

Meditazione e yoga quantistica spirituale

Il nostro universo, dove viviamo anche noi esseri umani sul nostro meraviglioso pianeta terra – che è forse l'unico – e di cui facciamo parte nell' infinito, è che offre tutto per il nostro benessere per vivere sani e a lungo.

Grazie all'esistenza del nostro pianeta, con la sua evoluzione biologica, e allo sviluppo della formazione unicellulare, e a questo passaggio biologico, anche l'essere umano primitivo, che viveva e si nutriva con il suo subconscio intuitivo, assorbiva in ogni momento l'*energia quantistica cosmica vibratoriale e spirituale*.

L'essere umano iniziando dal suo concepimento e con la crescita evolutiva, camminava in tutto l'arco della sua vita, respirava e si nutriva con una alimentazione sana. Gli alimenti crescevano spontaneamente ed erano diversi in ogni continente e regione, secondo le stagioni dell'anno che biologicamente offriva il nostro pianeta.

Nel passaggio del tempo, gradatamente abbiamo perso la nostra preziosa intuizione genetica primitiva del conscio e subconscio, inconsapevolmente allontanandoci dal nostro modo di essere e di vivere originario dovuto anche, purtroppo all'educazione dogmatica e altri vari grandi e piccoli motivi, perdendo sensibilità di essi, la parte più preziosa, combattendo con il loro dualismo, oscurando la serenità spirituale.

Dovuta a questi cambiamenti di formazione, ha perso il suo intuito iniziale. Dissociando l'intuizione spontanea primitiva dal subconscio e sviluppando la crescita del suo ego, impediva l'assorbimento delle *vibrazioni quantistiche energetiche cosmiche*, che sono la base per vivere biologicamente sani e a lungo.

Con la conoscenza scientifica dei valori quantistici dell'energia cosmica dell'universo, che avvolge anche il nostro pianeta, associandoli alla gravità terrestre e ai campi magnetici e ai complessi di minerali e vitamine nutrizionali indispensabili, si arriva a un *equilibrio ionico di ciascuna delle nostre cellule*, essendo loro *la vita e la morte*.

La conoscenza dei valori dell'energia cosmica quantistica dell'universo che avvolge il nostro pianeta con la gravità e il campo magnetico terrestre, l'ossigenazione e la nutrizione equilibrata, mantiene l'equilibrio ionico in ogni singola cellula che nutre tutto il nostro io.

Benché abbiamo perso tutti questi grandi valori a livello intuitivo, *esiste la possibilità di riacquistare questo traguardo* raggiungerlo e continuare a vivere con

l'energia quantistica vibrazionale cellulare, che fa parte dell'equilibrio nel nostro conscio e subconscio sulla nostra vita terrena.

Tenendo in considerazione tutte le ricerche spirituali e l'esperienza di vita e seguendo questo cammino da mezzo secolo, é stato dimostrato con l'applicazione pratica, introducendolo a molti pazienti, i quali hanno potuto ottenere in poco tempo, questo traguardo spirituale quantistico.

Dobbiamo iniziare, a ottenere il nostro equilibrio biologico, e convivere con la nostra mente e il nostro corpo in equilibrio fra loro, per assorbire le risonanze vibrazionali, che coinvolgono il nostra pianeta, compreso noi esseri umani.

Iniziando con il primo passo essenziale, occorre dare un *input* al nostro subconscio, per liberare tutte le tensioni, compresi i pensieri e le azioni futili, essendo queste che dissociano la nostra mente e impediscono l'equilibrio del nostro sistema neurovegetativo, dei neuroni e soprattutto *delle nostre cellule*, essendo loro *l'anima della nostra vita*.

Bisogna cercare di mantenere regolare la nostra circolazione sanguigna in tutto l'arco della giornata, camminare a tappe a passi lunghi con respirazione profonda più volte al giorno, anche per breve tempo, nell'ambiente di lavoro, sulle scale o in casa, almeno fare ogni giorno circa 500 passi.

Cenare ogni sera in modo leggero con una minestra di cereali brodosa e verdure stufate con poca frutta di stagione, senza pasta, latticini, carne o pesce.

Finire la cena al più tardi alle ore 20.

Consigliamo di seguire l'alimentazione basico – acida, essendo essa la base del nostro equilibrio. Vedi libro Ferenc Holecz *Vivere biologicamente sani e a lungo-* tecniche nuove Milano.

Dormire nelle ore del *sonno Rem* per rinforzare le nostre difese immunitarie essendo esse un grande aiuto per prolungare la vita.

Pertanto iniziare il sonno, ogni sera alle ore 22.00 fino alle ore 4.00.

Meditare mezz'ora ogni giorno con il vostro *mantra* personale a cui vi ha introdotto il vostro maestro, seguendo il cammino da lui consigliato.

