

21. Dezember 2018

Nun denn...

Meine Kinder, aufgrund zahlreicher Nachfragen eurerseits bezüglich gesunder Ernährung und auch, wieviel Süßes denn an Weihnachten gegessen werden darf, ohne dass es ungesund wird, kommt jetzt eine kurze, gestraffte Zusammenfassung: Grundsätzlich gilt, dass nur pflanzliche Nahrung gesund ist. Diejenigen unter euch, die sich Vegetarier nennen, haben immer noch eine Abhängigkeit von tierischen Produkten. Wenn ihr wüsstet, wie Milch für den Endverbraucher bearbeitet wird, wäret ihr in kürzester Zeit Veganer oder Frutarier. Das Problem bei den ganzen Milchprodukten liegt darin, dass sie süchtig machen. Es ist leichter vom Fleischesser zum Vegetarier zu werden, als vom Vegetarier zum Veganer. Wer sich optimal ernähren möchte, braucht ein Stück Land, das er bearbeiten kann, optimale Wärme, ausreichendes Wasser und möglichst eine Gegend, die so einsam liegt, dass dort kaum oder gar nicht der Himmel zugesprüht wird. Urgetreide beispielsweise kann u.U. angebaut werden und auch gewisse Früchte, die dem Körper all das geben, was er braucht. Ihr behelft euch mit sogenannten Nahrungsergänzungsmitteln und das Wichtigste überhaupt ist es, Mich vor jeder Mahlzeit um Meinen Segen zu bitten, wodurch euer Essen für euch so energetisiert wird, dass ihr es gut vertragt, es euch Kraft und Stärke gibt und natürlich eurem Körper hilft, ihn zu entslacken und zu entgiften. Es ist aber vergebene Liebesmüh, mit Absicht Dinge zu essen, die ungesund sind und dann mich um Meinen Segen dafür zu bitten. In Notsituationen mache Ich so etwas natürlich schon, aber nicht in normalen Zeiten. Soll heißen: Wer sich keine Mühe mit dem Essen gibt und meint: "Ach der liebe Gott macht das schon..." - der irrt gewaltig! Ich helfe schon, aber es sollte auch der rechte Wille und die Bemühungen, gesund zu essen, dahinterstehen. Was die süßen Leckereien an Weihnachten betrifft, so solltet ihr so gewissenhaft und bewusst sein, dieses nur in Maßen zu probieren und nicht in einen "Süßwarenrausch" verfallen - denn ihr würdet es sehr schnell am eigenen Leibe spüren. Amen.