

Sai Vibrionics Newsletter

www.vibrionics.org

“Wann immer du einen kranken, niedergeschlagenen, unglücklichen Menschen siehst, da ist dein Tätigkeitsfeld für Seva”... Sri Sathya Sai Baba

Vol 4 Ausgabe 4

Juli/Aug 2013

☪ Vom Schreibtisch des Dr. Jit K Aggarwal ☪

Liebe Praktiker,

es bereitet mir eine immense Freude die neueste aufregende Entwicklung mit unserer wachsenden Familie von Sai Vibrionics Praktikern zu teilen. Es wurde von unserem allseits respektierten All-India Präsidenten Sri Srinivansanji vorgeschlagen, dass wir einen Vibrionicworkshop/Konferenz (unabhängig und nicht verbunden mit der Sai Organisation oder dem Sai Trust) in Prashanti Nilayam in naher Zukunft abhalten. Dies ist eine große Ehre und auch eine schöne Möglichkeit die uns von Bhagawan gegeben wird, um Vibrionics zu präsentieren und das Bewusstsein für dieses wunderbare Heilsystem zu verbreiten.

Unser Vorschlag für das Datum der Konferenz ist der 26. Jänner 2014, und wir könnten nicht um ein perfekteres Neujahrsgeschenk vom Herrn bitten. Als Swami uns in einem Interview am 21. April 2007 sagte, dass es eine Internationale Vibrionicskonferenz in Puttaparthi geben würde, waren wir vollkommen überrascht. Swami's Worte scheinen jetzt im Jänner wahr zu werden.

Dies ist ein bedeutender Meilenstein für Sai Vibrionics. Das ist das Ergebnis der kollektiven Bemühungen der unzähligen Praktiker, die täglich weltweit uneingeschränkte Liebe und Dienst am Nächsten in Form von Heilsschwingungen, übermitteln.

Wie Sie sich vorstellen können muss viel getan werden, damit diese Konferenz ein Erfolg ist. Es ist eine große Verantwortung für uns aktiven Vibrionics-Praktiker. Eine Konferenz in Prashanti Nilayam abzuhalten ist kein leichtes Unterfangen – es bedarf Monate der Planung, Vorbereitung und harter Arbeit. Wir können so eine große Aufgabe nicht ohne eurer aktiven Teilnahme und großzügiger Unterstützung durchführen. Wir sprechen daher eine offene Einladung an euch alle aus, miteinander eure Gedanken zu sammeln, und in welcher Form auch immer einen Beitrag, wie es für euch möglich ist, zu dieser Bemühung zu leisten. Wir schlagen vor, dass wir Präsentationen von interessanten und einzigartigen Fällen machen, und Artikel über die verschiedenen Aspekte von Vibrionics präsentieren. Wir planen auch eine Ausstellung, die das Wachstum und die Entwicklung von Vibrionics über die letzten 20 Jahre dokumentiert und unsere verschiedenen Begegnungen mit Swami diesbezüglich besonders hervorhebt.

Wir würden Praktiker brauchen, die bei der Planung und Koordination helfen, die Präsentationsmaterialien und degl. für die Ausstellung vorbereiten, die Präsentationsbeiträge zum Ausstellen schreiben und natürlich, je näher der Zeitpunkt für die Konferenz kommt, brauchen wir auch Freiwillige, die die Registrierung, Unterkunft usw. der Delegierten managen. Bitte tretet so bald als möglich unter 99sairam@vibrionics.com mit uns in Kontakt, und lasst uns wissen was ihr zu dieser gesegneten Veranstaltung beitragen möchtet. Es scheint als ob sie Monate entfernt ist aber glaubt mir, sie steht schon vor der Tür. Wir heißen alle Ideen und Gedanken willkommen, und würden gerne wissen was ihr auf der Konferenz sehen und hören möchtet.

So senden Sie uns bitte bis 31. August ihren Namen und teilt uns mit **a.** ob Sie teilnehmen werden **b.** ob Sie eine Arbeit präsentieren oder ausstellen wollen **c.** welches Seva Sie vor oder während der Konferenz anbieten können. In den nächsten Wochen werden wir auf www.vibrionics.org unter der Praktikersektion eine sich ständig erweiternde Liste posten. Dort finden Sie die unterschiedlichen Möglichkeiten der Hilfeleistungen die benötigt werden, um diese erste Vibrionics-Konferenz erfolgreich zu machen. Bitte überprüfen Sie die Webseite regelmäßig.

Wir verstehen, dass es vielen Praktikern nicht möglich sein wird physisch an der Konferenz in Prashanti teilzunehmen, und Zeugen dieser großen Veranstaltung zu werden. Es ist dies aber kein Grund, dass Sie nicht auch von zu Hause aus ihre Hilfe anbieten können. Wir können allen Aufgaben zuteilen, die uns bei diesem Seva helfen wollen. So eine große Veranstaltung kann nicht ohne den ausdrücklichen Willen und Segen von unserem

geliebten Swami stattfinden, und die Möglichkeit an einer Konferenz, die in Seinem eigenen Ashram stattfindet, teilzunehmen (in welcher Form auch immer) sollte nicht auf die leichte Schulter genommen werden. Es sollte eine Gabe der Dankbarkeit an unseren Göttlichen Meister sein, und wir müssen alle möglichen Anstrengungen machen, damit sie auch Seiner würdig ist.

