

## Sai Vibrionics Newsletter

[www.vibrionics.org](http://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 6

Nov/Dez 2013

### ☞ From the Desk of Dr Jit K Aggarwal ☞

Liebe Praktiker,

***“Glaube heisst, den ersten Schritt zu machen, auch wenn du die ganze Treppe nicht siehst.”***

**...Martin Luther King**

Der erste Schritt war, mit den Vorbereitungen fuer die Konferenz zu beginnen. Als wir vor 4 Monaten mit den Vorbereitungen fuer die erste Vibrionics Konferenz begonnen haben, schien es eine schwierige Aufgabe zu sein. In der Tat war es eine Herausforderung die Informationen der vielen Praktiker auf der ganzen Welt zu sammeln. Jedoch Swami's goettlichen Worte zu uns im April 2007: “in der Zukunft wird es eine Internationale Konferenz in Puttaparthi geben” gaben uns Kraft. In den letzten Monaten haben wir zahlreiche Mails wie wunderbare Fallgeschichten, einige sehr informative Artikel, Fotos und Patientenberichte von euch erhalten.

Es ist der unglaubliche Zustrom von Informationen und der Enthusiasmus unserer Praktiker der uns versichert, dass wir Eure ganzherzige Unterstuetzung und Hilfe haben, um die Konferenz zu organisieren. Wir sind sicher, dass Ihr noch weitere Informationen und Seva zu bieten habt. Auch wenn wir die Frist fuer alle Einsendungen mit Ende Oktober angesetzt haben, sind wir noch fuer weitere Beitrage offen. Denkt daran, dass eine vollstaendige Offenheit diese Erfahrungen zu teilen, fuer den weiteren Wachstum von Vibrionics wesentlich ist. Falls Sie noch weiteren besondere Faelle oder Informationen haben die Sie gerne mit anderen Praktiker bei der Konferenz teilen wollen, so senden Sie uns diese bitte. Da diese Konferenz ein Plattform fuer den Austausch von Informationen, Ideen, Erfahrungen und herausragenden Fallgeschichten ist, ist es fuer alle Senior-Praktiker wichtig, dass sie ihre Beitrage so schnell als moeglich, aber auf jeden Fall bis spaetestens 30. November schicken. Wir werden versuchen so viel wie moeglich in den Papieren und im Buch das wir fuer die Konferenz herausgeben, einzuarbeiten. Was jetzt nicht integriert werden kann, wird in zukuenftigen Ausgaben unserer Newsletter zu lesen sein.

Wir haben auch viele Hilfsangebote fuer die Unterstuetzung verschiedenster Aufgaben bekommen. Zu sagen, dass es noch viel zu tun gibt, waere eine Untertreibung. Es ist herzerwaermend, wie so viele Menschen aus den unterschiedlichsten Teilen der Welt, mit verschiedenen Background in voelliger Harmonie zusammenarbeiten, um unsere geliebte Mutter Sai gluecklich zu machen, und um eine erfolgreiche erste Sai Vibrionics Konferenz abzuhalten.

Wir freuen uns ueber die positive Reaktion vieler Praktiker, dass sie auch physisch bei der Konferenz in Puttaparthi teilnehmen koennen. Wenn wir auch gerne alle Praktiker hier sehen wuerden, so verstehen wir dennoch voll und ganz, dass es nicht allen moeglich ist zu kommen. Ich ersuche Sie nach innen zu schauen und um Swami's Fuehrung und Segen zu bitten, um Seine Arbeit mit noch groesserem Eifer zu machen.

Eine ganz andere Sache ist, bereits zum zweiten Mal in Folge, die Einladung zum “Heile deinen Krebs” Seminar in Bangalore, wo einige fuehrende Krebspezialisten und alternative Therapeuten ihre Erfahrungen zum ganzheitlichen Ansatz bei der Behandlung von Krebs teilten. Dieses Seminar wurde vom Gesundheitsminister von Karnataka eroeffnet. In seiner ermutigenden Ansprache betonte er die Wichtigkeit der Integration von unterschiedlichen Behandlungsmethoden bei Krebs. Die Praesentation von zwei unserer sehr erfahrenen Praktiker wurde sehr gut angenommen.

Wir wurden vom Gruender des Unity of Faiths Festival at Southall Park in London, auch bereits zu zweiten Mal in Folge, eingeladen ein “Vibrionics-Bewusstsein und Heilungscamp” durchzufuehren. Es nahmen 9 Praktiker daran teil, und sie behandelten 123 Patienten am Tag. Kurze Vortraege und

Videopraesentationen waren Teil dieser sehr erfolgreichen Veranstaltung. Viele Menschen zeigten Interesse und nahme gerne unser Vibrionics-Flugblatt entgegen.

Zum 5. Mal in Folge wurde in Pattaparathi waehrend der Geburtstagsfeierlichkeiten fuer Baba am Bahnhof fin Puttapparathi ein Virionics Camp abgehalten, wo 3 Praktiker 719 Patienten behandelten. Moege uns Baba mit mehr solchen Moeglichkeiten zu dienen, segnen.

In liebendem Dienst an Sai

Jit Aggarwal

\*\*\*\*\*

## REGISTRIERUNG FUER DIE ERSTE INTERNATIONALE VIBRIONICS KONFERNZ

Die Registrierung fuer die indischen Deligierten ist bereits geschlossen. Die Registrierung fuer die auslaendischen Deligierten ist bis 30. November moeglich. Die regelmaessige Zusendung Ihrer monatlichen Berichte ist fuer die Qualifikation der Teilnahme an der Konferenz vom 25. – 27. Jaenner 2014 in Puttapparathi AP-515 134 obligatorisch.

Fuer die Registrierung schauen Sie auf unsere Webseite und loggen Sie sich unter [www.vibrionics.org](http://www.vibrionics.org) ein.

\*\*\*\*\*

## ☪ FALLGESCHICHTEN UND DIE Verwendung von KoMbos ☪

### 1. Verletzung einer Katzenpfote <sup>USA...01644</sup>

Die vierjaehrige Katze eines Praktikers kam hinkend nach Hause. Sie hielt ihre linke Pfote hoch und versuchte diese nicht mit ihrem Gewicht zu belasten. Einige kleine Blutstropfen war auf ihrem Fell. Die Katze wirkte ein wenig lethargisch und wollte sich nur mehr zusammengeknaeuelt hinlegen. Der Praktiker konnte nicht herausfinden woher das Blut kam, so begann er mit der Besendung via des Sai Ram Healing Vibration Potentiser mit dem Bild der Katze im Remedy Schacht.

