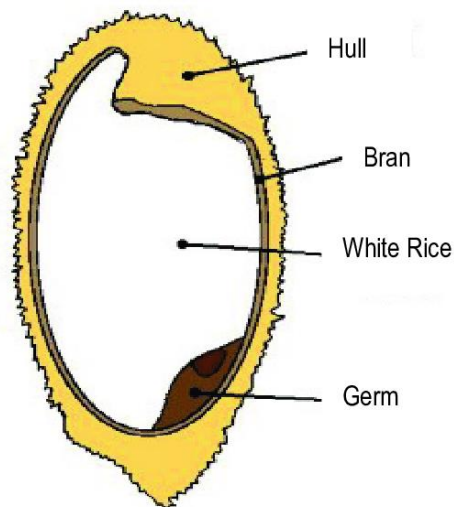
Preludio

Tratamos cómo cuidar los tres blancos en nuestra dieta (leche, azúcar y sal) en los boletines anteriores, vol 14 #1 y 2 . En este artículo, tratamos los beneficios de varios tipos de arroz, incluida la precaución que se debe tener con el arroz blanco. Para conocer las características de varios cereales en general,

enteros y no tan enteros, sin gluten y otros, incluyendo mijo y pseudo-grano como el arroz salvaje, consulte el vol. 12 # 5.

1. El arroz y sus principales variantes

El arroz, semilla de una hierba de cereal, es uno de los carbohidratos dietéticos importantes con una pequeña cantidad de proteínas y grasas. Es alimento básico para más de la mitad de la población mundial, especialmente en India, China y el sudeste asiático.



Structure of rice grain

Disponible en formas y colores variados, se puede hervir o cocer al vapor y moler hasta obtener una harina sin gluten. Cuando se cocina y se enfría, su almidón altamente resistente ayuda al colon a mantenerse saludable. Un grano integral saludable, es una excelente fuente de manganeso y algo de hierro y vitaminas B, tomando diferentes formas debido a los variados procesos de refinación.^{2,3}

1.1 Arroz con cáscara : cada arroz comienza su vida como arroz con cáscara (granos de arroz sin moler en su estado natural sin procesar hasta que se quita la cáscara) considerado no apto para el consumo humano.⁴

1.2 Arroz sancochado/convertido : el arroz con cáscara se empapa en agua tibia, se cuece al vapor y se seca en su cáscara antes de molerlo. Este arroz sancochado es más nutritivo que el arroz blanco. Un estudio mostró que cuando las personas con diabetes tipo 2 comieron 185 gramos de arroz sancochado cocido

después de ayunar durante la noche, el aumento de azúcar en la sangre fue un 35 % menor que cuando comieron la misma cantidad de arroz blanco normal.⁵

1.3 Arroz integral: Obtenemos este arroz cuando se quita la cáscara no comestible del arroz con cáscara mientras se conserva su capa protectora de salvado que contiene niveles más altos de compuestos bioactivos llamados fenoles y flavonoides. Estos son antioxidantes, antivirales, antiinflamatorios y antialérgicos. El arroz integral



Paddy rice



Parboiled brown rice



Long grain brown rice



Long grain white rice

puede protegerse de las toxinas diarias del cuerpo y prevenir el cáncer y las enfermedades cardiovasculares. Puede reducir los niveles de glucosa en sangre y de insulina en ayunas, reducir los antojos y ayudar a controlar el peso. El arroz integral puede o no estar sancochado y lleva un poco **más de tiempo** que su contraparte blanca para cocinarse y digerirse, pero es más nutritivo y conserva su sabor natural a nuez y es muy saciante. Cuando se enrolla el arroz y se quita el salvado, deja intacto un grano blanco que da como resultado el arroz blanco.^{2,3,6}

1.4 El arroz blanco está pulido y no tiene el salvado exterior rico en fibra ni el germen rico en nutrientes, pero tiene una larga vida útil. Fácil de cocinar y digerir, es almidonado, tiene una textura suave y un sabor neutro suave. Los atletas normalmente optan por el arroz blanco para recargar energías después del ejercicio; también se prefiere durante la acidez estomacal, las náuseas o los brotes asociados con la diverticulitis (una enfermedad gastrointestinal) o la enfermedad de Crohn. *El arroz blanco no se considera ideal para las personas con diabetes, ya que podría aumentar los niveles de azúcar debido a su alto índice glucémico (IG).*^{2,3,6}

