

LA CIENCIA DEL AYUNO (Conferencia Maestro Samael)

Pasemos ahora a la cuestión del Ayuno. Es necesario, siquiera una vez por año, hacer un Ayuno Científico, con el propósito de limpiar el estomago. Si ustedes quieren una forma de ayuno esotérico y científico, exacto (para depurar el organismo, limpiarlo de toda clase de podredumbre putrefacción y suciedades), háganlo en la siguiente forma: siete días (óiganlo bien) cada año, una vez al año.

Durante el ayuno se comen ajos, pero ajos puro, limpios, sin cocinarlos; así al natural, crudos, y jugo de limón. Los hombres podrán tomar el jugo de limón puro, sin mezclar con agua, pues una vez al día, y el resto pueden mezclar agua con limón.

Las mujeres, pues, pura agua con limón (mezcladita, no el limón puro, mezcladita con agua). Ellas usarán menos limón y más agua, porque la mujer para el limón es un poco delicada; el cuerpo de la mujer, no está lo mismo hecho para el limón que el del hombre. Cuando mucho, unas gotitas de limón entre el agua y ya, nada más.

Tampoco quiero que comiencen ustedes con un ayuno fuerte, no. por ejemplo, pueden practicar (si quieren ustedes) un ayuno de esta clase, un solo día nada más. Durante el día, harán ustedes, sus tres buenas comidas con puros “dientes” de ajos, una bebida fuerte de limón al levantarse y el resto del día agua con limón. Las mujeres únicamente un poquito, unas gotitas de limón entre el agua, y durante el día, sus vasos de agua con limón y “dientes” de ajo. Tal ayuno, una sola vez, un día nada más. Es claro que el limón y el ajo, van a acabar con todas las putrefacciones que se forman en el intestino; producto de los diversos alimentos; van a acabar con los parásitos intestinales, que los hay por montones en el estómago y en los intestinos, etc., etc., etc.; van a hacer una limpieza, porque el estómago es como la raíz de donde se nutre todo el árbol del organismo y hay que limpiarlo.

Empiecen ustedes, pues, con un día de ayuno durante el año, en el año siguiente dos días (con ese tipo de ayuno), tres al siguiente y así, cada año, le van aumentando un día hasta llegar a nueve. Después de nueve años, ya pueden ustedes seguir con ayunos de nueve días cada año (cada año nueve días), a base de limón y ajos, y yo les garantizo a ustedes que pueden llegar a rejuvenecer el organismo, y los que están jóvenes pueden mantenerse jóvenes, así durante muchísimos años.

La vejez no es sino desgaste y nada más que desgaste de células orgánicas, o mejor dicho: uno gasta las células, las deteriora miserablemente y no reconstruimos el organismo por ignorancia. Pero teniendo una sabiduría, puede perfectamente estar creando nuevas células y mantenerse joven, y si está viejo, recobrar la juventud. No olviden que ustedes pueden escoger: siete días de ayuno, o nueve. ¡Ustedes elijan, elijan, elijan, hasta que lleguen al máximo!.

Conferencia: La Salud del Cuerpo Físico.

Muchas enfermedades pueden ser curadas mediante el ayuno, el organismo humano dispone de magníficas reservas de vitalidad que sólo necesitan los de libertad de acción. El ayuno libera esas fuerzas vitales para que sanen los órganos enfermos. Es aconsejable practicar un ayuno de nueve días sin comer absolutamente nada. Durante ese ayuno sólo se debe beber agua pura. El resultado suele ser maravilloso, el organismo se desintoxica durante el ayuno y las fuerzas vitales de reserva lo curan totalmente.

En el mundo de las inquietudes espirituales se habla mucho de materializaciones de mahatmas, esas materializaciones son posibles con el ayuno, más la meditación y la oración. El cuerpo planetario, (cuerpo físico), vibra normalmente con las siete notas de la escala musical Do- Re- Mi- Fa- Sol- La- Si. Dicha escala puede repetirse en octavas superiores desde el Do hasta el Sí. Normalmente los ángeles y mahatmas viven en una octava superior y por ello son invisibles para los ojos físicos, empero nosotros podemos elevar la tasa de vibraciones de nuestro cuerpo planetario, (cuerpo físico), Para pasarlo a la octava superior musical donde viven los ángeles y mahatmas.

Quien quiera elevar la tasa de vibraciones del cuerpo físico para pasarlo a la octava superior, debe utilizar para ello el ayuno, el silencio, la oración, la meditación, y el buen incienso, se hace necesario quemar buen incienso dentro de su recámara, y no hablar con nadie durante el ayuno. Se hace necesario concentrarse únicamente en el ángel o maestro con el cual deseamos relacionarnos, así se eleva nuestra tasa de vibraciones y pasamos a una octava musical superior, entonces nosotros subimos y el maestro baja para platicar con nosotros, así se obtienen las famosas materializaciones de que tanto se habla en la literatura ocultista, teosofista, etc., etc., etc.

Libro: El Cristo Social

Maestro, ¿los ayunos de 30 ó 40 días son aconsejables, son buenos para la salud o no?

¿Ayunos de 40 días? Solamente para Maestros como Jesús de Nazaret. Pero cualquier «hijo de vecino» que se vaya a poner a hacer un ayuno de esos, pues puede fallecer, y sería muy lamentable tener que cantarle el «REQUIEM IN PACE» a nuestros pobres hermanos gnósticos, antes de tiempo. Por lo tanto, no es aconsejable. Sin embargo, hay épocas en que se pueden realizar ciertos ayunos, pero el máximo serían 9 días, a condición de tener una salud correcta, después de previo examen médico. Eso es todo...

