

FUERTE FISICA Y MENTALMENTE: UN PASO MAS ALLÁ



El paso es:
PENSAR

Dr. Edgar Armando Bermúdez García



**ENTRÉNATE,
SUMERGETE
Y PROFUNDIZA**



La única forma de cambiar es el CONOCIMIENTO, transformarlo en ENTENDIMIENTO para aplicarlo para lograr cosas diferentes a las habituales. Esto inicia leyendo libros, escuchando audios, videos, cursos.

Yo te invito a **PENSAR en forma más amplia**

UNIVERSO DUAL (2 GRUPOS)

El día y la noche

Calor y Frío

Blanco y negro

El bien y el mal

Alopatía y Alternativa



¿Cual es mejor?
La eterna lucha...
Llegar a la **UNIDAD**



Fármacos



Chochos, hierbas

EL MUNDO CONVENCIONAL (NEWTONIANO)

LA MATRIX: EDUCACION POLITICA RELIGIÓN SISTEMA DE SALUD

EDUCACIÓN (No te enseñan el poder que tienes)

POLITICA (Los políticos sirven a un orden superior)

RELIGIÓN (Control por medio de un Dios castigador)

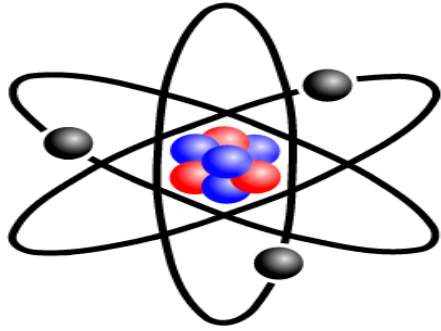
SISTEMA DE SALUD (= Industria farmacéutica, ¿a quien pertenece?)

La formación académica se basa en prescribir fármacos (nada alterno)

¿Quien está por arriba de todo esto? PIENSA: OMS, VATICANO, NOM



Entendamos un poco más



Es lo más pequeño
conforma la materia

Átomo Newtoniano

Física Newtoniana: Mundo Material

Ley de la gravedad

Ley de Causa Efecto:

Si hago esto: - Pasará esto

Estudio del universo, planetas

Igual que es el universo, así es el átomo

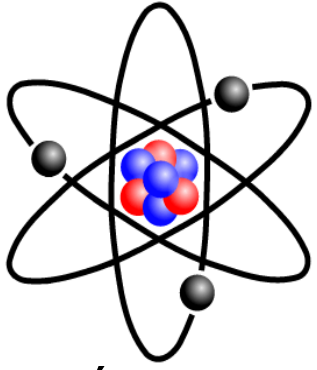
Física Newtoniana

La Iglesia separó a la mente del cuerpo
Quedó fuera de la ecuación: LA ENERGÍA

El ser humano es nada en el universo y no
tiene efecto alguno en lo que pase en el
planeta o el universo.
Somos como un corcho en el mar a la deriva.

El ser humano es VICTIMA de las
circunstancias (realmente es LA CAUSA por los
pensamientos – Física Cuántica).

Entendamos AUN MÁS



Átomo
Newtoniano

Bozon o Partícula de
Dios crea la materia:
Onda/Partícula

Átomo
Cuántico

Física Cuántica (Alternativa)

Somos 99.9999 de espacio vacío
0.00001 de materia
Mundo de lo “no material”, de la energía.

Sin Leyes Materiales (universales)
Ley de la Atracción (atención, intención)

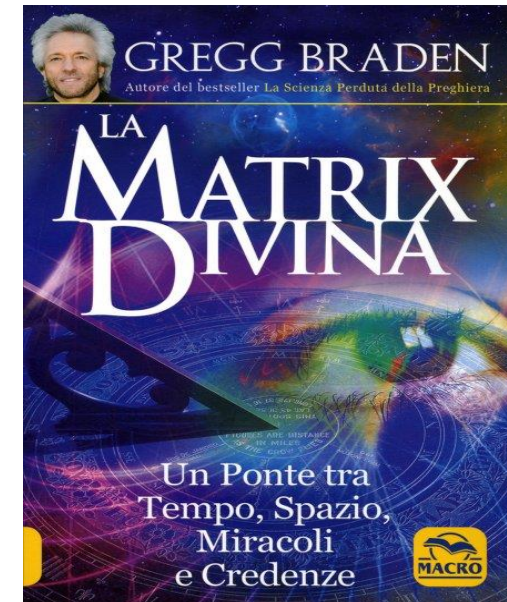
Física Cuántica

Es la única ciencia donde el ser humano es el PROTAGONISTA.

Sus pensamientos influyen en el CAMPO y este obedece para manifestarlos (creencia)

Se ha demostrado la existencia del campo cuántico, unificado, campo cero o matrix ¿será DIOS?

