

## EDGAR CAYCE A JEHO RADY

Najslávnejší americký ľudový liečiteľ a jasnovidec Edgar Cayce (1897 - 1945) stanovil v stave autohypnózy veľmi presne množstvo diagnóz a liečebných postupov. Všetky zaznamenávali a overovali lekári. Údajne sa nikdy nezmylil. Tu je niekoľko jeho rád a myšlienok:

- Keby sa tváre ľudí líšili tak, ako sa líšia ich tráviace šťavy, potom jeden by mal nos ako hrášok a druhý ako melón.
- Čo jednému prospieva, inému môže škodiť. Čo je dnes prospešné, zajtra môže škodiť. Podmienky sa stále menia. Jedzte:
  - menej celkových kalórií
  - menej tukov
  - viac obilnín, orieškov, ovocia a zeleniny
  - menej umele spracovaných potravín
  - menej cukru
  - viac vlákniny
- Po jedle, ktoré je pre nás dobré, by sme sa mali cítiť, sviežejší a zdravší.
- Tretina všetkých nervových buniek v tele sa nachádza v črevách, preto sú črevá mimoriadne citlivé na naše duševné rozpoloženie.
- V stave rozrušenia, napätia, nadmernej únavy a zlosti sa nemá nič jesť.
- Na jedlo si treba urobiť čas a pohodu.
- Užitočná je modlitba pred jedlom.
- Po jedle chvíľu odpočívajte, aby sa inou aktivitou nenarušoval tráviaci proces.
- Nemiešajte rôzne druhy potravín. Napríklad obilniny s citrusovými plodmi.
- Kto spoznal svoj pravý vzťah k Stvoriteľovi, považuje svoje telo za chrám a prechováva k nemu posvätnú úctu. K telu by sme sa mali správať úctivo, s pokornou snahou pomôcť mu.
- Najlepšie liečebné postupy sú tie, ktoré spolupracujú s liečebnými silami organizmu.
- Lenivosť je hlavnou prekážkou duchovného rastu a najťažším prvotným hriechom.
- Sebaovládanie je láska prevedená v čin.
- Dlhodobá dôslednosť a vytrvalosť dávajú telu čas, aby sa prispôbilo novým podmienkam. Veľkou pomocou je viera v dobrý výsledok.
- Slabosti tela sú zľaknutiami duše.
- 80% ľudí si aspoň raz do týždňa sťažuje na nejakú dočasnú slabosť.
- Za svoje choroby si môžeme sami, nemôže za ne Boh.
- Žiadna porucha, žiadny úder k nám neprichádza, ak sme k tomu nedali príčinu vo svojom svedomí, vo svojom JA.
- Nedbanlivosť a šlendriánstvo je rovnakým hriechom ako nenávisť alebo žiarlivosť.
- Osobnosť, ktorá vyvoláva nádej, dôveru a vieru môže pomôcť viac než lieky a skalpel.
- Ťažké je dlhšie udržať si hlbokú vieru a neupadnúť do starých spôsobov.
- Všetky metódy liečenia tela myslou pracujú tak, že vychýlia autonómny nervový systém z jeho zabehanej nesprávnej činnosti. Buď sa povzbudí prevaha sympatického nervového systému (dervišké a šamanské tance, výkriky, prudké brušné sťahy, rôzne rituály), alebo sa povzbudí prevaha parasympatického systému (meditácia, hlboká relaxácia).
- Meditácii patrí prvé miesto. Všetci sa raz budeme musieť naučiť meditovať tak, ako sme sa museli naučiť chodiť. Meditácia je preladenie nižších zložiek na ich duchovný zdroj. Je to načúvanie Bohu.
- Zlosťou, strachom, nepokojom a nevráživosťou sa v tele vytvárajú jedy. Radosť má opačný účinok.
- Kto nenávidí, bude mať ťažkosti so žalúdkom alebo pečeňou. Žiarlivosť a hnevivosť narušujú trávenie a škodia srdcu.