2. Índice glucémico (IG) y carga glucémica (GL) de arroz

2.1 ¿Qué es el IG? Los carbohidratos (carbohidratos) tienen la capacidad de aumentar el nivel de glucosa en la sangre. GI es un sistema de clasificación de alimentos que contienen carbohidratos para saber qué tan rápido aumenta el nivel de azúcar en la sangre cuando se consume. La escala de IG va de 0 a 100. Los alimentos con una puntuación de IG de 0 a 55 son de bajo índice glucémico, de 56 a 69 son moderados y de 70 a 100 son altos. IG de arroz varía de menor a mayor. El arroz basmati y el arroz

integral aromáticos de grano largo tienen un IG más bajo, otras variedades tienen un IG moderado; la mayoría de las variedades de arroz blanco tienen un IG de 64 a 89 ya que su fibra dietética se elimina cuando se muele. *El arroz arborio*, blanco almidonado como pequeñas perlas, masticable y cremoso, suave para el sistema digestivo y utilizado en platos italianos, tiene un IG de 69, mientras que el arroz jazmín, un arroz blanco aromático de grano largo de Tailandia, tiene un rango de IG más alto (68-80). Cuanto más procesados están los granos, mayor es el efecto sobre el azúcar en la sangre. Sin embargo, el IG del arroz blanco se puede reducir a alrededor de 53 enfriándolo después de cocinarlo, ya que forma un almidón resistente similar a la fibra soluble. Cocinar con grasas saludables como ghee o aceite, o agregar vinagre o jugo de limón al agua de cocción, reducirá aún más el IG. Es importante señalar que no todos los alimentos con IG bajo son saludables y *viceversa*. ^{3,7-12}

2.2 Qué es GL: Para comprender el efecto completo de un alimento sobre el azúcar en la sangre, necesitamos saber no solo qué tan rápido hace que la glucosa ingrese al torrente sanguíneo (GI), sino también cuánta glucosa por porción puede entregar. Otra medida llamada GL indica ambos aspectos para dar una imagen más precisa del impacto real de un alimento en el azúcar en la sangre. $GL = GI \times \text{cantidad de carbohidratos por porción dividida por } 100$. La sandía, por ejemplo, tiene un índice glucémico alto (80), pero una porción de sandía tiene tan pocos carbohidratos que su carga glucémica es solo 5. El GL varía de 0 a 100. La GL baja es 0-10, 11-19 es moderada y 20+ es alta. La dieta baja en GL puede ayudar a perder peso y reducir el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2. De acuerdo con la Asociación Estadounidense de Diabetes, *la cantidad total de carbohidratos en los alimentos en lugar de su IG o GL es un predictor más fuerte de lo que sucederá con el azúcar en la sangre*; Centrarse demasiado en GI o GL puede complicar nuestras elecciones de alimentos. ⁷⁻¹²

3. Variedades únicas de arroz

Aunque el más consumido es el arroz blanco, poco a poco se van popularizando muchas otras variedades de diferentes colores, más ricas en nutrientes.

3.1 El arroz negro, a menudo pasado por alto como arroz prohibido, es conocido como la estrella de rock nutricional número uno en variedades de arroz. Un arroz de grano medio que se originó en China, es naturalmente libre de gluten, rico en proteínas, hierro y



Black kavuni rice



Red rice



Poongar rice



Rakthashali rice

antioxidantes, puede mejorar la salud ocular y reducir el riesgo de hígado graso. Tiene una estructura masticable ideal para papillas, budines y pasteles de arroz, se vuelve púrpura cuando se cocina y sabe a arroz integral. ¹³⁻¹⁴

