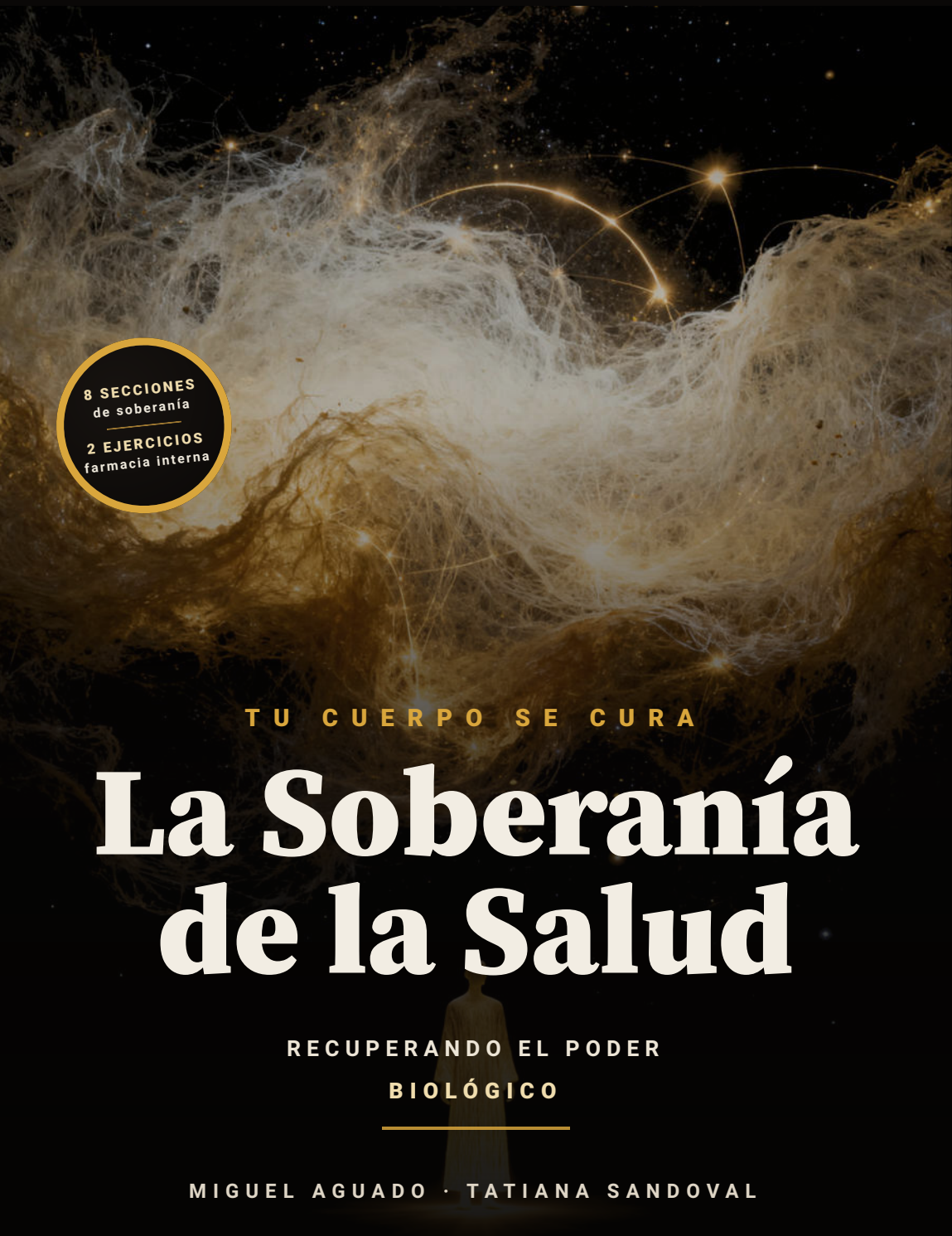
MANUALES DEL DRAGÓN

Manual 14 · Bloque 3

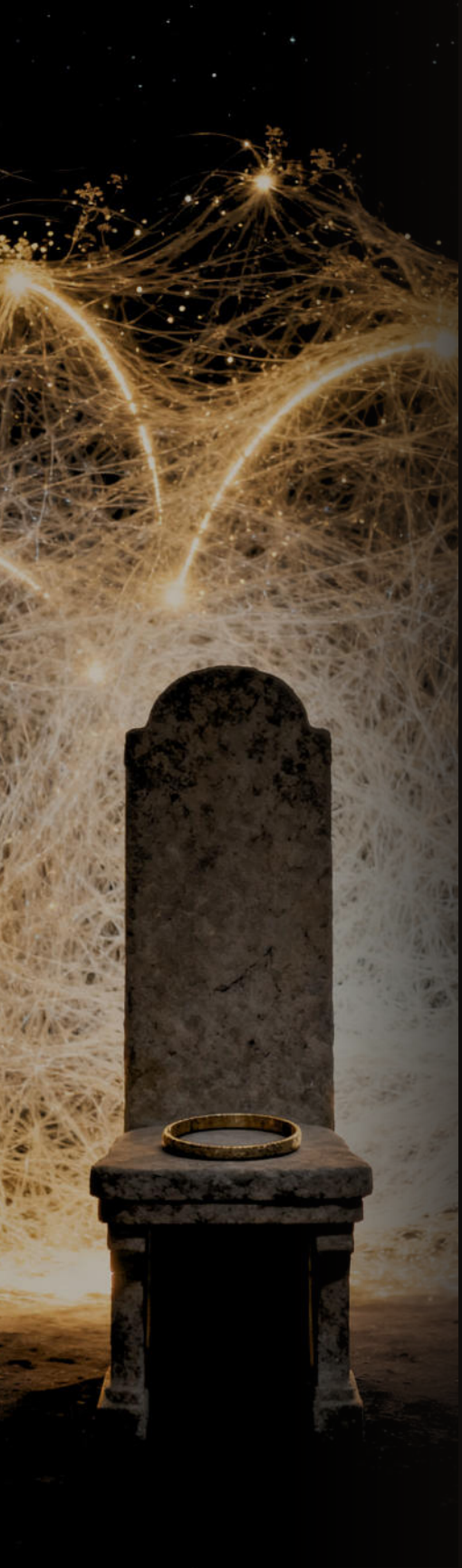


TU CUERPO SE CURA

La Soberanía de la Salud

RECUPERANDO EL PODER BIOLÓGICO

MIGUEL AGUADO · TATIANA SANDOVAL



BLOQUE 3 · EL FRAUDE DE LA MATRIX SOCIAL

La Soberanía de la Salud

El Manual 13 nos liberó del yugo del miedo social y nos enseñó el arte de habitar este mundo sin pertenecer a su molde. Ahora, en el Manual 14, llegaremos al manifiesto de la emancipación biológica. Quiero ponerle nombre y herramientas prácticas al estado definitivo del ser consciente: la Soberanía de la Salud.

Dios no te envió a la Tierra con una biología defectuosa que necesita permisos, recetas o corporaciones externas para mantenerse en equilibrio. Te dotó de un sistema soberano. Vamos a recordar cómo activarlo.



SECCIÓN UNO

01

El concepto de autopoiesis

El taller de reparación automático.

METÁFORA · EL RELOJ INTELIGENTE VS. EL SER VIVO

Imagínate que tienes un reloj inteligente de última tecnología. Si la pantalla se raya o el cable interno se rompe, el reloj no puede arreglarse a sí mismo; tienes que llevarlo a la tienda de la Matrix a que te cobren por repararlo porque es un objeto inerte.

