

Sai Vibrionics Newsletter

www.vibrionics.org

“ Lorsque vous voyez une personne malade, une personne dans le désespoir, inconsolable ou malade, c’est ici qu’est la place de votre seva.”...Sri Sathya Sai Baba

Vol 4 N° 4

Juillet/août 2013

☞ Depuis le bureau du Dr Jit K Aggarwal ☞

Chers praticiens

J'ai l'immense plaisir de faire part à notre famille en pleine expansion de praticiens Sai Vibrionics, une récente grande promotion. Notre respecté Président de toute l'Inde, Sri Srinivasanji a suggéré que nous mettions en place à Prashanti Nilayam une conférence/atelier vibrionics (ceci de façon à être indépendant et non attachés à l'Organisation Sai ou le Trust) dans un futur proche ! C'est un grand honneur et aussi une belle opportunité qui nous est donnée par Bhagawan pour présenter vibrionics et répandre la connaissance de ce merveilleux système de soins.

Nous prévoyons la conférence pour le 26 janvier 2014 ; nous ne pouvons pas demander au Seigneur un cadeau plus parfait pour le nouvel an. Lorsque le 21 avril 2007, Swami nous dit dans une interview qu'il y aurait une conférence vibrionics Internationale à Puttaparthi, nous furent très surpris. Les paroles de Swami semblent vouloir s'accomplir maintenant.

C'est un événement marquant pour Sai Vibrionics. Ceci représente le résultat d'un effort collectif d'une myriade de praticiens qui apportent un amour inconditionnel global et un service quotidien sous forme de vibrations de guérison.

Comme vous le comprendrez il y a beaucoup à faire afin que cette conférence soit un succès. C'est une immense responsabilité pour chacun de nous en tant que praticien vibrionique actif. Mettre en place une conférence à Prashanti Nilayam est un grand exploit – cela prendra des mois de programmation, de préparation, et de dur travail. Nous ne pouvons entreprendre une telle tâche sans votre participation active et votre soutien sincère. Nous allons d'abord envoyer une invitation ouverte à chacun d'entre vous, afin de rassembler vos idées et réflexions pour apporter l'aide qui vous correspond le mieux dans cette entreprise. Nous proposons de présenter des cas intéressants et uniques et des articles sur les divers aspects de vibrionics. Nous prévoyons aussi de présenter une exposition montrant la croissance et le développement de vibrionics au cours des 20 dernières années, soulignant nos différentes interactions avec Swami à ce sujet.

Nous aurons besoin de praticiens pour aider à planifier et coordonner, pour préparer le matériel pour l'exposition, pour écrire des papiers à présenter et, bien sûr, à la date fixée, nous aurons besoin de volontaires pour gérer les délégués – inscriptions à la conférence, hébergement, etc. S'il vous plaît mettez vous en contact au plus vite avec nous à 99sairam@vibrionics.com, nous faisant savoir de quelle façon vous aimeriez contribuer à cet événement béni. Cela semble bien loin dans le temps mais croyez-moi nous y serons bientôt. Nous accueillons toutes vos idées et souhaitons savoir ce que vous aimeriez entendre et voir à la conférence.

Donc merci de nous envoyer votre nom le 31 août et nous dire : **a.** si vous serez présent **b.** si vous souhaitez présenter un papier ou une exposition et **c.** quel seva pouvez-vous offrir avant et pendant la conférence. Dans les semaines à venir nous mettrons sur le site www.vibrionics.org dans la section praticien, une longue liste des divers types d'aide dont nous avons besoin pour que cette première conférence vibrionics soit un succès. Merci de visiter régulièrement le site.

Cependant nous comprenons que beaucoup de praticiens ne pourront être physiquement présents à Prashanti pour participer et vivre ce grand événement, mais ce n'est pas une raison pour rester en dehors et ne pas offrir vos services et aider depuis votre domicile. Nous pouvons proposer du travail à tous ceux qui veulent aider dans ce seva. Un si grand événement ne peut avoir lieu sans la volonté explicite et les bénédictions de notre bien-aimé Swami et cette opportunité de participer (même peu) à cette conférence tenue dans Son propre Ashram ne doit pas être prise à la légère. Cela doit être fait comme une offrande de gratitude à notre Divin Maître et nous devons faire tous nos efforts pour en être digne.