3.2 El arroz rojo es el más nutritivo con un alto contenido en fibra, algo mejor que el arroz integral, puede retrasar el envejecimiento prematuro y aumentar la capacidad pulmonar. El arroz de diferentes regiones tiene su propio sabor único, por ejemplo, Kashmiri, Himalayan, Thai y Butanés, Matta y otras variedades sancochadas de Kerala, el vigorizante Mapillai-Samba de Tamil Nadu, Rajamudi rojo y blanco de Karnataka, el aromático Gobinda bhog de Bengala Occidental, Camargue del sur de Francia, Ulikan de Filipinas y Oryza de la región africana. El arroz rojo tarda más en cocinarse; puede provocar problemas digestivos graves si no se cocina. ¹⁵⁻¹⁷

3.3 Arroz con usos medicinales: Cada arroz tradicional tiene propiedades medicinales, es fragante, delicioso y saciante. El arroz Illupaipoo-Samba de Tamil Nadu, tanto marrón como blanco, se usa para tratar problemas como hinchazón, dolor en las articulaciones, parálisis y deficiencia de inmunidad; El arroz poongar se usa para reducir los problemas ginecológicos y los dolores articulares *en las mujeres*. Rakthashali, arroz antiguo muy caro de Kerala, aclamado desde tiempos védicos, es un antioxidante, purifica la sangre y mantiene el equilibrio en el cuerpo, trata alergias y enfermedades de la piel, trastornos hepáticos, renales y nerviosos, gastrointestinales y problemas relacionados con el útero. ¹⁵⁻¹⁹

4. Precaución sobre el contenido de arsénico en el arroz

4.1 El arsénico es un componente natural del medio ambiente, altamente tóxico en su forma inorgánica y cancerígeno confirmado. El arsénico en las aguas subterráneas y el suelo, especialmente

debido al uso extensivo de pesticidas y fertilizantes avícolas, y la consiguiente contaminación de granos y alimentos, está muy extendido en muchos países. El nivel seguro de arsénico para el agua potable establecido por la OMS es de 10 µg/L . Todas las plantas absorberán algo de arsénico, pero el arroz absorbe más principalmente porque se cultiva en condiciones de inundación; el arroz integral lleva un 80% más de arsénico que el blanco ya que tiende a acumularse en el salvado; la agricultura ecológica no significa menos arsénico. Se considera que el arroz basmati marrón y blanco de California, India y Pakistán y el arroz de sushi de EE. UU. contienen la menor cantidad de arsénico. Muy rara vez una marca de arroz es transparente sobre su contenido de arsénico y cómo abordarlo. En comparación, los cereales como el amaranto, el trigo sarraceno y el mijo tienen una cantidad insignificante de arsénico. ^{2,20-22}



Long grain basmati

4.2 Los síntomas inmediatos de intoxicación aguda por arsénico son vómitos, dolor abdominal y diarrea, con somnolencia y confusión, seguidos de entumecimiento y hormigueo en las extremidades, calambres musculares (muerte en casos extremos). La exposición a altos niveles durante un período prolongado puede provocar enfermedades cardíacas, cáncer y cambios en la pigmentación de la piel, lesiones en la piel y parches duros en las palmas de las manos y las plantas de los pies, demencia y problemas neurológicos. ²⁰⁻²²

5. Consejos para una alimentación saludable del arroz y sus alternativas

5.1 Pasos para minimizar el contenido de arsénico: Limpiar bien el arroz con agua, remojar de 12 a 24 horas, escurrir y lavar nuevamente. Cocine con un gran volumen de agua usando una proporción de 6 a 10 tazas de agua por una taza de arroz, y luego drene el exceso de agua. Esta es una forma asiática tradicional de cocinar mediante la cual se puede reducir del 30 al 60% del contenido de arsénico inorgánico, según el tipo de arroz. El arroz integral debe remojar durante unas horas más para eliminar el arsénico que se acumula en el salvado y eliminar el antinutriente ácido fítico que resiste la absorción de hierro y zinc de los alimentos. El enjuague elimina del 50 al 70% de los nutrientes valiosos . En un método de cocción, se utilizó una cafetera de filtro para pasar el agua caliente a través del arroz mientras se cocinaba, lo que redujo el arsénico en un 85 %; la mayoría de los nutrientes se retuvieron pero se perdió el 50% del potasio. ^{2,21,22}