**NM20 Injury** wurde fuer 2 Tage staendig uebertragen.

Der Praktiker machte auch ein Heilmittel:

#### **CC1.1 Animal tonic + CC10.1 Emergency + CC20.7 Fractures + CC21.11 Wounds & Abrasions**

Diese Kombo wurde in Wasser zubereitet und fuer 2 Tage in die Wasserschale der Katze gegeben. Zuerst war sich der Praktiker nicht sicher, ob die Katze in der Nacht ueberhaupt Wasser trinken wuerde – aber sie trank ein wenig Wasser. Am naechsten Tag war die Katze wieder auf, belastete ihre linke Pfote voll und spielte wieder mit ihrem besten Freund, einem 72 lb Hund, als ob nichts passiert waere.

\*\*\*\*\*

### 2. Karpaltunnel Syndrome (Sehnenscheidenentzuendung) <sup>11476... India</sup>

Eine 46-jaehrige Frau bekam durch die staendige Arbeit am Computer eine Sehnenscheidenentzuendung. Ueber 4 Monate lang hatte sie Schmerzen im Handgelenk, in den Haenden und in den Fingern. Der Schmerz im Handgelenk war so stark, dass sie bei der Ausuebung von einfachen Taetigkeiten bereits Schwierigkeiten hatte. Ihr wurde folgende Kombo, unter der Beruecksichtigung, dass sie auch Diabetikerin ist, gegeben:

#### **CC6.3 Diabetes + CC12.1 Adult tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC20.3 Arthritis...TDS**

Sie nahm das Heilmittel ueber 3 bis 4 Wochen ein, und waehrend dieser Zeit wurde der Zustand immer besser, bis sie dann voellig schmerzfrei war. Obwohl sie weiterhin am Computer arbeitet, kehrte der Schmerz nicht zurueck.

\*\*\*\*\*

### 3. Nuss-Allergie and sehr trockene Haut <sup>02802...UK</sup>

Der Patient war ein 18-jaehriger blinder Junge der in einer Blindenschule lebt, und zu den Ferienzeiten nach Hause kommt. Die Mutter kontaktierte den Praktiker, um ihn von seiner Nussallergie, speziell Mandelallergie, zu berichten. Er bekam davon starke Magenschmerzen und uebergab sich nach deren Verzehr. Er hatte auch eine sehr trockene Haut, die eine regelmaessige Verwendung einer Creme benoetigte.

Das folgende Heilmittel wurde ihm geschickt.

**CC4.10 Indigestion + CC 7.1 Eye tonic + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC19.2 Respiratory allergies + CC21.1 Skin tonic...**OD und langsam erhoehen auf TDS.

Nach einem Monat regelmaessiger Einnahme der obigen Kombo bedankte sich die Mutter telefonisch beim Praktiker. Sie sagte, dass ihr Sohn nun ohne Probleme Mandeln essen koenne. So wurde ihr geraten die Dosierung auf OD zu verringern. Dem Praktier wurde gesagt, dass der Sohn die ganze Zeit nur die Dosierung OD eingenommen hatte! Weiters verbesserte sich auch die trockene Haut wesentlich!

+++++

#### **4. Gesichtsausschlag**<sup>02802...UK</sup>

Eine 47-jaehrige Patientin litt seit Jahren unter einem Hautausschlag im Gesicht. Dieser wurde als Rosacea, einem chronischen Ausschlag bei dem Papeln auf einem roten Hintergrund erscheinen, diagnostiziert. In diesem Fall zeigte sich dieser Ausschlag um das Kinn der Patientin. Ihr wurde unterschiedliches Antibiotika verabreicht, aber es kam zu keiner Verbesserung. Sie wurde auch von einem Herbalisten behandelt, der ihr fuer ueber 6 Monate Kraeuter verabreicht hatte und eine strenge Diaet veschrieb, aber es gab auch da keine Verbesserung. Ihr wurden weder Weizen- noch Milchprodukte erlaubt, da man annahm dass sie einige Lebensmittelallergien hat. Die folgenden Kombos wurden fuer die Behandlung des Gesichtsausschlages und dessen moeglichen Ursachen gegeben. Eine Ursache war der Stress dem sie ausgesetzt war, die andere war ihre Leberschwaechе:

**CC4.2 Liver & Gallbladder tonic + CC4.10 Indigestion + CC15.1 Mental & Emotional tonic + CC21.1 Skin infections**

Sie wurde gebeten in 2 Wochen ueber die Ergebnisse der Einnahme zu berichten. Sie kam jedoch erst nach 2 Monaten zum Praktiker, da sie ein weiteres Flaeschen der Heilmittel wollte. Sie erzaehlte dem Praktiker, dass schon bald nach der ersten Einnahme der Heilmittel der Zustand der Haut sich verbesserte und sich dann graduell um 75 % verbesserte. Sie setzt die Behandlung jetzt noch fort.

+++++

#### **5. Unregelmaessige Periode**<sup>11386...India</sup>

Eine 24-jaehrige Patientin kam zu Praktiker da sie unter einer unregelmaesigen Periode leidet und die Periode manchmal 3 Monate aussetzt. Der Arzt diagnostizierte Zysten im Eierstock und gab ihr Steroide. Das Ergebnis war, dass sie an Gewicht zunahm und ihr Haare im Gesicht wuchsen. Die uebermaessige Gesichtsbehaarung und die Gewichtsszunahme waren fuer sie sehr beunruhigend. Sie kam mit der Hoffnung zum Praktiker, dass Vibrionics ihr Problem loesen wuerde. Ihr wurde folgende Kombo verabreicht:

**CC8.1 Female tonic...TDS**

Nach 3 Monaten hatte sie eine regelmaessige Periode und die Gesichtsbehaarung und das ueberschuessige Gewicht waren weg.

