

## L'Aceto di Mele

Le letture di Edgar Cayce menzionano l'aceto di mele in oltre cento documenti, raccomandandolo come applicazione per massaggi ed impacchi locali (spesso insieme al sale), per scottature, bagni e come ingrediente per il risciacquo dopo il lavaggio dei capelli (una lettura). Quasi cinquanta letture mettono in guardia dall'ingerirlo, in contrasto con il suo frequente uso come condimento nelle insalate, aiuto nel perdere peso e sostanza alcalinizzante per il corpo.



### Le Sue Applicazioni

Diversi estratti rappresentativi dalle letture di Cayce testimoniano i suoi usi molteplici:

- Come impacco (di solito insieme al sale) per distorsioni e strappi dolorosi, come preparazione alle correzioni osteopatiche o per dare sollievo alla tensione: "... applicate gli impacchi pesanti di sale, cosparsi o inumiditi di puro aceto di mele. La reazione di questo acido insieme al cloruro di sodio [sale da tavola] deve far sì che nel sistema i veleni vengano tirati fuori dalle ghiandole e dal tessuto morbido del corpo tramite la sudorazione" (829-1)

- Come massaggio locale per dolori alle giunture, legamenti e muscoli danneggiati o strappati, per aiutare a dissolvere i fluidi accumulati alle estremità delle ossa rotte (903-35), o per rafforzare tendini contusi (849-72): "Usa sale e aceto come massaggio sull'anca, in basso sul nervo sciatico e sotto il ginocchio. Questo sarebbe da farsi almeno una o due volte al giorno. Non usando una soluzione satura, ma piuttosto inumidisci il sale con l'aceto, chiaro? E usa solo l'aceto di mele, non quello prodotto sinteticamente." (404-14)

- Per le scottature: "(D) C'è qualche miscela speciale da usare per evitare gravi conseguenze dopo le scottature del sole? (R) Non c'è nulla di meglio del puro, semplice aceto di mele!" (601-22)

- Nell'acqua del bagno in vasca: "... bagnate le anche e il pube con dell'acqua contenente aceto e sale, non troppo forte ma appena abbastanza per rinforzare il corpo in questa condizione di estremo stress del sistema vulvite]" (4449-1)

### Restrizioni Dietetiche

In coerenza con le altre informazioni, le letture di Cayce consigliano di non mettere aceto su insalate crude e di non mangiare cibi conditi o inscatolati con dell'aceto, evitando così cibi fortemente conditi o trattati con aceto, come i sottaceti e le bietole rosse o le carote sottaceto. "Perché la base di tale acido non va bene nelle forze strutturali del corpo." (2514-14) In alcuni individui l'aceto era irritante nella digestione o produceva eccessiva acidità nello stomaco. La maggior parte di questi estratti, tuttavia, sostiene semplicemente di evitarlo, senza dare alcuna ragione specifica. "Mai cibi preparati, come le insalate, con l'aceto - a meno che non venga usato l'aceto di vino," si sentì dire un individuo (2991-2).

Da: *True Health*, agosto 2005

**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.