(Todos somos UNO: AURA)



Medicina Alopática (Moderna)



Es Newtoniana (medicina basada en evidencias; no considera el pensamiento).

No considera importante la energía (CEM, aunque usa ECG, EEG).

La enfermedad se hereda o se adquiere de afuera (multifactorial: eres víctima).

Los microbios generan infecciones (Pasteur) contagio persona a persona (virus, covid).

Para estar sano necesitas de fármacos, el médico te cura; requieres vacunas.

Es una Medicina básicamente física (cuerpo, sin considerar a la mente).

El sistema inmune se ha estudiado mucho, los fármacos, nuevamente harán la curación.

COVID 19 (OMS)



Generado por un **VIRUS TERRIBLEMENTE AGRESIVO** (¿en serio?)

La enfermedad en realidad es SARS: Síndrome Agudo Respiratorio Severo (neumonía)

El virus se contagia desde el exterior, debes evitar exponerte al virus

Cuando te contagias, puedes enfermarte leve, moderado o grave: no sabes como será.

El virus genera la muerte afectando a todo el cuerpo (no se sabe por qué es tan agresivo CID).

Aunque la mortalidad es muy baja, realmente hay muchos muertos (¿Cómo?)

No confiere inmunidad, a pesar de ser UN VIRUS (**el sistema inmune es “tonto”**).

Es un virus que es MUY RESISTENTE y dura horas en superficies (¿Neta?)

Los muertos deben cremarse inmediatamente porque transmiten virus (ah no maaaa)

La vacuna, aunque no está aprobada, es la única opción para protegerte

Los médicos obedecen ciegamente al sistema, no piensan, solo actúan.

Los medios de comunicación esparcen noticias NEGATIVAS al 99%

LAS MEDIDAS OFICIALES

No salgas de casa

Lávate las manos a cada rato

Desinfecta todo

Mantén la sana distancia

El cubrebocas...



TENEMOS TODO BAJO CONTROL: DEBES VACUNARTE, SIN CUESTIONAR

Medicina Alternativa (Cuántica)



Es cuántica, sin menospreciar la física newtoniana; los pensamientos son importantes

Es una medicina Cuerpo / Mente (ayurveda), **no sustituye el manejo médico**

LA PARTE INTERNA del ser humano, el “Terreno” protege de patógenos (sistema inmune). Contrario a Pasteur, Bernard: nada es el microbio **sin el terreno propicio**.

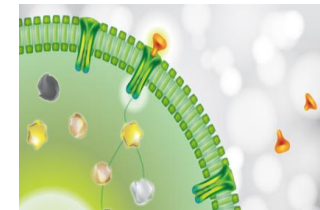
Los microbios no vienen de afuera, están dentro (Hammer). Un virus es limitado (polio)

Considera la energía del cuerpo (CEM) que se asocia con pensamientos y emociones.

COMPLEMENTARIA a la medicina alopática, la amplía.

Difícilmente verás información de ello en los medios de comunicación (¿Por? Piensa..)

COVID 19(Cuántica)



El virus está dentro, es una señal de alarma celular ante UN MEDIO HOSTIL.

Contagio: de célula viva con el virus a otra **célula viva** “susceptible” (terreno fértil).

Un virus no vive, se inactiva de inmediato al salir de una célula, con sol , aire.

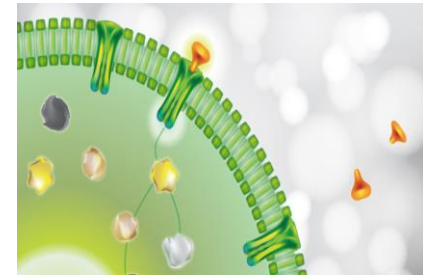
La enfermedad aparece por: **ACIDEZ** (terreno), **TOXINAS** e **INFLAMACIÓN**.

ESTILO DE VIDA MODERNO (cuerpo sucio por toxinas, inflamado por CH Refinado).

Emociones del SARS: **Tristeza profunda** (pulmón), **Enojo** (hígado, intestinos).

Disparados por ambiente tóxico: **FRECUENCIA 5 G** (64 ghz que generan: inflamación, contribuyen a la acidez orgánica y remueven toxinas) y la toxemia ambiental (aviones).

COVID 19(Cuántica)



Proliferan bacterias, parásitos dentro del cuerpo que “desquician sistema inmune
Esto genera una ENFERMEDAD INMUNOLÓGICA y la COAGULACIÓN ID, que es la causa de muerte (biólogos por la verdad).

Claves del tratamiento: DESINTOXICAR, BAJAR MICROBIOS, DESINFLAMAR.