+++++

#### **6. Atemwegs, Sinus & Halsinfektion**<sup>01176...Bosnia</sup>

Eine 75-jaehrige Frau bat um Hilfe bei starken Halschmerzen, einem starken Husten mit Auswurf und entzuendeten Nasennebenhoehlen. Sie litt schon seit einigen Tagen unter diesen Symptomen. Ihr wurde folgende Kombo gegeben:

**#1. NM36 War + NM70 CB9 + NM71 CCA + NM113 Inflammation...TDS**

**#2. SM21 Sinus + SM26 Immunity + SM31 Lung & Chest + SM35 Infection + SM40 Throat...TDS.**

Nach einer Woche kam es erst zu einer 20%igen Verbesserung. So fragte der Praktiker nach etwaigen fruerehen gesundheitlichen Problemen. Ihm wurde gesagt, dass die Patientin mit 15 Jahren die Kraetze (eine Hautkrankheit) hatte, und dann in den letzten 40 Jahren regelmaessige Anfaelle von Bronchitis hatte. Die Sinusprobleme begannen vor 20 Jahren. Waehrend dieser Zeit gaben ihr die allopathischen Aerzte viele unterschiedliche Antibiotiken, auf die sie haeufig allergische Reaktionen zeigte. Daher kam sie zum Praktiker. Ihr wurde das Psorinum Miasma wie folgt gegeben:

**1. SR250 Psorinum 10M, 1M, 200C, 30C and 6C...**eine Dosis beginnend mit der hoechsten mit einer Stunde Abstand die andereren Potenzen in absteigender Reihenfolge

Die Verschlechterung des Zustandes (pullout) begann einen Tag spaeter. Nach 2 Tagen fuehlte sie sich

jedoch viel besser. Nach 3 Tagen wurde ihr folgende Heilmittel gegeben:

**2. SR294 Hepar Sulph 10M, 1M, 200C, 30C, and 6C** wie oben nur eine Dosis von jeder Potenz.

Nach 2 Tagen wurde ihr dann folgendes verabreicht:

**3. SR318 Thuja 10M, 1M, 200C, 30C and 6C** so wie oben dosiert.

Nach 5 Tagen fühlte sie sich sehr gut. Sie hatte fast keinen Husten mehr, ihr Hals war schmerzfrei, die Nasennebenhöhlen waren nicht blockiert und der Auswurf von der Lunge rasch vermindert. Nach einer weiteren Woche war die Patientin zu mehr als 90 % geheilt.

+++++

## 7. Grippe <sup>01361...USA</sup>

Dieser Praktiker empfiehlt allen Praktiker, wenn Patienten mit Anzeichen unerwünschter Krankheiten kommen sofort NM79 Flu Pack zu geben. Er sagt, dass er 8 erfolgreiche Fälle hat, seine Frau und er selbst eingeschlossen, die mit dieser Behandlung erfolgreich behandelt wurden..

*Fuer Praktiker mit der 108CC box: Verwenden Sie CC9.2 Infections acute. Diese beinhaltet NM79 Flu Pack.*

\*\*\*\*\*

### ⌘ 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.**

\*\*\*\*\*

### ⌘ 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.

### Der gesundheitlichen Nutzen von Samen - Koerner



**Samen moegen klein sein, sie sind aber voll von Naehrstoffen wie Eiweiss, Ballaststoffen, Eisen und Omega3-haltigen Fettsaeuren.**

**Samen** gibt es in allen unterschiedlichen Groessen, Formen und Farben. Ein Pflanze versucht jeden Samen zu produzieren, und diese dann mit einer hohen Konzentration an Vitaminen, Mineralien, Eiweiss, wichtigen Oelen und verborgenen Enzymen zu fuellen. Ein Samen ist Leben. Es ist ein lebendes Nahrungsmittel. Es ist unmöglich einen rohen Samen zu essen und dabei keine Naehrstoffe aufzunehmen. Viele Samen sind essbar, und der Grossteil der menschlichen Nahrung entsteht aus Samen, besonders jene von Huelsenfruechte und Nuessen. Die meisten Kochoele, viel Getraenke, Gewuerze und einige Lebensmittelzusatzstoffe haben ihren Ursprung in Samen. In unterschiedlichen Samen dominiert der Keimling oder Endosperm und bietet die meisten Naehrstoffe.

#### Auswahl und Lagerung

Samen werden oft lose verkauft, entweder mit ihren Schalen oder mit ausgelosten Kernen. Versichern Sie sich, dass die gekauften Samen frisch sind. Aufgrund ihres hohen Fettgehaltes werden die Samen/Kerne schnell ranzig. Wenn sie Hitze, Licht oder Feuchtigkeit ausgesetzt werden, so sind sie noch schneller ranzig. Eine schnelle Geruchsprobe beim Samenbehälter sagt Ihnen schnell, ob die Samen frisch sind. Samen deren Schale intakt ist

sind einige Monate haltbar, wenn Sie diese an einem kühlen und trockenen Ort lagern. Saatkeime (Samen, deren Schalen entfernt wurden) sind kürzere Zeit haltbar.

### Tipps zur Zubereitung und zum Konsum

Es gibt nur eine Möglichkeit die Nährstoffe aus den Samen/Kernen aufzunehmen: sie roh zu essen. Sobald sie Hitze ausgesetzt werden, produzieren sie giftige Substanzen und die Vitamine, Mineralien und wichtige ätherische Öle werden denaturiert. Das Rösten wandelt den Samen von einem lebendigen Lebensmittel zu einem toten Lebensmittel um.

Es gibt keinen Samen/Kern auf der Erde der nicht durch Rösten seine wichtigen Nährstoffe verliert. Denken Sie immer daran, die Samen roh zu essen. Wählen Sie ungesalzene Samen/Kerne, vermeiden Sie beschichtete und geröstete Samen, vermeiden Sie zuckerbeschichtete Samen/Kerne.

Sie können es mit Samen auch leicht übertreiben, da sie einen hohen Fettgehalt haben. Aber mit Maß und Ziel gegessen sind sie gut mit Müsli gemischt, als Studentenfutter oder pur. Das Bestreuen von Früchten, Salaten, Gemüse und Nudeln mit Samenkörnern, gibt den Speisen einen Touch von knackiger Konsistenz und Geschmack. Sesamkerne sind besonders für Brot, Brötchen, Salate und Pfannengerichte beliebte Bestreuungen.

### Sechs unterschiedliche Samenkerne: Kurbiskerne, Sesamkerne, Sonnenblumenkerne, Flachs, Hanf und Chiasamen

#### 1. Kurbiskerne



**Kurbiskerne sind köstlich und gesund.** Eine Handvoll Kurbiskerne ergibt einen köstlichen Snack.

#### Einige gesundheitliche Vorteile der Kurbiskerne

**Kurbiskerne sind eine reiche Quelle an Magnesium**, welches den Blutdruck günstig beeinflusst und dabei hilft plötzlichen Herzstillstand, Herzanfälle und Schlaganfälle zu vermeiden. Die Kerne sind auch reich an Zink, das sich positiv auf das Immunsystem, das Zellwachstum, die Zellteilung, den Schlaf, der Stimmung, den Geschmacks- und Tastsinn, die Augen, die Haut, die Insulinregulierung und die männliche Potenz auswirkt. Es bekämpft auch Osteoporose. Wie auch andere rohe Nüsse und Samenkerne, sind auch Kurbiskerne eine der besten Quellen von pflanzlichen Omega3 Säuren (**Alphalinolensäure oder ALA**). Studien besagen, dass Kurbiskerne zur Verbesserung des Insulin im Körper beitragen könnten und den oxidativen Stress bei diabetischen Komplikationen verringern.