Dies ist für Vibrionics eine richtungsweisende Möglichkeit sich als ein führendes alternatives Heilsystem zu profilieren. Es ist durch Plattformen wie diese Konferenz eine ist, dass die kollektiven Erfahrungen am besten zum Vorteil jedes einzelnen erfasst\veröffentlicht\präsentiert und geteilt werden, indem durch die Nutzbarmachung von Wissen beste Praktiken angewendet werden. Wir freuen uns schon bald von Ihnen zu hören und hoffen und beten, dass Swami uns führen wird damit diese Konferenz eine Wirklichkeit wird. Miteinander sollen wir an der Erreichung des Ziels arbeiten, Vibrionics für alle Menschen, Tiere und Pflanzen verfügbar zu machen.

In liebenden Dienst anSai

Jit Aggarwal

☞ Fallgeschichten und die Verwendung von Kombos ☞

1. Prostatakrebs^{02799...UK}

Der Praktiker begann mit der Behandlung eines 83-jährigen Mannes 3 Monate nachdem er die Diagnose Prostatakrebs bekommen hatte. Er verweigerte allopathische Medizin einzunehmen und sich einer Chemotherapie zu unterziehen. Er stimmte aber den regelmäßigen Untersuchungen nach jeweils 6 Monaten im Krankenhaus zu. Ihm wurde folgende Kombo gegeben:

CC2.1 Cancers + CC2.3 Tumours & Growths + CC14.1 Male tonic + CC14.2 Prostate...TDS

Nach achtmonatiger Vibrionicsbehandlung besuchte er zur regelmäßigen Untersuchung das Krankenhaus. Es wurde ihm gesagt, dass der Krebs völlig verschwunden sei und er zu keinen weiteren Untersuchungen mehr kommen müsse. Er setzte mit der Einnahme der obigen Kombo fort, die Dosis wurde jedoch nach 6 Monaten auf BD reduziert. Nach einem weiteren Jahr wurde die Dosis im Jänner 2013 als präventive Maßnahme auf OD.

+++++

2. Arthritische Knieschmerzen^{02877...USA}

Am 27. Oktober 2012 kam ein 71-jähriger Patient zum Praktiker, da er unter starken Schmerzen am linken Knie litt und er kaum gehen konnte. Sein Arzt hatte eine ernsthafte Arthritis diagnostiziert; so wurde für 18. Dezember eine Knieoperation geplant. Ihm wurde **CC20.3 Arthritis...TDS** gegeben. Nach 2 Tagen fühlte er sich schon um 90 % besser, aber bald darauf bekam er am ganzem Körper Schmerzen, besonders an der Wirbelsäule. Die obige Kombo wurde gestoppt und es wurde ihm folgende Kombo gegeben:

CC20.1 SMJ tonic + CC20.2 SMJ pain + CC20.3 Arthritis + CC20.4 Muscle & Supportive tissue + CC20.5 Spine...TDS

Anfang Dezember fühlte er sich um 95 % besser, und so sagte er die Operation ab. Sechs Monate später fühlte er sich um 98 % besser und er ist sehr glücklich über seine verbesserte Lebensqualität.

Das ist ein großartiges Beispiel wie ein häufiges Problem bei vielen alten Menschen durch Vibrionics geradezu beseitigt wird.

+++++

3. Chronische Verstopfung^{02802...UK}

Eine Mutter brachte ihre 8-jährige Tochter zum Praktiker, da das Kind schon seit 3 Jahren unter Verstopfung und immer wiederkehrenden Harninfekten leidet. Sie konnte ihren Darm nicht entleeren ohne täglich Movicol laxative (Abführmittel) einzunehmen. Ihr wurde folgende Kombo gegeben:

CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.4 Constipation + CC4.10 Indigestion + CC13.2 Kidney & Bladder infections + CC15.1 Mental & Emotional tonic...TDS

Am Tag nach der ersten Einnahme der Kombo konnte sie ihren Darm regelmäßig entleeren und das Abführmittel wurde gestoppt.

+++++

4. Wechseljahrsbeschwerden ^{02322...USA}

Eine 55-jährige Patientin kam mit typischen Wechseljahresbeschwerden wie Hitzewallungen, emotionale Stimmungsschwankungen von Ärger, Depression, Traurigkeit und Ruhelosigkeit zum Praktiker. Sie hatte wenig Enthusiasmus bei ihren täglichen Hausarbeiten und allgemein keine positive Einstellung. Ihr wurde folgendes Heilmittel gegeben:

SR513 Oestrogen...BD in vibhuti – eine Dosis beim Aufwachen und eine Dosis vor dem Schlafen.

Innerhalb einer Woche haben sich die täglichen Hitzewallungen auf 1 bis 2 Mal wöchentlich reduziert und auch die Stimmungsschwankungen waren weniger geworden. Nach 2 weiteren Wochen war sie nur noch gelegentlich aufgebracht und die Wallungen waren selten. Das Heilmittel wurde auf eine Dosis vor dem Schlafengehen reduziert.

