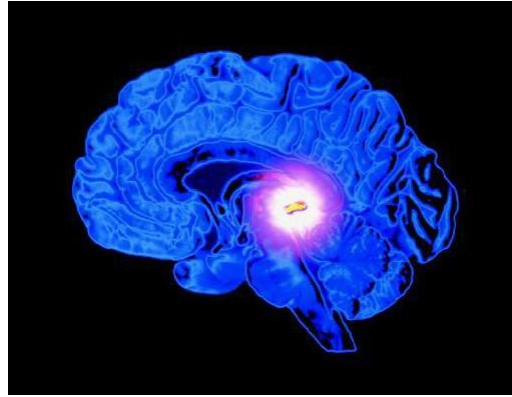


CODIGO DE CONDUCTA

GLANDULA PINEAL

Sección 18



OM SAI RAM

Buenos días mis queridos hermanos.

Esperando que todos se encuentren bien, sin importar las circunstancias.

En la sección anterior empezamos a trabajar con la meditación. Teniendo en cuenta el papel que juega la glándula pineal en nuestra salud física y mental, y su importancia en nuestro progreso espiritual, no quiero dejar pasar por alto el tema de la intoxicación y calcificación de la misma.

Me llama poderosamente la atención que una de las principales causas de la calcificación de la glándula pineal es el FLUOR. Si, ese mismo, el que tienen las pastas de dientes, los enjuagues bucales, tratamientos odontológicos. El flúor, según estuve investigando, también es responsable de muchísimas otras patologías cuando se ingiere en exceso.

Bueno, pero lo hecho, hecho esta. Lo importante ahora es que tenemos la información. Depende de nosotros lo que hagamos con ella.

Veamos cuales son las causas de esta calcificación e intoxicación y las medidas para contrarrestarlo:

1. dormir boca abajo (una compresión de la Cervical 2 sobre los ganglios cervicales superiores puede inhibir la estimulación de la glándula pineal)
2. Carencias de magnesio, ácidos grasos tipo EPA.
3. Radiación electromagnética (teléfonos móviles, líneas de alta tensión etc.), electrosmog (radiación electromagnética invisible como resultado de tecnología inalámbrica - Wireless) estrés geopático, el cual nos hace más sensibles a los metales pesados y otras toxinas.

4. Estrés: Hace salir magnesio de las células y entra calcio en la célula y se favorece la calcificación de la glándula pineal.

5. Consumo de sustancias tóxicas como:

- **HALUROS:** Son sustancias químicas del tipo fluoruros, cloros y bromuros.
 - a) **FLUORUROS:** son los más abundantes en nuestra alimentación (pasta de dientes, agua del grifo). Tienen una especial apetencia por la glándula pineal y aquí forman cristales de fosfato de calcio que se acumulan y reducen la actividad de esta. Evitar por tanto el consumo de agua del grifo y usar agua filtrada o de botella y evitar el uso de pastas de dientes fluoradas.
 - b) **CALCIO:** Los suplementos inadecuados de calcio tanto los contenidos en pastillas como aquellos incluidos en los alimentos procesados en forma de fosfato de calcio, carbonato de calcio y fosfato di cálcico.
 - c) **AGUA DEL GRIFO** principalmente por su contenido en fluoruros.
 - d) **MERCURIO:** Evitar las amalgamas de los dientes, determinadas vacunas (Thimersal, es un conservante de las vacunas) ya que una vez en el Sistema nervioso es muy difícil de eliminar. El consumo regular de algas Chlorella, spirulina, cilantro y germen de trigo evita y reduce los depósitos de mercurio en el sistema nervioso. Para los que comen pescado, que entiendo no es nuestro caso, es una fuente de este nocivo mercurio. Bombillas ecológicas (contienen gas de mercurio.)
 - e) **PESTICIDAS:** Algunos pesticidas son tóxicos para la glándula pineal por lo que deben ser evitados. Los pesticidas bloquean los Neurotransmisores precursores de la melatonina (triptófano y serotonina).
 - f) **OTRAS TOXINAS:** edulcorantes tipo aspartame, azúcar refinado. Conservantes y aditivos, desodorantes, productos químicos de limpieza, colutorios y ambientadores.