El mejor método para reducir el arsénico: Se descubrió que sancochar el arroz y dejar que absorba el agua es el método más efectivo, seguro y que ahorra tiempo para reducir el arsénico en el hogar. Pre-hervir 4-5 tazas de agua por una taza de arroz, agregar el arroz y dejar hervir por 5 minutos, desechar el agua con arsénico, agregar 2-3 tazas de agua fresca, llevar a ebullición nuevamente y cocinar el arroz en fuego bajo a medio con una tapa o hasta que se acabe toda el agua. Este método podría eliminar el 50 % del arsénico del arroz integral y el 74 % del arroz blanco sin dejar de conservar los nutrientes. Es mejor estar seguro a través de estos métodos; Los nutrientes perdidos se pueden complementar de muchas maneras. ²¹

5.2 Utilice el arroz cocido correctamente para evitar intoxicaciones alimentarias : El arroz crudo puede contener esporas de bacterias bacillus cereus que pueden sobrevivir incluso después de la cocción. Por lo tanto, come arroz tan pronto como se haya cocinado. Si no es posible, enfríelo dentro de una hora, refrigere y cuando esté listo para consumir (dentro de un día), vuelva a calentar completamente. Si se deja durante más tiempo a temperatura ambiente, las esporas pueden convertirse en bacterias. que se multiplicará y producirá toxinas que puede causar diarrea o vómitos. No recaliente el arroz más de una vez. El arroz negro cocido debe guardarse en un recipiente hermético en el refrigerador; se mantendrá fresco durante 3 a 5 días. ^{13,23}

5.3 Potenciar el beneficio del arroz : Comer con moderación como parte de una dieta variada y equilibrada mezclada con legumbres y verduras. El Instituto Nacional de Nutrición de India recomienda alrededor de 270 g de cereal por día (con un máximo de 100 g de mijo). Cuando el cuerpo necesita carbohidratos para el rendimiento y la recuperación, es el mejor momento para consumir arroz. Si uno se acuesta después de un tazón gigante de arroz, se convertirá en grasa. Cuanto mayor sea la variedad de arroz que uno come, menor es la posibilidad de tener una deficiencia de micronutrientes. ^{2,16,24-26}

5. 4 ¡Considere alternativas al arroz para mantener el medio ambiente, los medios de subsistencia y la salud en el contexto del agotamiento de los recursos naturales! 2023 es el año internacional del mijo. Se está alentando porque es amigable con el medio ambiente y con los agricultores. Requiere insumos mínimos, mucha menos agua que el arroz y el trigo, es resistente a los cambios climáticos, crece incluso

en suelos pobres y recursos naturales agotados, es resistente a enfermedades y plagas, y puede sostener la cadena de suministro de alimentos. La mayoría de los mijos tienen más fibra y proteína y un IG más bajo en comparación con el arroz, y menos arsénico, lo que lo hace amigable para el consumidor. ^{27,28}

5. 5 Mantenga las opciones simples y coma con conciencia. Lo que es importante para su salud en general es alcanzar y mantenerse en un peso saludable. Si es posible, rote las variedades de arroz con otros granos disponibles como el mijo (consulte *el volumen 12 #5*). Incluya frutas frescas de temporada, verduras y grasas buenas en la dieta. Pruebe una combinación diferente de alimentos a intervalos regulares, observe la diferencia y quédese con lo que más le convenga en términos de salud y placer de comer. **¡Sigue explorando y come con alegría!**

