

## Longevità

Carlos Castaneda nel suo libro "Una realtà separata" racconta:

- Don Juan (nagual) mentre spiega come comportarsi per incontrare l'alleato, e per sua protezione gli raccomandò che qualora i 'segnali' non fossero stati buoni avrebbe dovuto: ..."lasciarti cadere a terra, toglierti la giacca, metterla intorno all'ombelico e rannicchiarti come una palla, serrando le ginocchia intorno allo stomaco...." "...se seguirai queste semplici indicazioni non ti capiterà nulla di male"
- ..."Di fatto se quelle forze vengono a te possono prenderti di sorpresa; la paura aprirà la tua fessura (posta sotto l'ombelico) attraverso di essa la tua vita fuggirà irresistibilmente

Energeticamente le paure entrano in noi da questa bocca. Un oggetto fisico posto al di sopra di essa dirige la nostra attenzione alla sua protezione e difesa: difesa della nostra porta/bocca (ombelico) che si nutre di emozioni (vibrazioni energetiche). Agevolando un equilibrio energetico, benessere e salute.