Folleto: La Sabiduría del Ser

Sanidad por medio del ayuno

El cuerpo es una estructura de membranas que contiene millones de millas de tubos microscópicos y muchos miles de pies cuadrados de superficies de membranas delicadas. El sistema circulatorio tiene 60 mil millas de largo. Los pulmones contienen 300 billones de capilares. La superficie del área del colon es de 2,200 pies cuadrados. La gente que consume la típica dieta moderna no ingiere comida saludable y nutritiva, al contrario, lo que entra por el delicado tracto digestivo y la estructura de las membranas es comida que forma mucosidades, proteínas pesadas, colesterol y largas cadenas de pegajosas moléculas de grasa. Al cuerpo se le niega la oportunidad de curarse porque debe trabajar continuamente en la digestión y limpieza diaria de las comidas procesadas que no son nutritivas.

La ingestión de comidas que forman moco, obstruyen los tubos microscópicos y las membranas del cuerpo, permitiendo que se forme la evacuación celular al sistema linfático, aumentando el riesgo de enfermedades. El ayuno disuelve estas mucosidades internas permitiendo la limpieza natural del cuerpo. Durante el ayuno es común que la nariz y la garganta segreguen moco pegajoso que tapa las vías respiratorias. Después del primer alimento posterior al ayuno, vetas blancas de moco pueden ser observadas en los excrementos. Uno de los factores importantes en la curación por medio del ayuno, es la eliminación de los desechos celulares. De 3 a 800 billones de tus células son remplazadas diariamente. Aproximadamente una cuarta parte de tus células se están muriendo, están viejas o necesitan ser reemplazadas. A menos que tu cuerpo se deshaga de las células que se

están muriendo, no puede crear células nuevas. En el estado de ayuno el cuerpo depura las células muertas, los tejidos dañados, depósitos de grasas, tumores y abscesos los cuales son utilizados como combustible o expulsados como excremento. El ayuno disuelve células dañadas de forma sistemática, dejando los tejidos intactos y saludables. Por esta razón, el ayuno intensifica la curación y los órganos resentidos son reparados rápidamente.

La mariposa es un magnífico ejemplo de catabolismo (consumo de energía) y anabolismo (adquisición de la misma) Durante la metamorfosis los músculos y órganos de la mariposa se disuelven en una solución espesa y amarilla. Todas las estructuras internas se deshacen y luego se reconstruyen, emergiendo de la crisálida una nueva creación. El aspecto milagroso de metamorfosis es el mismo que ocurre cuando se ayuna. Todas las sustancias necesarias para tal reconstrucción vienen desde adentro.

Durante el ayuno ocurre una metamorfosis; el cuerpo es sometido a una ruptura y consecuentemente a una reconstrucción de materiales deteriorados. Hay una notable redistribución de nutrientes en la persona que ayuna. El cuerpo se agarra a los minerales preciosos y las vitaminas, mientras cataboliza los tejidos viejos, las toxinas y los materiales insignificantes. El resultado final es una escrupulosa limpieza del tubo, las membranas y estructuras celulares. Este proceso de limpieza y reconstrucción han hecho al ayuno famoso por su habilidad de rejuvenecer, sanar las enfermedades y dar al cuerpo un tono más juvenil..

Eliminaciones durante el proceso de limpieza

- Células muertas y deterioradas
- Tejidos grasos no deseados
- Cubiertas de moco endurecidas en las paredes intestinales.
- Desechos de materia toxica en el sistema linfático y el torrente sanguíneo.
- Toxinas en el bazo, riñones e hígado.
- Mucosidades de los pulmones y vías respiratorias.
- Toxinas incrustadas en las fibras celulares y tejidos orgánicos profundos.
- Depósitos en los tractos microscópicos responsables de nutrir las células cerebrales.
- Exceso de colesterol.

El Resultado

- Aumento de la claridad mental.
- Pérdida de peso rápida y segura sin flacidez.
- Sistema nervioso balanceado
- Incremento del nivel de energía
- Revitalización de órganos
- La bioquímica celular se armoniza
- Piel sedosa, suave y sensible
- Gran facilidad de movimiento corporal
- Respiración más libre y profunda.

El sistema digestivo obtiene un descanso bien merecido. En el cuerpo, la primera fase de limpieza, remueve grandes cantidades de residuos digestivos y materia desecha. Los primeros días de un ayuno o dieta de frutas pueden ser desagradables debido a la cantidad de desechos que pasan por las venas. La segunda fase es la limpieza de grasa, moco, células muertas y toxinas, las cuales son fácilmente removidas. A medida que el ayuno continua, el proceso de limpieza esta cada vez más completo. Después del segundo día del ayuno, hay pocas ganas de comer, la lengua se pone amarilla y el aliento se agudiza a medida que el cuerpo excreta sus desechos por cada orificio.

La última fase es la limpieza de toxinas que se han acumulado en el tejido celular por los últimos años y de las vías microscópicas que transportan elementos vitales al cerebro. La limpieza de la última capa es posible únicamente por medio de la combinación del ayuno de jugo, el ayuno de agua, y una dieta saludable de comida cruda. Para vencer una enfermedad severa como el cáncer, es importante continuar con una serie de ayunos al punto que la absoluta acción de limpieza proveniente del catabolismo remueva la enfermedad del tejido.