Lo mejor: LA PREVENCIÓN a través del medio interno y la **ALEGRIA**

Los medios de comunicación esparcen MIEDO, que DESQUICIA SISTEMA INMUNE.

La vacuna es un experimenta con grandes riesgos de dañar la salud y matar a los que la reciban. Hay evidencias de esto, pero nunca los veras en la TV.

Piensa, Piensa.....

No salgas de casa

Lávate las manos a cada rato

Desinfecta todo

Mantén la sana distancia

El cubrebocas...

La cuarentena social lesiona la libertad, la economía y la salud de la gente.

La Insana distancia produce cortisol

El miedo por las noticias es el “tapete” que deprime el sistema inmune.

El cubrebocas afecta tu respiración.

MEDIDAS OFICIALES

Difíciles de llevar, no confieren protección real, solo hacen más lenta la propagación (inmunidad de rebaño).



¿VACUNARTE? RIESGOSO

Cuida tus Emociones: ALEGRIA

Desintoxicar

Alcalinizar

Desinflamar

Modular el sistema inmune

Ejercitación física y respiratoria

Tranquilidad (relajación).

LA MEDIDAS EFICIENTES



Desintoxicación

Ayuno: El desintoxicador supremo



Ayunos intermitentes: saltarse un desayuno o una comida (1 a 2 veces por semana)

Ayuno hídrico (sólo agua, suero oral o agua de coco) de 24 horas. No meriende el domingo ni desayunes el lunes.

Alimentación: minimiza lo refinado, aumenta frutas y verduras, germinados y fermentos (base de la flora intestinal y de las defensas).

Aceite de ricino: limpia digestivo y flemas.

Enemas, lavativas (terapia del sifón, método yogui de limpieza profunda).

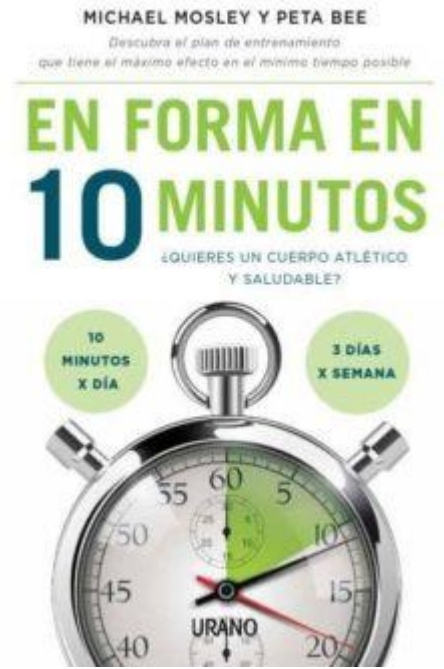
Linfática: Presoterapia.

Homeopatía: lycopodium, nux vómica, berberis, antimonium tartaricum (6CH)

Alcalinización: frutas, verduras y limón con bicarbonato (2 a 3 veces al día; ¿cálculos?)

Ejercicio físico periódico

Ejercicio aeróbico (cardiovascular), estiramientos y de fuerza. Varias veces al día hacer estiramientos por 2 a 3 minutos, caminar más durante el día y hacer pequeñas carreras (al salir a la tienda o subir escaleras).

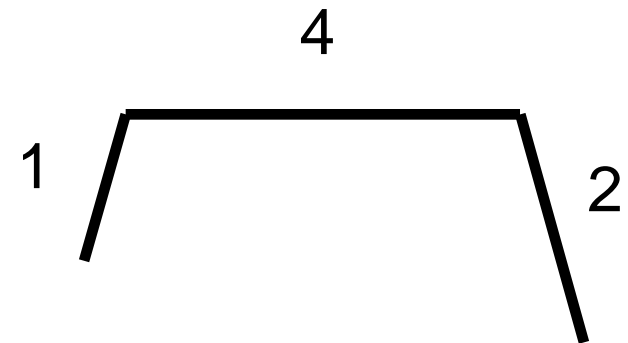


Ejercicios Respiratorios

ESPIRACIÓN (puff, puff, puff), PAUSA e INSPIRACIÓN.