*Wir haben auch **NM10 Climacteric** das bei Östrogenproblemen hilft. Praktiker mit der 108CC Box: **CC8.1 Female Tonic +CC8.6 Menopause.***

+++++

5. Stress und Anspannung ^{00002...India}

Ein Praktiker sagt, dass für Menschen mit Stress, Sorgen oder Anspannung etc. folgende Kombo großartig hilft:

NM6 Calming + BR2 Blood Sugar + BR3 Depression + BR4 Fear + BR6 Hysteria + BR7 Stress + SM4 Stabilising + SM5 Peace & Love Align. + SM6 Stress + SM9 Lack of Confidence...TDS oder wie benötigt.

Der Praktiker empfiehlt eine kleine Tropfflasche bereit zu halten, um die Verteilung dieser Kombo leichter zu machen. Diese Kombo wirkt besonders effektiv bei alltäglichen Situationen mit denen man schwer umgehen kann, oder wenn es einem schwer fällt Entscheidungen zu treffen.

+++++

6. Atrial Septal Defekt (ASD) und Morbus Chron ^{002817...India}

Ein kleiner 9-jähriger Junge wurde mit ASD und Morbus Chron diagnostiziert. Die Operation wurde verweigert, da er sehr schwach war. Die Familie war so arm, dass sich die Eltern die Kosten einer allopathischen Behandlung nicht leisten konnten. Sie kamen auf Empfehlung eines Patienten dessen Arthritis erfolgreich mit Vibrionics behandelt wurde. Dem Jungen wurde folgende Kombo gegeben:

#1. NM6 Calming + NM26 Immunity + NM45 Atomic Radiation + NM75 Debility + NM90 Nutrition + OM2 Respiratory + OM19 Cardiac and Lung + BR18 Circulation + SM2 Divine Protection + SR256 Ferrum Phos + SR287 Digitalis + SR311 Rhus Tox + SR496 Heart Valves ...TDS (für ASD)

#2. NM2 Blood + NM15 Diarrhoea + NM36 War + NM80 Gastro + NM90 Nutrition + SR255 Calc Sulph...6TD (für Morbus Chron)

Innerhalb von einem Monat konnte der Junge, der für einige Zeit gar nicht gehen konnte wieder die Schule besuchen. Die Verbesserung betrug in etwa 70 %. Nach weiteren 2 Monaten fühlte er sich um 90 % besser und spielte sogar Fußball.

Die Dosierung der Kombo #1 beträgt bis auf weiterhin als Schutzmaßnahme TDS . Seine Verdauung verbesserte sich langsam und die Symptome von Morbus Chron waren nach einem Monat Behandlung verschwunden; so wurde die Dosierung von #2 während des nächsten Monats auf TDS und dann auf OD reduziert. Er nimmt dies Kombo noch 2 TW.

Mit der göttlichen Gnade von Baba schaut er jetzt vollkommen fit und happy aus. Das Glück der Familie kann von uns nicht in Worten ausgedrückt werden.

+++++

7. Warzen auf der Fußsohle ^{02870...USA}

Ein 13-jähriges Mädchen litt seit 18 Monaten unter Warzen auf ihrer Fußsohle. Ein Podologe hat die Haut über den Warzen abgeschält, damit Fluorouracilcreme 0,5 % in die Warzen eindringen und diese beseitigen kann. Die Behandlung dauerte 2 Monate und wurde ohne Erfolg abgebrochen. Man bat um Rat des Praktikers und es wurde die folgende Kombo, nicht nur für die Entfernung der Warzen, sondern auch zur Hilfe gegen Stress und zur

Lernunterstützung, gegeben.

CC15.1 Mental and Emotional tonic + CC17.3 Brain and Memory tonic + CC21.8 Herpes... eine Pille beim Aufwachen und eine Pille vor dem Schlafengehen. **CC21.8 Herpes** wurde in Kokosöl gegeben und auf die Warzen aufgetragen...TDS.

Das erste Foto unten zeigt die Warzen einen Monat nach Behandlungsbeginn (es gibt kein Foto vor Behandlungsbeginn). Das zweite Foto wurde 3 Monate nach Behandlungsbeginn gemacht. Es zeigt, dass der Fuß völlig frei von Warzen ist.

1 Monat nach Behandlungsbeginn



3 Monate nach Behandlungsbeginn



⌘ Wichtig: Achtung alle Praktiker ⌘

Einige der Fälle die wir erhalten sind fantastisch, aber wir können diese nicht immer mit allen teilen, da einige sehr wesentliche Informationen von den Praktikern fehlen. **BITTE** beachten Sie, dass Ihr gesendeter Fall folgendes beinhaltet:

Alter des Patienten, weiblich/männlich, Datum vom Beginn der Behandlung, detaillierte Liste von den akuten Symptomen, mögliche Ursache von jedem chronischen Symptom, etwaige frühere/bestehende Behandlung, verabreichte Kombo und Dosierung, tageweise Aufzeichnung der prozentualen Verbesserung, Endzustand, etwaige weitere relevante Informationen.

Dies wird uns bei der Publikation von Fällen in zukünftigen Newsletter helfen. Wenn diese Infos nicht erwähnt werden, dann kann es sein, dass wir nicht genügend komplette Fälle für zukünftige Publikationen haben.

⌘ Gesundheitstipps ⌘

Sai Vibrionics bietet Gesundheitsinformationen und Artikel nur zu Bildungszwecken, diese Informationen sind nicht als medizinischer Rat gedacht. Empfiehlt euren Patienten bei mangelndem Gesundheitszustand einen Arzt zu konsultieren.