Referencias y enlaces

1. Discurso Divino sobre la Tolerancia, [Sathya Sai Habla, Volumen 1 \(ss sbpt.info\)](#)
2. Beneficios del arroz: [Los 5 principales beneficios del arroz para la salud | buena comida bbc](#)
3. Salud del colon y perlas: [calorías de arroz blanco, información nutricional y beneficios \(verywellfit.com\)](#)
4. [¿Qué es el arroz con cáscara? \(con fotos\) \(delightedcooking.com\)](#)
5. Arroz sancochado/convertido: [Arroz sancochado \(convertido\): nutrición, beneficios y desventajas \(healthline.com\)](#)
6. [marrón vs. Arroz blanco: ¿cuál es mejor para la salud? \(líneasalud.com\)](#)
7. [El índice glucémico del arroz – NatureWord](#)
8. [¿Qué es el índice glucémico \(IG\)? - Servicio Nacional de Salud \(www.nhs.uk\)](#)
9. [Índice glucémico del arroz Arborio - Matriz de arroz](#)
10. [La verdad sobre el índice glucémico y la carga glucémica - Harvard Health](#)
11. [Arroz: Índice Glucémico y Carga Glucémica. Resumen completo □ \(glucemic-index.net\)](#)
12. [Hoja informativa sobre alimentos con índice glucémico | Asociación Dietética Británica \(BDA\)](#)
13. El arroz negro es la estrella de rock de la nutrición: [¿Es saludable el arroz? Los 3 tipos de arroz más saludables \(realsimple.com\)](#)
14. [11 sorprendentes beneficios y usos del arroz negro \(healthline.com\)](#)
15. Arroz rojo: [Arroz rojo: tipos, contenido nutricional, beneficios para la salud, recetas y efectos secundarios \(netmeds.com\)](#)
16. [Variedades tradicionales de arroz de la India \(esamskriti.com\)](#)
17. [Beneficios del arroz rojo: una guía completa de nutrición, recetas y más - NDTV Food](#)
18. [Arroz Medicinal - Illuppai Poo Samba, Arroz Molido Crudo \(organicwayfarm.in\)](#)
19. Arroz rakthashali: [este agricultor de Kerala está a la altura de las circunstancias con la agricultura 'Rakthashali' - The New Indian Express](#)
20. ¡Arsénico en el arroz! [Arsénico \(who.int\)](#)
21. <https://foodrevolution.org/blog/arsenic-in-rice/#>
22. <https://www.consumerreports.org/cro/magazine/2015/01/cuanto-arsenico-hay-en-su-arroz/index.htm#>
23. [¿Recalentar el arroz puede causar intoxicación alimentaria? - Servicio Nacional de Salud \(www.nhs.uk\)](#)
24. ¿Comer moderado es cuánto? <https://www.healthifyme.com/blog/millet/#>
25. [¿Cuánto es una porción? | Libre de humo](#)
26. El mejor momento para comer arroz: [la diferencia entre el arroz blanco, integral y rojo | Últimas noticias del HuffPost](#)
27. Los mijos son amigables con el medio ambiente: <https://unric.org/en/millets-good-for-people-the-environment-and-farmers/#>
28. ¿Son los mijos mejores que el arroz?: <https://tcrconnectingagriculture.com/2020/12/millets-for-diabetes/>

2. Taller SVP en Puttapparthi del 2 al 4 de mayo de 2023

Después de un riguroso proceso de admisión, se seleccionaron cuatro VP (tres de India y uno de EE.



UU.). Después de un curso electrónico de seis semanas, asistieron a este taller presencial de tres días para calificar como SVP y prestar juramento. Aprendieron con entusiasmo el funcionamiento de la máquina para hacer remedios específicos, el proceso de potenciación, incluida la fabricación de nosodes, el efecto y la modalidad de transmisión y el significado de los miasmas. Estaban encantados sin medida al saber cómo se hizo el primer prototipo y cómo Swami lo bendijo de la manera más espectacular para convertirlo en una máquina divina. Se sintieron verdaderamente bendecidos por ser los destinatarios de este SRHVP único.

Expresaron que es un gran privilegio convertirse en un practicante de vibriónica y ahora convertirse en

SVP les brinda una mayor comprensión del funcionamiento de la vibriónica y los ayudará a servir a sus pacientes aún mejor.

El Dr. Aggarwal en su discurso de despedida los inspiró a través de consejos sobre cómo encontrar tarjetas adecuadas y utilizar la máquina de manera efectiva para tratar a los pacientes, intercalados con algunas de sus propias experiencias sobresalientes. Los cuatro SVP estaban tan interesados en adquirir un conocimiento aún mayor que propusieron reuniones interactivas regulares con los maestros, la primera está programada para julio de 2023.