C'est une opportunité majeure pour vibrionics de se montrer en tant que système éminent de soins alternatifs. C'est par de telles plate-formes comme cette conférence que les expériences collectives sont le mieux perçues, publiées/présentées et partagées pour le bénéfice de chacun en appliquant les meilleurs moyens pour capter les connaissances. Nous avons hâte de vous entendre et espérons et prions que Swami nous guide pour faire de cette conférence une réalité. Ensemble nous travaillerons dans le but de rendre vibrionics utile pour toute l'humanité, les animaux et les plantes.

Dans le service aimant à Sai
Jit Aggarwal

☪ Études de cas traités avec les combos ☪

1. Cancer de la prostate ^{02799...UK}

Un cancer de la prostate a été diagnostiqué chez un homme âgé de 81 ans et le praticien commença à le soigner trois mois après. Il refusait de prendre un traitement allopathique y compris la chimiothérapie mais acceptait d'avoir un bilan de santé à l'hôpital tous les 6 mois. On lui donna :

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

Après 8 mois de traitement vibro, il se rendit à l'hôpital pour son bilan de santé programmé. On lui annonça que son cancer était complètement éradiqué et qu'il n'avait pas besoin de venir pour d'autres bilans de santé. Il continua à prendre les combos ci-dessus et après 6 mois le dosage fut réduit à BD. Un an après, le dosage fut de nouveau réduit à OD en janvier 2013, par prévention.

+++++

2. Douleur d'arthrite au genou ^{02877...USA}

Le 27 octobre 2012, un homme de 71ans vint voir le praticien car il souffrait d'une douleur intense au genou gauche ce qui lui rendait la marche difficile. Son médecin avait diagnostiqué une arthrite sévère ; aussi il fut programmé une chirurgie du genou pour le 18 décembre. On lui donna : **CC20.3 Arthritis...TDS**. En seulement 2 jours, il se sentit 90% mieux mais peu après, la douleur s'étendit sur tout le corps, particulièrement la colonne vertébrale. On arrêta le combo ci-dessus et on lui donna :

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

Au début de décembre, il dit se sentir 95% mieux, aussi il annula son rendez-vous de chirurgie. Six mois plus tard il était 98% mieux et se sent très heureux de l'amélioration de sa qualité de vie.

Voici un superbe exemple pour montrer qu'un problème courant à de nombreuses personnes âgées peut être vraiment éradiqué par les remèdes vibratoires.

+++++

3. Constipation chronique ^{02802...UK}

Une mère amena sa fille de 9 ans voir le praticien car l'enfant souffrait d'une constipation chronique depuis trois ans et d'infections urinaires récurrentes. Elle ne pouvait pas vider son intestin sans prendre

quotidiennement du laxatif Movicol. On lui donna :

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

Le jour après qu'elle eu commencé à prendre le combo ci-dessus, elle vida régulièrement son intestin et le Movicol fut arrêté.

+++++
4. Problèmes de ménopause ^{02322...USA}

Une femme âgée de 55 ans vint voir le praticien avec les symptômes typiques de la ménopause : bouffées de chaleur, changements émotionnels variables, colère, dépression, tristesse et agitation. Elle avait peu d'enthousiasme pour ses tâches quotidiennes et manquait généralement de vision positive. On lui donna :

SR513 Oestrogen...BD dans la vibhuti – une dose au réveil et une autre le soir avant d'aller dormir.

En 2 semaines le dosage a été réduit à 1 fois par jour puis à 1 ou 2 fois par semaine et son humeur changeante s'améliora. Au bout de deux autres semaines elle n'était plus qu'occasionnellement déprimée et les bouffées de chaleur n'étaient plus si fréquentes. Le remède fut réduit à 1 dose le soir.

*Nous avons aussi **NM10 Climacteric** qui aide pour ces problèmes. L'œstrogène est inclus dans la mixture.*

*Pour les praticiens avec la boîte 108CC : **CC8.1 Female Tonic + CC8.6 Menopause.***

+++++
5. Stress et tension ^{00002...India}

Le praticien dit que pour les personnes qui sont stressées, inquiètes ou tendues, etc, le combo suivant aide énormément :

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 ou selon la demande.

Le praticien recommande qu'un petit flacon compte goutte de ce combo soit préparé d'avance pour être facilement dispensé par le praticien. Il s'avère particulièrement efficace dans des situations de la vie de tous les jours qui sont difficiles à gérer ou lorsqu'il est difficile de prendre des décisions.

+++++
6. Communication inter auriculaire (TSA) et maladie de Crohn ^{002817...India}

Un petit garçon âgé de 9 ans était atteint d'une TSA et d'une maladie de Crohn. On avait exclu la chirurgie car il était trop faible. La famille était si pauvre que les parents ne pouvaient se permettre de payer les médicaments allopathiques. Ils vinrent voir le praticien sous la recommandation d'un patient qui avait été soigné avec succès pour de l'arthrite avec vibrionics.

