

10. August 2018

Reinigung des Körpers

Meine Kinder, die meisten Menschen sind übersäuert, verschleimt und ernähren sich nicht so, wie es ihr Körper gerne hätte. Die sogenannte "Fast Food Ernährung", die weltweit sehr vorangeschritten ist, behindert den Körper auch bei der Selbstheilung und lässt ihn auch noch aufschwemmen. Auf eure Fragen, welche Dinge am schädlichsten für den Körper sind, sage Ich euch: Kuhmilch und deren Produkte, weißer Reis, Weißes Mehl, alle Wurst und Fleischprodukte, zu viele eiweißhaltige Dinge, Industriezucker und Süßstoffe, Kaffee, Alkohol, Tabakprodukte und alles, wo extrem viel Zucker drin ist, wie z.B. in Softdrinks, um nur grob einiges zu nennen. Gerade jetzt könntet ihr, da ja Sommer ist, eine Entgiftungs- und Entschleimungskur machen. So ein sogenanntes Heilfasten ist sehr hilfreich, in Verbindung mit viel gesegnetem Wasser und auch Zitronenwasser, getrunken in kleinen Schlucken. Auch das Abendessen, vor 19 Uhr eingenommen, ist ein hilfreicher Aspekt. Wer jetzt frei von überflüssigem Schleim beispielsweise wird, kann im Körper viele Facetten einleiten, die vorher noch nicht oder nur sehr mühsam möglich waren. Auch eine überwiegend basische Ernährung trägt dazu bei, innerlich und äußerlich gesünder zu sein bzw. zu werden. Amen.