La Matrix nos ha enseñado a mirar nuestro cuerpo como si fuera ese reloj: una máquina muerta que depende de que un agente externo (una pastilla, un jarabe, un tratamiento químico) venga a «arreglarlo». Sin embargo, tu cuerpo está vivo y opera bajo una ley biológica llamada Autopoiesis.

CONCEPTO CLAVE · AUTOPOIESIS

Del griego auto (sí mismo) y poiesis (creación). Si tú te haces un corte en el dedo, no necesitas concentrarte mentalmente ni tomarte una pastilla para que la piel se cierre. Tu biología activa de inmediato una cascada de señales eléctricas: las plaquetas detienen el sangrado, los glóbulos blancos limpian la zona y las células madre fabrican piel nueva en cuestión de días. El cuerpo se cura a sí mismo porque el diseño original de la vida es la autoreparación.

REFLEXIÓN PERSONAL · EL VENENO Y EL AYUNO

Cada vez que comemos, el cuerpo toma lo que ingerimos como un veneno del que hay que deshacerse. Detiene todas las funciones reparadoras y regenerativas y pone todo el foco en sacar el veneno que acabamos de meternos.

Un ayuno de 4 días donde sólo ingieres agua (pero mejor seco), permite a tu cuerpo regenerar completamente el 25% de todas las células de tu corazón. Imagínate si tan sólo pudieses hacer ayuno completo 4 días al mes...

A veces, ese veneno del que hay que deshacerse requiere mucho tiempo (comidas ultraprocesadas, grasas...), trabajo y energía y a veces muy poco (verdura, fruta...). Pero para el cuerpo, todo es un veneno. Sólo quería dejarlo claro.