On donna au garçon les deux combos suivants :

#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 (pour TSA)

#2. NM2 Blood + NM15 Diarrhoea + NM36 War + NM80 Gastro + NM90 Nutrition + SR255 Calc Sulph...6TD (pour la maladie de Crohn)

En l'espace d'un mois, le garçon qui depuis quelque temps ne pouvait plus marcher, même à la maison, recommença à aller à l'école. L'amélioration était d'environ 70%. A la fin des deux mois suivants il se trouvait 90% mieux et il recommença même à jouer au football.

Pour le combo **#1** le dosage continua à être TDS par sécurité pour l'avenir. Sa digestion s'améliora doucement et les symptômes de la maladie de Crohn avaient disparu à la fin du premier mois de

traitement ; aussi le dosage du #2 fut réduit à TDS le mois suivant puis à OD. Il continue de prendre ce combo 2TW.

Aujourd'hui il semble être totalement en pleine forme et heureux par la Divine grâce de Baba. Le bonheur de la famille peut difficilement être exprimé par des mots.

+++++

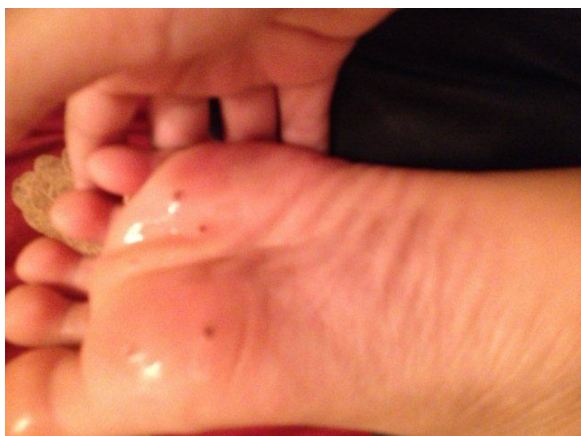
7. Verrues sur la plante du pied ^{02870....USA}

Une fillette de 13 ans souffrait depuis 18 mois de verrues sur la plante d'un pied. Un podologue avait gratté la peau recouvrant les verrues afin que la crème Fluorouracil 0.5% puisse pénétrer jusqu'aux verrues et les éliminer. Le traitement fut poursuivi pendant deux mois sans succès, et fut donc arrêté. Quand on demanda conseil au praticien, il donna le combo suivant non seulement pour éliminer les verrues mais aussi pour l'aider par rapport au stress ainsi que dans sa scolarité :

CC15.1 Mental and Emotional tonic + CC17.3 Brain and Memory tonic + CC21.8 Herpes... un granule au réveil et un autre avant de dormir. Il mit aussi **CC21.8 Herpes** dans de l'huile de coco à appliquer sur les verrues...TDS.

La première photo ci-dessous montre les verrues un mois après avoir commencé le traitement (pas de photo avant traitement). La seconde photo fut prise 3 mois après que le combo ci-dessous ait été commencé. On peut voir que les verrues ont complètement disparu du pied.

Un mois après le traitement



Trois mois après le traitement



🌀 Important: Attention A TOUS LES PrATICIENSs 🌀

Quelques uns des cas que nous recevons sont merveilleux mais nous ne pouvons pas toujours partager tous les cas avec vous car il manque des informations importantes lesquelles ne peuvent provenir que des praticiens. Donc S'IL VOUS PLAÎT lorsque vous envoyez vos cas, vérifiez bien d'inclure les données suivantes :

Age du patient, homme/femme, date de début de traitement, liste détaillée de tous les symptômes aigus, liste détaillée de tous les symptômes chroniques, durée de chaque symptôme, cause possible de chaque symptôme chronique, si autre traitement antérieur/présent, le combo donné et son dosage, le rapport daté du pourcentage d'amélioration, condition finale, autre information pertinente.

Ceci nous aidera à publier vos cas dans les futures newsletters. Si ces informations ne nous parviennent pas, nous risquons de ne pas avoir suffisamment de cas complets pour les futures publications.



☞ Conseils de santé ☞

Sai Vibrionics offre des informations sur la santé et des articles à but éducatifs seulement ; cette information n'est pas censée remplacer le conseil médical. Conseillez à vos patients de voir leur médecin quant à leurs problèmes médicaux spécifiques.