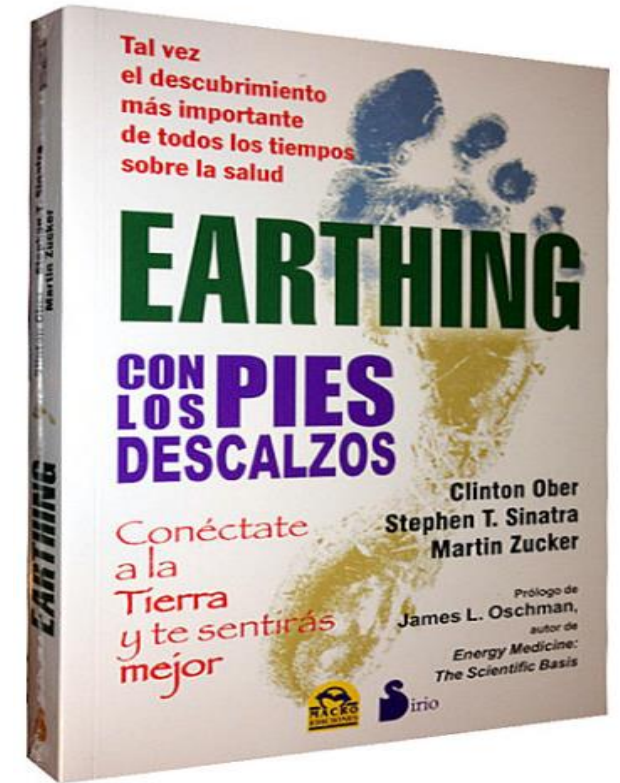
Cantar o decir una oración, soltando el aire al máximo, suavemente, inflar globos (observa a los perros)

Respiración inmunológica: 1:4:2



CAMINAR DESCALZO EN TIERRA

- ✓ Reduce o elimina los dolores crónicos.
- ✓ Mejora la calidad del sueño en la mayoría de los casos.
- ✓ Aumenta los niveles de energía.
- ✓ Reduce el estrés y la ansiedad calmando el sistema nervioso y las hormonas del estrés (adrenalina, cortisol)
- ✓ Normaliza el ritmo biológico del cuerpo.
- ✓ Alivia la tensión muscular y el dolor de cabeza.
- ✓ Disminuye las molestias durante la menstruación.
- ✓ Reduce o elimina el jet lag.
- ✓ Protege al organismo de las perturbaciones originadas por los campos electromagnéticos.
- ✓ Acelera la recuperación después de esfuerzos intensos.
- ✓ Acelera la recuperación de heridas o lesiones.



PIES DESCALZOS

Caminar descalzo en pasto o tierra (earthing o grounding) elimina la **causa** de la inflamación o los síntomas, de las enfermedades crónicas actuales:

- Artritis
- Diabetes mellitus
- Asma
- Alzheimer,
- Enfermedad de Crohn
- Lupus eritematoso
- Esclerosis múltiple.
- Y muchas más, todo lo que implique dolor.



Desintoxica de los iones eléctricos positivos de la vida moderna
(la tierra es el mejor generador de iones (-)

Contacta más con la naturaleza

Camina descalzo en el pasto, la tierra, grava, en casa también, pero **evita que se te enfríen los pies** (debe generarse calor)

Abraza un árbol o camina descalzo en la naturaleza



La alternativa en casa o la oficina es “conectarse a tierra” con cables conductores

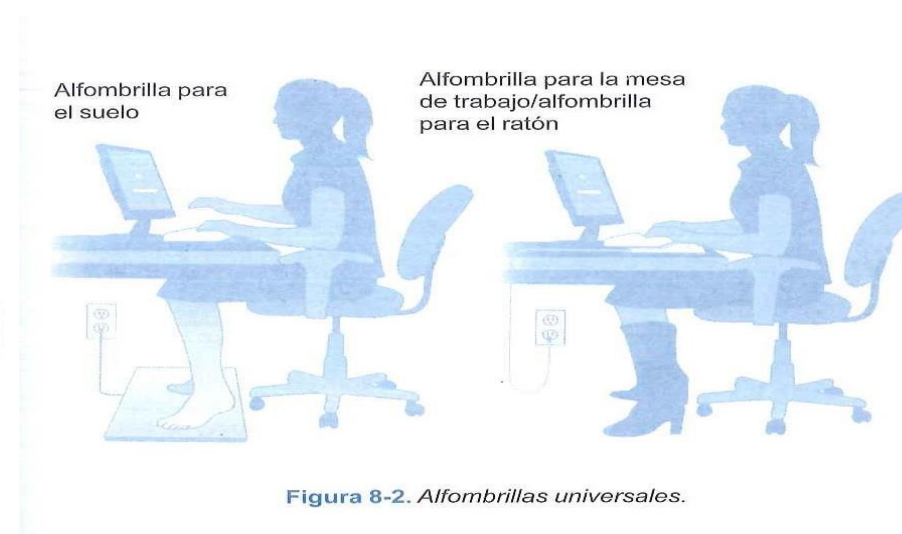
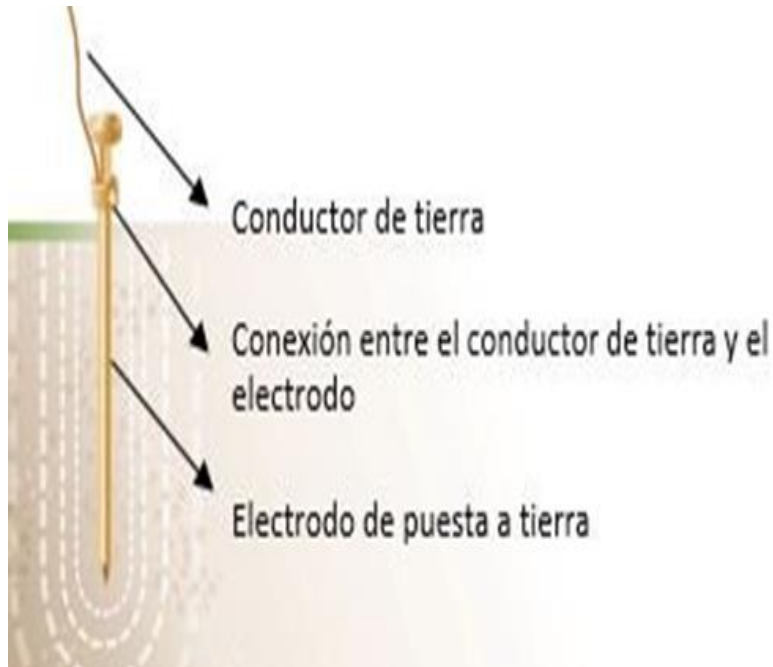


