

L'acqua calda o molto calda: una bevanda per la prima mattina



Un rimedio spesso consigliato nelle letture di Cayce che ci ricorda i rimedi popolari ancestrali, a volte dimenticati da tempo, è questo bicchiere di acqua calda o molto calda da bere alla mattina subito dopo il risveglio. Benché nelle letture vengano fornite diverse condizioni connesse con la salute per l'uso di questo rimedio, una ragione popolare, ben nota è il trattamento della costipazione.

Oltre al consiglio continuo di Cayce di bere almeno da sei ad otto bicchieri di acqua al giorno per aiutare a ripulire i reni, garantire le corrette eliminazioni e “costruire nel corpo la sua normale resistenza” (583-4), nelle letture si trovano, qua e là dal 1910 fino al 1942 diverse indicazioni su questa bevanda di acqua calda al primo mattino. Seguono alcuni estratti dalle letture in cui vengono offerti scopi specifici per l'uso di questo efficace rimedio:

“E' ottimo bere *sempre molta* acqua, prima dei pasti e dopo i pasti – perché, com'è stato detto spesso, quando un contenuto energetico *entra* nello stomaco, *immediatamente* lo stomaco diventa un “magazzino” o un “armadietto dei medicinali” che può creare tutti gli elementi necessari per la corretta digestione nel sistema. Se su questo si agisce *per prima cosa* con acqua pura, le reazioni sono più normali. Sarebbe ottimo, quindi, ogni mattina al risveglio, bere mezzo bicchiere o tre quarti di bicchiere di acqua *calda*; non tanto calda che è sgradevole, non tanto tiepida che sia nauseante, ma questo purificherà il sistema dai veleni ... di tanto in tanto dovrebbe essere aggiunto un pizzico di sale a questo sorso d'acqua.” (311-4)

L'uomo ventottenne che ricevette questa lettura lavorava per la ferrovia e, a volte, era stato sotto stress e soffriva di rumori nella testa. La sua lettura rilevò anche uno scoordinamento fra le sue eliminazioni ed assimilazioni.

“Bevi un bicchiere di acqua calda, tanto calda quanto si possa bere, per prima cosa al risveglio, e questo sarà utile per espellere e portare via dallo stomaco quei veleni o accumuli formati nei periodi di riposo, capisci?” (843-2)

Questo uomo cinquantaduenne si sentiva bruciare, indolenzito e stanco ogni mattina al risveglio. La sua lettura indicò che questo fosse dovuto al fatto che la “circolazione non veniva distribuita correttamente” e consigliò esercizi di stretching da fare mentre stava ancora a letto, prima di bere l'acqua calda.

Nella lettura fisica, mentale e spirituale di una donna è menzionata l'importanza di bere acqua. Come nella lettura 311-4, citata sopra, fu raccomandato un pizzico di sale.

“Queste precauzioni riguardo alla dieta dovrebbero piuttosto badare al fatto che essa sia non acida e di natura più lassativa. Quelle cose che agiscono bene con il fegato e la circolazione epatica, non sostanze irritanti per i reni – bensì bere acqua a sufficienza, affinché ci possa essere sempre una piena forza attiva attraverso questo canale di eliminazione. Bevi almeno un

bicchiere di acqua calda prima di colazione. Sarebbe ottimo avere un piccolo pizzico di sale in essa. Il sale iodato sarebbe meglio. Fra colazione e seconda colazione ci dovrebbero essere almeno tre o quattro bicchieri d'acqua, e lo stesso nel pomeriggio e alla sera.” (2843-1)

In risposta alle domande degli individui, Cayce consigliò la bevanda d'acqua calda per la nausea o in caso di indisposizione dello stomaco così come per l'affaticamento degli occhi.

“Un po' d'acqua salata, ma non così salata da produrre conati di vomito, perché alcune mattine aiuterebbero a mettere a posto lo stomaco. Circa un quarto di cucchiaino in un po' d'acqua calda. Se questo produce conati di vomito, allora vomitate – ma senza usare il dito o cose simili [cioè non forzando il vomito].” (1152-8)

“(D) Che cosa ha causato la sensazione recente di affaticamento negli occhi?”

“(R) Le tendenze a spossare o affaticare il sistema, come la tendenza ad un'acidità in tutto il corpo. Perciò, come indicato, aumenteremmo le eliminazioni – quando questo si verifica – usando qualche soluzione salina; o assumendo del sale di mattina – circa un quarto di cucchiaino di sale da tavola (preferibilmente sale iodato) in acqua calda o caldissima, prima del pasto del mattino. Assumilo per almeno tre mattine di seguito, smetti e poi assumilo di nuovo, se necessario. Questo correggerebbe questa condizione.” (2582-2)

Un'altra lettura, eseguita il 27 febbraio 1911, nuovamente mette in evidenza l'importanza dell'acqua nel corpo:

“Fa' sempre entrare moltissima acqua nel sistema. Sempre acqua più calda possibile, non acqua fredda. L'acqua che egli beve non sia bollente, ma calda in modo che sia gradevole al sistema ... disseta e agisce sui reni stessi, e quelle cose che sono assunte nello stomaco agiscono su ciò che viene assunto nel sistema.” (3798-4)

Se avete bisogno di un rimedio semplice che vi aiuti a ripulire il vostro sistema, disintossicare il vostro corpo e favorire eliminazioni più regolari, provate questa bevanda calda di prima mattina che, secondo rapporti aneddotici, ha giovato a molte persone.

Da: True Health, estate 2010

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.