Lebendiges Wasser für Ihre Gesundheit



Wasser ist für uns das wichtigste Getränk zum Überleben. Wir können einige Wochen ohne Essen überleben, aber ohne Wasser können wir in den meisten Fällen nicht mehr als 3 bis 5 Tage überleben.

Wie alle wissen, macht Wasser beinahe 70 % unseres Körpergewichts aus. Dies impliziert, dass Wasser von allen Organen und Organsystemen zum optimalen Funktionieren benötigt wird. Wasser wird für die Bewahrung der Feuchtigkeit im Körper und für den Transport von Nährstoffen, die in vielen chemischen Reaktionen im Körper involviert sind, benötigt. Eine der primären Funktionen des Wassers auf einem zellularen Level ist, die Nährstoffe zu den Organismen zu befördern, und effektiv die Abfallprodukte zu verdünnen und abzutransportieren. Wasser wird auch als „universelles Lösungsmittel der Natur“ bezeichnet. Es wird von allen Lebensformen und ökologischen Systemen, und bei jeder wichtigen tragenden Aktivität und Industrie, benötigt.

In früheren Zeiten wurde Wasser als wesentliche Flüssigkeit allen Lebens oft tief respektiert, auch verehrt – in den Phasen der Konzeption, Geburt, Wachstum und Nahrung und für die Heilung von Krankheiten. Das gilt auch für heute – die Wichtigkeit von Wasser für unser Wohlergehen kann nicht überbetont werden.

Einfaches Wasser ist bereits eine der gesündesten Flüssigkeiten die man trinken kann. Sie trinken vielleicht bereits schon 8 Gläser Wasser am Tag? Aber macht es einen Unterschied welches Wasser Sie trinken?

Gesundheitsenthusiasten auf der ganzen Welt glauben, dass nicht jedes Wasser für uns gleich gut ist. Sie teilen Wasser sogar in „totes“ und „lebendiges“ Wasser ein.

„Totes Wasser“ ist Wasser, dass mit fremden Substanzen und Frequenzen belastet ist. Es ist oft voll mit den Auswirkungen der elektromagnetischen Strahlung unterschiedlicher Art meist von Menschen verursacht, und auch voll mit physischen und energetischen Schadstoffe aller Art. Wasser von kommerziellen Wasserherstellern oder von kommunalen Dienstleistern kann in der Regel als „totes“ Wasser bezeichnet werden.

„Lebendiges“ Wasser ist etwas anderes. Es ist mehr am Leben, „nasser“, das bedeutet dass es eine bessere Arbeit bei der Aufnahme und der Beseitigung von giftigen Materialien im Körper macht. Es ist dem zellulären Wasser am nächsten, und seine lebensfördernden Frequenzen werden dankbar von den dehydrierten und erschöpften Zellen unseres Körpers absorbiert.

Solches Wasser ist unter vielen Namen bekannt: energetisiertes Wasser, strukturiertes oder umstrukturiertes Wasser, hexagonales Wasser, clustergrößenreduziertes Wasser, organisiertes Wasser und unter vielen anderen Namen.

Die beste Quelle von „lebendigem“ Wasser ist natürliches Quellwasser. Echtes Quellwasser hat eine schimmernde, bläuliche Farbe. Betrachten Sie sich als glücklich, wenn Sie Zugang zu solch einem Wasser haben. Für den Rest von uns gibt es viele unterschiedliche Arten das Wasser zu verbessern, es zu energetisieren.

Das Internet ist voll mit Seiten, die Ihnen alle Arten von wasserenergetisierenden Geräten, Kristallen oder Pillen verkaufen. Wir wollen Ihnen diese Seiten nicht empfehlen, und möchten mit Ihnen eine einfache Methode zur Verbesserung Ihres Wassers teilen. Diese Methode basiert auf der Farbtherapie und benötigt keine Chemikalien oder speziellen Geräte. Wir nennen sie „Blaue Solar Wassermethode“.



Was Ist Blau Solar Wasser (Blue Solar Water)?

- ❖ Blaues Wasser ist nichts als normales Trinkwasser, dass in einer blaugefärbten durchsichtigen Flasche für eine bestimmte Zeit aufbewahrt wird.

Warum gerade die Farbe Blau aus all den Farben?

- ❖ Blau wird mit Pause, Entspannung, Regeneration und Kommunikation in Verbindung gebracht.
- ❖ Blau senkt den Blutdruck und die Herzfrequenz, vermindert Nervosität und Stress und ist eine sehr beruhigende Farbe.

- ❖ Sie ist sehr wirksam bei der Behandlung von Kopfschmerzen und Schlafstörungen.
- ❖ Blau ist eine hochwirksame Farbe für Meditation, Kommunikation, spirituelles Wachstum und hohen geistigen Qualitäten.
- ❖ Blau bringt die kreativen Stärken hervor und gibt Frieden.

Wie macht man Blau Solar Wasser?

Geben Sie Trinkwasser (Leitungswasser, Artisan Wasser, filtriertes Wasser, abgefülltes Wasser) in eine blaue Flasche. Sie können jede beliebige blaue Glasflasche verwenden – von tief kobaltblau bis hellblau.