Figura 8-2. Alfombrillas universales.

Bandas para el cuerpo y las rodillas



Figura 8-7. Bandas corporales con velcro.

- CDS: es realmente una maravilla para combatir cualquier microbio (baja carga de microbios y oxigena).
- Ozonoterapia (SSO3), una verdadera maravilla (curativa, preventiva e incluso para las secuelas).
- Ozonoterapias menores como preventivo

Todo esto de **MANERA RESPONSABLE.**

Tienes derecho de usar lo que a tu criterio sea útil para tu cuidado y salud, NINGUNA AUTORIDAD PUEDE PROHIBIRTELO.





SOLUCIÓN SALINA OZONIZADA (SSO3)

Descubierta en Rusia en 1978; es la terapia de ozono que más se ha estudiado y comprobado sus beneficios:

- **Germicida:** inactiva y elimina microbios (virus, bacterias, parásitos, hongos).
- **Revitalizador:** (oxigena la sangre, mejora su calidad, induce regeneración)
- **Inmunomodulador** (muy útil en las enfermedades inmunes y cáncer).
- **Desinflama.**
- **Analgésico.**

Homeopatía: Cambian bioquímica, señales y modifican la conducta

Preventivo covid:

- PHOSPHORUS 200 CH: 10 gotas por la mañana 3 días.
- BRYONIA 30 CH: 10 gotas 3 veces al día, 3 días.
- ARSENICUM ALBUM 30 CH: 10 gotas 3 veces al día, 3 días.

Se toman “en escalerita” y se repiten cada mes mientras cambia la contingencia



Flores de Bach: Ayudan a cambiar tu forma de pensar (miedo)

- CROTO: Miedo, terror, pánico.
- ERINGIO AZUL: Tristeza, depresión.
- ZINNIA: enojo, promueve el estado de alegría.
- ACEBO: enojo, coraje, ira, rencor.
- MANZANO SILVESTRE: temor a infectarse, a ensuciarse.
- KFE: equilibra el campo electromagnético (junto con ALGODÓN DE SEDA).



Aquieta tu mente: Meditación (concéntrate en tu respiración).

Homeopatía: Cambian bioquímica, señales y modifican la conducta

Flores de Bach: Ayudan a cambiar tu forma de pensar (miedo)



Haz oración: AGRADECE como si ya lo hubieras recibido, NO SUPLIQUES NI PIDAS.

Terapias de Bienestar:

Masajes: relajante, piedras calientes, Wa Sha (belleza).

Nutrientes:

Vitamina C: 1 gramo 2 a 3 veces al día.

Vitamina E: 400 UI al día.

Vitamina D: 4000 UI por día

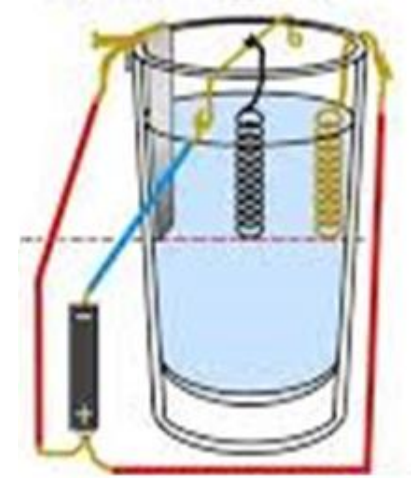
Omega 3 (aceite de Krill) 500 mg 2 a 3 veces al día (aguacate).