3. Seminarios

1. Los practicantes de Kerala se reúnen el 14 de mayo de 2023

20 practicantes asistieron a esta reunión presidida por el presidente del distrito de la organización Sri Sathya Sai Seva. La reunión comenzó con un homenaje a nuestro practicante senior recientemente fallecido, Rajesh Raman, quien jugó un papel fundamental en el crecimiento de la vibriónica, especialmente en Kerala. El **Coordinador de Vibriónica de Kerala** ⁰²⁰⁹⁰, debido a su incapacidad para asistir físicamente, se dirigió a la reunión por teléfono. Él los inspiró a continuar con vibriónica seva con mayor vigor. Hubo una gran necesidad de lanzar la versión malayalam de todos los libros de vibriónica para superar la barrera lingüística, de modo que más practicantes puedan tomar este seva. El **practicante** ¹¹²³¹ destacó la necesidad de establecer una organización efectiva en Kerala y es alentador notar que diez practicantes se ofrecieron para asumir varios roles organizacionales. La reunión terminó con la carga de las cajas de 108CC seguidas por el mantra Shanthi.



2. Seminario del oeste de Londres en el Reino Unido 21 de mayo de 2023

Los practicantes del Reino Unido han estado realizando seminarios regulares de actualización en intervalos de cuatro meses. Este seminario al que asistieron practicantes fue organizado por el grupo West London. Se presentaron varios casos exitosos de curación para deleite de todos, así como algunas anécdotas interesantes. Tres practicantes hicieron presentaciones, distribuidas con anticipación a todos, sobre temas específicos:

El practicante ⁰⁰⁵³⁴, un farmacéutico calificado, habló sobre el uso de los remedios florales de Bach. Hizo hincapié en la necesidad de tratar la causa, no la enfermedad. Las toxinas emocionales negativas provocan un desequilibrio químico y eléctrico en el sistema, manifestándose como depresión, problemas de conducta, fallas de memoria, fobias y dificultades de aprendizaje. Cada enfermedad tiene varias emociones de raíz, por lo que el practicante debe identificar el conflicto mental primario en la persona, darle el remedio de Flores de Bach adecuado y también toda la esperanza y el aliento para que el paciente se sienta más positivo en su camino hacia la salud.

Esto fue seguido por una discusión sobre cómo tratar las plantas con remedios florales de Bach y tónico para plantas junto con un ejemplo de cómo las plantas revivieron y se volvieron saludables.

El practicante ⁰³⁵⁹⁸, un médico de cabecera recientemente retirado, brindó información útil sobre el dolor de espalda. Ella enfatizó que el estilo de vida actual, especialmente el estrés, no conduce a una 'espalda' saludable. Las largas horas de trabajo en ordenadores o móviles son un gran peligro. Una espalda débil es vulnerable a lesiones como esguinces, torceduras y prolapsos de disco.

Las hormonas inducidas por el estrés pueden tensar los músculos y hacerlos rígidos y dolorosos. El simple caminar en un ambiente sano y agradable es un antídoto contra el estrés y es mejor que hacer ejercicio en el gimnasio. El yoga y la meditación son buenas soluciones para prevenir el estrés. En pocas palabras, un estilo de vida saludable en forma de actividad regular, ejercicio, aire fresco y sueño adecuado, y una dieta saludable ayudarán a mantener la espalda fuerte. Agregó que la vibriónica junto con el asesoramiento general mediante la promoción del pensamiento positivo puede desempeñar un papel en la insensibilidad de los nervios al dolor y el fortalecimiento del mecanismo de afrontamiento.

Advirtió a los practicantes que nunca deben tomar el dolor de 'espalda' a la ligera, ya que puede haber otras causas graves pero menos comunes de dolor de espalda: cáncer y tumores que afectan la columna vertebral o la médula espinal o cáncer de próstata, problemas renales, enfermedad de la vesícula biliar y afecciones pélvicas que puede dar dolor de espalda *referido* .