- ❖ Verschließen Sie die Flasche mit einem beliebigen Material wie Plastik, einem Kork, Stoff, nur nicht mit Metall. Wenn Sie die Flasche mit einer Kappe zum Schutz vor Ungeziefer und Insekten verschließen wollen, so verwenden Sie keine Metallkappe.
- ❖ Stellen Sie die Wasserflasche während des Tages für mindestens eine Stunde ans Tageslicht nach draußen. Die Flasche muss nicht im direkten Sonnenlicht stehen, aber muss dort sein wo Sonnenlicht hinkommt. Sie können Blau Solar Wasser an einem bewölkten Tag, oder auch auf einer schattigen Veranda machen.
- ❖ Solar Wasser kann man nicht durch ein Glasfenster machen. Durch das Glasfenster wird das Sonnenlicht, bevor es die blaue Wasserflasche erreicht, vorgefiltert und hindert somit den Prozess.
- ❖ Solange die blaue Glasflasche draußen steht, wo sie Licht von der Sonne erhält (auch wenn sie im Schatten steht, solange sie nicht völlig ohne Licht ist) wird sie Blaues Solar Wasser erzeugen.
- ❖ Je länger Sie das Wasser draußen lassen, desto besser wird es. Sie können das Wasser den ganzen Tag draußen lassen. Sie können das Wasser in der Nacht oder kurz vor Tagesanbruch hinaus stellen, damit es die ersten Sonnenstrahlen am Morgen bekommt, welche die Energieschwingungen des Blau Solar Wasser zu erhöhen scheinen.
- ❖ Wenn das Wasser fertig ist, können Sie es in jedem beliebigen Gefäß aufbewahren. Es ist gut es in Plastik zu lagern, oder in jedem beliebigen Behälter. Wenn das Wasser fertig ist können Sie den Behälter auch mit einer Metallkappe verschließen.
- ❖ Fügen Sie Blau Solar Wasser zu anderem Wasser bei um auch letzteres zu Blau Solar Wasser zu machen. Füllen Sie eine Tasse, Krug etc. mit Wasser und runden Sie es mit Blau Solar Wasser ab, um das ganze Wasser zu Blau Solar Wasser zu machen.

Ideen für die Verwendung von Blau Solar Wasser

- ❖ Trinken Sie Solar Wasser zur Hydratation und Erfrischung, Gifte zu entfernen und zur Heilung. Sie können mit diesem Wasser auch gurgeln.
- ❖ Verwenden Sie Solar Wasser zum Kochen um den Geschmack des Essens zu verbessern.
- ❖ Baden Sie zur Erholung und Entspannung in Blau Solar Wasser, und es hilft Gifte aus ihrem Körper zu befreien. Blau Solar Wasser hat die Tendenz die Haare zu verdunkeln, daher verwenden Sie es nicht zu exzessiv für die Haare, wenn sie die helle Farbe beibehalten wollen.
- ❖ Verwenden Sie es zum Gießen von Zimmer- und Gartenpflanzen.

Es gibt noch viele gesundheitliche Vorteile durch die Verwendung von Blau Solar Wasser. Wenn Sie im Internet danach suchen wollen, werden sie überrascht sein was Menschen über dieses wunderbare lebendige Wasser sagen.

Quellen:
<http://www.life-enthusiast.com/nhs02-super-hydrate-with-energized-water-a-5358.html>
http://www.energizewater.com/index_files/wiew1.htm
<http://rajanjolly.hubpages.com/hub/Health-Benefits-Of-Water-Blue-Water>
<http://www.robinskey.com/blue-solar-water/>
http://www.blueiris.org/community/index.php?option=com_content&view=article&id=87&Itemid=131

+++++

Asthma und Ernährung



Asthma ist eine Krankheit die von wiederkehrenden Anfällen der Atemnot und Keuchen gekennzeichnet ist, wobei die Schwere und Häufigkeit von Person zu Person variieren. Während eines Asthmaanfalls schwillt die Auskleidung der Bronchien an, was zur Verengung der Atemwege führt und den Atemfluss in und aus den Lungen vermindert.

Wichtige Fakten von der Weltgesundheitsorganisation

- ❖ Es ist die häufigste chronische Erkrankung bei Kindern
- ❖ Asthma ist eine chronische Erkrankung der Bronchien – der Atemwege die von und zu der Lunge führen.
- ❖ Die meisten Asthmatodesfälle gibt es in Ländern mit niedrigen und mittelniedrigen Einkommen.
- ❖ Die stärksten Risikofaktoren für die Entstehung von Asthma sind eingeatmete Stoffe und Partikel die allergische Reaktionen verursachen können, oder die Atemwege irritieren.
- ❖ Medikamente können Asthma unter Kontrolle bringen.
- ❖ Asthma ist schwierig zu heilen, aber eine geeignete Behandlung von Asthma kann den Menschen eine gute Lebensqualität ermöglichen.

Die Ursachen

Die grundlegenden Ursachen von Asthma sind noch nicht ganz erforscht. Die stärksten Risikofaktoren für die Entwicklung von Asthma sind eine Kombination aus genetischer Veranlagung und die Belastungen aus der Umwelt durch eingeatmete Substanzen und Partikel die allergische Reaktionen auslösen, oder die Atemwege irritieren, wie:

- ❖ Innenraumallergene (zum Beispiel Hausstaubmilben im Bett, Teppichen, Verschmutzung und Tierhaaren)
- ❖ Aussenraumallergene wie Pollen und Schimmelpilze
- ❖ Tabakrauch
- ❖ chemische Reizstoffe am Arbeitsplatz
- ❖ Luftverschmutzung.