Kurbiskernöl ist reich an Phyto Estrogene, und Studien besagen, dass es zu einem signifikanten Anstieg von gutem Cholesterin „HDL“ mit gleichzeitiger Senkung des Blutdruckes, der Hitzeschübe, der Gelenkschmerzen und anderen Wechselbeschwerden, beitragen kann. Dieses Öl zeigt entzündungshemmende Wirkung und wirkt so gut wie das entzündungshemmende Arzneimittel Indomethacin bei der Behandlung von Arthritis, aber ohne Nebenwirkungen. Die gesunden Fette in den Kurbiskernen sind gut für Herz und Leber, besonders wenn diese mit Leinsamen gemischt werden. Wenn man einige Stunden vor dem Schlafengehen Kurbiskerne und auch gleichzeitig Kohlehydrate zB in Form von einem Stück Obst zu sich nimmt, so kann sich dies besonders gut auf eine gute Nachtruhe auswirken, da dies ihren Körper mit Tryptophan versorgt dass die Melatonin- und Serotoninproduktion unterstützt.

#### 2. Sesamkörner



**Sesamkoerner** gelten als mineralreichste Nahrung der Welt. Sie sind reich an Kalzium, Magnesium, Kupfer, Eisen, Mangan, Zink, Phosphor und Vitamine wie auch Vitamin B1, Zink und Ballaststoffe. 2 Teeloeffel von Sesamsamen haben weniger als 100 Kalorien, sie beinhalten wenig Kohlenhydrate, sie haben 3 gramm Eiweiss, 2 gramm Ballaststoffe und 8 gramm Fett und liefern etwa ein viertel der empfohlenen Tagesmenge an Kalzium und Eisen.

### Die grossten gesundheitlichen Vorteile von Sesamkoerner

Sesamkoerner sind eine sehr gute Quelle an **Kupfer**, das ein wenig den Schmerz bei rheumatoider Arthritis verringert und den Blutgefassen, den Knochen und den Gelenken, Struktur, Staerke und Elastizitaet verleiht. Das Magnesium in Sesamkoerner unterstuetzt die vaskulaere Gesundheit und die Atemewege bei Asthma, Schlaganfall und diabetische Herzbeschwerden. Kalzium hilft bei der Vermeidung von Darmkrebs, Osteoporose, Migraene, und PMS. Aufgrund des hohen Zinkgehaltes hilft die regelmaessige Einnahme von Sesamkoernen die Knochendichte zu verbessern. Phytosterolse in Sesam helfen den Cholesterispiegel zu senken.

### 3. Sonnenblumenkerne



**Sonnenblumenkerne** sind reich an Vitam E und unterstuetzen das Kreislaufsystem. Vitamin E hat auch aufgrund des hohen Trytophangehalts eine beruhigende Auswirkung auf das Gehirn. Backsaaten mit einer Prise Salz machen sie noch knackiger und schmackhafter.

### Die Kraft der Sonnenblumenkerne

Sonnenblumenkerne sind eine gute Quelle an gesunden Fetten und Ballaststoffen fuer das Herz. Die Naehrstoffe koennen die kardiovaskulaere Gesundheit und den Blutzucker bei Menschen mit Typ2 Diabetes verbessern. Sonnenblumenkerne beinhalten auch Zink und Vitamin E - Naehrstoffe die gut fuer gesunde Augen, gesundes Haar und eine gesunde Haut sind. Magnesium hilft die Nerven, Muskeln und Blutgefasse zu beruhigen, und Selen hilft bei der Entgiftung und Krebsvorsorge.

Sonnenblumenkern in der Schale sind ein kluger Snack fuer Menschen die abnehmen wollen bzw. ihr Gewicht kontrollieren wollen, da das Entfernen jeder Schale die Essgeschwindigkeit verringert. Sonnenblumenkerne koennen wie auch andere Samen/Koerner Migraene und IBS Reizdarmsyndrom) bei Menschen ausloesen die empfindlich auf Nuese und Samen reagieren.

### 4. Leinsamen



Die wichtigsten gesundheitlichen Vorteile von Leinsamen sind auf den reichen Gehalt von Linolensaure (ALA), Ballaststoffe und Liganan zurueckzufuehren. Die essenzielle Fettsaure Alpha-Linolensaure(ALA) wirkt stark entzuendungshemmend, sie verringert die Produktion von Stoffen die Entzuendug feordern und hilft den Blutwert vom C-reaktivem Protein (CRP) senken – ein Biomaker der Entzuendung. Durch die Wirkung von ALA und Lignanzen zeigt Leinsamen eine hemmende Wachstumswirkung bei Tumoren, und kann bei der Senkung des Krebsrisikos helfen. Leinsamen sind reich an loeslichen (loesen sich im Wasser auf) und an unloeslichen (loesen sich im Wasser nicht auf) Ballaststoffen. Die Ballaststoffe im Leinsamen foerdern eine gesunde Verdauung. Ein Essloeffe Leinsamen beinhalten gleich viele Ballaststoffe wie eine Tasse gekochter Haferkleie. Leinsamenloesliche Ballaststoffe koennen den Cholesterinspiegel senken, und dabei das Risiko eines Herzinfarktes und eines Schlaganfalls senken.

Gemahlener Leinsamen liefert mehr Naehrwert als der ganze Samen. Mahlen Sie die Samen zuhause mit einer Kaffeemuehle oder einem Mixer. Leinsamenpulver sollte im Kuehlschrank aufbewahrt werden, und innerhalb weniger Tage verwendet werden.

## 5. Hanfsamen



**Hanfsamen** sind eine Wundernahrung – mehr als eine “Supernahrung”, und jeder sollte diese magischen kleinen Samen in seiner Ernährung haben. Hanfsamen sind voller unterschiedlicher Vitamine und Mineralien, wie Vitamin E, Eisen, Magnesium, Mangan, Zink, Kalzium, Phosphor, Omega-6, Omega-3, und Kupfer. Wie alle Samen kann man sie leicht in die Ernährung integrieren. Um mit diesen Samen vertraut zu werden, geben Sie zuerst einmal einen Teelöffel Hanfsamen in Ihr Frühstücksmuesli, Curry, Smoothies, Eintöpfe und Salate. Sie können die Hanfsamen auf fast alles streuen. Sie werden die gesundheitlichen Vorteile schon nach einigen Tagen bemerken.

### Die Stärke der Hanfsamen

Hanfsamen sind wahrlich ein Super-Nahrungsmittel, da sie voll sind mit beeindruckenden Nahrungsmittel-eigenschaften. Perfekt im Verhältnis der Omega-6 zu Omega-9 Öle, sie sind auch eine ausgezeichnete Quelle an Gamma-Linolsäure.