L'eau vivante pour votre santé



L'eau est la boisson la plus importante pour notre survie. Nous pouvons vivre des semaines sans nourriture, mais sans eau, nous ne pouvons vivre que 3 à 5 jours dans la plupart des cas.

Comme chacun sait, l'eau constitue presque 70% du poids de notre corps. Cela implique donc que l'eau est nécessaire à tous les organes et systèmes organiques du corps pour leur fonctionnement optimal. L'eau est nécessaire à l'hydratation de notre corps, au transport des nutriments et va jusqu'à participer à de nombreuses réactions chimiques ayant lieu dans l'organisme. Une des fonctions primaires de l'eau, au niveau cellulaire, est de transporter les nutriments à l'organisme, et de débarrasser efficacement les déchets du corps en les diluant. On fait souvent référence à l'eau en tant que "solvant universel de la nature". Elle est nécessaire à toute forme de vie et de système écologique ainsi que dans toute activité et industrie.

Dans le passé, l'eau était profondément respectée, souvent révérée, comme le fluide essentiel à toute vie – dans les stades de conception, naissance, croissance, subsistance, et pour la guérison des maladies. Il en est de même de nos jours - l'importance de l'eau pour notre bien-être ne peut être sous-estimée.

De l'eau simple est déjà une des choses les plus saines que vous pouvez boire. Vous avez déjà probablement bu huit verres d'eau dans une journée. Mais y a-t'il une différence selon l'eau que vous buvez?

Les passionnés de santé de par le monde pensent que les différentes sortes d'eau ne sont pas également bonnes pour nous. Ils divisent même l'eau en eau « morte » et « vivante ».

L'eau "morte" est l'eau chargée de substances et de fréquences étrangères. Elle contient souvent les conséquences de radiations électromagnétiques de diverses sortes, particulièrement produites par l'homme, aussi bien que des polluants physiques et énergétiques divers. L'eau en provenance des producteurs commerciaux d'eau ou des services municipaux peut généralement être considérée comme de l'eau « morte ».

L'eau "vivante" est différente. Elle a plus de vie, 'diurétique', signifiant qu'elle fait un meilleur travail pour capter et drainer les matières toxiques du corps. Elle est ce qui se rapproche le plus de l'eau cellulaire, et ses fréquences d'amélioration de la vie sont absorbées avec gratitude par les cellules déshydratées et fatiguées de notre corps.

Une telle eau est appelée par de nombreux noms : eau énergétisée, eau structurée ou restructurée, eau hexagonale, eau dont la taille des clusters est réduite, eau organisée et encore par beaucoup d'autres noms.

La meilleure source d'eau "vivante" provient des sources naturelles. Une vraie eau de source présente souvent une couleur irisée et bleuâtre. Considérez vous chanceux si vous avez accès à une telle eau. Pour les autres, il existe beaucoup de façons d'améliorer votre eau habituelle, pour l'énergétiser.

Internet est plein de sites où l'on vend des appareils pour énergétiser l'eau, des cristaux ou des granules. Nous ne nous sentirions pas à l'aise en vous recommandant certains de ces sites, et aimerions partager avec vous une méthode simple pour améliorer votre eau. Cette méthode est basée sur la thérapie des couleurs et ne réclame aucun produit chimique ni appareil spécial. Nous l'appelons méthode de l'Eau Solaire Bleue.



Qu'est ce que l'Eau Solaire Bleue ?

- ❖ L'eau bleue n'est que de la simple eau de boisson gardée dans une bouteille transparente colorée en bleu pendant un certain temps.

Pourquoi la couleur bleue parmi toutes les couleurs ?

- ❖ Le bleu est associé au repos, à la relaxation, au sommeil, à la régénération, et la communication.
- ❖ Le bleu fait baisser la pression sanguine et les battements du cœur, calme la nervosité et le stress, et est une couleur très apaisante.
- ❖ Il est très efficace dans le traitement des maux de tête et des désordres du sommeil.
- ❖ Le bleu est aussi une couleur très efficace pour la méditation, la communication, la croissance spirituelle, et les hautes qualités du mental.
- ❖ Le bleu fait ressortir la puissance créatrice et apporte la paix.

Comment fabriquer l'Eau Solaire Bleue ?

