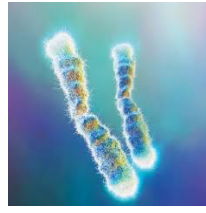


La Longevità



Secondo le informazioni nel materiale di Cayce la longevità è un attributo naturale di ogni corpo. Proprio come la salute è il valore implicito del corpo, la longevità dovrebbe essere un risultato naturale di un sistema perfettamente equilibrato. Secondo Cayce, malattia e morte sono esperienze che abbiamo creato mediante le nostre scelte e azioni cumulative (in questa vita e in quelle precedenti). Prendiamo in considerazione la durata di vita di numerosi personaggi biblici ed individui nelle descrizioni di Cayce dell'antico Egitto e di Atlantide. Stiamo parlando di vite in termini di centinaia di anni. Cayce disse che una tale longevità non solo è possibile ma che è effettivamente avvenuta e può tuttora essere ottenuta. "L'uomo dovrebbe vivere più di quanto fa comunemente - e lo farà!" (244-2)

Nel modello di Cayce, la dieta e l'alimentazione hanno certamente una grande priorità:

"... perché se le assimilazioni e le eliminazioni ... fossero mantenute più vicine alla *normalità* nella famiglia umana, i giorni potrebbero essere allungati a qualsiasi periodo desiderato ..." (311-4)

Per migliorare le assimilazioni, la strategia migliore e più naturale secondo Cayce è usare i cibi contro l'invecchiamento, dato che contengono antiossidanti e polifenoli.

Mantenere il corretto funzionamento di tutti quattro i canali di eliminazione dovrebbe essere prioritario per chiunque consideri seriamente l'estensione della durata di vita. Le letture forniscono un numero abbondante di informazioni sul come ottimizzare le eliminazioni attraverso intestino, tratto urinario, pelle e sistema respiratorio. Il passo più semplice in questa direzione è consumare frutta e verdura fresche in abbondanza.

Assimilazione ed eliminazione non sono solo processi fisici. Visto che ognuno di noi è un'entità una e trina che comprende un corpo mentale e spirituale, fa parte dell'igiene di base dell'anima rifornirci di nutrimento mentale e spirituale e abbandonare atteggiamenti ed emozioni non funzionali.

Le letture affrontano gli aspetti mentali e spirituali della longevità. Sul ruolo dell'atteggiamento mentale corretto dicono: "Perché ogni corpo normale è in grado di rifornire se stesso. E se si otterrà quella coscienza, non vi dovrà mai essere la necessità che un organismo fisico invecchi ..." (1299-1)

Un altro fattore chiave nella formula di Cayce per la longevità è tenere in movimento le energie spirituali: "Continua a far lavorare la ghiandola pineale e non diventerai vecchio!" (294-141) Le letture descrivono la ghiandola pineale (insieme alla ghiandola di Leydig) "la sede dell'anima".

Le letture collegano il centro pineale all'energia della forza vitale (kundalini) che scorre attraverso i centri spirituali. Questa è la forza vitale divina, anche chiamata energie creative, che è la fonte di vita e vitalità nel sistema. Preghiera, meditazione, creatività, servizio amorevole - tutti questi sono mezzi per innalzare questa energia e per dare energia alla ghiandola pineale nella sua attività.

Da: *True Health*, novembre/dicembre 2003

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.