Mit 10 essentiellen Aminosäuren bestehen Hanfsamen aus über 30% Eiweiß, die sie zu einer ausgezeichneten täglichen Proteinquelle machen. Sie bestehen auch aus 40% Ballaststoffen, den höchsten Anteil von allen Getreiden auf dieser Erde! Sie enthalten auch das krankheitsbekämpfende Phytosterol, und Studien zeigen, dass Hanfsamen oder sogar Hanfmilch die Gesundheit des Herzens fördern und eine gute Ernährungsunterstützung bei vielen unangenehmen Krankheiten sind.

## 6. Chia Samen



**Chia Samen** haben ihren Ursprung in Mexiko und Guatemala. Chiasamen waren für die Azteken und Mayas ein wichtiger Teil der Ernährung, sowohl hinsichtlich der medizinischen Verwendung als auch als Energiequelle. Angemessen bedeutet auch das Wort „Chia“ bei den Mayas „Stärke“. Chiasamen haben sehr viele gesundheitliche Vorteile, die sie zu einem wichtigen und leicht integrierbaren Teil unserer Ernährung machen.

Diese kleinen Samen sind voll mit Ballaststoffen, Eiweiß, nährstoffreichen Ölen, verschiedenen Antioxidantien und sogar Kalzium. Chiasamen stabilisieren den Blutzucker, fördern die Herzgesundheit und den Gewichtsverlust. Diese erstaunlichen kleinen Samen sind eine ausgezeichnete Quelle von hochwertigen Fetten, da sie aus 34% reiner Omega-3 Ölen bestehen. Lösliche Ballaststoffe in Chia stabilisieren den Blutzucker. Die löslichen Ballaststoffe helfen auch den Darm zu reinigen, indem sie die Gifte bei deren Durchgang aufnehmen. Das in den Chiasamen vorkommende Eiweiß ist von hoher Qualität und macht etwa 20 % des Samens aus, was höher ist als viele der pflanzlichen Eiweißquellen. Chiasamen enthalten kein pflanzliches Östrogen und beeinflussen somit nicht die natürliche Balance des Körpers.

### Quellen:

<http://healthyeating.sfgate.com>

<http://www.care2.com>

<http://www.joybauer.com>

<http://www.webmd.com>

<http://www.onegreenplanet.org>

<http://www.medicalnewstoday.com>

<http://recipes.howstuffworks.com>

<http://articles.timesofindia.indiatimes.com>

<http://www.foxnews.com>

<http://www.mensfitness.com>

<http://www.gov.mb.ca>

<http://www.whfoods.com>

<http://www.emaxhealth.com>

<http://healthyeating.sfgate.com>

<http://articles.mercola.com>

<http://www.trueactivist.com>

+++++

## Vitamin B12: Benefits and Disease Prevention



**Vitamin B<sub>12</sub>** wird auch **Cobalamin**, genannt und ist ein wasserlösliches [Vitamin](#) mit einer Schlüsselrolle fuer das normale Funktionieren vom Gehirn und dem [Nervensystem](#) und fuer die [Blutbildung](#). Es ist eines der acht B [Vitamine](#).

### Was ist die Funktion von Vitamin B12?

#### **Bildung von roten Blutkoerperchen**

Die bekannteste Funktion von B12 involviert die Bildung von roten Blutkoerperchen. Da rote Blutkoerperchen reifen, brauchen sie Informationen die von den Molekuelen der DNA zur Verfuegung gestellt werden. Ohne B12, wird die Synthese der DNA defekt und somit auch die Information die fuer die Bildung der roten Blutkoerperchen notwendig ist. Die Blutkoerperchen werden ueberdimensioniert, schlecht geformt und die Funktionsweise wird ineffektiv, ein Zustand der *pernicious anaemia* genannt wird, der spaeter in diesem Artikel erwaeht wird.

#### **Bildung von Nervenzellen**

Eine zweite wichtige Funktion von B12 ist die Beteiligung an der Entwicklung der Nervenzellen. Eine Huelle welche die Nerven einschliesst – myelin sheath genannt – formt sich weniger erfolgreich, wenn ein B12 Mangel besteht. Wenn auch dieses Vitamin eine indirekte Rolle in diesem Prozess spielt, zeigte sich jedoch, dass die Supplementierung von B12 effektiv bei der Schmerzminderung und anderen Symptomen bei Erkrankungen des Nervensystems waren.

#### **Weitere Rollen von Vitamin B12**

Protein – der Bestandteil der Nahrung der fuer das Wachstum und die Reparatur von Zellen benoetigt wird, ist fuer seine richtige Verteilung im Koerper von B12 abhaengig. Viele der Hauptbestandteile von Protein, Aminosaeuren genannt, sind bei Abwesenheit von B12 nicht zur Verwendung verfuegbar. Da fuer einen der Schritte bei der Kohlenhydrate- und Fettverarbeitung Vitam B12 fuer die Vervollstaendigung notwendig ist, kann die Insuffizienz von diesem Vitam sich auf die Bewegung von Kohlehydrate und Fette im Koerper auswirken.

### Die Vorteile auf einem Blick

#### **Reduziert das Risiko bei Pernizioese Anaemie**

Pernizioese Anaemie ist ein Zustand, der den Koerper hindert neue gesunde rote Blutkoerperchen zu bilden. Ohne der Zufuhr von Vitam B12 ist es leicht moeglich, dass ihr Koerper darunter leidet, und somit ihre Gesundheit ernsthaft gefaehrdet sein koennte. Die regelmaessige Einnahme von Vitamin B12 hilft dabei dies zu verhindern.

#### **Ermoeglicht das natuerliche Wachstum und die natuerliche Entwicklung des Koerpers**

Eine der grundlegenden Dinge die Vitam B12 fuer den Koerper macht ist, dass es Ihrem Koerper waehrend der Entwicklung und des Aelterwerdens beim Wachstum unterstuetzt. Um Wachstumsstoerungen zu verhindern ist Vitamin B12 ein notwendiges Vitamin fuer Ihren Koerper.

#### **Haelt den Energielevel aufrecht**

Wenn Sie das Gefuehl haben, dass Sie immer muede sind oder zur Zeit unter chronischer Muedigkeit leiden, da kann es leicht moeglich sein, dass Sie nicht ausreichend Vitamin B12 mit Ihr Nahrung aufnehmen. Vitamin B versorgt Ihren Koerper mit Energie.

#### **Reduziert das Risiko von Herzkrankheiten**

Die Einnahme von Vitamin B12 kann Ihnen bei der Reduzierung des Homocysteinlevels im Koerper helfen. Homocysteine koennen zu Herzerkrankungen fuehren.