- ❖ Mettre de l'eau potable (du robinet, filtrée, en bouteille, etc.) dans une bouteille en verre bleu. Vous pouvez utiliser toutes sortes de bouteilles de verre de couleur bleu allant du bleu cobalt profond au lumineux bleu cyan.
- ❖ Fermer la bouteille avec un bouchon de plastique, de liège ou de tissu ou autre matériau sauf du métal. Vous pouvez fermer la bouteille pour la préserver des bestioles ou des mouches. Mais n'utilisez pas de métal.
- ❖ Placez la bouteille d'eau à l'extérieur dans la journée, au moins pendant une heure. La bouteille n'a pas besoin d'être à la lumière directe du soleil, mais nécessite d'être à la lumière solaire. Vous pouvez faire de l'eau solaire bleue même un jour nuageux ou sur une terrasse ombragée.
- ❖ Vous ne pouvez pas faire de l'eau solaire au travers d'une vitre. Une vitre pré-filtre la lumière solaire avant qu'elle atteigne la bouteille, ceci entravant le processus.
- ❖ Aussi longtemps que la bouteille est à l'extérieur, où elle reçoit la lumière du soleil (même si elle est à l'ombre, tant que rien ne l'empêche de recevoir de la lumière), cela créera de l'eau solaire bleue.
- ❖ Plus vous laissez la bouteille à l'extérieur à la lumière solaire et mieux ce sera. Vous pouvez laisser l'eau toute la journée. Vous pouvez mettre la bouteille la nuit ou avant l'aube pour capter les premiers rayons de soleil du matin, ce qui semble augmenter les vibrations énergétiques de l'eau solaire bleue.
- ❖ Une fois cela fait, vous pouvez la stocker dans du plastique ou dans le récipient que vous voulez.

Vous pouvez mettre un bouchon de métal sur le récipient.

- ❖ On peut ajouter de l'eau solaire bleue à une autre eau pour transformer le tout en eau solaire bleue. Remplissez une tasse, un pichet, etc., avec de l'eau et ajoutez-y de l'eau solaire bleue pour en faire entièrement une eau solaire bleue.

Idées d'utilisation de l'eau solaire bleue

- ❖ Boire de l'eau solaire bleue pour s'hydrater et se rafraîchir, pour aider à enlever les toxines et pour se soigner. Vous pouvez aussi vous gargariser avec cette eau.
- ❖ Utiliser l'eau solaire bleue pour cuisiner améliore le goût des aliments.
- ❖ Se baigner dans l'eau solaire bleue pour se sentir relaxé et rafraîchi, et pour aider le corps à se débarrasser des toxines. L'eau bleue tend à foncer les cheveux, aussi ne l'utilisez pas excessivement sur les cheveux si vous souhaitez garder une teinte plus claire.
- ❖ Utilisez-la pour arroser les plantes d'intérieur et d'extérieur.

Il existe encore beaucoup plus de bénéfices à utiliser l'eau bleue. En recherchant sur internet vous serez surpris de voir ce que les gens disent à propos de cette merveilleuse eau vivante.

Sources:

<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

+++++

Asthme et Diététique



L'asthme est une maladie chronique caractérisée par des attaques récurrentes d'essoufflement et de respiration sifflante, qui varient en intensité et en fréquence d'une personne à l'autre. Lors d'une attaque d'asthme, la muqueuse des bronches enfle, provoquant un rétrécissement du passage de l'air et réduisant le flux d'air entrant et sortant des poumons.

Informations clés de l'Organisation Mondiale de la Santé

- ❖ L'asthme est une maladie chronique des bronches c'est-à-dire le passage de l'air jusqu'aux poumons.
- ❖ C'est la maladie la plus courante chez les enfants.
- ❖ La plupart des mortalités dues à l'asthme se rencontre dans les pays à bas et moyen niveau de vie.
- ❖ Les plus importants facteurs de risque de développer de l'asthme sont l'inhalation de substances et de particules qui peuvent provoquer des réactions allergiques ou irriter les voies respiratoires.
- ❖ Des médicaments peuvent contrôler l'asthme. Évitant que l'asthme se déclenche ils peuvent aussi réduire la sévérité de l'asthme.
- ❖ L'asthme est difficile à soigner mais une gestion appropriée de l'asthme peut permettre de profiter d'une bonne qualité de vie.

Les causes

Les causes fondamentales de l'asthme ne sont pas encore complètement élucidées. Le plus fort facteur de risque est une combinaison de prédispositions génétiques et d'expositions environnementales menant à inhaler des substances et particules qui peuvent provoquer des réactions allergiques ou irriter les voies respiratoires, telles que :

- ❖ Les allergènes intérieurs (par exemple, les acariens dans les literies, les tapis et le mobilier doublé, la pollution et les pellicules des animaux de compagnie)
- ❖ les allergènes extérieurs (tels que les pollens et les moisissures)
- ❖ La fumée du tabac
- ❖ Les irritants chimiques dans les lieux de travail
- ❖ La pollution de l'air.