Selenio: 250 mcg 2 veces al día y Zinc: 50 mg 2 veces al día.

Probióticos: 3 Perlas al día.



CAMPO ELECTROMAGNÉTICO ENERGÍA PLASMÁTICA (GANS)



Agua plasmática: es agua cargada eléctricamente y con minerales.

Aporta energía al organismo y favorece el buen estado del campo electromagnético (piel).

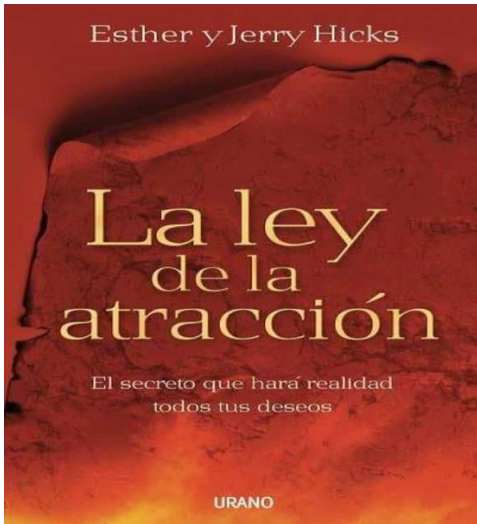
GANS (protegen nuestro campo y en casa protegen de las frecuencias EM dañinas)

Gans en recipiente para proteger (casa)

Parche EPAI (para dolor) y para ondas del CELULAR

Reactor Dinámico: Protege lugares y corrige salud





LA LEY DE LA ATRACCIÓN

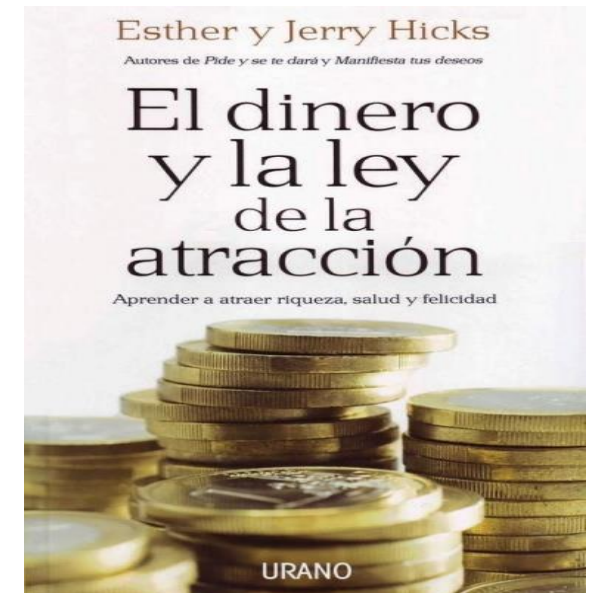
Es la LEY MAS PODEROSA DEL UNIVERSO, es siempre el origen de todas las cosas que nos pasan, sin excepción.

“Todo objeto atrae aquello que se asemeja a si mismo” (vibración)

Atraes por lo que piensas y **SIENTES**
Lo que te choca, te checa (sentimiento)

A lo que le pones atención se fortalece (covid)
En lo que te concentras en eso te conviertes

“Pones mucho cuidado en lo que comes, en lo que vistes, en hacer ejercicio, pero “no cuidas tus pensamientos”



Malestar:
(Cortisol)

MANTENTE EN ALEGRIA

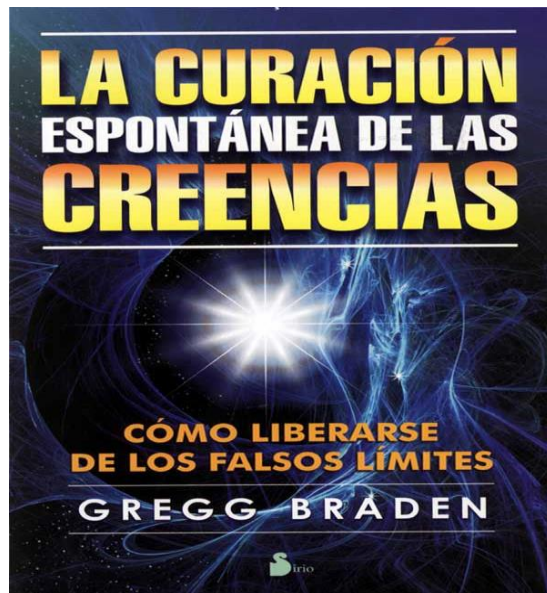
Bienestar:
(Oxitocina, serotonina)