### **Unterstützt mentale und emotionale Stabilität**

Die vermehrte Einnahme von Vitamin B12 bei der Nahrungsaufnahme ist nicht nur gut für die Gesundheit, sondern auch gut für das Gehirn. Studien zeigten, dass Vitamin B12 die geistige Kapazität verbessern kann und dabei hilft emotional stabil zu bleiben.

### **Wie Vitamin B12 wirkt**

Vitamin B12 wirkt anders als andere Vitamine. Eine Substanz, der Intrinsic-Faktor der im Magen erzeugt wird, muss im Verdauungstrakt in einer signifikanten Menge vorhanden sein um die Absorption von Vitamin B12 zu ermöglichen. Dieser Faktor verbindet sich mit dem Vitamin B12, das während der Verdauung freigesetzt wird. Menschen die diesen Intrinsic-Faktor nicht haben, zeigen möglicherweise die Symptome eines Vitamin B12 Mangels.

### **Symptome von Vitamin B12 Mangel**

Ein Mangel an Vitamin B12 kann zu einer Vitamin B12 Mangel Anämie führen. Ein leichter Mangel kann nur leichte, wenn überhaupt irgendwelche Symptome zeigen. Aber wenn sich die Anämie verschlimmert, dann kann dies zu Symptomen wie Schwäche, Müdigkeit oder Benommenheit, beschleunigtem Herzschlag und schnelle Atmung, blasser Haut, wund Zunge, leichte Blutergüsse oder Blutungen, Zahnfleischbluten, Magenbeschwerden und [Gewichtsverlust](#), Durchfall und Verstopfung führen. Andere Symptome können Schuppen, Taubheitsgefühl oder Kribbeln in den Füßen, Depression, schlechtes Gedächtnis oder verminderde Reflexe sein. Wird der Mangel nicht behoben, kann dies zu Nervenzellschädigungen führen.

### **Ernährung und Vitamin B12**

Vitamin B12 wird grundsätzlich in allen tierischen Lebensmitteln (ausser Honig) gefunden. Im Gegensatz zu vielen Gerüchten gibt es keine verlässlichen, angereicherten pflanzlichen Quellen für Vitamin B12. Auch nicht in [Tempeh, Algen und organische Produkten](#). Eine der ersten Studien die mit Veganern in [U.K. in 1955](#), durchgeführt wurde, beschrieb einen signifikanten Vitamin B12 Mangel bei Veganern. Einige litten unter Nervenschäden und Demenz. Diese, und auch viele [Fallstudien zeigten den Vitamin B12 Mangel bei Veganern](#). Eine grosse Anzahl von weiteren detaillierten Beweisen hat zu einer grossen Übereinstimmung bei der Mainstream-Ernährungsgemeinschaft, als auch unter Veganmedizinern geführt dass mit Vitamin B12 angereicherte Lebensmittel, als auch Nahrungsergänzungsmittel, für die optimale Gesundheit eines Veganers, und auch in vielen Fällen für Vegetarier, notwendig sind.

- Milch, Käse und Joghurt können Vegetarier mit entsprechenden Mengen an Vitamin B12 versorgen. Ein Becher Joghurt liefert ungefähr 25% des empfohlenen Tagesbedarfs an Vitamin B12.
- Ein hart gekochtes Ei beinhaltet ungefähr 0.7 mcg Vitamin B12, was fast 10 % des empfohlenen täglichen Bedarfs ausmacht.
- Eine Anzahl von vegetarischen und veganen Lebensmitteln, wie Müsli, Sojamilch und Hefeprodukte beinhalten Vitamin B12.
- Molkepulver wird nun bekannter, da sich immer mehr Menschen vegetarisch ernähren. Molkepulver ist ein üblicher Zusatz für Brot und Smoothies. 100 Gramm liefern 2.5 µg von Vitamin B12 oder 42% der empfohlenen Tagesmenge.
- Hefeaufstriche sind in Grossbritannien und Europa sehr beliebt, und werden nun auch in den USA als eine gute [Proteinquelle](#) für Vegetarier, populär. Der Aufstrich beinhaltet eine grosse Menge an Vitamin B12. 100 Gramm liefern 0.5 µg (8% Tagesbedarf) von Vitamin B12, das ist 0.03 µg (1% Tagesbedarf) pro Teelöffel.

### **Diagnose**

- *Standard Bluttests messen den Level der roten Blutkörperchen und deren Aussehen.* Bei Vitamin B12 Mangel sind die roten Blutkörperchen unüblich gross und erscheinen abnormal.
- *Bluttests um den B12 Level zu messen* – Eisenwerte und Folsäurewerte können zur Überprüfung eines Mangels bei diesen Nährstoffen gemessen werden.
- *Bluttests um die Methylmalonsäurewerte zu messen* — Der Blutwert von Methylmalonsäure ist erhöht, wenn eine Person unter Vitamin B12 Mangel leidet.
- *Intrinsic-Factor Antikörper Bluttest* — Spezielle Tests für Antikörperwerte stellen fest, ob Sie unter perniziöser Anämie leiden. Die meisten Menschen mit niedrigen Intrinsic-Faktor in ihrem Magen haben diese Antikörper im Blut.

## Behandlung

Die Behandlung beinhaltet das Ersetzen des fehlenden Vitamin B12. Menschen die Vitamin B12 nicht aufnehmen koennen brauchen regelmaessig Injektionen. Ein Patient mit ernsthaften Symptomen wird bei der ersten Behandlung fuenf bis sieben Injektionen erhalten, damit die Reserven der Koerpers wieder aufgefuellt werden. In der Regel ist nach 48 bis 72 Stunden eine Reaktion in Form von einer vermehrten Produktion von roten Blutkoerperchen zu sehen. Wenn die B12 Reserven dann einen normalen Wert erreichen, wird alle ein bis drei Monate eine Injekton mit B12 benoetigt, um die Rueckkehr der Symptome zu vermeiden.

Mensche die Vitamin B12 nicht aufnehmen koennen sollen auf eine ausgewogene Ernaehrung achten die andere Naehrstoffe (Folsaeure, Eisen, Vitamin C) beinhaltet, die notwendig sind um gesunde Zellen zu produzieren. Es kann sein, dass Menschen anstatt der Injektionen hohe Dosen von Vitamin B12 oral einnehmen. Dies sollte aber von einem Arzt beaufsichtigt werden.

Ein Vitamin B12 Mangel aufgrund von mangelhefter Ernaehrung ist am leichtesten zu behandeln. Der Zustand kann durch die Einnahme von B12 Ergaenzungsmittel und der Aufnahme von B12-haltigen Nahrungsmittel verbessert werden.

