

Los tiempos actuales obligan a una profunda reflexión de vida

En estos momentos que se viven por la presencia de un virus que ha causado estragos a nivel mundial, se hace necesario alimentar el cuerpo, el alma y la mente.

Para el Dr. Alfredo Adbul Khalek, médico especialista en medicina estética antienvjecimiento, medicina regenerativa y reemplazo hormonal, dice que así como Dios permite y permitió en su momento hacer una parálisis en el mundo por este virus que ha llegado a nuestro ambiente, debemos hacer un autoanálisis, una reflexión, hablar con el corazón en la mano, ver cómo han transcurrido nuestros días de vida, de ver que hemos hecho hasta el presente y que deberíamos de hacer a partir de ahora.

Agregó, que se debe llevar a cabo un proceso de equilibrio en tres áreas, cuerpo, alma y espíritu, en lo que se refiere al cuerpo hacer una restitución de nuestra armonía física y corporal a través de los verdaderos nutrientes. «No sabemos que hacer porque no nos alcanza, pero en la naturaleza Dios nos ha dejado nutrientes a través del suelo, por ejemplo existe una planta como la moringa que está en cualquier parte, tiene más proteínas que la carne, mayor cantidad de potasio que el cambur, gran cantidad de calcio como la leche y más cantidad de vitamina C que la naranja», indicó.

Señaló, que en los tiempos de gran escasez, el ser humano se tuvo que reinventar, ser creativo, pues es el momento más importante. «Tenemos que hacer un reencuentro con nosotros mismos y también con el creador, nuestras almas están llenas de angustias, de temor, de miedo, de odio, de ira, esto debe ser restituido por la paz, el amor, la armonía, la unidad y nuestro espíritu tiene que ser alimentado por la palabra eterna de Dios, siempre nos recuerda que él puede hacerlo y darte la victoria, en sus fuerzas es mejor vivir la vida, creer significa confiar, sin cuestionar a buscar explicaciones, es solo obedecer completamente y que siempre su voluntad es buena, agradable y perfecta».

Así mismo, el médico dio a conocer algunas herramientas consideradas como más económicas y que pueden garantizar mejor condición al cuerpo, «tomando en cuenta que el sistema inmunológico es atacado por este virus mortal, el cuerpo deber tener un ph más alcalino saludable», por ello dijo que se puede constituir el agua alcalina con 1 litro de agua filtrada, el

sumo de 3 limones, una pizca de sal marina y una pizca de bicarbonato, usarlo como un preventivo todos los días durante toda la mañana, sumado a la cantidad de líquido que se toma en el día, no quiere decir que no nos dará, simplemente estaremos generando que el cuerpo esté más alcalino, tenga mayor protección y menor probabilidades de ser afectados por cualquier virus o cualquier bacteria.

Además indicó una fórmula para aumentar el interferón, es decir las defensas del sistema inmunológico, usando la combinación de 2 cabezas de ajo, 2 cabezas de cebolla en trozos, más 2 rábanos, pasarlos por agua hirviendo durante 5 minutos, se licuan, se agrega el sumo de 7 limones y una cucharadita de miel de abeja pura, se convierte en un jarabe y tomar 2 cucharadas en ayuna, al igual que el té de cúrcuma que es un antiinflamatorio potente natural, se puede tomar 3 veces al día, se raya una pequeña ración y se coloca a hervir en agua. Aconsejó, alimentar el alma, Dios quiere que nos reencontremos en nuestros hogares, ver lo positivo de todo esto, reconciliarnos, perdonar, obedecer, no tenemos otro tiempo, somos un espíritu en un cuerpo, la ciencia determina que el cuerpo tiene que desintoxicarse pero también el alma, con pensamientos positivos.

Magalys Hassan / CNP 14.356