- Enojo
- Preocupación
- Angustia
- Ansiedad
- Tristeza
- Resentimiento
- Duda, sospecha
- Celos
- Quejas
- Hablar de lo malo



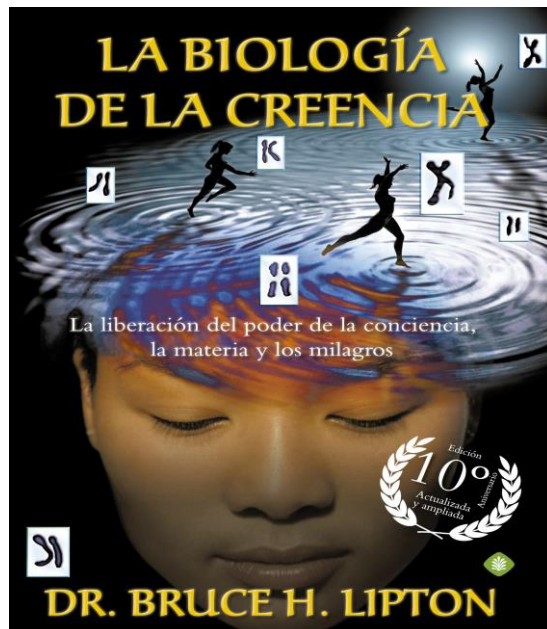
- Contento
- Feliz
- Alegre
- Fe
- Expectativas
- Disfrutando
- Agradecer
- Ver lo agradable de la vida
- Bendecir, alabar
- Hablar de lo bello, lo bueno

Nada hay más importante que **SENTIRSE BIEN**
(Sin importar las circunstancias externas) **Guía infalible: Emociones**



La **Química del Amor** Perpetúa la vida (bienestar)
Alegría, dicha, felicidad, agradecer, bendecir

La **Química del Miedo** Niega la vida (malestar)
Enojo, preocupación, celos, ira, ansiedad
Cortisol que deprime el sistema inmune

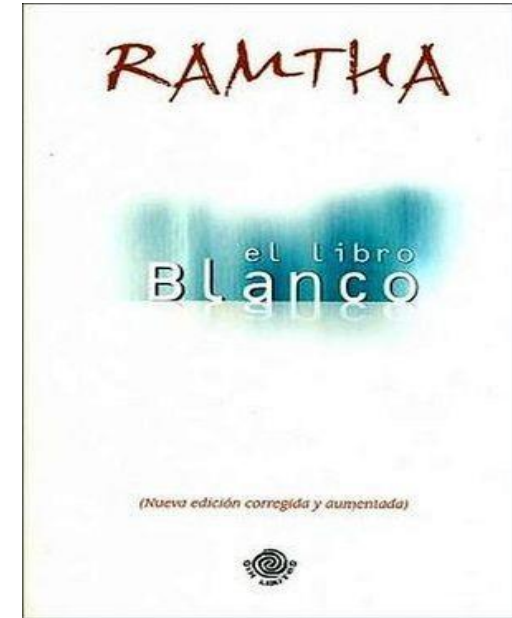
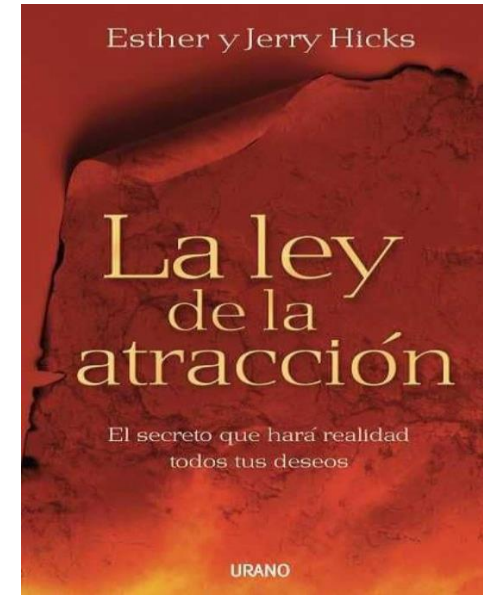
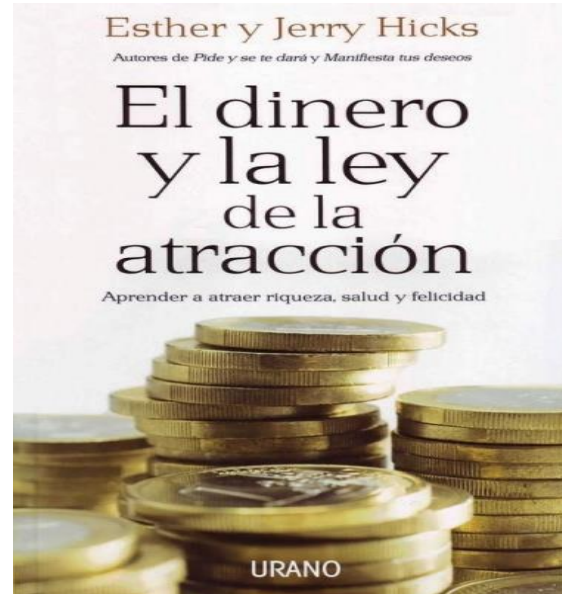