## Erwartete Dauer

Bei einer guten Behandlung verbessern sich die Symptome eines Vitamin B12 Mangels innerhalb von wenigen Tagen. Bei Veganer und anderen Personen bei denen der Vitamin B12 Mangel mit der Ernaehrung zu tun hat, sollte eine Vitamin B12reiche Ernaehrung und orale Ergaenzungsmittel den Zustand verbessern. Es soll das fehlende Vitamin B12 bei der Behandlung ersetzt werden. Menschen die Vitamin B12 nicht aufnehmen koennen brauchen regelmaessig Injektionen. Ein Patient mit ernsthaften Symptomen kann in der ersten Woche der Behandlung fuenf bis sieben Injektionen erhalten, damit das Lager diese Naehrstoffes im Koerper wieder aufgefuellt wird. Innerhalb on 48 bis 72 Stunden ist bereits eine Verbesserung in Form von einer vermehrten Produktion von roten Blutkoerperchen zu bemerken. Sobald dann der B12 Wert wieder normal ist, werden die Injektionen dann nur mehr alle ein bis drei Monate gebraucht, um die Rueckkehr der Symptome zu vermeiden.

Quellen:

- [http://en.wikipedia.org/wiki/Vitamin\\_B12](http://en.wikipedia.org/wiki/Vitamin_B12)
- <http://ods.od.nih.gov/factsheets/VitaminB12-QuickFacts/>
- <http://www.livestrong.com/article/256121-what-is-vitamin-b12-good-for/>
- <http://www.fitday.com/fitness-articles/nutrition/vitamins-minerals/the-benefits-of-vitamin-b12.html>
- <http://health.howstuffworks.com/wellness/food-nutrition/vitamin-supplements/vitamin-b-12-.htm>
- <http://www.veganhealth.org/articles/vitaminb12>
- <http://www.healthaliciousness.com/articles/Top-5-Natural-Vegetarian-sources-Vitamin-B12.php>
- <http://www.whfoods.com/genpage.php?tname=nutrient&dbid=107>
- <http://www.drugs.com/health-guide/vitamin-b12-deficiency.html>

\*\*\*\*\*

## ☞ DIE ANTWORTEN ECKE ☜

**1. Frage:** *In der Ausbildung haben wir gelernt, dass wir dem Patienten nicht mehr als zwei oder drei Kombos (CC) geben sollen. Nun sah ich aber in den Newsletter, dass vier bis fuenf Kombos gegeben werden. Bitte teilen Sie mir mit, ob es OK ist, wenn ich den Patienten drei bis vier Kombos gebe.*

**Antwort:** Es gibt keine feste und starre Regel wie viele Kombos miteinander kombiniert werden koennen. Es wird jedoch empfohlen, dass neue Heiler nicht mehr als 3 Kombos in einer Flasche hinzufuegen. Da Sie jeweils nur ein chronisches Problem (plus damit verbundene Probleme) behandeln sollen, brauchen Sie nur eine Flasche geben. Jedoch koenen folgende Kombos mit jeder anderen Kombo kombiniert werden: CC10.1, CC12.1 (or CC12.2), CC15.1 and CC17.3. Mit Erfahrung und Diskretion kann ein Praktiker mehr als 4 Kombos kombinieren.

+++++

**2. Frage:** *Ich habe bemerkt, dass bei einigen Kombos die ich bis jetzt noch nicht verwendet habe der Fluessigkeitspegel abgesunken ist. Ist das zu erwarten?*

**Antwort:** Alkoholmolekuele sind sehr fein und neigen dazu schnell zu verdunsten, auch dann wenn die Flasche gut verschlossen ist. Manche Praktiker packen ihre Box in eine Folie oder in eine andere Box ein, oder legen ein Gewicht auf die Box. Schauen Sie einfach was fuer Sie passend ist. Achten Sie darauf, dass Sie die Flaschen regelmaessig kontrollieren und Sie die Flaschen nicht austrocknen lassen.

+++++

**3. Frage:** *Wird die Wirksamkeit der Heilmittel verringert, wenn wir dessen Details nicht im Fallblatt des Patienten eintragen? Ich frage darum, da wir manchmal fuer ein Familienmitglied schnell ein Heilmittel verschreiben, wenn die Krankheit nicht allzu ernsthaft ist und nicht sofort dokumentiert wird. Manchmal kommt auch ein Patient und hat keine Zeit fuer eine formale Besprechung des Falles. Macht es etwas aus, wenn wir die Details nicht zum Zeitpunkt der Heilmittelausgabe eintragen? Ist das Patientenblatt nur zur Nachvollziehung und aus rechtlichen Gruenden?*

**Antwort:** Nein die Wirksamkeit des Heilmittel wird dadurch NICHT beeinflusst. Nehmen Sie sich beim ersten Treffen mit dem Patienten Zeit, um in seiner Anwesenheit die Details zu notieren. Aufzeichnungen werden nicht nur aus Trackingruenden, sondern auch als Erinnerung an aehnliche Faelle vor einiger Zeit gemacht. Man kann sich vielleicht nicht erinnern, welche Heilmittel damals gegeben wurden. Sollte es ein aussergewoehnlicher Fall werden der veroeffentlicht wird, so braucht es dafuer auch die noetigen Details.

+++++

**4. Frage:** *Wie wichtig ist der koerperliche und geistige Zustand des Praktikers zum Zeitpunkt der Verschreibung? Koennen wir Heilmittel verschreiben, wenn wir selbst Fieber, eine Verkuehlung oder Migraene haben? Ist es also OK Heilmittel zu machen wenn wir gestresst, depremiert oder traurig sind? Ich frage, da Vibrionics den Ruf hat, dass es von den feinsten Energien beeinflusst werden kann. Ihre Antwort wird uns helfen, festen Glauben in die Heilmittel zu haben, auch wenn wir diese unter bestimmten Bedingungen ausgeben.*

**Antwort:** Fuer einen Heiler ist es gut physisch und koerperlich fit zu sein. Ja, es ist OK wenn es Ihnen nicht so gut geht ein Heilmittel verschreiben: **a.** wenn ihre Krankheit nicht ansteckend ist! **b.** wenn Sie klar denken koennen. **c.** wenn Sie vor Beginn einer Heilsession mit einem klaren Geist zu Swami um Fuehrung und Hilfe beten koennen. Es ist wichtig, dass Sie den gesunden Menschverstand nutzen, wenn Sie eine akute Krankheit wie eine Verkuehlung oder Husten haben. Wenn man Vibroseva macht, ueberwindet ein Heiler oft seine eigene Depression oder Traurigkeit ect. waehrend er Patienten bei dessen Problemen hilft!