CATS (café, alcohol, tabaco y azúcar (sugar en inglés) evitar estos productos, que disminuyen la producción de Melatonina) al menos durante dos meses activará la desintoxicación y junto con ejercicio favorecerá la pérdida de peso.

La desintoxicación de la glándula pineal es ardua y toma su tiempo.

Recomendaciones:

- consumir Niacinamida (vitamina B3) que favorece la producción de Melatonina, magnesio EPA, Vitamina B6, zinc. Consumir cereales como Quínoa y Amaranto.
- Aceite de Raya orgánica; contiene altas cantidades de activador X descubierto por el Dr. Weston Price: Vitamina K1 y K2.
- MSM: Aparte de servir de desintoxicante, sirve para el pelo, las uñas y los cartílagos. Su eficacia es mayor a mayor dosis (de 7 a 10.000 mg. /día.)
- Cacao puro: muy desintoxicante por su alto contenido en antioxidantes y activador de la glándula pineal.

- Zumo de limón: hasta 7 limones al día, se recomienda tomar el zumo con estómago vacío durante tres semanas, rebajado con agua ya que es corrosivo para los dientes.
- Ajo: actúa como antibiótico y disuelve el calcio acumulado, estimula el sistema inmune. Consumir de media a una cabeza de ajo diaria. Para evitar el olor machacar el ajo con vinagre de manzana o zumo de limón.
- Vinagre de manzana ecológico: por su alto contenido en ácido málico. Consumir en botellas de cristal.
- Aceite esencial de orégano y Neem. Actúan de antibiótico para la cubierta cálcica de las nanobacterias en la glándula pineal.
- Vitaminas K1 y K2: Es un potente desintoxicante especialmente asociado a Vitamina A y D3. Puede revertir el proceso de arteriosclerosis recuperando el balance enzimático haciendo que el calcio acumulado se elimine de las arterias y de la glándula pineal y depositándolo donde corresponde (huesos) y además actúa de potente catalizador para la absorción de vitaminas y minerales.
- Forma natural de la Vitamina K1: verduras de hoja verde.
- Forma natural de la vitamina K2 : yema de huevo, productos fermentados de la leche orgánica como queso, mantequilla, natto (soya fermentada japonesa: fuente más rica de K2), col fermentada. Nuestra flora intestinal también produce Vitamina K2.
- Boro: ayuda a eliminar fluoruros, se encuentra en forma de Bórax y se pueden añadir muy pequeñas cantidades al agua (1/5 de cucharita a un litro de agua)
- Incrementar la propia producción de melatonina con ejercicio físico y meditación diaria.
- Yodo: Ayuda a eliminar el fluoruro de sodio en forma de fluoruro de calcio vía urinaria. Solo consumir yodo en forma de algas, lecitina o en oligoelementos.
- Tamarindo: El uso de tamarindo en forma de té o en tintura madre ayuda a eliminar fluoruros, forma parte de la farmacopea ayurvédica, con muchas otras propiedades saludables.
- Agua bidestilada: el consumo prudente de agua destilada ayuda a descalcificar.
- CONSUMIR PASTA DE DIENTE SIN FLUOR. Estuve investigando y no encontré localmente, pero si las hay. También encontré un sitio donde nos enseñan a hacer pasta de diente casera. Si te interesa aquí te anexo un link:

<http://www.taringa.net/posts/hazlo-tu-mismo/12563834/Como-Hacer-su-Propia-Pasta-de-Dientes-Sin-Fluor.html>

Pueden seguir investigando el tema en internet si así lo desean. Pero creo que es algo que debemos ponerle atención.

Tengan todos, un excelente día lleno de pensamientos positivos y una firme determinación de tomar el control de nuestras vidas y nuestro crecimiento espiritual.

Es hora...

A los pies de Loto de Mi Amado Swami.