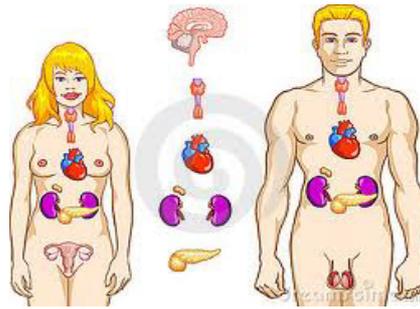


Il sistema endocrino



A parte il cervello stesso, quello endocrino è il sistema più complesso di tutti i sistemi del corpo. La maggior parte delle persone pensa al sistema endocrino in termini di tiroide, ovaie, testicoli e ghiandole surrenali e riconosce la pituitaria come la “ghiandola maestra”. Nella realtà l’ipotalamo e la ghiandola pineale sono i controllori centrali, e pancreas, intestino, paratiroidi, cuore e globuli bianchi partecipano tutti nel produrre una notevole varietà di ormoni.

Edgar Cayce correlò il Padre Nostro ai centri dei sette chakra come un modo per aiutare ad aprire questi centri e le ghiandole endocrine che vi sono connesse. Per esempio, le gonadi sono nel secondo chakra, che è associato con sessualità, finanze e sicurezza. Le ghiandole surrenali e il pancreas sono nel terzo chakra, che è associato con l’autostima così come con questioni di responsabilità. Il timo e il cuore sono nel quarto chakra, che è connesso con amore e perdono. La tiroide e le paratiroidi sono nel quinto chakra, il centro della volontà – la capacità di esprimere bisogni e desideri. La pituitaria, la pineale e l’ipotalamo sono tutti nel sesto chakra, il centro della saggezza e dell’intuizione. Riguardo alla ghiandola pineale Cayce disse: “Tieni in funzione la ghiandola pineale e non invecchierai – sarai sempre giovane! (294-141)

In una persona sana tutte le ghiandole funzionano bene e con poco sforzo. Il grande disturbatore di ogni funzione endocrina è lo *stress*. Lo stress è pressione fisica, chimica, emotiva o elettromagnetica oltre alle riserve sicure di un dato individuo.

- **I maggiori fattori fisici dello stress:** inattività – essere inattivi è tanto stressante quanto una gamba fratturata; lesioni fisiche o chimiche; scottature; troppo caldo o troppo freddo.

- **I maggiori fattori chimici dello stress:** zucchero, sciroppo di mais, fruttosio di mais, caffeina, glutammato di sodio, trans-grassi artificiali, eccesso di fosforo (specialmente da bevande aromatiche gassate), tutti i cibi, aromatizzanti, tinture ecc. artificiali, mercurio (otturazioni) ed altre tossine metalliche, carenze di vitamine o minerali essenziali – le carenze più comuni sono iodio, magnesio, B6, D3 e C.

- **Fattori emotivi dello stress:** paura, rabbia, senso di colpa, ansia, depressione.

- **Fattori elettromagnetici dello stress:** ciclo energetico di 60 giorni – televisione, orologi, lampadine fluorescenti, radio, frigoriferi, forni, computer, automobili, aerei, cavi dell’alta tensione, impianti elettrici, telefoni, cellulari ecc.; energia e contaminazione nucleare.

La ragione per questo elenco è mettere in evidenza il fatto inevitabile dello stress, oggi più che mai. Lo stress di ogni tipo e forse in qualsiasi quantità può stimolare ogni ghiandola endocrina ad una produzione eccessiva o carente di

ormoni. Per questo un'attività eccessiva o carente di una o tutte le ghiandole è un problema molto comune.

I due problemi ghiandolari più comuni sono l'ipertiroidismo e l'esaurimento surrenale. Praticamente il 100% delle persone ha un esaurimento surrenale relativo molto tempo prima dei 70 anni. Il DHEA o deidroepiandrosterone raggiunge la massima produzione intorno ai 25 anni. Lo stress cumulativo comincia ad incidere sulla produzione di DHEA all'età di 30 anni e ogni malattia nota è associata da un DHEA basso o carente.

Ci sono diversi modi per mantenere sana la produzione di DHEA: gioia, esercizio fisico, sesso, sole, meditazione, riduzione dello stress, lozione al magnesio, una combinazione di vitamina C – 2 grammi, e MSM (metilsulfonilmetano – 1 grammo, crema naturale di progesterone.

Cayce consigliava di ridurre lo stress per avere una funzione ottimale del corpo e della mente perché “la Mente è ciò che costruisce”.

da: Venture Inward, luglio-settembre 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.