El practicante ⁰⁰⁰³³ , consultor de cardiología, presentó un PPT sobre afecciones cardíacas comunes y prevención de enfermedades cardíacas, siendo la más común la enfermedad de las arterias coronarias causada por la acumulación de placa en las arterias. Las causas comunes son el tabaquismo, el colesterol alto, la obesidad, la diabetes, la presión arterial alta, los antecedentes familiares y la inactividad física. Su consejo fue controlar el nivel de colesterol, especialmente el LDL o colesterol "malo", la presión arterial, el azúcar en la sangre mediante el control de la dieta y el ejercicio. También arrojó luz sobre los signos de un ataque cardíaco, generalmente dolor en el pecho en reposo, dolor que se irradia al brazo izquierdo/ambos brazos/mandíbula/hombro/espalda, dificultad para respirar, sudoración, náuseas o vómitos. El daño de esto puede conducir a insuficiencia cardíaca.

El practicante ⁰²⁸⁰² agregó, especialmente en el contexto de los pacientes asiáticos, que cambiar de aceite refinado para cocinar a una opción más saludable puede marcar una gran diferencia en la salud del corazón; consulte nuestro artículo de Salud en el vol. 12 n.º 1.

Los detalles completos en formato power point están disponibles a pedido de news@vibrionics.org .

4. Anécdota: ¡Transmitiendo sin SRHVP!

En agosto de 2022, mientras se bañaba, la practicante ¹⁰³⁷⁵ sin darse cuenta colocó el lado dorsal de su pulgar izquierdo debajo del agua caliente que caía del grifo del géiser. La piel instantáneamente se volvió de color rojo oscuro con una insoportable sensación de ardor y dolor. Inmediatamente tuvo la idea de enviar **CC10.1 Emergencies** mentalmente, lo cual hizo mientras rezaba intensamente a Swami; después de unos segundos, cambiando el combo a **CC10.1 Emergencies** mentally which she did while praying to Swami intensely; after a few seconds, changing the combo to **CC10.1 Emergencies + CC21.4 Stings & Bites**, transmitió mentalmente las vibraciones al área afectada. ¡He aquí! El enrojecimiento del pulgar desapareció instantáneamente, restaurando el color original de la piel; la sensación de ardor y el dolor también desaparecieron. ¡Estuvo feliz durante mucho tiempo!

Nota: ¡ No dependa de este método de transmisión ya que no siempre funciona!

5. En memoria

- Con gran pesar, anunciamos que nuestro asociado de 83 años, **el Dr. Ram Gopal Katyal** ^{02806...Malasia} trascendió su forma física este año el 24 de abril, ¡el día del Mahasamadhi de Swami! Como ferviente devoto de Sai Baba, obtuvo gran alegría sirviendo en innumerables campamentos médicos en Malasia y en Puttaparthi durante las últimas cinco décadas. Después de jubilarse como médico, aprendió vibriónica en 2011 porque creía firmemente en su poder curativo y dedicó su tiempo y energía a ayudar a las personas con este sistema de curación. ¡Él sirvió a su último paciente de vibriónica el día antes de ser admitido en el hospital, solo dos semanas antes de dejar su forma física! Su compromiso con el servicio fue inquebrantable. Tocó la vida de muchas personas y lo extrañaremos mucho, dejándonos con un legado excelente de servicio inspirador y devoción. Fue un brillante ejemplo del principio de que las manos que ayudan son más santas que los labios que oran. Que sigamos sus pasos radiantes, dedicados y amorosos.
- Nos entristece anunciar la pérdida de nuestra practicante de Nagpur de 84 años , **la Dra. Rewati Raman Chourasia** ¹²⁰⁵⁴ . El 7 de mayo de 2023 sufrió un infarto masivo, solo seis días antes de cumplir 85 años. Se convirtió en AVP en 2010 y calificó como VP en 2017. Sincero y diligente, durante muchos años ofreció servicio vibriónico regular en un templo en Vikas Nagar, Nagpur. Durante sus últimos años no pudo mudarse de su casa donde cuidaba a su esposa postrada en cama. ¡Que su alma buena se funda en el Amor infinito de Swami!

Om Sai Ram!

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