La biología es newtoniana y aun considera a los genes como los responsables de la enfermedad, pero en realidad son las **CREENCIAS** quienes dirigen la reparación o deterioro de las estructuras celulares y por lo tanto la salud y la enfermedad

LA EXPANSIÓN DE LA MENTE

Todo es posible
(Si lo crees)

Entrena tu mente,
Tus pensamientos
Crea lo que decidas
(Talleres)



Tu eres Dios, el poder está en ti,
en tu pensamiento, tu mente

ENTONCES PARA NO CAER ENFERMO (COVID):

SE FELIZ, BENDICE, AGRADECE

PON TU ATENCIÓN EN LO QUE DESEAS NO EN LO NEGATIVO

Y para finalizar: LA NUEVA “SEPA”

SEPA que su cuerpo es una máquina perfecta que tiene la capacidad de regenerarse, desinflamarse, desintoxicarse, repararse y Sanar.

SEPA que tenemos más bacterias y virus que células humanas. Y que ambos son vitales para nuestra existencia y salud.

SEPA que toda enfermedad comienza en el intestino. Y que en su intestino se encuentra más del 70% de su Sistema de Defensas.

SEPA que el ayuno es la Terapia Magna. Ayuno de 16/18/24horas ayuda a que su cuerpo se enfoque en sus células inmunes, reciclándolas y deshaciéndose de las dañadas.

SEPA que su alimentación es su primer y mejor medicina. Y una suplementación adecuada Ayudarán a suplir deficiencias y a potenciar su sistema inmune.

SEPA que todo lo que come vibra y esa sintonía afecta su frecuencia energética de la misma manera que sus pensamientos y emociones lo hace.

SEPA que el miedo debilita su sistema inmune y es el principal promotor de la enfermedad junto con el stress crónico.

SEPA que los abrazos fortalecen su sistema inmune y suben sus defensas hasta el punto que puede protegerlo de los virus e infecciones.

SEPA que el respirar oxígeno estimula también su sistema inmunológico, reduciendo la posibilidad de padecer trastornos alérgicos, afecciones respiratorias y asma, favorece la oxigenación celular eliminando las toxinas del organismo y células muertas.

SEPA el sol es Salud! aumenta el número de glóbulos blancos, que conforman el primer escuadrón de defensa del organismo y son los encargados de protegernos en primer lugar contra una infección.

SEPA que caminar descalzo en la naturaleza (earthing) hace que el sistema inmune desintoxique de su cuerpo a través de carga de electrones de la tierra lo que genera anticuerpos para combatir resfríos y alergias, además de disminuir el riesgo de que el cuerpo desarrolle inflamación prolongada.

SEPA que la práctica diaria de meditación, aquieta y clarifica la mente, proporciona relajación profunda y bienestar en general.

SEPA que hacer ejercicio físico, descarga tensión física y emocional y genera endorfinas."

Pero.... Sobre todo SEPA que el poder está en su cuerpo, su sistema inmune, sus pensamientos y sus emociones. SEPA que el mayor poder está en la ALEGRIA, que quien está alegre, feliz, como los niños, no se enferman o sanan muy rápido:

Dr. Edgar Armando Bermúdez García

GRACIAS

Por mi salud

Por mi familia

Por mi paz interior

Por lo que me inspira

Por lo que me hace sonreír

Por la sanación del mundo

Por mi fe y esperanza

en que todo está bien

¡GRACIAS, SIEMPRE GRACIAS!

ORACION DEL ABRAZO

Señor: enséñame a dar abrazos que acaricien el alma.

Llenos de ternura y que envuelvan al corazón que los recibe.

Que sanen y devuelvan el gozo, que sostengan al que está

por derrumbarse y levanten al que está abatido.

Permíteme mandar abrazos espirituales que abracen,

Aun en la distancia a quienes más amo

Que así sea (Amen)

**AHORA YA NO TENGO
MIEDO AL VIRUS**

PERDON POR LA PASIÓN



NAMASTÉ

GRACIAS

**Nos vemos en los
talleres del 15 y 22 de
Mayo en Salud y Vida**