+++++

**5. Frage:** *Diese Frage ist wirklich dumm, aber manchmal gebe ich das Globuli in die Kappe des Flaeschchens und halte im Erdgeschoss Ausschau nach meinem Kind, um die Globuli in seinem Mund zu geben. Ist es moeglich, dass die Schwingungen entweichen oder verdampfen wenn die Verschlusskappe zu lange offen ist?*

**Antwort:** Nein keine Frage ist dumm. Nein, die Vibrationen sind in den Globulis eingebettet.

+++++

**6. Frage:** *Das Tonic fuer Erwachsene und fuer Kinder ist ein Booster fuer das Immunsystem und soll den Patienten wieder gesund machen. Ab welchem Alter sollte ein Kind mit dem Erwachsenen tonic behandelt werden?*

**Antwort:** Ob man ein Kinder- oder Erwachsenen tonic verwendet hat ganz individuelle Gruende. Wenn sie koerperlich schon recht erwachsen sind, so waere das Erwachsene tonic passend. Fuer die meisten waere dies daher so etwas mit 16-18 Jahre. Wenn Sie sich aber nicht sicher sind, so schauen sie auf die Karten die fuer CC12.1 Adult tonic and CC12.2 Child tonic verwendet werden. Verwenden Sie Ihre eigene Urteilsfaehigkeit, basierend auf die Beobachtung und das Wissen ueber den Patienten. Erinnern Sie sich daran, dass die Energien beider Heilmittel nur dann wirken, wenn diese benoetigt werden.

+++++

**7. Frage:** *Ich bin ein neuer Praktiker und moechte gerne helfen. Gibt es besondere Tipps fuer das erste Treffen mit einem Patienten?*

**Antwort:** Verwenden Sie zusaetzlich zu ihrer Ausbildung Ihre Intuition und Ihre wachsende Erfahrung. Zuhoeren, lieben und dosieren. Beten Sie und zentrieren Sie sich vor einem Treffen. Seien Sie ruhig und

friedvoll. Es ist wichtig der Person sehr gut zuzuhören. Sitzen Sie nicht da und denken daran welches Heilmittel sie der Person geben wollen, oder was die nächste Frage ist. Wenn Sie dies tun, dann hören Sie nicht richtig zu. Sie sollen nicht in Eile sein, wenn Sie einen Patienten zuhören. Wiederholen Sie die wichtigsten Punkte bezüglich der Gesundheit des Patienten, damit der Patient auch weiß, dass Sie ihm zugehört haben.

Wenn die Patienten bezüglich ihres Lebens, ihrer Familie, Finanzen etc. zu sehr ins Detail gehen, so bringen Sie sie wieder sanft auf den Grund ihres Besuches zurück. Kontrollieren Sie die Richtung der Konversation, damit Sie die notwendigen Daten für Ihre Aufzeichnungen bekommen – und machen Sie alles mit Liebe. Wenn Sie die Heilmittel geben, so erklären Sie dem Patienten wie er die Mittel einnehmen muss, und versichern Sie sich, dass Sie alle Fragen beantwortet haben. Das erste Treffen sollte in etwa 45 Minuten dauern. Manchmal ist dies nicht möglich, aber machen Sie sich einen bestimmten Zeitpunkt zum Ziel. Setzen Sie das Gespräch beim nächsten Treffen fort.

++++  
*Praktiker: Haben Sie Fragen an Dr. Aggarwal? Senden Sie ihm diese unter [news@vibrionics.org](mailto:news@vibrionics.org)*  
\*\*\*\*\*



## ☪ GOETTLICHE WORTE VOM HEILER DER HEILER ☪

*“Wenn wir lachen, sprudelt Liebe in uns hoch“.*

**...Sathya Sai Baba, Third World Youth Conference, July 2007**

++++  
*“Klassifiziere nicht einige Arbeiten als “deine Arbeit“ und einige als “Seine Arbeit“. Bringe alle Taten Gott dar“*

**...Sathya Sai Baba, Radio Sai, Sept 18, 2013**

++++  
*“Fülle jedes Wort mit Liebe; fülle jede Tat mit Liebe. Das Wort, das aus deinem Mund kommt soll weder wie ein Messer stechen, noch wie ein Pfeil verletzen, und auch nicht wie ein Hammer zerschlagen. Es muss getränkt sein von süßem Nektar, ein Rat von tröstender Vedanta Weisheit, ein mit Blüten bestreuter Weg; es muss Frieden und Freude verbreiten ...*

*Liebe der Liebe willen; liebe nicht zur Erlangung von materiellen Dingen oder zur Erfüllung von weltlichen Wünschen...*

*Behandle jeden – wer immer es auch sein mag – mit allumfassender mitfühlender Liebe. Diese wohlwollende Sympathie muss zu einer spontanen Reaktion der ganzen Menschheit werden.*

**...Sri Sathya Sai Baba, Sathya Sai Speaks (SSS) 9:16, July 29, 1969**

\*\*\*\*\*

## ☞ Ankuendigungen ☜

### Bevorstehende Workshops

- ❖ **India Puttaparthi:** AVP workshop 24-28 Nov 2013, contact Hem at [99sairam@vibrionics.org](mailto:99sairam@vibrionics.org)
- ❖ **India Kasaragod in Kerala:** AVP workshop in January 2014, contact Rajesh Raman at [sairam.rajesh99@gmail.com](mailto:sairam.rajesh99@gmail.com) or by telephone at 8943-351 524 / 8129-051 524.
- ❖ **India Puttaparthi:** SVP workshop 28 Jan - 1 Feb 2014, contact Hem at [99sairam@vibrionics.org](mailto:99sairam@vibrionics.org)

**An alle Trainer: Falls Sie einen workshop planen senden Sie die Details bitte an:**  
[99sairam@vibrionics.org](mailto:99sairam@vibrionics.org)

\*\*\*\*\*

### \*\*\*ACHTUNG PRAKTIKER\*\*\*

- ❖ Unsere Webseite ist [www.vibrionics.org](http://www.vibrionics.org). Sie brauchen eine Registrierungsnummer um sich in das Praktikerportal einzuloggen. Sollte sich Ihre E-Mailadresse aendern, so informieren Sie uns bitte so schnell wie moeglich unter [news@vibrionics.org](mailto:news@vibrionics.org)
- ❖ Sie koennen diesen Newsletter an Ihre Patientn weitergeben, Deren Fragen sollten zur Beantwortung, Recherche und Rueckmeldung an Sie weitergeleitet werden. Danke fuer ihre Zusammenarbeit..

**Jai Sai Ram!**

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