D'autres facteurs déclenchants peuvent être l'air froid, des montées émotionnelles extrêmes comme la colère ou la peur, et l'exercice physique. L'asthme peut même être provoqué par certains médicaments comme l'aspirine, d'autres médicaments comme les anti-inflammatoires non-stéroïdiens et les bêta bloquants (qui sont utilisés pour soigner les hypertensions, les maladies cardiaques et les migraines).

Diététique

Cette partie est axée sur le rôle important de la diététique dans la vie d'une personne souffrant d'asthme. L'alimentation peut aider à réduire l'hyperactivité des cellules de l'immunité de telle sorte qu'elle sont moins réactives à la pollution de l'air et aux allergènes. Certains nutriments aident aussi à neutraliser la production de radicaux libres, ce qui peut réduire la fréquence et la sévérité des crises d'asthme et améliorer le fonctionnement des poumons. Une alimentation saine équilibrée a vraiment un impact sur beaucoup de personnes atteintes d'asthme. La nourriture doit être prise à intervalles réguliers en quantité mesurée pour éviter une surcharge de l'estomac qui pourrait provoquer une crise d'asthme.

Il est évident que les personnes consommant une nourriture riche en vitamine C et E, bêta-carotène, flavonoïdes, magnésium, [sélénium](#), et acides gras oméga-3 présentent des taux moins élevés d'asthme. Beaucoup de ces substances sont des antioxydants, qui protègent les cellules.

- ❖ **Les aliments riches en Vitamine C:** Fruits et légumes sont essentiels pour conserver les poumons en bonne santé. La vitamine C est extrêmement bénéfique aux patients atteints d'asthme qui présentent une hyperactivité des voies aériennes. Les aliments riches en vitamine C sont les raisins, tomates, ananas, melons d'eau, les agrumes, les kiwi, les feuilles vertes de moutarde, les choux crus, choux fleurs, épinards, persil, carottes, et les poivrons.
- ❖ **Les aliments riches en vitamines B:** Ce sont les légumes à feuilles vertes, les légumes à gousses, les graines de tournesol et les figues sèches qui sont aussi de bonnes sources de magnésium (aidant à la régulation de l'asthme). Les légumes verts sont aussi riches en antioxydants et peuvent faire diminuer la quantité de radicaux libres qui sont en cause dans l'asthme. Les légumes doucement cuits à la vapeur gardent leur saveur et leurs nutriments, et sont plus faciles à digérer.
- ❖ **Les aliments contenant des acides gras oméga-3** tels que les poissons comme le saumon, le thon, les sardines et certaines plantes, comme les graines de lin, les noix – sont connus pour être très bénéfiques pour la santé. Bien que l'on ne puisse conclure qu'ils [aident pour l'asthme](#), c'est tout de même une bonne idée de les inclure dans votre alimentation.
- ❖ **Les aliments riches en vitamine E.** Navets, soja, huile de germe de blé, moutarde, graines de tournesol sont d'excellentes sources de vitamine E. Les personnes qui consomment de grandes quantités de vitamines E ont un plus faible risque d'avoir de l'asthme. Il a été montré que le fait d'augmenter la quantité de prise de vitamine E améliore significativement la fonction pulmonaire.
- ❖ **Éviter [les graisses trans](#) et les acides gras oméga-6.** Il est évident que prendre des graisses Oméga-6 et des graisses trans, trouvés dans certaines margarines et aliments industriels, peut empirer l'asthme, et d'autres maladies graves comme les maladies cardiaques.