Andere Auslöser können kalte Luft, extreme emotionale Erregungen wie Wut und Angst, und körperliche Übungen sein. Asthma kann auch durch bestimmte Medikamente wie Aspirin, andere nicht steriodale entzündungshemmende Tabletten und Betablocker (welche bei der Behandlung von Bluthochdruck, Herzerkrankungen und Migräne eingesetzt werden) ausgelöst werden.

Die Ernährung

In dieser Sektion wird auf die wichtige Rolle der Ernährung im Leben eines Asthmakranken hingewiesen. Die Ernährung kann dazu beitragen, die Hyperaktivität der Immunzellen zu reduzieren, sodass sie weniger reaktiv auf Luftverschmutzung und Allergene sind. Bestimmte Nährstoffe helfen bei der Neutralisierung der produzierten freie Radikale, was wiederum die Schwere und Häufigkeit der Asthmaanfälle reduziert, und die Lungenfunktion verbessern kann. Eine geeignete gesunde Ernährung hat definitiv eine positive Auswirkung auf viele Menschen die unter Asthma leiden. Mahlzeiten sollen in regelmäßigen Intervallen und kontrollierten Mengen eingenommen werden, um eine Überladung des Magens zu vermeiden, was einen Asthmaanfall auslösen könnte.

Es gibt Beweise, dass Menschen deren Ernährung reich an Vitamin C und E, Beta-Karotin, Flavonoiden, Magnesium, Selen und Omega 3 Fettsäuren ist, eine niedrigere Asthmarate haben. Viele dieser Substanzen sind Antioxidantien, die Zellen vor Schäden schützen.

- ❖ **Vitamin C-reiche Lebensmittel:** Früchte und Gemüse sind wichtig für eine gesunde Lunge. Vitamin C ist für jene Asthmapatienten extrem vorteilhaft, die eine durch physische Aktivität verursachte Hyperaktivität der Atemwege erfahren. Folgende Lebensmittel sind reich an Vitamin C: Trauben, Tomaten, Ananas, Wassermelonen, Zitrusfrüchte, Kiwis, grüne Senfblätter, roher Kohl, Blumenkohl, Spinat, Petersilie, Karotten und Paprika.

- ❖ **Vitamin B-reiche Lebensmittel:** Das sind grünes Blattgemüse, Hülsenfrüchte, Sonnenblumenkerne, und getrocknete Feigen die auch eine gute Quelle für Magnesium (hilft bei der Kontrolle von Asthma) sind. Grünes Gemüse ist auch reich an Antioxidantien und kann die Anzahl von freien Radikale im Körper, welche Asthmaauslöser sind, herabsetzen. Leicht gedünstetes Gemüse ist geschmacklicher, behält die Nährstoffe und macht das Essen leichter verdaulich.
- ❖ **Lebensmittel mit Omega 3 Fettsäuren** sind Fische wie Lachs, Thunfisch und Sardinen und einige Pflanzenquellen wie Flachs, Walnüsse, ihnen wird eine Reihe von gesundheitlichen Vorteilen zugesprochen. Wenn auch der Beweis, dass sie bei Asthma helfen nicht endgültig ist, so ist es jedoch gut diese Lebensmittel in ihre Ernährung zu inkludieren.
- ❖ **Lebensmittel reich an Vitamin E:** Rüben, Sojabohnen, Weizenkeimöl, Sonnenblumenkerne sind eine ausgezeichnete Quelle an Vitamin E. Menschen die große Mengen Vitamin E konsumieren haben ein geringeres Risiko an Asthma zu erkranken. Es hat sich gezeigt, dass eine verstärkte Einnahme an Vitamin E die Lungenfunktion signifikant verbessert.
- ❖ **Vermeiden Sie Transfette and Omega-6 Fettsäuren** Es gibt einige Hinweise, dass der Verzehr von Omega-6 Fetten und Transfetten, die in einigen Margarinen und Fertigprodukten gefunden werden, Asthma und auch andere ernsthafte Krankheitszustände wie Herzerkrankungen, verschlechtern können.