- Stres je treba zvládnuť, nie sa mu vyhýbať. Pokiaľ ho prijme ako výzvu na sebazpoznanie a sebahygienu, bude aj náš organizmus reagovať ináč.
- Lepšie než slová sú pozitívne predstavy. Aj seba si treba predstavovať v ideálnej podobe. Predstavy majú byť ucelené a pevné. Majú končiť v predstave konečného cieľa. Predstava nejakého činu vytvára podobný fyziologický proces ako čin samotný.
- K zvolenému liečebnému postupu treba vždy pristupovať pozitívne. Vždy si treba predstaviť, ako to dobre vplýva na organizmus.
- Dejiny lekárskej vedy sú vlastne dejinami placebo.
- Prekrvenie každej časti tela je pre zdravie nevyhnutné.
- Preťažovanie a trvalé dráždenie ktoréhokoľvek orgánu sa časom prejaví ako choroba.
- Nesprávne trávenie spôsobuje, že sa nám všetko javí temné. Sme to, čo si myslíme a to, čo jeme.
- Strava má obsahovať 60 až 80 % ovocia a zeleniny. Šalát čistí krv a pomáha bojovať s infekciami. Surová mrkva a zeler posilňujú nervy.
- Čím je človek telesne aktívnejší, tým viac si môže dovoliť jesť kyselinotvorné potraviny, lebo telo splodiny spáli.
- Plody z okolitej krajiny nám pomáhajú prispôbiť sa podmienkam nášho prostredia.
- Na raňajky sú vhodné obilniny, na obed surová strava (môže byť krátko sparená, lebo v úplne surovom stave zaťažuje slezinu). Na večeru je vhodná tepelne upravená zelenina.
- Nikdy nevysmážať. Škodí to pečeni a žlčníku.
- Jablkový pôst prečistí celý organizmus. Treba zjesť 5 až 6 jablák denne. Po troch dňoch užiť lyžicu olivového oleja. Alebo štyri dni jesť len hrozno a tiež zakončiť olivovým olejom.
- Na úpravu črevnej flóry je dobrý jogurt ako bežná súčasť denného jedálnička.
- Každé uzdravovanie sa urýchli zlepšením obehu krvi. Rovnako dôležitý je aj obeh v lymfatickom systéme. Obeh sa zlepšuje masážami, kúpeľmi, užívaním niektorých látok a hlavne pohybom.
- Krátka každodenná prechádzka alebo pravidelné ľahké cvičenie prospeje viac než namáhavé cvičenie raz do týždňa.
- Na liečenie dýchacích ťažkostí a problémov s dutinami sa odporúča horúci kúpeľ nôh. Voda má byť teplá 43° C. Možno pridať jednu až dve polievkové lyžice horčice. Trvanie do 20 minút. Treba stále udržiavať teplotu kúpeľa.
- Na všetko je potrebná trpezlivosť a vydržať v úsilí.
- Stačí zjesť jednu mandľu denne. Mandle obsahujú látku, ktorá chráni pred nádorovými ochoreniami a pred škvrnami na pokožke.
- Sme tým, čo si myslíme, čo jeme, ale aj tým, čo nevyvlúčime.
- Očistná hladovka, ktorú držíme v stave obáv, strachu a napätia, je neúčinná.
- Nežiada sa od nás veľa, len to, aby sme v danej chvíli urobili to, o čom vieme, že by sme urobiť mali. Potom sa nám vždy v pravý čas ukáže ďalší krok.
- Nie je dôležité, čo človek vie, ale ako to, čo vie, používa.
- Aj tá najdlhšia cesta začína prvým krokom.

### **Veštenia Edgara Cayceho**

V roku 1934 Edgar Cayce oznámil istej klientke, že žila pred 29 tisíc rokmi v Atlantíde. Boli tam vtedy vyvinuté sily, ktoré dokázali premiestňovať ľudí, čítať texty cez steny, fotografovať na diaľku, prekonávať gravitáciu a vyrobiť úžasný kryštál obrovských rozmerov a s veľkou mocou. Mnohé z toho prinieslo skazu.

Cayce tvrdil, že sa Atlantída nachádzala v oblasti medzi Mexickým zálivom a Stredozemným morom. Dôkazy o existencii At-

lant'anov sa údajne nachádzajú v Pyrenejoch, v Maroku, v Britskom Hondurase, na Jukatane a na Bahamách.



Cayce delil históriu Atlantídy na 3 obdobia pred našim letopočtom. Prvé bolo 50 tisíc rokov, druhé 28 tisíc a tretie, pred úplným potopením, zaradil do obdobia 10.500 až 10.000 rokov. Atlant'ania sa podobali červenej rase. Hovoril, že prebiehali boje medzi dvomi skupinami Atlant'anov. Jedna z nich boli „Deti zákona Jediného“ tj. sily svetla a druhá „Synovia Beliala“, tj. sily temna. Behom vojny medzi nimi bola zničenná časť ich kontinentu. Mali zariadenie na využitie slnečného žiarenia na pohyb korábov a na výrobu elektrickej energie. Tieto sily boli zneužitá a vyvolali prvú katastrofu. Niektorí Atlant'ania nesúhlasili, aby sa k poznatkom s ohromnou ničivou silou dostali bežní ľudia.

Vyjadrenia Cayceho o 2. a 3. etape Atlantídy hovoria o krištále, ktorý veľmi pripomína krištál používaný k laseru. V roku 1933 opísal budovu v ktorej sa nachádzal „Ohnivý kameň“, spomenutý krištál, ktorý bol zneužitý a spôsobil druhú katastrofu, rozpad Atlantídy na ostrovy. Cayce hovoril o spôsobe vzniku krištálu a spomenul tri miesta na Zemi kde je ukrytý: v potopenej Atlantíde pod nánosmi neďaleko Bimini pri Floride, druhé je v chráme kroniky v Egypte, kde sú prinesené zápisy zo zeme ich pôvodu, tretie je na terajšom Jukatane, kde sa nachádzajú kamene starých stavieb. Cayce tvrdil, že mnohí Atlant'ania unikli pred katastrofou do Egypta, Afriky i Ameriky. Obzvlášť v Egypte sa má nachádzať história Atlantídy.

V máji 1941 E. Cayce povedal, že v Atlantíde pred prvým zničením pevniny sa využívali sily, ktoré sa odhaľujú v súčasnosti. Viackrát vopred predpovedal zrod éry atómovej energie. Ako potomkovia dávnych civilizácií raz odhalíme tajné archívy v Egypte a existenciu vysoko rozvinutej vedy a technológie tých čias. Predpovedal výsledok tohto nálezu:

*Môžeme si spôsobiť rovnakú skazu ako tie zmiznuté národy.*