Suggestions supplémentaires

- ❖ Si possible utilisez de l'huile d'olive vierge extra.
- ❖ Réduisez le sel. Utilisez à la place des épices naturelles, comme du basilique (tulsi), du fenugrec (methi), de la sauge, de la coriandre, de l'origan. La plupart de ces épices contiennent de l'acide rosmarinique qui a des propriétés antioxydantes pour neutraliser les radicaux libres, et aussi bloquer la production de leucotriènes, qui sont des pro-inflammatoires chimiques du corps.
- ❖ Utilisez des stimulants digestifs, comme le gingembre, l'ail, le poivre noir, les piments longs, le cumin, la cannelle, la cardamome et les clous de girofle.
- ❖ Le curcuma agit à la fois de façon préventive et curative pour cette maladie. En tant que préventif, vous pouvez utiliser régulièrement une cuiller à thé de poudre de curcuma, soit avec deux cuillères à thé de miel soit avec une tasse de lait chaud, deux fois par jour à jeun. Si est utilisé avant ou lors de l'apparition d'un problème nasal, ceci réduira l'intensité ou l'acuité de la crise et apportera un soulagement rapide.
- ❖ Une prise de protéines de 40 à 50 g par jour est recommandée. Le lait de chèvre est très utile aux asthmatiques.
- ❖ Le lycopène, connu pour son activité antioxydante, est bénéfique spécialement à ceux qui font de l'asthme induit par l'exercice. Les sources riches en lycopène incluent les tomates, la goyave, les abricots, la pastèque, la papaye, les poivrons rouges.
- ❖ Prenez un dîner léger au moins deux heures avant d'aller dormir. Buvez beaucoup d'eau chaque jour car cela aide à nettoyer l'intestin.
- ❖ Le Pranayama (exercices respiratoires), le yoga et la méditation, enseignés par quelqu'un de compétent peuvent être bénéfiques.
- ❖ Pour les bébés et les jeunes enfants, le manque de vitamine A peut augmenter le risque de problème des bronches. Aussi, ajoutez beaucoup de carottes, tomates, épinards, abricots, fraises et autres aliments riches en vitamine A.

Autres précautions

- ❖ Évitez les aliments contenant des sulfites comme les fruits séchés au soufre, les crevettes, le vin, les jus de citron et citron vert en bouteille et évitez les conservateurs car ils peuvent provoquer de l'asthme.
 - ❖ Les bananes mures, les oranges, les fruits aigres, les citrons, les jus de fruits acides, et les pickles peuvent faire empirer l'asthme.
 - ❖ Limitez la prise de féculents comme le riz, les lentilles et les pommes de terre car ils peuvent provoquer la constriction des artères bronchiques.
 - ❖ Boire du café fort et fumer provoque un épaississement des vaisseaux bronchiques, menant à l'insomnie et l'anxiété. Fumer mène aussi à des maladies des bronches qui peuvent donner de l'asthme.
 - ❖ Évitez de consommer trop de lait et de produits laitiers, de soja, des œufs, du blé, des cacahuètes, du poisson, des coquillages et des noix.
 - ❖ Évitez les boissons et les jus glacés car ils augmentent la sévérité de l'inflammation des poumons.
- Une gestion appropriée de l'asthme peut contrôler la maladie et permettre aux personnes de profiter d'une bonne qualité de vie.

Note : Si vous souffrez d'asthme, en plus de votre médecin, il est conseillé de consulter un diététicien pour éventuellement modifier votre alimentation.

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

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

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

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

❧ Questions - Réponses ❧

+++++

1. Question : *Quelle est la meilleure façon de protéger la boîte 108CC ?*

Réponse : A la maison, le mieux est de la maintenir à distance (si possible environ un mètre) de sources de radiations comme les téléphones portables ou sans fil, le four à micro-ondes, la télévision, l'ordinateur. Si le problème se pose pour voyager, particulièrement en avion, la manière la plus pratique sera d'envelopper complètement la boîte sur ses 6 côtés avec du papier aluminium de cuisine.

+++++

2. Question : *Que dois-je faire si j'ai l'impression que ma boîte a subi des radiations ?*

Réponse : Si vous pensez que votre boîte 108CC a subi des radiations, alors arrangez vous avec votre enseignant ou coordinateur local pour recharger votre boîte.

+++++

3. Question : *A quelle température dois-je conserver ma boîte 108CC ? Est-ce qu'elle peut supporter des températures très froides ou très chaudes (pas à la lumière directe du soleil) si nous l'emportons pour voyager par exemple dans le coffre d'une voiture ?*

Réponse : A la température de la pièce. Il est préférable de garder la boîte 108CC dans un endroit frais et sombre. Je ne recommande pas de la transporter dans le coffre d'une voiture par temps chaud. Dans ce cas, il vaut mieux la placer à l'intérieur d'une boîte isotherme (par exemple une glacière). Ne réfrigérez pas votre boîte ou vos granules.

+++++

4. Question : *Ma famille utilise des gobelets en acier inoxydable pour boire de l'eau. Cela peut-il avoir un effet sur les remèdes vibrionics que nous prenons dans un gobelet en verre en utilisant une cuiller non métallique ?*

Réponse : Vous pouvez utiliser la vaisselle métallique dans votre maison sans affecter les remèdes. Assurez-vous simplement que les remèdes ne soient pas en contact avec un récipient ou une cuiller métallique.