Zusätzliche Vorschläge

- ❖ Verwenden Sie Extra Natives Olivenöl, falls erhältlich.
- ❖ Verwenden Sie weniger Salz. Nehmen Sie dafür natürliche Gewürze wie Basilikum (Tulsi), Bockshornklee (nethi) Koriander, Oregano. Die meisten dieser Gewürze enthalten Rosmarinsäure die antioxidative Fähigkeiten hat und freie Radikale zerstört, und auch die Produktion von entzündungsfördernden Chemikalien wie Leukotrienen blockiert.
- ❖ Verwenden Sie Verdauungsstimulanzen wie Ingwer, Knoblauch, Schwarzen Pfeffer, Kreuzkümmel, Zimt, Kardamom und Nelken.
- ❖ Kurkuma wirkt als Vorbeugung und Heilung für diese Krankheit. Als Vorbeugung können Sie regelmäßig einen Teelöffel mit Kurkumapulver, entweder mit 2 Teelöffel Honig oder mit einer Tasse warmer Milch zwei Mal täglich auf leeren Magen, einnehmen. Dies wird vor, oder bei Ausbruch eines nasalen Problems genommen. Es wird die Intensität oder Schwere einer Attacke reduzieren, und schnelle Besserung bringen.
- ❖ Proteinzufuhr von 40 bis 50 gm pro Tag wird empfohlen. Ziegenmilch ist für Asthmatiker sehr dienlich.
- ❖ Lycopin, das für seine antioxidative Aktivität bekannt ist, ist speziell bei belastungsinduziertem Asthma vorteilhaft. Folgende Nahrungsmittel sind reich an Lycopine: Tomaten, Guaven, Marillen, Wassermelonen, Papaya und Paprika.
- ❖ Nehmen Sie mindestens 2 Stunden vor dem Schlafengehen ein leichtes Abendessen ein. Trinken Sie täglich viel Wasser, da es bei der Reinigung des Darms hilft.
- ❖ Pranayama (Atemübung), Yoga und Meditation, von einem Experten gelehrt kann vorteilhaft sein.
- ❖ Bei Babys und Kleinkindern wird ein Mangel an Vitamin A mit erhöhter Anfälligkeit von Atemwegsproblemen in Verbindung gebracht. Daher inkludieren Sie viele Karotten, Tomaten, Spinat, Marillen, Erdbeeren und andere Nahrungsmittel die reich an Vitamin A sind.

Weitere Vorsichtsmaßnahmen

- ❖ Vermeiden Sie schwefelhaltige Lebensmittel wie schwefelgetrocknete Früchte, Schrimps, Wein, abgefüllte Zitronen- und Limonensäfte und vermeiden Sie Konservierungsstoffe, da diese Asthma auslösen könnten.
- ❖ Reife Bananen, Orangen, saure Früchte, Limonen, saure Fruchtsäfte und eingelegtes Gemüse kann Asthma verschlimmern.
- ❖ Begrenzen Sie die Aufnahme von stärkehaltigen Lebensmitteln wie Reis, Linsen und Kartoffeln, da sie eine Verengung der Bronchialarterien verursachen.
- ❖ Starkes Kaffeetrinken und Rauchen verursacht eine Verdickung der Bronchialgefäße, das zu Schlaflosigkeit und Angstzuständen führt. Das Tabakrauchen führt zu chronischer Bronchitis, das wiederum Asthma verursachen kann.
- ❖ Vermeiden Sie das exzessive Trinken von Milch, Milchprodukte, Soja, Eier, Weizen, Erdnüsse, Fisch, Schalentiere und Baumnüsse.

❖ Vermeiden Sie eiskalte Getränke und Säfte, da diese die Schwere einer Lungenentzündung erhöhen können.

Eine angemessene Behandlung von Asthma kann die Krankheit kontrollieren, und die Menschen können eine gute Lebensqualität genießen.

Hinweis: Wenn Sie an Asthma leiden ist es ratsam, ergänzend zu Ihrem Arzt, einen Ernährungsberater für vorteilhafte Hinzufügungen und Kürzungen zu ihrer Asthmabehandlung und Ernährung zu konsultieren.

http://www.ehow.com/way_5510096_protein-diet-asthma-patients.html

<http://www.onlymyhealth.com/diet-healthy-asthmatic-patient-1332419278>

<http://www.yourasthatreatment.com/diet-asthma-patients.htm>

<http://www.natural-cure-guide.com/asthma-and-diet.ht>

<http://www.webmd.com/asthma/guide/asthma-diet-what-you-should-know>

<http://www.who.int/topics/asthma/en/>

☞ Die Antwortenecke ☞

+++++

1. Frage: *Wie schützt man die 108CC Box am besten?*

Antwort: Zuhause ist es am besten einige Entfernung (wenn möglich, etwa 1 Meter oder 3 Feet) von Strahlenquellen wie Handy/Schnurlostelefon, Mikrowelle, TV-Gerät, Computer einzuhalten. Wenn Sie auf Reisen, speziell bei Flugreisen um Ihre Heilmittel besorgt sind, ist eine praktische Art die Box zu schützen, sie einfach auf allen 6 Seiten mit normaler Küchenalufolie einzuwickeln..

+++++

2. Frage: *Was ist, wenn ich befürchte, dass meine 108CC Box Strahlung ausgesetzt wurde?*

Antwort: Wenn Sie vermuten, dass Ihre 108CC Box Strahlung ausgesetzt wurde, dann sollten Sie mit Ihrem Lehrer\lokalem Koordinator Absprache halten, um Ihre Box wieder aufzuladen.

+++++

3. Frage: *Bei welcher Temperatur sollen wir die 108CC Box lagern? Kann sie sehr kalte und sehr warme Temperatur vertragen (aber nicht direktes Sonnenlicht), wenn wir sie beim Reisen in einem Boot, Auto oder Kofferraum mit uns nehmen?*

Antwort: Sie soll bei Zimmertemperatur gelagert werden. Am besten wird sie an einem kühlen und dunklen Platz gelagert. Ich empfehle nicht die Box an einem heißen Tag im Kofferraum eines Autos zu lagern. Am besten wird sie in solch einer Situation innerhalb einer isolierten Box (zB Kühlbox) gelagert. Geben Sie Ihre Box oder Pillenfläschchen nicht in den Kühlschrank.

