

## *Come evitare o superare le infezioni virali alla maniera di Edgar Cayce*

In passato un mio insegnante di virologia ha detto a noi studenti che, se dovessimo mettere un centinaio di persone in una stanza chiusa e spruzzare dei virus su di esse, solo una certa percentuale di loro contrarrebbe e svilupperebbe un'infezione. Lasciando da parte la possibilità che erano immuni per una precedente esposizione al patogeno o per una vaccinazione precedente, un fattore sconosciuto impedirebbe a questa parte di persone di sviluppare la malattia. Di certo la salute e la vitalità generali sono dei fattori, ma, a parte queste considerazioni, poco è noto sul perché alcune persone non sono colpite dall'infezione.



La maggior parte degli studiosi delle letture di Cayce sulla salute finiscono per comprendere le raccomandazioni di base per godere di salute e benessere e per mantenere un sistema immunitario forte: una dieta ricca di frutta fresca e verdure fresche (80 per cento); carni leggere come pesce, pollame e agnello; cereali integrali, noci e semi; molta acqua fresca, pura ogni giorno; e forse qualche integrazione con vitamine e minerali.

Devono essere inoltre anche evitate certe combinazioni di cibo e il mangiare il cibo troppo velocemente.

Insieme a questi consigli Cayce raccomandava di mantenere una vita spirituale e mentale sana che includa preghiera e meditazione regolare, se non giornaliera (del tempo speso nella comunione diretta con la Fonte) e letture spirituali regolari, per aiutarci a ricordare che siamo figli eterni dell'Unico Spirito Sacro. Le letture mettevano inoltre in rilievo che la nostra capacità di perdonare è essenziale per il nostro benessere. In questo modo sviluppiamo equilibrio e serenità, una compostezza calma e uniformità di temperamento, anche nelle circostanze più difficili.

Erano raccomandati inoltre l'esercizio fisico e lo stare fuori nella natura il più possibile, entrambe le cose per gestire meglio i fattori di stress e per stimolare la circolazione linfatica ed ematica che aiuta nei processi di eliminazione delle scorie metaboliche. L'assenza di movimento (stasi) era vista come produttrice di "di alcalinità non permette la crescita e la riproduzione di tali organismi. In

realità la lettura 1947-4 afferma: "Mantieni il corpo alcalino! I germi del raffreddore non vivono in un organismo alcalino!" Per determinare il pH interno si raccomandava misurare saliva e urina con cartina tornasole.



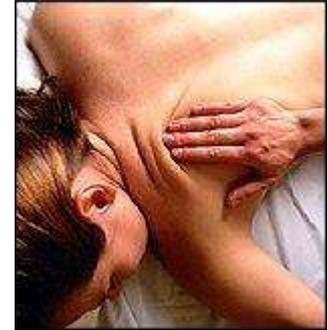
La dieta era vista come il fattore determinante più importante del pH interno, e le letture essenzialmente raccomandavano ciò che ora è definita la dieta mediterranea. Le letture consigliavano anche di assumere un cucchiaino di bicarbonato di sodio sciolto in un bicchiere d'acqua una o due volte alla settimana durante la stagione dei raffreddori e dell'influenza per spingere il pH ulteriormente dalla parte alcalina. Anche fare gargarismi con Glicotimolina e inghiottirne un po' ogni tanto per avere un effetto antisettico nell'intestino può aiutare. La lettura 413-4 dice: "Non c'è modo migliore per mantenere le eliminazioni in tutto il corpo che favorire l'alcalinità nel tubo digerente – dove nasce la maggior parte dei disturbi." La scienza moderna sta proprio ora riconoscendo la verità di quest'ultima affermazione con una ricerca su vasta scala sul "cervello addominale" e i trilioni di microbi benefici (e necessari) che abitano nell'intestino.

Una volta che si è infettati le letture raccomandavano innanzitutto riposo, e non si può sottolineare abbastanza la sua importanza. Il corpo richiede riposo per guarire se stesso. Il sig. (257) ricevette l'ulteriore consiglio di assumere un lassativo a base di senna e di aumentare il suo consumo di acqua e succhi di frutta. Nella fase acuta dell'infezione occorre mangiare leggero, soprattutto agrumi freschi, in modo da non affaticare l'organismo con la digestione; sono da evitare le carni pesanti. Prima del riposo e del sonno si può strofinare una miscela di canfora e trementina sospesa in sego di montone (il "Camphor Care" di Baar Products) sul collo, sulla parete toracica, sulla parte inferiore di gambe e piedi, sul davanti, sui lati e sulla schiena, e in seguito indossare una camicia da notte e calzini lunghi – che stimolano il flusso linfatico mentre si sta sdraiati, aiutando a distribuire più velocemente gli anticorpi prodotti dal corpo stesso che sconfiggono l'infezione. E' efficace anche una pomata al mentolo.

Durante la pandemia dell'influenza spagnola del 1918 i primi osteopati usarono una "tecnica osteopatica della pompa linfatica" per aiutare i loro pazienti a ristabilirsi ed ebbero dei risultati eccellenti. Ora sono disponibili online molte tecniche che aiutano il sistema linfatico a drenare.

Per aiutare ad accelerare la produzione di anticorpi contro germi specifici le letture di Cayce raccomandavano il "succo di bue". Lo si può preparare

sbollentando dei cubetti di bistecca magra per un'ora circa e poi filtrarne il succo. Quando avrete il succo sorseggiatene una piccola quantità da un cucchiaino, tenendo il succo in bocca per circa 15 secondi. Ciò permette alle proteine a catena lunga biologicamente potenti di essere rilasciate direttamente nel flusso sanguigno sotto la lingua, fornendo elementi costitutivi vitali per una veloce produzione di anticorpi nei linfonodi. Si può vedere quanto è geniale questa raccomandazione: rafforzare velocemente il sistema di difesa proprio del corpo – un imperativo assoluto quando si combatte un'infezione virale.



Infine le lesioni biomeccaniche spinali che causano alterazioni nel sistema nervoso autonomo (che controlla tutti gli aspetti della fisiologia umana) possono essere un fattore di suscettibilità all'infezione e per la capacità di ristabilirsi. Di solito queste lesioni biomeccaniche hanno origine in vecchie ferite, sindromi posturali, cattiva postura di seduta e del sonno, invecchiamento, tono muscolare debole, ecc. Questi deterioramenti funzionali intorno alla colonna vertebrale sono noti per produrre uno "sbilanciamento" interno. Le letture raccomandavano spesso di trovare un chiropratico o medico osteopata competente per una terapia manuale.

La virulenza o forza di un microbo e la vulnerabilità di un ospite sono i due fattori che determinano il numero di persone infette in una pandemia, così come il risultato dell'infezione. Non possiamo fare molto riguardo alla virulenza di un virus, ma possiamo fare molto per ridurre la nostra vulnerabilità all'infezione e per rafforzare la nostra ripresa se ci infettiamo.

Da: Cayce Quarterly, estate 2020

*Disclaimer: Il contenuto di questa sezione è soltanto informazione e non dovrebbe essere considerato come guida all'auto-diagnosi o all'auto-trattamento. Per ogni problema medico consultate un medico.*