+++++

5. Question : *Pouvons-nous utiliser un remède provenant d'un flacon compte-gouttes fissuré pour faire une nouvelle bouteille de remède ?*

Réponse : Oui, nous pouvons tant qu'il n'y a pas de morceaux de verre à l'intérieur.

+++++

6. Question : *Si nous utilisons une nouvelle bouteille a t'on juste besoin d'une goutte de l'autre kit pour refaire le combo?*

Réponse : Oui, une goutte est suffisante.

+++++

7. Question : *Si un flacon non fissuré est presque vide puis-je juste le remplir d'alcool pour faire plus de remède ?*

Réponse : Bien sûr vous pouvez faire cela. Après l'avoir remplie, secouez-la simplement en la tapant

contre la paume de l'autre main 9 fois.

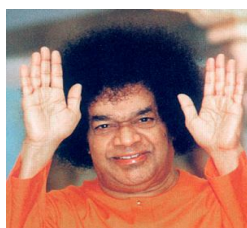
++++
8. Question : *Dois-je envelopper le flacon de granules dans une feuille d'aluminium ou le mettre dans une boîte en aluminium lorsque je voyage ou l'emporte au travail ?*

Réponse : Oui, ceci permettra une meilleure protection contre la neutralisation des granules par les radiations.

++++
9. Question : *Comment puis-je être sûr que ma boîte en aluminium protégera les granules contre les radiations ?*

Réponse : Placez un téléphone mobile à l'intérieur d'une boîte en aluminium ou en étain. Puis composez votre numéro de téléphone à partir d'un autre téléphone. Si la boîte est bonne, le téléphone mobile ne sonnera pas. Si ensuite vous ouvrez la boîte, le téléphone mobile commencera à sonner !

++++
[Praticiens: Avez-vous une question pour le Dr. Aggarwal ? Envoyez-lui à news@vibrionics.org](mailto:news@vibrionics.org)



☪ Mots Divins du Thérapeute des Thérapeutes ☪

"Tout ce que vous mangez, tout ce que vous voyez, tout ce que vous entendez, tout ce que vous prenez par les sens, se répercute sur votre santé." **...Sathya Sai Speaks vol 2 page 78**

++++
"...Si nous changeons notre vision, nous expérimenterons la paix. Si les personnes voient le monde avec les yeux de l'amour, ils seront en paix. Toutes les maladies seront guéries. La plupart des maladies ont leur origine dans le mental. Tout a une base psychologique. Quand une personne ressent que quelque chose est incorrect en elle, elle développe une maladie. Un mental sain est nécessaire pour un corps sain. Mais ce n'est pas suffisant pour être physiquement en bonne santé. L'homme a aussi besoin de la grâce de Dieu. Pour acquérir la grâce de Dieu, vous devez cultiver l'amour de Dieu. L'amour de nos jours est devenu une sorte de spectacle. Le véritable amour doit émaner du cœur. Commencez la journée avec amour, passez la journée amour, finissez la journée avec amour, ceci est le chemin vers Dieu. Si vous développez l'amour, la maladie ne s'approchera plus de vous." **...Sanathana Sarathi 1995 page 117**

☪ AnnoncEs ☪

Ateliers programmés

❖ **Italie Venice:** Conférence Nationale de remise à niveau 31 août 2013, contact Manolis par email à manolistho@yahoo.it ou par téléphone au +39-41-541 3763.

❖ **Pologne Wrocław** : Senior VP atelier 13-15 septembre 2013, contact Dariusz Hebisz par email à wibronika@op.pl ou par téléphone au [+48-606 879 339](tel:+48-606-879-339).

❖ **Grèce Athènes** : JVP et ateliers de remise à niveau pour praticiens 21-23 septembre 2013, contact Vasilis par email à saivasilis@gmail.com ou par téléphone au [+30-697-2084 999](tel:+30-697-2084-999).

[Pour tous les organisateurs : si vous programmez un atelier, envoyer les détails à : 99sairam@vibrionics.org](mailto:99sairam@vibrionics.org)

*****ATTENTION PRATICIENS*****

- ❖ Notre site web est www.vibrionics.org, il vous sera nécessaire d'utiliser votre numéro d'enregistrement Vibro pour accéder au portail praticiens. Si votre adresse email change, merci de nous en informer à news@vibrionics.org dès que possible.
- ❖ Vous pouvez partager cette newsletter avec vos patients. Leurs questions devront vous être directement adressées afin de leur répondre ou rechercher les réponses. Merci de votre coopération.



Jai Sai Ram!

Sai Vibrionics . . . vers une excellente médecine – gratuite pour les patients