+++++

4. Frage: *Meine Familie benützt rostfreie Becher zum Trinken von Wasser. Hat dies eine Auswirkung auf die Heilmittel, die wir in Glasbecher einnehmen, wobei wir einen nichtmetallischen Löffel verwenden?*

Antwort: Sie können jeden metallischen Behälter im Haushalt verwenden ohne damit die Heilmittel zu beeinflussen. Gehen Sie einfach sicher, dass die Heilmittel nicht in Kontakt mit einem Metallbehälter oder Metalllöffel kommen.

+++++

5. Frage: *Können wir das verbliebene Heilmittel von einer gebrochenen Tropfflasche verwenden um ein neues Heilmittelfläschchen zu machen?*

Antwort: Ja das können wir, solange keine Glasfragmente drinnen sind.

+++++

6. Frage: *Wenn wir eine neue Flasche bekommen, braucht es dann nur einen Tropfen von einer anderen Box um die Kombo wieder zu machen?*

Antwort: Ja, ein Tropfen ist ausreichend.

+++++

7. Frage: Falls eine Flasche ohne Sprung fast leer ist, kann ich sie dann einfach mit Alkohol füllen, um die Heilmittelflasche wieder aufzufüllen?

Antwort: Natürlich können Sie dies. Nach dem Auffüllen schütteln Sie einfach 9 Mal, indem Sie das Fläschchen gegen die Handfläche der anderen Hand klopfen.

+++++

8. Frage: Soll ich das Pillenfläschchen, wenn ich reise oder es in die Arbeit mitnehme, in eine Alufolie einwickeln oder in eine Aluminiumbox geben?

Antwort: Ja, das bietet natürlich einen besseren Schutz der Pillen gegen Neutralisierung durch Strahlung.

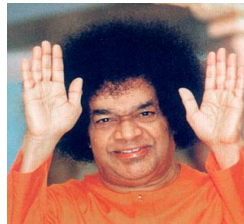
+++++

9. Frage: Wie kann ich sicher sein, dass meine Aluminiumbox die Pillen gegen Strahlung schützt?

Antwort: Geben Sie ein Handy in die Aluminiumbox/dose. Nun rufen Sie die Nummer des Handy in der Box von einem anderen Handy an. Wenn die Box gut ist, wird das Handy in der Box nicht läuten. Wenn Sie die Box nun öffnen wird das Handy zu läuten beginnen!

+++++

Praktiker: Haben Sie eine Frage an Dr. Aggarwal? Senden Sie diese an news@vibrionics.org



☪ Göttliche Worte vom Heiler der Heiler ☪

"Alles was du isst, alles was du siehst, alles was du hörst, alles was du durch die Sinne aufnimmst, hat eine Wirkung auf deine Gesundheit." **...Sathya Sai Speaks vol 2 page 78**

+++++

"...Wenn wir unsere Sicht ändern werden wir Frieden erfahren. Wenn die Menschen die Welt mit den Augen der Liebe sehen werden sie Frieden haben. Alle Krankheiten werden geheilt. Die meisten Krankheiten haben ihren Ursprung im Geist. Alles hat eine psychologische Grundlage. Wenn eine Person fühlt, dass etwas falsch mit ihr ist, dann entwickelt sie eine Krankheit. Ein gesunder Geist wird für einen gesunden Körper gebraucht. Aber es ist nicht genug körperlich gesund zu sein. Der Mensch braucht auch Gottes Gnade. Um Gottes Gnade zu erwerben müsst ihr die Liebe Gottes kultivieren. Liebe ist heutzutage eine Art Show geworden. Echte Liebe sollte vom Herzen ausstrahlen. Beginne den Tag mit Liebe, beende den Tag mit Liebe, das ist der Weg zu Gott. Wenn du Liebe entwickelst wird Krankheit nicht in deine Nähe kommen."

...Sanathana Sarathi 1995 page 117



☪ Ankündigungen ☪

Bevorstehende Workshops

- ❖ **Italien Venedig:** Refresher National conference 31 August 2013, kontaktiere Manolis by email at manolistho@yahoo.it or by telephone at +39-41-541 3763.
- ❖ **Polen Wroclaw:** Senior VP workshop 13-15 September 2013, kontaktiere Dariusz Hebisz by email at wibronika@op.pl or by telephone at [+48-606 879 339](tel:+48-606-879-339).
- ❖ **Griechenland Athen:** JVP and National refresher workshops 21-23 September 2013, kontaktiere Vasilis by email at saivasilis@gmail.com or by telephone at [+30-697-2084 999](tel:+30-697-2084-999).

An alle Trainer: Falls Sie einen workshop geplant haben, senden Sie bitte Details an:
99sairam@vibrionics.org

ACHTUNG PRAKTIKER

- ❖ Unsere Webseite ist www.vibrionics.org. Sie brauchen eine Registrierungsnummer um sich in das Praktikerportal einzuloggen. Falls sich Ihre E-Mailadresse ändert informieren Sie uns bitte so bald als möglich unter news@vibrionics.org
- ❖ Sie können diesen Newsletter an Ihre Patienten weitergeben. Deren Fragen sollten zur Beantwortung, Recherche und Rückmeldung an Sie weitergeleitet werden. Danke für Ihre Zusammenarbeit.

Jai Sai Ram!

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